**“Las emociones”**

**Tutora : Mª Carmen Góngora Bergillos**

**Aula de 2º E.P.**

La puesta en práctica de algunas de las actividades propuestas son:

-Escuchar con el cuerpo

-¿Cómo te sientes?

-Adivina mi emoción

-Hora feliz

Nos ha ayudado a conocernos mejor, valorarnos y despertar emociones que estaban latentes y no éramos capaces de expresar.

También han aportado autoestima y reconocimiento de la importancia de la relación con el grupo. Quiero destacar que esta puesta en práctica, me está aportando como docente un redescubrimiento de emociones que tenía escondidas y encontrar estrategias para educar las emociones.