



- 1** Lee las páginas 30 y 31 sobre “**la alegría**” de **EL EMOCIONÓMETRO DEL INSPECTOR DRILO**.
- 2** Observa la simpática chimpancé de la página 30. Imita la expresión de su rostro delante de un espejo.
- 3** Las **cosquillas**.
 - ¿Tienes cosquillas?
 - Si la respuesta a la pregunta anterior es sí, ¿en qué lugar del cuerpo tienes más cosquillas?
 - Pídele a alguien que te haga cosquillas en esa zona y aprovecha para reír a carcajadas.
 - ¿Cómo te sientes después de una buena dosis de cosquillas?
 - Busca un voluntario (o voluntarios) y organiza una auténtica guerra de cosquillas en la cama u otro sitio blando. Para ello podéis haceros con todo tipo de artilugios cosquillosos: plumas, rascadores, hilos, monedas, hojas...

RECUERDA:

**La alegría produce risas.
Las risas también producen alegría.**

ALEGRÍA ← → RISAS



EL EMOCIONÓMETRO DEL INSPECTOR DRILO

- 4 Lee las páginas 32 y 33 sobre “**el caso 1**” del libro.
- 5 Busca una fotografía como la que el Inspector Drilo le tomó a Ani Ardi de una situación en la que estuvieses muy **alegre**. Obsérvala detenidamente y descríbela a continuación. Explica el motivo de tu alegría y enumera qué signos encuentras de esta emoción en la imagen.
- 6 Haciendo referencia al apartado anterior y teniendo en cuenta las tres intensidades descritas en la página 31, en qué nivel de **alegría** crees que te encontrabas aquel día de la fotografía. Si ya te has fabricado tu propio Emocionómetro puedes marcarlo en él, si no, márcalo abajo.





7 Lee las páginas 76 y 77 sobre “**Las recetas para la alegría**” del libro.

8 Piensa en algo que te pondría **muy alegre** y a continuación haz una lista de los pasos que deberías seguir para conseguirlo.

Por ejemplo:

“Me pondría muy contento ir al cine con mis amigos a ver una película”

Pasos que debería seguir para conseguirlo:

- *Preguntar a mis amigos si les apetecería ir al cine juntos.*
- *Escoger una película entre todos.*
- *Buscar una fecha que nos venga bien a todos.*
- *Hablar con nuestros padres para organizarlo todo.*

9 Lleva a cabo la actividad planeada en el ejercicio 7. Recuerda disfrutar de **la alegría** cómo indica en el libro. No solo en esta actividad en concreto sino también en tu día a día.