



Nombre: _____ Grupo: _____

ANEXO GUÍA PEDAGÓGICA GUÍA No. 5

EL DIARIO DE MIS EMOCIONES

Grado: Sexto

Área: Religión - Ética – Lengua Castellana

Periodo: Dos

Tema: Diario de las emociones

Concepto

Ahora es momento de registrar tus emociones, para ello te proponemos crear un diario de emociones. A continuación encontrarás los pasos.



Cómo hacer tu
Diario de Emociones

1. busca un cuaderno o libreta, deja volar tu imaginación para que lo decores como desees
2. Registra cada día las emociones que lograste identificar, describe en qué partes del cuerpo y cómo las sentiste
3. identifica las situaciones que hicieron que aparecieran esas emociones y qué reacciones tuviste .
4. Así vas a ir descubriendo cuál o cuáles son las emociones que más frecuentemente aparecen en ti, la situaciones y cómo reaccionas a ellas.



Nota: la actividad se debe registrar en un cuaderno o libreta de estudio día a día, empezando hoy. Fecha de entrega martes 22 de septiembre