



DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

Módulo 2

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

Hubo muchos pensamientos Y emociones en los alumnos en las diferentes actividades realizadas, en la primera actividad costó un poco comprenderla pero la pudimos realizar es los niños tenían incertidumbre de lo que teníamos que hacer entraron dudas como en la incertidumbre el que hago, pero avanzando la actividad la pudimos realizar con algunas modificaciones en la segunda actividad ya fue más clara los alumnos se emocionaron estuvieron alegres calmados tranquilos fueron sus diferentes manifestaciones la última actividad que se llama el aula de las palabras amables desde mi punto de vista y comentarios de los niños fue la que más les impactó la que más les agradó ahí todos manifestaron emociones de alegría de calma de tranquilidad de emoción por escribir y saber qué les escribieron sus compañeros.

¿De qué manera se promovió la comunicación asertiva durante las actividades llevadas a cabo?

L que hola quién quién agarró la silla bueno pues nadaa actividad asertiva se promovió en estas actividades con el escucha atenta escuchando las opiniones de los alumnos para llevar a cabo y a buen fin las diferentes actividades, escuché sus sugerencias sus opiniones logramos un ambiente colaborativo y participativo, las llevamos a cabo con respeto, sin conflictos entre compañeros porque las reglas fueron claras y precisas llegando a buenos acuerdos y resultados.

1. Hoy tus alumnos reconocen la importancia de la comunicación asertiva ¿por qué?
El día de hoy realizamos todas estas actividades de manera armoniosa mis alumnos reconocieron la importancia de la comunicación exceptiva ya que esta comunicación es abierta clara directa, todos pudieron expresar las opiniones que quisieron se le dio importancia a cada una de ellas partiendo del respeto hacia los demás además de aceptar la opinión todos y cada uno de los integrantes se llevó a cabo la actividad sin conflicto sin dejar expresar los sentimientos y llegando a buenos acuerdos y compromisos.

1. Describe para ti las actividades más significativas de este segundo módulo, y cómo hasta ahora las pones en práctica.
Desde mi punto de vista muy personal un par de actividades y muy significativas para mí fué la actividad número 2 del manual de este segundo módulo que es los rostros que comunican, en esta actividad nos damos cuenta os recordamos porque ya lo sabemos que las expresiones corporales nuestro rostro las expresiones físicas también comunican y comunican mucho pero también tenemos que tener cuidado porque dependiendo también de cómo nos encontramos cada uno emocionalmente podemos tener a tino cuando observamos a alguien su rostro su expresión corporal podemos dar una opinión de que emoción está expresando pero también podemos estar erróneos; la otra actividad que me gustó mucho fue “El aula de las palabras amables”, en esta actividad se pone en práctica la comunicación asertiva de manera escrita, los alumnos tuvieron la oportunidad de expresarse de manera positiva hacia cada uno de sus compañeros, el resultado fue alagador para cada uno de los alumnos, no se esperaban que los compañeros se podían expresar de ellos de esa manera.

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

A los alumnos como ya se nos ha solicitado les mencioné que seguimos preparándonos en este taller en la autonomía emocional con rumbo y que en esta ocasión aplicaría cuatro actividades para despertar en cada uno de nosotros nuestras emociones y sobre todo la comunicación asertiva, esto para despertar el interés en ellos.

Cuatro a la vez

En esta actividad me costó un poco de trabajo comprenderla, realice algunas modificaciones para llevarla a cabo, primeramente, con la participación de un alumno le solicite (ya recordándole las emociones básicas) que solamente utilizando el lenguaje corporal, rostro cuerpo, expresara una emoción, y que los primeros cuatro alumnos que la identificaran pero a su vez que la sintieran en ese momento se pusieran de pie; la primera emoción que interpretó la alumna fue el enojo y para mi sorpresa si se puso de pie un alumno, posteriormente la siguiente emoción que expreso la alumna fue la de la calma y pronto se pararon más de cuatro alumnos, en esta emoción es donde más alumnos se identificaron del grupo, y así con las otras emociones, llamó mi atención en que la mayor parte del grupo se pusieron de pie con la emoción de la calma y muy pocos en la de la alegría, al preguntarles el por qué algunos de ellos mencionaron que ya se sentían calmados y tranquilos porque el día de hoy nos tocó llevar a cabo nuestro último acto cívico en este ciclo escolar y el último ya que son alumnos de sexto grado y que ya no volverán a presentar este tipo de actividades, se sentían antes de este acto, con nervios, con preocupación pero ya



pasado este evento pues se sienten en calma y tranquilos.



Actividad 2

Veo y siento...¿qué es?

En esta actividad y en la anterior ya los alumnos estaban acomodados en herradura, ya tenía preparadas en la computadora tres imágenes (globo aerostático, un domador de leones, Harry Potter) que tres alumnos distintos les representarían al resto de los compañeros sin utilizar el lenguaje verbal y todos dibujarían el objeto que estaba describiendo el compañero, de esta manera involucre a todos los alumnos; una alumna fue la primera en participar con la descripción del objeto, la alumna hacia su mayor esfuerzo por describir el globo aerostático, además le di 2 minutos de tiempo para describirlo, el resto del grupo de igual manera no tenía oportunidad de hablar que imaginaban que era el objeto solamente lo dibujarían, se veía la desesperación tanto en la alumna que describía como los que tenían que hacer el dibujo pero no una desesperación negativa sino de querer saber de qué se trataba. Le tocó el turno al siguiente alumno, el personaje que tenía que describir era un domador de leones, de igual manera con 2 minutos para hacer su descripción solamente que este alumno le ganó la vergüenza, se quedó paralizado así que salí en su auxilio y me tocó hacer esa descripción o caracterización tuve que vencer mi miedo y realicé la descripción lo mejor que pude para pronto bien la cara de los niños sonrisas de alegría al verme hacer los gestos las caracterizaciones y para pronto se pusieron a dibujar de qué se trataba; le tocó el turno al tercer compañero a él le tocaba describir a este personaje ya muy conocido Harry Potter; este alumno al ser el último y saber qué personaje interpretaría ya iba preparado, llevaba ya unos lentes de algún compañero que se los facilitó y se puso por capa su suéter amarrado al cuello con ayuda de un marcador para pintarrón, al hacer su aparición ante sus compañeros inmediatamente muchos de ellos se escuchó una exclamación de asombro y con sus caras que desbordaban alegría inmediatamente supieron de quién se trataba y comenzaron a realizar sus dibujos. Al finalizar la actividad realicé las 3 preguntas que nos recomiendan en esta actividad, ¿fue fácil o difícil cumplir con el objetivo de este juego? Los alumnos contestaron que no que fue una actividad divertida y entretenida. La siguiente pregunta fue ¿para quién fue más sencillo El juego para quien describió o quien dibujó? Llegaron a la conclusión que para ambas partes fue difícil ya que el que estaba describiendo tenía que vencer esa emoción de la vergüenza y actuar, y también para el que estaba dibujando ya que muchos entraron en la espiración sobre todo con el primer personaje y el segundo de no saber que era, qué dibujar. La tercer pregunta fue ¿qué emociones experimentaron ambas personas mientras realizaban el juego?, alegría, vergüenza, miedo, ansiedad, tranquilidad, fueron algunas de las respuestas escuchabas.

En esta actividad solamente tomé un par de fotografías ya que como la actividad consistía en que uno de los compañeros realizaría la descripción de manera no verbal solamente utilizando las expresiones de su rostro y cuerpo y al no poder fotografiarles el rostro que era la parte interesante.



Actividad 3

El Dragón, la tortuga y el pulgar arriba.

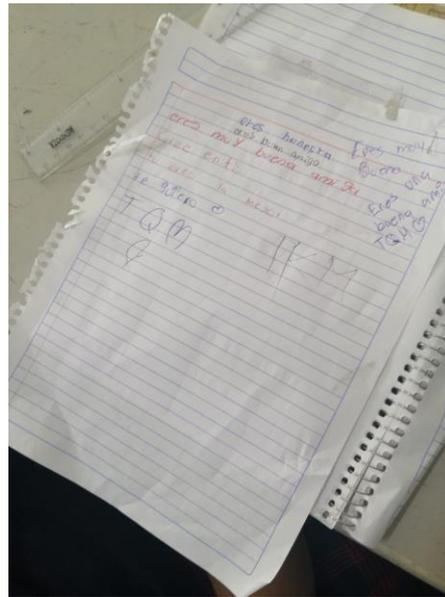
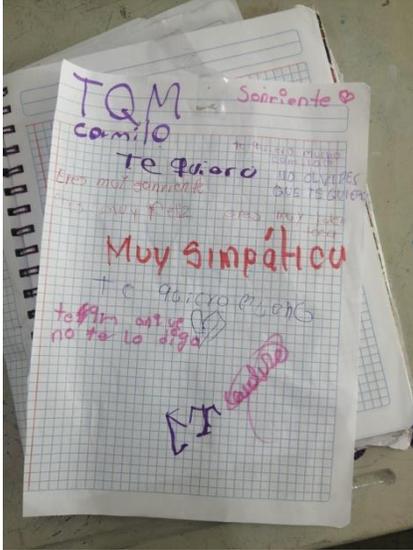
En esta actividad compartí con mis estudiantes cuáles son las características de la comunicación pasiva agresiva y asertiva e incluso les mencioné algunos ejemplos que aparecen en la página 66 y 67 de nuestra guía para ayudarles a identificar más fácilmente o al es una comunicación asertiva pasiva y agresiva, en esta actividad también realicé una pequeña variante le solicité a los alumnos que fueran honestos y muy conscientes y que redactaran de manera particular alguna situación donde hayan Martín manifestado alguna de estos 3 tipos de comunicaciones, en esta actividad los alumnos me solicitaron que no compartiéramos con el grupo sus escritos, imagino que algunos de ellos escribieron ejemplos de situaciones pasivas y por qué no hasta agresivas.

Actividad 4

El aula de las palabras amables

En esta actividad como lo marcan las sugerencias de nuestra guía, le pedí a los estudiantes ya previamente dándoles un pedazo de cinta que se colocarán y/o se pegaran con la ayuda de algún compañero una hoja en la espalda para que sus compañeras y compañeros les escribieran alguna palabra positiva o amable, Quiero mencionar que en esta actividad me quedé sorprendido con la participación de todos los alumnos, lo hicieron con buen agrado con alegría, con emoción, con calma, Los que son más serios los observé tanto solicitando que les escribieran alguna frase como también ellos escribiendo, esta actividad fluyó tan bien que los propios alumnos comenzaron a involucrarme en la actividad solicitándome que les escribiera una frase pero también llegó al momento en que una de las alumnas con hoja en mano y cinta me pegó mi hoja en mi espalda y todos los alumnos comenzaron a escribirme esas frases positivas y amables, la actividad se llevó a cabo con relativa calma, que tiempo nos hizo falta para seguir realizándola, al preguntarle ¿qué les había parecido las cuatro actividades? mencionaron al unísono, que esta última actividad fue la que más les gustó, al leer algunos de ellos las frases que les habían escrito nunca se imaginaron que sus compañeros los vieran de esta manera, frases como eres mi mejor amigo, eres la más linda de todas, me gusta tu sonrisa, sigue siempre alegre, entre otras que mencionaron los alumnos despertaron en cada uno de ellos esa comunicación asertiva que tanta falta hace a estas alturas del ciclo escolar, cpmp complemento de la actividad les pedí que las guardaran

en su portafolio de evidencias para releerlas cuando ocurra un conflicto que requiera realzar sus fortalezas.



Rúbrica PTP 2

Instrumento para evaluar PTP del módulo 2					
Evidencia: cuadro de sistematización y reflexión					
	Insuficiente	Suficiente	Satisfactorio	Destacado	
Indicadores	1	3	4	5	Observaciones
1. Identifica y explica tres emociones y sentimientos personales generados por las actividades realizadas.					
2. Describe de manera específica tres de las acciones que llevo a cabo para el logro de las actividades del mini proyecto 2.					
3. Pone en práctica estrategias, ejercicios y herramientas del módulo 2.					
4. Integra evidencias gráficas y explicación que los ejercicios realizados en colectivo.					