

TALLER DE CONCIENCIA EMOCIONAL

GRUPO DE EDAD: PRIMER CICLO DE PRIMARIA (6-8 AÑOS)

NECESIDADES:

- CONOCER LAS EMOCIONES PRIMARIAS, SABER IDENTIFICARLAS Y RELACIONARLA CON LA SITUACIÓN.
- ADQUIRIR HABILIDADES SOCIALES, TRABAJAR LA ASERTIVIDAD Y LA EMPATÍA Y APRENDER A EXPRESAR LA EMOCIONES.

OBJETIVOS:

- IDENTIFICAR Y DIFERENCIAR LAS EMOCIONES PRIMARIAS: IRA, MIEDO, ALEGRÍA, TRISTEZA, CALMA.
- RECONOCER LAS SITUACIONES QUE PROVOCAN LAS DIFERENTES EMOCIONES.
- ENTENDER LAS EMOCIONES TANTO PROPIAS COMO AJENAS.

CRONOGRAMA

ACTIVIDAD 1 → LECTURA DEL CUENTO "EL MONSTRUO DE LOS COLORES". DURACIÓN: 10 MINUTOS APROXIMADAMENTE.

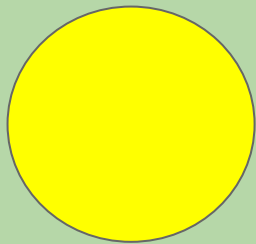
ACTIVIDAD 2 → ORDENAR LAS EMOCIONES. DURACIÓN: 15 MINUTOS APROXIMADAMENTE.

ACTIVIDAD 3 → COLOREAR NUESTRA EMOCIÓN. DURACIÓN: 10 MINUTOS APROXIMADAMENTE.

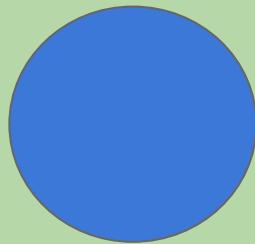
ACTIVIDAD 4 → JUEGO DE ESTATUAS. DURACIÓN: 10 MINUTOS APROXIMADAMENTE.

EL MONSTRUO DE LOS COLORES

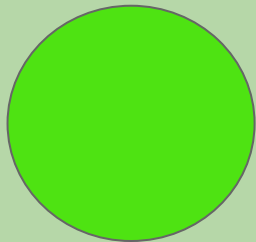




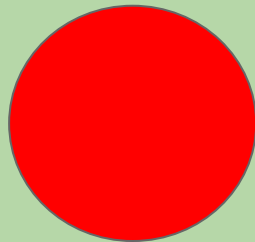
ALEGRÍA



TRISTEZA



TRANQUILIDAD



IRA



MIEDO

ORDENAMOS LAS EMOCIONES



¿CÓMO TE SIENTES?



ESTATUAS Y EMOCIONES REVUELTAS

