



SECRETARÍA DE EDUCACIÓN DE GUANAJUATO



DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN

PERSONAL (PTP)

Módulo 1

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

Me sentí muy tranquilo y relajado, para mi es muy difícil expresar mis sentimientos y emociones. En las diferentes actividades pude identificar algunas emociones como:

- Frustración: pues no sabía como empezar con algunas actividades, me costó mucho el poder realizarlas.
- Alegría, pues me parecía que no podría expresar lo que siento y conforma avance en la actividad me sentí capaz de expresarme.
- Sorpresa y seguridad: al poder llevar a cabo las distintas fases del programa.

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

Creo que es la clave para poder llevar a cabo una verdadera transformación personal ya que es un proceso continuo, en mi caso, me parece algo muy complicado de realizar ya que no estoy acostumbrado a hacerlo. El trabajo con las emociones me parecía algo que no tenía la mayor importancia sin embargo al ir realizando las actividades me fui quitando algunos estigmas sobre la expresión de las emociones y el trabajo con ellas en el aula, me preocupó no poder llevar a cabo la actividad con mis alumnos ya que soy consciente que, desde el ámbito docente es muy difícil dar algo que no se tiene.

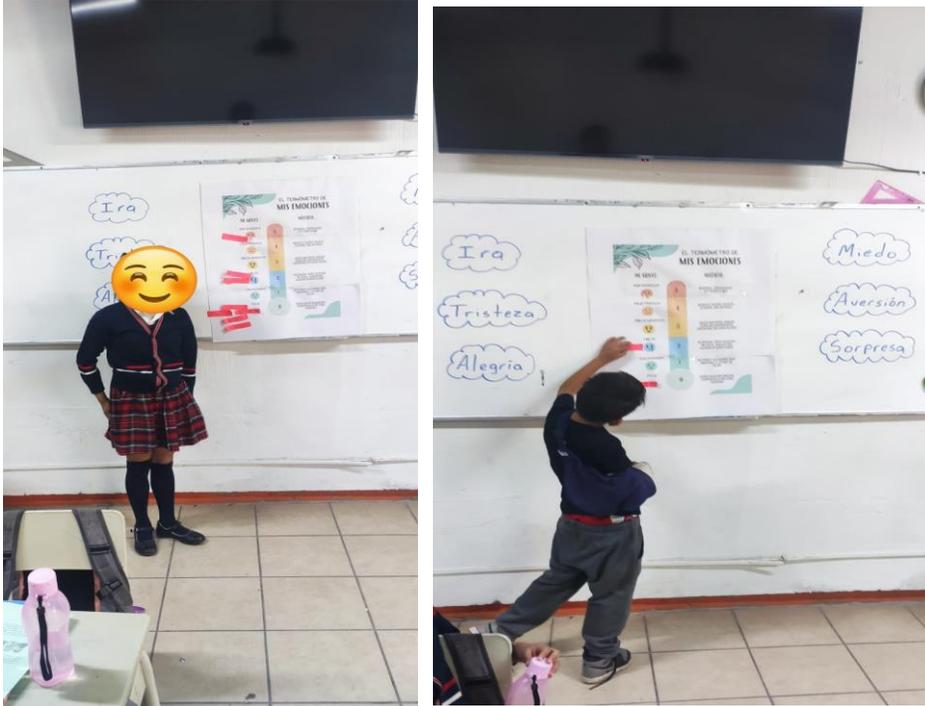
3. ¿Logré conectar con mis estudiantes? ¿de qué manera?

Si, ya es el segundo ciclo que trabajo con ellos y los cambios emocionales han sido mas evidentes pues son alumnos de cuarto grado y empiezan a sentir curiosidad por cuestiones sentimentales o sexuales, al abordar el tema de las emociones demuestran mucho interés para entender el por que tienen sentimientos y emociones tanto positivas como negativas, expresan sus dudas y comienzan a comprender que es algo natural y que, con el paso del tiempo, se acentuará conforme llega la pubertad y la adolescencia.

4. Opinión de este primer mini proyecto realizado.

Ha sido muy gratificante el poder expresar lo que siento y lo que sienten mis alumnos, en lo personal como ya lo he comentado, me cuesta mucho el poder expresar mis sentimientos y creo que lograr que los alumnos puedan expresar sus emociones y sentimientos les ayudara a ser mas resilientes.

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



El mini proyecto 1 “Mi botiquín Emocional” lo trabaje con alumnos de cuarto grado, como se menciona en la guía, las actividades tienen como finalidad el conectar con uno mismo, ser consciente de las emociones que sentimos, el por qué las sentimos y cómo podemos regular aquellas que nos resulten negativas.

En la actividad 1 “El termómetro de las emociones” a los alumnos les resultó complicado explicar el por qué se sentían felices o enojados, los sentimientos de tristeza fueron, en su mayoría, por la falta de algún familiar. En mi comunidad hay muchas familias monoparentales y, por consiguiente, los niños tienen una crianza alejada del estándar en cuanto a socialización, apego y vida social en familia como típicamente se acostumbra.

En cuanto a los resultados puedo mencionar que, como docente, me hace falta trabajar más el área socioemocional de mis alumnos para que puedan identificar algunas situaciones que, en lugar de hacerlos sentir mal, las vean como algo que formara parte de sus vidas y que no es algo negativo contar solo con algún miembro de su familia fungiendo como madre y padre a la vez. Como retroalimentación a mis alumnos les menciono que las emociones no son algo que se viva de manera permanente, si no que en cualquier parte del día podemos sentir una, dos o todas las emociones básicas, pero que son ellos los que deciden como tomar o afrontar alguna situación y convertir algo negativo en positivo.

NOMBRE: Camila G. B.H. GRADO: 4 GRUPO: A

• ¿Qué imaginan que pasó?
que el volcán siempre iba a dar
de cielos buenas noches diósi

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

• Al no poder controlar la emoción que sentía ¿a quién terminó lastimando más?
el volcán

• ¿Cómo lo hubiese podido hacer diferente el volcán?
a su tamaño

• ¿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?
una tiene que medir su enojo
para no lastimar a las demás personas

NOMBRE: Anaeli Viva Torres GRADO: 4 GRUPO: A

• ¿Qué imaginan que pasó?
que el volcán le dio buenas noches
y buenas noches y que era una abispa
y el volcán estaba

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

• Al no poder controlar la emoción que sentía ¿a quién terminó lastimando más?
al mismo porque tiene
que es preservar sus sentimientos

• ¿Cómo lo hubiese podido hacer diferente el volcán?
con un día q digiere mas

• ¿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?
el volcán y el bicho que

En la segunda actividad realizada con el grupo “Volcán de emociones” los alumnos tuvieron la oportunidad de escuchar la historia y reflexionar sobre lo que había ocurrido. Hubo comentarios sobre la amistad entre los dos entes y las emociones que pudo haber sentido el volcán al ver lo que estaba ocurriendo con su amigo.

En cuanto a la guía sobre la lectura les comenté a mis alumnos sobre el como poder regular algunas emociones que nos pueden llevar a actos negativos tanto para otros como hacia nosotros mismos, repasamos las emociones básicas e identificaron cuales podían estar presentes en la historia.

Platicamos sobre algunas situaciones que les hayan ocurrido dentro o fuera de la escuela y como respondieron, la platica se centro en como podemos hacer para ser asertivos en nuestras respuestas y no en calificar o estigmatizar lo que ya hicimos.

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.					