

EL JOC DE LES EMOCIONS : EMOCIONA'T!

7 CASELLES DIFERENTS



RÀBIA



TRISTESA



ALEGRIA



POR



EMMA I PAU



CALMA



AMOR

ediveraula

COM ES JUGA?

- ✓ TIRA EL DAU I AVANÇA.
- ✓ SI CAUS EN UNA CASELLA DE COLOR, LLEGEIX EL QUE HI POSA.
- ✓ SI CAUS EN UNA CASELLA DE L'EMMA I EL PAU, AGAFA UNA TARGETA I LLEGEIX.
- ✓ SI CAUS EN UNA CASELLA QUE TINGUI UNA  HAURÀS DE PUJAR O BAIXAR DE CASELLA.
- ✓ PODEU JUGAR TANTES PERSONES COM VULGUEU.
- ✓ JUGUEU TOTES LES RONDES QUE VULGUEU!

ediveraula

QUÉ NECESSITES PER JUGAR?



DAU



FITXES

ediveraula

CATALÀ



<https://recursoseducatius.diveraula.com/>



@diveraula



siscla@xtec.cat



ediveraula

EL JOC DE LES EMOCIONS : EMOCIONA'T!

INICI	1 QUÈ FAS QUAN SENTS RÀBIA?	2 EXPLICA ALGUN MOMENT D'AQUESTA SETMANA QUE T'HAGIS SENTIT FELIÇ.	3 QUÈ FAS QUAN NECESSITES TRANQUIL·LITZAR -TE? 	4 	5 COM T'AGRADARIA QUE T'AJUDESSIN QUAN ESTÀS TRIST?	6 EXPLICA ALGUN MOMENT EN QUE HAGIS TINGUT POR ÚLTIMAMENT.
7 QUINA CANÇÓ ET RELAXA? 	8 EXPLICA UN MOMENT TRIST DE LA TEVA VIDA.	9 	10 DIGUES ALGUNA COSA QUE ET FACI ENRABIAR.	11 EXPLICA ALGUN SOMNI QUE T'HAGI FET POR.	12 DIGUES ALGUNA COSA QUE ET FACI ESTAR ALEGRE.	13 QUI T'AGRADARIA QUE ET FES UNA ABRAÇADA?
14 EXPLICA ALGUN MOMENT EN QUE HAGIS SENTIT RÀBIA. 	15 	16 FES UN PETÓ O UNA ABRAÇADA A QUI VULGUIS. 	17 DIGUES ALGUNA CANÇÓ QUE ET FACI SENTIR FELIÇ.	18 EXPLICA ALGUN MOMENT D'AQUESTA SETMANA QUE HAGIS SENTIT CALMA.	19 COM POTS AJUDAR A ALGÚ QUE SENTI RÀBIA?	20 
21 EXPLICA UN ACUDIT.	22 	23 DIGUES ALGUNA COSA QUE ET FACI POR.	24 DIBUIXA O ESCRIU 2 COSES QUE ET TRANQUIL·LITZIN.	25 	26 EXPLICA ALGUN MOMENT D'AQUESTA SETMANA QUE T'HAGIS SENTIT TRIST.	27 EXPLICA UN MOMENT DIVERTIT DE LA TEVA VIDA.





**L'EMMA
ES POSA MOLT
TRISTA QUAN VEU A
LA TELEVISIÓ QUE
S'HA MORT ALGÚ.
COM LA POTS
AJUDAR?**



**EN PAU
HA PERDUT LA SEVA
JOGUINA
PREFERIDA I NOMÉS
TÉ GANES DE
PLORAR. COM EL
POTS AJUDAR?**



**LA MASCOTA
DE L'EMMA S'HA
POSAT MALALTA
I ESTÀ MOLT TRISTA.
COM LA POTS
AJUDAR?**



**L'EMMA
TÉ MOLTES GANES
DE DEMOSTRAR QUE
ESTIMA ALS SEUS
FAMILIARS I NO SAP
COM FER-HO. COM
HO PODRIA FER?**



**L'EMMA TÉ
POR A LA FOSCOR.
NO VOL DORMIR SOL.
QUINA SOLUCIÓ POTS
DONAR-LI A L'EMMA?**



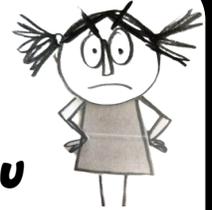
**EN PAU TÉ
POR QUAN FA EL
TRAJECTE DE CASA
A L'ESCOLA SOL. QUE
LI DIRIES AL PAU
PER AJUDAR-LO?**



UN COMPANYY DE CLASSE DEL PAU LI HA TRENCAT UN DIBUIX QUE LI AGRADAVA MOLT. EL PAU ESTÀ MOLT ENFADAT. COM EL POTS AJUDAR?



L'EMMA S'HA ENFADAT AMB EL SEU GERMÀ PERQUÈ NO LI DEIXA JUGAR A LA TAULETA I HA TRENCAT LA PANTALLA. COM POTS AJUDAR-LA?



EN PAU VOL FER ARRIBAR A UN FAMILIAR QUE VIU LLUNY I NO POT VEURE QUE L'ESTIMA I NO SAP COM FER-HO. QUINES IDEES LI PODRIES DONAR?



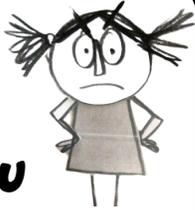
L'EMMA ESTÀ MOLT CONTENTA PERQUÈ POT PASSAR MÉS ESTONA AMB ELS SEUS FAMILIARS I ELS HI VOL DEMOSTRAR. COM HO POT FER?



EN PAU ESTÀ MOLT CONTENT PERQUÈ UN FAMILIAR SEU QUE ESTAVA MALALT S'HA CURAT. QUÈ LI DIRIES QUE FES EN AQUESTS MOMENTS?



L'EMMA ES POSA MOLT CONTENTA QUAN PENSA EN EL MOMENT QUE ES RETROBARÀ AMB TOTS ELS SEUS AMICS I AMIGUES. QUÈ PODRIA FER PER CELEBRAR-HO?



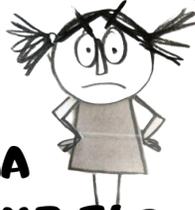
**EN PAU
HA TORNAT MOLT
ESVERAT DEL PATI I
NECESSITA
TRANQUIL·LITZAR-
SE. COM EL POTS
AJUDAR?**



**L'EMMA S'HA
ESBARALLAT AMB
LA JÚLIA. ESTÀ
MOLT NERVIOSA I
NECESSITA
CALMAR-SE. QUINES
IDEEES LI POTS
DONAR?**



**EN PAU TÉ
EL FESTIVAL DE FINAL
DE CURS. NOTA UNES
PAPALLONES A LA
PANXA I NECESSITA
RELAXAR-SE. COM EL
POTS AJUDAR PERQUÈ
LES PAPALLONES
MARXIN?**



**L'EMMA
S'ENFADA AMB ELS
SEUS FAMILIARS
PERQUÈ VOL SORTIR
AL CARRER I NO LA
DEIXEN. QUÈ LI POTS
DIR PERQUÈ NO
S'ENFADI?**



**EN PAU
TÉ POR A QUE LES
PERSONES QUE
ESTIMA ES POSIN
MALALTES. COM
AJUDARIES AL PAU A
PASSAR AQUESTA
POR?**



**L'EMMA
VOL FER ARRIBAR
LA SEVA ESTIMA ALS
SEUS AMICS I
AMIGUES I NO SAP
COM FER-HO.
QUINES IDEEES LI
POTS DONAR?**

EL JUEGO DE LAS EMOCIONES: EMOCIÓNATE!

7 CASILLAS DISTINTAS



RABIA



TRISTEZA



ALEGRÍA



MIEDO



EMMA Y PAU



CALMA



AMOR

ediveraula

¿CÓMO SE JUEGA?

- ✓ TIRA EL DADO Y AVANZA.
- ✓ SI CAES EN UNA CASILLA DE COLOR, LEE LO QUE ESTÁ ESCRITO.
- ✓ SI CAES EN UNA CASILLA DE EMMA Y PAU, COGE UNA TARJETA.
- ✓ SI CAES EN UNA CASILLA QUE TENGA UNA  TENDRÁS QUE SUBIR O BAJAR DE CASILLA.
- ✓ PODÉIS JUGAR TANTAS PERSONAS COMO QUERÁIS.
- ✓ JUGAD TANTAS RONDAS COMO OS APETEZCA!

ediveraula

¿QUÉ NECESITAS PARA JUGAR?



DADO



FICHAS

ediveraula

CASTELLÀ



<https://recursoseducatius.diveraula.com/>



@diveraula



siscla@xtec.cat



ediveraula

EL JUEGO DE LAS EMOCIONES: EMOCIÓNATE!

5diveraula INICIO	1 ¿QUÉ HACES CUANDO SIENTES RABIA?	2 EXPLICA ALGÚN MOMENTO DE ESTA SEMANA EN QUE TE HAYAS SENTIDO FELIZ.	3 ¿QUÉ HACES CUANDO NECESITAS TRANQUILIZARTE? 	4 	5 ¿CÓMO TE GUSTARÍA QUE TE AYUDARAN CUANDO ESTÁS TRISTE?	6 EXPLICA ALGÚN MOMENTO EN QUE HAYAS TENIDO MIEDO ÚLTIMAMENTE.
7 ¿QUÉ CANCIÓN TE RELAJA? 	8 EXPLICA UN MOMENTO TRISTE DE TU VIDA.	9 	10 DI ALGUNA COSA QUE TE HAGA RABIA. 	11 EXPLICA ALGÚN SUEÑO QUE TE HAYA DADO MIEDO.	12 DI ALGUNA COSA QUE TE HAGA ESTAR CONTENTO.	13 ¿QUIÉN TE GUSTARÍA QUE TE DIERA UN ABRAZO?
14  EXPLICA ALGUN MOMENTO EN QUE HAYAS SENTIDO RABIA.	15 	16 DA UN BESO O UN ABRAZO A QUIÉN QUIERAS. 	17 DI ALGUNA CANCIÓN QUE TE HAGA FELIZ.	18 EXPLICA ALGÚN MOMENTO DE ESTA SEMANA QUE HAYAS SENTIDO CALMA.	19 ¿CÓMO PUEDES AYUDAR A ALGUIÉN QUE SIENTA RABIA?	20 
21 EXPLICA UN CHISTE.	22 	23 DI ALGUNA COSA QUE TE DE MIEDO. 	24 DIBUJA O ESCRIBE 2 COSAS QUE TE TRANQUILIZEN.	25 	26 EXPLICA ALGÚN MOMENTO DE ESTA SEMANA QUE HAYAS ESTADO TRISTE.	27 EXPLICA UN MOMENTO DIVERTIDO DE TU VIDA.





EMMA
SE PONE MUY
TRISTE CUANDO VE
POR LA TELEVISIÓN
QUE SE HA MUERTO
ALGUIEN. ¿CÓMO
PUEDES AYUDARLA?



PAU
HA PERDIDO SU
JUGUETE FAVORITO
Y SOLO TIENE GANAS
DE LLORAR. ¿CÓMO
LE PUEDES AYUDAR?



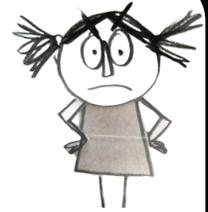
LA MASCOTA
DE EMMA ESTÁ
ENFERMA Y EMMA
ESTÁ MUY TRISTE.
¿CÓMO PUEDES
AYUDARLA?



EMMA
TIENE MUCHAS GANAS
DE DEMOSTRAR QUE
QUIERE A SUS
FAMILIARES Y NO SABE
COMO HACERLO. ¿QUÉ
IDEAS PUEDES DARLE?



EMMA
TIENE MIEDO A LA
OSCURIDAD. NO
QUIERE DORMIR
SOLA. ¿QUÉ
SOLUCIÓN PUEDES
DARLE A EMMA?



PAU
TIENE MIEDO
CUANDO HACE EL
TRAYECTO DE CASA
AL COLEGIO SOLO.
¿QUÉ LE DIRÍAS A
PAU PARA
AYUDARLE?





**UN
COMPAÑERO DE CLASE
DE PAU LE HA ROTO UN
DIBUJO QUE LE
GUSTABA MUCHO. PAU
ESTÁ MUY ENFADADO.
¿CÓMO PUEDES
AYUDARLE?**



**EMMA
SE HA ENFADADO CON
SU HERMANO PORQUÉ
NO LE DEJA JUGAR
CON LA TABLET Y HA
ROTO LA PANTALLA.
¿CÓMO PUEDES
AYUDARLA?**



**PAU QUIERE
DEMOSTRAR A UN
FAMILIAR QUE VIVE
LEJOS Y NO PUEDE VER
QUE LO QUIERE MUCHO
Y NO SABE COMO
HACERLO.
¿QUÉ IDEAS LE PUEDES
DAR?**



**EMMA
ESTÁ MUY CONTENTA
PORQUÉ PUEDE PASAR
MÁS HORAS CON SUS
FAMILIARES Y LES
QUIERE DEMOSTRAR SU
FELICIDAD. ¿CÓMO LO
PUEDE HACER?**



**PAU
ESTÁ MUY CONTENTO
PORQUÉ UN FAMILIAR
SUYO QUE ESTABA
MALO, SE HA CURADO.
¿QUÉ LE DIRIAS QUE
HICIERA EN ESTE
MOMENTO?**

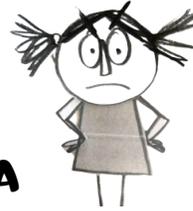


**EMMA
SE PONE MUY CONTENTA
CUANDO PIENSA EN EL
MOMENTO QUE VOLVERÁ
A ENCONTRARSE CON
TODOS SUS AMIGOS Y
AMIGAS. ¿QUÉ PODRIA
HACER PARA
CELEBRARLO?**





PAU
HA LLEGADO DEL
PATIO MUY
ALTERADO Y
NECESITA
TRANQUILIZARSE.
¿CÓMO PUEDES
AYUDARLE?



EMMA
SE HA PELEADO CON
JÚLIA. ESTÁ MUY
NERVIOSA Y
NECESITA
CALMARSE. ¿QUÉ
IDEAS LE PUEDES
DAR?



PAU
TIENE EL FESTIVAL DE
FINAL DE CURSO. TIENE
MARIPOSAS EN LA
BARRIGA Y NECESITA
RELAJARSE. ¿CÓMO
PUEDES AYUDARLE?



EMMA
SE ENFADA CON SUS
FAMILIARES PORQUÉ
QUIERE SALIR A LA
CALLE Y NO LE
DEJAN. ¿QUÉ LE
PUEDES DECIR PARA
QUE NO SE ENFADE?



PAU
TIENE MIEDO QUE
LAS PERSONES QUE
QUIERE ENFERMEN.
¿CÓMO AYUDARÍAS A
PAU PARA QUE NO
TENGA MIEDO?



EMMA
QUIERE TRANSMITIR
SU ESTIMA A SUS
AMIGOS Y AMIGAS Y
NO SABE COMO
HACERLO. ¿QUÉ
IDEAS LE PUEDES
DAR?