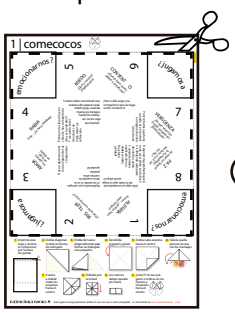
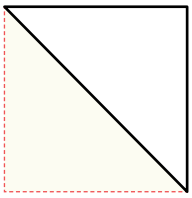
1 | comecocos

emocionarnos?	5 MIEDO ¿Qué os asusta? ¡Explicároslo!	6 CONTENTO ¿Qué te hace sentir alegre y satisfecho?	¿jugamos a
4 RABIA Hoy ... ¿te has enfadado?	Piensa en la situación y en cómo te has comportado. ¿Has actuado bien? Y recuerda: antes de actuar con rabia respira y reflexiona Y entre todos encontrad una manera de superar cada miedo (p.ej.: cuando truena yo me tapo fuerte los oídos y así no los oigo tan fuerte!)	¡Haz o dile algo a tu compañero que le haga sentir contento! Y entre todos ayudaros cuando os encontréis en alguna de estas situaciones	7 VERGÜENZA ¿En qué situación pasáis vergüenza? ¡Explicároslo!
3 AMOR un abrazo, un beso, un dibujo	Haz un gesto de amor hacia alguno de tus compañeros Explícaselo a tus amigos. ¡Y recuerda: Si se lo dices cuando lo sientas ellos podrán ayudarte!	¡Dile algo al compañero/a de tu lado que le haga sentir alegre! Respirad muy profundo por la nariz, sacar el aire por la boca e ir aflojando cada parte de vuestro cuerpo. Cuando terminéis explicad cómo os habéis sentido. Muy bien ¿verdad?	8 PAZ ¡A respirar! Sentid la tranquilidad. Sentaros y cerrad los ojos
¿jugamos a	2 TRISTEZA ¿Que te hace sentir triste?	1 ALEGRÍA piensa ... ¿que te hace sentir alegre?	emocionarnos?

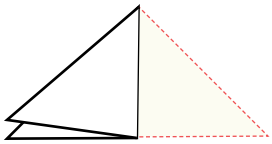
1. Imprime esta hoja y recorta el comecocos por la línea de puntos



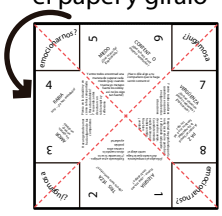
2. Dobla diagonalmente en forma de triángulo



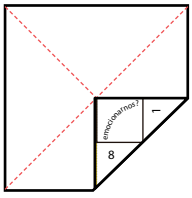
3. Dobla de nuevo diagonalmente para formar un triángulo más pequeño



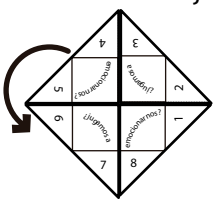
4. Desdobla el papel y gíralo



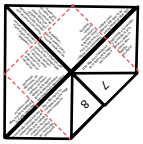
5. Dobla cada esquina hacia el centro



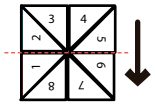
6. Dale la vuelta para ver la cara con los mensajes



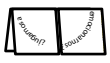
7. Vuelve a doblar todas las esquinas hacia el centro



8. Dóblalo por la mitad



9. Los colores deben quedar por fuera



10. ¡Listo! Pon tus pulgares e índices en los huecos y muévelos hacia el centro

Adaptación actiludis.com

BABULINKA BOOKS Este regalo-descarga pertenece al libro Érase una vez un niño comepalabras . Descúbrelo en www.BabulinkaBooks.com