TALLER: *Las emocio-aulas*

Durante las anteriores actividades, hemos conocido las emociones así como la importancia de gestionarlas adecuadamente. Esto es esencial tanto para nuestra vida personal como para el aula. Por ello, cada grupo va a realizar una tarea diferente que luego se pueda colgar en las clases (¡y así no lo olvidamos!)

Primero: Leed atentamente las instrucciones de vuestra tarea. Si tenéis cualquier duda, preguntad al responsable.

Segundo: Aseguraos de tener todo el material y repartíos el tiempo que tenéis.

Tercero: Repasad la ortografía. La presentación (selección de imágenes, tipografía, orden y claridad) también será tenida en cuenta.

Materiales
- Cartulina blanca
- Rotuladores de colores
- Pegatinas…

Instrucciones para realizar "Los 5 pasos para gestionar grandes emociones"

1. **Esta actividad consiste en realizar un cartel en el que incluyáis los cinco pasos esenciales que debe seguir una persona para controlar sus emociones. Por ejemplo, pensad si alguien en clase os hace enfadar mucho, ¿qué haríais para tranquilizaros?**

2. **Dibujad la silueta de una mano en la cartulina, a continuación, pintad su interior de manera llamativa. Es importante que la mano sea grande.**

3. **De cada uno de los dedos, en orden, tendrá que salir una flecha que llegue hasta el título del paso y la explicación.**

4. **Veamos un ejemplo:**

1 - Respira

Antes que nada, respira hondo…