



DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN

PERSONAL (PTP)

Módulo 1

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

Las emociones fueron acordes a lo que cada pequeño pensaba o alguna vivencia tenida en ese día o un día anterior. Algunas de ellas son las siguientes:

Actividad termómetro emocional:

Feliz: “voy a jugar con mis compañeros”, “mi mamá me trajo a la escuela”, “me compraron una dona y me la voy a comer al rato”, “a la salida voy a ir con mis abuelos a su casa”, “vine a la escuela”.

Calma: “mi abuelo va a venir por mí”, “mi papá está aquí en la escuela”, “voy a jugar en recreo con mi hermana”.

Triste: “mi mamá está enferma”.

Enojo: “mi mamá no me trajo a la escuela, fue mi tía”, “no me dejó mi papá estar en la alberca”.

Actividad: volcán

Imaginaron y pensaron en el volcán y en el bosque al inicio muy felices saludándose; después al volcán muy preocupado y poco a poco más enojado haciendo erupción; imaginaron y pensaron en el bosque triste cuando fue quemado por la lava; imaginaron y pensaron en los animales del bosque huyendo preocupados y con miedo cuando el volcán estaba haciendo erupción.

Actividad en busca de la calma

Pensaron en cada parte de su cuerpo ubicando la sensación de su emoción y en donde lo sienten más; pensaron en el color de la emoción y de las emociones; pensaron en situaciones, personas, lugares u objetos que les dan tranquilidad. Las emociones expresadas durante el desarrollo de esta actividad fueron: feliz, calma, enojo, miedo, preocupación.

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

Con el análisis de las lecturas, videos, webinar que he realizado y actividades practicas aplicadas con mis estudiantes; he reflexionado sobre lo que estoy haciendo en mi labor docente y también personal, lo que necesito cambiar para mejorar y ayudar aún más a mis estudiantes en el desarrollo de sus emociones y para mí misma. Mis estudiantes y yo estuvimos tranquilos, con calma, felices, en colaboración, participando de manera constante, en comunicación y con escucha activa. En un ambiente de confianza, respeto, y empatía.

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

Sí logré conectar con mis estudiantes, en el desarrollo de las actividades mis alumnos estuvieron felices, participativos, les gustaron las actividades, la mayoría de los pequeños expresaron sentirse en calma y felices, los estudiantes que expresaron emoción de enojo (2) y preocupación realizaron la acción de “necesito...” (el termómetro de mis emociones), comentando después al preguntarles: ¿qué emoción sentían? ¿cómo se sentían?, me dijeron que ya sentían “calma”, ya no se sentían enojados; el pequeño que se sentía triste también realizó “necesito...”, pero con él dialogué un poco más diciéndole palabras positivas hacía el y para la salud su mamá enferma, lo motivé y también le di su espacio, un descanso porque a veces no quería participar (solo observaba), después nuevamente realizaba a las actividades comentando poco y realizándolas individualmente.

El volcán fue de gran interés para mis estudiantes expresaron las emociones que se presentaron en la historia e incluyeron más emociones a la historia que ellos fueron inventando al ampliar y llegar al final.

En la actividad en busca de la calma perdida hubo también variedad de emociones la mayoría feliz, una estudiante enojada, expresaron cada pequeño su sentir el color que para ellos representa esa emoción y en donde la sentían; se emocionaron mucho y

estuvieron con calma y muy atentos, felices, diciendo también el objeto, persona, animal o situación que les tranquiliza.

4. Opinión de este primer mini proyecto realizado.

Me gustó mucho, fue interesante, las actividades relevantes, divertidas y reflexivas que favorecen al desarrollo de las emociones.

En la actividad:

Termómetro emocional, les hice y presenté la imagen en tamaño rotafolio de el termómetro de mis emociones, les mostré y expliqué cada parte que conforma el termómetro (me siento..., las caritas de las emociones, la numeración gradual, necesito...) al lado estaban cada uno de los nombres de mis estudiantes en el pizarrón; por turno los invité a pasar, agarrar su nombre y reflexionar sobre la emoción que sienten y el porqué, pegaron su nombre en la emoción que sienten y dijeron el porqué, una vez que pasaron ya todos los estudiantes reafirmamos e hicimos lo que “necesito...” hacer para sentirnos mejor en cada emoción. Hubo diferentes emociones que los niños expresaron sentir: feliz, calma, preocupación, enojo.

En busca de la calma perdida, mencionaron las emociones, cuál sentía y el porqué, el color que le dan a su emoción; les di una silueta en la cual se dibujaron y colorearon del color que piensan que es su emoción, la intensidad de su emoción y marcaron un círculo o dibujaron en donde sienten la emoción; para una mejor comprensión yo fui iniciando al expresar que persona, animal, objeto o situación les tranquiliza, yo les dije el objeto y la persona que me tranquiliza así mismo una situación que cuando la hago me da calma; después mis estudiantes reflexionaron y por turno fueron diciendo lo que a ellos les tranquiliza, que les da calma, les gustó mucho, estaban felices escuchando, atentos, participativos.

En la actividad del “volcán”, en la lectura de la historia fui dando la entonación y fui haciendo movimientos gestuales y corporales de acuerdo a lo que iba leyendo en la lectura, los pequeños también lo fueron imaginando, muy atentos. Al terminar esta lectura les fui guiando solo al inicio para que ellos mismos fueran dando continuidad de

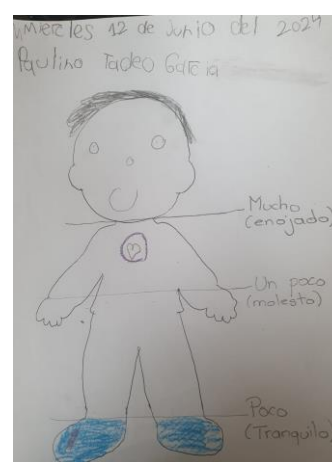
la historia agregando más emociones y el mencionar porqué se sentían así. Cuando les hice las preguntas también fueron reflexionando y fueron muy asertivos con sus respuestas; cuando mis estudiantes mencionaron en la moraleja “cuando nos enojamos hay que respirar profundo, contar hasta 10, y hablar con alguien para que nos ayude” yo les recordé también evitemos explotar como el volcán, hay que calmarnos como mencionaron y resolver los conflictos de manera pacífica, evitando hacer daño a nosotros mismos y a los demás.

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

Identificaron diciendo las emociones que se encuentran en el termómetro emocional, después cada preescolar por turno identificó y colocó su nombre en la emoción que sentía mencionando el porqué de ello; al final reafirmamos e hicimos la acción de lo que se “necesita...” hacer para sentirnos mejor en cada emoción.



Los estudiantes expresaron la emoción que sienten y de que color para ellos es dicha emoción y en que parte del cuerpo la sienten:
 Renata siente mucho enojo, es de todos los colores y lo siente en el pecho.
 Paulino Tadeo siente un poco de calma en color azul, lo siente en el corazón.



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.					