



SECRETARÍA DE EDUCACIÓN DE GUANAJUATO



DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN

PERSONAL (PTP)

Módulo 1

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

Cuando mis alumnos y yo comenzamos la actividad, note en ellos algo de confusión, pues no habíamos trabajado algo similar, conforme avanzo el audio de la relajación, los note más tranquilos, al final me dijeron que algunos sentían que se estaban quedando dormidos, llegamos a la conclusión en conjunto que fue porque sentían calma, la actividad se realizó al inicio de la jornada, por lo que también es importante mencionar que los alumnos trabajaron más tranquilos y felices, se mostraron más participativos.

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

A pesar de que al inicio me sentía muy nerviosa, porque pensé que la actividad no daría los resultados esperados; con el paso de los minutos logre encontrar la calma, al ver que ellos estaban respondiendo con sus actitudes y participaciones, con mis alumnos había trabajado en ocasiones anteriores actividades para reconocer sus emociones y en el proceso avanzar en la regulación de las mismas, lo cual es un poco complicado a esta edad, considero que con esta actividad logre poner en práctica lo que intento enseñar a mis alumnos, la regulación de emociones, comprender que no siempre todo va a salir como esperamos a pesar de nuestro esfuerzo, a confiar más en lo que yo hago como docente y en mis alumnos.

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

Considero que logre conectar con mis alumnos desde el momento en que mostraron disposición para realizar las actividades sin comprender completamente de lo que se trataría, pues no es un tema sencillo de explicar a alumnos de preescolar, empatizamos cuando ellos aceptaron y pusieron todo de su parte para ayudar a su maestra en una

ELABORADO POR: DANIELA ESTEFANIA GRANADOS LOPEZ

tarea. El ambiente de confianza que creamos juntos es maravilloso, pues los niños no comparten sus pensamientos y sentimientos especiales con cualquier persona, para mí es muy importante darme cuenta de que hemos logrado crear lazos de confianza, empatía y comunicación activa.

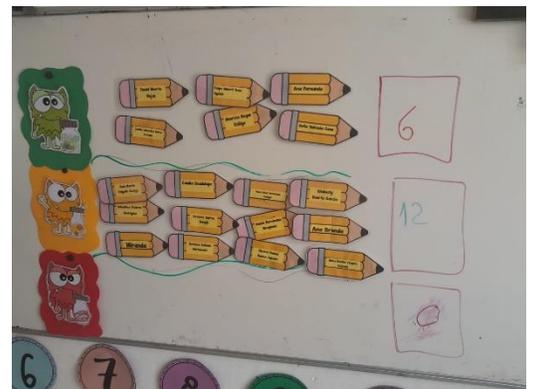
4. Opinión de este primer mini proyecto realizado.

Fue muy satisfactorio realizar estas actividades con mi grupo, me ha permitido dejar de lado mis preocupaciones personales y laborales, para poner más atención en lo verdaderamente importante de mi práctica, que es lograr que mis alumnos puedan conocer sus emociones y se sientan en plena libertad y confianza de expresarse conmigo y sus compañeros, algunos pocos, muestran inseguridad al participar, y con un alumno en específico no me ha sido posible lograr que exprese o realice en su totalidad las actividades propuestas, me preocupa la situación, pero ha sido prácticamente imposible lograr que los padres de familia se involucren en este proceso. Considero que el resto de las actividades de los módulos siguientes, darán excelentes resultados y propiciarán ambientes donde los alumnos reconozcan sus emociones, puedan hablar de ellas y sean conscientes de las emociones de los demás.

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

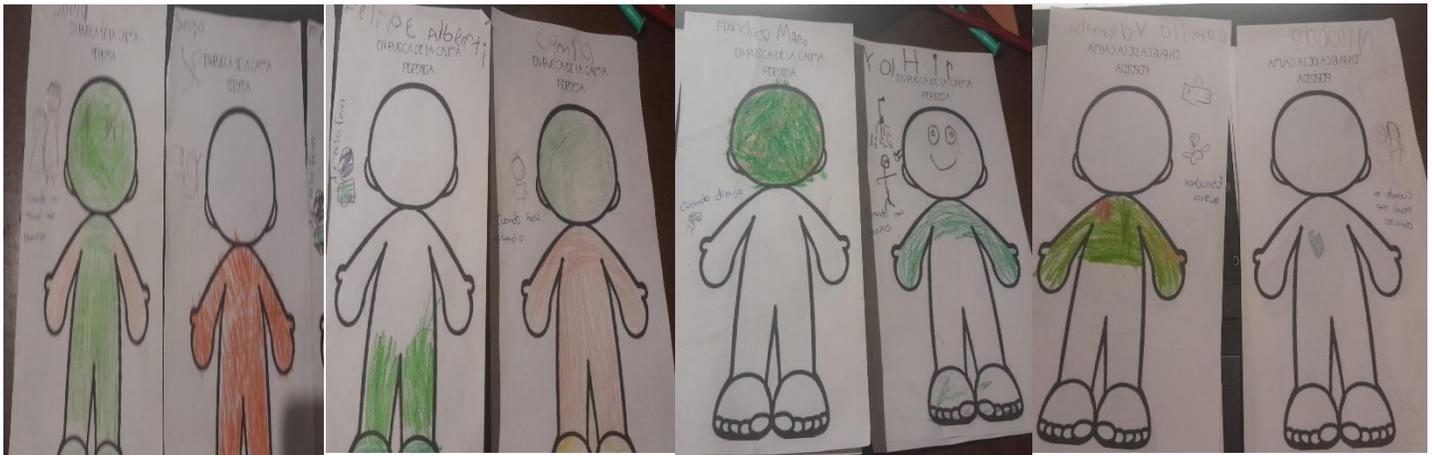
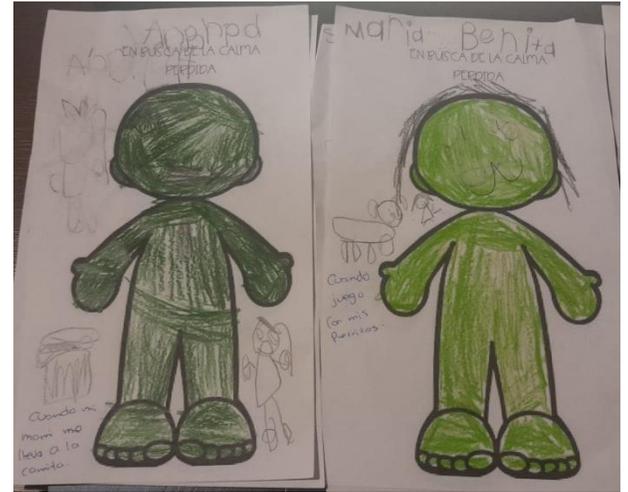


La primer actividad propuesta y aplicada con mi grupo para este mini proyecto, fue una meditación guiada llamada "un viaje por el arcoíris" en donde el personaje principal es un monstruo que los lleva por los distintos colores para representar las emociones, favorece la evocación de situaciones que generan dichas emociones, introduce a un estado de calma y reflexión, además de que fomenta el agradecimiento por situaciones que consideramos cotidianas y simples. Al final de la meditación guiada abrimos un espacio para la reflexión, en donde los alumnos mencionaban como se habían sentido, durante la actividad, que les causa, si les gustó y les gustaría volver a intentarlo, para que creen que funcione, en general los resultados fueron muy satisfactorios, principalmente observe a los niños más participativos y al inicio de la actividad muy curiosos por intentarlo, ya que es algo que no habíamos puesto en



La siguiente actividad de este mini proyecto, fue la realización de un termómetro de las emociones, utilizando solamente el enojo, la alegría y la calma, cada alumno que asistió, utilizó el portador de su nombre para colocarlo en la emoción que sentía en ese momento, de manera transversal se atendieron aprendizaje básicos como el reconocimiento del nombre y como se aprecia en la última foto, el conteo de colecciones, acciones que los alumnos también realizaron por si solos.

ELABORADO POR: DANIELA ESTEFANIA GRANADOS LOPEZ



Como ultima actividad aplicada para este mini proyecto, los alumnos relacionaron la calma, basados en lo que ya sabíamos y habíamos trabajado con los monstruos de colores, con el color verde, la actividad se llama "en busca de la calma perdida", la cual tiene como propósito lograr que los alumnos identifiquen la o las partes de su cuerpo donde sienten la calma, y que las colorean, como se puede ver en las fotografías, se logró el propósito, puesto que los alumnos realizaron la consigna, alguno no representaron la calma con color verde, si no, rojo y naranja. Además, les pedí que en un espacio dibujaran alguna acción, objeto o persona que los hiciera sentir en calma, las respuestas fueron muy elocuentes en la mayoría, pero si existen aun alumnos que no identifican la emoción ni pueden nombrar las situaciones que la generan, mencionan situaciones que no están relacionadas con la calma, aunque cada respuesta es relativa.

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.					
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.					