TIEMPO TRANQUILO

Una obra maestra de mi

Metas de aprendizaje

En esta actividad, los niños crearán un autorretrato mientras desarrollan una imagen positiva de sí mismos a través de un collage de imágenes que representan lo que los hace únicos. Las familias también hablarán de la importancia del amor propio.

Materiales

- Calcomanías, pompones y otros materiales decorativos
- Papel de construcción
- Revistas
- Tijeras
- Lápices, crayones y marcadores
- Cinta adhesiva y pegamento



Instrucciones

1. Un collage es como hacer un rompecabezas grande y colorido, pero en lugar de usar piezas de rompecabezas, podemos usar diferentes tipos de papel e imágenes de cosas que nos gusten para contar una historia.

2. Hable con su hijo sobre la importancia del amor propio. Por ejemplo, puede hablar sobre lo que los hace únicos, sus talentos y dejarles pensar en algunas afirmaciones.

3. Imagina y planifica cómo dibujarás tu autorretrato. Sea creativo cortando cartulina o revistas en atributos físicos como su cabello o anteojos.

4. Rodea tu dibujo de autorretrato con otros dibujos e imágenes de cosas que te encantan para hacerlo únicamente tuyo.



Charla tranquila

Mientras realizas la actividad, haz a tu hijo preguntas como éstas:

- "¿Qué crees que significa el amor a uno mismo? ¿Qué cosas te gustan de ti mismo?"
- "¿Cuáles son algunas pasatiempos que quieres incluir en tu collage?"
- "¿Qué características quieres incluir en tu autorretrato para que se parezca a ti?"

Podcast Tiempo Tranquilo

Tiempo Tranquilo es un podcast de atención plena para niños de 4 a 8 años. Cada episodio guiará a los niños a través de los grandes sentimientos de la vida por medio de cuentos y ejercicios de respiración guiada.

Disponible en español e inglés y dondequiera que escuches podcasts.

The Ready To Learn Initiative