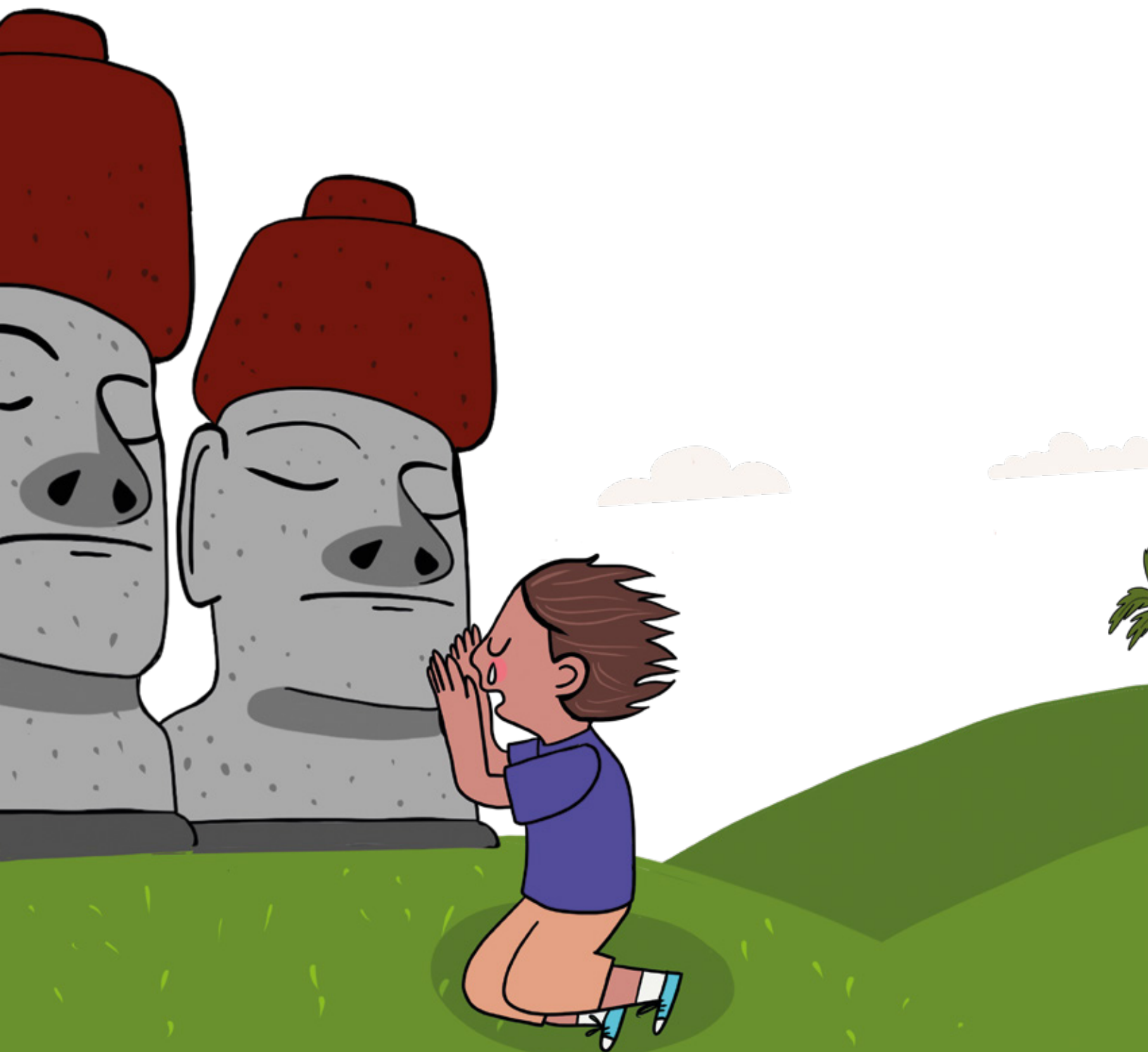


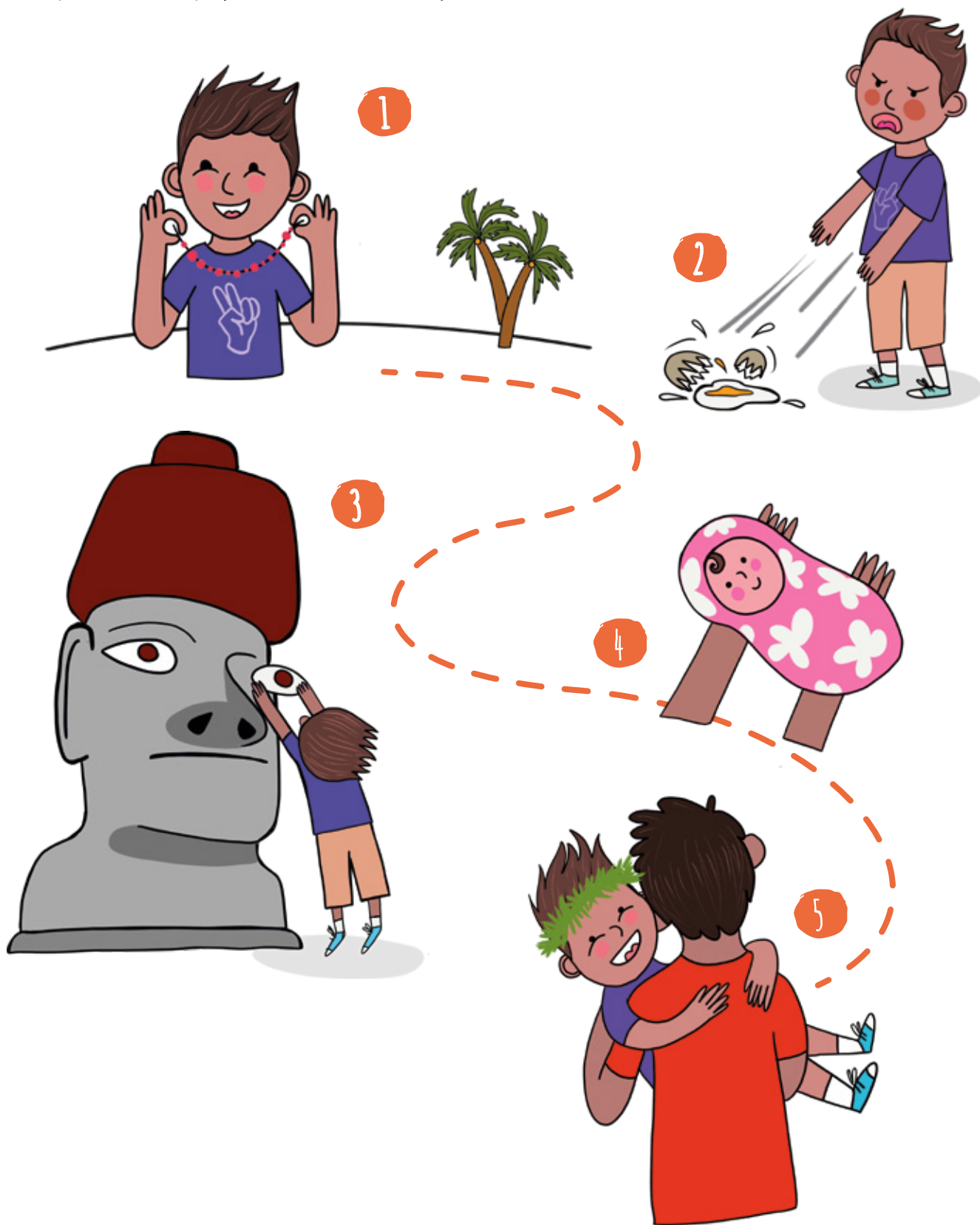
06

MIRU RECONOCE LO QUE SIENTE



# ACTIVIDAD: RECONOCIENDO MIS EMOCIONES

Escucha con atención la historia que te contará tu profesor/a, apoyándote en los dibujos.



## PARA QUE APRENDAMOS A CRECER

Todas las emociones que has sentido y vas a sentir en tu vida, son muy importantes y están bien, porque cada una de ellas sirve para algo.

Lo importante es expresarlas de una manera en que tú te sientas bien y que, quienes están a tu alrededor, te puedan entender y ayudar.

¡NO LO OLVIDES!



## PARA LA CASA

Conversa con tu familia acerca de cómo sienten las distintas emociones en su cuerpo. Pregúntales cómo se ponen ellas y ellos cuando las sienten. Después, respondan en conjunto las siguientes preguntas: ¿Qué emociones sienten de manera más frecuente? ¿En qué situaciones sienten miedo, tristeza, rabia, alegría?

