

QUERIDO/A ESTUDIANTE:

Te presentamos este cuadernillo para que
puedas conocer más sobre tus emociones
y las de tus amigos y amigas.

Podrás completarlo con tu
profesor o profesora.

¡Que lo disfrutes!

EQUIPO DE SENDA

Este cuadernillo es de:

Tengo _____ años.

Estoy en el curso _____

ESTA ES MI HUELLA:



01

¡MUCHAS COSAS SIENTO EN MÍ!

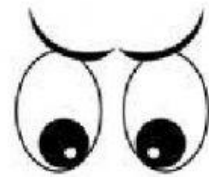
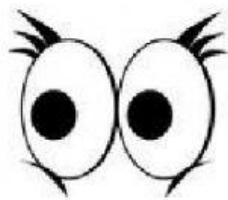
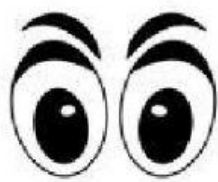


ACTIVIDAD: ¡QUÉ EMOCIÓN!

Dibuja en la cara la emoción que sentiste al levantarte esta mañana:



4



dear m time

PARA QUE APRENDAMOS A CRECER

Todas las personas sentimos emociones
que no son ni buenas ni malas, sino que
son parte de lo que nos pasa.

¡NO TE OLVIDES!



PARA LA CASA

Conversa con tu papá, mamá o adulto responsable, sobre algunos momentos en los que se han sentido alegres en familia, y otros en los que se han sentido tristes. Luego, dibuja o escribe aquellos momentos.

Momentos en que se sintieron
alegres en familia

Momentos en que se sintieron
tristes en familia



5

