



MOCIONARTE!

Laboratorio secreto de pequeños artistas

EXPEDICIÓN

01

Descubro mis emociones



¡Una misión para comenzar!

Hola, explorador. Soy Juanita y necesito tu ayuda. Hoy entré a mi laboratorio y encontré varios frascos misteriosos. En uno había alegría, en otro tristeza, también encontré enojo y miedo. ¡Pero olvidé cómo reconocerlos! ¿Me ayudas a descubrir qué son las emociones y cómo aparecen en nosotros?



ALEGRÍA



TRISTEZA



ENOJO



MIEDO



Tu misión:

Explorar lo que sientes y descubrir que cada emoción tiene una forma especial de expresarse.



Experimento artístico:

Mi mapa emocional



Materiales: colores, crayones o marcadores.

- 1 Piensa en cómo te has sentido hoy.
- 2 Escoge colores y formas para representar tus emociones.
- 3 Dibuja en el mapa lo que sientes. Puedes utilizar manchas, líneas, figuras, personajes o símbolos.
- 4 Si quieres, comparte tu creación con Juanita y cuéntale qué descubriste.

Mi mapa emocional

Dibuja aquí las emociones que te han acompañado hoy.



Mi descubrimiento

Completa con dibujos o palabras:



Hoy descubrí que puedo sentir...



Cuando siento una emoción, mi cuerpo...



Una persona con quien puedo hablar de lo que siento es...



Pista secreta para la siguiente expedición

Juanita encontró una pequeña flor amarilla que se abre cuando alguien recuerda algo bonito. ¿Qué emoción estará escondida en sus pétalos?

¡Sigue la pista y prepárate para explorar el jardín de la alegría!



LIVEWORKSHEETS