DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

Módulo 1

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

En primer lugar, siento a veces frustración porque no logro que todos los alumnos se involucren en la actividad, pero trato de enfocarme y guardar calma para seguir adelante y no detenerme, pues vale la pena por quienes sí valoran estas actividades.
En segundo término, experimento calma porque la actividad me sirve a mí como ser humano y docente y también a los alumnos, lo cual me deja tranquilo porque sé que estoy atendiendo tanto la parte cognitiva como la emocional.
Finalmente, feliz ya que pude percatarme de las reacciones de los chicos ante la actividad, sobre todo de aquellos que son reservados, y estos ejercicios les hacen sentirse atendidos.

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

Por medio de la resignificación de mi forma de enseñanza porque a veces pienso que soy monótono y tradicionalista, pero estas actividades me hacen que me motive a saber que puedo ser diferente, que es primordial trabajar en el aula primero con las emociones y después con la mente, de tal forma que logremos resultados diferentes.
Del mismo modo, por medio de los instrumentos de valoración pude detectar mis propias competencias emocionales y de qué manera seguir desarrollándolas

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

Claro que logré conectar con los estudiantes, primeramente, porque siempre trato de ser un docente cercano, que les da confianza, que les pregunta cómo se siente, cómo les va, y que da espacios para dialogar. Así mismo sus comentarios y reacciones me hicieron notar que se interesaron en la actividad ya que muchas veces son ejercicios

que no realizan en su vida, por eso considero que la secundaria es un espacio idóneo para trabajar con ellos en relación con las emociones.

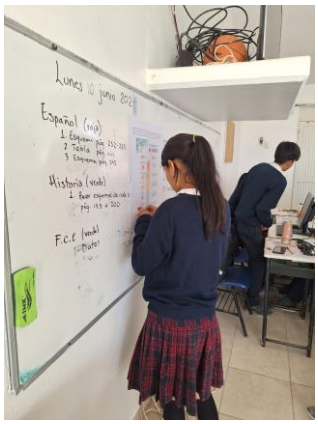
4. Opinión de este primer mini proyecto realizado.

Llevar a cabo estas actividades me permitió darme cuenta que los chicos muchas veces necesitan de estos ejercicios, pues no todo es cognitivo, si no que también se ocupa trabajar el corazón y el sentir, menciono esto porque recibí varios comentarios acerca de que por qué no hacíamos más de esas actividades, que les había gustado y que además de hacerlos salir de la rutina los permitían convivir más, conocerse y que se sentían más atendidos. Por esa razón, agradezco a este curso por darnos herramientas para aplicar en el aula y renovar la docencia que tanta falta me hace.

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

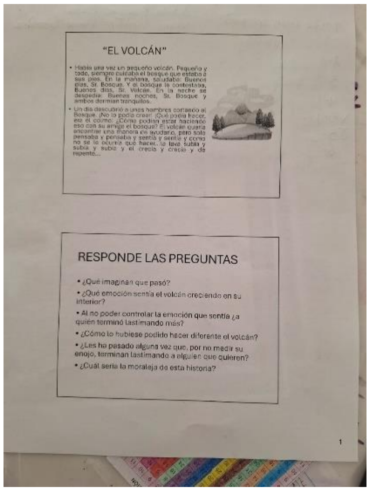
Termómetro emocional

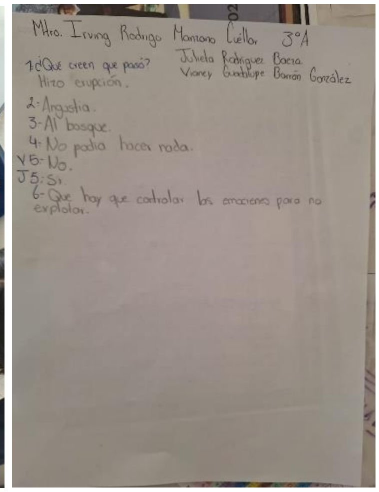
Lo que llevé a cabo fue primeramente fue iniciar la actividad con un discurso acerca de la importancia de saber cómo estamos emocionalmente y su impacto en nuestras actividades cotidianas, al tiempo que les dije que estaba muy emocionado porque estoy en un curso donde nos mencionan esos temas, y que esas actividades no sólo eran para maestros, sino que también piensan en ellos como estudiantes, por esa razón les iba compartir e invitar a participar en 2 ejercicios, procedí a imprimir y pegar en el pizarrón el termómetro de mis emociones, mientras eso sucedía les iba preguntando de forma oral ¿Cómo se sienten? ¿cuál es su emoción actual? ¿qué emociones les gusta más experimentar? ¿por qué? Les di instrucciones de que con apoyo de una etiqueta color roja que les di a cada quien colocaran su nombre y pasaran uno por uno a pegarla junto al emoji que correspondía a su estado de ánimo, a algunos les pedía que nos explicaran su emoción, después de un tiempo socializamos y pudimos reflexionar en torno a los resultados de la actividad y también de cómo se sintieron antes de hacerla y ahora que ya la finalizamos.



El volcán

Entregué impreso el cuento del volcán en parejas, lo leímos en grupo y, posterior a ello, procedimos a dejar un tiempo para que contestarán sus preguntas, después, los puse en islas de trabajo, para que socializaran y al final, pedí a un integrante de cada equipo que pasara al frente a compartir sus conclusiones y cómo fue su experiencia en esta actividad y su relación con las emociones.


"EL VOLCÁN"
Había una vez un pequeño volcán. Pequeño y todo, siempre cuidaba el bosque que estaba a sus pies. En la mañana, saludaba: Buenos días, Sr. Bosque. Y el bosque le contestaba, Buenos días, Sr. Volcán. En la noche se despedía: Buenas noches, Sr. Bosque y ambos dormían tranquilos.
Un día descubrió a unos hombres cortando el Bosque. ¡No lo podía creer! ¡Qué podía hacer, era el colmo! ¿Cómo podían estar haciendo eso con su amigo el bosque? El volcán quería encontrar una manera de ayudarlo, pero solo pensaba y pensaba y sentía y sentía y como no se le ocurría qué hacer.. la lava subía y subía y subía y el crecía y crecía y de repente...
RESPONDE LAS PREGUNTAS
¿Qué imaginan que pasó?
¿Qué emoción sentía el volcán creciendo en su interior?
Al no poder controlar la emoción que sentía ¿a quién terminó lastimando más?
¿Cómo lo hubiese podido hacer diferente el volcán?
¿Les ha pasado alguna vez que, por no medir su enojo, terminan lastimando a alguien que quieren?
¿Cuál sería la moraleja de esta historia?
1


Mtro. Irving Rodrigo Manzano Cuéllar 3°A
Julieta Rodríguez Baeza
Vianey Guadalupe Barrón González
1¿Qué creen que pasó?
Hizo erupción.
2-Angustia.
3-Al bosque.
4-No podía hacer nada.
V5-No.
J5-Si.
6-Que hay que controlar las emociones para no explotar.

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	