

INSTRUCCIONES TARJETAS DE EMOCIONES para niñas y niños de 4 a 6 años de edad



Save the Children coschool

Hemos diseñado estas tarjetas para que las niñas y los niños puedan aprender sobre las emociones desde que son pequeñas y pequeños, reconociendo cómo se expresan en los rostros y cómo se llaman.

Cada tarjeta representa una de las 8 emociones básicas:

- Enojo.
- Miedo.
- Felicidad.
- Sorpresa.
- Cansancio.
- Tristeza.
- Tranquilidad.
- Amor.

Te invitamos a usarlas con las niñas y los niños siguiendo estos pasos:

- a. Las primeras veces que las usen, invita a la niña o el niño a decirte qué gestos está haciendo cada personaje. Muéstrale cómo, diciendo por ejemplo: *“el cansancio tiene su boca abierta, como bostezando, y sus ojos están casi cerrados”*.
- b. Imiten juntos al personaje que describieron.
- c. Luego de describir un personaje asegúrate de nombrar la emoción. Puedes pedirle a la niña o el niño que lea su nombre, si sabe hacerlo, o puedes pedirle que repita después de ti.

Ten en cuenta:

Enfócate en una o dos emociones cada vez que usen las tarjetas para que la niña o el niño no se distraiga. Después de usar las tarjetas varias veces y haber descrito y nombrado cada emoción, puedes:

- a. En la mañana, decirle a tu niña o niño cómo te estás sintiendo tú, nombrando la emoción e imitándola.
- b. Luego, pedirle que te diga cómo se siente, señalando al personaje que representa su emoción.
- c. Preguntarle por qué está sintiendo esa emoción y si es una emoción que le gusta sentir o no.
- d. Si es una emoción que no le gusta sentir, puedes hacer una actividad del eje de “Inteligencia Emocional” del cuadernillo, para así ayudarlo a sentirse mejor.

Aprovecha estas tarjetas para usarlas en el día a día, en distintos momentos: puede ser en la mañana y en la noche.

Miedo



Enojo



Sorpresa



Felicidad



Cansancio



Tristeza



Tranquilidad



Amor



