

SEL Spotlight

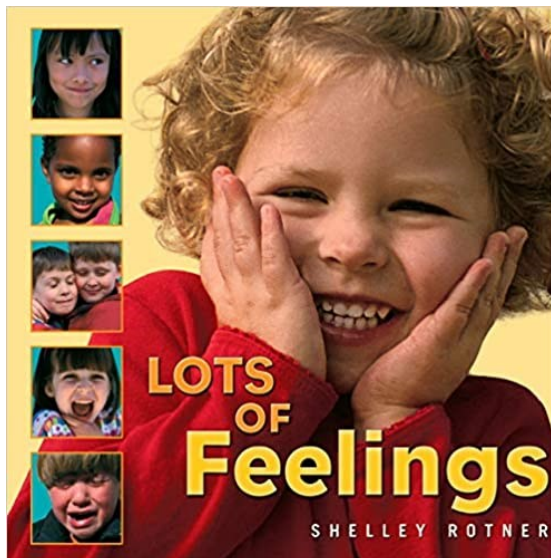
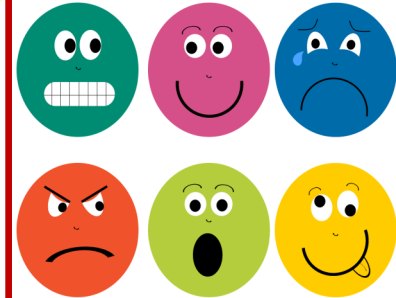
Social Emotional Learning Flyer

Second Step

Unit 3: Lesson 15 – Naming Feelings

There are many positives to children naming their feelings: developing emotional competence, empathizing with other's feelings, developing an increased ability to self-regulate, and forming closer bonds to friends, loved ones, and teachers. Helping children label emotions also teaches them to talk about their feelings in the future rather than act on them.

When children learn to name their feelings, the result is a decrease in the number of tantrums and overall have more positive days ahead.



Try This!!!! Weekly Activity

Books

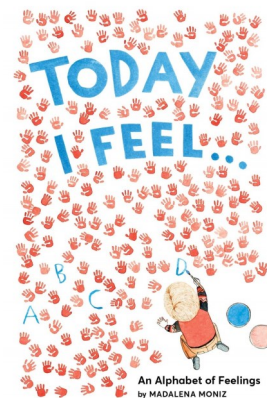
- EHS: *Today I feel: An Alphabet of Feelings* by Madalena Moniz
- HS: *Who is Happy?: A Book About Emotions* by Nick Rebman

Activities

- ◆ Memory Game - with emotions
- ◆ Mirror, Mirror - pair up with another and practice making faces and then identifying each emotion

Tips and Tricks

The first tip is to encourage children to think about how they are feeling. You can do this by saying, "I think you're feeling ____, is that right?" Another tip is to connect their feelings to others around them. As always, structure activities around emotions and learning how to express feelings to increase emotional language and competence. Beginning at a young age until around three years old, children begin to understand emotions and begin to use emotional language.



Issue 13

Angela Crisman & Kira Weaver

Revised 11/28/22—SM

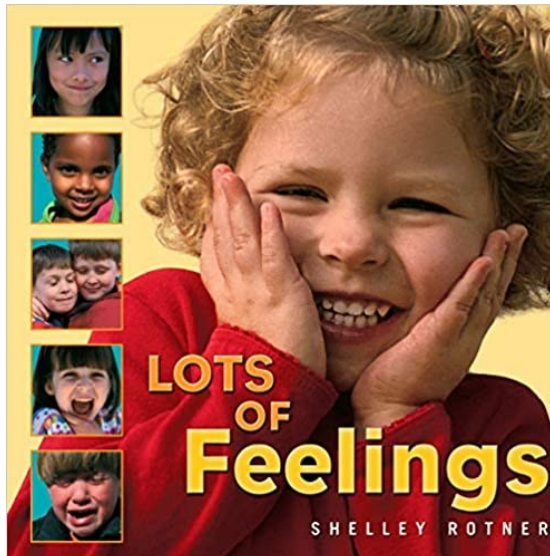
SEL Spotlight

Folleto de Aprendizaje Socioemocional

Segundo Paso

Unidad 3: Lección 15 – Nombrando Sentimientos

Hay muchos aspectos positivos para que los niños nombren sus sentimientos: desarrollar competencia emocional, empatizar con los sentimientos de los demás, desarrollar una mayor capacidad de autorregulación y formar vínculos más estrechos con amigos, seres queridos y maestros. Ayudar a los niños a etiquetar las emociones también les enseña a hablar sobre sus sentimientos en el futuro en lugar de actuar sobre ellos. Cuando los niños aprenden a nombrar sus sentimientos, el resultado es una disminución en el número de rabietas y, en general, tienen días más positivos por delante.



¡Traten Esto! ¡Conexiones Semanales

Libros

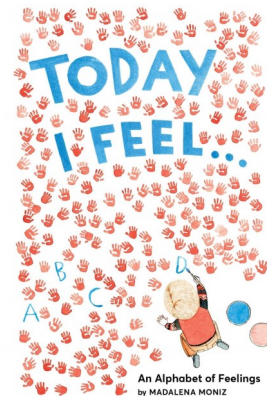
- EHS: *Today I feel: An Alphabet of Feelings* by Madalena Moniz
- HS: *Who is Happy?: A Book About Emotions* by Nick Rebman

Actividades

- ♦ Juego de memoria - con emociones
- ♦ Espejo. Espejo: unase a otro y practique hacer muecas y luego identificar cada emoción.

Consejos y Trucos

El primer consejo es animar a los niños a pensar en cómo se sienten. Puedes hacer esto diciendo: "Creo que te sientes ____, ¿verdad?" Otro consejo es conectar sus sentimientos con los demás a su alrededor. Como siempre, estructura las actividades en torno a las emociones y aprende a expresar sentimientos para aumentar el lenguaje emocional y la competencia. A partir de una edad temprana hasta alrededor de los tres años, los niños comienzan a entender las emociones y comienzan a usar el lenguaje emocional.



Tema 13
Angela Crisman & Kira Weaver
Revisado 11/28/22—SM