

Formato de PTP 1  
Módulo 1



Pensamientos y emociones de las actividades llevadas a cabo.

**Pensé en las actividades adecuadas para mi grupo de 6º, como lo son: “La base de todo es... la calma”, ya que muchas veces, debido a sus edad y estados de ánimo, demuestran enojo, frustración, ansiedad, irritabilidad, reaccionan de manera intempestiva, son muy vulnerables y poco tolerantes. En esta actividad los alumnos experimentaron y reflexionaron sobre la calma y la importancia de ésta en nuestras vidas y convivencia escolar para tener un entorno socioemocional positivo y basado en el respeto.**

**La segunda actividad trabajada fue “Saberes que emocionan” “El volcán de las emociones”, donde se reflexionó sobre la autorregulación y la empatía.**

**Los sentimientos que pude percibir en mis estudiantes fueron sorpresa, curiosidad, alegría y seguridad.**

**Emociones presentes en las actividades realizadas: Interés, calma, equilibrio, serenidad, alegría, placer, gratitud y felicidad.**

¿De qué manera logré conectar conmigo mismo/a?

**A través de la reflexión, meditación, y la aroma terapia, así como con los resultados de las actividades ejecutadas, viendo el interés, la reflexión, satisfacción, placer y felicidad de mis estudiantes. Me trajo un estado de bienestar y total satisfacción.**

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

**Totalmente, con la música relajante, especialmente seleccionada, generó bienestar personal a cada uno de los presentes; preguntas detonadoras y la aroma terapia; el interés y la satisfacción de lo experimentado en las actividades fue el común denominador del grupo.**

Opinión de este primer mini proyecto realizado.

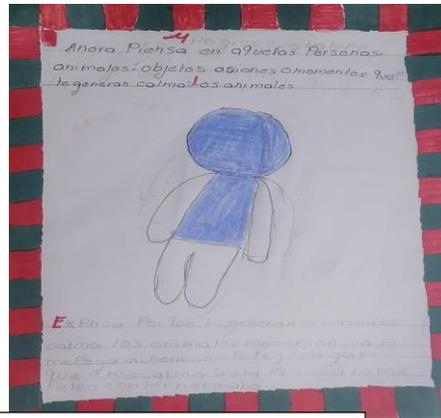
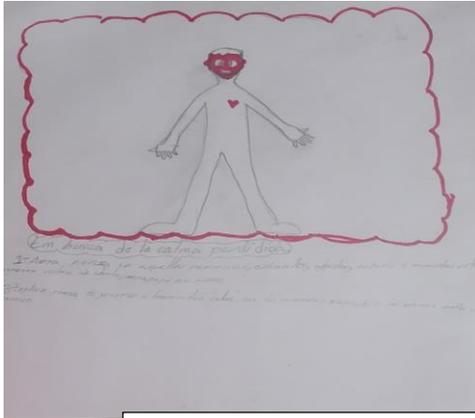
**Una gran experiencia, actividades oportunas que mis alumnos necesitaban, es muy importante velar por la salud, bienestar e inteligencia emocional para tener un mejor rendimiento y calidad de vida.**



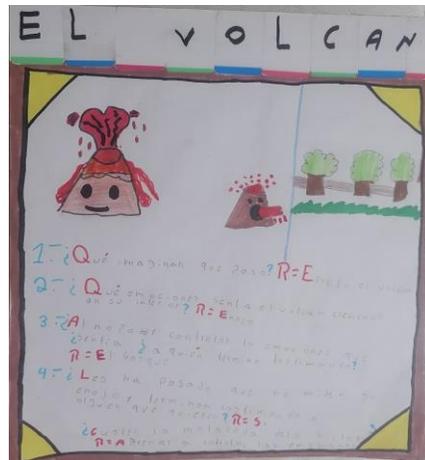
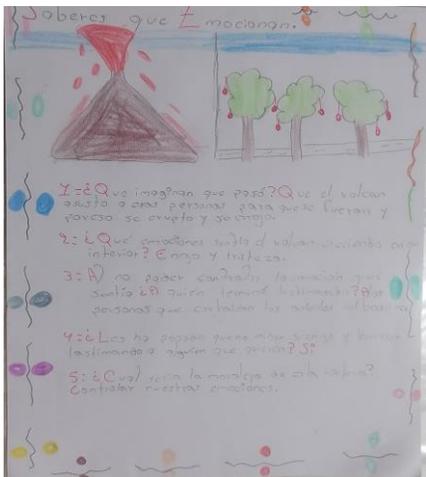
Experimentando la relajación y la calma.



Momento de manifestar lo reflexionado y aprendido.



Productos de la actividad: “La base de todo es... la calma”



Productos de la actividad: “El volcán de las emociones”

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

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.				