

FICHA DE ACTIVIDAD RECOME 2.0









ID de ficha: RECME23_AES_A_001

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	PARTICIPANTES A PARTIR DE ...	GRUPO DE PARTICIPANTES	
Caja de emociones	6 Años en adelante	20	5

DURACIÓN DE LA ACTIVIDAD	ESPACIO	
40 minutos	FISICO <input type="checkbox"/>	VIRTUAL <input checked="" type="checkbox"/>
	ABIERTO <input checked="" type="checkbox"/>	CERRADO <input checked="" type="checkbox"/>

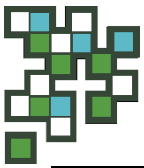
MODO DE PARTICIPACIÓN	TIPO DE ACTIVIDAD	NIVEL DE ACTIVIDAD	COSTO
Individual	Choose an item.	Choose an item.	Choose an item.

ETIQUETAS SUGERIDAS (Progresión, Vida de grupo, Especialidades, Competencias, IDS, ODS, VAL, Marco Simbólico, etc.)

TEMAS TRANSVERSALES							
PAZ	DIVERSIDAD	GENERO	RESILIENCIA	VOLUNTARIADO	CUIDADO AMBIENTAL	DERECHOS HUMANOS	ECONOMIA
							
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

REQUERIMIENTOS PREVIOS

LA ACTIVIDAD CONTRIBUYE A DESARROLLAR		
CONOCIMIENTOS Reconocimiento e identificación de sentimientos y emociones Haga clic aquí para escribir texto. Haga clic aquí para escribir texto. Haga clic aquí para escribir texto.	HABILIDADES Escucha activa Evaluación de situaciones Diálogo interno Haga clic aquí para escribir texto.	ACTITUDES Empatía Paciencia Honestidad Haga clic aquí para escribir texto.



FICHA DE ACTIVIDAD RECMÉ 2.0

LO QUE NECESITO PARA LA ACTIVIDAD

MATERIALES	RECURSOS
<p>Materiales:</p> <ul style="list-style-type: none">• Hojas blancas o de color tamaño carta• Cartulina o cartón tamaño carta por cada participante• Plumones o pinturas	

MEDIDAS DE SEGURIDAD

Haga clic aquí para escribir texto.

DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD (PASO A PASO)

DURACION

Cada participante deberá realizar una máscara con la expresión de una emoción o sentimiento. La emoción o sentimiento es secreta. Colocar las máscaras en una caja o bolsa. Por turnos, cada persona deberá sacar una máscara de la caja o bolsa y contar una historia sobre la máscara. Al finalizar, preguntar quién es el autor y si coincide con la emoción o sentimiento que quiso reflejar.

15 a 25 minutos

CIERRE DE LA ACTIVIDAD (PASO A PASO)

DURACION

Para pensar/nos y para sentir/nos
Retomar algunos ejemplos de las emociones para recordar las emociones o sentimientos más frecuentes (véase imagen anexa).
Preguntar: cuando hay una emoción o sentimiento negativo, ¿cómo nos sentimos en este momento, por qué nos sentimos así, ¿cuál es la emoción o sentimiento que vivimos, cuál es el grado de esa emoción, qué pensamientos nos provoca?, y si es algo que sentimos frecuentemente.
Hablar acerca de cómo identificar las emociones o sentimientos ayuda a resolver conflictos o problemas y cómo cuando se siente una emoción o sentimiento desagradable es importante identificarla.

5 minutos



FICHA DE ACTIVIDAD RECME 2.0

VARIABLES

En el caso de que sea un grupo numeroso puede colocarse una bolsa o caja por equipo para que se puedan intercambiar con otro equipo



Disgustada

Cuando nos enfadamos, los músculos se agolpan en el centro.



Enfadada

En función del grado de enfado, aparecen arrugas en el centro de la cara.



Muy enfadada

Para dibujar una expresión de enfado violento hay que subir los extremos de los ojos.



Triste

La expresión de tristeza hace que las cejas se desplacen hacia atrás.



Llorando

Los músculos de las cejas tiran de los párpados.



Desconsolada

Cuando llora desconsoladamente, los ojos pueden abrirse pero depende de la fuerza que se le quiera dar a la expresión.



Pensativa

Si miramos a alguien que está pensando, veremos que su mirada está extraviada.



Incómoda

Similar a la de tristeza.

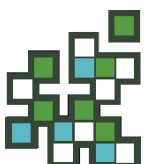


Sorprendida

Con la sorpresa, los ojos se agrandan. Un truco muy efectivo es dibujar gotas de sudor.



ファンク





FICHA DE ACTIVIDAD RECME 2.0

POSIBILIDAD DE COMPLEMENTAR CON OTRAS SECCIONES

Haga clic aquí para escribir texto.

PARA EXPLORAR

Haga clic aquí para escribir texto.

EVALUACION

Haga clic aquí para escribir texto.

INFORMACION ADICIONAL

AUTOR	PROVINCIA	FECHA DE ELABORACION
Colección Educativa	NACIONAL	22 de mayo de 2023