



## Las emociones

	<b>PERSONAL SOCIAL</b>	Tema
		<b>06</b>
Tema Las emociones		

COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO ESPECÍFICO	INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN
Construye su identidad	Autorregula sus emociones.	Describe sus emociones (alegría, enojo, temor, desagrado, tristeza) en situaciones cotidianas; reconoce sus causas y consecuencias en la salud.	Rúbrica de competencia Construye su identidad
<b>PROPÓSITO DE APRENDIZAJE</b>	Describe sus emociones (alegría, enojo, temor, desagrado, tristeza) en situaciones cotidianas; reconoce sus causas y consecuencias en la salud a través de una manualidad.		
<b>EJE</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Cuidado de la salud</li> <li>2. Convivencia en el hogar y en la escuela.</li> <li>3. Uso del tiempo libre</li> </ol>		

# LAS EMOCIONES



ESCUCHEMOS Y  
VEAMOS JUNTOS  
ESTE CUENTO DE LAS  
EMOCIONES.  
  
PULSA AQUÍ



¿Qué son las emociones?

Las **emociones** son estados internos caracterizados por pensamientos, sensaciones, reacciones y conductas. Son universales, propias del ser humano.

Las emociones no son ni buenas ni malas...  
Las emociones simplemente son emociones.

Traslada las imágenes con su enunciado:

Existen 5 emociones básicas del ser humano, están son:

- ALEGRÍA
- TRISTEZA
- MIEDO
- ENOJO
- DESAGRADO

--	--	--	--	--



ENTONCES: Las 5 emociones del ser humano son:

**AHORA:** Observa los dibujos, y trata de identificar cómo cada emoción repercute en nuestro organismo.

¿Qué emoción es?



Pies con  
ganas de  
bailar y  
brincar

**Como cuando...**

Juego con mis amigos o con mi mascota, o quienes quiero,  
y me la paso muy bien.

**Yo me pongo feliz cuando:**

¿Qué emoción es?



Cuerpo derretido,  
como sin  
ganas de  
hacer nada

Como que  
me hundo

**Como cuando...**  
Se murió mi perrito o cuando mi amigo me dice que ya no me quiere.

Yo me pongo triste cuando:

¿Qué emoción es?

Ganas de irme  
lejos de lo que  
no me gusta



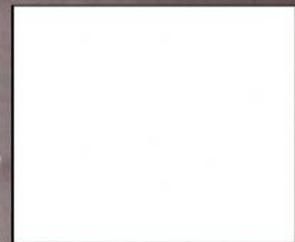
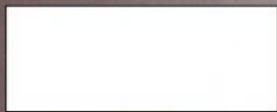
### Como cuando...

Veo un alimento echado a perder, cuando algo huele muy feo o cuando alguien, sin mi permiso, toca mi cuerpo de una manera incómoda para mí, o me pide que lo toque de una manera que a mí no me gusta.

**Yo me pongo triste cuando:**

¿Qué emoción es?

Sudor frío



Líquido frío que se derrama adentro



Ganas de hacer pipí

### Como cuando...

Entro a un cuarto muy oscuro yo solo, cuando un perro enorme me ladra furioso, cuando hay alguien que seguido me molesta y me está siguiendo en el recreo, o cuando alguien me pide hacer cosas que no me gustan y me amenaza para no decirle a nadie.

**Yo me pongo triste cuando:**

¿Qué emoción es?

Ojos de pistola,  
como si quisieran  
dañar con la mirada

Jugos  
calientes en  
el estómago

Estómago  
muy apretado,  
como hecho  
nudo

### Como cuando...

Me castigan por algo que yo no hice o cuando pierdo o me quitan algo que es mío.

Yo me pongo triste cuando: