

Actividades Sugeridas

OBJETIVO DE APRENDIZAJE OA_2	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD
Distinguir y describir emociones y reconocer y practicar formas apropiadas de expresarlas, considerando el posible impacto en sí mismo y en otros.	2. El docente les pide que cierren los ojos y recuerden algún momento en que hayan estado muy enojados. Les pide que recuerden qué sintieron en ese momento, qué pensaron, qué les dio ganas de hacer, qué sensaciones físicas experimentaron. Luego les pide que recuerden cómo reaccionaron, por qué reaccionaron así, qué consecuencias tuvo y les pregunta si reaccionarían de la misma forma ahora (un tiempo después de la situación experimentada). Quien quiera puede compartir sus conclusiones.