



Secretaría
de Educación

Gobierno de Puebla

SUBSECRETARÍA DE EDUCACIÓN SUPERIOR
DIRECCIÓN DE FORMACIÓN DOCENTE

SUPERVISIÓN DE EDUCACIÓN NORMAL ZONA ESCOLAR 005

ESCUELA NORMAL OFICIAL "PROFR. LUIS CASARRUBIAS IBARRA" CLAVE 21ENL0012V



"APRENDE A CONTROLAR TUS EMOCIONES NEGATIVAS" ¿QUE HACER CUANDO SENTIMOS UNA DE ELLAS?

INSTRUCCIONES: Relaciona la emoción negativa con lo que debes hacer para controlarla.



ENOJADO

Cuenta hasta 10



TRISTE

Salir a caminar



FURIOSO

Respira profundamente



NERVIOSO

Abraza a quien te haga sentir mejor



TEMEROSO

Piensa en algo lindo

DENUNCIAS E INCONFORMIDADES
800 466 37 86
PROINTEGRIDAD
prointegridad.puebla.gob.mx

PUEBLA
LIVEWORKSHEETS