



DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN

PERSONAL (PTP)

Módulo 1

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

Vi su cara de asombro al ver como les iban quedando sus máscaras, tristeza al ver que no les iba quedando y tuve que apoyarlos y alegría cuando compartían sus experiencias.

Me sentí emocionada al realizar las actividades, su cara y mi cara de felicidad al ver que disfrutaban de la actividad y sobre todo sentimientos encontrados al leer sus emociones en diferentes situaciones.

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

Logre la participación e interacción de cada uno de los alumnos, durante el desarrollo de mis actividades planteadas para abordar el tema de las emociones.

Implemente tres acciones para abordar el tema:

- Semáforo de las emociones
- Situaciones donde expresen diferentes emociones como alegría, enfado, tristeza, miedo, vergüenza y calma.
- Elaboración de una máscara para expresar sus emociones.

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

Cada alumno pudo expresar sus sentimientos en alguna situación planteada.

4. Opinión de este primer mini proyecto realizado.

Las actividades planteadas me parecieron agradable y fáciles de realizar, considero importante la involucración no solo de los alumnos sino también del maestro.

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



Sesión 25: COLOR DE LAS EMOCIONES

Ámbito: Orientación de las inteligencias emocionales
 Aprendizaje: Reconocer que las emociones tienen un color en nuestro rostro.
 Actividad: Llena la siguiente tabla: anota algunas situaciones donde has sentido las emociones de alegría, enfado, tristeza, miedo, vergüenza, calma, posteriormente colorea las emociones.

Alegría	Enfado	Tristeza
feliz por que voy a ir al cine	por que vamos a ir al baño mi abuelo	por que fallece
Miedo	Vergüenza	Calma
por que por mi calle a un perro	por que voy a exponer	por que estamos en grupo

Sopa de letras de las emociones

Reconociendo emociones y sentimientos

Lista de emociones: ENOJA, AMORACIÓN, OPTIMISMO, GRATITUD, SATISFACCIÓN, AMOR, ASRADO, ENFADO, ENOJO, TRISTEZA, INDIGNACIÓN, IMPACIENCIA, ENVIDIA, VENGANZA, CELOS, DEPRESIÓN, DESEPERACIÓN, DOLOR, FELICIDAD, LASTIMA, INSEGURIDAD, PANICO, PEREZA, TRANQUILIDAD, SOLEDAD, VERGUEZA, TIMIDEZ, ORGULLO, IRA, CARINO, CONFIANZA.

3.- Analizando las emociones de la sopa de letras, ¿Qué emociones has sentido el día de hoy?
 alegría, enfado, felicidad, tranquilidad

52 Marisol Hortelano Rodríguez

Fecha: 3/16/2020

Sesión 26: SEMÁFORO DE LAS EMOCIONES

PARAR (Red), PENSAR (Amarillo), ACTUAR (Verde)

Ambito: Orientación de las inteligencias emocionales
 Aprendizaje: Reconocer que las emociones tienen un color según lo que sientes.
 Actividad:

Instrucciones:
 Colorea de color rojo, naranja o verde el círculo del semáforo que corresponda en función de la emoción que sientas con el enunciado de cada tarjeta.

- Rojo: Emociones negativas, como tristeza o enfado.
- Naranja: Indiferencia, no sientes nada.
- Verde: Emociones positivas, como alegría u orgullo.

57 Marisol Hortelano Rodríguez

Colorea cada Semáforo según la reacción que tengas ante la situación

Al acostarme veo una araña en mi cama (Verde)

Me toman mis útiles escolares sin mi permiso (Verde)

No asisto a clases (Verde)

Llego puntual a clases (Verde)

Me castigan el celular (Verde)

Repruebo una asignatura (Verde)

58 Marisol Hortelano Rodríguez

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.					