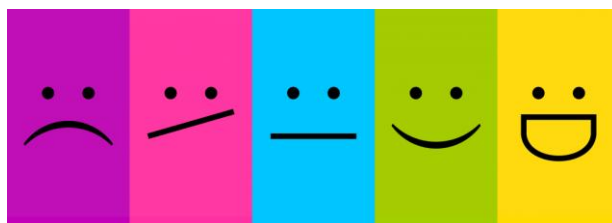


REGISTRO DE EMOCIONES

Estes días debido á situación que estamos atravesando non solo son importantes os contidos das diferentes áreas, senón que as emocións tamén xogan un papel crucial.

O rexistro de emocións ou "Mood Tracker" é unha forma creativa de levar a cabo un tipo de "diario" emocional. No teclado do ordenador que vos presento a continuación, podedes encontrar os diferentes días do mes do maio. Cada día debedes colorear a tecla coa cor correspondente, en función da emoción que predominara durante a xornada. Previamente, debedes asignar unha cor para cada unha das emocións. Trátase de que ao final de cada día, reflexionedes sobre como vos sentístedes ao longo do día, e pouco a pouco, ir identificando as vosas emocións. Desta forma poderedes comprobar como vai cambiando ou manténdose o voso estado emocional ao longo da semana ou do mes.

Animádesvos a probalo??



maio

2020

-  Alegria
-  Tristeza
-  Medo
-  Repugnancia
-  A rabiã
-  Sorpresa

NOME:

© 2020, All Rights Reserved by Color Worksheets

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27	28	29	30

31