

## Reconozco las emociones



Nombre \_\_\_\_\_ Fecha \_\_\_\_\_

1 Relaciona cada dibujo con la emoción que expresa.



miedo



alegría



enfado



tristeza



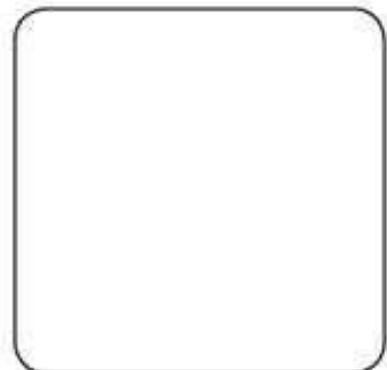
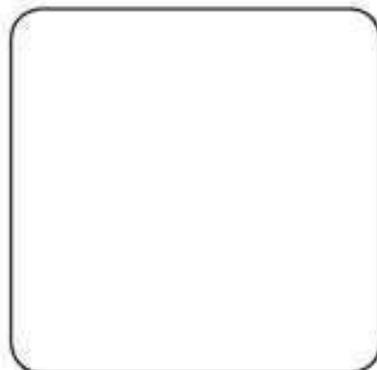
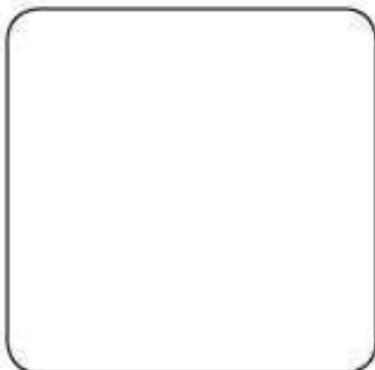
sorpresa

2 Dibuja tu cara en cada caso.

sientes alegría

sientes tristeza

sientes miedo





Nombre \_\_\_\_\_ Fecha \_\_\_\_\_

**1 Completa.**

Tengo miedo a

---

---



Me da alegría

---

---



Me enfado por

---

---



Me pone triste

---

---

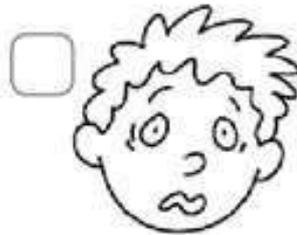
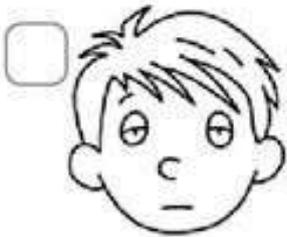
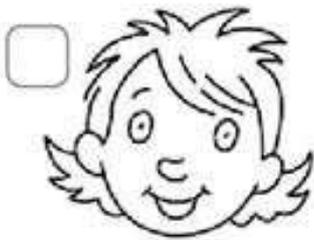


Me sorprende

---

---

Nombre \_\_\_\_\_ Fecha \_\_\_\_\_

**1 Marca las caras que expresan alegría.**

**2 ¿Cuándo sientes alegría? Marca.**
 Cuando un niño te invita a jugar con él.

 Cuando unos niños se burlan de ti.

 Cuando el profesor te felicita.

 Cuando te invitan a un cumpleaños.

 Cuando ganas un concurso de dibujo.

 Cuando pierdes un partido.

# Me preocupo por los demás

Nombre \_\_\_\_\_ Fecha \_\_\_\_\_

**1** ¿Qué les dirías a estos niños? Marca.



- ¿Que pasa?
- No te enfades.
- La culpa la tienes tú.

- Lloras por nada.
- ¿Puedo ayudarte?
- ¿Por qué lloras?



**2** Completa.

Si un compañero está enfermo, nos sentimos


Si un compañero está contento, nos sentimos

también 


Nombre \_\_\_\_\_ Fecha \_\_\_\_\_

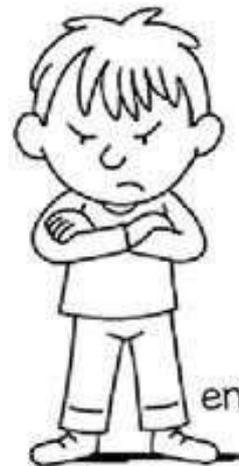
**1 ¿Qué expresa cada emoción? Marca.**


alegría

 Estoy muy contenta.

 Estoy muy aburrida.

 ¡Qué rabia!

 Me alegro mucho.


enfado



tristeza

 ¡Qué pena!

 Me he divertido mucho.

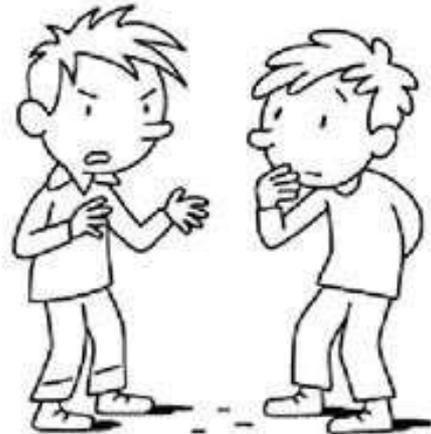
 Estoy cansado.

 Estoy asustado.


miedo

Nombre \_\_\_\_\_ Fecha \_\_\_\_\_

- 1 ¿Quién está expresando su enfado de forma adecuada? Colorea la escena.



- 2 Marca la mejor manera de expresar tu enfado.

- Chillando y molestando a los demás.
- Hablando y diciendo lo que me ocurre.

- 3 Copia.

Cuando nos enfadamos, lo debemos decir sin perder la calma.



# Palabras que expresan emociones



Nombre \_\_\_\_\_ Fecha \_\_\_\_\_

## 1 Une cada emoción con otra parecida.



alegría

rabia



enfado

contento



miedo

pena



sorpresa

desprecio



asco

asombro



tristeza

temor

## 2 Completa.

Cuando un niño dice "¡Es terrible!", es porque

---



---

Cuando una niña dice "¡Qué lástima!", es porque

---



---

## Reconozco las emociones de los demás



Nombre \_\_\_\_\_ Fecha \_\_\_\_\_

## 1 ¿Que emoción siente cada uno? Escribe.

alegría

tristeza

miedo

enfado

sorpresa

¡Es horrible!  
Estoy asustado!


Mi hermanito está  
en el hospital.


No me esperaba  
algo así de María.


Deja ya de  
molestarme!


¡Qué bien! Mañana nos vamos  
de excursión.  
¡Lo pasaremos genial!





Nombre \_\_\_\_\_ Fecha \_\_\_\_\_

**1 Contesta.**

¿Cuándo te enfadas?

---



---

¿Con quién te enfadas?

---



---

¿Como te tranquilizas?

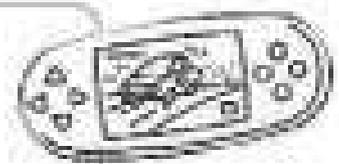
---



---

**2 ¿Qué harías tú? Marca.**

Has pedido a un amigo que te deje un juguete, pero no ha querido.



- Me pongo a jugar con otra cosa.
- Se lo pido a otro amigo.
- Decido pedirselo al día siguiente.
- Le digo que es un egoísta.

# Aprendo a calmarme

Nombre \_\_\_\_\_ Fecha \_\_\_\_\_

## 1 ¿Qué debes hacer en cada caso? Marca.

Quando estás enfadado debes...

- Gritar, molestar e insultar.
- Hablar de tu enfado y calmarte.

Quando estás asustado debes...

- Callarte y no hablar.
- Pedir ayuda y calmarte.

## 2 Respira lentamente varias veces. Después, explica.

