

Formato de PTP 1
Módulo 1



Pensamientos y emociones de las actividades llevadas a cabo.
Sentía alegría, felicidad y tranquilidad.

¿De qué manera logré conectar conmigo mismo/a?

Empezando con la respiración controlada, la observación de las emociones que emanan de mí poco a poco conforme van pasando las actividades y cómo estas pueden ser transmitidas a los alumnos.

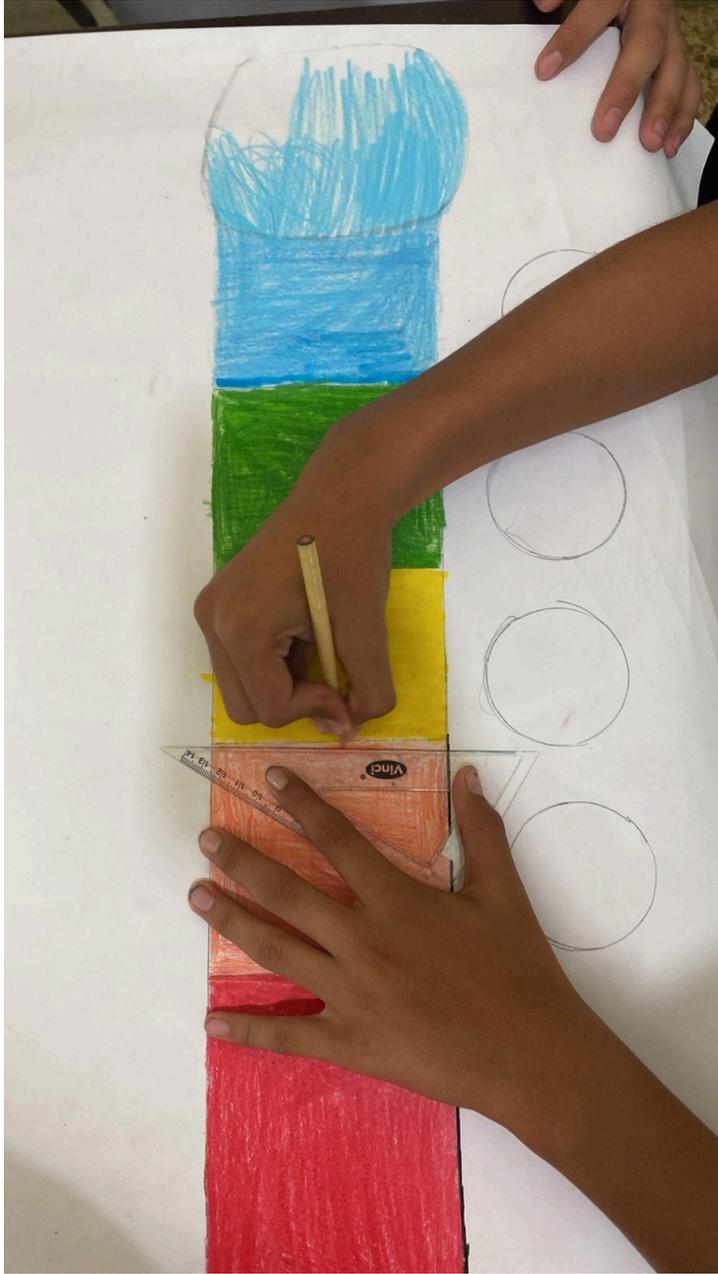
¿Logré conectar con mis estudiantes? ¿de qué manera?

Sí porque los alumnos lograron interiorizar sus emociones, entendieron que algunas no pueden ser controladas de la manera que ellos consideran correctas como por ejemplo golpeando o peleando con algún compañero sino que calmándose y tratando de buscar una solución que sea benéfica no solo para ellos sino que para todos, entendieron que el enojo, la tristeza o la rabia no pueden ser soluciones para sus problemas.

Opinión de este primer mini proyecto realizado.

Fue enriquecedor y aprendí que las emociones también pueden ser proyectadas no solo hacia personas sino que hacia las emociones de los mismos alumnos.

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



Termómetro Emocional...

Me siento...

Necesito...

Enfadado/a



Respirar, contar hasta 10 y pedir ayuda

Frustrado/a



Mover el cuerpo, salir al exterior, dar un paseo

Preocupado/a



Hacer una pausa, hablar sobre mis sentimientos, encontrar un lugar seguro.

Triste



Desahogar, hacer algo que me guste, hablar con alguien que confie.

Calmado/a



Respirar y relajarme para mantenerme en el estado de calma

Feliz



Disfrutar de mi emoción, compartir con otras personas

Iván Roca
Juan Pablo Vergara
Cristófer Rueda



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.

--	--	--	--	--