PROPÓSITO:

Entender qué son las emociones, para qué sirven, sus características para comprender, expresar y regular de forma apropiada los estados de ánimo, discernir entre lo bueno y lo malo y ser capaz de separar lo provechoso de lo inconveniente.

MOTIVACIÓN:

https://youtu.be/se62UwCxUrI

EXPLICACIÓN:

Las emociones son reacciones que todos experimentamos ante factores internos o externos. El efecto es la alteración del ánimo, te saca de tu estado habitual, te conmueve de forma agradable o desagradable. Pueden ser de alegría, tristeza, miedo, ira temor, etc. son emociones que todos hemos sentido. Las emociones no se limitan a aquello sentimos, sino que provocan una reacción en cadena en nuestro organismo y en nuestra conducta. Reaccionamos luchando, huyendo, manteniendo la situación de alerta o paralizándonos.

Debemos acudir a nuestra inteligencia emocional para poder tener un conocimiento y mejor manejo de nuestras emociones.

https://youtu.be/XryXVbrlfYY

EJERCICIOS:

Copiar en el cuaderno los conceptos dados en la explicación.

Observar los videos presentados en la motivación y en la explicación y desarrollar los conceptos de la inteligencia emocional, sus ejercicios y dibujar al monstruo de los colores con sus respectivas emociones.

Recuerden desarrollar los temas en el cuaderno en forma en forma ordenada y con sus respectivas ilustraciones.

EVALUACIÓN:

1.Identifico emociones.

Busco varias fotografías de personas, expresando diferentes emociones (revistas, periódicos, imprimirlas, etc.), pegarlas en el cuaderno e identificar a que emoción corresponde y creo un dibujo que represente cada emoción.

2. Manifiesto mis emociones vividas cuando… y dibujo el monstruo de color correspondiente.

_Yo soy valiente cuando …

_Yo me puse triste cuando…

_Yo me pongo furioso cuando…

_Yo me pongo alegre cuando…

_Yo siento miedo cuando …

_Yo me siento tranquilo cuando…

_Yo me siento alegre cuando...

_Yo siento amor cuando...

3. realizar la actividad propuesta en el video "Le ponemos color a las emociones"

BIBLIOGRAFÍA:

Videos de la plataforma Yuo Tube.