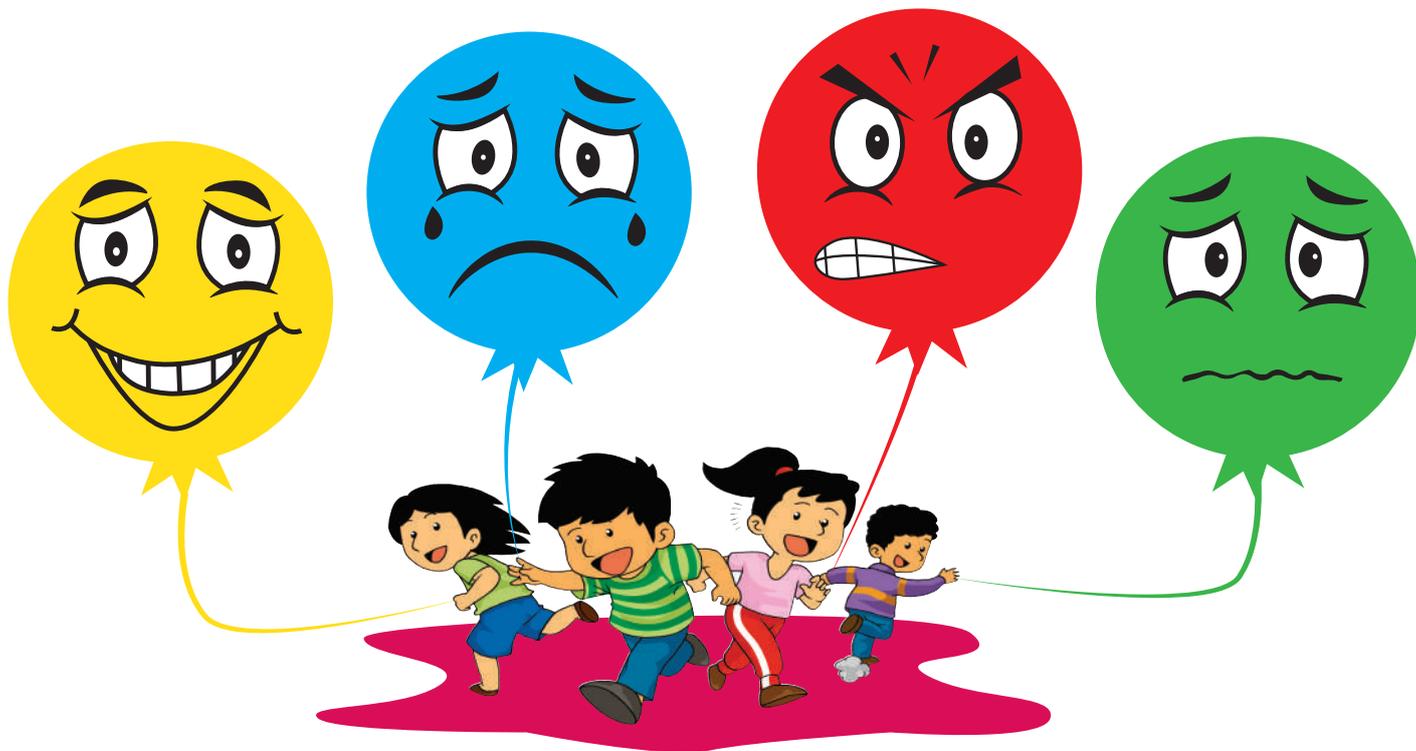




PERÚ

Ministerio
de la Mujer y
Poblaciones Vulnerables

EL PERÚ PRIMERO



Mis emociones

Juego didáctico

Nombre del juego: “Mis emociones”

- ★ N° de participantes: hasta 25 niños y niñas de 3 a 5 años.
- ★ Espacio requerido: aula o patio.
- ★ Objetivo: promover en los niños y las niñas de 3 a 5 años, que identifiquen y expresen sus emociones en diferentes situaciones.

★ Materiales:

- 4 pelotas de las emociones: alegría, tristeza, cólera y miedo (material plástico esponjado).
- 1 juego de 6 tarjetas: en 4 de ellas en un lado estará la carita con una de las emociones, en la otra cara las preguntas motivadoras y la idea fuerza de la emoción que corresponde, y 1 tarjeta contiene las instrucciones del juego.

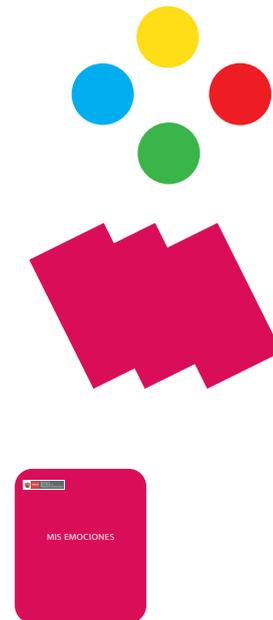
- 1 Pandereta pequeña.



- 1 bolsa porta materiales.



- 1 bolsa de tela para el juego de tarjetas.



Instrucciones:

- ★ Sentados en círculo niños y niñas, el personal docente o facilitador/a distribuye las 4 pelotas de forma indistinta entre las/os participantes, algunos/as de ellos/as quedarán libres. El/la docentes o facilitador/a presenta el juego “Mis emociones” que consiste en pasar las pelotas hacia los/as compañeros de la derecha mientras suena la pandereta, sin dejarlas caer.

También se puede acompañar con una canción que promueva el buen trato; cuando deje de sonar la pandereta se detiene el juego y los niños y niñas que se quedaron con una pelota responderán a las preguntas guías y señala las ideas fuerza según la emoción que corresponde (ver tarjetas de apoyo).

El juego se puede repetir las veces que se considere necesario, promoviendo la participación de todo el grupo.

Preguntas guía:

- ★ ¿Cómo está la carita que te tocó?
- ★ ¿Cuándo te sientes así?
- ★ ¿A veces vemos esta carita en otras personas? ¿en quién?
- ★ Todos nos levantamos y mostramos con nuestro cuerpo esta emoción (mostrar la tarjeta con la emoción que se desea expresar).

Ideas fuerza:

- ★ **Carita de alegría:** A veces nos sentimos así, es bueno sonreír cuando nos sentimos felices, pero también es importante compartir nuestra alegría con mamá, papá, hermanos/as, profesora o amigos/as por qué nos sentimos así.
- ★ **Carita de tristeza:** A veces nos sentimos así, porque hay cosas que no ponen tristes y es importante contarles a mamá, papá, hermanos/as profesora o amigos/as, por qué estamos tristes, así ellos y ellas nos escucharán y nos ayudarán a sentirnos mejor.
- ★ **Carita de cólera:** A veces nos sentimos así, porque nos molesta alguna palabra, mirada o porque no nos compraron algo que queríamos, entonces debemos decirle a nuestra mamá, papá, hermanos/as profesora o amigos/as, ellos y ellas nos ayudarán a sentirnos mejor.
- ★ **Carita de miedo:** A veces nos sentimos así, cuando nos da miedo una persona, cosa o lugar. Necesitamos entonces debemos contarle a alguien que nos escuche,



Carita alegre

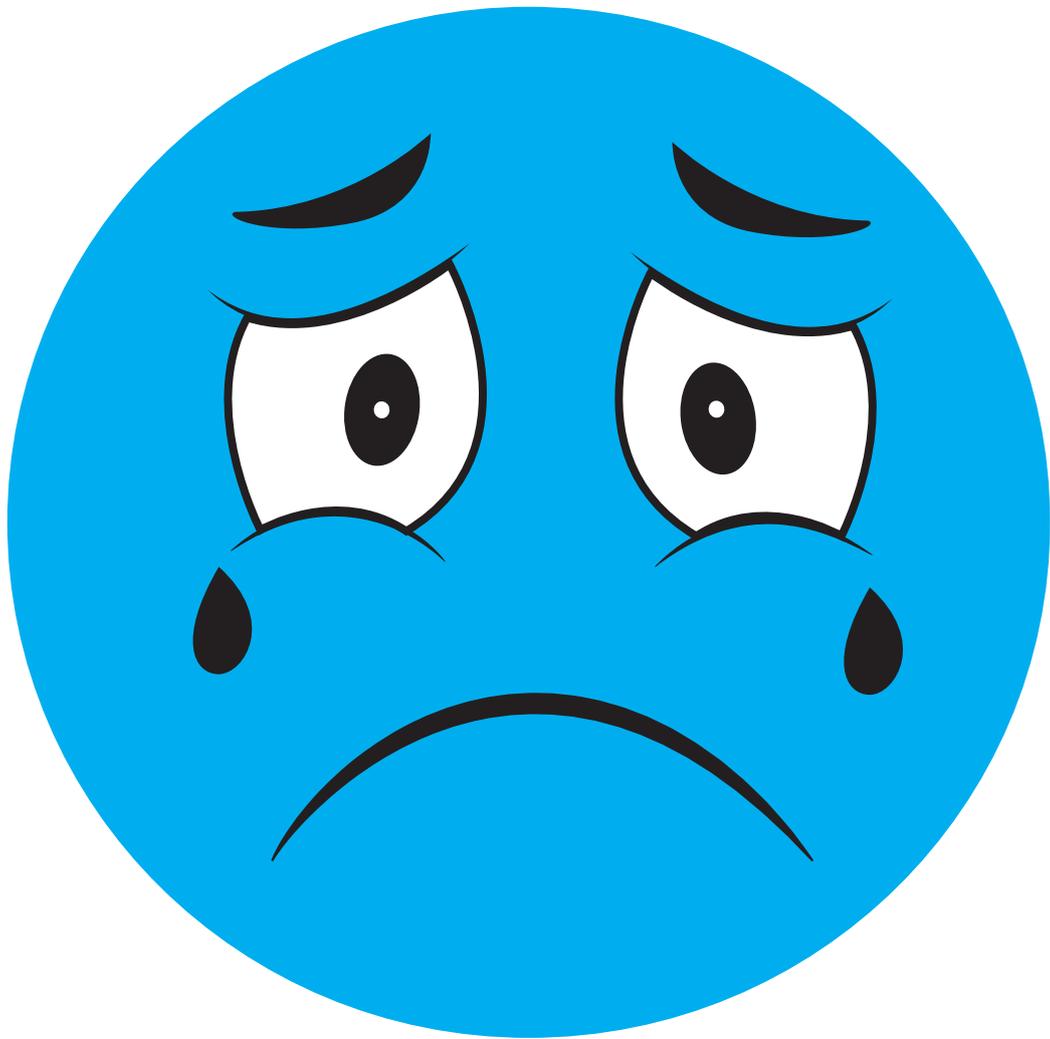
Preguntas guía:

- ★ ¿Cómo está la carita que te tocó?
- ★ ¿Cuándo te sientes así?
- ★ ¿A veces vemos esta carita en otras personas? ¿en quién?
- ★ Todas y todos nos levantamos y mostramos con nuestro cuerpo esta emoción (mostrar la tarjeta con la emoción que se desea expresar).

Idea fuerza:

- ★ A veces nos sentimos así, es bueno sonreír cuando nos sentimos felices, pero también es importante compartir nuestra alegría con mamá, papá, hermanos/as, profesor/a o amigos/as por qué nos sentimos así.





Carita triste

Preguntas guía:

- ★ ¿Cómo está la carita que te tocó?
- ★ ¿Cuándo te sientes así?
- ★ ¿A veces vemos esta carita en otras personas? ¿en quién?
- ★ Todos nos levantamos y mostramos con nuestro cuerpo esta emoción (mostrar la tarjeta con la emoción que se desea expresar).

Idea fuerza:

- ★ A veces nos sentimos así, porque hay cosas que no ponen tristes y es importante contarles a mamá, papá, hermanos/as profesora o amigos/as, por qué estamos tristes, así ellos y ellas nos escucharán y nos ayudarán a sentirnos mejor.





Carita de cólera

Preguntas guía:

- ★ ¿Cómo está la carita que te tocó?
- ★ ¿Cuándo te sientes así?
- ★ ¿A veces vemos esta carita en otras personas? ¿en quién?
- ★ Todos nos levantamos y mostramos con nuestro cuerpo esta emoción (mostrar la tarjeta con la emoción que se desea expresar).

Idea fuerza:

- ★ A veces nos sentimos así, porque nos molesta alguna palabra, mirada o porque no nos compraron algo que queríamos, entonces debemos decirle a nuestra mamá, papá, hermanos/as profesora o amigos/as, ellos y ellas nos ayudarán a sentirnos mejor.





Carita de miedo

Preguntas guía:

- ★ ¿Cómo está la carita que te tocó?
- ★ ¿Cuándo te sientes así?
- ★ ¿A veces vemos esta carita en otras personas? ¿en quién?
- ★ Todos nos levantamos y mostramos con nuestro cuerpo esta emoción (mostrar la tarjeta con la emoción que se desea expresar).

Idea fuerza:

- ★ A veces nos sentimos así, cuando nos da miedo una persona, cosa o lugar. Necesitamos entonces debemos contarle a alguien que nos escuche, porque no debe haber guardar secretos con nadie, él o ella nos ayudará a sentirnos mejor.

