



DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN

PERSONAL (PTP)

Módulo 1

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

Soy docente de educación primaria a cargo del grupo de 1A y las actividades que lleve a cabo con mis estudiantes son “Termómetro emocional” y “Volcán de emociones. Primero decidí iniciar con “Termómetro emocional” plasme el termómetro frente a mis alumnos y explique cuál era el propósito y función, enseguida comente brevemente sobre las emociones, lo cual me sirvió para llevarlos a pensar ¿cómo se sienten en este momento?, después los invite a colocar una estampa amarilla en el nivel del termómetro que representara su emoción. Las emociones con mayor presencia fueron **felicidad, calma y tristeza**. Algunos estudiantes compartieron sus pensamientos: **extrañan a un familiar cercano, el aula es un lugar divertido, curiosidad por aprender nuevas cosas y el lugar donde se ubica el salón es relajante**. Finalmente pregunte ¿qué emoción es la que les gusta experimentar más, la que menos y por qué? Sus respuestas fueron **felicidad, calma, preocupación, tristeza y enfado**. Concluí la actividad explicando **que todas las emociones son válidas que podemos cambiar la manera en que nos afecta, reconociendo y gestionando nuestras emociones**.

La segunda actividad que lleve “Volcán de emociones” inicie leyendo en voz alta el cuento “El volcán” finalizada la lectura dibuje en un papel rotafolio la imagen del volcán haciendo erupción, invite a los estudiantes a que reflexionaran y pensarán ¿Qué emoción sentía el volcán creciendo en su interior? a lo que dijeron **miedo, tristeza, desesperación, molestia y coraje**. Sus ideas las retroalimente argumentando que muchas veces la **frustración, ira y enfado** nos lleva a reaccionar inapropiadamente afectando a los demás y a nosotros. Y en esos casos necesitamos respirar, contar hasta diez y pedir ayudar. Cerré la actividad preguntando a las niñas y niños ¿les ha pasado alguna vez que, por no medir su enojo, terminan

lastimando a alguien que quieren? ¿Cuál sería la moraleja de esta historia?

Concluyendo “Manejar las emociones de forma apropiada según la situación y la persona”

2. ¿De qué manera logré conectar conmigo mismo/a?
 - a) Reconociéndome primeramente como un ser sintiente, en la búsqueda de la conciencia, regulación y autonomía emocional.
 - b) Generando conciencia en los estudiantes de sus propias emociones.
 - c) Reflexionando sobre las narraciones de las actividades.

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

Considero que sí. Por qué lleve a los estudiantes a la situación que quería que pensarán, ¿cómo? con actividades previas de **calma y gratitud**, después que el lenguaje que utilice fue claro, el apoyo de los materiales, explique que son las emociones: enfado, frustración, preocupación, tristeza, calma y felicidad, y que necesito hacer en cada una. Todo esto fue fundamental para que los alumnos conectaran con el momento y que pensarán lo que de verdad sentían. Agregando también que entre alumnos y maestro hubo **intercambio de pensamientos, sentimientos y anécdotas**.

4. Opinión de este primer mini proyecto realizado.

Para mí es indispensable trabajar actividades sobre las emociones, este proyecto me amplió la perspectiva sobre la importancia que tiene las emociones sobre el aprendizaje de los estudiantes.

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



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.				x	
Identifica y explica de manera específica tres emociones y sentimientos de sus estudiantes que generaron las actividades.			x		
Describe de manera específica tres de las acciones que llevo a cabo para el logro de las actividades de este mii proyecto.				x	
Integra evidencias gráficas y explicación que los ejercicios realizados en colectivo.				x	