



EDOMÉX
DECISIONES FIRMES, RESULTADOS FUERTES.



EMOCIONES BÁSICAS

Autor (a): Lorena Díaz Contreras
Coordinación de Área de Educación para la Salud. L008 15AOS2142N
San Felipe del Progreso, Estado de México
13 de febrero de 2023



Propósito: Brindarles a los alumnos información práctica y concreta en la cual se identifican las emociones básicas para su expresión ante situaciones específicas de su vida cotidiana.

Grado: 2°

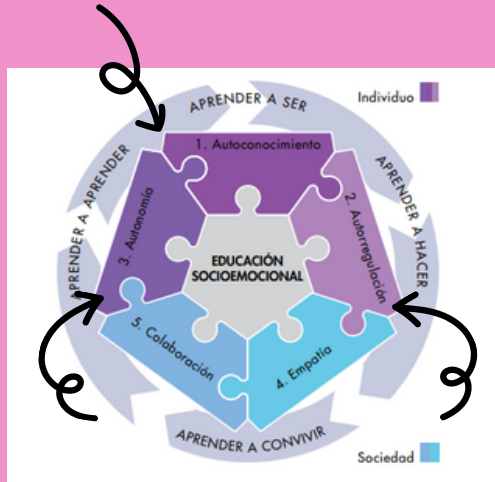
Área: Educación Socioemocional

Dimensión: Autoconocimiento

Habilidad asociada: Conciencia de las propias emociones

Indicador de logro: Identifica el nombre de distintas emociones.

TAMBIÉN AYUDA:



CONCLUSIÓN

Es de suma importancia el que los niños identifiquen el nombre de las emociones ante situaciones específicas para una adecuada comunicación.

RECUERDA



Freepik

"Cuando más abiertos estemos a nuestros propios sentimientos, mejor podremos leer los de los demás"
Daniel Goleman

REFERENCIA

SEP. (2017) Aprendizajes clave para la educación integral.

EMOCIONES

BÁSICAS



Freepik

¿QUÉ SON NUESTRAS EMOCIONES?

Son un componente complejo de la psicología humana. Se conforma de elementos fisiológicos que se expresan de forma instintiva y de aspectos cognitivos y socioculturales conscientes e inconscientes.



Freepik

La función principal de nuestras emociones es causar en nuestro organismo una respuesta adaptativa, ya sea través de sensaciones de rechazo o huida



Adobe Stock

MIEDO

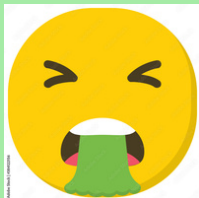
Anticipación de una amenaza o peligro (real o imaginario) que produce ansiedad, incertidumbre inseguridad.



Adobe Stock

SORPRESA

Sobresalto, asombro, desconcierto. Es muy transitoria y nos permite una aproximación cognitiva para saber qué está ocurriendo



Adobe Stock

ASCO

Disgusto o aborrecimiento hacia aquello que tenemos delante. Nos produce rechazo y solemos alejarnos.



Adobe Stock

IRA

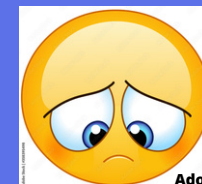
Rabia, enojo que aparece cuando las cosas no salen como queremos o nos sentimos amenazados por algo o alguien



Adobe Stock

ALEGRÍA

Sensación de bienestar y de seguridad que sentimos cuando conseguimos algún deseo o vemos cumplida alguna ilusión.



Adobe Stock

TRISTEZA

Pena, soledad, pesimismo ante la pérdida de algo importante o cuando nos han decepcionado.