

Objetivo de aprendizaje

Identificar y reflexionar sobre las emociones que se presentan frente a determinadas situaciones.



¡Hola!

Te invito a leer la siguiente historia, pero, sobre todo, te invito a imaginar que eres tú el o la protagonista de la historia.

Reconociendo emociones

La historia que te contaré
lleva por nombre:
“Algo me hizo enfadar”



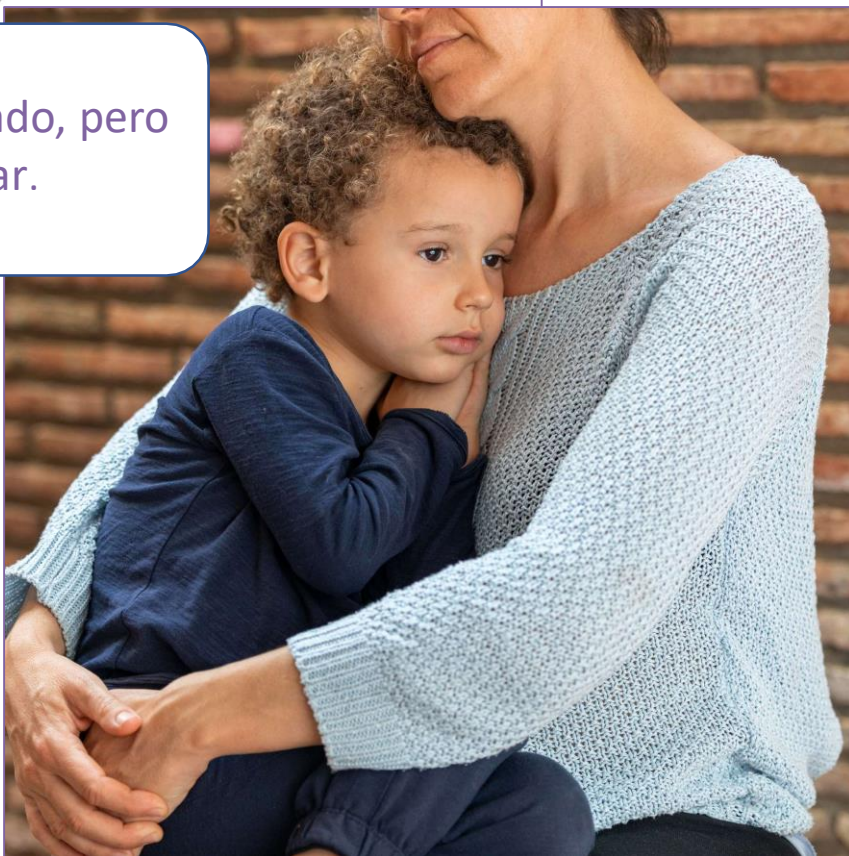
Un niño ha roto mi juguete en
el parque y eso me ha
enfadado mucho.

Reconociendo emociones



Estoy muy disgustado y quiero llorar y gritar. Mi cara se ha puesto roja y mi frente se ha arrugado.

Mi mamá se ha acercado, pero no quiero hablar.



Reconociendo emociones



Estoy furioso con el niño del parque y no paro de gritarle y de pelearme con él.



Entonces mamá me ha dado un abrazo. Me encantan los abrazos de mamá, me hacen sonreír.

Reconociendo emociones



Mamá me ha enseñado un pájaro que hay en el árbol. Me gusta mirar a los pájaros y sentarme con mamá. Ahora estoy tranquilo.



Respiro despacio y le cuento a mamá lo que ha pasado. Estoy triste por mi juguete, pero ya no estoy enfadado.

Reconociendo emociones

El niño del parque me ha pedido perdón y me ha dado un abrazo. Ahora me siento mucho mejor.



Mamá me dice que vamos a intentar arreglar el juguete. Como ya estoy tranquilo, vuelvo a jugar en el parque ¡que divertido!



Reconociendo emociones



¡Hola de nuevo!

Quisiera saber qué te transmitió la historia anterior. Para ello, responde las siguientes preguntas:

1

¿Qué emoción sintió el niño al saber que su juguete estaba roto?

2

¿Qué hechos le sucedieron al niño que lo hicieron sentirse mejor?

3

¿Has pasado por una situación similar a la del niño de la historia?
Comenta tu experiencia.

4

En la situación que te sucedió, ¿qué hiciste para sentirte mejor?

Referencias bibliográficas

<https://www.cuentosyrecetas.com/cuentos-sobre-el-enfado-para-ninos-algo-me-hizo-estar-enfadado/>

Créditos de las imágenes

www.freepik.es