



Formato de PTP 1

Módulo 1

Pensamientos y emociones de las actividades llevadas a cabo.

Los niños estuvieron contentos, disponibles, entusiasmados y hasta sorprendidos de como nuestro cuerpo reacciona tan rápido que puede crecer como un volcán y hacer erupción en cualquier momento, incluso a veces, pueden dañar a sus seres queridos. Con las actividades realizadas pudieron expresar sus emociones y sus sentimientos cuando están enojados y conocieron estrategias para autoregularse como el control de la respiración y la búsqueda de la calma, sintiéndose más relajados y tranquilos.

¿De qué manera logré conectar conmigo mismo/a?

Me sentí satisfecha, contenta, ilusionada conmigo mismo porque aprendes a conocer tu yo interior a tomar conciencia de tus emociones y las de los demás, practicando la empatía muchas veces. Estableciendo un diálogo interior positivo sustituyendo los negativos y practicar este tipo de actividades con los alumnos es muy útil para ayudarlos a autocontrolarse, ya que los niños están llenos de emociones.

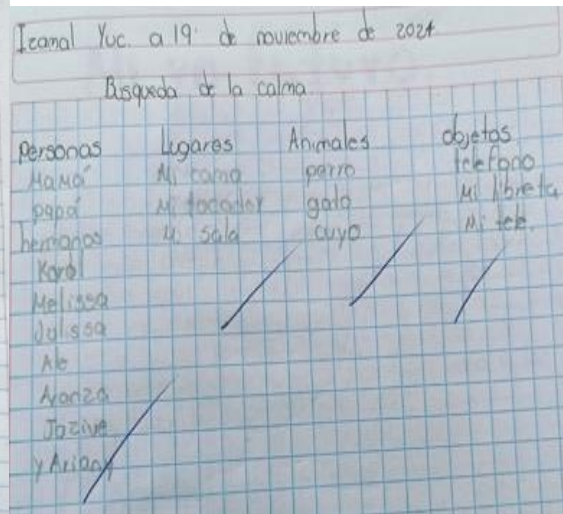
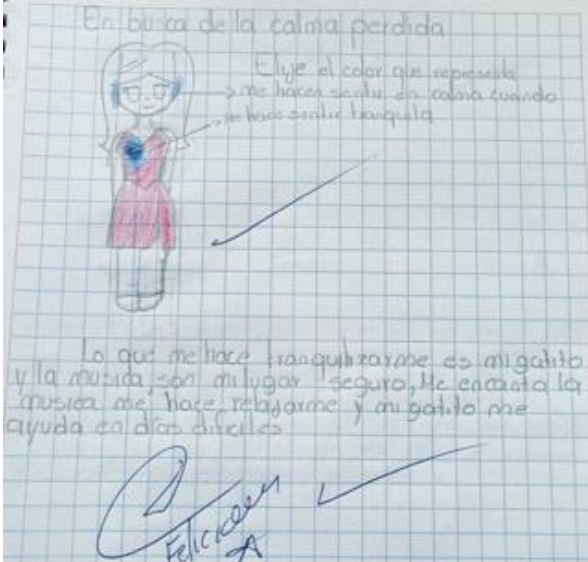
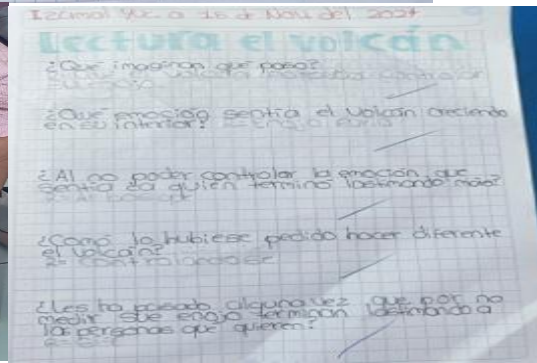
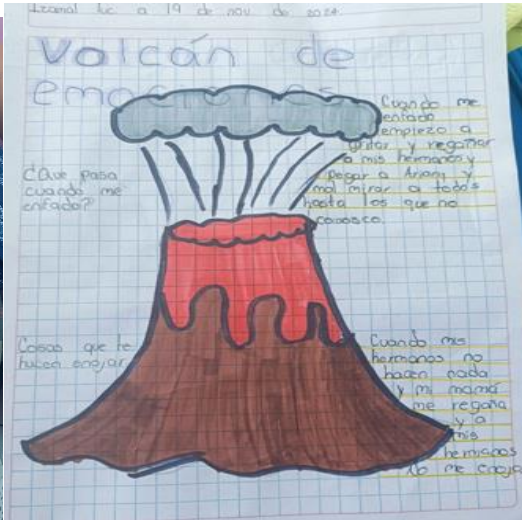
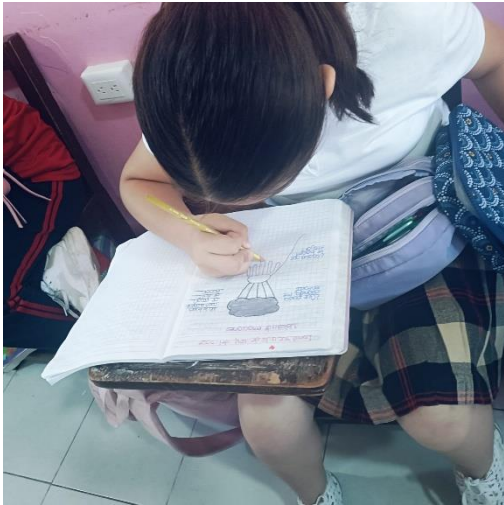
¿Logré conectar con mis estudiantes? ¿de qué manera?

Siento que sí conecté con mis alumnos al mantener un ambiente de confianza, respeto, comunicación efectiva, haciéndoles conciencia de cómo mantener la calma en momentos de enojo, creando espacios para platicar de sus pensamientos de forma voluntaria y realizando estrategias como el volcán de emociones y en busca de la calma perdida, estuvieron muy atentos, expresándose de manera positiva, mostrándose participativos.

Opinión de este primer mini proyecto realizado.

El uso de estrategias emocionales en la educación es fundamental para el desarrollo integral ya que se fomenta el bienestar emocional, la empatía y la resiliencia, que impacta directamente en el aprendizaje y las relaciones sociales, este mini proyecto, estuvo adecuado a las necesidades de mis alumnos y las mías.

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



Se realizaron dos actividades de las propuestas: El volcán de emociones y En busca de la calma perdida.

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 mi proyecto.				
Integra evidencias gráficas y explicación que los ejercicios realizados en colectivo.				