

Tarjetas de las seis emociones básicas

Recorta por la línea de puntos. Enseña las tarjetas en la asamblea de una en una.



ALEGRÍA

Pistas del dibujo

- Sonríe con la boca abierta.
- Se le cierran un poco los ojos al reír.

Para hablar

¿Qué cosas nos dan alegría?



TRISTEZA

Pistas del dibujo

- Le cae una lágrima.
- La boca se curva hacia abajo.

Para hablar

¿Qué nos ayuda cuando estamos tristes?

Tarjetas de las seis emociones básicas

Recorta por la línea de puntos. Enseña las tarjetas en la asamblea de una en una.



MIEDO

Pistas del dibujo

- Abre mucho los ojos.
- La boca se abre hacia abajo.

Para hablar

¿Qué podemos hacer si algo nos da miedo?



ENFADO

Pistas del dibujo

- Junta y baja las cejas.
- Aprieta la boca.

Para hablar

¿Cómo decimos que algo nos molesta sin hacer daño?

Tarjetas de las seis emociones básicas

Recorta por la línea de puntos. Enseña las tarjetas en la asamblea de una en una.



SORPRESA

Pistas del dibujo

- Levanta las cejas.
- La boca hace una O.

Para hablar

¿Una sorpresa puede ser buena y también mala?

ASCO

Pistas del dibujo

- Arruga la nariz y aprieta los ojos.
- Saca la lengua.

Para hablar

¿Qué olores o sabores nos dan asco?

Guía para el docente

Tarjetas de las seis emociones básicas

Objetivo

Reconocer en la cara las seis emociones básicas y decir su nombre.

Unos 10 minutos

Antes

Recorta las tarjetas y, si puedes, plastifícalas. El primer día elige solo dos que se distingan bien, como alegría y tristeza, y añade las demás poco a poco.

Durante

Enseña una tarjeta y pregunta qué ven en la cara: las cejas, los ojos, la boca. Lee las pistas, di el nombre de la emoción y pide que la imiten con su cara. Usa la pregunta de la tarjeta para que propongan una situación en la que alguien podría sentirse así.

Después

Deja las tarjetas a la vista. Cuando aparezca una emoción durante el día, señala la tarjeta y pregunta: «¿Te sientes así?». Así el nombre se une a lo que viven.

Preguntas para conversar

- ¿Cómo podemos saber lo que siente alguien si no nos lo dice?
- ¿Se pueden sentir dos emociones a la vez, como miedo y sorpresa?
- ¿Todas las personas ponemos la misma cara cuando sentimos algo?

Adaptaciones

Con alumnado con TEA o que aún no habla, empieza con dos tarjetas y deja que señale o entregue la que corresponde. Acompaña la tarjeta con el gesto real y una frase corta.

Para tener en cuenta

Una cara dibujada es una pista, no una prueba: la mejor forma de saber cómo se siente alguien es preguntarle y escucharle.

Fuente

Las seis emociones básicas siguen la propuesta de Paul Ekman (1992), «An argument for basic emotions», Cognition and Emotion, 6(3-4).