

Emociones para Niños - 10 Divertidas Actividades para Navegar por mis Sentimientos

Primer Grado 

Con estas actividades, los alumnos de Primer Grado podrán explorar y comprender sus emociones de manera creativa, lúdica y participativa, desarrollando así una identidad más sólida y herramientas para su autorregulación.

Powered by OpenPlann

Glosario de Símbolos



DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD



MATERIALES Y/O RECURSOS



OBJETIVO



DURACIÓN DE LA ACTIVIDAD

Powered by OpenPlann

Actividad 1:

“El Mapa de Mis Emociones”

i

Los alumnos dibujan un mapa que represente sus emociones utilizando diferentes colores para cada emoción

Hojas de papel, lápices de colores, marcadores.



Que los estudiantes identifiquen y representen sus emociones.



30 minutos (sugerido)

Powered by OpenPlann

Actividad 1:

Ejemplo

1. Presentación de la actividad (5 minutos):

Explique a los estudiantes que hoy van a crear un "mapa" que representará cómo se sienten. Este mapa no muestra lugares físicos, sino sus emociones, utilizando diferentes colores para cada una. Discuta brevemente algunas emociones comunes (felicidad, tristeza, enojo, miedo, sorpresa, etc.) y qué colores podrían representar cada emoción, aunque también permita que los estudiantes elijan sus propios colores según lo que sientan.

2. Distribución del material (2 minutos):

Entregue a cada estudiante una hoja de papel y un conjunto de lápices de colores o marcadores. Asegúrese de que tengan suficiente espacio en sus escritorios para trabajar cómodamente.

3. Creación del Mapa de Emociones (20 minutos)

Indique a los estudiantes que dibujen formas o áreas en la hoja de papel, donde cada una represente una emoción que han sentido recientemente. No es necesario que las formas sean realistas; pueden ser abstractas o simbólicas.

Pídales que usen un color diferente para cada emoción. Pueden escribir el nombre de la emoción dentro o cerca de la forma, si lo desean.

Anime a los estudiantes a pensar en situaciones específicas que les hicieron sentir cada emoción mientras trabajan en sus mapas.

4. Reflexión y Compartir (3 minutos):

Entregue a cada estudiante una hoja de papel y un conjunto de lápices de colores o marcadores. Asegúrese de que tengan suficiente espacio en sus escritorios para trabajar cómodamente.

Resultado Esperado

Al finalizar la actividad, los estudiantes habrán creado un "mapa de emociones" personal y colorido que les ayudará a identificar y comprender mejor sus propios sentimientos. Este mapa les permitirá visualizar cómo se distribuyen sus emociones y servirá como un recurso para futuras reflexiones emocionales. Además, habrán tenido la oportunidad de compartir y discutir sus emociones con sus compañeros, promoviendo un ambiente de empatía y comprensión en el aula.

Emociones para Niños - 10 Divertidas Actividades para Navegar por mis Sentimientos

Primer Grado



VISITE:

[OPENPLANN.COM](https://openplann.com)



Powered by OpenPlann