



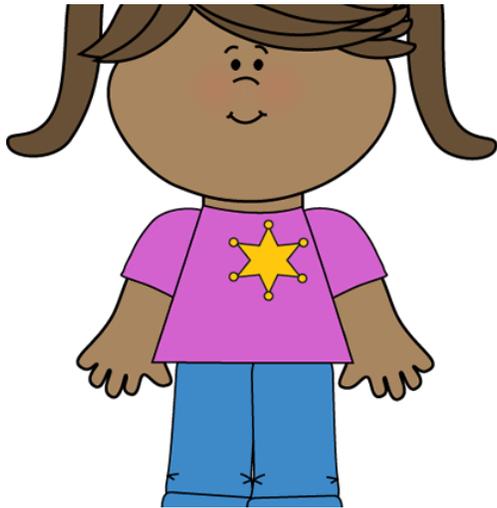
SEL Spotlight

Social Emotional Learning Flyer

Second Step

Unit 2: Lesson 7 – Identifying Feelings

Children who learn to identify emotions in themselves and others are better able to regulate their response to strong emotions. Additionally, once they can identify their emotions, they can begin to understand what soothes them.



Try This!!!! Weekly Connections Books

- EHS: *Look up High, Look Down Low* by Kim Mitzo Thompson and Karen Mitzo Hilderbrand
- HS: *Know and Follow Rules* by Cheri J. Meiners



Songs/Activities

- ◆ Simon Says
- ◆ Hokey Pokey
- ◆ Red Light, Green Light
- ◆ Freeze Dance

Try This!! Weekly Activity

Play a game with your child to practice finding happy and sad clues on other people. Play while taking a walk, watching TV, or doing any activity in which you see other people. Review happy clues and sad clues.

Say: **We're going to play Who's Happy, Who's Sad? When you see a happy clue on someone's face or body, tap your head. When you see a sad clue, tap your tummy.**

After playing the game, say: **Show me a happy clue we saw. Show me a sad clue we saw.**



Issue 2
Angela Crisman, Kira Weaver
Revised 9/22—SM



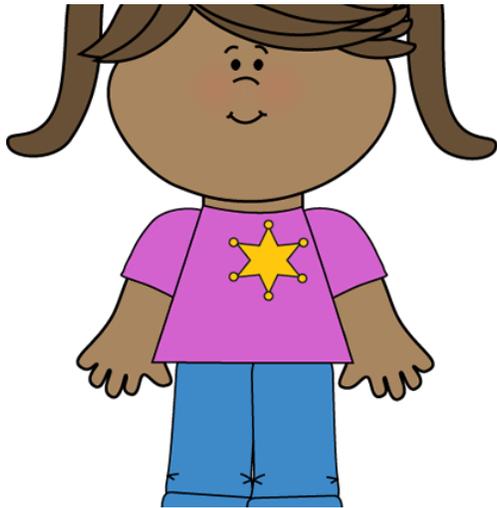
SEL Spotlight

Folleto de Aprendizaje Socioemocional

Segundo Paso

Unidad 2: Lección 7 – Identificando Sentimientos

Los niños que aprenden a identificar las emociones en sí mismos y en los demás pueden regular mejor su respuesta a las emociones fuertes. Además, una vez que pueden identificar sus emociones, pueden comenzar a comprender qué los tranquiliza.



¡Traten Esto! ¡Conexiones Semanales!

Libros

- EHS: *Look up High, Look Down Low* by Kim Mitzo Thompson and Karen Mitzo Hilderbrand
- HS: *Know and Follow Rules* by Cheri J. Meiners



Canciones/Actividades

- ♦ Simon Says
- ♦ Hokey Pokey
- ♦ Red Light, Green Light
- ♦ Freeze Dance

¡Traten Esto! ¡Actividades Semanales!

Juegue un juego con su hijo para practicar cómo encontrar los indicios felices y tristes sobre otras personas. Juega mientras paseas, ves la televisión o haces cualquier actividad en la que veas a otras personas. Repase los indicios felices y tristes.

Diga: Vamos a jugar ¿Quién está feliz, quién está triste? Cuando vea una pista feliz en la cara o el cuerpo de alguien, toque su cabeza. Cuando veas una pista triste, toca tu barriga.

Después de jugar, di: Muéstrame una pista feliz que vimos. Muéstrame una pista triste que vimos.



Tema 2
Angela Crisman, Kira Weaver
Revisado 9/22 por SM