

# GUIA DE TRABAJO N°1 DE ORIENTACION 4° AÑO BASICO

8 al 12 de Marzo del 2021.

Objetivo de la clase: Retroalimentar emociones en múltiples situaciones para describirlas de forma negativa o positiva.

OA: Identificar y aceptar sus propias emociones y las de los demás, y practicar estrategias personales de manejo emocional (por ejemplo, esperar un tiempo, escuchar al otro y considerar su impacto en los demás).  
(OA 2)

Habilidad: Identificar , Describir , Clasificar



# Recordemos las emociones

---





CÓMO ME SIENTO - YouTube

[www.youtube.com > watch](http://www.youtube.com/watch)

# ¿Cómo me siento hoy?



1



2



3



4



5



6

Si me siento 1,2 ó 3;

¿Qué puedo hacer para sentirme 4,5 ó 6?



Cuando algo  
no me gusta



5	No me puedo controlar	
4	Me hace enfadar	
3	Me pone nervioso	
2	Me molesta:	
1	Me gusta:	



# Actividad

Completa el siguiente cuadro comparativo con emociones que consideres positivas y negativas.

Emociones positivas	Emociones negativas

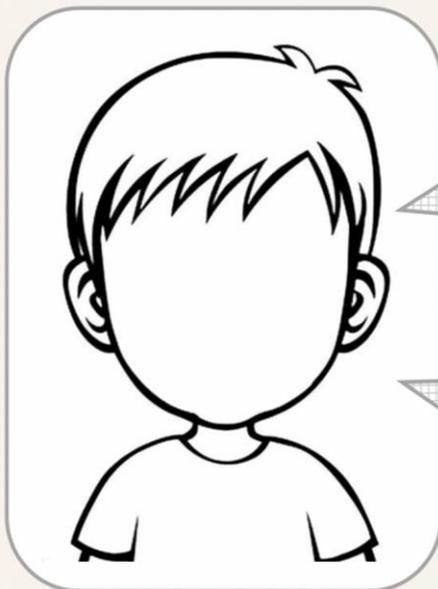
**VEAMOS CUANTO  
APRENDISTE HOY**

---



# TICKET DE SALIDA

¿CÓMO ME SIENTO HOY?



¿CÓMO ME SIENTO?

¿QUÉ ME HA OCURRIDO?



Muy bien

---

