



SECRETARÍA DE EDUCACIÓN DE GUANAJUATO



DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN

PERSONAL (PTP)

Módulo 1

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

Durante el proyecto experimente muchas emociones, tal vez porque en este momento estoy pasando por diversas situaciones personales, pero a grandes rasgos me sentí contenta, ansiosa, melancólica y un poco frustrada.

¿De qué manera logré conectar conmigo mismo/a?

En primer momento, en tratar de calmar mi mente para permitir llevar a cabo el proyecto, sabía que si no podía calmar todo ese brote de emociones y sentimientos tal vez el proyecto no sería exitoso como se había planeado. Los alumnos al realizar esta actividad se tornan en ocasiones tristes, melancólicos y en otros casos felices.

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

Mis alumnos son estudiantes pequeños, por lo tanto; la forma en como yo me manifiesto en emociones y sentimientos ellos lo reproducen, por ello la manera de expresarme y de calmar mi mente y espíritu lograron una conexión.

3. Opinión de este primer mini proyecto realizado.

El mini proyecto me pareció muy fructífero porque se relacionó de hecho con la película de intensamente que la mayoría de los niños ya han visto y por lo tanto, conocían y nombraban las emociones muy atinadamente. Se abrieron emocionalmente en las actividades y en todo momento hubo respeto a lo que sus compañeros expresaban.

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



1. - En primer momento hicimos la introducción de “respiración con calma” donde con música de fondo realizamos el ejercicio de inhalar y exhalar, sin embargo; a algunos alumnos les cuesta trabajo adentrarse a este tipo de actividades de relajación y se distraen con facilidad.
2. Aunque no estaba incluido dentro de las actividades vimos el video del monstruo de las emociones para que los niños las conocieran y supieran en que consiste cada una.
3. Después realizamos la actividad del termómetro de las emociones donde cada uno paso y ubico su nombre en el nivel que ellos consideraban y se sentía así, después cada uno explico porque se coloco en ese punto.
4. También se reflexiono sobre las frases de las emociones que se expresaban en la guía y la mayoría coincidieron en que es importante reforzar la inteligencia emocional pues es lo que nos puede dar éxito en la vida más que una calificación.
5. Asimismo trabajamos el cuento del volcán donde como son niños pequeños vimos el video del cuento de tengo un volcán de Miriam Casado, después comentamos y practicamos algunas estrategias que nos podrían ayudar a regular las emociones y no explotar cuando nos enojamos.
6. Finalmente, realizamos la actividad de la silueta donde los niños colorearon la emoción y la parte del cuerpo donde consideran ellos la reflejan

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.					