



EL BAÚL DE LAS EMOCIONES

Asociación
COTLAS

Entidad declarada de utilidad pública

INSTRUCCIONES



- A continuación vamos a ver cómo las diferentes emociones se presentan y nos cuentan un poco como son.
- Después de cada emoción vamos a leer un fragmento de cuento que siempre habla sobre nuestra protagonista, Marisa.
 - Alegría
 - Tristeza
 - Ira
 - Asco
 - Miedo

ALEGRÍA



- Yo soy la alegría y soy una emoción positiva y agradable, aparezco cuando hay cosas agradables o que son bonitas durante un tiempo.
- Produzco risas, emoción y muchas sonrisas. Además siempre suelo ir acompañada de la felicidad.
- Soy muy divertida y aparezco en los momentos buenos.
- Le gusto mucho a la gente ya que cuando la gente está alegre se siente muy bien y tiene muchas ganas de reír y hacer cosas.
- Mi enemigo es la tristeza, no nos entendemos nada bien.

MARISA Y LA ALEGRÍA

- Marisa suele viajar todos los veranos a su pueblo. Allí viven todas sus tías, primas y abuelos. Cada vez que va llega a la casa familiar donde es recibida con interminables besos y abrazos.
- Luego sale a la plaza del pueblo, donde sus amigos y amigas siempre están. Allí se pasa la tarde jugando al fútbol, a la comba , al escondite y a un montón de juegos más. Cuando son las 6 y el reloj del pueblo avisa, todos y todas empiezan a merendar sus bocadillos, sentados en los bancos de la plaza, mientras que las miguitas de pan que van cayendo hace que los pajaritos se acerquen a comer.
- Cuando son las 7 Marisa pasa por el puente que cruza el pueblo y recoge a su prima Sara y las dos se van para casa. Cuando llega toda la familia, hacen grandes platos de comida y cenan mientras cantan y se divierten.
- ¡Son días estupendos para Marisa!



TRISTEZA



- Yo soy la tristeza y soy una emoción un poco negativa, ya que a veces hago sentir a la gente triste y con ganas de llorar. Suelo aparecer cuando la gente no consigue lo que quiere, algo le sale mal o pierde algo o alguien.
- Aunque no sea una emoción muy agradable también soy necesaria para las personas, ya que acompaño al crecimiento y la madurez de las personas.
- Le gusto muy poco a la gente pero a menudo me llaman y se ponen tristes.
- Alegría no se lleva nada bien conmigo porque somos muy diferentes y cuando aparezco yo, ella se tiene que ir, pero estamos aprendiendo a convivir juntas!

MARISA Y LA TRISTEZA

Marisa todos los martes queda con una de sus primas para ir a clases de baile. Se levanta por la mañana temprano, desayuna y se arregla. Cuando su prima llega a su casa la ve llorando y sofocada y Marisa preocupada la deja pasar a su casa y se sienta con su prima a hablar.

La prima le cuenta que se tiene que ir a la ciudad a vivir porque su padre ha encontrado una buena oferta de trabajo y tienen que hacer las maletas y marcharse por un tiempo. Marisa se despidió de ella apenada y cierra la puerta de la casa.

En cuanto llega a su cuarto Marisa se pone a llorar, está triste. Todos los veranos tiene mucha ilusión de ir al pueblo y una de las cosas más importantes para ella eran esas clases de baile y ahora que su prima no está no podrá ir y tampoco tendrá la compañía de su prima. Tendrá que esperar al siguiente verano.



IRA



- Yo soy la ira y soy una emoción que aunque hay que controlar, todo el mundo en algún momento de su vida saca.
- Aparezco en momentos de mucho enfado y rabia y provoco que las personas se enfaden mucho y no quieran hablar las cosas ni entenderlas.
- Soy bastante repentina y puedo aparecer de un momento a otro, aunque luego tarde un poco en desaparecer.
- A la gente no le gusta mucho ya que suelo hacer que hagan y digan cosas de las que luego se arrepienten.
- Pero aún así, muchas personas saben cómo relajarse y aparezco muy poquito.

MARISA Y LA IRA

Marisa seguía yendo a la plaza aunque su prima ya no estuviera con ella, así lo pasaba bien un rato y se olvidaba de todo. Todos sus amigos pensaron en ir a pasar un día al río para que Marisa se animara y le pareció muy buena idea. Fue corriendo a su casa a decírselo a su abuela María, pero le dijo que no podía ir ya que tenía que hacer los deberes que le había mandado la profesora para verano y además tenía que ayudar a sus primos más pequeños a hacer sus deberes.

Marisa se enfadó porque ella tenía muchas ganas de ir al río con sus amigos para animarse pero no podía.

Se pasó todo el día enfadada con su familia, no ayudó a sus primos, no ayudó a su abuela a hacer la comida como todos los días y por la noche cuando todos se pusieron a cantar y bailar ella se fue muy enfadada a su habitación.



ASCO



- Yo soy el asco y soy una emoción que aparece ante situaciones o cosas que no nos gustan.
- Suelo hacer que la gente haga cosas como caras raras, aspavientos y muecas.
- Normalmente en los niños y las niñas voy a por las verduras y las frutas y conforme la gente se hace mayor sobre ciertas situaciones.
- Aunque soy una emoción un poco extraña suelo ser buena en determinadas situaciones, ya que hago saber a las personas las cosas que le gustan y las que no.

MARISA Y EL ASCO

Marisa va todos los días al campo con su abuelo a dar un paseo y recoger frutos secos. Le gusta mucho dar esos paseos, ya que descubre una cantidad de cosas nuevas cada vez que va.

Hoy su abuelo ha encontrado un fruto seco que antes no habían encontrado y es el pistacho. Siempre suelen encontrar almendras o avellanas y a Marisa le encantan y no puede esperar a llegar a casa para ir comiendo. Entonces, como cada día Marisa empieza a probar los pistachos. De repente empieza a notar un sabor muy extraño y raro y no le gusta nada.

Su abuelo le pregunta qué le pasa y Marisa dice que no le gusta nada el sabor del pistacho mientras escupe y pone caras raras. Le da asco ese sabor.

Su abuelo le da un par de almendras para que se le vaya el mal sabor.



MIEDO



- Yo soy el miedo y soy una emoción que parece muy a menudo. Aparezco ante situaciones de peligro o riesgo y suelo causar muchos nervios.
- A veces, hago que las personas se asusten o se agobien con facilidad. Aunque la gente ya lo sabe, aparezco mucho cuando se ven películas de miedo o de terror.
- Soy una emoción que muchas veces toma el control de las persona y las asusto mucho.
- Aunque muchas veces soy una emoción mala, también sirvo para evitar muchas situaciones.

MARISA Y EL MIEDO

Marisa justo volvía de su pueblo de pasar las vacaciones cuando empezó la cuarentena. Al llegar a casa avisa a todas sus amigas porque no entiende nada y quiere verlas. Sus padres les explican que hay un virus que se llama coronavirus y que no se puede salir a la calle porque es peligroso.

Marisa que es muy asustadiza se encierra en su cuarto porque al saber lo que pasa tiene mucho miedo de que le pase algo y está muy nerviosa. Sus papás le dicen que no se tiene que preocupar, que sí hace las cosas bien y se queda en casa durante el tiempo que digan no pasará absolutamente nada.

Para entretenerse Marisa se pone a ver series en su televisión pero ¡vaya! está viendo series de miedo y así está, que se asusta todo el rato.



AHORA DEBES DE CREAR TU PROPIO BAÚL



- Ahora tienes que crear tu propia historia con cada una de las emociones.
- Puedes añadir fotos tuyas a las historias o buscar por internet.
- Y recuerda que todas las emociones son naturales y normales, todas son necesarias para todos y todas.