



DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN

PERSONAL (PTP)

Módulo 1

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

Hubo buenos comentarios respecto al desarrollo de las actividades, realizar el termómetro emocional y el volcán resultaron excelentes estrategias para mis alumnos. La mayoría de los niños mostraron calma, obediencia y estar relajados al momento de llevar a cabo la actividad de respiración, después marcaron la emoción actual en el termómetro de las emociones, algunos mencionaron estar preocupados, otros calmados, pero eso sí, la mayor parte de los alumnos externaron estar contentos por asistir a la escuela. Hubo buena disposición y participación al momento de mencionar la causa por la cual se sentían de esa manera.

Posteriormente pasamos a la actividad del volcán; cuando les dije que les iba a contar un cuento se pusieron muy alegres, después se pusieron tristes por lo ocurrido al bosque, reflexionaron que nos es bueno enojarse porque pueden llegar a causar muchos problemas, hacer sentir mal a las personas o lastimar a alguien. Después de externar su pensar contestamos algunas preguntas.

Finalmente colorearon un volcán y escribieron lo que los hace enojar y lo que llega a pasar cuando ellos se enfadan. Me sorprendieron algunas respuestas ya que en el aula algunos muestran ser niños (as) tranquilos, pero hasta hoy me enteré de lo que llegan hacer en su hogar. Pasamos momentos agradables y divertidos además de que hubo atención, buenas participaciones y paciencia.

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

Antes de iniciar las actividades disfruté de un momento a solas, realicé la respiración indicada en la actividad uno, aprecié lo que soy y quien soy y valoré mi labor como docente.

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

Si, me puse en lugar, logré que se sintieran seguros y contentos, que expresaran su sentir, los entendí y comprendí.

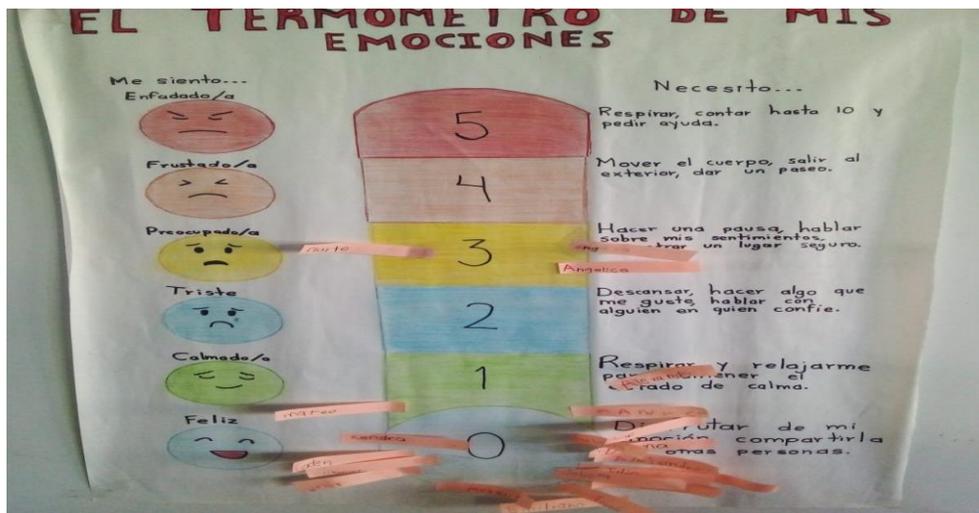
4. Opinión de este primer mini proyecto realizado.

Excelente, me dejó buenos resultados con el grupo y conmigo mismo. Son actividades interesantes, llamativas, atractivas, que logran que uno se desahogue. Muchas de las veces dejamos de lado estas acciones y nos enfocamos solo en cumplir con el programa, pero ocupamos dar tiempo y espacio para compartir estas experiencias.

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



Evidencia de las actividades llevadas a cabo.



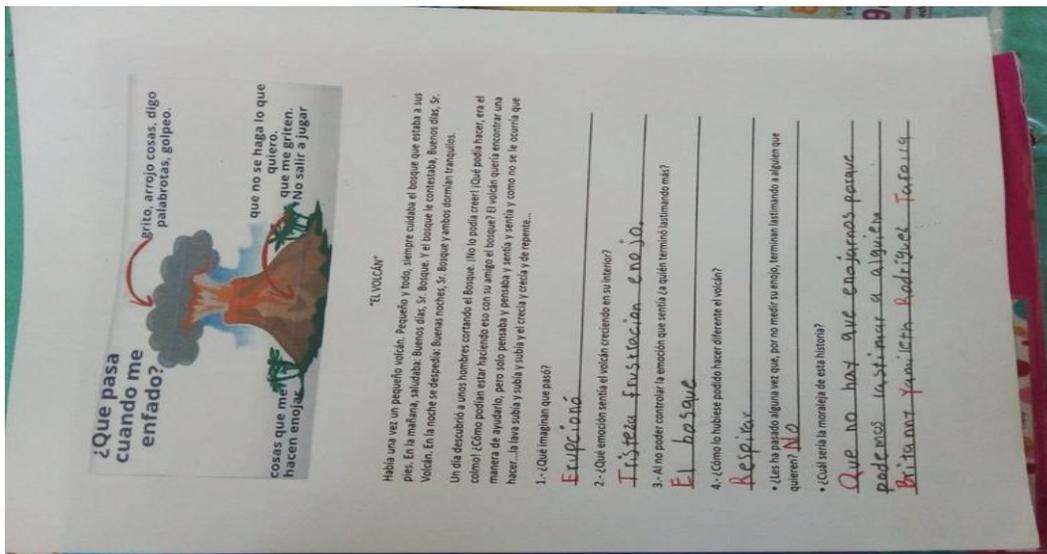
Cada alumno fue pegando un papelito en la emoción que estaban presentando en ese momento.



Alumno con poca participación en otras actividades, pero esta ocasión llegó con mucha disposición, hubo participación y trabajo.



Alumnos haciendo la respiración indicada en la actividad 1. Mencionaron sentirse calmados, felices y relajados.



Trabajo realizado después de haber contado y leído el cuento, sorprende escuchar las buenas participaciones de los alumnos.

¿Que pasa cuando me enfado?

grito, arrojé cosas, digo palabrotas, golpeo.

que no se haga lo que quiero, que me griten, No salir a jugar

cosas que me hacen enojas

"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 que hacer... ¡la lava subía y subía y subía y el crecía y crecía y de repente...

1.- ¿Qué imaginan que pasó?
Erupción

2.- ¿Qué emoción sentía el volcán creciendo en su interior?
Tristeza, frustración, enojo.

3.- Al no poder controlar la emoción que sentía ¿a quién terminó lastimando más?
El bosque

4.- ¿Cómo lo hubiese podido hacer diferente el volcán?
Tranquilizarse.

• ¿Les ha pasado alguna vez que, por no medir su enojo, terminan lastimando a alguien que quieren?
No nunca jamás

• ¿Cuál sería la moraleja de esta historia?
que no hay que enojarnos porque podemos lastimar a alguien.

Alejandro Cortes Sanchez

¿Que pasa cuando me enfado?

grito, arrojé cosas, digo palabrotas, golpeo.

que no se haga lo que quiero, que me griten, No salir a jugar

cosas que me hacen enojas

"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 que hacer... ¡la lava subía y subía y subía y el crecía y crecía y de repente...

1.- ¿Qué imaginan que pasó?
Erupción

2.- ¿Qué emoción sentía el volcán creciendo en su interior?
Tristeza, frustración, enojo.

3.- Al no poder controlar la emoción que sentía ¿a quién terminó lastimando más?
El bosque

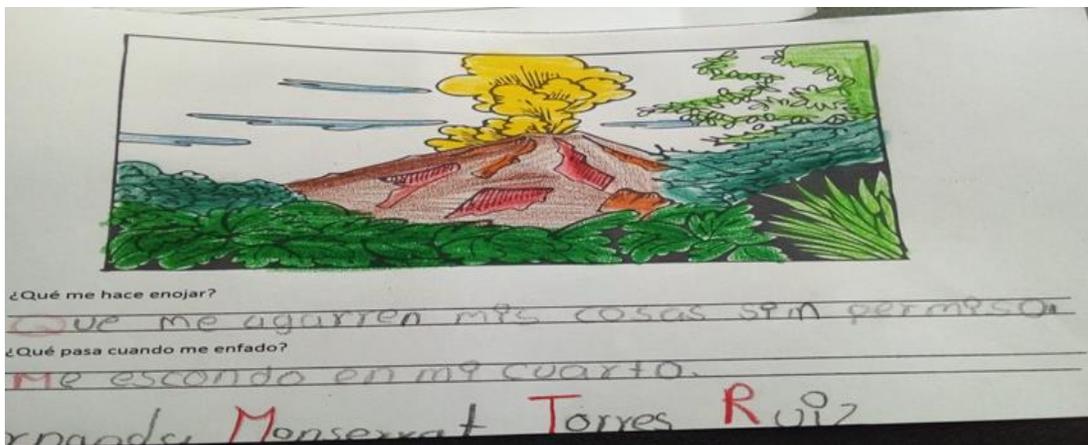
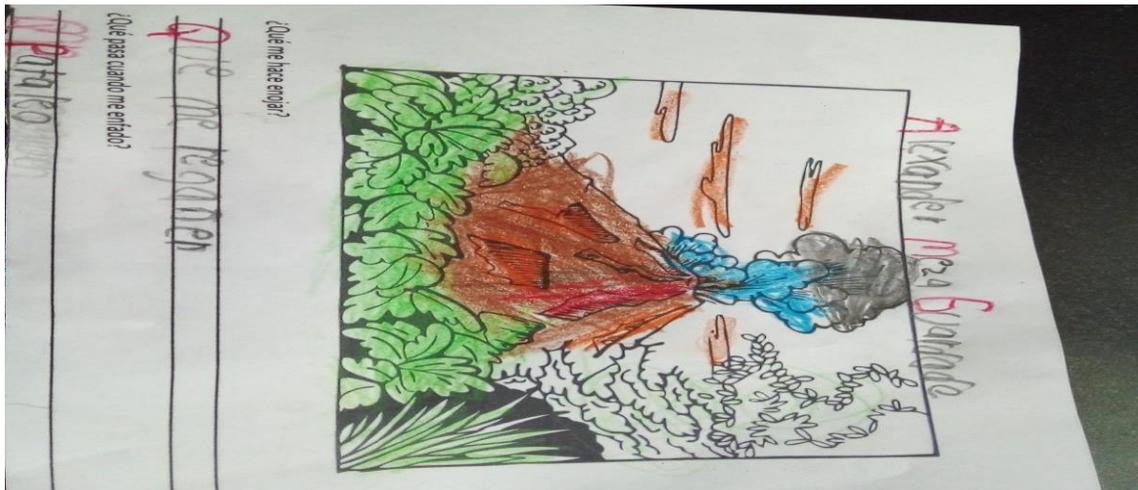
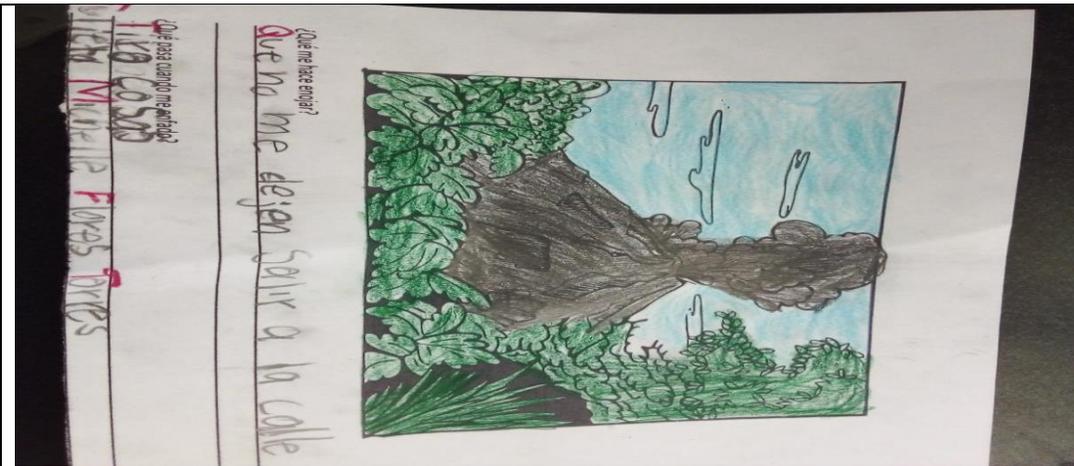
4.- ¿Cómo lo hubiese podido hacer diferente el volcán?
Respirar

• ¿Les ha pasado alguna vez que, por no medir su enojo, terminan lastimando a alguien que quieren?
Si

• ¿Cuál sería la moraleja de esta historia?
que no hay que enojarnos porque podemos decir muchas palabrotas feas

Melanie Belén Avila Jasso

Otros ejemplos de soluciones.





¿Qué me hace enojar?

Que me peguen.

¿Qué pasa cuando me enfado?

Llora y grito

Alejandro



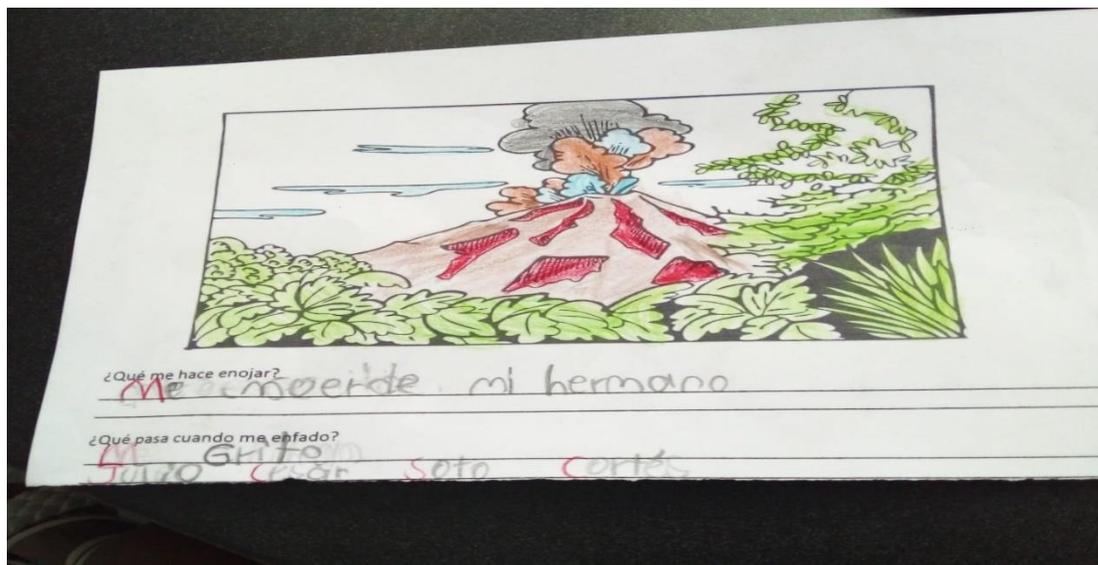
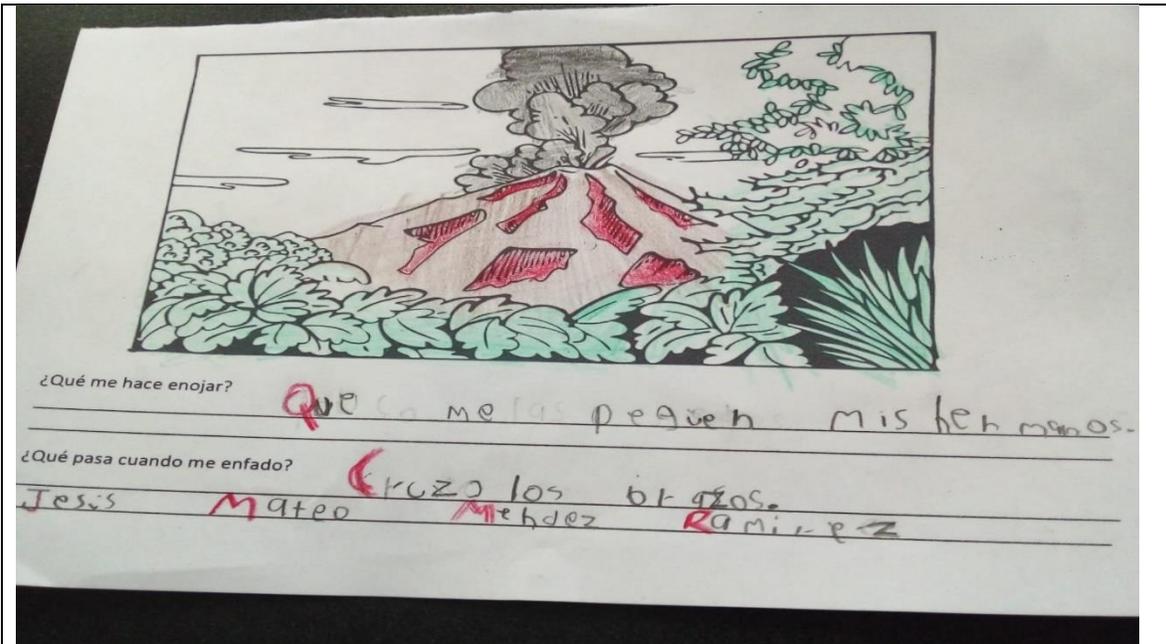
¿Que pasa cuando me enfado?

Me escondo en el cuarto

¿Que me hace enojar?

Que mi papa no me deje salir y yo quiero si quiero.

Emiliano Rafael Flores G



Como pueden ver hubo una gran diversidad de respuestas, con esta actividad los niños lograron manifestar lo que ocurre cuando se enojan y lo que los hace enfadar. Esto me servirá para que en próximos días prepare otras actividades similares y continuar trabajando las emociones y sentimientos.

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	