

# MIS EMOCIONES

Fichas para TEA - Reconocer y expresar

Infantil y Primaria

[educahoy.net](http://educahoy.net) | Recurso gratuito



# ALEGRIA

**Como se ve en mi cara:**

Sonrisa grande, ojos brillantes

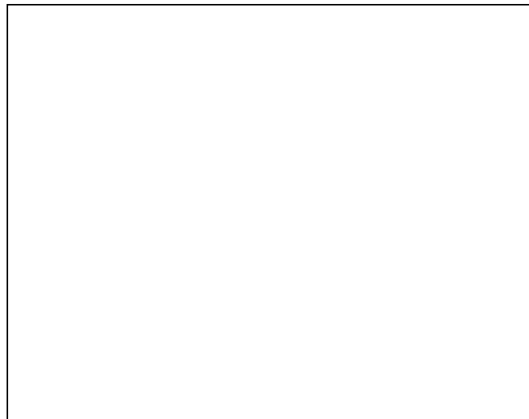
**Cuando la siento:**

Cuando me dan una sorpresa

**Como reacciona mi cuerpo:**

Salto, rio, abrazo a alguien

**Dibuja tu cara cuando sientes esta emocion:**







# TRISTEZA

## Como se ve en mi cara:

Comisuras hacia abajo, lagrimas

## Cuando la siento:

Cuando me separo de alguien que quiero

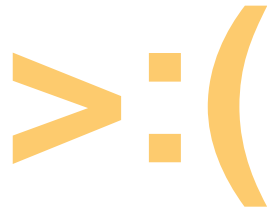
## Como reacciona mi cuerpo:

Lloro, quiero estar solo, hablo despacio

## Dibuja tu cara cuando sientes esta emocion:







# ENFADO

## Como se ve en mi cara:

Cejas juntas, labios apretados

## Cuando la siento:

Cuando algo no es justo

## Como reacciona mi cuerpo:

Aumento el volumen de voz, tenso los musculos

## Dibuja tu cara cuando sientes esta emocion:







# MIEDO

Como se ve en mi cara:

Ojos muy abiertos, boca abierta

Cuando la siento:

Cuando hay algo desconocido o peligroso

Como reacciona mi cuerpo:

El corazon late rapido, me quedo quieto

Dibuja tu cara cuando sientes esta emocion:







# CALMA

## Como se ve en mi cara:

Cara relajada, respiracion tranquila

## Cuando la siento:

Cuando estoy seguro y tranquilo

## Como reacciona mi cuerpo:

Respiro despacio, hablo con voz suave

## Dibuja tu cara cuando sientes esta emocion:







# SORPRESA

## Como se ve en mi cara:

Ojos muy abiertos, boca en O

## Cuando la siento:

Cuando pasa algo inesperado

## Como reacciona mi cuerpo:

Me quedo sin palabras un momento

## Dibuja tu cara cuando sientes esta emocion:



