



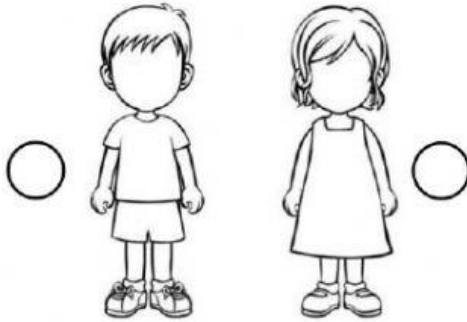
EXPERIENCIA DE APRENDIZAJE N°01

ACTIVIDAD 1

Soy una persona única y valiosa

¿QUIÉN SOY?

- **Marco** con una (X) quién soy.



¿CUÁNTOS AÑOS TENGO?

- **Marco** las velas hasta la edad que tengo.



Ahora, **escribo** tres de mis gustos y preferencias.

| Mis gustos y preferencias | Escribo |
|---------------------------------|---------|
| La comida que me gusta | |
| El color que me gusta | |
| La actividad que prefiero hacer | |

¿Te consideras una persona única y valiosa? ¿Por qué?

| |
|--|
| |
| |
| |

| |
|--|
| |
| |
| |

ACTIVIDAD 2**Expreso mis emociones**

¿Qué expresan estos rostros?

Relaciono con una flecha.



Alegría

Enojo

Tristeza

Miedo



- Ahora, **respondo** las siguientes preguntas:

¿Qué me hace sentir alegre? ¿Qué me hace sentir enojada? ¿Qué me hace sentir triste? ¿Qué me hace sentir miedo?



| |
|--|
| |
| |
| |

| |
|--|
| |
| |
| |

| |
|--|
| |
| |
| |

| |
|--|
| |
| |
| |

ACTIVIDAD 3**Aprendo a regular mis emociones**

Escribo qué haré para sentirme mejor cuando:

Cuando esté triste, ¿qué haré para sentirme mejor?

Cuando me enoje, ¿qué haré para sentirme mejor?

Cuando tenga miedo, ¿qué haré para sentirme mejor?

| |
|--|
| |
| |
| |
| |
| |
| |

| |
|--|
| |
| |
| |
| |
| |
| |

| |
|--|
| |
| |
| |
| |
| |
| |

ACTIVIDAD 4

Lo que soy capaz de hacer

Mariana logró su meta (tender su cama) siguiendo estos pasos:



PASO 1: Observé detenidamente a mi papá cómo tendía la cama.



PASO 2: Practiqué colocando la sábana de abajo.



PASO 3: Practiqué colocando la funda a la almohada y la colcha encima.

LOGRÉ MI META: Aprendí a tender mi cama sola, sin ayuda.

Escribe que pasos seguiste para alcanzar una de tus metas:

LOS PASOS PARA LOGRAR MI META



PASO 1:



PASO 2:



PASO 3:

LOGRÉ MI META: