



DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN

PERSONAL (PTP)

Módulo 1

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

Hasta el momento todas las actividades han sido muy significativas, con ellas he recordado la importancia de tener muy conscientes y presentes nuestras emociones sin importar que estas sean buenas o malas. Algo que me pareció muy importante son las afirmaciones y la gratitud, pues al practicarlas reconocemos y reafirmamos nuestro valor como personas, y lo mejor de todo es que todos estos aprendizajes los podemos transportar a nuestras aulas, para que nuestros estudiantes tengan la oportunidad de conocer la Educación Socioemocional a través de estas estrategias y herramientas.

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

Al hacer una pausa durante mi día y tener ese espacio para agradecer, realizar afirmaciones, ser consciente de cómo me siento y que puedo hacer para sentirme mejor o manejar esa emoción. El video para realizar respiraciones me gustó mucho, y aproveche para compartí

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

Si, en el nivel preescolar es un tanto complejo que los niños sean conscientes de sus emociones pues debido a su etapa de desarrollo están en aprendizaje constante, sin embargo recordamos la importancia de regular estas emociones. Los alumnos expresaron en que momentos se sienten felices, tristes, enojados, y compartieron que emoción sentían en ese momento. Considero que pude conectar con ellos con el simple hecho de destinar un momento de espacio para compartir y expresar como nos sentimos, eso genero una cercanía y un ambiente de paz y respeto.

4. Opinión de este primer mini proyecto realizado.

Al principio tuve dudas de que actividad realizar pues mis alumnos son muy pequeños, elegí el termómetro pero realice algunas adecuaciones para que fuera más fácil y los niños pudieran comprender la consigna, me sorprendió que algunos de los alumnos me daban alternativas para regular dichas emociones, esta actividad me gustó mucho y la implementaremos de manera permanente especialmente cuando haya algún conflicto o desacuerdo en los alumnos.

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



-Los alumnos identificaron algunas de las emociones básicas. Realizaron la carita de la emoción que sentían en ese momento.



-Propusieron acciones para regular las emociones y platicamos que podíamos hacer para sentirnos mejor.

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.					