

¿Cómo llegamos hoy?

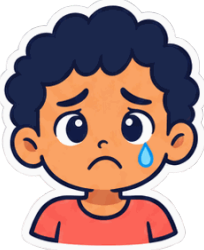
Al entrar, pon tu pinza en la emoción que sientes.



ALEGRÍA



CALMA



TRISTEZA



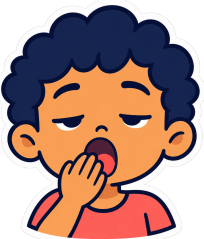
ENFADO



IEDO



NERVIOS



CANSANCIO



ABURRIMIENTO

Etiquetas para las pinzas

Escribe un nombre en cada etiqueta, recórtala y pégala en una pinza de ropa.

 _____	 _____	 _____
 _____	 _____	 _____
 _____	 _____	 _____
 _____	 _____	 _____
 _____	 _____	 _____
 _____	 _____	 _____
 _____	 _____	 _____
 _____	 _____	 _____

Guía para el docente

¿Cómo llegamos hoy? Panel de emociones

Objetivo

Unos 5 minutos

Reconocer y comunicar cada día cómo se siente uno al llegar a clase.

Antes

Imprime el panel, plastifícalo y cuélgalo a la altura del alumnado. Escribe los nombres en las etiquetas y pégalas en pinzas de ropa.

Durante

Al entrar, cada niño o niña pone su pinza en la emoción que siente. En la asamblea, mira el panel con el grupo y pregunta si alguien quiere contar algo, sin obligar.

Después

A mediodía o al final de la jornada, invita a mover la pinza si la emoción ha cambiado. Así ven que las emociones cambian a lo largo del día.

Preguntas para conversar

- ¿Hay más pinzas en unas emociones que en otras? ¿Por qué será?
- Si alguien llega con nervios, ¿qué podemos hacer para ayudarlo?
- ¿Qué hace que una emoción cambie durante el día?

Adaptaciones

Quien no quiera mostrar su emoción puede dejar la pinza en el borde del panel o usar un símbolo propio. Con alumnado con TEA, practica primero con un muñeco o con la pinza del docente.

Para tener en cuenta

El panel es para comunicarse, no para evaluar. No se comentan en público las emociones de nadie sin su permiso.