



“Las emociones”



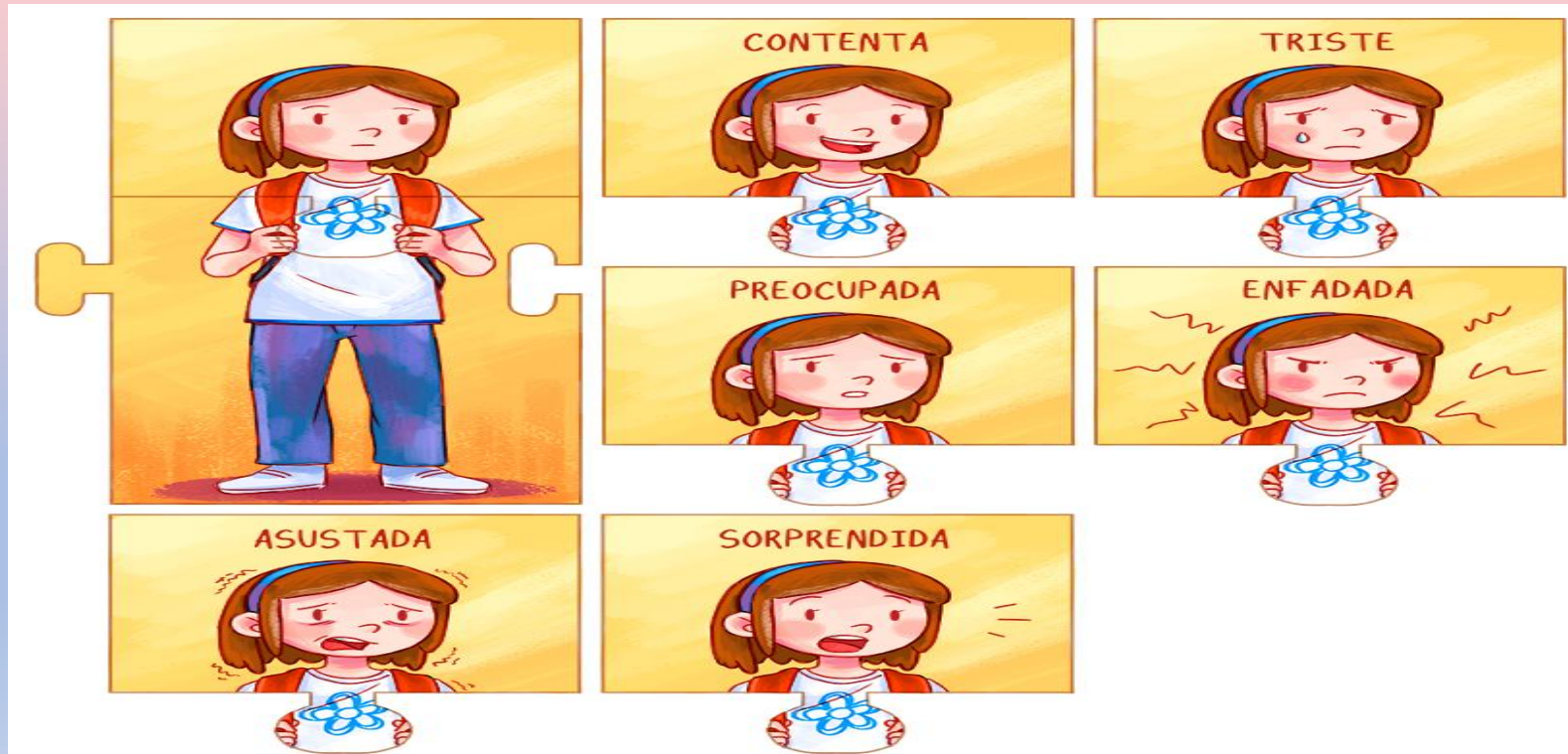
DEPARTAMENTO DE ORIENTACIÓN 1°-2° BÁSICOS

COLEGIO REPÚBLICA ARGENTINA
Orientadora: Constanza Muñoz Villacura

FECHA: 28 de septiembre al 10 de octubre



OA 2. identificar emociones experimentadas por ellas y por los demás (por ejemplo, pena, rabia, alegría) y distinguir diversas formas de expresarlas.
(Promoción Desarrollo Socioemocional)



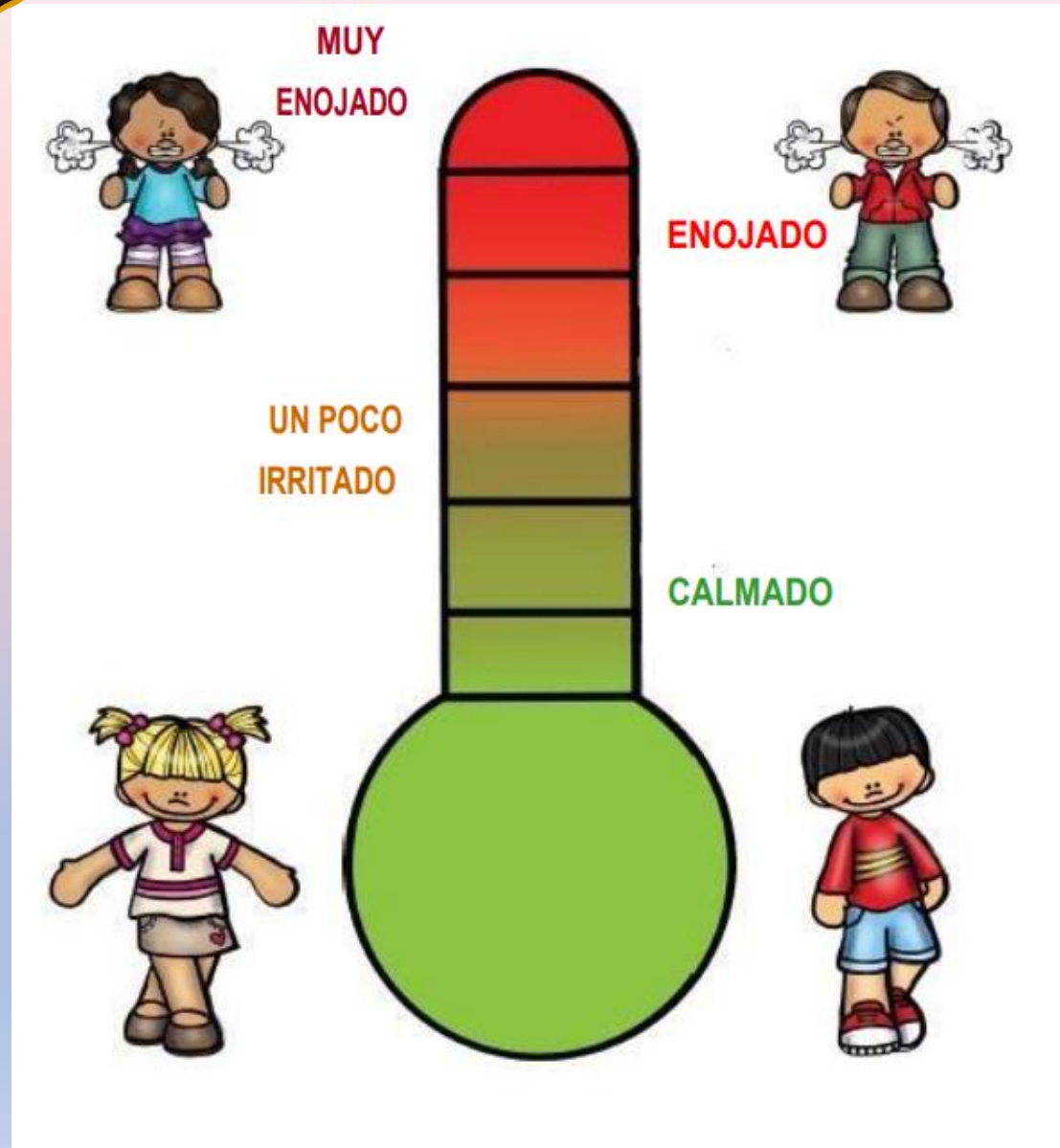


TERMÓMETRO DE LAS EMOCIONES

¿Reconoces estas palabras?

¿Qué son?

¿Cómo te sientes hoy?

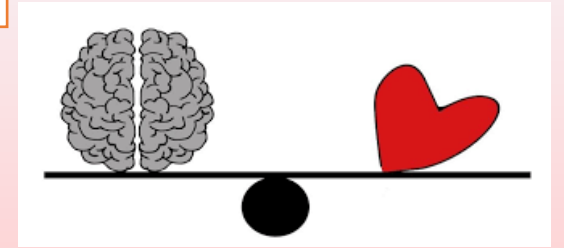




Las Emociones

Las emociones son por definición reacciones que tienen todas las personas en el mundo, en mayor o menor medida según la personalidad que tenga cada persona.

- ★ Las emociones básicas son: rabia, sorpresa, culpa, alegría, tristeza, y miedo.
- ★ Las emociones son personales y cada persona las interpretará según lo que sienta, quiera, o necesite demostrar, tanto para ella misma como para otras personas.





Emocionario

¿CÓMO ESTÁ EL NIÑO?
¿QUÉ CREES QUE LE HA
PASADO?

Imagen de freepik.es



¿CÓMO ESTÁ EL NIÑO?
¿QUÉ CREES QUE LE HA
PASADO?

Imagen de freepik.es



¿CÓMO ESTÁ LA NIÑA?
¿QUÉ CREES QUE LE HA
PASADO?

Imagen de freepik.es



¿CÓMO ESTÁ LA NIÑA?
¿QUÉ CREES QUE LE HA
PASADO?

Imagen de freepik.es





Emocionario

¿CÓMO ESTÁ EL NIÑO?
¿QUÉ CREES QUE LE HA PASADO?

Imagen de freepik.es



¿CÓMO ESTÁ EL NIÑO?
¿QUÉ CREES QUE LE HA PASADO?

Imagen de freepik.es



¿CÓMO ESTÁ LA NIÑA?
¿QUÉ CREES QUE LE HA PASADO?

Imagen de freepik.es



¿CÓMO ESTÁ EL NIÑO?
¿QUÉ CREES QUE LE HA PASADO?

Imagen de freepik.es





Emocionario

¿CÓMO ESTÁ LA NIÑA? ¿QUÉ
CREES QUE LE HA PASADO?

Imagen de freepik.es



¿CÓMO ESTÁ EL NIÑO?
¿QUÉ CREES QUE LE HA
PASADO?

Imagen de freepik.es



¿CÓMO ESTÁ EL NIÑO?
¿QUÉ CREES QUE LE HA
PASADO?

Imagen de freepik.es



¿CÓMO ESTÁ LA NIÑA?
¿QUÉ CREES QUE ESTÁ
HACIENDO?

Imagen de freepik.es





¡ESTOY ENOJADA!



¿Qué puedo hacer?

Piensa tres técnicas para relajarte

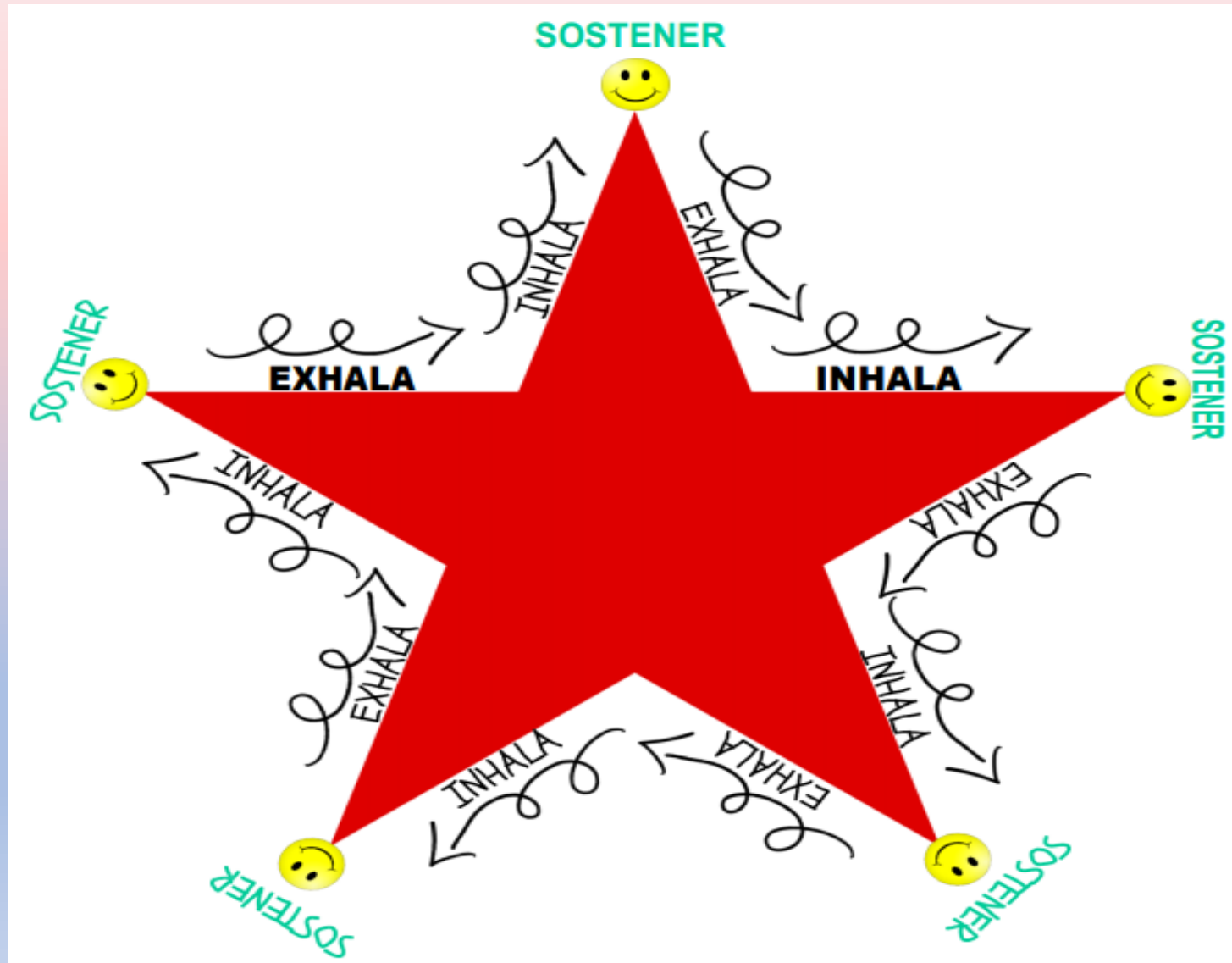
**Comenta junto a tus
compañeras y
profesora
3 técnicas que tu
usarías o haces para
relajarte**



ESTRELLA DE LA RESPIRACIÓN

Inhala aire profundamente, sostén unos segundos y libera el aire lentamente. Repite hasta completar la estrella.

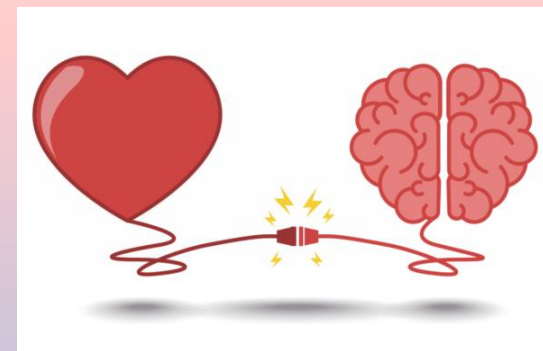
Junto a tus
compañeras y
profesora
realiza este
ejercicio





Como conclusión se puede decir que las emociones, son muy importantes en nuestra vida, ya que:

- ❖ Reflejan nuestro mundo interno.
- ❖ Nos informan de cómo vivimos, en nuestro interior y lo que sucede a nuestro alrededor.
- ❖ Nos permite conocernos mejor y satisfacer nuestras necesidades y deseos y entender muchas de nuestras conductas.



¡Te invito a demostrar tus emociones y no guardar lo que sientes!