

Formato de PTP 1
Módulo 1



Pensamientos y emociones de las actividades llevadas a cabo. tranquilidad, paz , alegría y trataré de ser abundancia y evitar que mi miedo o estrés de tener muchos pendientes debe ser causante de mi pesar.

¿De qué manera logré conectar conmigo mismo/a?
Teniendo tiempo para analizar como manejar o canalizar mis emociones.

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

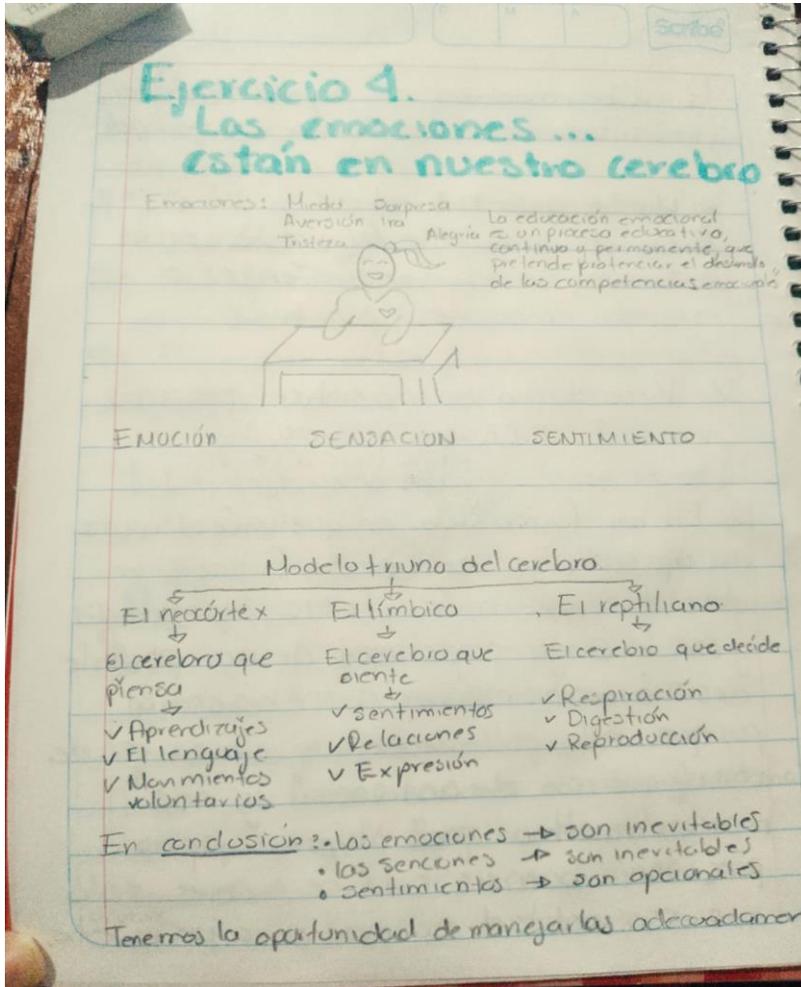
Efectivamente, los chicos de primero aun deben de comprender que el cambio hacia la adolescencia les lleva al límite todos sus sentimientos por ello es importante comentarles que sus sentimientos son válidos en cualquier momento pero deben saber canalizarlo.

Opinión de este primer mini proyecto realizado.
Para mi es de gran importancia dar a conocer como se pueden manejar los sentimientos por ello me inscribí a este curso para tener estrategias en las cuales pueda compartir sentimientos y hacer que mis alumnos puedan manejar sus emociones.

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

Mis ejercicios.

Ejercicio 5. Sintiendo la información



Ejercicio 6

MUSICA DE TIBURÓN

¿Cuáles serían las emociones que cobró Elena fuera del círculo?

R: Tristeza, Miedo, Sorpresa, vergüenza y enojo

Y ¿Qué piensas que sucede con esas emociones que quedan fuera del círculo?

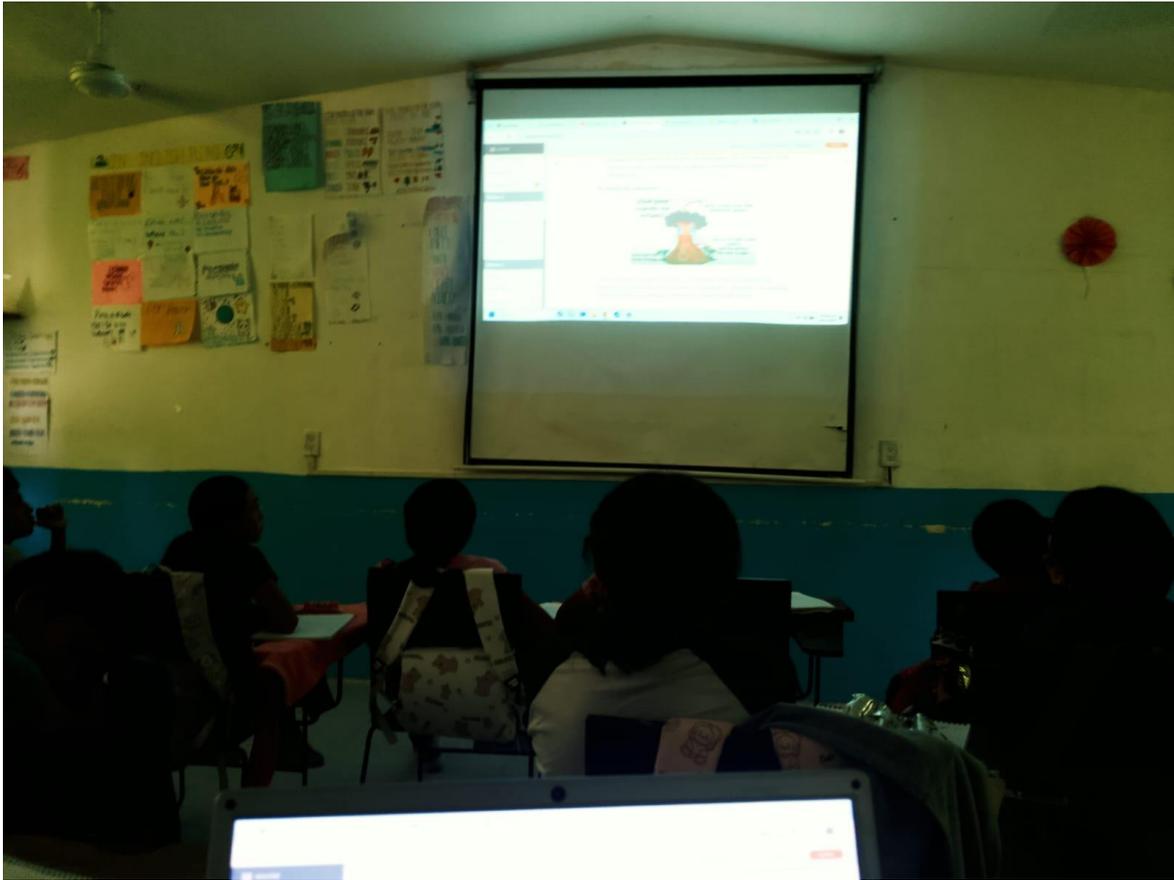
R: Siento que son las más difíciles de manejar y complicadas de superar y por ello es importante ser fuerte para superarlo.

Conclusiones

Es importante aprender a reconocer, nombrar y tener conciencia de las propias emociones y con ello podremos tener nuestra "conciencia emocional"

Ejercicios de evidencias realizados con mis alumnos.







En conclusión pude observar con estas actividades que mis alumnos pueden centrarse en reconocer los sentimientos y emociones básicas, les implica una mayor responsabilidad, ya que les hacemos implicarse. Además, tratar el tema de la educación emocional, es importante para conseguir una mayor socialización, ya que, si reconozco mis propios sentimientos tanto positivos como negativos, puedo interiorizarlos y así comprender a los demás en situaciones similares.

Por ello como maestros es importante incluir estas actividades en nuestras aulas para promover en nuestros alumnos la conciencia emocional para fomentar su desarrollo emocional.

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.				