

EDUCACIÓN EMOCIONAL PRIMER CICLO

Vamos a crear : "MI RECETA DE LA FELICIDAD"

En esta dinámica **vamos a escribir cada uno nuestra receta para lograr la felicidad.**

Debemos primero pensar en que ingredientes necesita nuestra receta y luego le pondremos las cantidades de cada uno.

Si quieres ,pide ayuda a tus padres, ellos también pueden participar con su receta.

Haremos un dibujo de un bol o una botella y escribiremos en ella los ingredientes y te dibujas con cara de felicidad.

Con este juego intentamos **concernos mejor a nosotros mismos y a los demás (tus padres o hermanos) y descubrir cuáles son las cosas importantes para cada uno.**

TE PONGO UN EJEMPLO

MI RECETA DE LA FELICIDAD ES:



Poder estar con mi familia reunidos, disfrutar de mis amigos, leer un buen libro, jugar con mi mascota...

Se que hay muchas cosas que te hacen feliz.... anímate y dibuja la tuya y acuérdate de tu dibujo con cara sonriente.

