

Formato de PTP 1
Módulo 1



Segundo grado de primaria

Pensamientos y emociones de las actividades llevadas a cabo.

Realizamos las actividades del volcán de las emociones y el termómetro emocional, identificamos la emoción que sentíamos, algunos dijeron que se sentían en calma, otros dijeron con felicidad, continuamos comentando por que habían elegido esas emociones y contestaron algunos que se sentían calmados y tranquilos y por eso se sentían en calma, otros dijeron les gustaba ir a la escuela o hacer la tarea y por eso se sentían felices. Coincidieron que la emoción que más les gustaba era la felicidad porque viven cosas bonitas y la que menos le gustaba era la tristeza que nos les gustaba sentirse así porque recordaban cosas feas.

¿De qué manera logré conectar conmigo mismo/a?

He conectado conmigo mismo ya que he reflexionado sobre la importancia de las emociones, como influye en el aprendizaje en la escuela, la familia y en lo personal.

Que puedo identificar mis emociones, identificar las de los demás entender que son válidas y que mis emociones son muy importantes. Lo más importante de todo es que lo puedo transmitir a mis estudiantes para que puedan aprovechar estas herramientas para su aprendizaje y su vida personal. En cuanto a mis emociones personales en un inicio me sentí calmado ya que las actividades les gusto, al final me sentí contento con ellos y me agrado mucho que nos haya servido a todos ese momento para analizar cómo nos sentimos.

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

Si, creando un ambiente seguro y agradable en el aula, también platicamos que las emociones podían cambiar a lo largo del día, que todas las emociones son válidas y que podemos cambiar la manera en la que nos afecta, identificando nuestra emoción sea de manera positiva, negativa o neutral estas influyen en como aprendemos y como vivimos, nosotros podemos intentar volver a la calma por medio de una respiración profunda, música relajante y hasta con velas aromáticas.

Ellos al inicio estaban muy emocionados porque querían saber de qué se trataban las actividades al ver el material, conforme les explique se calmaron y cada uno fue describiendo como se sentían en ese momento, feliz y calmado fueron los que eligieron todos.

Siento que conectamos más en la actividad del volcán porque ellos se sintieron muy identificados ya que son de emociones muy sensibles por ser niños. Esta actividad todos la percibieron pensando que el volcán podía resolver mejor las cosas calmándose y hablando con los hombres que le querían hacer daño al bosque.

Opinión de este primer mini proyecto realizado.

Siento que las emociones influyen mucho más de lo que pensaba en mi vida, que podía pensar que las manejaba muy bien pero que siempre tenemos mucho que aprender para entender a los demás porque no todos saben cómo manejarlas independientemente de la edad. Sobre todo que las emociones influyen de manera positiva, negativa o neutral en como aprendemos y como vivimos.

