

Formato de PTP
Módulo 1



Pensamientos y emociones de las actividades llevadas a cabo.

Emoción calma, actividad: en busca de la calma perdida y saberes que emocionan.

¿De qué manera logré conectar conmigo mismo/a?

Conectar conmigo mismo/a ha sido un proceso enriquecedor, y me di cuenta de que hay varias maneras que me invitan a explorar mis emociones y sensaciones. Por ejemplo, al dibujar las siluetas mis alumnos y dibujarlo de la misma manera, pude observar de una forma distinta, tomando conciencia de mi cuerpo y de cómo me siento en diferentes partes de él. Al señalar en qué parte de mi cuerpo siento la calma, pude identificar esos momentos de bienestar que muchas veces no me había detenido a notar. Este ejercicio me ayudó a ser más consciente de mis emociones y de las sensaciones físicas que las acompañan como docente junto con mis alumnos. Además, al escuchar frases y responderlas por mis alumnos, si las encontraba correctas o incorrectas, pude reflexionar sobre las creencias y pensamientos. Este tipo de actividades me permitió darme cuenta de lo que realmente se piensa y siente, ayudándome a tomar decisiones más alineadas con lo que soy en el momento presente.

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

Logré conectar con mis estudiantes a través de estas dos actividades al crear un espacio donde pudieron explorar sus emociones y pensamientos de manera personal y reflexiva, pero también compartida en el grupo. Aquí te explico cómo cada actividad ayudó a fortalecer esa conexión

Opinión de este primer mini proyecto realizado.

Mi opinión sobre este primer mini proyecto realizado es muy positiva. Creo que fue una experiencia valiosa tanto para los estudiantes como para mí, ya que nos permitió conocernos más profundamente y crear un ambiente de confianza y empatía. Las actividades de dibujar la silueta y reflexionar sobre las partes del cuerpo donde sienten calma, así como la dinámica de leer frases y discutir si son correctas o incorrectas, fueron herramientas poderosas para fomentar la autoobservación y el pensamiento crítico.

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



Aquí los niños comparten sus dibujos de sus siluetas, en donde la mayoría habló acerca de donde sienten la emoción calma, lo cual fue una actividad muy relajante para ellos, pues se les proporcionó tiempo indefinido pero se les aclaró que es necesario ser conscientes en la entrega

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.		X		
Identifica y explica de manera específica tres emociones y sentimientos de sus estudiantes que generaron las actividades.		X		
Describe de manera específica tres de las acciones que llevo a cabo para el logro de las actividades de este mii proyecto.		X		
Integra evidencias gráficas y explicación que los ejercicios realizados en colectivo.		X		