



## DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN

### PERSONAL (PTP)

#### Módulo 1

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

Al inicio sentí miedo por conocer y saber todo lo que iba a realizar en estas actividades, para lo cual tuve que enfrentar mis miedo e inseguridades al llevar a cabo esta nueva aventura de las emociones.

Fue interesante conocerlas, y saber el impacto tan relevante que tienen en la vida del ser humano en especial desde la edad preescolar, me causo incertidumbre el cual tuve que darme a la tarea de investigar varios conceptos, actividades, estrategias y ofrecer a mis estudiantes mayores experiencias con muchos aprendizajes nuevos para ellos, así como para sus familias.

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

Cada una de las actividades realizadas me permitieron **reflexionar** conmigo misma e **identificar** y **conocer** cuál sería la mejor manera de poderlas llevar a cabo con mis alumnos de acuerdo con las necesidades presentadas, ser **empática** e identificar cuáles serías sus expresiones al realizar las actividades o juegos vivenciados y lo más importante que impactarán en ellos las estrategias aplicadas como fueron los cuentos, y juegos.

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

Logré conectar con mis alumnos al observar su reacciones y expresiones en cada una de las actividades aplicadas, sus comentarios e ideas que expresaron en los cuentos “El volcán”, experiencias y el juego del termómetro permitió conocer qué saben los alumnos de las emociones, qué y cuáles conocen, cómo las han vivido, así como saber qué puntos de vista tienen sobre ellas y sus experiencias.

Las emociones que más reconocieron es la alegría, enojo y tristeza el cuál las otras conocen, aunque se les dificulta saber su nombre.

Expresan situaciones que se las generan en especial las antes mencionadas.

Reflexionaron con las preguntas planteadas en el cuento “El volcán”, el cual les llamó mucho la atención y la historia los atrapo rescatando la importancia de la reflexión antes de actuar, así como las consecuencias que pueden sufrir.

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

Este proyecto me permitió conocer más sobre las emociones, remarcar más sobre la importancia que tienen en la vida del ser humano desde el vientre materno hasta lo que abarca toda su vida, la relevancia que tienen las personas de su entorno en este caso docentes y familia para un pleno desarrollo emocional.

Gracias a este tipo de proyectos y cursos nos permite a los docentes no dejar de lado la parte emocional ya que en estos momentos de crisis se necesita retomarlos en las aulas y educar a las familias para mejores formadores de seres humanos para establecer sanas relaciones sociales.

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



### Actividad 1 “El volcán”.

En esta actividad se les contó el cuento en colectivo realizando diferentes entonaciones de voces, donde los alumnos lo escucharon con atención la historia, dieron respuesta a las preguntas que se les plantearon respecto a las emociones rescatando aportaciones relevantes sobre cómo reaccionar ante la emoción del enfado, qué consecuencias conlleva actuar de esta manera, destacando la importancia de cómo debemos actuar ante esta emoción.

Los alumnos reconocieron y dibujaron aquellas situaciones que las hacen enfadar como es que no les hagan caso, que no les presten los juguetes, porque los avientan en la fila y qué reacciones muestran ante esta emoción como el llanto, patear, irse a su cuarto y pegar cuando están así.

## ACTIVIDAD #2 “El termómetro de mis emociones”.



En esta actividad se inició cuestionando a los alumnos sobre aquellas emociones que conocían para ir las representando con dibujos en el pizarrón, se les presentó el termómetro con los diferentes niveles (bajo, medio, alto) y lo asociamos cada nivel con una intensidad emocional.

Expresaron como se sintieron al llegar a la escuela, señalando la emoción que los identificaba y expresando por qué llegaron así compartiendo los alumnos sus emociones.

Alan David: “yo estoy feliz porque quería venir a la escuela”.

Adriel: “yo estoy enojado porque quería quedarme en casa porque estoy enfermo”.

Anthony: “Yo feliz porque quería venir a la escuela a jugar”.

Alexa: “yo feliz porque quería venir a la escuela”.

Sofía: yo triste porque mi mamá me regaña porque no hago caso”.

Fueron algunas opiniones expresadas por los alumnos donde esta actividad permitió que los alumnos identificarán cómo se sentían, la relacionarán con la emoción de acuerdo a su sentimiento y expresará por qué se sentían así.

Es interesante conocer cómo llegan los alumnos a la escuela, qué situación están pasando y así poderles brindar una palabra de aliento para cambiar su estado de ánimo y aprendan a regular su emoción.

## 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.                                      |              |            |               |           |               |