

Nota: Las respuestas tienen carácter orientativo.



Placer

1 Observa la ilustración de las páginas 90-91 del EMOCIONARIO y responde las preguntas.

● ¿Qué hacen los personajes?

Están haciendo diversos tipos de malabarismos y equilibrios.

● ¿Te parece que se divierten? ¿En qué lo notas?

Respuesta orientativa: Sí. Se nota en sus expresiones, de alegría y satisfacción.

2 Toma un vaso de tu bebida favorita. Bébetelo despacio y saboreándolo . Luego, responde estas preguntas.

● ¿Esta fría o caliente?

Respuesta libre.

● ¿A qué sabe? ¿Es dulce, amarga, ácida?

Respuesta libre.

● ¿Qué sientes en la boca cuando la saboreas? ¿Es agradable, pica, hace cosquillas?

Respuesta libre.

3

Lee el texto sobre el **placer** de la página 90 del EMOCIONARIO y responde las preguntas.

- ¿Qué dos emociones componen el placer?

Satisfacción y alegría.

- ¿Qué produce placer?

Algo que nos gusta mucho.

- ¿Qué tipos de actividades producen placer?

Fantasear, mirar cosas bonitas, resolver problemas, jugar, amar...

- ¿Qué se necesita para apreciar el placer?

Se necesita concentración.

4

En las siguientes oraciones, sustituye el verbo **apagar** por otros que tengan el mismo significado.

- A veces bebemos para apagar la sed.

A veces bebemos para saciar nuestra sed.

- Los bomberos apagaron el incendio.

Los bomberos sofocaron el incendio.

- Apaga la televisión, ya no ponen nada interesante.

Desconecta la televisión, ya no ponen nada interesante.

5 Relaciona cada actividad con el tipo de **placer** que proporciona.

- Darle un abrazo a mamá.
 - Jugar al tres en raya con la abuela.
 - Observar los dibujos del EMOCIONARIO.
 - Imaginar cómo sería tu vida en Marte.
 - Averiguar cómo montar una mesa.
- fantasear
 - mirar cosas bonitas
 - resolver problemas
 - divertirse
 - sentir emociones
-

6 El texto de la página 90 del EMOCIONARIO habla de distintos tipos de **placer**. Relaciona cada uno con el adjetivo que le corresponda.

- fantasear
 - mirar cosas bonitas
 - resolver problemas
 - divertirse
 - sentir emociones
- placer emocional
 - placer lúdico
 - placer estético
 - placer psíquico
 - placer intelectual
-

7 Ahora pon ejemplos de actividades que a ti te proporcionen cada uno de estos tipos de **placer**. **Respuesta libre.**

- placer psíquico → _____
- placer estético → _____
- placer intelectual → _____
- placer lúdico → _____
- placer emocional → _____

8 Pregúntale a un amigo qué cosas le dan placer a él y por qué. Anótalas.

Respuesta libre.

9 Ahora, elige una de las cosas que le gustan a tu amigo y llévala a cabo con concentración, buscando el placer que proporciona. Luego, responde las preguntas. **Respuesta libre.**

● ¿Sentiste placer? ¿Cómo fue?

● ¿Tuviste que concentrarte mucho? ¿Por qué?

● ¿Crees que lo que has hecho es algo que te puede proporcionar placer a partir de ahora?

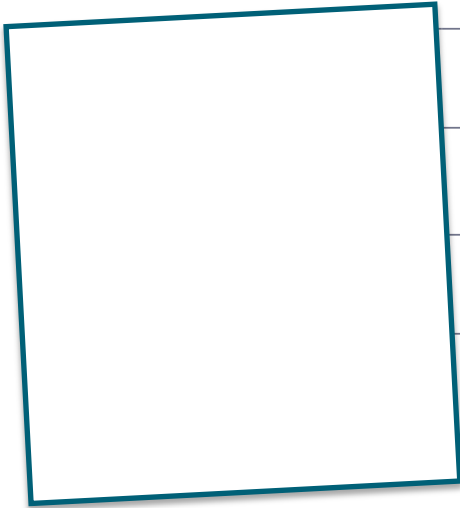
● ¿Crees que siempre te proporcionarán placer las mismas cosas? ¿Por qué?

10

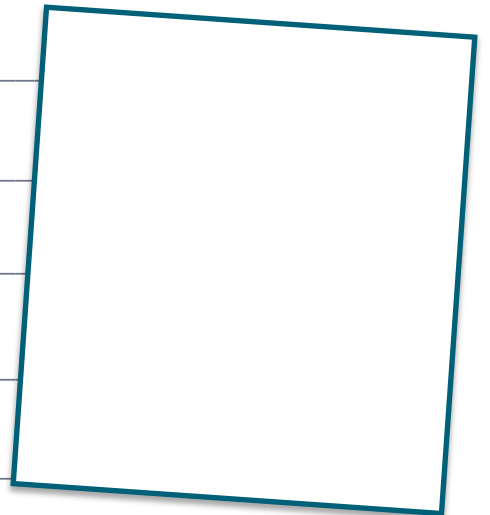
Haz una lista de pequeñas cosas placenteras y adórnala con dibujos. Búscalas a tu alrededor. Todas deben cumplir dos condiciones:

- Ser gratuitas.
- Estar al alcance de todos.

Pequeña lista de cosas placenteras



Respuesta orientativa: Sentir el calor del sol en la nuca; beber agua fresca de una fuente; descansar a la sombra de un árbol; dar un paseo por el bosque...





Placer

OBSERVACIONES

Las fichas de actividades del EMOCIONARIO forman parte del itinerario *Di lo que sientes*. Para obtener más información sobre el itinerario y acceder a más fichas y a otros materiales adicionales, por favor, entra en www.palabrasaladas.com/di_lo_que_sientes/di_lo_que_sientes.html.