



Semana 1

- **Actividad 1.** Ve el video de esta semana y al terminar analízalo. ¿Qué aprendiste?
- **Actividad 2.** Platica cómo practicar tus misiones y tus herramientas te ayuda a manejar mejor tus emociones.



Semana 2

Juega, Construye y aprende

- Jugarás a “**Díganlo con mímica**”. Con la Rueda de las emociones escribirás una emoción en un papelito, para que una vez doblado lo pongas en el escritorio o en un frasco. Enseguida, sin ver, sacarás un papelito para ver qué emoción te toca actuar y que alguien más la adivine.
- Al trabajar esto en el salón de clases irán pasando de uno(a) en uno(a).
- Con los más pequeñitos será el(la) maestro(a) quien escriba los papelitos.



Semana 3

Aplico,

- Jugarás a “**la papa caliente**”. Con una pelota o algo que puedas aventar y cazar. (Si estás en casa, invita a alguien a jugar contigo).

Irás pasando el papel al ritmo de cualquier música, usa las canciones de **BIG BANG ZOE** y alguien pondrá alto a la música. La persona que se quede con la pelota en la mano, deberá decir:

1) Una emoción. 2) Qué puede provocarla. 3) Un ejemplo de qué puedes hacer cuando se siente esa emoción. 4) Por último qué acción estaría equivocada o podría lastimar a alguien.

- Si estás **en línea**. En lugar de pasarla al compañero(a), lo que harás es aventar y cazar hasta que la persona encargada detenga la música y elija quién será quien participe.



Semana 4

Círculo de Amistad.

- Harás un dibujo para cada cuadro y al terminar si gustas lo puedes explicar.

Algo (cosa o situación) que me gustó mucho.

Algo (cosa o situación), que no me gusta que pase.

Algo (cosa o situación), que me da mucho miedo.

Algo (cosa o situación), que hace que me sienta muy amado(a).