

## Guía 10: 5° básico A - B

<b>Nombre docente:</b>	Daniela Godoy – Patricia Alcántara	
<b>Curso:</b>	5 año Básico A - B	
<b>Guía número</b>	<b>Asignatura</b>	<b>Objetivo de Aprendizaje contemplado</b>
10	Orientación	Distinguir y describir emociones y reconocer y practicar formas apropiadas de expresarlas, considerando el posible impacto en sí mismo y en otros. <b>(OA 2)</b>

### CUADRO DE INSTRUCCIONES

1. Continuaremos identificando nuestras emociones y como las expresamos..
2. Lee los conceptos claves y observa el video sugerido.
3. Una vez que hayas terminado tu actividad, saca una fotografía a tu tarea y envíala por correo electrónico a tu profesora:

**Profesora Patricia (5º A):** patricia.alcantara@colegio-eduardodegeyter.cl

**Profesora Daniela (5ºB):** daniela.godoy@colegio-eduardodegeyter.cl

### GUIÓN METODOLÓGICO

- A continuación aparecerán descritas las palabras claves de esta actividad.
- Observa el video que se sugiere
- Y con la ayuda de los conceptos debes desarrollar la actividad de las emociones.

**Para desarrollar esta actividad debemos saber: ¿Qué son las emociones?**

**Emociones:**

Las emociones son estados internos caracterizados por pensamientos, sensaciones, reacciones fisiológicas y conductas que son subjetivos. Son universales, propias del ser humano y sirven, entre otras cosas, para comunicarnos con los demás.

Hay emociones que se las llama **positivas**, porque están asociadas con el bienestar y otras **negativas** que se acompañan de malestar, pero todas ellas son válidas y necesarias. No podemos evitarlas, pero sí aprender a manejarlas, ya que tienen una gran influencia en nuestra conducta y nuestro pensamiento.

Para mayor información puede ver el siguiente video:

¿Para qué sirven las emociones? Fundación PAS : <https://www.youtube.com/watch?v=zhp2E6FL3kw>