



EducaryemocionarTIC



EducaryemocionarTIC

TARJETAS PARLANCHINAS

# Hablemos sobre emociones

EDUCAR Y EMOCIONARTIC. LA CLASE DE  
ANA SÁNCHEZ.



## DURACIÓN

Para fomentar la **atención** de los peques de entre 3-5 años no deberíamos demorarlo más de unos 15-20 minutos si están motivados. Para niños/as mayores podríamos hacerlo durante 30 minutos.

## CONSEJOS

Normaliza cualquier tipo de conversación con tu peque.

## INSTRUCCIONES

Lee el supuesto o la pregunta a tu peque y entablada una breve (o no) conversación sobre ello. Aporta tu visión, cuéntale tú también cómo te siente o cómo se sienten los miembros de la familia.

## EDAD A LA QUE VA DIRIGIDO

Estas tarjetas parlanchinas están enfocadas principalmente a los niños y niñas de 3-6 años, pero pueden ser utilizados en realidad para personas de 3 a 100 años. Todos deberíamos hablar sobre nuestras emociones



# ¿CÓMO HABLAR DE EMOCIONES?

## **MOSTRAR NATURALIDAD**

## **NO REPRIMIR SENTIMIENTOS**

Ninguna emoción está mal. Sentir todos los tipos de emociones nos va a ayudar a identificarlas, y por lo tanto a saber gestionarlas.

## **VALIDA, ACEPTA Y RESPETA LAS EMOCIONES**

## **NO UTILIZAR UN LENGUAJE INFANTILIZADO**

Cuando hablamos sobre sentimientos o emociones, es importante utilizar un lenguaje habitual, fomentando así la adquisición de vocabulario que va a permitir a los niños/as expresarse con mayor exactitud.

## **MOSTRAR OPCIONES PARA CANALIZAR EMOCIONES**

Es importante ofrecer formas de expresar los sentimientos, ya sea a través de la conversación, el baile, el dibujo, la expresión corporal, etc.





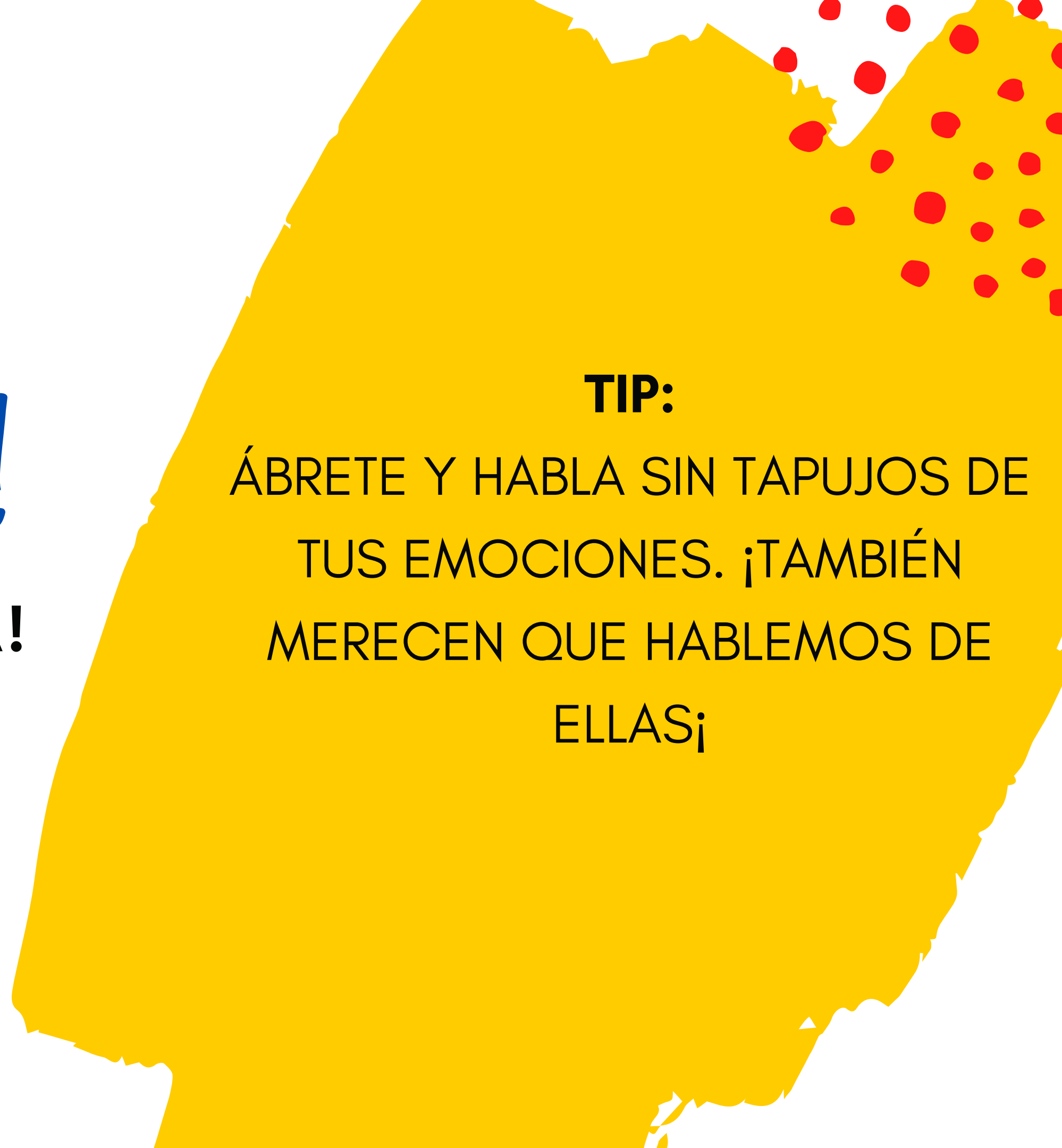
# ¡COMENZAMOS!

**PREPARADOS, LISTOS...¡YA!**



**TIP:**

ÁBRETE Y HABLA SIN TAPUJOS DE  
TUS EMOCIONES. ¡TAMBIÉN  
MERECEEN QUE HABLEMOS DE  
ELLAS!





# ¿Cómo te sientes?



¿Te da miedo salir a la calle?





¿Qué te ha gustado  
hacer hoy?





¡Hoy te has sentido  
enfadado/a?





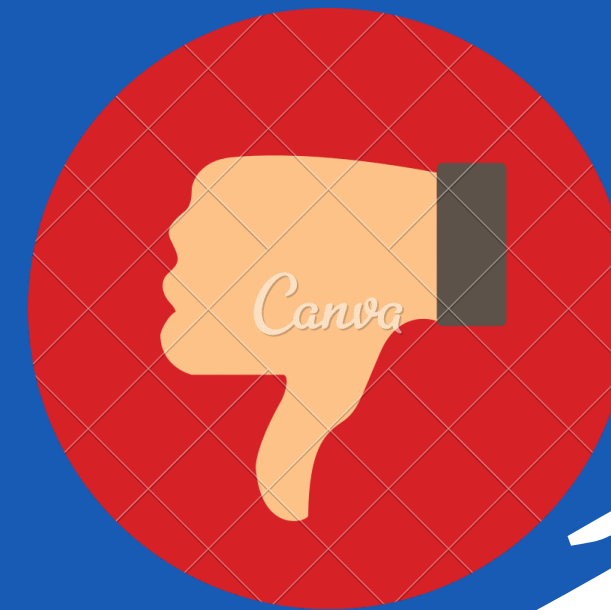


¿A quién echas de  
menos?

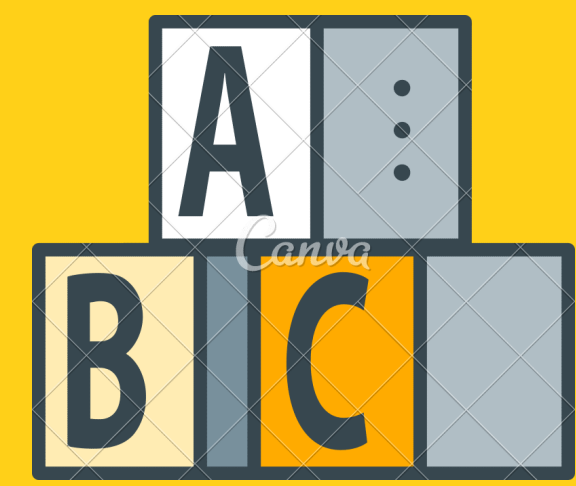




¿Qué no te ha  
gustado del día de  
hoy?



Hoy he aprendido...

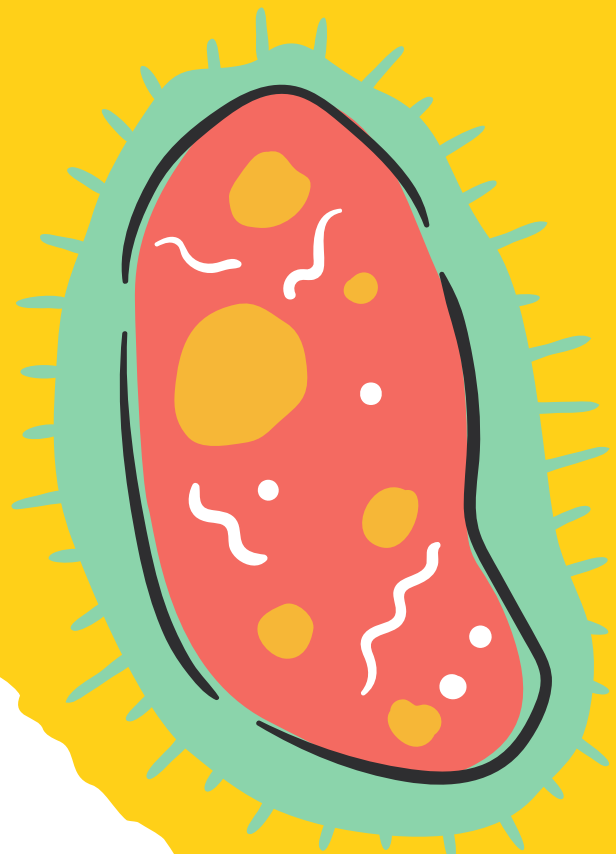


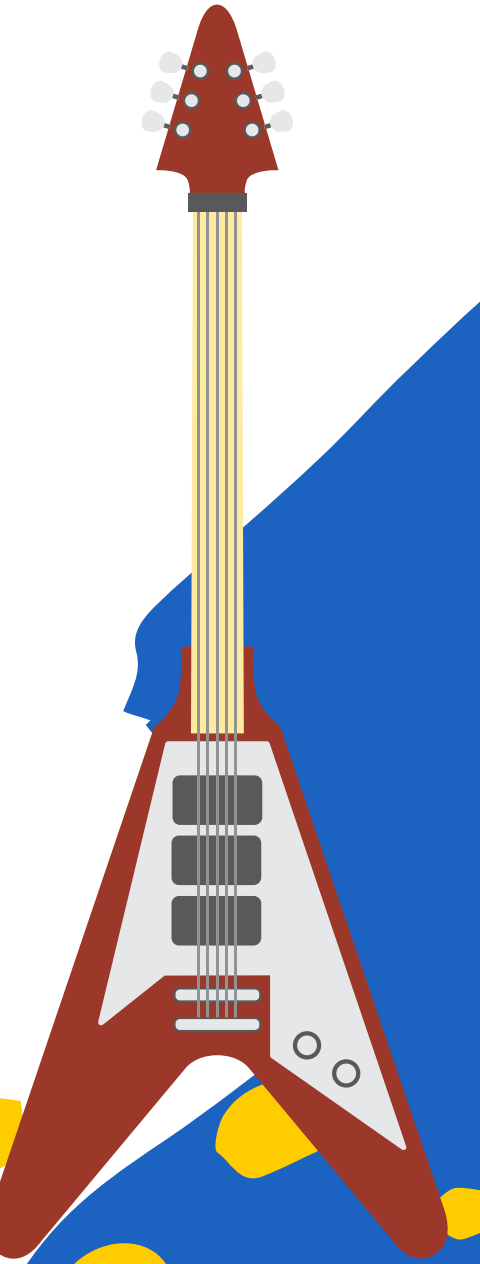


Mañana quiero  
aprender...

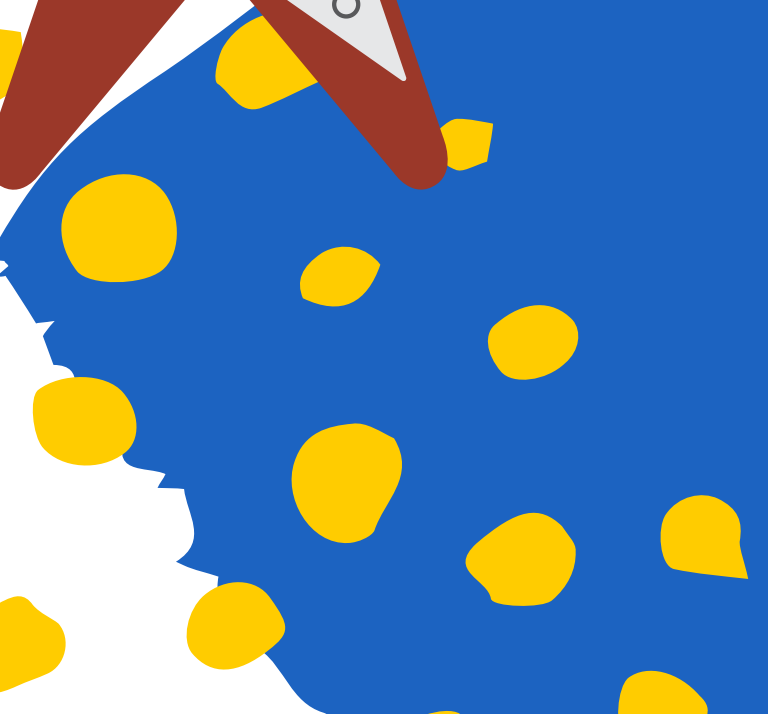


¿Cómo te sientes  
cuando hablan del  
coronavirus?





Eres una estrella de  
rock. Crea una  
canción expresando  
cómo te sientes





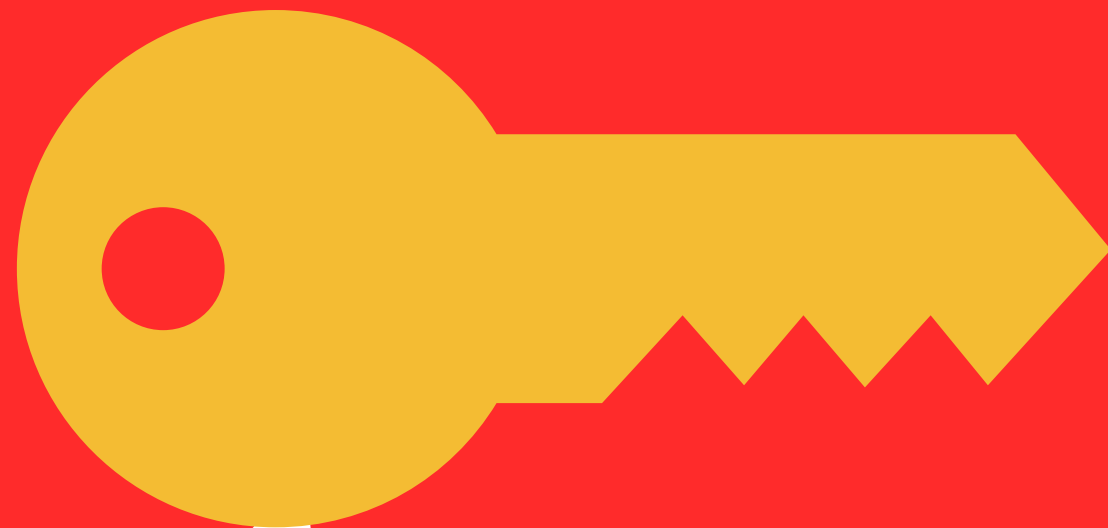
**¿En algún momento  
te apetece llorar?**







**¿Te has sentido  
encerrado en algún  
momento?**

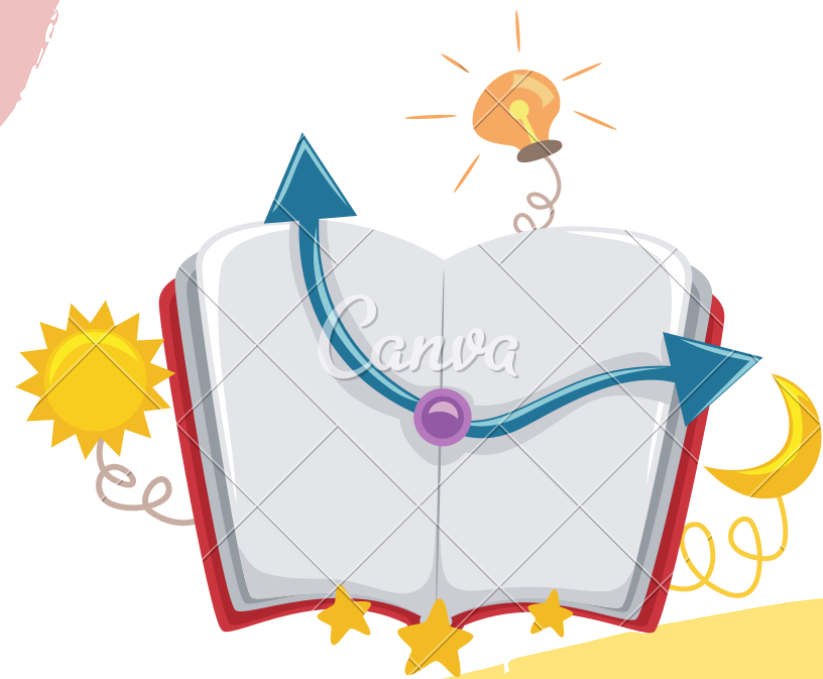






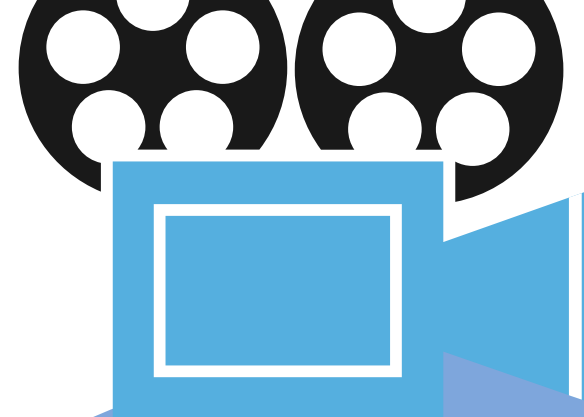
# RECOMENDACIONES DE AMPLIACIÓN

PARA CONTINUAR HABLANDO CON VUESTROS PEQUES SOBRE EMOCIONES, SU IDENTIFICACIÓN Y CÓMO EXPRESARLAS, OS HAGO LAS SIGUIENTES RECOMENDACIONES



## CUENTOS

- El monstruo de colores
- De qué color son los besos
- El emocionómetro del inspector Drilo



## PELÍCULAS

- Del revés

**PINCHA ENCIMA DE  
CADA FRASE PARA  
ACCEDER AL  
VIDEO.**



## VIDEOS

- Gris y amarillo
- Emociones en situaciones

# EDUCAR Y EMOCIONARTIC.

LA CLASE DE ANA SÁNCHEZ



EducaryemocionarTIC



EducaryemocionarTIC

SI TE HA AYUDADO..  
¡AYUDEMOS ENTRE TODOS COMPARTIENDO!

ME HACE MUCHA ILUSIÓN CUANDO ME ETIQUETÁIS Y  
VEO QUE OS GUSTAN MIS MATERIALES. ¡Y LA ILUSIÓN  
MUEVE EL MUNDO! SIGAMOS REMANDO.

MUCHAS GRACIAS