

Actividades Sugeridas

OBJETIVO DE APRENDIZAJE OA_2	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD																
<p>Identificar y aceptar sus propias emociones y las de los demás, y practicar estrategias personales de manejo emocional (por ejemplo, esperar un tiempo, escuchar al otro y considerar su impacto en los demás).</p>	<p>9.</p> <p>Completan una ficha en la que proponen formas de manejar algunas expresiones de las emociones. Por ejemplo: respirar profundo, contar hasta 10 antes de actuar, salir a caminar, esperar que la emoción se pase, conversar con alguien.</p> <table border="1" data-bbox="548 850 1412 1449"> <thead> <tr> <th data-bbox="548 905 803 997">SITUACIÓN</th> <th data-bbox="803 892 966 997">Emoción dominante</th> <th data-bbox="966 850 1193 997">Forma inapropiada de expresar la emoción</th> <th data-bbox="1193 850 1412 997">Forma alternativa de manejar la emoción</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="548 997 803 1354"> Pedro estuvo toda la tarde haciendo su tarea. Patricia, su hermana chica, le rayó el cuaderno cuando él no estaba mirando. Pedro se enojó tanto que le gritó y le tiró el pelo. </td> <td data-bbox="803 997 966 1354"> Rabia </td> <td data-bbox="966 997 1193 1354"> Gritar y tirar el pelo. </td> <td data-bbox="1193 997 1412 1354"> Respirar profundo. Hablar con un adulto. ... </td> </tr> <tr> <td colspan="4" data-bbox="548 1354 1412 1396" style="text-align: center;"> Alegría </td> </tr> <tr> <td colspan="4" data-bbox="548 1396 1412 1449"> <hr/> </td> </tr> </tbody> </table>	SITUACIÓN	Emoción dominante	Forma inapropiada de expresar la emoción	Forma alternativa de manejar la emoción	Pedro estuvo toda la tarde haciendo su tarea. Patricia, su hermana chica, le rayó el cuaderno cuando él no estaba mirando. Pedro se enojó tanto que le gritó y le tiró el pelo.	Rabia	Gritar y tirar el pelo.	Respirar profundo. Hablar con un adulto. ...	Alegría				<hr/>			
SITUACIÓN	Emoción dominante	Forma inapropiada de expresar la emoción	Forma alternativa de manejar la emoción														
Pedro estuvo toda la tarde haciendo su tarea. Patricia, su hermana chica, le rayó el cuaderno cuando él no estaba mirando. Pedro se enojó tanto que le gritó y le tiró el pelo.	Rabia	Gritar y tirar el pelo.	Respirar profundo. Hablar con un adulto. ...														
Alegría																	
<hr/>																	

Orientación

Tercer Año Básico

Unidad 2
OA_2