

Formato de PTP 1

Módulo 1



Pensamientos y emociones de las actividades llevadas a cabo.

Las que logre realizar son las de Respiración den calma, sobre todo cuando me sentía estresada, generando temor de no terminar mis pendientes documentales. Me en canto y me dio confianza el texto soy una gran persona, al repetirlo varias veces, me pongo alegre de todo y también realice la actividad de gratitud

¿De qué manera logré conectar conmigo mismo/a?

En un principio fue difícil aprender a respirar, considero que siempre lo había hecho mal, ahora tiene el efecto que debe de sentirse, como la calma, la tranquilidad, también me conecte con el texto soy una gran persona, me sentí orgullosa de todo lo que he logrado eso me hizo sentir felicidad, paz y orgullo. En la actividad de dar gracias a las personas que han estado en mi vida es otra de las actividades que me hizo sentir feliz y afortunada de haberlos conocido en el trayecto de mi vida. Con estas actividades, sentí reconectarme conmigo misma, ya que si me he abandonado mucho.

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

Me siento más tranquila más segura y se está proyectando en mis alumnos por la edad que ellos presentan que es el nivel preescolar se conecta mostrándose y es igual más alegres más empáticos sobre todo al demostrarme su afecto y cariño, ser más abiertos para decir lo que sienten y que tienen en quien confiar sin temor alguno a pesar de la corta edad.

Opinión de este primer mini proyecto realizado.

En este primer mini proyecto escogí el del termómetro fue de gran utilidad el poder contar con otra herramienta para favorecer demostrar los sentimientos y cómo o apoyarse de estrategias para lo para minimizar, o externarlos, se pudo observar lo que está afectando al alumno o lo que ellos quieren transmitir. Entre ellos me dio gusto saber que hasta la alegría se puede compartir con sus compañeros ellos mismos empezaron a contar chistes, a decir adivinanzas para que se empiecen a reír y con la ira hicieron el ejercicio de respiración contar hasta 10 pero también expusieron qué es lo que le causaba ira por ejemplo una de las compañeras, estaba triste: porque el papá se había ido de viaje, sus compañeros le dijeron que piense en cosas bonitas y que su papa la quería, entre otras, y se le preguntó ¿Cómo te sientes ahora?, ella respondió un poco mejor, en donde todos coincidieron fue el de la alegría, todos participaron; Con la actividad de las figuras e imágenes de colores lograron identificar la alegría, la tristeza, la furia, el temor, la ira, ellos decidieron y mencionaron cómo se sentían y por qué motivo, tenían esos sentimientos, se le hizo una pequeña adaptación ya que se incorporó al proyecto de las emociones se les proporcionó una abatélenguas de colores de su preferencia y ellos mismos iban colocando cómo se sentían en ese momento, 2s colocaron en ira y la

mayoría colocó en alegría y una en tristeza, el dibujo no se llevó a cabo porque llevó bastante tiempo la reflexión de los sentimientos y cómo manejarlos de acuerdo al termómetro

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

Reforzando con el termómetro como tomar soluciones para los sentimientos



Uno de los alumnos se le explica que puede hacer cuando se sienta triste. Así se pasaron a dos más.

Estas son dos mini proyectos aplicados



Aquí ya se había tomado los acuerdos para la actividad 2



Los alumnos colocando su nombre en palitos de colores, como se sienten en este momento, de acuerdo a la imagen y color de las emociones, apoyándose de la película intensamente por la edad de



Dibujo de que le causa envidia.
Termino de difícil, comprensión.

Instrumento para evaluar el PTP 1

EVIDENCIA:

INDICADORES	Insuficiente 10	Suficiente 15	Satisfactorio 20	Destacado 25
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.				