

DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

Módulo 1

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

Durante la actividad del termómetro de las emociones aplicada a mis alumnos, experimentaron emociones como felicidad, calma, tristeza, relajación y alegría. Sus pensamientos fueron de total incertidumbre ante las actividades planteadas.

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

Logre una conexión de unión con mis alumnos, mi cuerpo lo sentí liberado y una estimulación de mis sentidos.

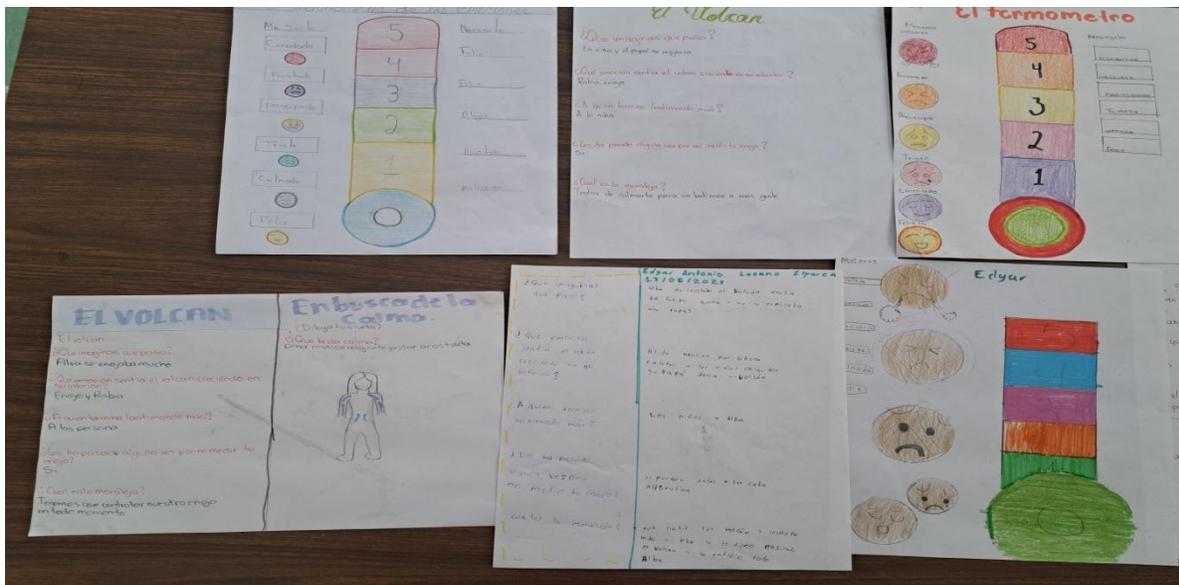
3. ¿Logré conectar con mis estudiantes? ¿de qué manera?

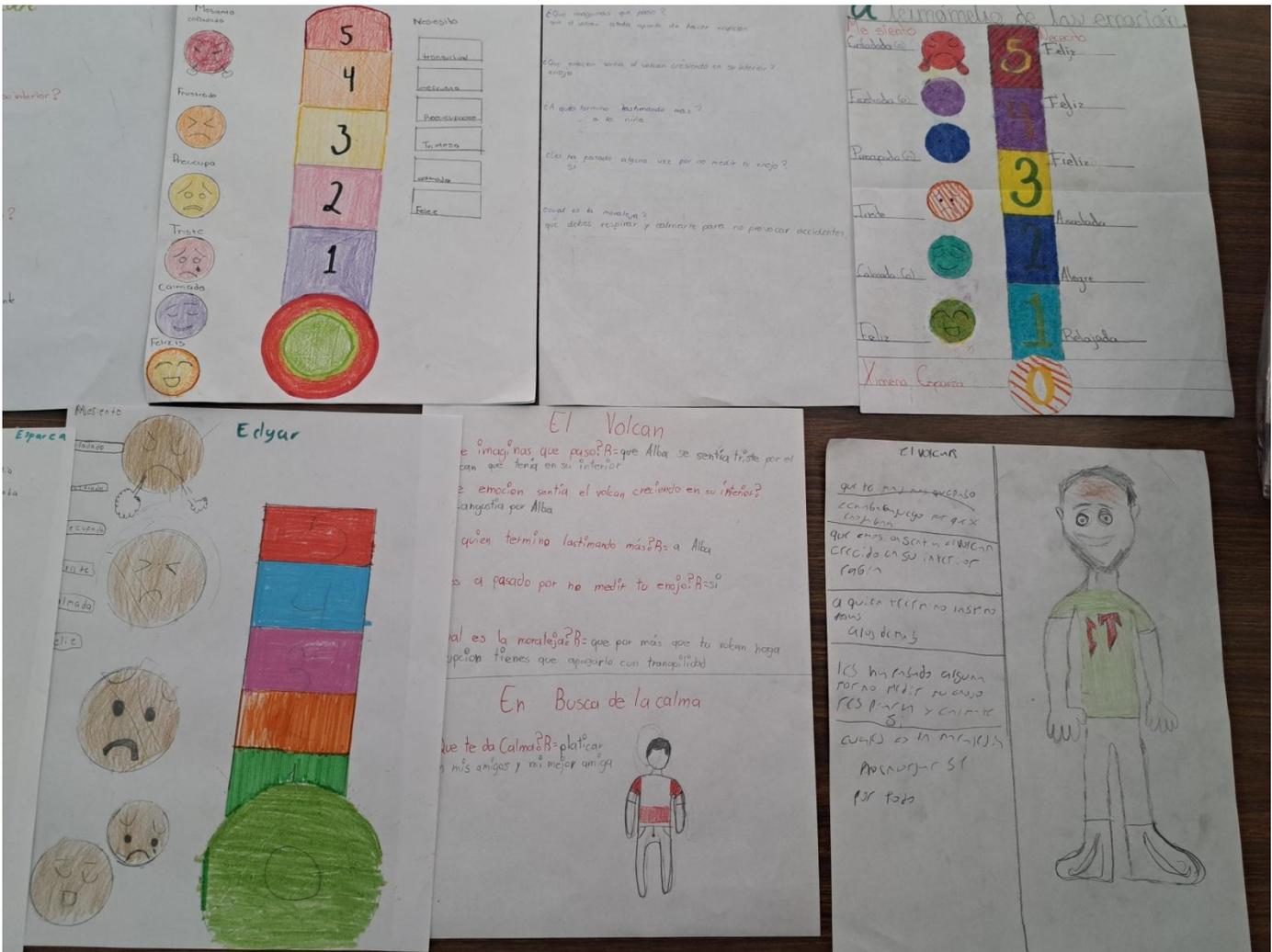
Nuestra conexión la percibo en la creatividad, su estimulación y en el impulso al desarrollo de habilidades sociales.

4. Opinión de este primer mini proyecto realizado.

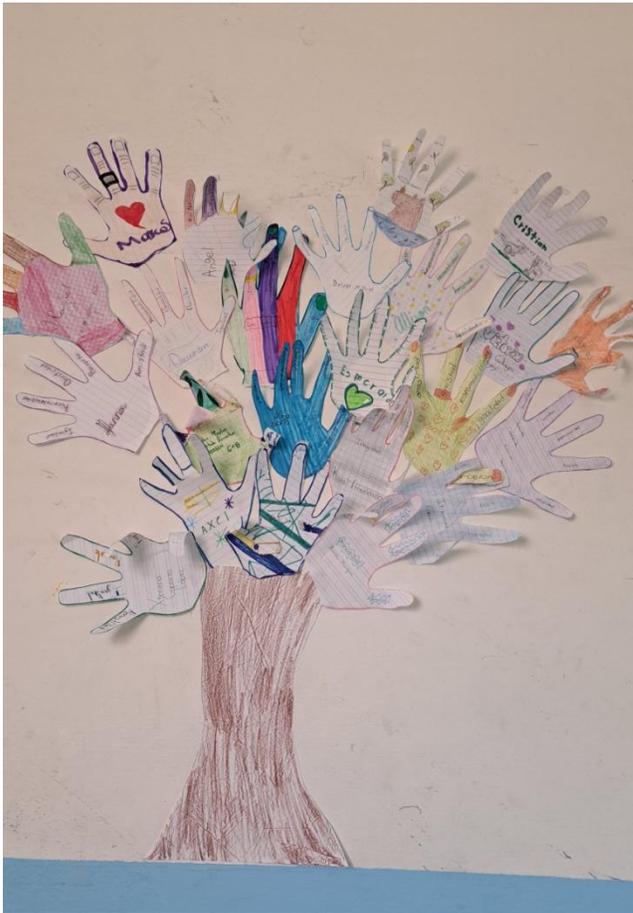
Me pareció satisfactorio en lo personal, en lo profesional e incluso pude notar que hubo interés de parte de los alumnos y alumnas; por ejemplo en la primer actividad del termómetro de las emociones manifestaron interés, en la segunda actividad del cuento del “volcán” estaban muy atentos, quisieron escucharlo en repetidas ocasiones e incluso dieron su aportación sobre cómo se sentían y proyectaban con el cuento en esta etapa de su vida. La tercera actividad en donde participaron los papás de algunos niños con una activación en conjunto en donde también incluía expresar sus emociones de manera verbal de padres a hijos y viceversa, hubo una manifestación de emociones envolvente y muy productiva. Por tal motivo me siento satisfecha y contenta con las acciones implementadas.

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





En las dos imágenes se pueden percibir las actividades del termómetro de las emociones: se les fue poniendo diferentes sonidos y ellos en cada nivel coloreaban de acuerdo a la emoción que les transmitía. Después escucharon el cuento del volcán y respondieron las preguntas, de manera voluntaria cada uno comentó sus respuestas. Por último hicimos un ejercicio de relajación de 4 minutos siguiendo el audio, cada uno lo hizo de tal manera que se sintiera cómodo, hizo su silueta y dibujó con verde las partes de su cuerpo en donde sintió la vibración de las emociones. Entre todos platicamos su experiencias de estas actividades.



Los alumnos y las alumnas expresaron cómo se sentían ese día. Mencionaron qué son las emociones y su importancia de expresarlas. Identificaron para ellos si existen emociones negativas y cómo las manejan. Después se les puso música relajante y con la propuesta de hacer un árbol de las emociones entre todos lo elaboraron escribiendo en su mano qué emoción estaban dejándose sentir y dar una breve explicación



Se realizó una activación física solo papás e hijos aprovechando la fecha en su conmemoración. Se les puso bailes para realizar padre/hijos. Posteriormente se les puso una reflexión y se les pidió expresarse mutuamente sus sentimientos y para finalizar de manera verbal y pública dos papás expresaron su sentir ante dicha actividad.

✓

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.			✓		