

## DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN

### PERSONAL (PTP)

#### Módulo 1

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

\_\_\_ En un principio mis pensamientos eran confusos y un tanto temerosa a lo que pasaría, pues invite a las mamás a llevar a cabo la actividad “volcán de emociones” porque no quería que ellas tomaran la actividad como simple compromiso de participación, sino que les proporcionara herramientas para implementar con sus hijos en casa, ya que algunas no tienen tacto en su forma de dirigirse con ellos y su volcán hace erupción con facilidad. En cuanto a la actividad “en busca de la calma perdida” la implemente con mi hija, fue agradable saber que busca por sí misma los tiempos y espacios en casa para estar en calma y es capaz de reconocer sus emociones, buscando el jardín como un lugar favorito porque hay plantas que le proporcionan estar en calma, seleccionando el color verde como su favorito para sentirse así. La última actividad fue “saberes que emocionan” la lleve a cabo con todo el grupo pero me enfoqué prácticamente en mis alumnas que su papá ha muerto por diferentes situaciones (salud, violencia y daños colaterales) principalmente porque estuvimos haciendo en los últimos dos días de la semana estuvimos haciendo un detalle a papá y mostraban tristeza, expresando que sus papás murieron y a quién entregarían ese detalle, ellas tuvieron la confianza de expresarse como se sentían a lo cual la actividad prácticamente estaba enfocada a esto, compartieron que sus sentimientos eran de tristeza y eso provoca llanto, porque ya no los pueden abrazar, una de ellas se llama Gemma y ella desde que sucedió lo de su papá la apoyaron en casa llevándola con un tanatorio, lo cual ha sido de mucha ayuda para sobre llevar la situación, permitiéndole expresarse abiertamente y reconoció que no todos expresan sus emociones igual, las emociones se sienten en el cuerpo, porque si sienten miedo, se les pone la piel chinita, si se enojan aprietan la boca, si les da vergüenza se quieren esconder y si están alegres o tristes también lloran, fueron sus comentarios. La verdad me sorprendió su

participación y me sentí tranquila, porque dio pauta a la expresión de sus demás compañeros.

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

\_el sentir tristeza por su situación siendo tan pequeños, miedo por no saber como reaccionarían y al final calma por lo que ellos expresaron, me permitió conectarme conmigo misma, porque parezco ruda pero tengo corazón de pollo.\_

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

\_Ellos saben que soy un amor y por eso se acercan a mi para decirme lo que sienten y hay esa confianza de jugar y respetarnos en grupo, tal ves sea por su edad pero es tanta su confianza que hasta me platicaron situaciones personales. \_\_\_\_\_

4. Opinión de este primer mini proyecto realizado.

\_Este mini proyecto fue una gran experiencia que a pesar de la falta de tiempo y el estresarme por como abordar las actividades los resultados fueron satisfactorios porque agregaron un granito de arena a los papas y reconocieron la importancia de saber regular sus emociones como adultos principalmente al estar con sus hijos, el escucharlos para saber como están ellos y lo que sienten o piensan ya que los niños dieron muestra que para ellos es fácil expresarse por las actividades previas. \_\_\_\_\_

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

## MINI PROYECTO: "MI BOTIQUIN"



“Volcán de emociones”

Participantes: docente, madres de familia y alumnos

“En busca de la calma perdida”

Participantes: madre e hija



“Saberes que emociona”

Participantes: docente y alumnos



## 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.					