



## DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN

### PERSONAL (PTP)

#### Módulo 1

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

Al principio pensé que no iba a poder trabajar con los estudiantes una actividad sobre emociones. Actualmente imparto clases en 3er grado de secundaria. Pensé que los alumnos no participarían. Compartí con ellos primero el audio de la actividad 2 en donde tiene que cerrar los ojos. Me sorprendió que la mayoría empezó a seguir la indicaciones, y los jóvenes que tenían los ojos abiertos al ver que sus compañeros cerraban los ojos continuaron con la actividad.

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

El darme cuenta que debo dedicar más tiempo a mi misma, no todo es trabajo, preocupaciones por hacer todo bien, es importante estar bien para realizar lo que tengo que hacer. El fin de semana decidí dedicarlo a mi familia, dejé para el día de hoy los pendientes organizando todo el viernes antes de salir del trabajo. Como maestros, debemos enseñar. A los alumnos a estar bien, dedicar tiempo a ellos mismos y a sus familias, que no nos vean estresados todo el tiempo.

3. ¿Logré conectar con mis estudiantes? ¿de qué manera

Al momento en que mis estudiantes comenzaron a participar comentando sobre sus emociones, creo que se logró la conexión. Iniciamos con la actividad del audio en donde tenía que cerrar sus ojos y analizar las emociones que habían sentido durante el día. Algunos dijeron que se habían enojado por qué el camión no pasaba, ya si fui conociendo un poco sobre el día a día de los estudiantes.

Al realizar el proyecto del termómetro y el volcán con otros grupos pude observar que con estos ejercicios los alumnos analizaron cuando sienten las emociones y qué acciones o sucesos les provoca actuar así.

Cuando estaban escribiendo algunos lo hacían en voz alta y entre ellos dice a yo también me siento así y se dieron cuenta que es normal sentir diversas emociones, y también es importante controlarlas, algunos compañeros dijeron que se tranquilizaban escuchando música y e incluso dieron recomendaciones.

#### 4. Opinión de este primer mini proyecto realizado.

Me pareció interesante, ya que los alumnos respondieron de forma positiva. Al principio no preguntaron que tenía que ver la s emociones con la materia de español. Cuando empezaron a hacer la actividad del audio empezaron a respirar. Al final del ejercicio analizaron las emociones. Y posteriormente la actividad del volcán y termómetro.

En estás actividades los alumnos analizaron sus emociones, algo que por la materia no se ve frecuentemente. Y me di cuenta que por lo menos una vez a la semana se puede hacer una actividad.

En el aspecto académico es un poco complicado realizar las actividades ya que estamos en periodo de evaluación y entrega de calificaciones, al tener a grupos de tercero es un poco más difícil porque tienen diferentes actividades como la toma de fotografía etc.. pero se logró realizar con algunos grupos.

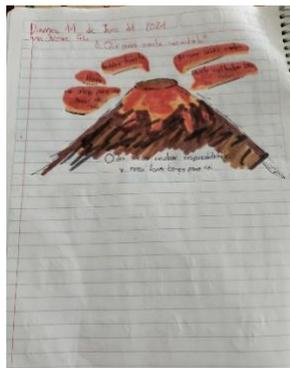
En un momento me sentí estresada porque la asesora me preguntó si había entrado a la plataforma y no lo había hecho ya que no tenía tiempo de aplicar la actividad en clase. Afortunadamente no hubo problema para ingresar y logré hacerlo. Fue también un ejercicio de emociones.

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

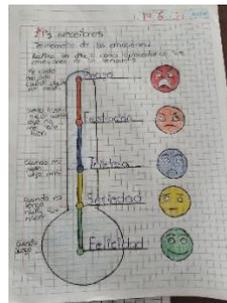
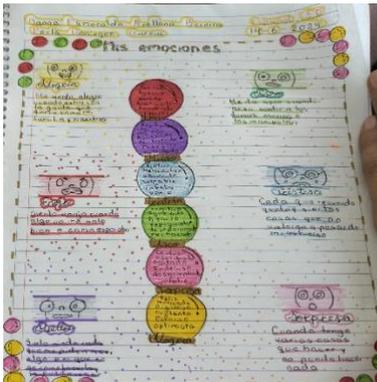
Los alumnos trabajando en la actividad del termómetro y el volcán..



Los alumnos dibujaron el volcán y escribieron que los hace enojar y como actúan cuando se enojan.



Los alumnos realizaron la actividad del termómetro



Fotografía de la escuela.



**RÚBRICA PTP M1**

**Evidencia: cuadro de sistematización y reflexión**

	Insuficiente	Suficiente	Satisfactorio	Destacado	
<b>Indicadores</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>Observaciones</b>
Identifica y explica tres emociones y sentimientos personales que generaron las actividades.					
Identifica y explica de manera específica tres emociones y sentimientos de sus estudiantes que generaron las actividades.					
Describe de manera específica tres de las acciones que llevo a cabo para el logro de las actividades de este mii proyecto.					
Integra evidencias gráficas y explicación que los ejercicios realizados en colectivo.					