



# MIS FRASCOS DE EMOCIONES

## ¿CÓMO ME SIENTO HOY?

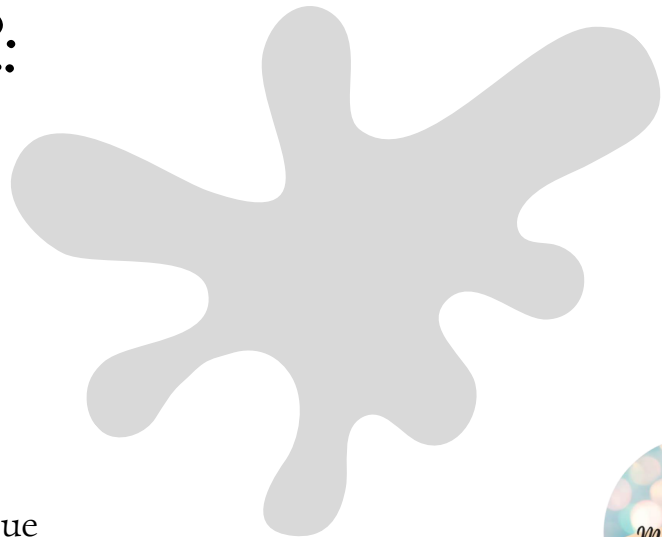
El objetivo de esta actividad es ayudar a nuestros pequeños a reconocer y poner en palabras y dibujos sus emociones (emociones básicas), poder identificarlas y relacionarlas a diferentes situaciones, de ésta manera se fomenta el autoconocimiento y la empatía hacia el otro.

Pueden usar este modelo para cada emoción que deseen trabajar y hacerlo de una manera mas divertida.





A ESTA EMOCIÓN LE DOY UN  
COLOR:



(Puedes elegir una de las manchitas que  
están al final o pintar el color que desees).



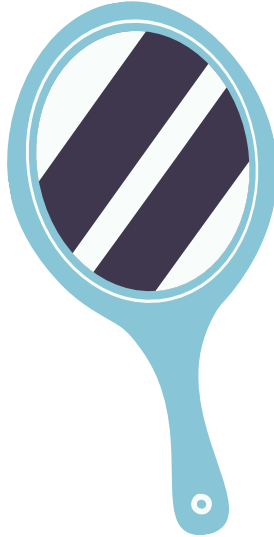


# ¡VAMOS A PONER CARA DE...!

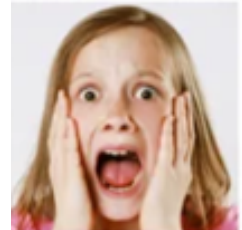
FRENTE A UN ESPEJO IMITA LA EXPRESIÓN QUE ELEGISTE:



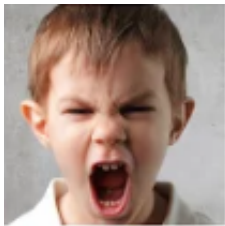
**ALEGRÍA**



**TRISTEZA**



**IEDO**



**ENOJO**



**DESAGRADO**

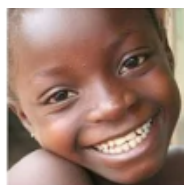
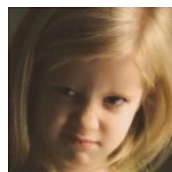
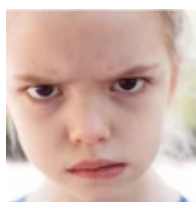
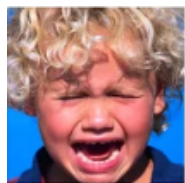


DIBUJA UNA CARA CON ESTA EMOCIÓN.





RODEA LAS EXPRESIONES QUE SE RELACIONEN CON LA EMOCIÓN ELEGIDA.



Escribe o  
dibuja

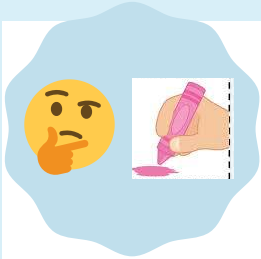
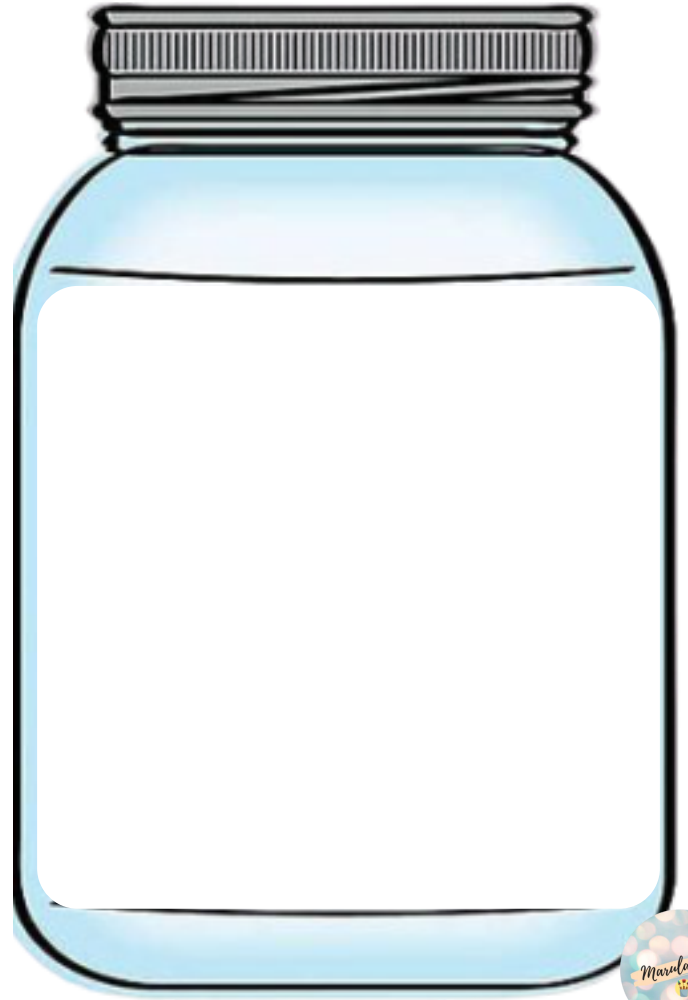
¿QUÉ SITUACIONES ME HACEN SENTIR  
ASÍ?





Recorta y pega o  
dibuja.

COLOCA DENTRO DEL  
FRASCO IMÁGENES QUE  
TE PROVOQUEN ÉSTA  
EMOCIÓN.



EMOCIONÓMETRO: PIENSA CUÁNTO  
SIENTES HOY ESTA EMOCIÓN Y COLOREA.



# EMOCIONES BÁSICAS



ALEGRÍA

DESAGRADO

TEMOR

FURIA

TRISTEZA



