escuela+

Rango de edad
-7

¡Otro Súper Plan en familia!

Emocionario

Accede al video

Escuchamos el cuento "Dolor azul" de Adriana Falcão, nos adentraremos en lo más profundo de nuestras emociones para explorarlas y conocerlas.

El plan. perdón, EL SÚPER PLAN!

Buscaremos nuevos modos de expresar nuestros sentimientos en un diccionario de emociones, un "Emocionario", donde las registraremos a través de dibujos y colores.

Vamos a necesitar:

Varias hojas de papel

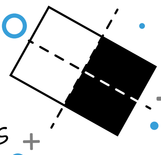
Lápices de color

Pinceles

Pinturas para colorear

Cinta adhesiva

1 Armado de las páginas



Doblen las hojas a la mitad, de manera que, obtengan cuatro páginas de cada una.

2 Reflexionamos sobre nuestras emociones

Exploren cuáles son, y en cada una de las páginas represéntenlas con un color. Pueden dibujar, con esos colores, objetos o situaciones que también reflejen esa sensación: enojo, alegría, tristeza, entusiasmo, miedo, etc...

3 Construcción del Emocionario

La parte lateral de cada hoja, donde doblamos a la mitad, debe ser unida a las otras con cinta adhesiva. No olviden confeccionar una tapa de este Emocionario e incluirla en el "lomo" de nuestro libro.

¿Sólo nos divertimos?

Es importante que aprendamos a identificar nuestras emociones y expresarlas de la mejor manera. A veces, pueden ser confusas y difíciles de entender, por ello el tener disponible un Emocionario ayudará a poder recordar cómo nos sentimos en diferentes situaciones y así aprender a gestionar nuestras emociones de forma saludable.

Compartan, Compártannos, compartimos.

Compártannos fotos o videos de cómo disfrutaron ese súper plan en familia.

utilizando el hashtag
#SuperPlanEscuelaPlus

Escaneen este código QR y hágannos saber qué les pareció esta propuesta.

PROPÓSITO Vrio.
DIRECTV | SKY | DGO