



EA 3– A3 - Situación de Aprendizaje N- 1

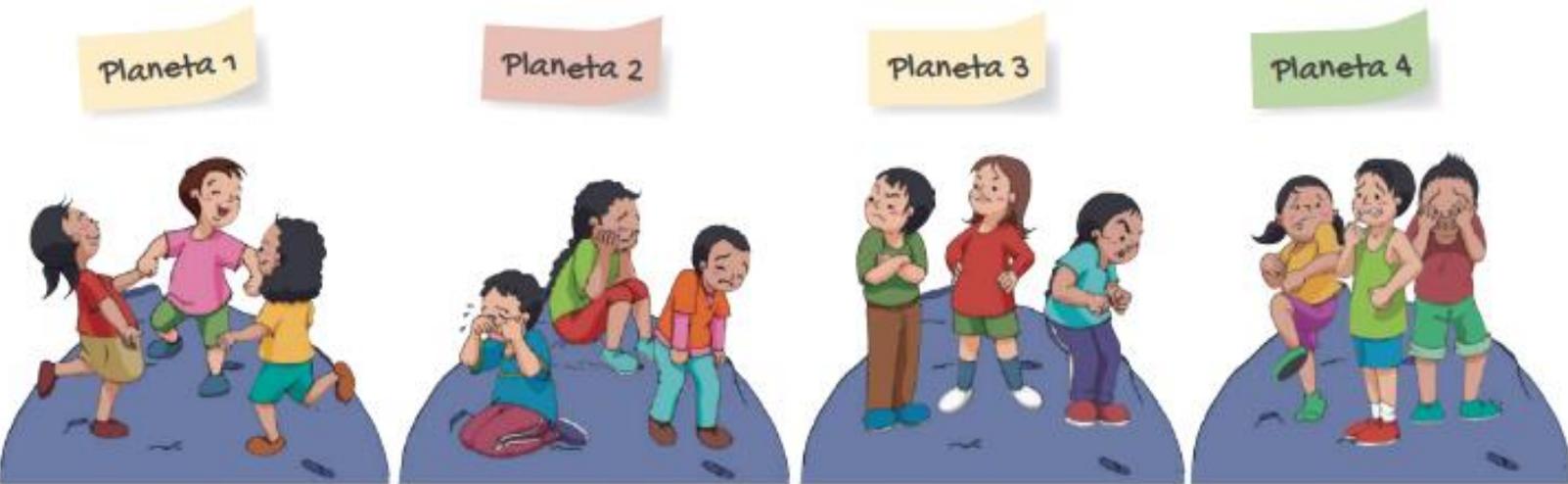
Nombre	Conozco mis emociones.			
Propósito:	Los niños y las niñas reconocerán sus emociones y se darán cuenta cómo las expresan.			
Área:	Tutoría	Grado:	3er	Fecha:

✓ Nos saludamos, y dialogamos sobre los protocolos de bioseguridad luego oramos y agradecemos a Dios y nos registramos por medio de la asistencia.

● **Inicio:**

➤ Marta y Tito juegan con sus amigos a ir al espacio.

1.- ¿Qué observas en cada planeta?



➤ ¿Qué nombre le pondrías a los planetas?

Planeta 1:

Planeta 2:

Planeta 3:

Planeta 4:

MARCA:
¿Te has sentido así alguna vez?

SI NO

¿CUÁNDO?
.....
.....
.....

● **Proceso:**

2.-Escribe que emoción expresa el cuerpo cuando estás.....



➤ b) Pienso y escribo en qué situaciones siento alegría, miedo, tristeza o enojo.

	Dibujo mi cara
a.-Siento alegría cuando....	Quando estoy alegre.
b.-Siento miedo cuando....	Quando siento miedo.
c.-Siento tristeza cuando....	Quando estoy triste.
Siento enojo cuando...	Quando estoy enojado o enojada.

✓ Recuerda:

Las emociones no son buenas ni malas, todas las personas las sentimos. De acuerdo con la emoción, sentimos cambios en nuestro cuerpo. Por ejemplo, si estoy enojada o enojado, la respiración se acelera, los músculos se tensan, el ceño se frunce, etc. Las emociones se expresan a través de nuestro cuerpo, este nos da una señal de que algo ocurre. En la medida en que puedas ir reconociendo cómo tu cuerpo expresa emociones, te será más fácil regularlas.



● Cierre:

3.-Reflexionamos sobre lo aprendido:

- ✓ ¿Qué hemos aprendido hoy?
- ✓ ¿Te ha sido fácil expresar tus emociones?
- ✓ ¿Cómo nos damos cuenta de cómo se sienten los demás?

● ¿Escribe cómo te sentirías en los siguientes casos?:

a). -Te encuentras una moneda de 5 soles en la calle...

.....

b). -Un perro te ladra fuertemente...

.....

c). -Discutiste con tu compañero de clase...

.....

d). -Ganaste un premio en la escuela...

.....

Criterios de evaluación	Lo logré. 	Estoy avanzando. 	Necesito apoyo 
1. ¿Identifique mis emociones ante diversas situaciones?			

ANEXO 1

1.-Busca las palabras de las emociones:



Palabras mágicas escondidas:

- 1.-Alegría
- 2.- Tristeza
- 3.-Còlera
- 4.-Miedo

2.-Lee escribe y une con diferente color que reacción corresponde a cada uno:



Cuando perdemos algo que queremos mucho.

Cuando conseguimos algo deseado.

Cuando **no** conseguimos lo deseado.

Cuando sentimos amenaza o peligro.

Cuando a algo que nos desagrada.

Cuando al ser testigos de algo inesperado.

