

in partnership with



WORLD CHILDREN'S DAY



Título: ¿Dónde lo Sintió?

Meta:

Relacionar las emociones con las partes del cuerpo, aumentar la conciencia de cómo sentimos emociones.

Intro:

Asignar colores a las emociones y explorar dónde las sentimos en nuestros cuerpos.



Materiales:

Tiras de "Código de color"
impresas *haga clic para descargar*

Instrucciones:

Los Participantes se turnarán trabajando en parejas; uno se acostará en el papel, y otro dibujará alrededor de ellos para hacer un esquema.

Un adulto ayudará a cada niño a completar las tiras de "Código de color"; el niño decidirá sobre un color para cada sensación y dibujará el color en la tira.

Discusión:

Este ejercicio se puede hacer con un grupo entero. En un grupo podría ser útil describir una situación, tal como: "Piensa en una época en la que te perdiste o no encontraste a tu padre. ¿Qué sentimiento(s) tenías? Imagínese en esa situación. Ahora, note su cuerpo ... ¿dónde lo siente en su cuerpo ahora mismo?"

Dependiendo de la edad del (los) niño(s), también agregue pensamientos y acciones. Por ejemplo, si el enojo es rojo, en rojo, escriba (o pídale al niño que escriba) qué acciones pueden tomar y dónde van en el cuerpo (por ejemplo, gritar podría ser con la boca). Pregunte qué pensamientos podrían tener que ir con la sensación enojado, y donde quisieran escribir esos pensamientos.

Si tiene suficiente tiempo puede agregar más emociones.



POP-UP
FESTIVAL

Título: ¿Dónde lo Sintió?

Meta:



Intro:

Materiales:

Rollo de papel de alrededor de 1 m de ancho, cortado en tronzos de alrededor de 1.5 m de largo.
Plumas/lápices de color

Instrucciones:

Discusión:



**POP-UP
FESTIVAL**