

11

Actividades de

EMOCIONES

para niños con

SÍNDROME DE
DOWN



EL SALÓN DE PABLO
Educando con amor

Autoría



Este material ha sido creado por
@miabcdario y @elsalondepablo



EL SALÓN DE PABLO

Educando con amor



Miabcdario.com

Todos los derechos reservados.



52+ 999 649 638



@miabcdario



www.miabcdario.com



Cuéntame un cuento

¡Crea tu propia historia!

Imprime y plastifica las siguientes tarjetas que representan a personajes de una historia.

Cada personaje cuenta con la descripción de su personalidad y habilidades.

Durante el transcurso de la historia pide a tu pequeño que describa las emociones de cada personaje y el por qué de cada uno.

Cuéntame un cuento

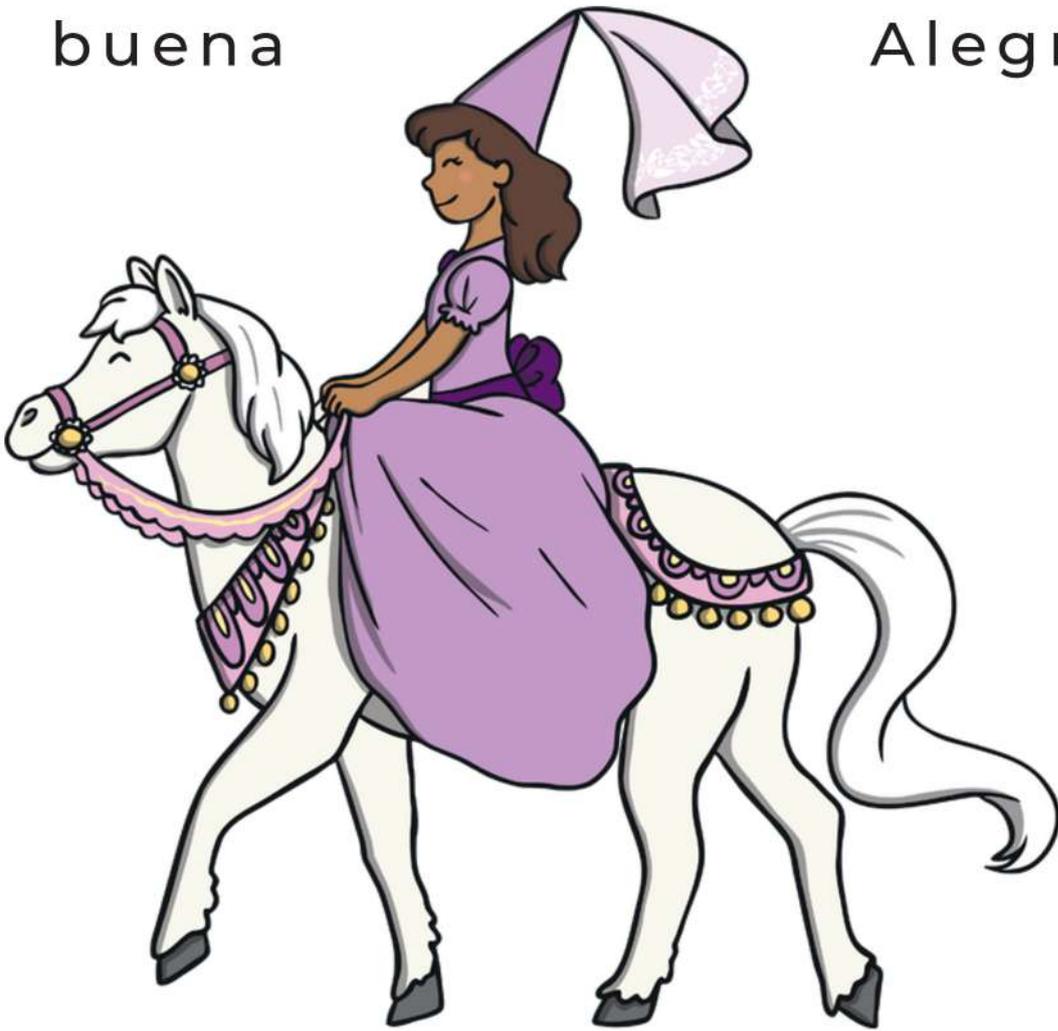
Princesa

lista

cariñosa

buena

Alegre



leal

justa

valiente



52+ 999 113 70 19



www.pintandosonrisas.top



Cuéntame un cuento

Príncipe

valiente

Alegre



listo

amable

encantador

bueno



52+ 999 113 70 19



www.pintandosonrisas.top



Cuéntame un cuento

Madrastra

mala

disciplinada

cruel

Enojada

egoista

oscura



maleducada

injusta



52+ 999 113 70 19



www.pintandosonrisas.top



Cuéntame un cuento

Hada madrina

generosa buena

cariñosa



Alegre

amable

sabia

bondadosa

mágica



52+ 999 113 70 19



www.pintandosonrisas.top



Cuéntame un cuento

Trol

fuerte

travieso

malo

feo

temible



horrible

Enojado

Cuéntame un cuento

Gigante

malo

grande

miedoso



ruidoso

gigantesco

enorme



52+ 999 113 70 19



www.pintandosonrisas.top



Enojado



Colorea las estrategias que usarías para controlar el enojo.

Cuando me siento enojado, puedo sentirme mejor si..



respiro lentamente



cuento hasta 10



me tomo un tiempo solo para calmarme



voy para afuera

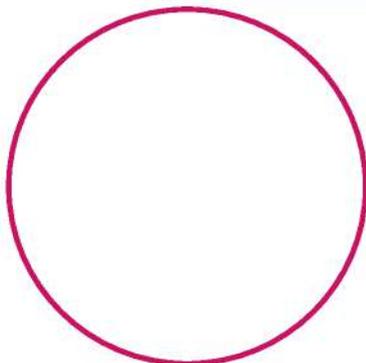


me pongo a colorear



juego con mi juguete favorito

Agrega una estrategia propia.



52+ 999 113 70 19



www.pintandosonrisas.top

Triste



Colorea las estrategias que usarías para controlar la tristeza.

Cuando me siento triste, puedo sentirme mejor si...



hablo con alguien de confianza



juego con mi juguete favorito



doy un abrazo a la distancia



hago un dibujo

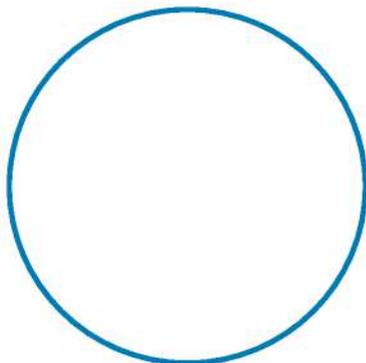


hago ejercicio



escucho música

Agrega una estrategia propia.



52+ 999 113 70 19



www.pintandosonrisas.top

Cansado



Colorea las estrategias que usarías para controlar el cansancio.

Cuando me siento cansado, puedo sentirme mejor si...



descanso un poco



leo un libro



como un
bocadillo saludable



tomo una siesta

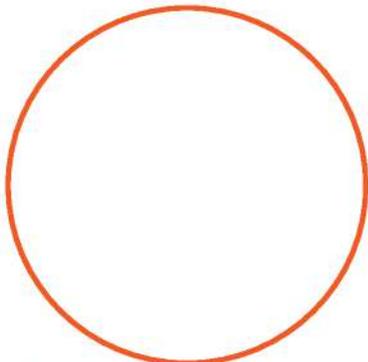


voy para afuera



veo un programa
de televisión

Agrega una estrategia propia.



52+ 999 113 70 19



www.pintandosonrisas.top

Asustado

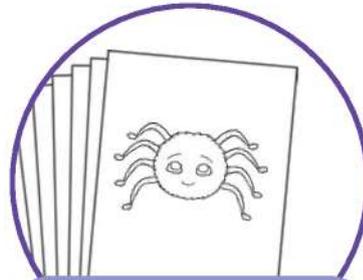


Colorea las estrategias que usarías para controlar el miedo.

Cuando tengo miedo, puedo sentirme mejor si...



hablo con alguien de confianza



hago un dibujo de lo que me da miedo



doy un abrazo a la distancia



respiro profundamente

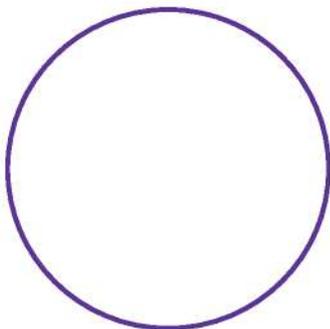


trato de pensar en algo más



me quedo cerca de alguien

Agrega una estrategia propia.



Aburrido



Colorea las estrategias que usarías para controlar el aburrimiento.

Quando me siento aburrido, puedo sentirme mejor si...



juego afuera



juego con alguien



hago un dibujo



leo un libro



armo un rompecabezas



construyo un escondite

Agrega una estrategia propia.



52+ 999 113 70 19



www.pintandosonrisas.top

Clasificación de emociones

Clasificación de emociones:
alegría, tristeza, ira

Objetivo:

Esta actividad permite a los niños clasificar las emociones según las expresiones faciales.

Al practicar el reconocimiento de expresiones faciales, los niños pueden mejorar sus habilidades sociales y su inteligencia emocional.

Instrucciones:

Imprime, recorta y plastifica las imágenes.

Pide a tu pequeño colocar las imágenes en el círculo que le corresponde.



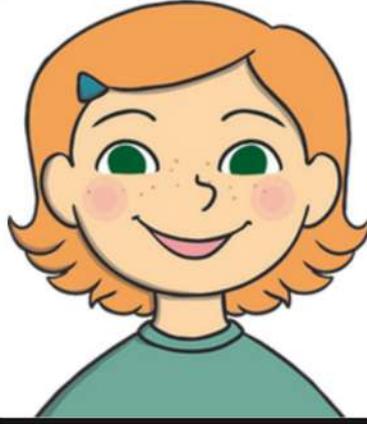
52+ 999 113 70 19



www.pintandosonrisas.top



Clasificación de emociones



52+ 999 113 70 19



www.pintandosonrisas.top



Clasificación de emociones



Clasificación de emociones

FURIA



52+ 999 113 70 19



www.pintandosonrisas.top



Clasificación de emociones

ALEGRIA



52+ 999 113 70 19



www.pintandosonrisas.top



Clasificación de emociones

TRISTEZA



52+ 999 113 70 19



www.pintandosonrisas.top



Ruleta de Acciones

Objetivo:

Esta actividad permite que los niños conozcan las diferentes actividades que pueden realizar para evitar sentirse sobrecargados con sus propias emociones.

Instrucciones:

Imprime, recorta y enmica la ruleta y la flecha indicadora. Pégalas en algún pedazo de cartón y juega con tu pequeño cada vez que se encuentre en una situación estresante.

Practiquen realizar cada una de las actividades en la ruleta.



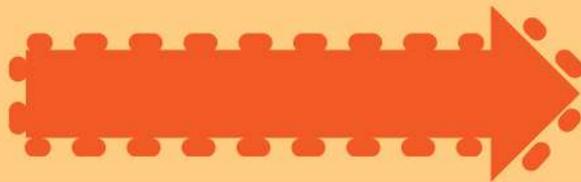
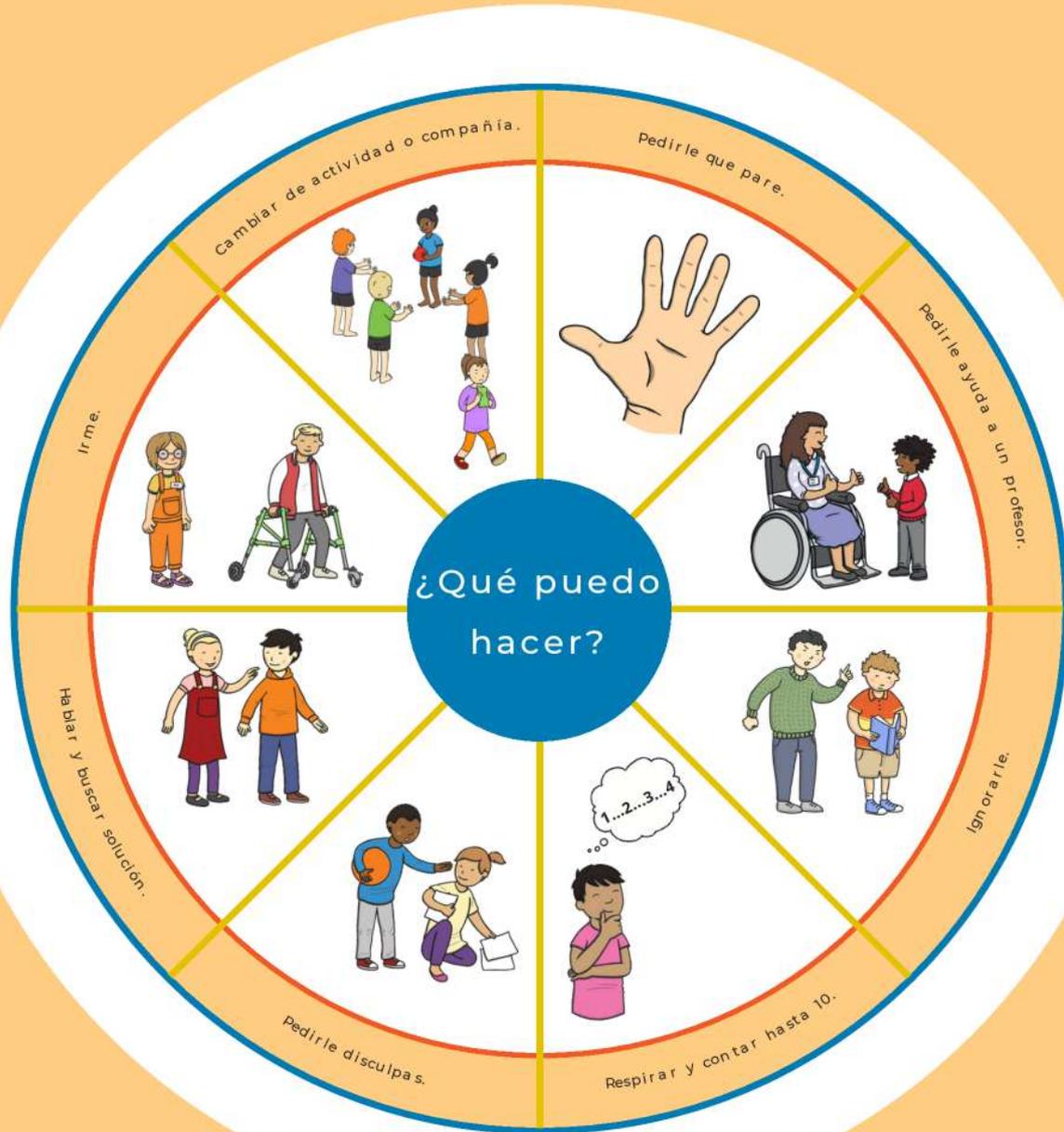
52+ 999 113 70 19



www.pintandosonrisas.top



Ruleta de Acciones



52+ 999 113 70 19



www.pintandosonrisas.top



Colorea al monstruo

Colorea al monstruo con los colores que creas tu representan sus sentimientos



52+ 999 113 70 19

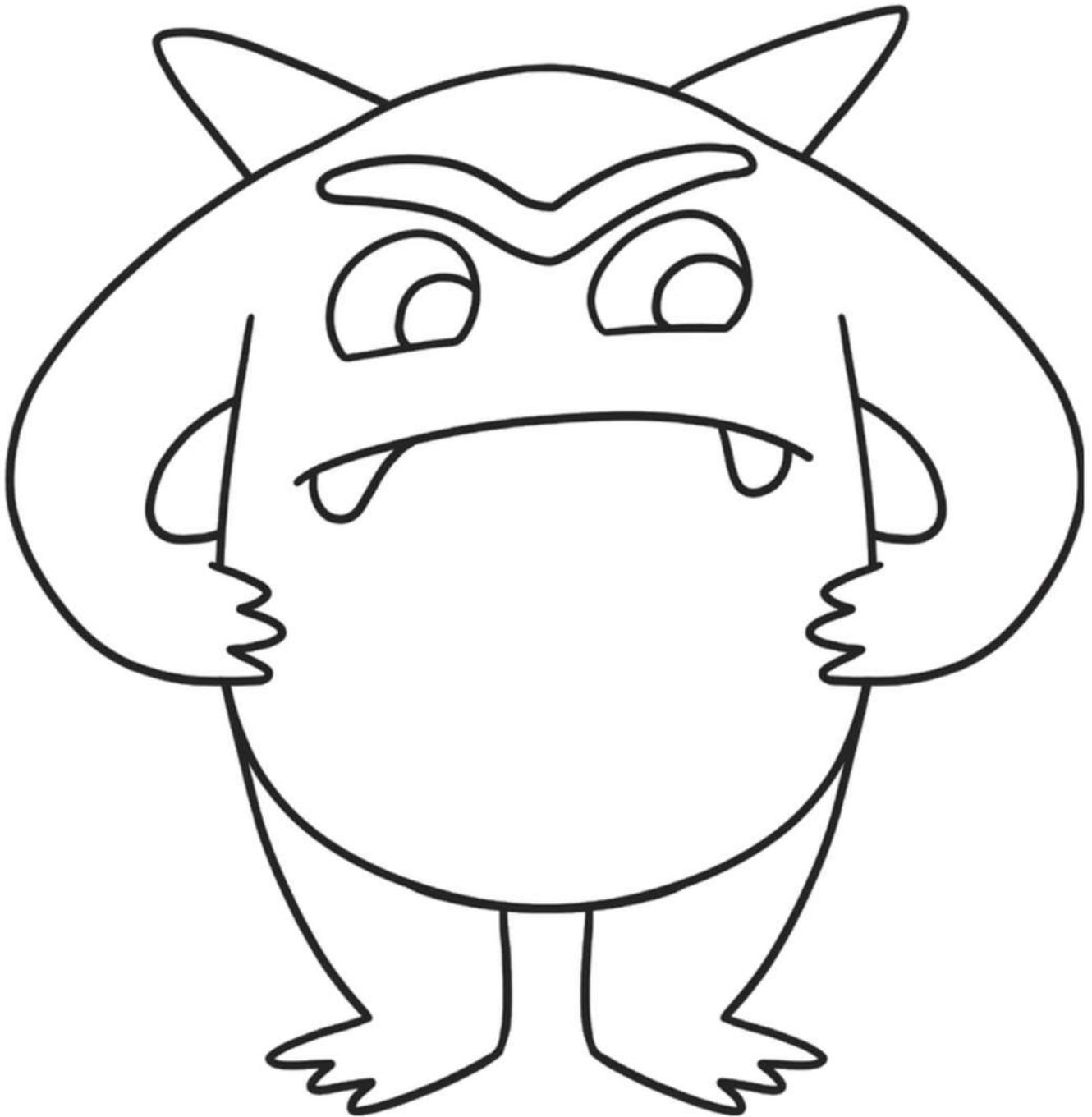


www.pintandosonrisas.top



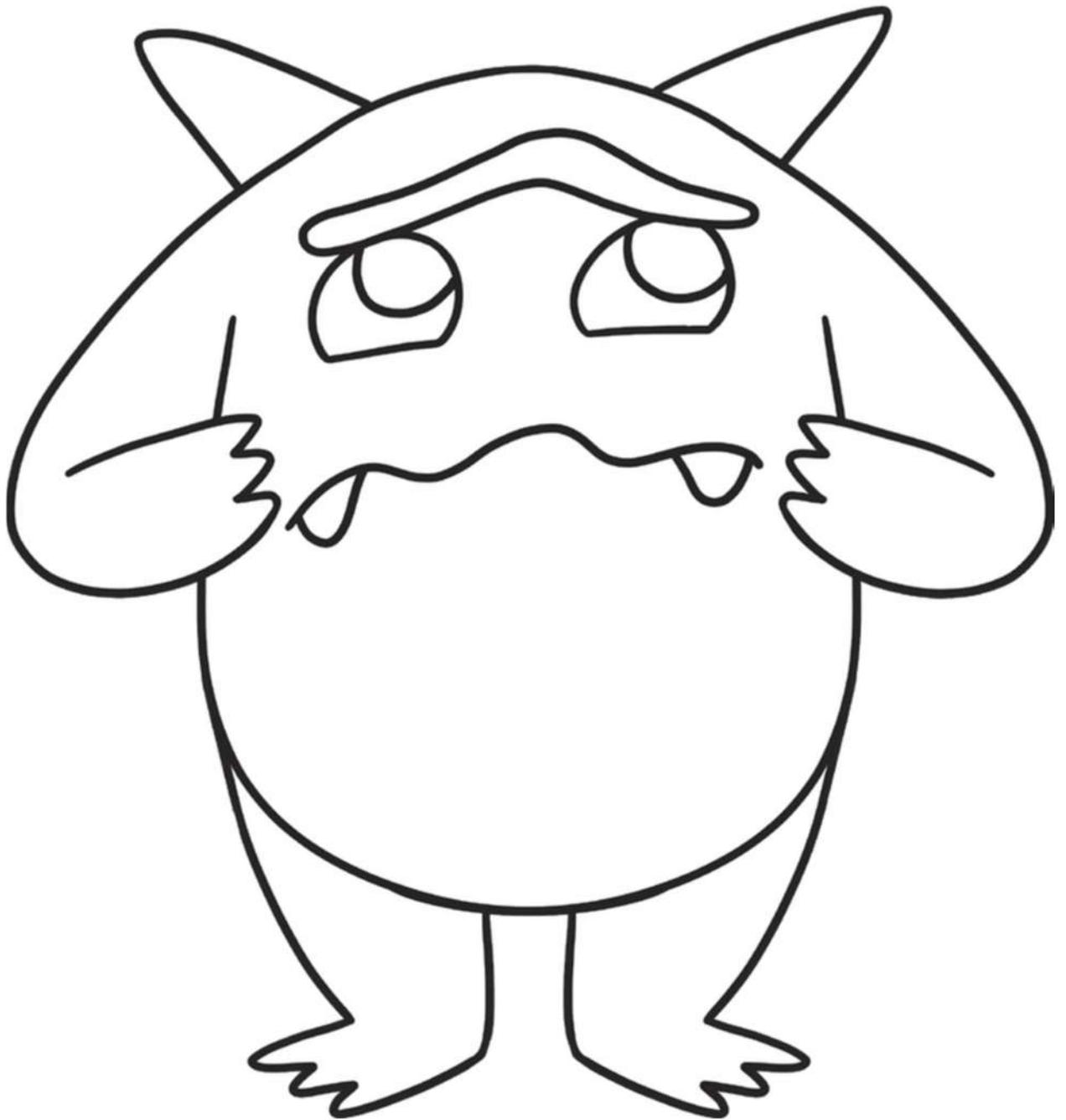
Colorea al monstruo

Colorea al monstruo con los colores que creas tu representan sus sentimientos



Colorea al monstruo

Colorea al monstruo con los colores que creas tu representan sus sentimientos



52+ 999 113 70 19



www.pintandosonrisas.top



Colorea al monstruo

Colorea al monstruo con los colores que creas tu representan sus sentimientos



52+ 999 113 70 19



www.pintandosonrisas.top

