



SECRETARÍA DE EDUCACIÓN DE GUANAJUATO



DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN

PERSONAL (PTP)

Módulo 1

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

En la aplicación de la valoración los alumnos mostraron procesos mentales voluntarios e involuntarios generando con esto ideas positivas y negativas sobre su persona y sobre su entorno, despertando en ellos emociones de asombro, incredulidad, curiosidad, vergüenza, entre otras.

Para la actividad del tema musical de tiburón los educandos generaron pensamientos negativos imaginando escenarios que les causaron temor, angustia, asombro, tristeza entre otras emociones.

En la actividad la base de todo es la calma se mesclo con la actividad los colores de mis emociones, los pensamientos de los alumnos fueron diversos desde negativos hasta positivos pues en esta actividad escuchamos diversas piezas musicales los cuales despertaron diversas emociones en los educandos como la euforia, el miedo, la tristeza, la alegría, la curiosidad, la calma, entre otras.

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

En la aplicación de la valoración de las competencias emocionales me di cuenta que mi inteligencia emocional muestra áreas de oportunidad en algunos aspectos marcados en la valoración como por ejemplo que no **se controlar mis emociones cuando son muy intensas, soy capaz de alcanzar los logros que me propongo siempre, se organizar mi tiempo tanto en el ámbito laboral, personal, familiar y social** estos fueron los rubros que me pusieron a reflexionar y que de verdad son importantes para lograr una autonomía personal.

En la actividad de la música del tiburón los pensamientos que se vinieron a mi mente fueron negativos recordé cuando vi esa película aún era un niño pequeño mis emociones en ese momento fueron inseguridad, miedo, tensión las mismas emociones

que vivieron mis alumnos recordé que sufrí pesadillas con esa película el simple hecho de recordar me dio escalofrió y un poco de risa esa risa nerviosa que tenía tiempo que no vivía.

En la actividad la base de todo es la calma se mesclo con la actividad los colores de mis emociones al ir poniendo las piezas musicales comencé a sentir emociones diversas con cada pieza y recordé lo que una vez un sabio hombre me dijo (mi padre) siente la música, vívela y ella te hará el hombre más completo del mundo claro solo la buena música logra ese despertar de emociones y creo que si tiene razón con cada pieza se inundaba mi cabeza de recuerdos de etapas de mi vida que me hacían despertar una emoción en particular con cada recuerdo desde ira, asco, tristeza, sorpresa, alegría, curiosidad entre otras de verdad la música tiene esa magia.

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

En la aplicación de valoración de las competencias emocionales personales los alumnos mostraron asombro a los resultados obtenidos en su auto evaluación la mayoría de ellos contesto que es importante la opinión de los demás con respecto a su persona en ese momento mi persona se llenó de empatía y razione que a su edad yo pensaba lo mismo, aun de adulto buscamos la aprobación de las personas.

Los pensamientos que se vinieron a mi mente y a las de los educandos a mi cargo fueron negativas en su mayoría y que decir de las emociones vividas las cuales fueron inseguridad, miedo, tensión y curiosidad fueron las emociones que más se vivieron entre los participantes de la **actividad del tiburón**, esta fue una actividad que los tomo por sorpresa pues en una pausa activa se reprodujo el sonido de la película de tiburón generando un poco de intranquilidad de los educandos, al ver sus caras recordé que de niño vi esa película y siento que mis caras fueron las mismas que las de ellos inclusive recordé que sufrí pesadillas con esa película el simple hecho de recordar me dio escalofrió y un poco de risa esa risa nerviosa que tenia tiempo que no vivía la misma risa

que expresaban algunos de mis alumnos cuando estaban compartiendo lo que imaginaron al escuchar esa música.

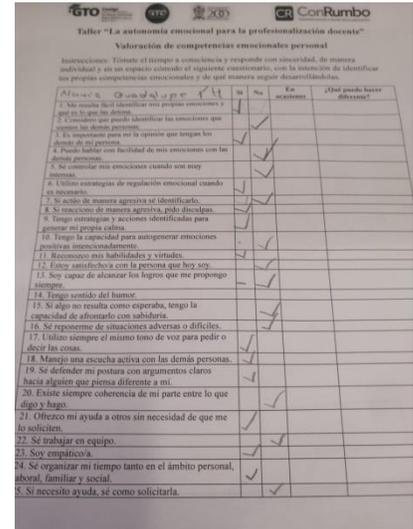
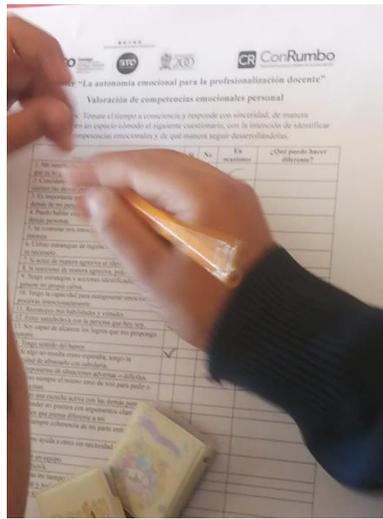
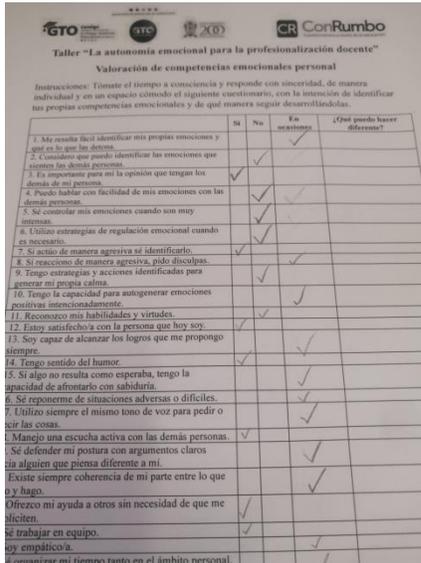
En la actividad la base de todo es la calma se mesclo con la actividad los colores de mis emociones, la primer canción puesta fue la de la película pesadilla en la calle del infierno compartimos la misma expresión de sorpresa nos hicimos pequeños en nuestros asientos como señal de miedo, comenzamos a compartir experiencias que nos causaron temor, la siguiente pieza era un sonido irritante y ensordecedor para nuestros oídos lo que nos generó estrés y ansiedad coincidimos en que era un ruido muy molesto, para la siguiente pieza toco el turno psico social de la banda de rock slipknot esta nos produjo euforia, ira acompañada de impulsos de agresividad compartiendo que no era el tipo de música que quisiéramos escuchar por sus efectos en nosotros. Posteriormente escuchamos una pieza con sonidos de aves y agua corriendo la cual nos regresó la calma que la anterior pieza nos había robado, posteriormente escuchamos happy de Parrel Williams esa canción nos puso felices hasta a bailar nos pusimos dentro del salón de clases, para terminar compartimos una canción vernácula que se llama Ya lose que tu te vas interpretada por el mariachi Vargas en la letra de esta canción identificamos la tristeza, la nostalgia, la melancolía, el recuerdo de un ser querido que no esta con nosotros y compartimos experiencias que nos ayudaron a sacar un poco de ese sentimiento que traemos. Con el paso de cada canción en su silueta iban coloreando la parte del cuerpo donde sentían la emoción y con el color que ellos la identificaban además de poner las sensaciones que estas emociones producían en su cuerpo.

4. Opinión de este primer mini proyecto realizado.

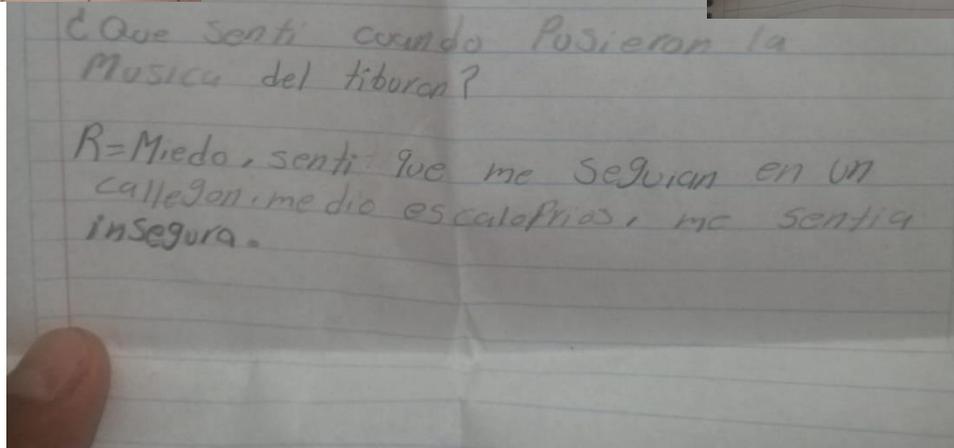
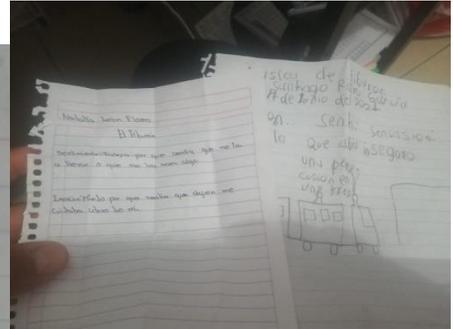
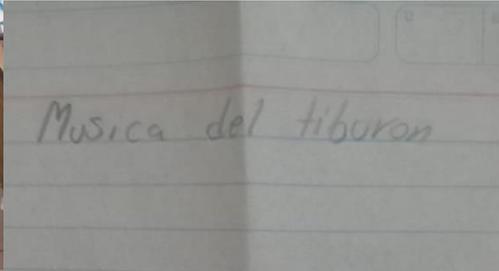
En lo personal y por la observación que he hecho durante estos años después que regresamos de la pandemia puedo asegurar que este suceso nos robó la tranquilidad expuso más la fractura emocional que carece desde los senos familiares de los alumnos que integran nuestra comunidad educativa su inteligencia emocional no tiene un buen soporte por lo cual nosotros como docentes tenemos que trabajar para comenzar con el desarrollo y conocimiento de esa autonomía emocional. Cada una de las actividades nos ha servido para darnos lograr identificar las areas de oportunidad que como docente y educando tenemos además de despertar el interés de los educandos por

involucrarse en estas actividades resultándoles llamativas muy lúdicas y llenas de interés.

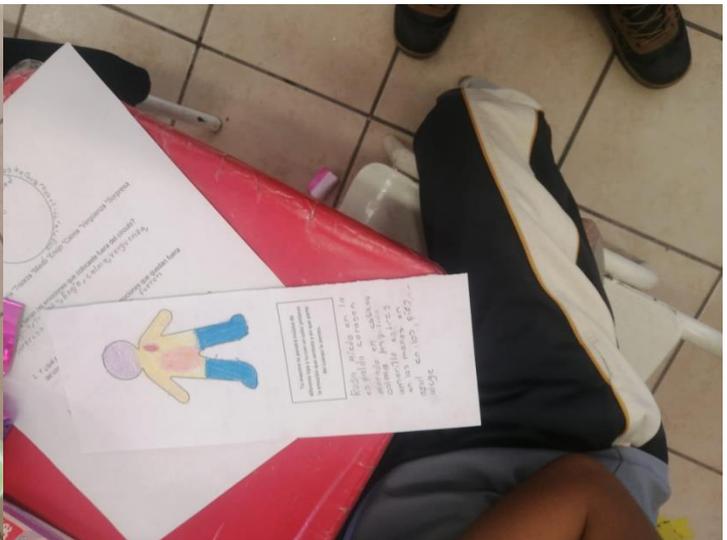
5. Evidencia fotográfica o en audio de las actividades realizadas y descripción de cada una.



Imágenes de de las valoraciones contestadas por los alumnos de 5° de la escuela primaria Juventino Rosas en Valle de Santiago en las cuales se observa que los resultados presentan bastantes áreas de oportunidad.



Alumnos anotando sus vivencias y sentimientos con la actividad del tema musical de tiburón una actividad enriquecedora en la cual ellos se dieron cuenta que las posturas y gesticulaciones del cuerpo pueden ser leídas y nos dan una idea de como se siente esa persona.





Imágenes de las actividades la base de todo es la calma se mesclo con la actividad los colores de mis emociones una actividad que llamo mucho la atención y los niños se dieron cuenta como las emociones se sienten de diferente manera cada una identificando también que hay emociones ambiguas además de que ellos le asignaron un color a su emoción vivida y se dieron cuenta que no todos eligen el mismo color para le emoción ni la viven y la sienten de la misma manera y en la misma parte del cuerpo. Además de que somos seres únicos y diferentes los unos de los otros y que si nuestro salón es diverso la sociedad es megadiversa..

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		