



DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

Módulo 2

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

En la realización de este proyecto me agradaron mucho las estrategias llevadas a cabo con mis alumnos para la solución de conflictos y para mantener una comunicación efectiva con mis alumnos.

Al momento de realizar estrategias de la actividad 11 “Hablando el mismo idioma” fue muy conmovedor ver como los alumnos aprendieron a mantener la calma, como practicaban el silencio consciente, compartir aprendizaje, objetos, dibujos etc. El elogiar sus logros es otra de las estrategias que me han servido mucho.

En este proyecto puse en juego varias actividades que tome del curso una de ellas fue la de la tortuga, el dragón y pulgar arriba, esta actividad permitió a los estudiantes reconocer como manejar las situaciones que tenemos en nuestra vida diaria de una manera tranquila, expresando lo que sentimos mediante el diálogo, mediante textos escritos y dándole importancia a lo que sentimos.

Algunos alumnos reconocieron que muchas de las veces se dejan llevar por la ira y actúan como el dragón, otros niños me comentaron que han actuado como la tortuga y lo que más me sorprendió es que un niño comentaba que el se sentía así en su casa ya que sus papás no dejaban que el hablara u opinara, que le decían que su opinión no era importante ni necesaria y que por eso el siempre se quedaba callado. Entonces le enseñe estrategias para que hablara con sus papás y le expresara lo que siente y así varios alumnos aprendieron a regular sus emociones con las diferentes estrategias que aprendimos en el aula.

Otra actividad que realice con mis alumnos de sexto grado es que iban a realizar una super clase, en donde les iban a enseñar a los alumnos de primer grado estrategias de relajación y la forma de comunicación asertiva. Los niños de primero estaban muy felices participando y a la vez aprendiendo lo que los niños de mi salón les mostraban. Al finalizar la actividad compartían con los niños de primero un dulce, dibujo o estrellita.

Estas actividades me ayudaron demasiado a canalizar las emociones de mis alumnos y a sensibilizar su forma de expresarse y comportarse ante una situación difícil que pudieran estar pasando.

¿De qué manera se promovió la comunicación asertiva durante las actividades llevadas a cabo? Respetando los turnos para hablar de cada uno de los compañeros que decidían expresar su situación, llevando las estrategias aplicadas en el salón de clases a los niños de primer grado de primaria, a sus casas con sus papás y ellos dentro del salón ya que ante conflictos que pasaban ellos trataban de resolverlos.

1. Hoy tus alumnos reconocen la importancia de la comunicación asertiva ¿por qué?

Sí, ya que antes se peleaban, gritaban e insultaban y a través de estas actividades han aprendido a comunicarse de manera asertiva y a tener empatía por sus compañeros ya que cada niño ha comentado situaciones muy difíciles que tienen en casa. Entonces ante un conflicto ya me puedo dar la libertad de preguntarles que van a hacer para solucionar el conflicto y ellos resuelven el conflicto de manera pacífica y reflexiva. También algunos padres de familia se han acercado a felicitarme por que dicen que sus hijos actúan diferentes en casa, hasta me dicen maestra pues que les hizo antes no eran así.

Los niños de sexto estaban muy conmovidos por la participación de los niños de primero en estas actividades tenían bastantes sentimientos y emociones encontradas como alegría, nervios, miedo, furia ya que había niños de primero que no les hacían caso, estrés, ansiedad y compañerismo; por todo lo que el proyecto implicaba.

1. Describe para ti las actividades más significativas de este segundo módulo, y cómo hasta ahora las pones en práctica.

Me gusto mucho la actividad del dragón, la tortuga y pulgar arriba, ya que el mencionarlos de esta manera es una forma divertida para los niños y hasta para uno mismo como adulto. También me ayudo para ponerlas en practica en el aula con mis alumnos ya que ahora logro comprenderlos y saber lo que están pasando. Me ha ayudado a descubrir que yo como

adulto también debo de aprender a regular mis emociones para trabajar de una manera más armoniosa.

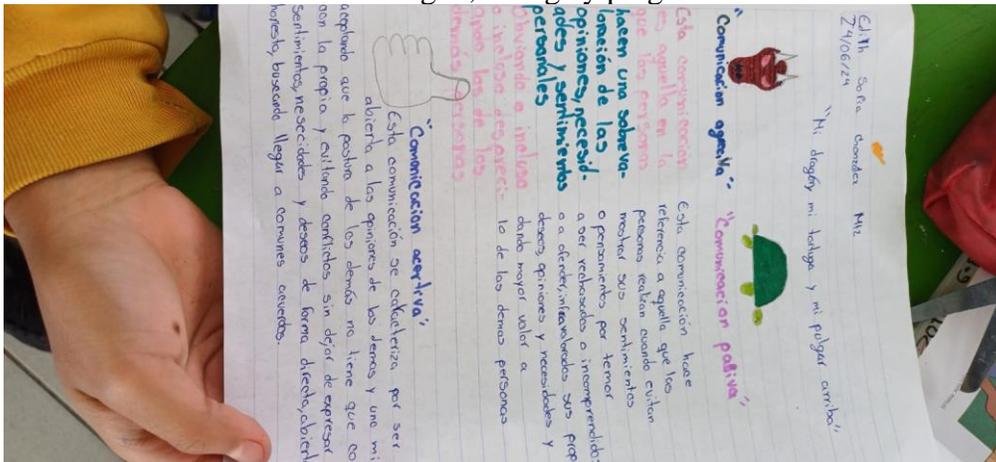
Otra de las actividades que me gusto mucho fue la de que compartieran algo con sus compañeros y hacer la super clase con los niños de primero fue una experiencia increíble ya que los niños enseñaron a otros alumnos como regular sus pensamientos, sentimientos y emociones. Además de que compartieron algo de lo que tenían con los niños de primer grado.

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

una.



Realizando la actividad del dragón, tortuga y pulgar arriba.



Realizando la actividad del dragón, tortuga y pulgar arriba.

Preparando su super clase para compartir con los niños de primer grado.



Realizando la super clase con los niños de primer grado.

Rúbrica PTP 2

Instrumento para evaluar PTP del módulo 2					
Evidencia: cuadro de sistematización y reflexión					
	Insuficiente	Suficiente	Satisfactorio	Destacado	
Indicadores	1	3	4	5	Observaciones
1. Identifica y explica tres emociones y sentimientos personales generados por las actividades realizadas.				X	
2. Describe de manera específica tres de las acciones que llevo a cabo para el logro de las actividades del mini proyecto 2.				X	
3. Pone en práctica estrategias, ejercicios y herramientas del módulo 2.				X	
4. Integra evidencias gráficas y explicación que los ejercicios realizados en colectivo.				X	