



COLEGIO ESPAÑA
ORIENTACIÓN
6° BÁSICO / OA2 / SEMANA N° 4

**GUÍA N° 2 ORIENTACIÓN:
¿PUEDO DISTINGUIR LAS EMOCIONES Y QUÉ SE PRODUCEN?**

META: Distinguir y describir emociones y reconocer y practicar formas apropiadas de expresarlas, considerando el posible impacto en sí mismo y en otros.

INSTRUCCIONES: Leer comprensivamente y responder en el cuaderno de asignatura.

- 1.- Observa el cuento en el video e identifica las emociones.
- 2.- Identifica por escrito situaciones que te produzcan ciertas emociones y señalan la manera en que las expresan y otras formas alternativas.

¿Qué me produce alegría?	¿Cómo la expreso?	¿De qué otra forma podría expresarla?
-Aquí debes escribir situaciones que te producen felicidad por ejemplo: Cuando te compran un juguete nuevo	Como expresas esta felicidad, ejemplo: La expreso saltando, riendo, bailando, etc.	Aparte de como la expresas de que otra manera lo podrías hacer. Ejemplo: A través de palabras de agradecimiento, cariño, etc.
¿Qué me produce tristeza?	¿Cómo la expreso?	¿De qué otra forma podría expresarla?
Aquí debes escribir situaciones que te producen tristeza por ejemplo: Cuando se enferma tu mascota	Como expresas esta pena o tristeza, ejemplo: Llorando, quedándome callado, etc.	De que otra la podemos expresar, ejemplo: Expresando la pena con alguien que uno quiere, no comiendo, etc.



COLEGIO ESPAÑA
ORIENTACIÓN
6º BÁSICO / OA2 / SEMANA Nº 4

2.- Relaciona las emociones con sus correspondientes reacciones físicas.
Para ello trabaja individualmente primero y luego coméntalo con tu familia enfatizando la idea de que nuestro cuerpo también reacciona frente a las emociones dependiendo de las características propias de cada uno.

A	Emocione	B	Reacciones físicas
1	Pena	4	Dolor de estómago
2	Rabia	7	Manos sudorosas
3	Alegría	6	Palpitación acelerada del corazón
4	Nerviosismo	5	Vellos erizados (piel de gallina)
5	Entusiasmo	2	Dolor de cabeza
6	Miedo	1	Llanto
7	Ansiedad	8	Mejillas enrojecidas
8	Vergüenza	6	Respiración entrecortada
		3	Sonrisa, risa
			Otra:
			Otra: