Formato de PTP 1

Módulo 1

Pensamientos y emociones de las actividades llevadas a cabo.

La primera actividad llevada a cabo fue la del termómetro de las emociones, en esta actividad los alumnos mostraron interés sobre las acciones que se deben llevar a cabo en cada una, comentaron que es importante reconocer el nivel en el que nos encontramos en cada una de las situaciones, y valorar las acciones, algunos alumnos mencionaron que el sentimiento de enojo es común para ellos pero la reacción que tienen es aislarse, al igual cuando están tristes y cuando se frustran lloran.

En la segunda actividad el volcán de las emociones los alumnos pudieron identificar la reacción de su enojo y como en ocasiones el enojo les daña más a ellos o alguna familia cercana.

En la tercera actividad que fue en busca de la calma los alumnos identificaron un color específico de ese momento que en ocasiones requieren para sentirse mejor y a sus aliados para lograr encontrar su calma.

¿De qué manera logré conectar conmigo mismo/a?

identificando momentos y estresando mis emociones de la manera más asertiva sin afectar a los de mi entorno, el reconocer los niveles de los que nos ubicamos en determinadas horas y momentos y llevar a cabo las actividades para lograr encontrar la calma o felicidad es lo que me crea esa conexión.

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

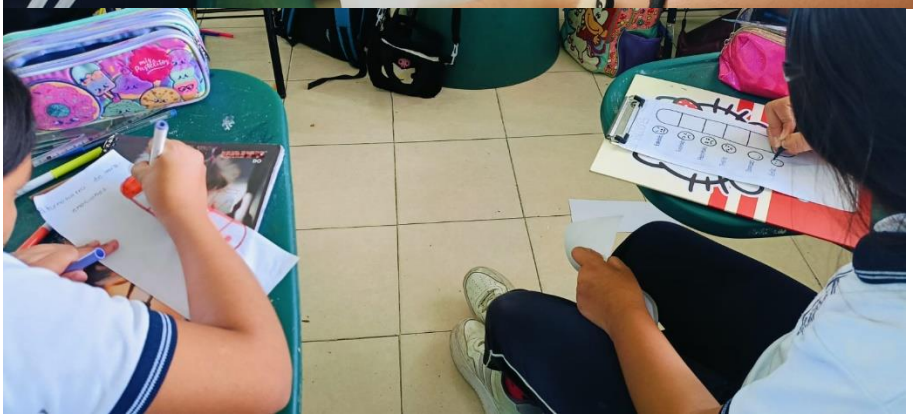
A través de la empatía y el intercambio de experiencias lograron que mis alumnos se expresen libremente y que pudiéramos llevar a cabo cada una de esas actividades

Opinión de este primer mini proyecto realizado.

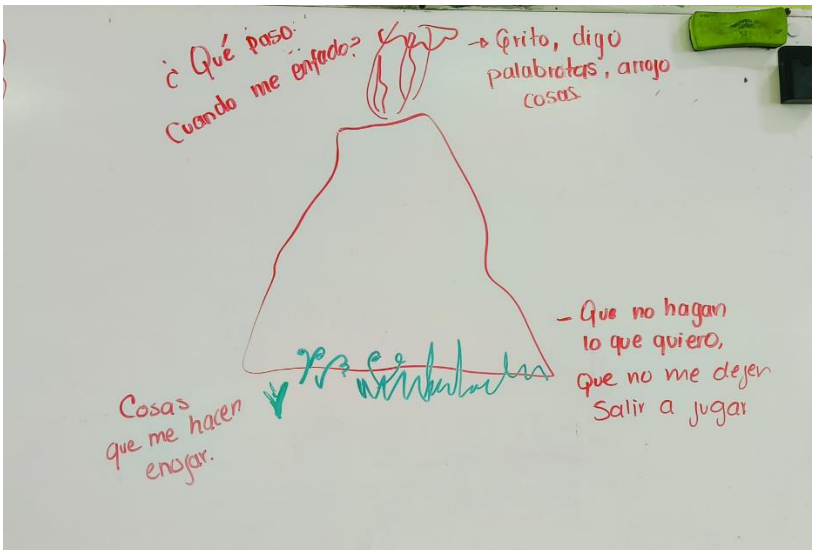
Una experiencia agradable porque en ocasiones dejamos a un lado estás emociones y nos enfocamos en aprendizaje únicamente académicos, sin embargo el estar en un ambiente de confianza, mejora este proceso de aprendizaje y enseñanza.

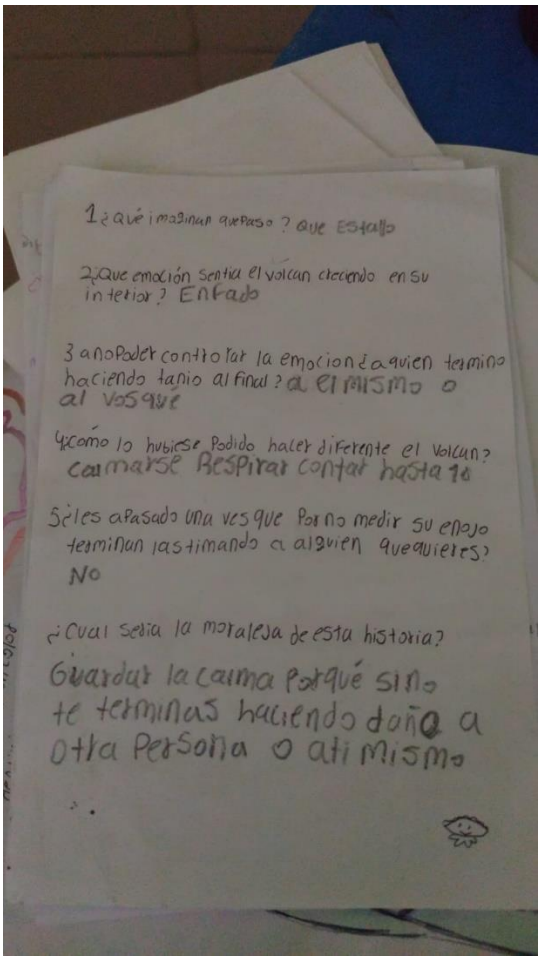
Evidencia fotográfica o en audio de las actividades realizadas y descripción de cada una.

TERMOMETRO DE EMOCIONES



EL VOLCAN DE LAS EMOCIONES


¿Qué paso?
Cuando me enfado?
→ Grito, digo palabrotas, arrojo cosas
- Que no hagan lo que quiero, Que no me dejen Salir a jugar
Cosas que me hacen enojar.



1¿Qué imaginan que Paso? Que Estallo

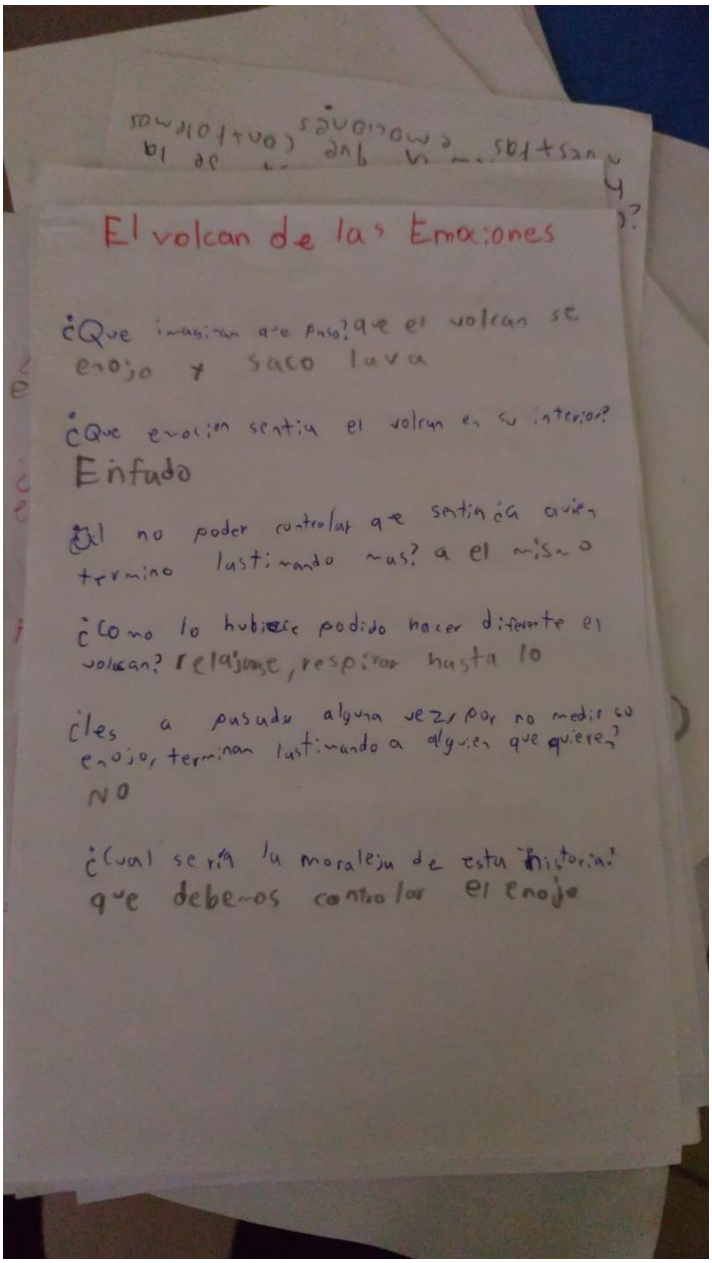
2¿Que emoción sentia el volcan creciendo en su interior? Enfado

3 ¿no Poder controlar la emocion? ¿a quien termino haciendo tanio al final? a el mismo o al vosque

4¿como lo hubiese Podido hacer diferente el volcan? calmarse Respirar contar hasta 10

5¿les a Pasado una ves que Por no medir su enojo terminan lastimando a alguien que quieres? No

¿Cual seria la moraleja de esta historia? Guardar la calma Porqué sino te terminas haciendo daño a otra Persona o ati mismo


El volcan de las Emociones

¿Que imaginan que paso? que el volcan se enojo y saco lava

¿Que emocion sentia el volcan en su interior? Enfado

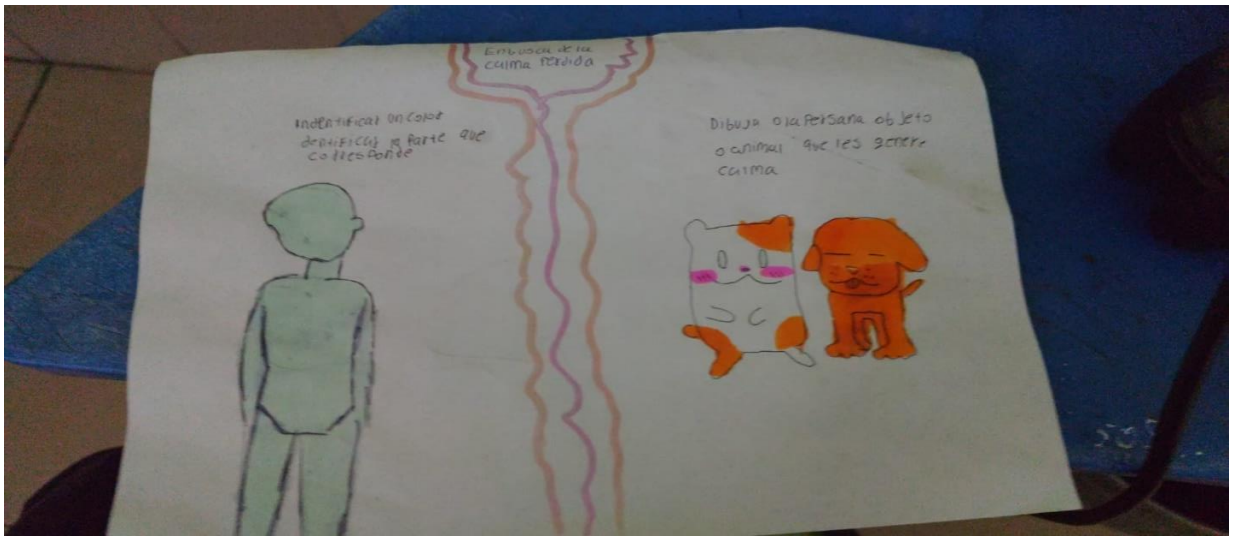
¿El no poder controlar que sentia a quien termino lastimando mas? a el mismo

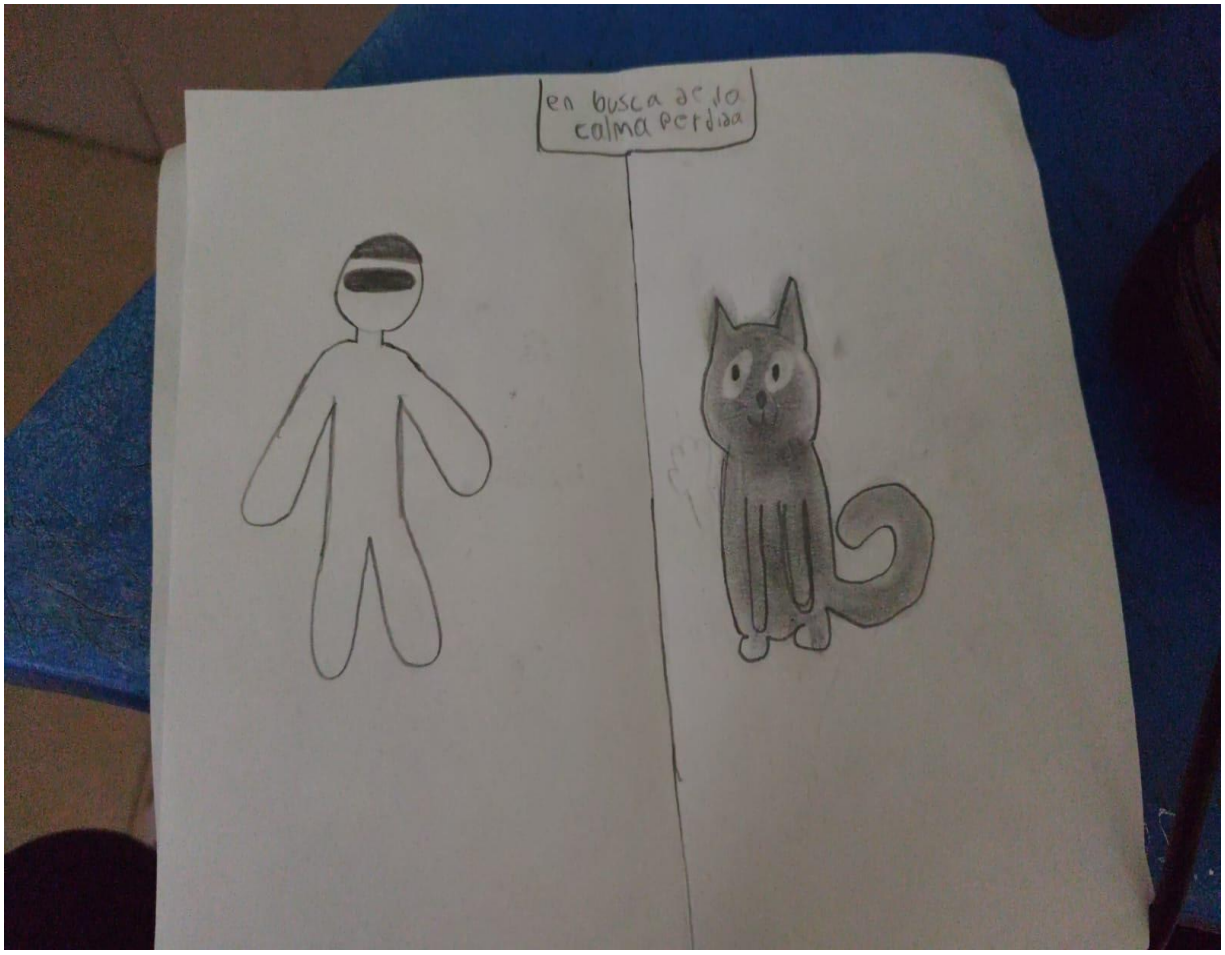
¿Como lo hubiera podido hacer diferente el volcan? relajarse, respirar hasta 10

¿les a pasado alguna vez, por no medir su enojo, terminan lastimando a alguien que quieren? NO

¿Cual seria la moraleja de esta historia? que debemos controlar el enojo

EN BUSCA DE LA CALMA PERDIDA


En busca de la
calma perdida
Indentificar un color
identificar la parte que
corresponde
Dibuja o la persona objeto
o animal que les genere
calma


en busca de la
calma perdida

Instrumento para evaluar el PTP 1 EVIDENCIAlas:				
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 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	