



## ANEXO 11

### ACTIVIDAD 8.- ¿CÓMO NOS EMOCIONAMOS?

Secuencia

Identificamos emociones

1.-Vemos el siguiente vídeo:

<https://www.bing.com/videos/search?q=emociones+para+ninos&qv=emociones+para+ninos&view=detail&mid=97FC9F97F9D28ED861BE97FC9F97F9D28ED861BE&&FORM=VDRVRV>

Y les pedimos:

1. Que se fijen en cada una de las emociones que aparecen en el vídeo. Identificando los rasgos faciales y las conductas de los personajes.
2. Las situaciones que las provocan.

2.- Comparten en el grupo base lo visto en el vídeo y tienen que rellenar la tabla que aparece a continuación.

Nombre de la emoción	Rasgos físicos	Conductas que se relacionan con la emoción las personas que las viven	Situaciones que las provocan
Ejemplo: Alegría	Sonrisa, abrimos los ojos, nos movemos rápidamente.	Los personajes bailan, saltan, levantan los brazos.	Conseguimos algo que queremos.  Nos lo pasamos muy bien.

3. Nuestras relaciones con los demás pueden hacernos sentir bien o mal. Les pedimos que de la siguiente lista de situaciones nos digan qué es lo que les hace sentir bien o mal y que las relacionen con una emoción.

- Nuestros amigos van al cine a ver una película que les gusta mucho pero a nosotros no nos invitan (Tristeza)

Nos sentimos mal, rechazados, no sabemos porque no nos han invitado, nos desanimamos.





- Hemos estado haciendo unos deberes que nos han llevado mucho tiempo y un compañero de clase nos los rompe (Ira)

Nos enfadamos mucho, queremos golpear a nuestro compañero, no entendemos por qué se ha comportado así con nosotros y nosotras.

- En nuestra clase vamos a celebrar una fiesta y me invitan a ir (alegría)

Estamos contentos y contentas, no vemos la hora que llegue la fiesta, empezamos a planear qué haremos en la fiesta, qué ocurrirá, qué nos pondremos. Estamos ilusionados y ilusionadas, bailamos de alegría, gritamos.

- De repente, un compañero o compañera me regala algo que no esperaba (sorpresa)

Al principio, no sé cómo reaccionar, no me lo esperaba ¿Por qué me lo habrá regalado? ¿Qué quiere de mí? ¿Qué será?

- Me dan trozo de pastel pero que está muy malo (asco)

¡Qué malo estaba! ¡Qué asco! Lo recuerdo y tuerzo el gesto.

