

PROPÓSITO:

J.U VALORES

TALLER 1

MIS EMOCIONES

Reconocer que tengo emociones y que debo aprender a expresarlas.

MOTIVACIÓN:



EXPLICACIÓN:

Todos los seres humanos experimentamos emociones que expresamos de forma distinta. Descubramos algunas de ellas.

1. Relaciona cada imagen con la emoción que expresa.



EJERCICIOS:

2. Teniendo en cuenta las anteriores emociones, completa en tu cuaderno.

.....

- ⊙ La emoción que más he sentido en los últimos días es .....
- ⊙ Esta emoción la siento cuando .....
- ⊙ Lo que hago o quiero hacer cuando siento esa emoción es .....
- ⊙ ¿Te has dado cuenta durante cuánto tiempo te sientes así? Sí ..... No .....
- ⊙ Tiempo aproximado (en minutos) .....



### 3. Momento para imaginar...

Te sirven un plato de comida que está tapado. Cuando lo destapas, aparecen ante tus ojos unos gusanos de colores.

🕒 Lo que sientes en ese momento es .....

Luego, quien te sirvió el plato te dice que se trata de un delicioso postre de gelatina con forma de gusanos. Ahora, te animas a probar uno y al hacerlo te das cuenta de que efectivamente son unos deliciosos dulces.

🕒 La nueva emoción que sientes es .....



Realiza el dibujo de las dos escenas anteriores

### 4. Ordena las fichas de cada emoción de 1 a 6, desde la emoción que más te gusta sentir hasta la que menos deseas.



Asco	Susto	Alegría
Ira	Tristeza	Miedo

#### EVALUACIÓN:

Escribe en 5 renglones que aprendiste

Hoy aprendí que

.....

.....



**BIBLIOGRAFÍA:**