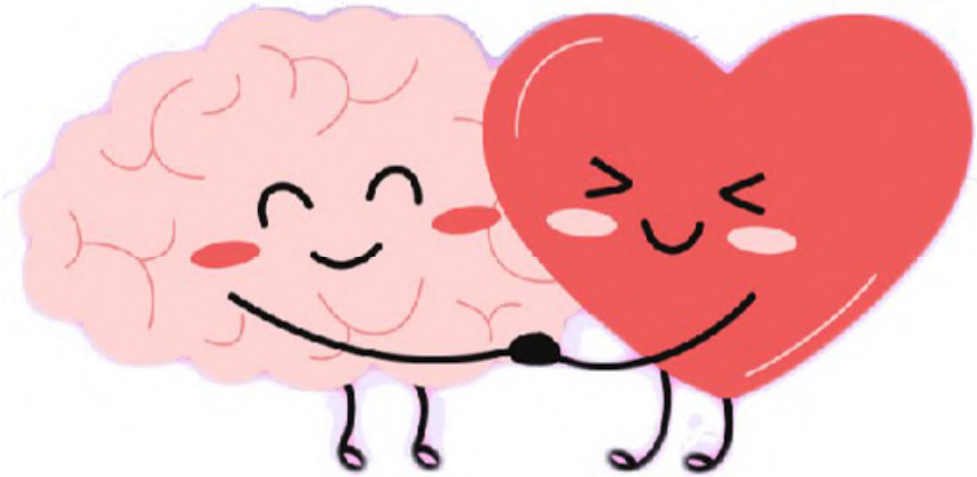


Creando puentes hacia la Educación Emocional en nuestro cole © 2026 by Grupo de Trabajo CEIP Ciudad de Ceuta is licensed under CC BY-SA 4.0


Emociones
A Alana se le ha olvidado su desayuno en casa. Sus compañeros que se dan cuenta le dicen que no se preocupe y comparten sus desayunos con ella. ¿Qué siente Alana?


MILK
Alegría
Alana siente alegría porque sus compañeros se han preocupado por ella y han compartido sus desayunos con ella.


Emociones
Es el cumpleaños de Mateo y sus compañeros le felicitan y le cantan la canción de cumpleaños feliz. Algunos compañeros le han regalado notitas donde dicen que es un chico excelente. ¿Qué siente Mateo?


Alegría
Mateo siente alegría porque sus compañeros le felicitan, le cantan la canción de cumpleaños feliz y ha recibido notitas donde dicen que es un chico excelente.


Emociones
Es el cumpleaños de Alana y sus amigas le han regalado tarjetas con mensajes muy bonitos. ¿Qué siente Alana?


Feliz Cuimpleaños
Alegría
Alana siente alegría porque sus amigas le han regalado tarjetas con mensajes muy bonitos.


Emociones
Mateo ha leído muy bien una lectura en voz alta y su maestra le ha felicitado delante de la clase. ¿Qué siente Mateo?


Alegría
Mateo siente alegría porque ha leído muy bien una lectura y su maestra le ha felicitado delante de la clase.


Emociones
Alana ha aprendido a atarse los cordones después de mucho tiempo intentándolo. ¿Qué siente Alana?


Alegría
Alana siente alegría porque ha aprendido a atarse los cordones después de mucho tiempo intentándolo.



Emociones

En casa, le dicen a Mateo que elija la película para ver el fin de semana en familia. ¿Qué siente Mateo?



Alegría

Mateo siente alegría porque va a ver una película en familia y además va a ser él quien elija la peli.


Emociones
Alana consigue tirarse sola por el tobogán más alto del parque superando el miedo que tenía. ¿Qué siente Alana?


Alegría
Alana siente alegría porque ha superado su miedo a tirarse por el tobogán. Ha conseguido tirarse por el más alto del parque.



Emociones

Mateo colabora con las tareas del hogar recogiendo su habitación y haciendo la cama y ve que su familia está contenta por ello. ¿Qué siente Mateo?



Alegría

Mateo siente alegría porque su familia está contenta con él porque ha colaborado con las tareas del hogar, ha recogido su habitación y ha hecho su cama.


Emociones
Alana juega mucho rato en el parque, conoce a niños y niñas que no conocía y se lo pasa genial. ¿Qué siente Alana?


Alegría
Alana siente alegría porque ha hecho nuevos amigos y se lo ha pasado genial en el parque con ellos.


Emociones
A Mateo le aplauden después de cantar una bonita canción en la clase de Música. ¿Qué siente Mateo?


Alegría
Mateo siente alegría porque le han aplaudido después de haber cantado una canción en la clase de música.



Emociones

Un compañero de clase ha traído una caja llena de gusanos de seda. Cuando se los enseña a Alana dice que no los quiere ver, que no le gustan y que huelen mal. ¿Qué siente Alana?



Asco

Alana siente asco porque no le gustan nada los gusanos de seda. No le gusta verlos ni como huelen.


Emociones
Mateo va comerse su desayuno y de repente un insecto cae dentro de su bocadillo. Mateo ya no quiere seguir comiéndoselo. ¿Qué ha sentido Mateo?


Asco
Mateo siente asco porque no le ha gustado que cayera un insecto dentro de su bocadillo. Ha sentido tanto asco que ya no se quiere comer su bocadillo.


Emociones
Alana lleva una semana queriendo ir al campo, mientras investiga con su prima entre los arbustos, de repente sale una mofeta corriendo, desprendiendo a su paso un olor... ¿Qué habrán sentido?


Asco
Alana siente asco porque no le gusta nada ni las mofetas ni el olor que desprende.


Emociones
Alana encuentra un plátano aplastado en el fondo de su mochila y frunce la cara. ¿Qué habrá sentido?


Asco
Alana frunce el ceño porque siente asco al ver el plátano aplastado en el fondo de su mochila, no le ha gustado nada lo que ha ocurrido.


Emociones
Llega la hora del recreo y Mateo saca su desayuno y se da cuenta de que el táper es del día anterior, lo abre y lo cierra rápidamente. ¿Qué habrá sentido?


Asco
Mateo ha sentido asco al ver el táper del desayuno del día anterior porque estaba sucio y olía mal.


Emociones
Mateo mira cómo su compañero se suena los mocos y gira la cara. ¿Qué habrá sentido?


Asco
Mateo gira la cara porque ha sentido asco de los mocos de su compañero.


Emociones
Al salir del colegio, Alana pisa algo pringoso sin darse cuenta, y levanta el pie con gesto de rechazo.
¿Qué habrá sentido?


Asco
A Alana no le ha gustado nada lo que ha pisado y ha sentido asco por eso su cara tenía gesto de rechazo.



Emocines

Mateo abrió su fiambrera y encontró su desayuno de hacía varios días. La fruta estaba pasada y tenía mal olor. Arrugó la nariz, cerró rápido la tapa y dijo: “¡puaj!”. ¿Qué sintió Mateo al ver su desayuno?



Asco

Mateo siente asco porque no le gusta nada ni el aspecto ni el mal olor que desprende la comida en mal estado.



Emocines

Alana fue al baño y vio el lavabo lleno de suciedad y mal olor. Arrugó la nariz, dio un paso atrás y dijo: “¡aj!”. Se fue corriendo a contárselo a su maestra. ¿Qué sintió Alana al entrar al baño?



Asco

Alana sintió asco por el rechazo que sintió al ver la suciedad que se encontró en el baño y el mal olor que desprendía.



Emocines

Mateo tiene que comerse un plato de comida que no le gusta nada. Su madre le dice que se lo tiene que comer, Mateo lo intenta, lo prueba y dice “puaj”. ¿Qué siente Mateo?



Asco

Mateo siente asco porque no le gusta nada su plato de comida.


Emociones
Alana ha tenido un nuevo hermanito y siente como todos se acercan a él a decirle cosas bonitas y a ella no le hacen caso. Alana siente que no le gusta su hermano. ¿Qué está sintiendo Alana?


Celos
Alana siente celos de su nuevo hermanito porque todas las atenciones van para él y a ella no le hacen caso.



Emociones

Alana pintó un dibujo muy bonito y estaba orgullosa de mostrarlo. La seño vio el dibujo de Mateo, lo felicitó y lo colgó en la pared, pero no le dijo nada a Alana. Alana se cruzó de brazos y se fue molesta a su sitio. A ella no le gusta nada el dibujo de Mateo. ¿Qué siente Alana por el dibujo de Mateo?



Celos

Alana sintió celos de Mateo porque a pesar de haber pintado un dibujo muy bonito del que estaba orgullosa la seño solo felicitó a Mateo y lo colgó en la pared y a ella no le dijo nada.


Emociones
El mejor amigo de Mateo siempre juega con él en el recreo, pero un día llega un nuevo compañero y comienza a jugar sólo con él. Mateo se queda sólo y siente algo raro en su interior. ¿Qué crees que siente Mateo por ese nuevo compañero?


Celos
Mateo siente celos del nuevo compañero porque su mejor amigo ya no juega con él ya que prefiere jugar con el chico nuevo.



Emociones

Alana es una buena deportista y su profe de educación física siempre la felicita por sus buenos resultados. Pero ahora, una nueva compañera es tan buena deportista como ella y la profe de educación física también la felicita a ella. Alana, se siente rabiosa, enfadada. ¿Qué será lo que siente Alana?



Celos

Alana está rabiosa porque siente celos de su nueva compañera. La profe de educación física la felicita porque es buena deportista y eso a Alana no le gusta porque antes de que llegara la felicitaban a ella sola.



Emociones

La maestra de Alana y Mateo tiene en clase un listado con las normas de comportamiento del aula. Alana siempre respeta esas normas, pero hoy, se siente mal porque la maestra ha felicitado y le ha dado “un positivo” a Mateo por algo que también ha hecho ella. ¿Qué está sintiendo Alana?



Celos

Alana siente celos de Mateo porque la maestra le está felicitando por cumplir las normas, algo que ella también hace y en cambio a ella no le dice nada.


Emociones
En clase, el profe da una medalla a Mateo por su buen comportamiento en el recreo. A Alana le duele, porque ella también se esforzó mucho. Siente calor en la cara y nervios en su interior. ¿Qué está sintiendo Alana?


Celos
Alana siente celos de Mateo porque le han dado una medalla por su buen comportamiento en el recreo y a ella no, cuando ella también se había esforzado mucho.



Emociones

A Mateo le encanta jugar en el mismo equipo de fútbol que su mejor amigo. Un día la profe cambia los equipos para que todos practiquen juntos. Su amigo queda en el equipo contrario y juega muy bien. Mateo siente un pinchazo en el estómago y piensa: "¿Y si mi amigo se divierte más sin mí?". ¿Qué está sintiendo Mateo?



Celos

Mateo siente celos porque su amigo se divierte y juega muy bien sin él.



Emociones

En clase celebran que hoy es el "día especial" de Alana. Tiene privilegios, como ser la primera en la fila. Mateo siente enfado porque él quiere tener esos momentos. ¿Qué siente Mateo?



Celos

Mateo siente celos de Alana porque él también quiere tener un día especial y en cambio no lo tiene y Alana sí.


Emociones
A Mateo le duele que su mamá felicite a su hermana Alana por sus buenas notas. ¿Qué le pasa a Mateo?


¡Felicidades Alana!
A
10 10 10
Celos
Mateo siente celos de Alana porque su madre la felicita a ella y a él no.


Emociones
En la exhibición de baile le entregan una medalla a la compañera de Alana. Alana se enfada porque cree que ella también se la merecía. ¿Qué está sintiendo Alana?


Celos
Alana siente celos de su compañera porque le han entregado una medalla en la exhibición de baile y a ella no y ella cree que también se la merecía.



Emociones

Alana y sus amigos están corriendo dentro de clase. Sin querer, Alana ha tirado un juego que había en la mesa. Todos se miran en silencio por lo que ha sucedido. ¿Qué siente Alana?



Culpa

Alana siente culpa por haber tirado el juego de la mesa.



Emociones

En clase de plástica Mateo coge el dibujo de su compañero y sin querer lo rompe. Se queda serio y le pide perdón. ¿Qué siente Mateo?



Culpa

Mateo siente culpa por haber roto sin querer coge el dibujo de su compañero, por eso pide perdón.



Emociones

Mateo coge el libro de Alana sin permiso y lo esconde. Cuando ve que Alana está muy nerviosa porque no lo encuentra, se acerca y se lo devuelve. Le pide perdón. ¿Qué siente Mateo?



Culpa

Mateo siente culpa al ver que Alana se pone nerviosa porque no encuentra el libro, es por eso que le pide perdón y se lo devuelve.



Emociones

En el recreo los maestros separan a un grupo de niños de una pelea y regañan a uno. Mateo no dice nada, pero él empezó todo. Se queda serio sin saber que hacer. ¿Qué siente?



Culpa

Mateo siente culpa porque fue él quien empezó la pelea.



Emociones

Mateo envía un mensaje burlándose de su amigo en un grupo. Cuando ve que su amigo está triste, piensa en lo que ha hecho y le pide perdón a su amigo. Lo que ha hecho está mal. ¿Qué siente el niño?



Culpa

Mateo siente culpa al ver a su amigo triste, es por eso por lo que le pide perdón y se arrepiente de haberse burlado de él.



Emociones

Durante un partido de fútbol, Alana pierde el balón y dice que fue culpa de otro. Luego se da cuenta de que no fue justa. Se ha equivocado. ¿Qué siente Alana al ver al niño?



Culpa

Alana siente culpa por no haber sido justa culpando a otro compañero de haber perdido el balón, cuando fue ella realmente quien lo perdió, es por eso por lo que pide perdón porque se da cuenta de que se ha equivocado.



Emociones

Un grupo de niños no dejan de jugar a una niña. Mateo se da cuenta de que está mal y va a buscarla. ¿Qué siente Mateo?



Culpa

Mateo siente culpa porque se da cuenta de que está mal que no hayan dejado a Alana jugar.



Emociones

En la clase, un grupo de niños se ríen de un compañero porque se equivoca al leer en voz alta. Alana y Mateo se dan cuenta de que está mal y después le piden perdón por reírse de él. ¿Qué sienten Alana y Mateo?



Culpa

Alana y Mateo sienten culpa porque se dan cuenta de que está mal reírse de un compañero, es por eso que le piden perdón.



Emociones

La maestra dice que hay excursión mañana, pero a Alana se olvida de avisar a Mateo. Cuando ve que Mateo se queda sin ir, Alana le pide perdón. Además de tristeza ¿Qué siente Alana?



Culpa

Alana siente culpa porque se le olvidó avisar a Mateo de la excursión y por eso no pudo ir. Alana, debido a la culpa, le pide perdón .



Emociones

Desaparece un estuche y Alana acusa a una amiga sin estar segura. Cuando aparece el estuche Alana se siente muy mal, su amiga no lo tenía. ¿Qué siente Alana?



Culpa

Alana se siente mal porque siente culpa, ya que ha acusado a su amiga injustamente de haberle quitado su estuche.



Emociones

En clase de educación física, Alana estaba intentando aprender a saltar la cuerda. Veía a sus compañeros lograrlo fácilmente, pero cada vez que ella lo intentaba, no lo conseguía. Después de varios intentos fallidos, Alana se cruzó de brazos y frunció el ceño. ¿Qué siente Alana?



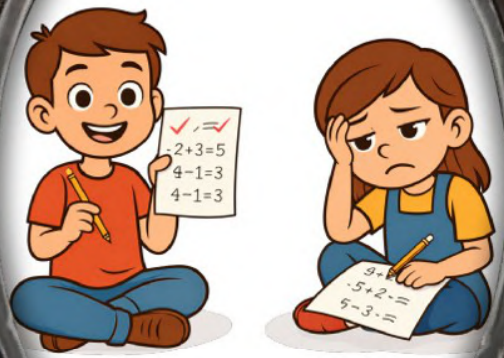
Frustración

Alana siente frustración porque no consigue saltar a la comba igual de bien que sus compañeros. Por mucho que lo intenta, no le sale y se frustra.



Emociones

En clase, Mateo y Alana están haciendo un trabajo en pareja. Tienen que resolver varios problemas de matemáticas. Mateo termina rápido el primer ejercicio y pasa al siguiente pero Alana tarda más y se equivoca varias veces. Alana empieza a ponerse nerviosa, se cruza de brazos, frunce el ceño y se empieza a enfadar. Ella quiere hacerlo igual que Mateo, pero no le sale. ¿Qué siente Alana?



Frustración

Alana siente frustración porque ella quiere resolver los problemas de matemáticas igual de bien que lo hace Mateo, pero por más que lo intenta siempre se equivoca.



Emociones

Mateo empieza con ganas su tarea, pero se equivoca varias veces. Borra, vuelve a escribir y el cuaderno se llena de tachones. Mateo suspira, aprieta el lápiz y frunce el ceño. No me sale bien, dice enfadado., siempre me equivoco. Tiene ganas de cerrar el cuaderno y dejar la tarea.¿Qué siente Mateo?



Frustración

Mateo reacciona tirando el lápiz y la libreta y a veces se pone a llorar porque siente frustración ya que no consigue aprender a leer y a escribir como le gustaría.



Emociones

Mateo y Alana están jugando en el ordenador un juego de memoria. Al principio se les da bien, pero pronto se distraen y no consiguen terminarlo. Los dos niños se enfadan y acaban por rendirse. ¿Qué sienten los niños?



Frustración

Mateo y Alana se sienten frustrados porque no consiguen terminar el juego de memoria, a pesar de haberlo intentado muchas veces. Es por eso que se enfadan y se rinden.



Emociones

En el aula de juegos, Mateo y Alana están armando un rompecabezas. Al principio todo va bien. Pero pronto se dan cuenta de que algunas piezas no encajan. Alana intenta varias veces poner una pieza, pero siempre se cae o no encaja. Mateo prueba con otra pieza, pero tampoco funciona. Alana frunce el ceño, aprieta las piezas con fuerza y suspira: ¡Esto es imposible! ,dice enfadada. Nunca lo voy a terminar. Mateo se cruza de brazos y se queda mirando al suelo, también molesto. ¿Que sienten los dos niños?



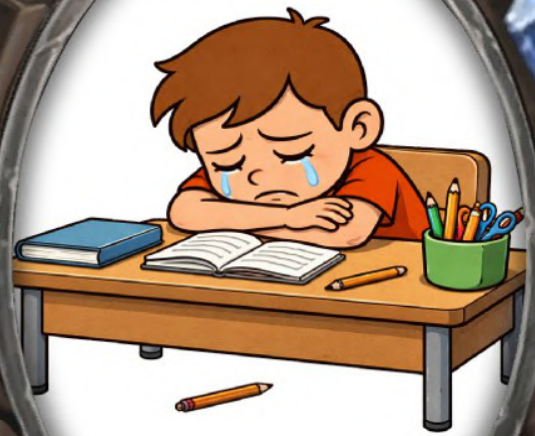
Frustración

Mateo y Alana se enfadan porque sienten frustración ya que no consiguen encajar las piezas y armar el puzle como les gustaría por más veces que lo han intentado.



Emociones

Mateo está aprendiendo a leer y escribir. Él se esfuerza mucho, pero le cuesta mucho trabajo. Cuando está en clase se enfada cuando tiene que hacer una tarea. Se enfada mucho y reacciona muchas veces de forma desproporcionada. La maestra le dice que no pasa nada, que él está aprendiendo y equivocarse es normal.
Pero Mateo reacciona tirando el lápiz y la libreta, a veces se pone a llorar. ¿Qué siente Mateo?



Frustración

Mateo tiene ganas de cerrar el cuaderno y dejar de trabajar porque siente frustración, no le sale la tarea y por más que lo intenta se equivoca y su cuaderno está lleno de tachones.


Emociones
Mateo está dibujando un paisaje pero cada vez que lo hace, no le queda como él quiere. Borra, vuelve a empezar y el papel se arruga un poco. Mateo frunce el ceño, aprieta el lápiz y suspira fuerte. No me sale, dice con voz enfadada. Siempre me queda mal. Tiene ganas de romper el papel o dejar de dibujar, porque se ha esforzado y el resultado no es el que esperaba. ¿Qué siente Mateo?


Frustración
Mateo tiene ganas de romper su dibujo y dejar de dibujar porque siente frustración ya que su dibujo no le está quedando como él quiere y además, de tanto borrar, el papel se está estropeando y no es lo que Mateo quiere que pase.


Emociones
Mateo y Alana tienen que construir un volcán de papel que debe explotar con bicarbonato y vinagre. Alana mezcla la pasta con cuidado, pero cuando intenta darle forma al volcán, se rompe. Mateo intenta arreglarlo, pero no funciona como esperaban. Alana se cruza de brazos y suspira:
—¡Esto no sirve! —dice enfadada—. Ya no sé qué más hacer.
Mateo aprieta los labios y golpea suavemente la mesa con la mano. Ambos miran el volcán roto y sienten que todo su esfuerzo parece en vano.
¿Que sienten los dos niños?


Frustración
Mateo y Alana sienten frustración porque no les sale el volcán como ellos quieren y por más que se esfuerzan el volcán se ha roto.



Emociones

Mateo está armando un puzle con imágenes de animales. Le gusta que las piezas encajen perfectamente pero no lo consigue. Suspira, frunce el ceño y golpea suavemente la pieza sobre la mesa. Lo intenta otra vez, pero no le encajan. ¡No me sale!, dice enfadado. Ha estado concentrado mucho tiempo y el resultado no es como él quería. Se aparta y cruza los brazos. ¿Qué siente Mateo?



Frustración

Mateo se ha enfadado porque siente frustración ya que no le encajan las piezas como él quiere y no consigue terminar el puzle por más que se esfuerza.



Emociones

Mateo está en clase haciendo un trabajo que ha mandado la profe de música. Lleva un rato intentándolo, pero no le sale como él quiere. Poco a poco empieza a ponerse nervioso, se toca la cara, se enfada y acaba llorando. ¿Qué está sintiendo Mateo?



Frustración

Mateo se enfada porque siente frustración ya que no le sale el trabajo de música como él quiere, por más veces que lo intenta.


Emociones
Alana se ha enfadado tanto con sus amigas en el recreo que ha ido a contárselo a la seño. Mientras se lo cuenta grita mucho, mueve mucho las manos y no escucha lo que la seño le dice. ¿Qué siente?


Ira
Alana se ha enfadado tanto con sus amigas que siente ira, por eso grita y no escucha lo que le dicen.

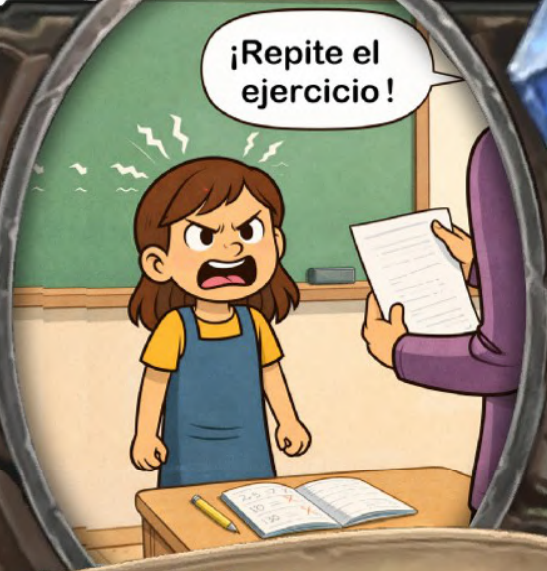

Emociones
A Mateo le han quitado las estampas y se ha enfadado tanto que quiere pegar al niño que se las ha quitado. ¿Qué está sintiendo Mateo?


Ira
Mateo se ha enfadado tanto que siente ira, por eso quiere pegar al niño que le ha quitado sus estampas.



Emociones

Alana no realiza bien un ejercicio de matemáticas y la maestra le pide que lo repita. Alana arruga el papel, cruza los brazos y dice que no quiere hacerlo. ¿Qué siente Alana?



Ira

Alana se ha enfadado tanto por tener que repetir el ejercicio que siente ira, por eso ha arrugado el papel y no quiere seguir trabajando.



Emociones

Mateo estaba jugando a un juego de mesa con sus compañeros y tenía muchas opciones de ganar. Al perder la partida, empuja el tablero, dice que el juego es muy aburrido y se niega a seguir jugando. ¿Qué está sintiendo Mateo?



Ira

Mateo se ha enfadado tanto por perder la partida que siente ira, por eso empuja el tablero, dice que el juego es muy aburrido y se niega a seguir jugando.



Emociones

Mateo está usando la Tablet del aula cuando el maestro le dice que su tiempo se ha terminado. Mateo se enfada, levanta la voz, empuja la silla hacia atrás y dice que nunca le dejan terminar lo que empieza. ¿Qué está sintiendo Mateo?



Ira

Por no poder seguir usando la tablet, Mateo se ha enfadado tanto que siente ira, por eso protesta, levanta la voz y ha empujado la silla.


Emociones
Alana recibe su dictado corregido y ve que tiene muchos fallos. Se enfada, aprieta el lápiz muy fuerte, lo rompe y dice que no le gusta escribir y que nunca le sale bien. ¿Qué está sintiendo Alana?


Dictation
5/14
Ira
Al recibir el dictado corregido y ver tantos fallos, Alana se enfada tanto que siente ira, por eso rompe el lápiz y dice que no le gusta escribir.



Emociones

Alana llega a clase y ve que la seño ha cambiado los sitios, pero Alana no está contenta con el cambio. Alana frunce el ceño, cruza los brazos y dice enfadada que no quiere sentarse en su nuevo sitio porque no le gusta nada. ¿Qué siente Alana?



Ira

Alana no está contenta con el cambio y se ha enfadado tanto que siente ira, por eso frunce el ceño y dice enfadada que no quiere sentarse en su nuevo sitio porque no le gusta.



Emociones

Mateo estaba muy contento con un dibujo que había hecho, pero, sin querer, un compañero derramó su botella de agua en la mesa, mojando el dibujo de Mateo. Mateo comienza a gritar al compañero y termina tirando el papel mojado al suelo. ¿Qué está sintiendo Mateo?



Ira

Mateo se ha enfadado tanto al ver su dibujo mojando que siente ira, por eso le grita al compañero y tira el dibujo al suelo.


Emociones
Mateo levanta varias veces la mano para hablar en clase, pero la maestra le dio la palabra a otro compañero. Mateo se enfada y protesta diciendo que siempre lo ignoran. ¿Qué siente Mateo?


Ira
Como la seño no le ha dado la palabra a Mateo, se ha enfadado tanto que siente ira, por eso protesta diciendo que siempre lo ignoran.



Emociones

Alana quiere jugar en el recreo con una amiga, pero la otra niña le dice que hoy no quiere jugar con ella. Alana se enfada mucho, grita que eso no es justo y se va sola al rincón del patio muy enfadada. ¿Qué siente Alana?



Ira

Como no quieren jugar con ella, Alana se enfada tanto que siente ira, por eso grita que eso no es justo y se va sola al rincón del patio.



Emociones

Una tarde, cuando empezó a llover y el cielo se puso muy oscuro, Mateo estaba en su habitación haciendo la tarea. De repente, se fue la luz y todo quedó en silencio. Solo se escuchaba el viento y los truenos. ¿Cómo se siente Mateo?



Miedo

Mateo sintió miedo porque creyó que estaba en peligro, ya que estaba solo en su habitación cuando se fue la luz y escuchaba el sonido del viento y los truenos.


Emociones
Mateo fue a comprar con su madre y de pronto se da cuenta de que está solo, que se ha perdido y no encuentra a su madre. ¿Cómo se siente Mateo en ese momento?


¿Mamá?
Miedo
Mateo sintió miedo al no ver a su madre y pensar que se ha perdido. Sintió una situación de peligro.


Emociones
Alana va a jugar al parque con sus amigas y de pronto descubre que al lado de su pie hay una serpiente. ¿Cómo se sentirá Alana?


Miedo
Alana sintió miedo al ver la serpiente. Se vio en una situación de peligro.



Emociones

Alana ha visto una película de fantasmas con sus padres, llega la hora de acostarse y al cerrar los ojos para dormirse solo piensa en los fantasmas, parece que están en su habitación. ¿Cómo se sentirá Alana?



Miedo

Alana siente miedo. En su imaginación cree que hay fantasmas en su habitación y lo ve como una situación de peligro.


Emociones
Es carnaval y Mateo y Alana pasean con sus padres. De repente un hombre disfrazado de policía les gasta una broma diciéndoles que han sido malos y se los llevan detenidos. Los padres siguen la broma. El policía saca unas esposas para ponérsela a los niños. ¿Cómo se sentirán Alana y Mateo?


Miedo
Mateo y Alana sienten miedo porque creen que realmente van a ser detenidos y viven una situación de peligro.



Emociones

Mateo tiene que ir al médico porque le duele el codo, recuerda que otra vez que fue le pusieron una inyección que le dolió muchísimo, con una aguja muy larga y estuvo dos días con muchas molestias. ¿Qué sentirá Mateo al pensar que le tengan que poner de nuevo otra inyección?



Miedo

Mateo siente miedo porque imagina una situación de dolor como la que vivió en otra ocasión.


Emociones
Alana estuvo jugando a un video juego en el que tiene que matar a un montón de monstruos porque si no se la comen. Por la noche, tuvo una gran pesadilla, soñó que un monstruo se le acercaba mientras dormía y se la comía...pero se despertó de repente. ¿Qué se sentirá Alana en ese momento?


Miedo
Alana siente miedo al imaginarse que lo que ocurría en el videojuego pasaría también en su habitación en la vida real y creía que estaba viviendo una situación de peligro.


Emociones
Mateo y Alana están en casa jugando, entran en el salón corriendo y Mateo le da con la mano a un vaso que había en la mesa y lo rompe. Los dos niños se esconden esperando que la madre de Alana no los encuentre y les regañe. ¿Cómo se sentirá Mateo en ese momento?


Miedo
Mateo y Alana sienten miedo porque desconocen como será la reacción de su madre al ver el vaso roto. Se imaginan que igual su madre les regañará y se enfadará mucho.


Emociones
Mateo está jugando en casa escucha a su papá hablar con otro amigo sobre algo que no comprende, pero él cree que su padre le dice a su amigo que va a llevar a Mateo a un colegio interno. ¿Cómo se sentirá Mateo?


Miedo
Mateo siente miedo porque en su imaginación se ve en un colegio interno y esa situación le causa pavor.


Emociones
Alana y su mamá están en el parque y de pronto aparece un toro corriendo. ¿Cómo sentirá Alana en ese momento?


Miedo
Alana siente miedo porque vive una situación de peligro.



Emociones

Alana ha ganado el concurso de dibujo. Le han dicho que ha sido el mejor dibujo que es una artista. Además de sentir alegría, ¿Qué ha sentido Alana?



Orgullo/admiración

Alana siente orgullo al haber ganado el concurso de dibujo y haber recibido elogios.



Emociones

Alana había estado entrenando mucho durante toda la semana para su campeonato de Karate. Al final, Alana consiguió la medalla de oro y toda su familia le aplaudió mucho. ¿Qué sintió la familia y su entrenador además de alegría?



Orgullo/admiración

La familia de Alana y su entrenador se sienten orgullosos de ella por haber conseguido la medalla de oro con su esfuerzo y entrenamiento.



Emociones

La maestra pide a los alumnos que hagan un dibujo. Mateo trabaja con mucho cuidado, eligiendo los colores y detalles que más le gustan. Cuando termina, levanta el dibujo y lo muestra a toda la clase. Todos lo miran y comentan lo bonito que le ha quedado. ¿Cómo se siente Mateo?



Orgullo/admiración

Mateo se siente orgulloso de su trabajo al que le ha dedicado tiempo y cuidado.



Emociones

Alana se está esforzando mucho. Cada día lo hace mejor. La maestra la felicita por el esfuerzo y por sus buenos resultados. Como recompensa la maestra le da un premio. Alana se pone muy contenta, sale del cole saltando y enseñando su recompensa a todo el mundo. ¿Cómo se siente Alana?



Orgullo/admiración

Alana se siente orgullosa por su esfuerzo y que la maestra le haya felicitado y recompensado por ello hace que se sienta aún más orgullosa.



Emociones

Mateo juega un partido de fútbol con sus compañeros. Durante el juego, corre, pasa la pelota y, de repente, ¡marca un gol! Su equipo gana gracias a ese gol. Todos los compañeros lo felicitan. ¿Qué siente Mateo?



Orgullo/admiración

Mateo se siente orgulloso por haber marcado un gol y haber hecho que su equipo ganara. Después de recibir todas las felicitaciones, Mateo siente aún más orgullo.



Emociones

Alana tiene construir un pequeño cohete, nunca había hecho uno, pero decide intentarlo. Sigue todos los pasos y cuando llega el momento de probarlo, el cohete despega y sale volando. Todos la felicitan. Alana sonríe y dice: ¡lo hice yo sola! ¿Cómo se siente Alana?



Orgullo/admiración

Alana se siente orgullosa por haber conseguido ella sola crear el cohete y hacerlo volar. Y cuando todos la felicitan por ello, ella siente aún más orgullo.



Emociones

Mateo y Alana que trabajan juntos tienen que investigar sobre Japón: buscan fotos, escriben datos interesantes. Cuando terminan, presentan su trabajo en la clase. Todos les dicen lo bien que lo han hecho. ¿Cómo se sienten Mateo y Alana?



Orgullo/admiración

Mateo y Alana se sienten orgullosos del trabajo que han realizado porque se han esforzado mucho y les ha salido muy bien.



Emociones

Mateo y Alana están viendo la actuación de sus compañeros, lo hacen muy bien. Están sorprendidos de la gran actuación. ¿Qué sienten Mateo y Alana por sus compañeros?



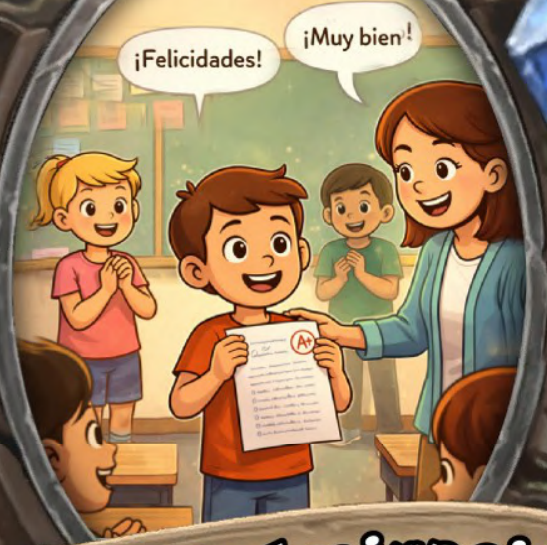
Orgullo/admiración

Mateo y Alana sienten orgullo y admiración por sus compañeros por lo bien que están haciendo la actuación.



Emociones

Mateo ha sido capaz de realizar un ejercicio prácticamente solo. Le ha costado mucho, pero por fin lo ha conseguido. Su maestra está muy contenta y le ha felicitado en público. Todos le han aplaudido. Además de estar muy feliz, ¿qué está sintiendo Mateo?



Orgullo/admiración

Mateo siente orgullo por haber sido capaz de terminar su trabajo a pesar de que le costaba mucho. Además, la seño le ha felicitado y le han aplaudido, lo que hace que refuerce más su orgullo.



Emociones

Alana aprendió a montar en bicicleta sin ruedines, después de muchos intentos. Aunque se cayó algunas veces, no se rindió. Cuando por fin logró pedalear sola, levantó los brazos y sonrió. Se sintió muy feliz por su esfuerzo. Además de sentir alegría, ¿qué otra emoción sintió?



Orgullo

Alana se siente orgullosa de sí misma por haber logrado aprender a montar en bici y no haberse rendido, a pesar de tantos intentos y haberse caído varias veces.


Emociones
La seño dice: "hoy vendrá alguien a la clase a contar un cuento" y de repente entra la madre de Mateo. Mateo no sabía nada. Además de sentir alegría, ¿qué sintió?


¡Mamá!
Sorpresa
Mateo siente sorpresa al ver a su madre en su clase porque no se lo esperaba.


Emociones
La seño ha entrado en clase y le ha dicho a los niños y niñas que se iban de excursión. Nadie se lo esperaba. Además de sentir mucha alegría,
¿qué ha sentido toda la clase?


Sorpresa
Los niños sienten una grata sorpresa porque no se esperaban ir de excursión.


Emociones
Alana llega a casa al salir del colegio y se encuentra a su prima que vive lejos, que ha venido a visitarle unos días. Además de sentir alegría, ¿qué sintió?


Sorpresa
Alana sintió una grata sorpresa al ver a su prima porque vive lejos y no esperaba su visita.


Emociones
Mateo va a probar un plato de comida nuevo que ha cocinado su padre y cuando ya lo ha probado le dicen que son insectos rebozados.
Además de sentir asco, ¿qué sintió?


Sorpresa
Mateo, además de sentir asco, sintió una gran sorpresa porque no esperaba que el plato que cocinó su padre fueran insectos.



Emociones

Al llegar al cole un día que había excursión, la tutora de Mateo y Alana les informa de que por un imprevisto la excursión se ha cancelado. Además de sentir enfado, ¿qué sintió?



Sorpresa

Mateo, además de sentir enfado, sintió sorpresa porque no se esperaba que se cancelaría la excursión.


Emociones
Mateo está durmiendo un día de verano, oye ruido en la habitación y, al despertarse por el ruido, ve que ha entrado un animal por la ventana abierta. Además de sentir miedo, ¿qué sintió?


Sorpresa
Mateo sintió una gran sorpresa porque no se esperaba ver al animal entrando por la ventana de su habitación.


Emociones
El primer día de cole, le dicen a Alana que su mejor amiga no estará este curso porque se ha ido a vivir a otra ciudad. Además de sentir tristeza, ¿qué sintió?


Sorpresa
Alana sintió una triste sorpresa al saber que su mejor amiga no estará en su cole porque se ha ido a vivir a otra ciudad. No se lo esperaba.



Emociones

En clase de Educación Física, al hacer un ejercicio, Mateo se cae, se rompe el pantalón y se hace una herida. No esperaba caerse porque el ejercicio era fácil y ya lo había hecho otras veces. Además de sentir vergüenza, ¿qué sintió?



Sorpresa

Mateo sintió sorpresa porque no se esperaba ni que se caería ni que se rompería el pantalón.


Emociones
El hermano de Alana le da un susto y ella, sin querer, rompe un jarrón de su madre. Además de sentir culpa, ¿qué sintió?


Sorpresa
Alana sintió una desagradable sorpresa porque no se esperaba el susto que le dio su hermano y mucho menos que rompería el jarrón.


Emociones
Mamá y papá traen un regalo enorme al llegar a casa, pero cuando Mateo les pregunta por él, te dicen que es para su hermana. Además de sentir celos, ¿qué sintió?


Sorpresa
Mateo sintió una celosa sorpresa porque no se esperaba un regalo y mucho menos que fuera para su hermana y no para él.


Emociones
A final de curso dan premios a los trabajos mejor hechos por los de sexto, curso en el que está la hermana de Mateo, cuando anuncian el ganador resulta ser ella. Además de sentir orgullo, ¿qué sintió?


Sorpresa
Mateo sintió una grata sorpresa y orgullo al ver que su hermana fue la premiada por el mejor trabajo. No se lo esperaba.


Tristeza
Alana se siente triste porque ha perdido su peluche favorito con el que juega todos los días y con el que duerme todas las noches y no lo encuentra.


Emociones
Alana ha perdido su peluche favorito con el que juega todos los días y con el que duerme todas las noches. Lo ha buscado por toda la casa y no lo encuentra.
¿Cómo se siente Alana?



Emociones

No dejan jugar a Alana al balón. Todos los niños corren por el patio, juegan, pero ella está sola. Nadie quiere jugar con ella. ¿Cómo se siente Alana?



Tristeza

Alana se siente triste porque no le dejan jugar al balón y nadie quiere jugar con ella.


Emociones
Los primos de Mateo han vuelto a su casa de Madrid después de las vacaciones de Navidad. Su familia no volverá a Ceuta hasta que llegue el verano. ¿Cómo se siente Mateo?


Tristeza
Mateo se siente triste porque no volverá a ver a sus primos hasta el próximo verano y les echará mucho de menos.


Emociones
El perro de Alana ha fallecido, lo adoptaron de la protectora cuando tenía un mes y ha pasado siete años viviendo con su familia. ¿Cómo se siente Alana?


Tristeza
Alana se siente triste porque ha fallecido su perro al que quería mucho y le va a echar mucho de menos.


Emociones
Cuando venía para el cole Mateo se ha caído y se ha roto el pantalón de su chándal favorito. No le ha pasado nada en la pierna, pero la raja del pantalón es tan grande que no se puede arreglar. ¿Cómo se siente Mateo?


Tristeza
Mateo se siente triste porque se ha roto su pantalón favorito y no tiene arreglo.



Emociones

Mateo ha llegado a casa del parque y al guardar sus juguetes se da cuenta de que se le han perdido dos muñecos. ¿Cómo se siente Mateo?



Tristeza

Mateo siente tristeza porque se ha dado cuenta de que ha perdido sus dos muñecos.



Emociones

Alana tenía hoy una fiesta con sus amigos, pero se ha suspendido porque el local donde iban a celebrarla ha tenido un problema de fontanería y no puede abrir esta tarde. ¿Cómo se siente Alana?



Tristeza

Alana siente tristeza porque han tenido que suspender la fiesta que tenía con sus amigos.



Emociones

Mateo y Alana van al cine a ver una peli de estreno, pero al llegar se han quedado sin entradas y tendrán que esperar al próximo finde para poder verla. ¿Cómo se sienten Mateo y Alana?



Tristeza

Mateo y Alana sienten tristeza porque no han conseguido entrada para ver la peli de estreno y tendrán que esperar hasta el próximo finde para verla.


Emociones
Mateo está muy contento porque va con su familia al estadio Alfonso Murube a ver un partido de futbol de su equipo preferido que es el Ceuta. Cuando termina el partido el Ceuta ha perdido por tres goles y no podrá jugar la liga de ascenso para la próxima temporada.
¿Cómo se siente ahora Mateo?


ESTADIO
ALFONSO MURUBE
CEUTA
Tristeza
Mateo siente tristeza porque su equipo preferido ha perdido y no podrá jugar la liga de ascenso para la próxima temporada.



Emociones

Alana y Mateo llevan juntos en el cole desde infantil. El próximo curso Alana irá a un cole nuevo en otra ciudad porque sus padres se tienen que mudar por temas laborales. ¿Cómo se sentirá Mateo?



Tristeza

Mateo siente tristeza porque Alana se va a otra ciudad a vivir y la echará mucho de menos.



Emociones

Mateo le ha quitado las estampas a Noor y la seño le ha dicho que se las devuelva. Nadir se las devuelve con la cara agachada y arrepentido y le pide perdón. ¿Qué siente Mateo?



Vergüenza

Mateo siente vergüenza por haber hecho algo que no debía, haberle quitado las estampas a su amiga y además ha tenido que disculparse.



Emociones

Alana tenía que leer en voz alta, estaba un poco nerviosa y, sin querer, pronunció una palabra al revés. Algunos compañeros soltaron una risita y Alana sintió que se le calentaban las mejillas. ¿Qué sintió Alana?



Vergüenza

Alana siente vergüenza porque sus compañeros se ríen cuando se ha equivocado al leer.


Emociones
A Mateo se le rompe el pantalón jugando en el recreo y algunos compañeros se dan cuenta y lo miran. Mateo intenta taparse y baja la cabeza. ¿Qué siente Mateo?


Vergüenza
Mateo siente vergüenza porque lleva el pantalón roto y sus compañeros le miran.



Emociones

Alana sale a la pizarra, pero no sabe hacer el ejercicio que le ha tocado. Se queda quieta mirando al suelo. ¿Qué está sintiendo Alana?



Vergüenza

Alana siente vergüenza porque no sabe hacer el ejercicio en la pizarra.


Emociones
Mateo llega tarde a clase y tiene que entrar cuando ya están todos sus compañeros sentados. Todos lo miran. ¿Qué siente Mateo?


Vergüenza
Mateo siente vergüenza al ver a sus compañeros que le miran porque ha llegado tarde a clase.



Emociones

Alana está hablando con su amiga y no está atenta a la explicación. De repente, la maestra le llama la atención delante de toda la clase. ¿Qué siente Alana?



Vergüenza

Alana siente vergüenza porque no estaba atenta y su maestra le ha regañado delante de toda la clase.


Emociones
Mateo está bebiendo agua y se le cae un poco encima del pantalón. Sus compañeros lo ven y se escuchan risas. ¿Qué siente Mateo?


Vergüenza
Mateo siente vergüenza porque se ha echado agua encima y sus compañeros se han reído.



Emociones

Alana está en clase de matemáticas y la maestra le pide los deberes que mandó el día anterior. Alana ha olvidado hacerlos. ¿Qué siente Alana?



Vergüenza

Alana siente vergüenza cuando la maestra le pide los deberes hechos y tiene que decirle que no los hizo porque se les olvidó hacerlos.



Emociones

Mateo ha hecho un examen de lengua. La maestra los ha corregido y va a entregarlos, pero no sabe de quién es un examen porque no tiene nombre. Finalmente, se dan cuenta que es de Mateo. ¿Qué siente Mateo?



Vergüenza

Mateo siente vergüenza por no haber puesto el nombre en el examen y la seño tuvo que averiguar de quién era hasta que finalmente todo el mundo supo que era de él.



Emociones

Mateo está jugando en el patio del colegio al fútbol en un campeonato. Está su familia mirándolo y falla un penalti decisivo para su victoria. ¿Qué sintió Mateo?



Vergüenza

Mateo sintió vergüenza por haber fallado el penalti decisivo para ganar el campeonato y además, su familia estaba viendo el partido.