



DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN

PERSONAL (PTP)

Módulo 1

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

Tristeza el reconocer e identifica las emociones porque recordé ciertas etapas y situaciones que viví, alegría por que reconocí que de una u otra manera superé esas situaciones, tranquilidad conmigo mismo.

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

Yo creo que sentí que conecte conmigo mismo cuando reconocer las emociones que por un tiempo estaban guardadas o reprimidas esto me provoca una sensación de tranquilidad, calma y alegría me siento mucho mejor.

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

Creo que no al cien por ciento, pero la mayoría de los alumnos sintió el compromiso de lo importante que es reconocer las emociones primeramente las propias y luego las de los demás para mejorar la convivencia dentro del salón de clases y también observe que entre ellos se entendieron más ahora necesito seguir viendo como se van interactuando para ver si lo que realizamos aquí en el salón lo están llevando a cabo fuera.

4. Opinión de este primer mini proyecto realizado.

Mi opinión es que las actividades sirven de mucho, compartir con los alumnos sus experiencias de por qué han sentido diferentes emociones fortalece el vínculo entre el docente y los alumnos a demás se promueven los valores como el respeto, algunos alumnos se mostraban tímidos al compartir sus emociones, pero después de un rato y al ver que otros lo hacían tuvieron confianza. Al realizar las actividades los niños pudieron reflexionar sobre sus emociones e identificar algunas, incluso algunos se dieron cuenta que cuando están enojados o tristes les dolía alguna parte de su cuerpo cosa que no habían identificado en ellos mismos, se observó también el interés después de la primera

actividad. En conclusión, puedo decir que el trabajo con las emociones fortalece la confianza que hay en el grupo y sensibiliza a los alumnos para respetar a sus compañeros así mismo los alumnos aprenden a autorregularse ante una emoción que no es favorable como el enojo o la frustración.

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

De las actividades sugeridas me llamaron la atención 2:

- 1) Termómetro de mis emociones
- 2) Los colores de mis emociones.

Los colores de mis emociones

En esta foto se puede observar que los alumnos asignaron un color para cada una de las emociones señaladas en este momento es ene que ellos identificaban la parte de su cuerpo donde sentían cada una de las emociones.

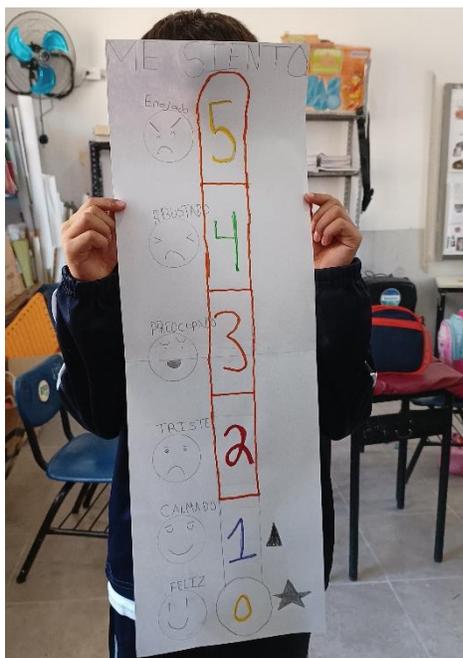
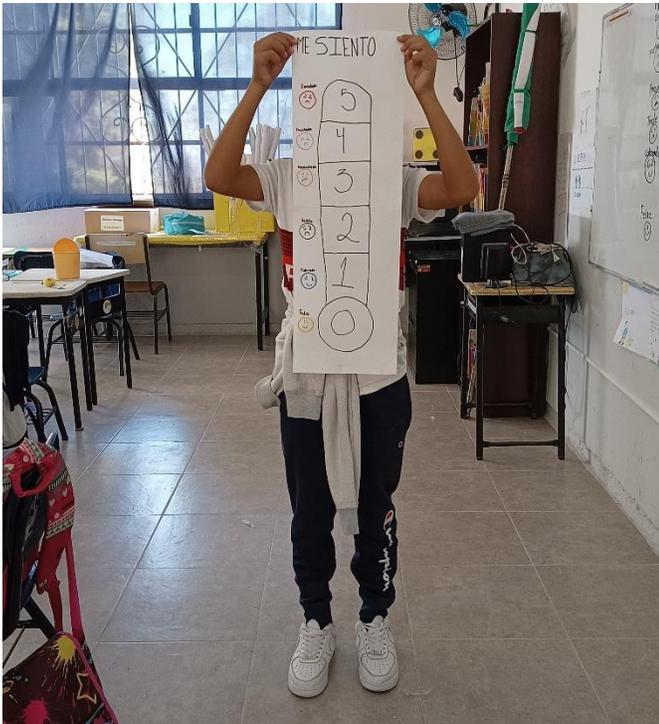


En esta fotografía los alumnos participaron explicando y compartiendo su actividad al final e hizo una breve reflexión sobre la importancia de identificar como nuestro cuerpo percibe las emociones para poder controlarlo.



Termómetro de mis emociones.

En esta actividad los alumnos elaboraron el termómetro de las emociones después cada uno de ellos puso una marca en el lugar donde indicaba como se sentía el día de hoy, al final cada alumno compartió como se sentía razón por la que puso esa marca en ese lugar.



Los alumno colocaron la marca que indica como se sentían el día de hoy.

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		A algunos alumnos les cuesta trabajo expresar su emociones por pena o miedo a que se rían de ellos al final de la actividad se hizo mención de la importancia de respetar a los compañeros para que puedan opinar.
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	
---	--	--	--	---	--