



DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN

PERSONAL (PTP)

Módulo 1

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

Durante la aplicación del mini proyecto en un primer momento tenía dudas e incertidumbre hacia como reaccionarían los estudiantes pues cabe mencionar que me encuentro de beca- comisión y pensé que quizá este proyecto ya no lo recordarían sin embargo fue mucha mi alegría y satisfacción que ahora al pedir apoyo para poder aplicarlo los alumnos recordaban absolutamente todo cuando se trabajó en su momento. me sentí agradecida y complacida con las respuestas, comentarios, entusiasmo y participación activa, así como disposición al trabajo que mostraron mis estudiantes. Se mostraron empáticos y con confianza para expresarse y comunicar lo que sentían en ese momento y daban sugerencias sobre la mejor manera de canalizar nuestras emociones. Así mismo les resulto interesante por lo cual existió motivación y reciprocidad al aplicarlas.

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

Conecté conmigo, con mi seguridad y autoconfianza en que las actividades trabajadas eran relevantes para los estudiantes, así mismo me sentí nostálgica por regresar al aula con esos pequeños que dentro de un mes cambiaran de centro educativo. Conecte con mi tranquilidad y mayor facilidad para expresarme pues el tema era de su interés. Conecte con mi escucha activa y mi verdadero ser docente apoyando a esos pequeños en la identificación de sus emociones y de la importancia de reconocerlas y nombrarlas para comunicar como nos sentimos día con día.

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

Mis estudiantes lograron conectar conmigo pues se mostraron felices desde el primer momento en que sabían que yo estaba ahí e iba a trabajar con ellos de nuevo. Mostraron

empatía con una compañera que llego llorando y que sirvió como punto de partida para identificar que está bien sentirnos mal y cómo podemos apoyar a que nuestra compañera o la alumna misma se sintiera mejor. Conecté con ellos a través de una explicación clara y precisa sobre lo que estábamos realizando y la importancia de que yo y todas las personas conociéramos como nos sentíamos. Nos mostramos amor y cariño al darnos un abrazo y reconocer lo importantes que somos como personas y como compañeros de aula; por ultimo conecté a través de la aplicación de actividades novedosas y de interés de los alumnos, así como del uso de materiales acordes a su edad.

4. Opinión de este primer mini proyecto realizado.

Este primer proyecto realizado me dejo con mucha satisfacción y ganas de seguir mejorando y aprendiendo para apoyar de manera directa a mis estudiantes, así como reconociendo la importancia de nuestras emociones y la manera en que estas apoyan o dificultan nuestra inteligencia emocional. Considero que se deben seguir realizando este tipo de actividades y algunas por ejemplo el termómetro de las emociones para identificar cómo nos sentimos el día de hoy. Es importante preguntarles a nuestros estudiantes al inicio y final de la jornada cómo se sienten y que emociones experimentaron a lo largo del día, así como el qué las originó.

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



En esta fotografía nos sentamos al iniciar el día para cuestionarnos cómo nos sentíamos y hablar de nuestras emociones así mismo se aprovechó para sensibilizarnos sobre la actividad “volcán de emociones” escuchando sus participaciones y aportaciones a la dinámica de trabajo



En la aplicación de la actividad “termómetro emocional” Después de la explicación del termómetro de las emociones cada alumno paso a registrar en el pizarrón cómo se sentían el día de hoy y algunos explicaron qué les generaba dicha emoción



En esta última imagen en la actividad “en busca de la calma perdida” los alumnos a través del dibujo de una silueta humana colorearon en que parte del cuerpo sentían la emoción de la calma y dibujaron alrededor de ella qué acciones les generaban la emoción de calma

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.					