



INSTITUTO JUAN PABLO II
Avda. Sáenz Peña 576
TEL: 0381-4205711
InstjuanpabloII@arnet.com.ar www.instjuanpabloii.com.ar

Materia	Acompañamiento a las trayectorias escolares
Prof. Curso	Carla Carrizo 6 Año A
Trabajo Práctico N° 15	
Fecha: 18//06/26	

Tema: Alfabetización emocional y reconocimiento de emociones.

Duración: 80 minutos

Objetivos:

- Comprender el concepto de alfabetización emocional. Reconocer y nombrar emociones propias y ajenas. Reflexionar sobre la importancia de la expresión emocional.

Inicio (10 min.)

Iniciamos la clase preguntando a los alumnos: ¿Cuál es la diferencia entre las emociones y los sentimientos?

Desarrollo (60 min.)

A continuación presentamos los aportes de Claude Steiner sobre alfabetización emocional y de Rafael Bisquerra sobre conciencia emocional. A través de la lectura, explicación y análisis de sus definiciones, se promoverá la reflexión acerca de la importancia de reconocer y nombrar las emociones.

Actividad: Semáforo de las emociones.

Los estudiantes, organizados en grupos o filas, trabajarán distintas emociones como alegría, tristeza, enojo, miedo y sorpresa, identificando situaciones cotidianas en las que aparecen. Luego compartirán sus respuestas con el grupo y analizarán las diferentes formas en que las personas experimentan y expresan las emociones.

Cierre (10 min.)

Para finalizar, se realizará una puesta en común a partir de preguntas reflexivas como: ¿Les resultó fácil identificar las emociones a través de situaciones personales? ¿Fue sencillo ponerles nombre?