

Formato de PTP 1
Módulo 1



Pensamientos y emociones de las actividades llevadas a cabo.

Considero que las actividades son prácticas y fáciles de hacer, primero me generaron recuerdos, para poder conectar con mis emociones. Las actividades que más me agradaron fueron las de vuelta a la calma, de tranquilidad. Porque aunque sé que debo practicarlas, en el transitar del día con múltiples actividades, no suelo hacerlas, a menos que me encuentre desregulada por alguna situación.

Las emociones que me evocaron fueron principalmente de bienestar personal, sin embargo en la actividad de la fotografía de los maestros en una reunión, me invito a pensar en las situaciones que se han dado en mi escuela y lo necesario que es manejar las emociones no sólo en individual, sino en colectivo.

Otra emoción que sentí fue miedo, porque al escuchar la música de tiburón, realmente me recordó a la película y las situaciones de peligro, por lo que sólo escuchar la canción, no me agrado la sensación.

Y finalmente la fábula del colibrí me motivo a continuar haciendo mi trabajo lo mejor que pueda, independientemente del ambiente laboral o las situaciones que se presentan en el día a día.

¿De qué manera logré conectar conmigo mismo/a?

Conecte a través de las emociones que me generaban las respiraciones, de darme cuenta de lo que estaba percibiendo en ese momento. Es decir, me ayudo conectarme en el aquí y el ahora, en el presente.

También las actividades sobre nuestra infancia me ayudo a conectar con el pasado y entender por ejemplo, en el caso de la maestra Elena, que su pasado, su historia repercute en las señales emocionales que expresa en el aula con sus estudiantes.

Me genero curiosidad, el mover las palabras, colorear en la plataforma los ejercicios en los que se podía interactuar, me gustaron mucho, porque esas actividades de pintar me ayudaron a relajarme y también a conectar con cómo me siento de manera personal.

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

Los estudiantes con los que trabajo son niños con condiciones o discapacidades, por lo que los contenidos que manejamos con ellos son adaptados a sus necesidades, en mi caso como psicóloga es parte fundamental de mi trabajo, el realizar actividades de educación socio-emocional adaptadas para ellos. Logre conectar con mis estudiantes, dándoles ejemplos de sus estados emocionales y de las actividades /cosas/ que les pueden causar ciertos estados emocionales de acuerdo a su edad, por ejemplo, que les hace feliz el helado, o que les molesta cuando los regañan.

También, les pedí que me preguntarán, como me siento yo (la maestra), para ayudarles conectar conmigo y con ellos, por que puedo estar cansada y es válido que ellos lo comprendan y me vean también como persona.

Otra forma de conectar con mis alumnos es através de mostrarme disponible para ellos, estar atenta a sus comentarios, aunque no tuvieran relación con el tema, muchas veces ellos tienen tanto que decir, que no tomamos suficiente tiempo para escucharlos.

Opinión de este primer mini proyecto realizado.

Me pareció interesante, me agrado que fueran actividades sencillas y viables de hacer. A los niños les agradaron las actividades, pudieron expresar sus emociones de acuerdo a su sentir. Me agrado saber que la mayoría se sienten felices, lo que me podría indicar que en el entorno escolar se sienten acompañados y felices. También considero importante que nos dieron la oportunidad de escoger que actividades podríamos realizar con nuestro grupo.

Primero escogí 2 actividades: termómetro emocional y el cuento del volcán.

Luego presente las actividades, busque en internet una imagen para que pudieran colorear.

Posteriormente cada niño presentó su trabajo, y aunque no todos pudieron expresar de forma verbal, si pudieron realizar la actividad.

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

Aquí están los niños dibujando su termómetro, le agrado pintar y la mayoría solo querían colorear de amarillo, porque ellos comentaron que se sentían felices. El niño que está frente a mí tiene TEA 2, por lo que sí escucha y atiende a la actividad, pero no realiza siempre las actividades gráficas.



En la segunda foto, descargé el cuento de “Tengo un volcán”, los niños lo observaron posteriormente les di la explicación de acuerdo al manual que nos proporcionaron. Ellos lograron identificar la emoción de enojo y una estrategia para lograr la calma, que es la respiración profunda. Las actividades fueron de interés para los niños y fueron viables de realizar.



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.				