



## Formato de PTP 2

### Módulo 2

1. Pensamientos y emociones de las actividades llevadas a cabo.

Durante las actividades llevadas a cabo, pude experimentar paz, relajación, a la vez que satisfacción de darme cuenta que puedo percibir lo que tengo, lo que he logrado y puedo mejorar en el plano emocional, que ahora, me cuesta menos reconocer mis emociones y expresarlas asertivamente. Los ejercicios me permitieron sentirme alegre, en calma y con una actitud más positiva y con disposición.

En cuanto a las que pude realizar con los alumnos, me hicieron sentir segura y optimista de ver que han avanzado y ahora son más conscientes de sus emociones y tratan de expresarlas asertivamente. Ahora, el reto es compartir con padres de familia estas técnicas y puedan realizarlas en casa también.

2. ¿De qué manera se promovió la comunicación asertiva durante las actividades llevadas a cabo?

A través del modelamiento, es decir, yo ejemplificando cómo decirle algo a alguien, poniendo ejemplos de cómo me hizo sentir algún comentario o acción de otros y cómo se lo hice saber, es como trabajo la “comunicación asertiva”, además de que después de contarles, la o las frases que utilizo se las comparto en una tarjeta y las coloco en el “Botiquín emocional” del aula.

3. Hoy tus alumnos reconocen la importancia de la comunicación asertiva ¿por qué?

Puedo decir que, los alumnos están en el proceso de reconocer la importancia de la comunicación asertiva, sin embargo, ya la practican, aunque todavía hay que moldearles en muchas ocasiones, lo importante y destacable para mí es que, lo practican. Una barrera significativa han sido las familias, pues ellos todavía no lo practican, sin embargo, mi proyecto próximo es orientarlos y poner en práctica con ellos.

4. Describe para ti las actividades más significativas de este segundo módulo, y cómo hasta ahora las pones en práctica.

Si bien, la actividades propuestas en este trayecto so buenas y algunas ya las apliqué en otros cursos, para esta ocasión, utilicé algunos elementos y materiales que ya estaban en mi planeación, pero considerando la temática que en este curso me proponen, por ejemplo, utilizo un títere que se llama “Kiko” y otro que es su mejor amigo que se llama “Mano” para contarles una historia en la que ambos se enojan, y ponen en práctica la comunicación asertiva de sus emociones y uno de ellos debe tratar de mantenerse en calma, practicando los ejercicios de respiración, tratando de involucrar a los alumnos para ayudarlos a practicar estos ejercicios. Con esta actividad, en mis preescolares me ha sido más fácil trabajar estos temas. En mis primarias, he realizado esta actividad con grados bajos y con los altos, el “Monstruo de colores” para reconocer las emociones y sensaciones corporales.

En algunas ocasiones, con los alumnos que me derivan por conductas desafiantes, practico ejercicios de gratitud, respiración y expresión asertiva de sus emociones, pero el llevarlos fuera del aula a espacios verdes, y motivarlos a estar en un estado de calma ha permitido que puedan tranquilizarse y expresar sus pensamientos y emociones. Además de agregarles la propuesta de “Trata a los demás como te gustaría que te traten a ti”, es por eso, que cuando vi el video en el material, me hizo sentir feliz y reafirmar que lo estoy haciendo bien.

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



## Rúbrica PTP 2

### Instrumento para evaluar el PTP 2

#### EVIDENCIA:

INDICADORES	Insuficiente 10	Suficiente 15	Satisfactorio 20	Destacado 25
Identifica y explica tres emociones y sentimientos personales generados por las actividades realizadas.				
Describe de manera específica tres de las acciones que llevo a cabo para el logro de las actividades del mini proyecto 2.				
Pone en práctica estrategias, ejercicios y herramientas del módulo 2.				
Integra evidencias gráficas y explicación que los ejercicios realizados en colectivo.				