Formato de PTP 1

Módulo 1

Pensamientos y emociones de las actividades llevadas a cabo.

Antes de llevar a cabo las actividades propuse a los alumnos que se levantaran de sus asientos para hacer un círculo, cerraran los ojos y respiraran de manera consciente para que estuvieran relajados. Por cierto, me sentí motivado al llevar a cabo la actividad porque los alumnos se mostraron participativos con las indicaciones que recibían de mi parte. Al inicio de la primera actividad me sentí un poco nervioso por la expectativa de cómo van a reaccionar mis alumnos (a pesar que son participativos en las clases, en esta ocasión se trataba de sus emociones). Conforme se fue desarrollando la actividad los alumnos iban mencionando el porqué pusieron su marca en el espacio correspondiente. Tres de ellos hicieron lo siguiente:

Orlando marcó con una "palomita" el espacio de molesto porque durante el descanso no le pasaban el balón por sus compañeros al jugar futbol.

Laura marcó con una carita sonriente el espacio de alegre/tranquilo por el hecho de que había entregado todas sus tareas.

Rigoberto marcó con una estrella el espacio de alegre/tranquilo porque considera que hay que estar así cuando en la familia no hay nadie enfermo.

Al final, me sentí contento por la participación que tuvieron los alumnos y satisfecho por el resultado obtenido.

¿De qué manera logré conectar conmigo mismo/a?

Logré conectar conmigo mismo cuando llevé a cabo el ejercicio de respiración con mis estudiantes. Me sentí relajado y en calma.

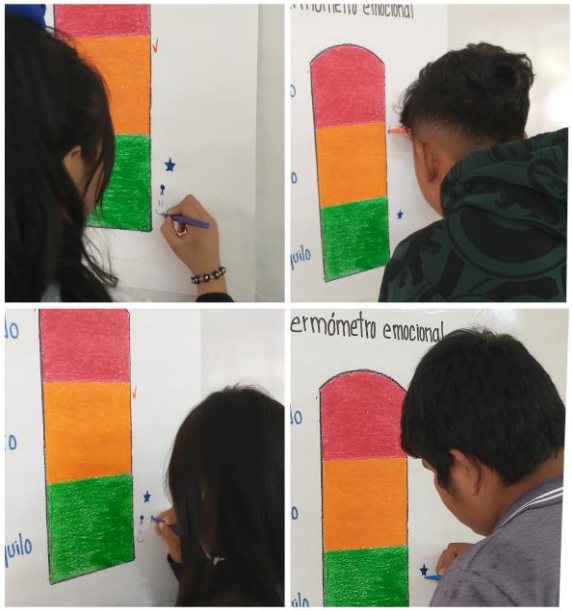
¿Logré conectar con mis estudiantes? ¿de qué manera?

Sí, logré conectar con mis estudiantes cuando mencioné algunas de las emociones que experimento durante la semana e incluso durante el día, aunque para ellos no sea algo perceptible (según me dijeron), por lo que lo anterior les causó sorpresa.

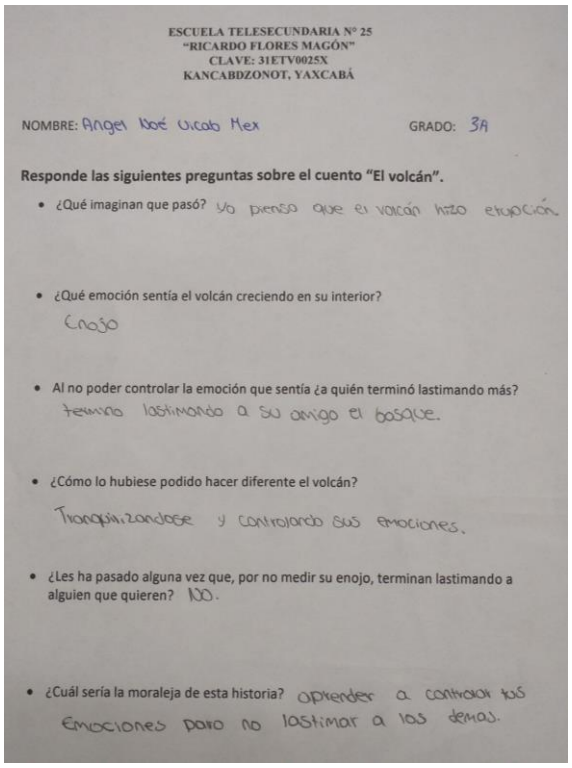
Opinión de este primer mini proyecto realizado.

Opino que este tipo de actividades impacta de manera positiva en los estudiantes, ya que logra que reflexionen, abrirlos a posibles escenarios y también a ser empáticos. Además de escuchar sus emociones y validar sus emociones en distintas situaciones.

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



Durante la actividad del termómetro emocional invité a que los alumnos participaran de manera voluntaria. Observé que existe la necesidad por parte de los alumnos de ser escuchados y tomados en cuenta en el ámbito emocional, ya que fueron varios de ellos que pasaron al frente para poner una marca en el espacio de acuerdo al color y a la emoción que sentían en ese momento. En lo que a mí respecta puedo decir que me sentí nervioso al principio, pero al final contento y satisfecho con la actividad, ya que esta cumplió con su objetivo.



ESCUELA TELESECUNDARIA Nº 25
"RICARDO FLORES MAGÓN"
CLAVE: 31ETV0025X
KANCABDZONOT, YAXCABÁ

NOMBRE: Angel José Ucab Mex GRADO: 3A

Responde las siguientes preguntas sobre el cuento "El volcán".

- ¿Qué imaginan que pasó? Yo pienso que el volcán hizo erupción.
- ¿Qué emoción sentía el volcán creciendo en su interior? Enojo
- Al no poder controlar la emoción que sentía ¿a quién terminó lastimando más? Termino lastimando a su amigo el bosque.
- ¿Cómo lo hubiese podido hacer diferente el volcán? Tranquilizandose y controlando sus emociones.
- ¿Les ha pasado alguna vez que, por no medir su enojo, terminan lastimando a alguien que quieren? No.
- ¿Cuál sería la moraleja de esta historia? aprender a controlar tus Emociones para no lastimar a los demas.

Después de responder las preguntas relacionadas al cuento "El volcán", algunos alumnos externaron que se sentían, por una parte, enojados con el volcán porque le hizo daño a su amigo el bosque. Otros más dijeron que les causó sorpresa el hecho de que el volcán no se diera cuenta de que haría daño al bosque y no solamente a las personas que lo talaban.

Sin embargo, hay quienes mencionaron que sentían impotencia al saber que el bosque recibió la lava y el corte de árboles por parte de las personas, lo que significa un doble daño.

En la imagen se puede observar las respuestas dadas por un alumno.

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.				