**DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)**

**Módulo 1**

1. Pensamientos y emociones de las actividades llevadas a cabo.

Las emociones siempre han sido involucradas en el aprendizaje de los alumnos y de igual manera el docente debe de estar bien emocionalmente para trasmitirlas. Muchas de las veces estas las ignoramos sin tomarlas en cuenta, por que no sabemos las situaciones vividas en casa, si comieron, si existen problemas en la familia, etc. Nosotros llegamos aun a llenarlo de más emociones negativas, por lo tanto el alumno jamás aprenderá y lo único que vamos a lograr es que deserte. Por tal motivo debemos de ser muy empáticos con los alumnos, hacerlos sentir importantes para nosotros, tratar de entender la situación por la que esta pasando y darle su espacio para que se desahogue y pueda tranquilarse. Para que después tenga el animo por aprender.

2. ¿De qué manera logré conectar conmigo mismo/a?

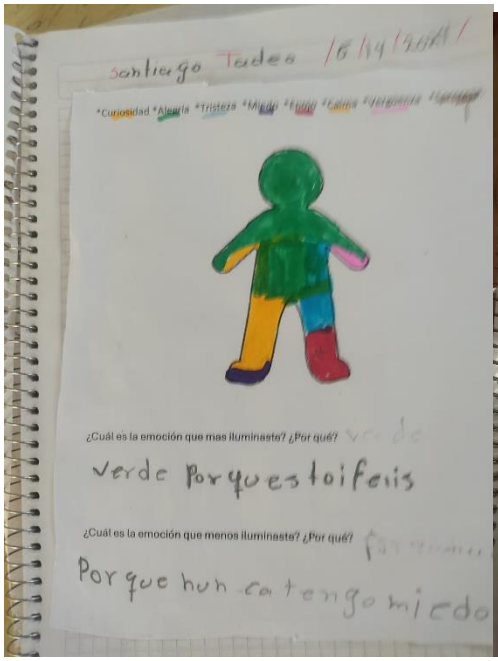
Soy una persona muy temperamental, pero durante mi experiencia como docente he aprendido a controlar mis emociones, con el taller me he dado cuenta que trato de enseñar implícitamente a controlar las emociones de mis alumnos. Mostrarle que el enojarnos; discutir e inclusive llegar a la violencia fisca o verbal, no nos llevara a nada. Si no pensar en las consecuencias de nuestras acciones.

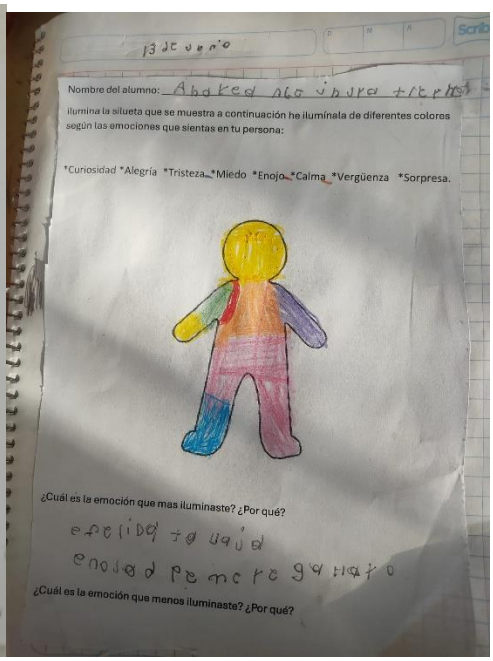
3. ¿Logré conectar con mis estudiantes? ¿de qué manera?
   Considero que debemos de tener una conexión emocional con los estudiantes para que tengan la confianza de acercarse y expresar sus emociones, el como se sienten. Tratar de ser empático y asertivo en mi actuar, el hacerlos reír, que los alumnos asistan con gusto y no por que se los manden. Ser un amigo para ellos pero sin que se pierda esa relación alumno – maestro.
4. Opinión de este primer mini proyecto realizado.

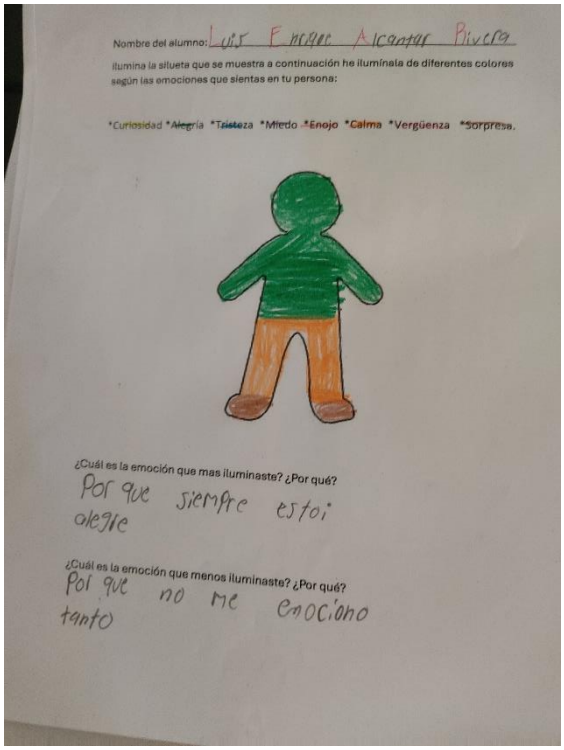
A sido un gran reto al integrar actividades sobre las emociones y que muchas de las veces las ignoramos o las damos por hecho. El estar en un constante concentrado en los contenidos académicos ignoramos esta parte que creo que es la mas importante para que se pueda llevar a cabo el aprendizaje.

5. Evidencia fotográfica o en audio de las actividades realizadas y descripción de cada una.

Al realizar la actividad, primero salimos a jugar al patio y los dejé que se organizarán, posteriormente comenzó a ver desacuerdos entre ellos y el juego terminó por qué comenzaron a discutir. Al pasar al salón comenzó la actividad repartiendo las hojas de la actividad y comenzaron las preguntas: ¿profe que son las emociones? Y las comencé a explicar, pero aún les costaba identificarlas el como se sentían. Ellos establecieron colores para cada emoción. Colorearon la silueta según se sintieran, algunos pusieron enojados, otros en calma y muchos otros alegres. Observé que necesitamos aprender a identificar como nos sentimos y por eso mucha de las veces explotamos por qué no sabemos identificar como nos sentimos.





Nombre del alumno: Luis Emilio Alcantar Rivera

Ilumina la silueta que se muestra a continuación he ilumínala de diferentes colores según las emociones que sientas en tu persona:

*Curiosidad *~~Alegría~~ *~~Tristeza~~ *Miedo *Enojo *Calma *Vergüenza *Sorpresa.

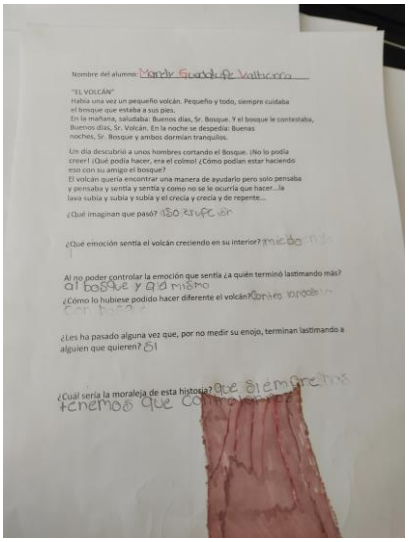
¿Cuál es la emoción que mas iluminaste? ¿Por qué?

Por que siempre estoi alegre

¿Cuál es la emoción que menos iluminaste? ¿Por qué?

Por que no me emociono tanto

En la lectura de la fábula el volcán, presentaba una situación donde el bosque y el volcán eran amigos, hasta que entonces al bosque lo comenzaron a destruir. El volcán trataba de ayudar a su amigo bosque, pero en vez de ayudarlo lo dañaba aún más al enojarse por que la lava también lo dañaba. Comentaron los alumnos que es lo que pasaba cuando se enojaban las personar. A lo cual los niños respondían: que cuando nos enojábamos lastimábamos a las demás personas y por no pensar lo que decíamos o hacemos. Explicaba que muchas de las veces el enojarnos y desquitar nuestra ira no es la solución. Lo que debemos hacer es alejarnos de la persona o situación que nos causo enojo. Para poder tener tranquilidad.  Pensar mejor los hechos y dar una mejor solución a lo acontecido. Considero que es la mejor solución al tener una emoción negativa para volverla positiva. Esto es que siempre le trato de enseñar a mis alumnos.


Nombre del alumno: Mandy Guadalupe Valtierra

"EL VOLCÁN"
Había una vez un pequeño volcán. Pequeño y todo, siempre cuidaba el bosque que estaba a sus pies.
En la mañana, saludaba: Buenos días, Sr. Bosque. Y el bosque le contestaba, Buenos días, Sr. Volcán. En la noche se despedía: Buenas noches, Sr. Bosque y ambos dormían tranquilos.

Un día descubrió a unos hombres cortando el Bosque. ¡No lo podía creer! ¡Qué podía hacer, era el colmo! ¿Cómo podían estar haciendo eso con su amigo el bosque?
El volcán quería encontrar una manera de ayudarlo pero solo pensaba y pensaba y sentía y sentía y cómo no se le ocurría que hacer...la lava subía y subía y subía y el crecía y crecía y de repente...

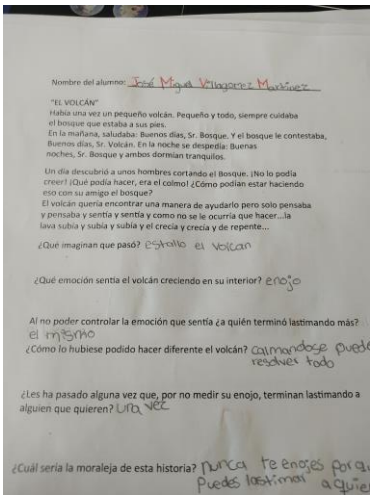
¿Qué imaginan que pasó? No respondió

¿Qué emoción sentía el volcán creciendo en su interior? miedo

Al no poder controlar la emoción que sentía ¿a quién terminó lastimando más? al bosque y a él mismo
¿Cómo lo hubiese podido hacer diferente el volcán? [illegible]

¿Les ha pasado alguna vez que, por no medir su enojo, terminan lastimando a alguien que quieren? Si

¿Cuál sería la moraleja de esta historia? [illegible]


Nombre del alumno: José Miguel Villagomez Martínez

"EL VOLCÁN"
Había una vez un pequeño volcán. Pequeño y todo, siempre cuidaba el bosque que estaba a sus pies.
En la mañana, saludaba: Buenos días, Sr. Bosque. Y el bosque le contestaba, Buenos días, Sr. Volcán. En la noche se despedía: Buenas noches, Sr. Bosque y ambos dormían tranquilos.

Un día descubrió a unos hombres cortando el Bosque. ¡No lo podía creer! ¡Qué podía hacer, era el colmo! ¿Cómo podían estar haciendo eso con su amigo el bosque?
El volcán quería encontrar una manera de ayudarlo pero solo pensaba y pensaba y sentía y sentía y cómo no se le ocurría que hacer...la lava subía y subía y subía y el crecía y crecía y de repente...

¿Qué imaginan que pasó? estrallo el volcan

¿Qué emoción sentía el volcán creciendo en su interior? enojo

Al no poder controlar la emoción que sentía ¿a quién terminó lastimando más? el mismo
¿Cómo lo hubiese podido hacer diferente el volcán? calmandose puede resolver todo

¿Les ha pasado alguna vez que, por no medir su enojo, terminan lastimando a alguien que quieren? Una vez

¿Cuál sería la moraleja de esta historia? nunca te enojes porq... puedes lastimar a quie...

# RÚBRICA PTP M1

| Evidencia: cuadro de sistematización y reflexión | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | Insuficiente | Suficiente | Satisfactorio | Destacado | |
| **Indicadores** | 1 | 3 | 4 | 5 | **Observaciones** |
| Identifica y explica tres emociones y sentimientos personales que generaron las actividades. | | | x | | |
| Identifica y explica de manera específica tres emociones y sentimientos de sus estudiantes que generaron las actividades. | | | x | | |
| Describe de manera específica tres de las acciones que llevo a cabo para el logro de las actividades de este mii proyecto. | | | x | | |
| Integra evidencias gráficas y explicación que los ejercicios realizados en colectivo. | | | x | | |