

Fichas de actividades

EMOCIONES

Propuesta: Creando historias

¿Sabías que?...

Las emociones aparecen frente a una situación que sucede en el espacio que nos rodea (lugar y tiempo). También, se despiertan por algo que sucede internamente, por ejemplo el recuerdo de momento alegre. Frente a esto, y para poder comprender mejor nuestras emociones, es importante ponerle palabra a lo que sentimos; tratar de describir a través de palabras propias cómo me siento y preguntarme qué pudo haber pasado para sentir de esta manera. Estas palabras las puedo compartir con alguien de confianza, que reciba, desde la escucha y la empatía, es decir que pueda ponerse en mi lugar.

Para que puedas ponerle nombre a las emociones, mencionamos las siguientes: alegría, sorpresa, tristeza, enojo, miedo, ansiedad, vergüenza y asco (disgusto).

TE PROPONEMOS INVENTAR UN CUENTO.



A ESTE CUENTO NO LE PUEDE FALTAR:

- Un protagonista.
- Personajes.
- Un conflicto, problema o dificultad (algo que complica o pone en un problema al protagonista y los personajes).
- Solución del conflicto o problema (lo resuelve el protagonista del cuento).

Algunas preguntas te pueden servir de guía mientras armas tu historia:

¿Quién es el protagonista del cuento?
¿Qué nombre le pondrías?
¿Hay otros personajes? ¿Cómo los describirías?
¿Qué sucede en el cuento que pone al protagonista en un problema? ¿Cómo describirías la situación? ¿Qué siente cuando se ve frente a esta situación? ¿Le podrías poner un nombre a lo que siente? ¿Cómo resuelve la situación?

Construcción del cuento:

Podés decorar el cuento con elementos que tengas en casa, darle la forma y el diseño que prefieras ¡es tuyo! Además, podés dibujar los momentos que vayan ocurriendo en la historia.

