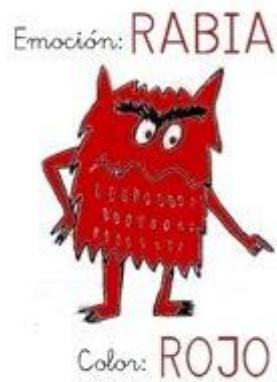


GUÍA DE TRABAJO: LAS EMOCIONES

Una vez que hayas leído o escuchado el audio cuento de “El monstruo de colores”, debes realizar las siguientes actividades:

- 1) Dibuja y crea tus propios monstruos de colores. Te dejamos el ejemplo de color y emoción asociados.



2) Una vez listos tus monstruos, deberás recortar las siguientes situaciones, y asociarlos a un monstruo. Así, nos ponemos en el lugar de los otros, generamos la empatía y además, podemos jugar con nuestra familia.

Lucía cumple hoy los años y le han hecho una fiesta sorpresa.
¿Cómo se sentirá Lucía?

Pedro ha ido a casa de sus abuelitos y ha pasado todo el día con ellos jugando
¿Cómo se sentirá Pedro?

A Sofía los Reyes Magos le han traído todos los juguetes que pidió en su carta.
¿Cómo se sentirá Sofía?

Isabel ha pasado toda la tarde en el parque con su papá y su mamá
¿Cómo se sentirá Isabel?

A Celia han venido a visitarla sus primas, que hacía mucho tiempo que no las veía
¿Cómo se sentirá Celia?

Carlos ha encontrado por su muñeco favorito que había perdido hace muchos días
¿Cómo se sentirá Carlos?

Silvia está tumbada en la playa tomando el sol con los ojos cerrados. ¿Cómo se sentirá Silvia?

Es de noche, y la mamá de Esteban está con él en la cama leyéndole un cuento. ¿Cómo se sentirá Esteban?

A Helena le están dando un masajito en la espalda mientras escucha una música suave. ¿Cómo se sentirá Helena?

Mónica está tumbada en el sofá con su papá viendo una película de dibujos animados. ¿Cómo se sentirá Mónica?

Manolo está balanceándose en un columpio suavemente, mientras le da el aire en la cara. ¿Cómo se sentirá Manolo?

Rubén está dando un paseo a la orilla del mar. ¿Cómo se sentirá Rubén?



Maria está en el supermercado con su mamá y de repente no la encuentra por ninguna parte ¿Cómo se sentirá María?

Ángel está viendo por la tele una película donde salen muchos monstruos y brujas ¿Cómo se sentirá Ángel?

Roberta se ha ido a la cama a dormir y de repente escucha ruidos extraños. ¿Cómo se sentirá Roberta?

Luis y su familia están en casa y de repente se va la luz y se queda todo a oscuras ¿Cómo se sentirá Luis?

David está paseando tranquilamente por la calle y de repente aparece un perro muy grande que le ladra muy fuerte ¿Cómo se sentirá David?

Ha habido un incendio en la casa de los vecinos de Aurora y todos han tenido que salir corriendo a la calle ¿Cómo se sentirá Aurora?

El primo de Juan le ha roto su pelota favorita. ¿Cómo se sentirá Juan?

A Adriana un niño del colegio le ha dicho tonta. ¿Cómo se sentirá Adriana?

Estebean quiere ponerse hoy el equipaje de fútbol pero su mamá no le deja. ¿Cómo se sentirá Estebean?

Mirella iba a ir al cine con su papá pero se les ha estropeado el coche y no han podido ir. ¿Cómo se sentirá Mirella?

A Eva un niño le ha quitado el bocadillo en el patio. ¿Cómo se sentirá Eva?

Elisa no comparte sus juguetes con su hermana Marta. ¿Cómo se sentirá Marta?

A Rebeca se le ha puesto enfermo su gatito. ¿Cómo se sentirá Rebeca?

La abuelita de Carmen estaba muy malita y se la han llevado al hospital. ¿Cómo se sentirá Carmen?

Lidia se iba de excursión con sus amigos, pero se ha levantado enferma y no puede ir. ¿Cómo se sentirá Lidia?

La mejor amiga de Paloma se ha ido a vivir a otra ciudad. ¿Cómo se sentirá Paloma?

El papá de Sandra se tiene que ir a trabajar a otra ciudad y no lo podrá ver durante muchos días. ¿Cómo se sentirá Sandra?

Rosa ha perdido una pulsera que le regaló su hermana con mucho cariño. ¿Cómo se sentirá Rosa?

OTRA ACTIVIDAD

Si lo desean, también pueden confeccionar un emociómetro.

Objetivo de la actividad

Hay veces que es complejo saber expresar aquello que nos pasa, así que un emociómetro es un buen material para que cada día, cada uno de nosotros exprese de manera gráfica cómo se siente.

Descripción

1. Dibujaremos un monstruo en una cartulina de cada color según la emoción, podemos hacerlo los adultos ó bien los niños dependiendo de las edades.
2. Colocaremos escrito el nombre de la emoción en la cartulina.
3. Engancharemos las cartulinas una detrás de otra creando un “mural” con cada emoción.
4. Buscaremos perros de ropa, y le pondremos un nombre por cada adulto y niño que viva en el hogar.
5. La idea es colocarlo en un lugar de fácil acceso para que puedan cambiar la pinza cuando quieran.
6. Periódicamente pediremos a los niños y a los adultos, que expliquen el porqué de su estado, tomando de esta manera conciencia de que determinados hechos nos generan determinadas emociones.

Departamento de Orientación

Ejemplo

Abril 2020



Toda situación constituye una oportunidad para enseñar a nombrar emociones así como vincularlas a determinados gestos o rasgos no verbales. Algo tan sencillo como una conversación durante la comida o ver una película en la televisión pueden servir para que el progenitor pregunte al niño acerca de los sentimiento que identifica en los personajes, en su propio hermano, en mamá o papá. La riqueza en el vocabulario a la hora de expresar emociones otorga una mayor profundidad y concreción en el modo en que manifestamos lo que nosotros u otras personas sienten.

¡Que esta cuarentena, sea un punto de encuentro familiar, para enriquecer los vínculos y para desarrollar habilidades importantes para la vida!