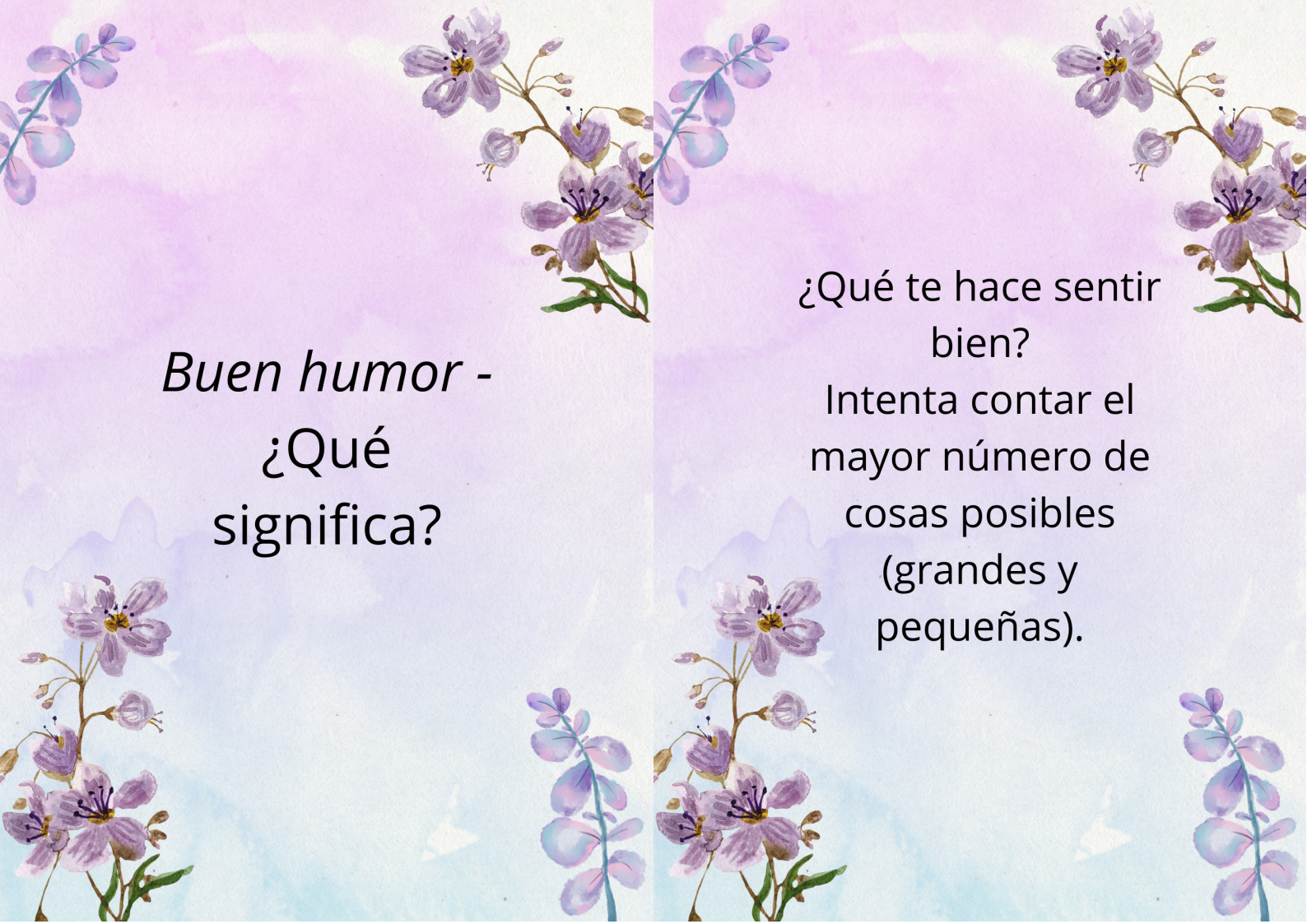




Buen humor -
¿Qué
significa?

¿Qué te hace sentir
bien?

Intenta contar el
mayor número de
cosas posibles
(grandes y
pequeñas).

¿Qué te entristece?
¿Qué puede
fastidiar tu buen
humor?

¿Qué te hace reír a
carcajadas?



¿Cuáles son los beneficios del buen humor?

¿En qué situaciones es beneficioso?

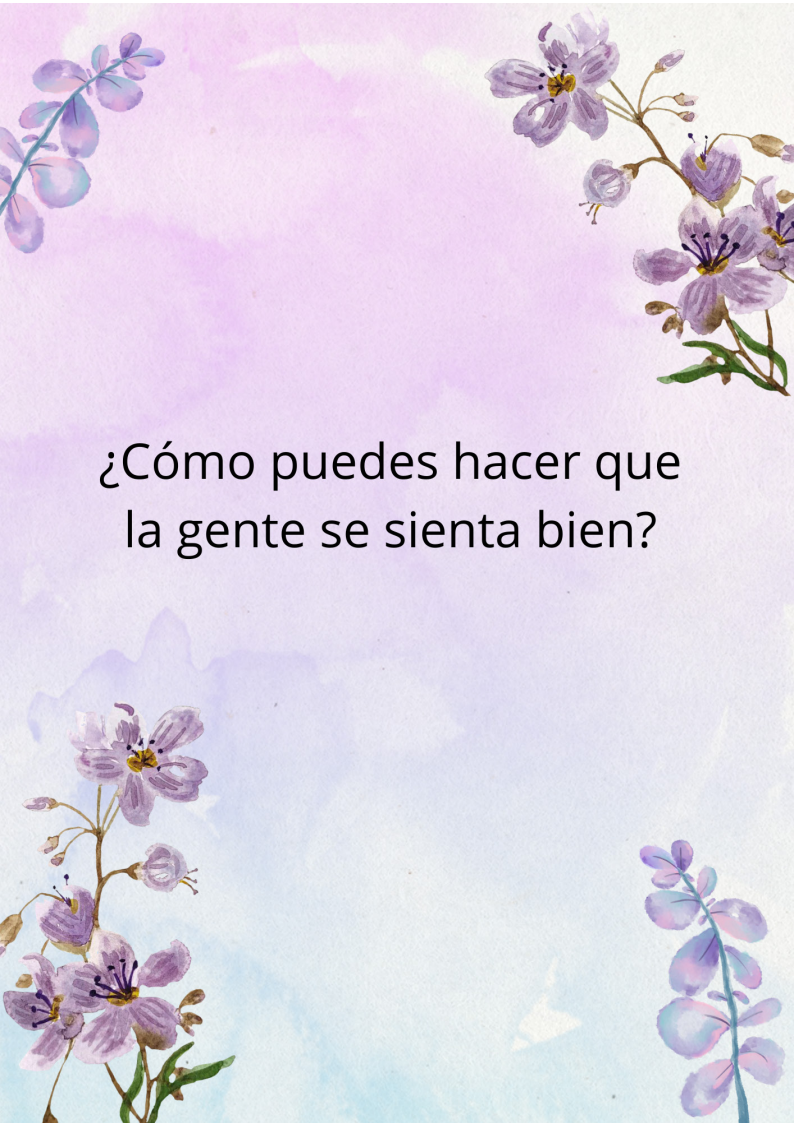
¿Cómo puede alguien tratar su mente?
Debatid distintas opciones.

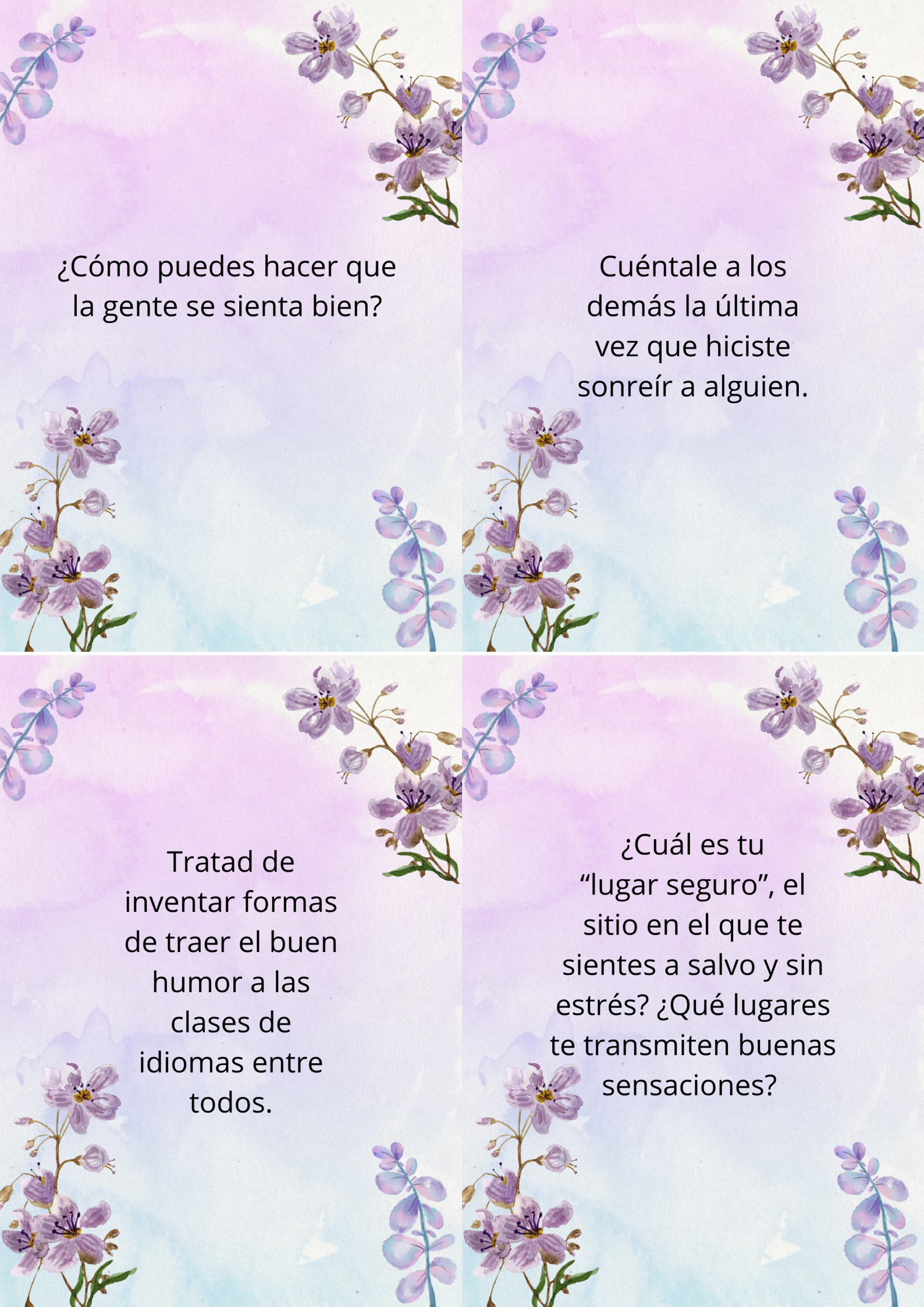


¿Se puede aprender a estar de buen humor?

¿Por qué?
¿Por qué no?

¿Cómo puedes hacer que la gente se sienta bien?





¿Cómo puedes hacer que
la gente se sienta bien?

Cuéntale a los
demás la última
vez que hiciste
sonreír a alguien.

Tratad de
inventar formas
de traer el buen
humor a las
clases de
idiomas entre
todos.

¿Cuál es tu
“lugar seguro”, el
sitio en el que te
sientes a salvo y sin
estrés? ¿Qué lugares
te transmiten buenas
sensaciones?



¿Con quién ríes a menudo?

¿Qué clase de situaciones son?

¿Qué emociones tienen que ver con el buen humor?
(e.g. felicidad, disfrute...)



Vocabulario útil

mente

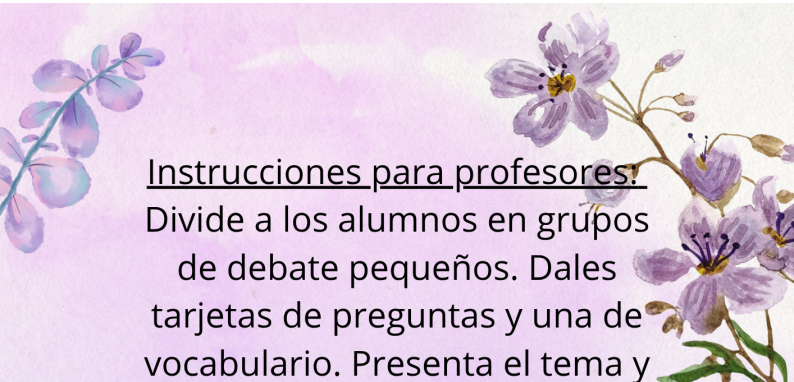
sentimiento

humor

satisfacción

reír a carcajadas

darse un gusto



Instrucciones para profesores:

Divide a los alumnos en grupos de debate pequeños. Dale tarjetas de preguntas y una de vocabulario. Presenta el tema y dile a los alumnos que no hay respuestas correctas o incorrectas, y que es bueno tener muchas perspectivas diferentes.

El objetivo es intercambiar ideas y pensar en cuidar y nutrir la mente, y también contagiar el buen humor a los demás.

Es mejor repasar el vocabulario juntos antes de empezar.