



## DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

### Módulo 1

- Pensamientos y emociones de las actividades llevadas a cabo.

En el desarrollo de las actividades, en el grupo los alumnos reconocieron las emociones por un color que anteriormente les solicite, llevar una blusa o playera, que les hiciera ver la emoción en la que se encontraban: La tristeza, , frustrado, feliz etc. mencionaron que les agradaba lo solicitado, pegue la imagen del termómetro de mis emociones, y les lei cada frase de lo que necesitaba para controlarla o mantenerla. Al principio presentaban INSERTIDUMBRE, INQUIETUD, DUDAS, conforme la actividad se desarrollaban fueron demostrando seguridad, confianza y motivación, pues la mayoría quería prontamente colocar su marca personal y al ver que solo elegían la emoción feliz, les pedí seriamente si alguien se encontraba enfadada, preocupada y feliz, lo cual una alumna participa diciendo que estaba triste por el examen diciéndole que no era bueno preocuparse y que todo estaría bien. El maestro de Educación Física se presta para la actividad y participando con su marca, socializando con los niños de manejar las emociones y de no frustrarse, lo cual el vio y dijo que estaba muy bien la actividad, recalando que el maestro me felicitó por la clase. Les pedí que mencionaran la emoción que más y la que menos les gusta experimentar. EN EL VOLCAN, ¿QUE PASA CUANDO ME ENFADO?

Respondieron que cuando se enfadan, agraden, molestan y se irritan pero que al mismo tiempo reconocen que no está bien, y que al igual que el volcán manifiestan coraje, rabia e ira, preocupación, enfado, tristeza, calmados y feliz y que les hacen daño a sus compañeros o hacen berrinches a su familia. Aprendiendo que no deben alterar, ni lastimar a nadie por sus emociones negativas y que es bueno mantener la calma o contar hasta 1,2,3,4,5,6,7,8,9 y 10.

- ¿De qué manera logré conectar conmigo mismo/a?

Atendí mis emociones con calma, paz. porque considero que son fundamentales para mi función docente, y que cada día debo de utilizar estrategias creativas,

técnicas de relajación y motivación para mi persona y así manejar, controlar mis emociones con conocimiento de causa, prestando atención a mis instintos, para no perturbar la paz de los que se encuentran a mi alrededor como mi familia, alumnos y compañeros que me escuchan. estuve entusiasmada, alegre y calmada.

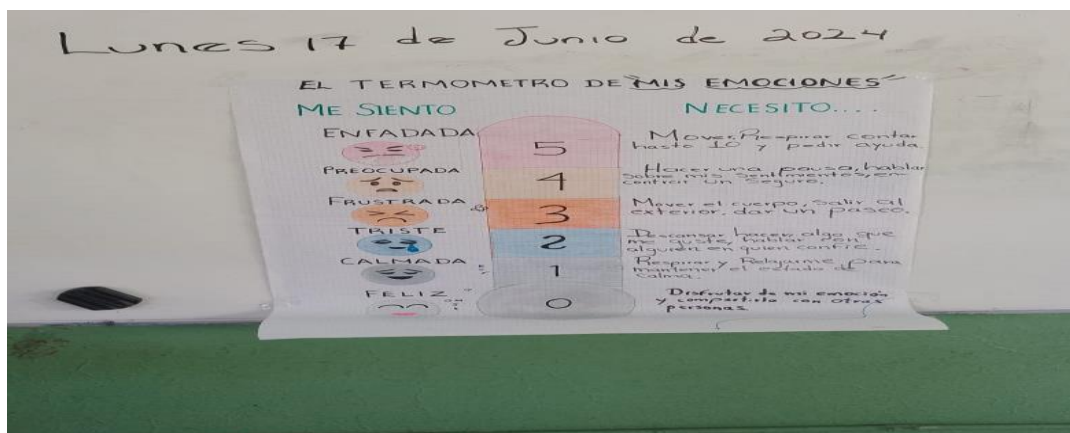
- ¿Logré conectar con mis estudiantes? ¿de qué manera?

Si, en las actividades pude y logré contagiarlos de confianza, alegría y seguridad para participar, fui empática, y en cada momento, los invitaba a expresarse sin limitante alguna, existió siempre la motivación, mientras ellos coloreaban- conectaban su sentir alegría y yo satisfecha por ayudarlos a manejar y practicar sus emociones, en un entorno para resultados óptimos.

- Opinión de este primer mini proyecto realizado.

Para mí, fue una experiencia enriquecedora, me deja un buen sabor de boca en mí labor, pues contamos con tantas estrategias lúdicas que nos llevarían si no a lograr a proponernos un éxito y logro académico en los alumnos. Como persona formadora yo, Edith debo de sentir, pensar y actuar de la mejor manera, para externar con inteligencia las emociones positivas en el ambiente escolar y no influya en el aprendizaje académico de mis alumnos de manera negativa.

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



Observación de la lámina -imagen el termómetro de mis emociones, que después de leerles lo que necesitan en cada emoción, mencionaban en donde va cada frase.



Al leerles las frases, de las acciones que necesitan hacer en cada una, las escribía, permitiendo la reflexión y participación de cada una.



Participación, en la dinámica TERMOMETRO DE MIS EMOCIONES.

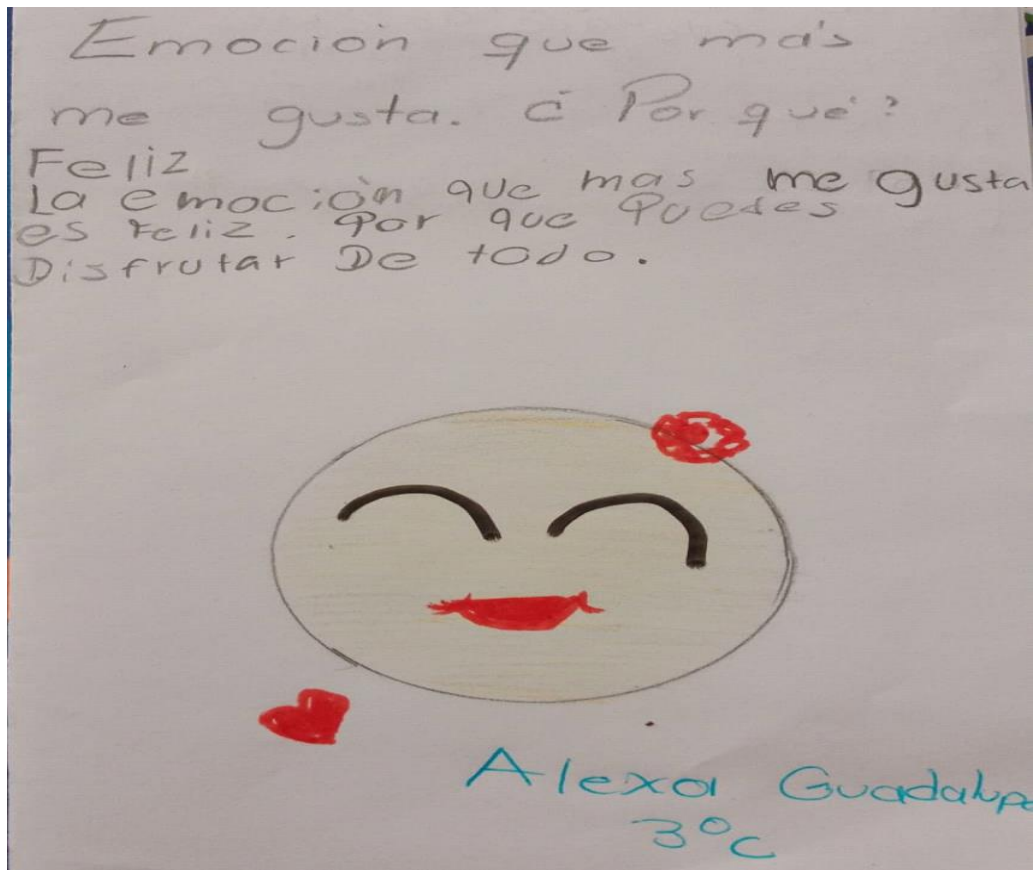


Se dirigían a la lámina, para colocar la marca en la emoción que ellos elegían, según como se encontraban emocionalmente.

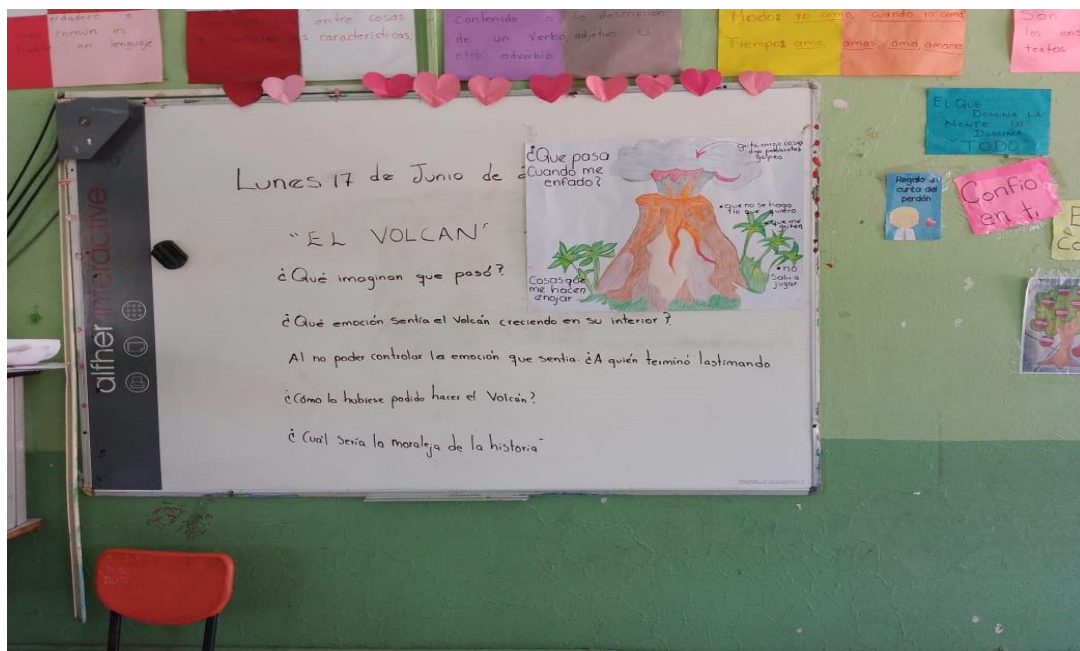


Una participación y espectador de la actividad, aportando información valiosa y apoyando la dinámica. Profesor de educación física.

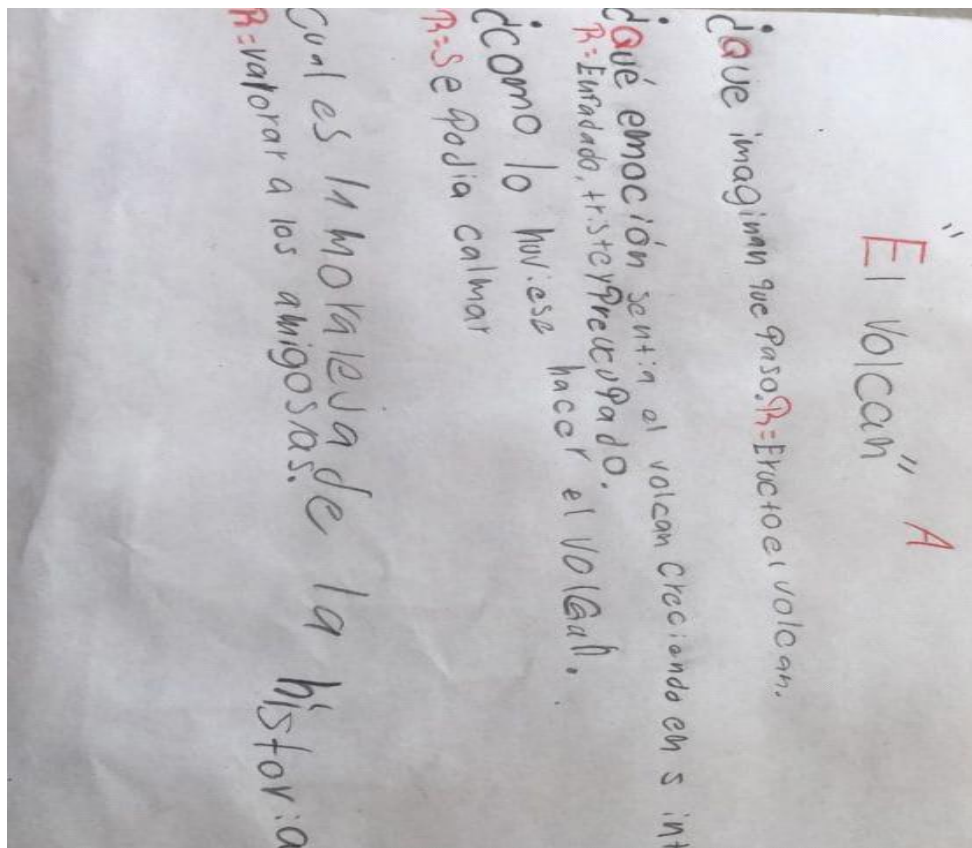




Mis alumnos realizan este pequeño trabajo-significativo, en el que escribe la actividad que más le gusta.



Después de la lectura del cuento, escriben y contestan las interrogantes, que con anticipación ya habían participado en comentar las respuestas.



Preguntas contestadas de una alumna del grupo, con sus propias palabras.



Los alumnos motivados por estar reproduciendo su VOLVAN, de las emociones a sus capacidades.



Espacio libre para que los alumnos trabajen la actividad, coloreando su VOLCAN.



Trabajo recreativo de una alumna del grupo, que, aunque no haya asistido ella mando su trabajo.



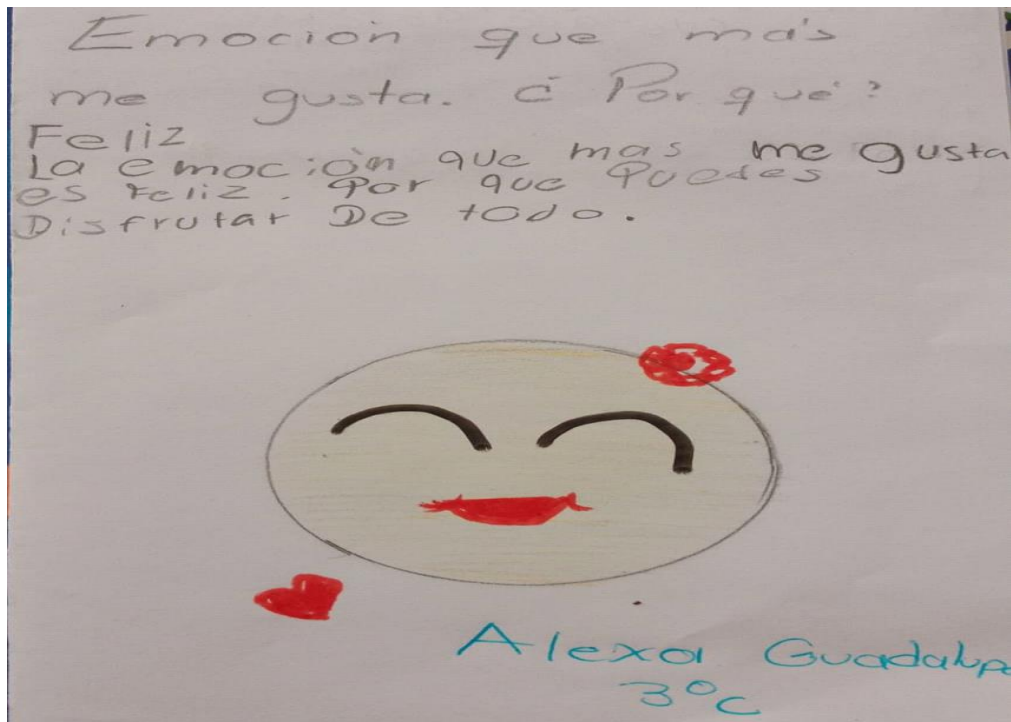


Exposición de la actividad del VOLCAN DE LAS EMOCIONES, presentando sus trabajos alegres y orgullosos.

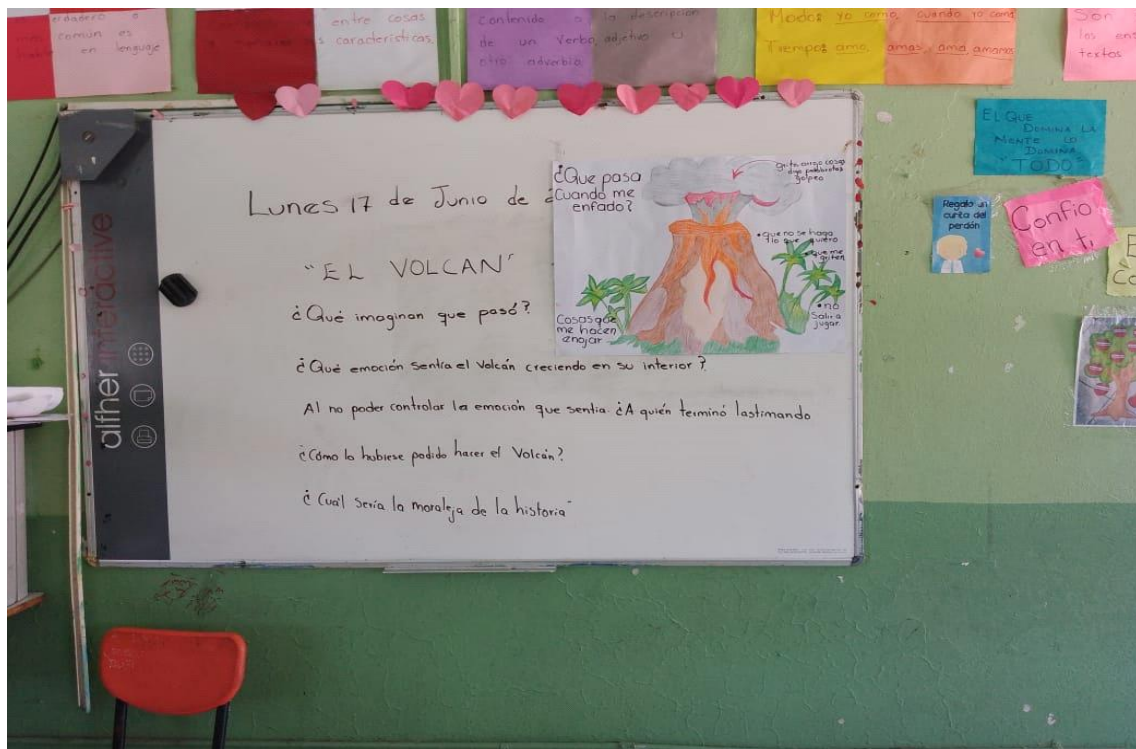


Espacio libre para que los alumnos trabajen la actividad, coloreando su VOLCAN.





Mis alumnos realizan este pequeño trabajo-significativo, en el que escribe la actividad que mas le gusta.



Después de la lectura del cuento, escriben y contestan las interrogantes, que con anticipación ya habían participado en comentar las respuestas.



Participación, en la dinámica TERMOMETRO DE MIS EMOCIONES.



Al leerles las frases, de las acciones que necesitan hacer en cada una, las escriba, permitiendo la reflexión y participación de cada una.





Se dirigían a la lámina, para colocar la marca en la emoción que ellos elegían, según como se encontraban emocionalmente.



Una participación y espectador de la actividad, aportando información valiosa y apoyando la dinámica. Profesor de educación física.





Exposición de la actividad del VOLCAN DE LAS EMOCIONES, presentando sus trabajos alegres y orgullosos.

## 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.                                      |  |  |  |  |  |