Publicado en *Familia y Salud* (https://www.familiaysalud.es)

"Cuál es tu emoción"

En el marco del **16º Congreso de Actualización en Pediatría de AP**, celebrado en Madrid en febrero de 2019 y organizado por la *Asociación Española de Pediatría de Atención Primaria (AEPap)*, algo más de 800 pediatras bailaron y cantaron juntos la canción "Cuál es tu emoción". El texto de la canción reivindica la importancia y la necesidad saludable de expresar los pensamientos, sentimientos y emociones. También los niños y niñas del mundo. Es su derecho.

La canción desgrana una a una las emociones positivas y negativas que podemos experimentar (tristeza, añoranza, necesidad de cariño, asco, ira, enfado, miedo o alegría) y las reacciones que esas emociones provocan en nosotros.

La autoría de la canción es del grupo OH MY RITA!, granadinos y triunfadores del pasado Festival del Zaidín. La canta la solista del grupo Blanca Morell. La coreografía también ha sido creada para la ocasión y plasma, con gestos, la expresión de dichas emociones. Ambas, cantante y coreógrafa (Renata Lo Iocono), son familia de pediatras de nuestra asociación. ¡Hay mucha creatividad entre nosotros!

¡Es una canción para cantar y bailar en casa con la familia, los amigos y en la escuela! ¡Disfrutadla!

Gracias también a los alumnos y alumnas del CEIP La Paz Torremolinos que han participado en el video. Aquí lo podéis ver:

Si quieres aprender la coreografía:

Y aquí disponéis de la letra de la canción

Archivos adjuntos:

letra_emociones16congreso.pdf

Palabras clave:

emociones

derechos del niño

inteligencia emocional

sentimientos

Recursos relacionados:

Inteligencia emocional infantil y juvenil

Emocionario. Di lo que sientes

Educación Emocional con y sin TDAH

Educar con sentido común

Cuentos para sentir

Los celos: Un sentimiento natural ¿Cómo saber si mi niño tiene celos?

Hacia la paz interior

Los miedos y el aprendizaje de la valentía

El miedo es blandito y suave