



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 actividad saberes que emocionan: los niños muestran tener conciencia emocional al tomar conciencia de las emociones que le producen al escuchar las oraciones, reaccionan positivamente, ponen en juego su reflexión, su pensamiento crítico.

Cuando los alumnos daban su opinión sobre porque pensaban que era correcta o incorrecta mostraron una regulación de emociones ya que todos escuchaban atentamente, respetaban a sus compañeros regularon su conducta, se mostraban alegres por que la participación fue colectiva, en el caso de su compañero con autismo saben que deben de mantener la calma cuando participe para evitar se altere.

En la actividad el volcán, los alumnos identificaron la emoción de ira, la asociaron a pensamientos agresivos, acciones de golpes, de furia, sin embargo, entro la reflexión cuando se les cuestiono a quien estaban dañando reconocieron que el enojo no deja pensar y actuamos sin pensar a quien lastimamos, al preguntarle su experiencia o anécdotas reconocen acciones de su vida cotidiana como me enoje con mi hermano, sentí enojo con mi tía, le pegue por que sentí enojo y me sentía caliente.

Las emociones en esta actividad fueron de tristeza, ira y sorpresa.

Como docente las emociones que fluyeron para mi fueron alegría al ver que los niños respondían coherentemente, sorpresa por sus afirmaciones, al inicio sentí miedo por que creí que no estábamos listos para una actividad en donde pusieran en juego sus emociones y reconozco me da vergüenza admitirlo, pero mis alumnos superaron mis expectativas.

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

La manera en la que logré conectar conmigo misma es reconocer mis emociones, identificarlas, nombrarlas y controlar los sentimientos, en el trayecto de las actividades pude reconocer aquellas emociones que necesito atender y controlar el sentimiento que me producen.

Logre conectarme al reconocer el valor de la conciencia emocional que no solo implica reconocer mis emociones sino la de las personas que me rodean, emplear la regulación de emociones para afrontarme a situaciones que me generan sentimientos negativos en diversos contextos y una de las partes más importantes con la que la mayoría de las veces deje de lado fue la autonomía emocional ayudándome a reconocer mis fortalezas, actitudes, pensamientos positivos hacia mí misma, mantener una actitud positiva ante la vida y las adversidades.

En el transcurso de las actividades experimente alegría al saber que soy capaz de muchas cosas, calma al realizar los ejercicios de respiración, agradecimiento, sorpresa al ver los videos, al comprender lo que podemos hacer como docentes

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

Conecte con mis estudiantes al momento en que creamos una conciencia emocional, destinamos un espacio para el dialogo, la manifestación de emociones, la identificación del sentimiento que me generan.

La mayor conexión que hubo es cuando los niños proponen nuevas situaciones, acciones y actividades para comprender y poner en juego mas su inteligencia y conciencia emocional.

La conexión que se genera entre alumnos docentes se traslada al ser su amiga, su cómplice, su escucha activa, al compartir historias,

4. Opinión de este primer mini proyecto realizado.

Estoy emocionada, encantada, alegre al ver que mis Alumnos manifiestan diversas emociones las reconocen y proponen algunas sugerencias para lograr controlar esos

sentimientos que ellos consideran no son aptos en ciertas situaciones como lo son el berrinche, el enojo excesivo, llegar a unas agresiones, de manera personal yo como docente me encanta la programación que se está llevando hasta el momento son actividades variadas, breves, llamativas , que se pueden adaptar y trabajar con los alumnos pero también con los docentes.

En la actividad saberes que emocionan yo soy la que dice la frase y los alumnos manifiestan verbalmente su agrado o desagrado, a través del micrófono exponen porque sus argumentos que anotan en la libreta, pero esta actividad tuvo una variante la cual se modificó con un termómetro se dice la frase si estoy de acuerdo se pone en blanco si no estoy de acuerdo es color rojo, los alumnos se motivaron mas y expresaron sus ideas.

En la actividad el volcán narre la historia los niños utilizaron su imaginación para completarla y propusieron realicemos el experimento del volcán y comprobar que el enojo puede destruir cosas bonitas

Se ve se ve manifestado mayor control emocional, integración y agrupación. Se deja de lado el miedo al diálogo, el miedo al que la otra persona reconozca mis sentimientos. En ocasiones se han solicitado abrazos a sus compañeros palabras de aliento a la docente, los niños se encuentran en una etapa en la que ellos mismos están reconociendo como seres humanos emocionales

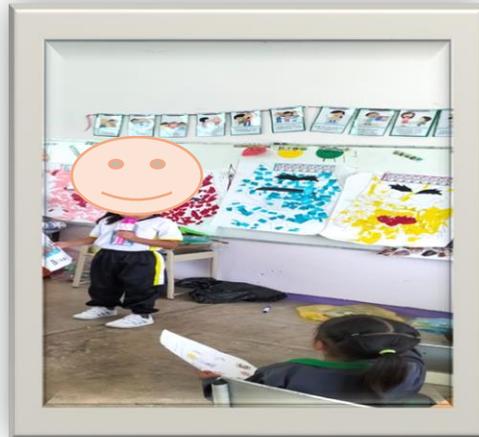
5. Evidencia fotográfica o en audio de las actividades realizadas y descripción de cada una.

Actividad: saberes que emocionan

Los alumnos registran si están de acuerdo o no en la libreta respecto a las frases:

Todos expresamos las emociones de la misma manera. • Todos los adultos saben controlar sus emociones. • El manejo de emociones es más importante que sacar las mejores calificaciones. • Sabes controlar tus emociones. • Las emociones y los sentimientos son lo mismo. • Sentimos con el corazón.

Se realiza la pregunta de manera general ellos responden y después se selecciona a un alumno que quiera pasar argumentan su afirmación o negación en ese momento pasan al frente del salón y dan su opinión con la ayuda de un micrófono. Esto ayuda a que los niños pasen alegres, motivados y se sientan escuchados



Variante: a los niños les gusto la actividad solo que ahora lo hicimos con ayuda de un termómetro que previamente elaboraron en casa, si estaban de acuerdo con la frase el termómetro se ponía en blanco, si su respuesta era negativa o desacuerdo el termómetro aparecería en rojo. Los niños se mostraron atentos, participativos, alegre, había calma, sus respuestas eran coherentes.



En la actividad **el volcán** narre la historia los niños utilizaron su imaginación para completarla y propusieron realicemos el experimento del volcán y comprobar que el enojo puede destruir cosas bonitas o las personas que nos rodean.

Los sentimientos que los alumnos manifiestan son de alegría, sorpresa, entusiasmo, y calma al ver que todo se puede controlar, al ver que el enojo es un impulso y realmente una explosión de sentimientos.



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.					