



D1

Les emocions en el camí cap a la secundària

 1h

6è de primària

Objectiu

Reconèixer les pròpies emocions i reforçar l'autoestima pels canvis que vindran.

Continguts

Les emocions primàries i secundàries: Quines són i com es manifesten (consciència emocional).

Identificació de les pròpies emocions i les dels altres.

Aprendre a gestionar les emocions.

Autoestima: com potenciar-la a través de la gestió emocional.