



## DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN

### PERSONAL (PTP)

#### Módulo 1

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

Uno de los pensamientos más significativos en que todos tenemos diferentes emociones y que no sabemos controlarlas, mucha reflexión a la hora de opinar sobre el tema, se quedaban pensando, las emociones que más pude percibir fue la tranquilidad, interés, sorpresa, apreciación, entusiasmo, diversión, escucha,

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

Primero que nada, se me vino a la mente de que es lo que esto haciendo yo con mis alumnos si estoy generando aprendizajes a través de las emociones y me doy cuenta que no del todo, que lo que comencé a implementar de la frase motivadora y de estarles diciendo que todos somos inteligentes y que nada se nos dificulta es muy poco, que me hace falta ser más persuasiva de las cosas que ellos traen y sobre todo de las emociones que tienen día a día.

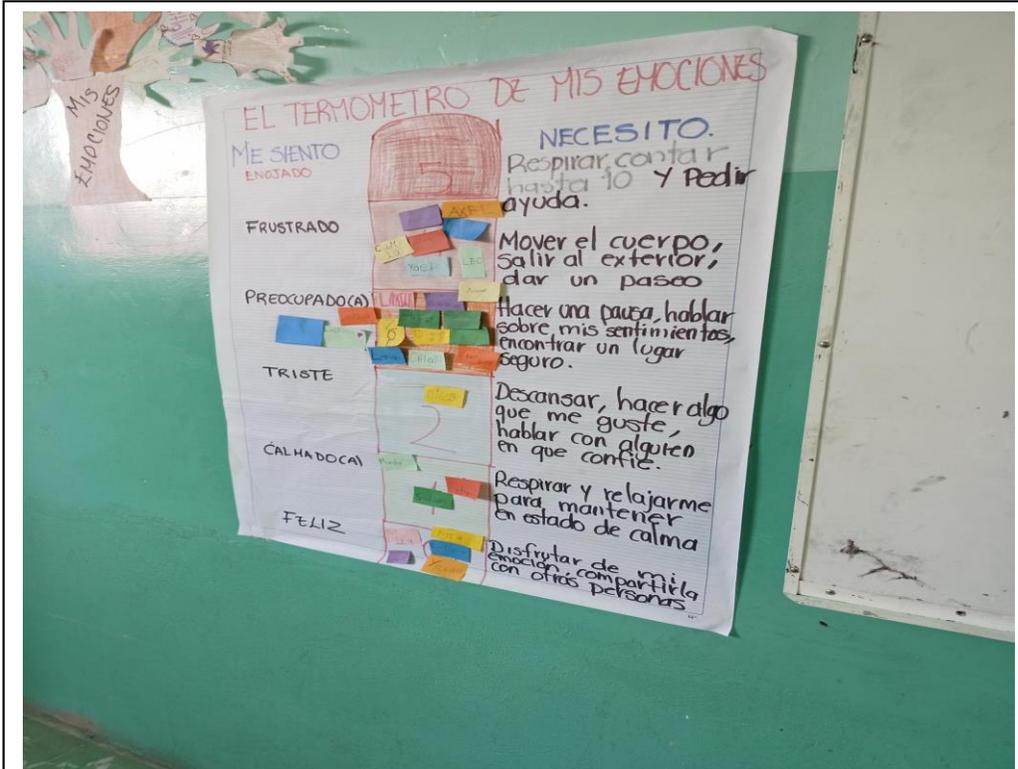
3. ¿Logré conectar con mis estudiantes? ¿de qué manera?

Si logre conectar con mis alumnos, sobre todo en la manera de fluir y de expresar sus ideas, de no tener miedo a decir lo que piensan y sienten en ese momento, aunque algunos con estas actividades se animaron a hacerlo y los demás observaron y se dieron cuenta que, aunque no participen mucho tienen muy buenas ideas.

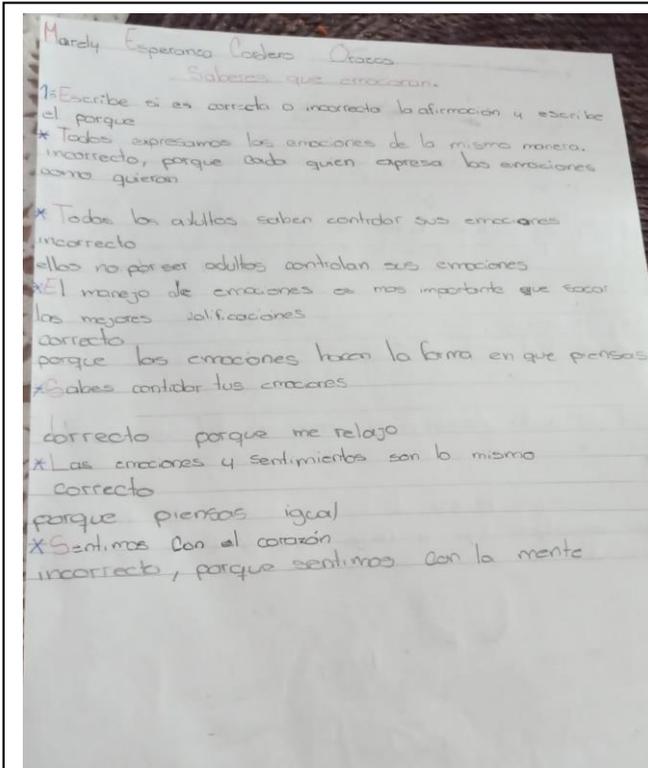
4. Opinión de este primer mini proyecto realizado.

Me Parecieron las actividades muy llamativas, no aburridas y sobre todo prácticas para los alumnos, de hecho, ese del termómetro ahora lo quieren seguir haciendo diario, el mostrar cómo se sientes y qué hacer ante esta situación.

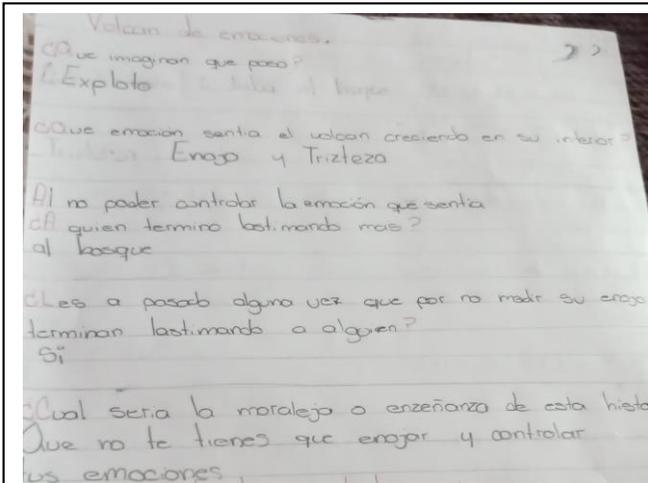
5. Evidencia fotográfica o en audio de las actividades realizadas y descripción de cada una.



Ya anteriormente habíamos trabajado el árbol de las emociones, donde dibujaron su mano y escribirían las emociones que sentían ese día. En esta primera actividad del termómetro se les indico que pusieran su nombre en una pequeña hoja de color y pasaran a poner como se sentían el día de hoy, este día fue el primero del examen RIMA y pues la mayoría puso que estaba preocupado, cuando vieron lo que necesitaban pues fueron haciendo lo que necesitaban, algunos salieron al patio, dieron una vuelta a la cancha, otro de los alumnos saco una hoja y comenzó a hacer círculos con su lápiz, otra niña saco sus imanes (ella ya me había comentado que para relajarse cuando sentía estrés los tenía que sacar y estarlos maniobrando para tranquilizarse).



Esta actividad la hicimos después del examen de RIMA, se les pidió que en la hoja de maquina pusiera su nombre y la indicación de que escribirían si las afirmaciones eran correctas e incorrectas y dijeran el porqué, cuando las íbamos leyendo muchos hacían caras de como que si es correcto y como que no, después de haberlas leído la primera vez ahora si no adentramos a ir respondiendo y comentando, me llamo mucho la atención en la afirmación de los adultos hubo muchas ideas donde exponían que los adultos en este caso refiriéndose a su papás que no controlaban aun sus emociones porque se enojaban y un alumno comento que se enojaban y se desquitaban con él, otro más comento que no por ser adulto significaba que controlaran sus emociones, les hacía yo la pregunta de qué porque decían que no por ser adultos controlaban las emociones y un alumno comento que porque nadie los ha enseñado a controlarlas y si sus papas no las controlan el pues mucho menos, otra de las afirmaciones que me llamo mucho la atención fue la de que si sentimos con el corazón y un niño dijo que él había leído que solo el corazón sirve para una cosa que era para bombear sangre, otros comentaban que si porque si se sentían tristes sentían como se les rompía el corazón.



Esta actividad les gustó mucho, sobre todo el cuento y el énfasis que le di al cuento, incluso me pidieron leerlo dos veces, y cuando terminada ellos mismos hacían el sonido de ¡Pum! Hasta una alumna dijo hay dio mío...respondieron a las preguntas y la mayoría de los alumnos coincidió que ellos han hecho lo mismo que el volcán y han lastimado a sus papás y amigos, además de que la enseñanza todos la captaron de que se tiene que controlar la emoción para no dañar a nadie.



En esta última actividad se les pidió que era para ellos la calma y fueron dando punto de vista que era la manera de cómo controlar el cuerpo ante una emoción no agradable o una emoción buena, en el aspecto de como consiguen ellos la calma mencionaron el escuchar música, bailar, dibujar, jugar futbol o algún videojuego.

## 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.				√	