

Fichas de actividades
PRIMARIA

CAMBRIDGE UNIVERSITY PRESS

PALABRAS ALADAS

Cambridge Learning Journey

We feel happy

Who is happy? Look at the pictures and choose the correct answers.

Who is happy?

The man with the skis.
 The man with the swimsuit.

Why?

Because it's sunny.
 Because it's snowing.

Who is happy?

The girl with the badminton racket.
 The girl with the kite.

Why?

Because it's sunny.
 Because it's windy.

Who is happy?

The girl selling umbrellas.
 The man selling watering cans.

Why?

Because it's sunny.
 Because it's raining.

© Cambridge University Press 2017

MATERIAL FOTOCOPIABLE

Credit: Rowanby

NOTA AL PROFESOR

El objetivo de esta actividad es que los alumnos identifiquen motivos para la alegría en situaciones diversas. Adicionalmente, se trabaja vocabulario relacionado con el tiempo meteorológico. Puedes introducir el trabajo de la actividad pidiendo a los alumnos que describan lo que ven. A continuación, los alumnos resolverán las preguntas de manera individual y, finalmente, se puede hacer una corrección en grupo. Como actividad de ampliación puedes pedir a los alumnos que hagan una lista de cosas que a ellos les alegran. Estas listas se pueden comparar en clase para mostrar que los motivos de alegría suelen ser diferentes para cada persona.

SOLUCIONES

- The man with the skis. Because it's snowing.
- The girl with the kite. Because it's windy.
- The girl selling umbrellas. Because it's raining.

Competencias emocionales trabajadas:

Dar nombre a las emociones. Comprensión de las emociones de los demás.

Fichas de actividades
PRIMARIA

CAMBRIDGE UNIVERSITY PRESS PALABRAS ALADAS

Cambridge Learning Journey

How disappointing!

Read the story and choose the correct answers.

What does the boy think the carpet can do? Fly. Do magic tricks. Talk.

Can the carpet do this? Yes. No. Sometimes.

How does the boy feel? Relieved. Disappointed. Angry.

When do we feel disappointed? When something turns out how we wanted it to. When something doesn't turn out how we wanted it to.

© Cambridge University Press 2017 MATERIAL FOTOCOPIABLE

NOTA AL PROFESOR

El objetivo de esta actividad es que los alumnos comprendan en qué consiste la decepción. Para empezar, lee la historia haciendo hincapié en la entonación de los distintos estados de ánimo del chico. Luego pueden hacer una lectura individual e ir pensando en cómo dramatizarla (gestos, movimientos, entonación). Reparte los roles del cómic y deja que dos alumnos dramatizen la historia. A continuación, puedes leer las preguntas en voz alta y que los alumnos las resuelvan en grupo. La historia, aunque en ella aparece la decepción, tiene un final feliz. Para culminar el trabajo puedes preguntar a los alumnos si creen que el final de la historia es feliz y por qué.

Como actividad de ampliación puedes pedir a los alumnos que expliquen situaciones en las que ellos sintieron decepción. Otra posibilidad es que, sin repartir la ficha fotocopiada, recortes las viñetas y las pegues desordenadas en la pizarra, para que ellos indiquen cuál es el orden correcto.

SOLUCIONES

- Fly.
- No.
- Disappointed.
- When something doesn't turn out how we wanted it to.

Competencias emocionales trabajadas:

Dar nombre a las emociones. Comprensión de las emociones de los demás.

Fichas de actividades
PRIMARIA

CAMBRIDGE UNIVERSITY PRESS PALABRAS ALADAS

Cambridge Learning Journey

We all feel grateful

1. Listen to the sentences and match them to the pictures.



a.



b.



c.



d.



e.

2. Is there a child who doesn't feel grateful? Which one? Cross out the picture.

© Cambridge University Press 2017 MATERIAL FOTOCOPIABLE

NOTA AL PROFESOR

El objetivo de las actividades de esta ficha es que los alumnos identifiquen acciones por las que se suele sentir gratitud. Además, también aprenderán a distinguir una situación en la que no se expresa ese sentimiento a pesar de que se utiliza la expresión *Thank you*. Para comenzar con la actividad, reparte la ficha y díles a los alumnos que observen atentamente las imágenes. Probad a describirlas en grupo. De esta manera, serán más conscientes del ejercicio y así será más fácil que comprendan las oraciones cuando las oigan.

A continuación, lee en voz alta las oraciones dos veces. Hazlo lentamente y déjales un tiempo para que recorran las ilustraciones y decidan con cuál se corresponde cada oración.

Por último, podéis corregir el ejercicio en voz alta. Cuando acabéis de corregirlo, ya puedes introducir la pregunta de la segunda actividad. Puedes dejarles un tiempo para que reflexionen sobre la pregunta o bien abrir el debate en grupo. Incluso, si ves que resulta muy difícil, explora las ilustraciones (una vez que las han relacionado con las oraciones) de una en una y ve descartando si en ellas se expresa gratitud o no.

Como formas de ampliación, puedes proponerles que confeccionen una lista todos juntos con hechos que podéis empezar a agradecer a partir de ahora.

Oraciones para que los alumnos las escuchen:

- Señora Wilkinson, gracias por explicarme el ejercicio. Ahora ya lo entiendo.
- Gracias por dejarme la tableta, papá.
- ¡Gracias por romperme mi coche favorito, Jack!
- ¡Muchas gracias, mamá! Es justo el traje que quería.
- Martin, gracias por prestarme tu libro. Ya lo he leído. ¡Es genial!

SOLUCIONES

1. 1d, 2c, 3e, 4a, 5b
2. Tachar la ilustración e.

Competencias emocionales trabajadas:

Dar nombre a las emociones. Comprensión de las emociones de los demás.

Fichas de actividades
PRIMARIA

CAMBRIDGE UNIVERSITY PRESS PALABRAS ALADAS

Cambridge Learning Journey

Who feels guilty?

Put the pictures in order and mark the correct option with an X.

• What is Sam's idea?
 Throwing the banana skin on the ground. Sitting on a bench.

• What are the consequences of his idea?
 The banana fell on the ground. A lady slipped and fell.

• Who feels guilty?
 Tom. Sam.

• Why does he feel guilty?
 Because the banana fell on the ground. Because the lady slipped and fell.

© Cambridge University Press 2017 MATERIAL FOTOCOPIABLE

NOTA AL PROFESOR

El objetivo de esta ficha es que los alumnos se den cuenta de cómo se desencadena la culpa. La culpa sobreviene cuando nos sentimos responsables de algo que hemos hecho y que consideramos malo. Para comenzar la actividad, indica a los alumnos que van a ver y leer un cómic que está desordenado. Diles que el cómic trata sobre una broma que gastan unos niños, para que ellos se organicen mentalmente. A continuación, dales un tiempo para que ordenen las viñetas.

Después, y antes de comenzar a trabajar con las preguntas, podéis resumir entre todos lo que ocurre en la historia. Quizás ya entonces salga la culpabilidad a relucir.

Por último, lee las preguntas en voz alta y asegúrate de que no hay problemas de comprensión. Déjalas luego que las respondan individualmente y, para terminar, corregid la actividad en grupo.

Esta actividad puede abrir un debate sobre qué comportamientos hacen sentir culpable e incluso se pueden poner en común cosas que los alumnos hayan hecho que les hayan despertado este sentimiento. Al tratar una emoción como esta, es importante hacerlo desde la neutralidad, nunca juzgando si un niño debería sentirse o no culpable de un acto. Que se expresen es una manera de

conocerlos mejor y, para ellos, una forma de darse a conocer sin miedos.

SOLUCIONES

Orden correcto:

Viñeta 1. Se ve a dos niños jugando. Sam tiene en la mano un plátano.

Viñeta 2. Los dos niños conversando en un banco, frente a la cáscara.

Viñeta 3. Una señora resbala en la piel de plátano y se cae.

Viñeta 4. Sam se ríe. Tom se siente culpable.

- What is Sam's idea? **Throwing the banana skin on the ground.**
- What are the consequences of his idea? **A lady slips and falls over.**
- Who feels guilty? **Tom.**
- Why does he feel guilty? **Because the lady slipped and fell.**

Competencias emocionales trabajadas:

Dar nombre a las emociones. Comprensión de las emociones de los demás.

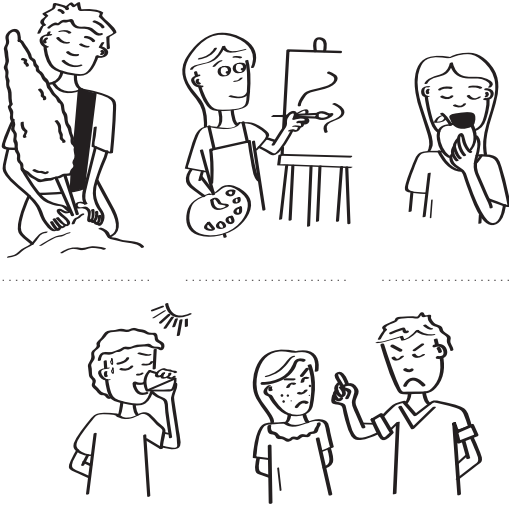
Fichas de actividades
PRIMARIA

CAMBRIDGE UNIVERSITY PRESS PALABRAS ALADAS

Cambridge Learning Journey

Very satisfying activities

Which activities are satisfying? Put the sentences in order and write the name of the corresponding child under each picture. Then cross out the picture of the activity that is not satisfying.



.....

.....

- drinking water glass is a of Mark.
- with Alex arguing sister little is his.
- picture Carmen painting a is.
- eating apple an is Stephanie.
- Thomas tree is a planting.

© Cambridge University Press 2017 MATERIAL FOTOCOPIABLE

NOTA AL PROFESOR

El objetivo de esta actividad es que los alumnos relacionen distintas actividades con la emoción *satisfaction* y que aprendan a discernir qué actividades resultan satisfactorias y cuáles no. Para orientar la actividad, puedes señalar distintos elementos de cada ilustración y preguntarles a los alumnos qué son (*the tree, the painting, the apple and the glass of water...*), o bien preguntar directamente qué están haciendo los niños en cada dibujo.

A continuación, explica en voz alta qué es lo que deben hacer y déjales un tiempo para que ordenen las oraciones. Podéis asignar los nombres en grupo. Una vez que estén ordenadas las oraciones, pide a un alumno que lea la primera y luego pregunta: *So, who is Thomas?* Deja que los alumnos te lo muestren y dales un tiempo para que escriban el nombre bajo la ilustración correspondiente. Por último, hay que tachar la ilustración que no muestra una acción satisfactoria. Puedes ir señalando una por una las ilustraciones y preguntando: *Do you think Thomas (o el nombre que toque en cada caso) feels satisfied?* Trata de buscar consenso cuando haya respuestas dispares y que los propios alumnos argumenten sus respuestas. Puedes ayudarlos preguntando: *Do you think Thomas (o el nombre que corresponda) feels good doing this?* Dales un minuto para tachar el dibujo de Alex.

Como actividad de ampliación puedes pedir a los alumnos que expliquen qué actividades les producen a ellos satisfacción en las siguientes situaciones:

- Cuando tienen hambre.
- Cuando tienen calor.
- Cuando tienen frío.
- Cuando tienen sed.
- Cuando están muy cansados.

SOLUCIONES

- **Thomas** is planting a tree.
- **Stephanie** is eating an apple.
- **Mark** is drinking a glass of water.
- **Carmen** is painting a picture.
- **Alex** is arguing with his little sister.

Competencia emocional trabajada:

Comprensión de las emociones de los demás.

Fichas de actividades
PRIMARIA


CAMBRIDGE UNIVERSITY PRESS PALABRAS ALADAS

Cambridge Learning Journey


A calm life

Look at the pictures and cross out the ones where the people don't feel calm.


HABITS THAT CREATE SERENITY




Having a hot bath.




Having a cold shower.




Walking in a big city.



Walking in the country.



Listening to classical music.



Listening to the noise of a traffic jam.

Imágenes: La Comenutalia

© Cambridge University Press 2017 MATERIAL FOTOCOPIABLE

NOTA AL PROFESOR

El objetivo de esta ficha es que los alumnos asocien determinadas actividades con la serenidad. Puedes comenzar preguntándoles si alguna vez han experimentado esa emoción, e incluso puedes invitarles a que lo hagan antes de comenzar a trabajar con la ficha: diles que pongan sus cabezas bocabajo encima de la mesa, que cierren los ojos y permanezcan en silencio. Si tienes a mano algún reproductor musical, elige alguna melodía suave y reproducéla. Si no, puedes tú mismo cantar una canción, tararear o hacer un murmullo. Indícales que la relajación va a durar cuatro minutos y que, después, tú darás una palmada. En ese momento, todos deberán levantar sus cabezas. Lo más probable es que cuando lo hagas no se levanten enseguida, sino que les dé un poco de pereza. Házselo ver como un signo de que alcanzaron un estado muy agradable, del que no apetece salir y en el que parece no haber preocupaciones. Eso es la serenidad.

Una vez que lo han experimentado, es la mejor ocasión para trabajar la ficha. Dales las instrucciones convenientes: «Debéis indicar qué acciones llevan a la serenidad y tachar las que no corresponden». Podéis hacer una revisión en grupo del resultado.

Como actividad de ampliación, puedes sugerirles que copien la palabra *serenity* en su cuaderno e intenten hacerla lo más hermosa y colorida posible. Podéis dedicar el resto de la clase a eso, para que se relajen dibujando y coloreando.

SOLUCIONES

- Having a hot bath. / **Having a cold shower.**
- **Walking in a big city.** / Walking in the country.
- Listening to classical music. / **Listening to the noise of a traffic jam.**

Competencias emocionales trabajadas:

Dar nombre a las emociones. Comprensión de las emociones de los demás.

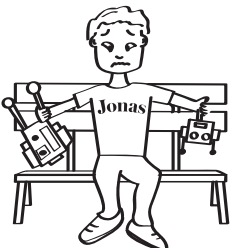
Fichas de actividades
PRIMARIA

CAMBRIDGE UNIVERSITY PRESS PALABRAS ALADAS

Cambridge Learning Journey


Is Jonas sad?

Look at the pictures and write YES or NO next to each sentence.




Jonas

- Jonas has got a robot.
- The robot is broken.
- Jonas is crying.
- Jonas is sad.



EVA

- Eva is happy.
- There are tears on Eva's face.
- Eva is playing with her friends.
- Eva is sad.



DAVID

- David is playing with a Rubik's cube.
- David is concentrating.
- David is crying.
- David is sad.

© Cambridge University Press 2017 MATERIAL FOTOCOPIABLE

NOTA AL PROFESOR

El objetivo de esta actividad es que los alumnos reconozcan la expresión de tristeza en el rostro y en la postura corporal, así como alguna de sus manifestaciones más obvias (el llanto). Reparte las fichas y di a los alumnos: *Look carefully at the children. What are they doing? How do you think they feel?* Déjalos que, libremente, vayan exponiendo sus ideas.

A continuación, una vez que ya se haya mencionado a los tres personajes de las ilustraciones, explícales qué tienen que hacer y déjales un tiempo para que resuelvan la actividad por sí solos o en pareja. Cuando hayan terminado, corregidla en grupo. Como extensión de la actividad puedes plantear la siguiente pregunta: *Is it possible to feel sad without crying?* y también: *Is it possible to cry without feeling sad?* Pídeles que ejemplifiquen sus respuestas con alguna situación de su vida (por ejemplo, es posible llorar de risa o de compasión).

Sería recomendable, como actividad de ampliación, preguntar los motivos por los que los niños están tristes e intentar generalizar, es decir, no quedarse en que el robot de Jonas está roto, sino ir a un grado mayor de abstracción: Jonas ha perdido algo que apreciaba; a Eva le han hecho sentirse

mal. Esto permitirá que los niños se acerquen a una comprensión más global de la tristeza y sus causas.

SOLUCIONES

Jonas:

- Jonas has got a robot. **YES.**
- The robot is broken. **YES.**
- Jonas is crying. **NO.**
- Jonas is sad. **YES.**

Eva:

- Eva is happy. **NO.**
- There are tears on Eva's face. **YES.**
- Eva is playing with her friends. **NO.**
- Eva is sad. **YES.**

David:

- David is playing with a Rubik's cube. **YES.**
- David is concentrating. **YES.**
- David is crying. **NO.**
- David is sad. **NO.**

Competencias emocionales trabajadas:

Dar nombre a las emociones. Comprensión de las emociones de los demás.

Fichas de actividades
PRIMARIA

CAMBRIDGE UNIVERSITY PRESS PALABRAS ALADAS

Cambridge Learning Journey

Moments of stress

Look at the faces of the children in the picture and choose the correct answer for each question.

Who feels stressed?
 Sarah. Sheila. Paul.

Why does he/she feel stressed?
 He/she doesn't know the answers. He/she is talking too much in class. He/she has worked very hard.

What is the opposite of feeling stressed?
 Feeling proud. Feeling relaxed. Feeling embarrassed.

© Cambridge University Press 2017 MATERIAL FOTOCOPIABLE

NOTA AL PROFESOR

El objetivo de esta ficha es que los alumnos reconozcan la expresión facial de la tensión e identifiquen alguna situación en la que es normal experimentar esta emoción. Para comenzar, explica cuál es la emoción que se va a trabajar: *stress*. Puedes ilustrar la idea física de tensión con una cuerda o un hilo y mostrar su aspecto cuando está tenso y cuando no. Puedes indicarles que cuando estamos tensos, nuestros músculos también se tensan, tanto los del cuerpo como los de la cara. Antes de hacer la actividad, invítalos a que exploren la imagen y que hagan hipótesis sobre cómo se sienten los alumnos y por qué es posible que se sientan así. Esto demostrará que conocen la expresión facial de la tensión y los ayudará a enunciar motivos para experimentar esta emoción. En el caso de que no identifiquen la expresión de la tensión fácilmente, puedes ayudarlos proponiendo otras emociones, especialmente la contraria: *Do you think the girl feels calm?* A continuación, explícales qué deben hacer: leer lo que dice el profesor en cada globo les dará la clave para saber a qué expresión facial corresponde. Podéis corregir el ejercicio en voz alta; en este caso, sería interesante que les preguntaras por qué han establecido las relaciones que te indiquen.

Como ampliación de la actividad, puedes ahondar en cuáles son las otras emociones que aparecen representadas: la vergüenza y la satisfacción.

SOLUCIONES

- Who feels stressed? **Paul**
- Why does he/she feel stressed? **He doesn't know the answers.**
- What is the opposite of feeling stressed? **Feeling relaxed.**

Competencias emocionales trabajadas:

Dar nombre a las emociones. Comprensión de las emociones de los demás.


Fichas de actividades
PRIMARIA

CAMBRIDGE UNIVERSITY PRESS PALABRAS ALADAS

Cambridge Learning Journey


So confused!

All these children are confused. Read what they say and then underline the two emotions you think each child is feeling.




Yesterday my dog got lost. My dad has put posters up all over the neighbourhood to help find him. I'm sad, yes, but also...

- gratitude
- sadness
- excitement
- relief
- hope



I don't know what's happening to me. I really want to learn to surf, but... oh, the waves are soooo high!

- guilt
- sadness
- excitement
- fear
- calm



I've got a new baby brother. I can't wait to play with him! But will mum and dad still have time for me?

- love
- calm
- guilt
- jealousy
- stress

© Cambridge University Press 2017 MATERIAL FOTOCOPIABLE

NOTA AL PROFESOR

A menudo la confusión no es más que una suma de emociones que no esperábamos sentir juntas. Mediante esta actividad, los alumnos tomarán conciencia de que es posible sentir dos emociones al mismo tiempo aunque eso, por encima de todo, nos haga sentir extrañeza. Para comenzar y contextualizar la actividad, explica esta idea a los alumnos. Luego, explica que eso es lo que les ocurre a los niños de la ficha.

Repártela y leed juntos los textos en alto. Asegúrate de que entienden todo antes de ponerse a resolverla. Esta actividad puede realizarse perfectamente en grupo. Tú mismo puedes ir preguntando, en cada caso, por cada una de las emociones, por ejemplo: *Do you think Robin feels... calm?* (y así con todas las demás hasta que den respuestas afirmativas).

Como actividad de ampliación, puedes pedirles a los alumnos que inventen nuevas palabras para designar los sentimientos de los personajes. Por ejemplo, quizá lo que Robin siente podría llamarse «ilusiedo».

SOLUCIONES

- Robin: **sadness** y **hope**.
- Frank: **excitement** y **fear**.
- Anna: **love** y **jealousy**.

Competencias emocionales trabajadas:

Dar nombre a las emociones. Comprensión de las emociones de los demás.

Fichas de actividades
PRIMARIA

CAMBRIDGE UNIVERSITY PRESS PALABRAS ALADAS

Cambridge Learning Journey

I'm so enthusiastic!

Look at the picture and underline the correct words to complete the text.

Today, class 4 are going to do a **chemistry / physics** experiment.
The boy with glasses thinks it's going to be **fun / boring**. The girl with glasses thinks chemistry is **difficult / boring**. There are **two / three** children who feel **enthusiastic / bored**.
One is wearing a **striped jersey / t-shirt**. The other is wearing a **cap / glasses**.

© Cambridge University Press 2017 MATERIAL FOTOCOPIABLE

NOTA AL PROFESOR

El objetivo de esta ficha es que los alumnos reconozcan el entusiasmo entre otras emociones. Para ello, la ficha muestra distintas reacciones ante un mismo hecho. Para comenzar, podéis leer en voz alta los bocadillos. Lee tú el globo del profesor y deja que los alumnos lean en voz alta los demás intentando dramatizarlos al máximo.

A continuación, podéis resolver la actividad en grupo. Esta requiere leer el texto y comprenderlo y analizar adecuadamente la imagen. Como ampliación de esta actividad, puedes hacer una lista en gran grupo en la que los alumnos indiquen qué actividades los hacen sentirse entusiasmados y otra con las expresiones que más utilizan para dar a conocer su entusiasmo.

SOLUCIONES

Today, class 4 are going to do a **chemistry / physics** experiment. The boy with glasses thinks it's going to be fun / **boring**. The girl with glasses thinks chemistry is **difficult / boring**. There are **two / three** children who feel **enthusiastic / bored**. One is wearing a **striped jersey / t-shirt**. The other is wearing a **cap / glasses**.

Competencias emocionales trabajadas:

Dar nombre a las emociones. Comprensión de las emociones de los demás.

Fichas de actividades
PRIMARIA

CAMBRIDGE UNIVERSITY PRESS PALABRAS ALADAS

Cambridge Learning Journey

Who's surprised?

Which animal is surprised? Match each animal with the correct text and then circle the one who feels surprised.

Wow! What's this? It's just like a tiny version of me!

A new horseshoe! Great! Exactly what I asked for!

Carrots! Again! I'm so tired of carrots.

Strawberry ice cream? What a disappointment, I asked for vanilla!

© Cambridge University Press 2017 MATERIAL FOTOCOPIABLE

NOTA AL PROFESOR

El objetivo de esta ficha es que los alumnos reconozcan la expresión facial del asombro y la distingan de las expresiones de otras emociones como el aburrimiento, el asco o la alegría. También se distingue la expresión verbal del asombro de la de otras emociones.

Para comenzar, explica cómo resolver la actividad: primero hay que observar atentamente las imágenes. A continuación, los alumnos leerán los textos de los globos e irán decidiendo cuál corresponde con cada imagen. Para ello, tienen que fijarse en la expresión facial de cada personaje y relacionarla con el sentido de las frases de los globos. Pueden resolver la actividad de manera individual y luego se puede corregir en grupo o por parejas.

A continuación, pregunta por el personaje que está asombrado y pídeles que lo rodeen. Una forma de extender la actividad consiste en ir descartando por qué los personajes que no son el pato no sienten asombro. En el caso del caballo, por ejemplo, él recibe justo lo que había pedido. El conejo, por otra parte, recibe lo de siempre, por lo que tampoco cabe asombrarse aquí.

Como ampliación de la actividad, puedes ahondar en cuáles son las otras emociones que aparecen representadas: la alegría, el aburrimiento y la decepción.

SOLUCIONES

- Caballo: **A new horseshoe! Great! Exactly what I asked for!**
- Conejo: **Carrots! Again! I'm so tired of carrots.**
- Vaca: **Strawberry ice cream? What a disappointment, I asked for vanilla!**
- Pato: **Wow! What's this? It's just like a tiny version of me!**

Competencias emocionales trabajadas:

Dar nombre a las emociones. Comprensión de las emociones de los demás.

Fichas de actividades
PRIMARIA


CAMBRIDGE UNIVERSITY PRESS PALABRAS ALADAS

Cambridge Learning Journey


Let's work on our anger

Match the descriptions with the pictures.


My name is When I feel really angry, I use a technique that my mum showed me: I go to a quiet place and breathe deeply, with my eyes closed. After a while, I start to feel better.



My name is When I feel really angry, I shout a lot and sometimes I cry. That's my way of letting off steam. After five minutes or so, I start to feel calmer.



My name is When I feel furious, I half-close my eyes and stay very still until the feeling passes.



© Cambridge University Press 2017 MATERIAL FOTOCOPIABLE

NOTA AL PROFESOR

El objetivo de esta ficha es que los alumnos reconozcan distintas maneras de expresar *anger*. Para comenzar, indica cuál es la emoción sobre la que se va a trabajar: la ira. Probablemente, los alumnos no tengan problemas en identificarla ni en conocer los motivos que la originan, pues es algo que sienten a menudo. Lo que sí resulta interesante es averiguar qué maneras hay de canalizar la ira que no resulten dañinas para los demás. Explícales que en esta actividad van a conocer cómo tres niños expresan su ira. Podéis leer los textos en alto en clase, para que las dudas de vocabulario que puedan surgir se vayan resolviendo sobre la marcha. A continuación, déjalos que unan los textos con las ilustraciones por sí solos. Por último, podéis corregir la actividad en grupo.

Como ampliación de la actividad, sería conveniente que hagáis una lista de formas de expresar la ira. Pregúntales: *What do you do when you feel angry?* y que, a continuación, indiquéis cuáles de esas formas de dejar fluir la ira son más saludables (porque no le hacen daño ni a uno mismo ni a los demás).

SOLUCIONES

- Texto 1: **Sebastian**
- Texto 2: **Tim**
- Texto 3: **Michael**

Competencias emocionales trabajadas:
Comprensión de las emociones de los demás.
Toma de conciencia de cómo las emociones inciden en el comportamiento.