

NOM	Expressar les pròpies emocions
OBJECTIUS	Identificació i expressió de les pròpies emocions
MATERIALS	papers i llapis de colors Imatges i fotografies de rostres que expressin diferents emocions material fungible contes d'expressió d'emocions. Música i encens
DESTINATARIS	Primària, i primer de secundària
TEMPORITZACIÓ	Una hora i trenta minuts
DESCRIPCIÓ ACTIVITAT Introducció: Iniciarem l'activitat amb una conversa per conèixer i explorar el seu estat anímic, on pugui expressar com li ha anat la setmana i com es sent en aquest precís moment. Explicació sobre quina activitat realitzarem i quins passos seguirem. Activitat: - Preguntar sobre idees prèvies respecte què són emocions, sentiments. Treballar a partir dels propis coneixements. - Exercici de centrament.(Consciència corporal): a través de la respiració, escoltant música adequada es farà un centrament guiat. - Exercicis d'educació emocional: Conte que permet identificar expressió emocional. - Identificació de les emocions bàsiques, a través de fotografies i imatges. treballar les relacions interpersonals (especialment familiars). - Dibuix personal del propi rostre sobre com es sent en aquest moment, vinculant-ho amb el conte d'en Fèlix, amb l'emoció corresponent, expressant pròpies experiències.	

Tancament:

- Endreçar el què hem viscut. Recopilació i explicitació de l'experiència viscuda. .
- Possible tasca per la propera sessió.
- Comiat de la trobada.