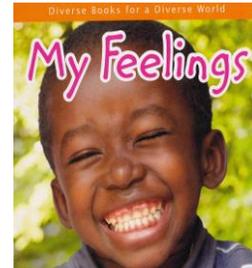




LIBRO: Mis Sentimientos

Antes de leer:

1. Lee el libro tú mismo antes de leerlo a tu hijo/a.
2. Elige un lugar para leer que esté bien iluminado y sea acogedor.
3. Invita a tu hijo/a a leer diciendo: “¡Leamos acerca de los sentimientos!”



Durante la lectura:

1. Este libro realmente promueve la conversación entre tu hijo/a y tú, así que tómate el tiempo para hacer la pregunta en cada página y escuchar la respuesta de tu hijo/a.
2. Mientras lees, habla con tu hijo/a acerca de las expresiones en los rostros de las personas en el libro. Esto ayudará a tu hijo/a a reconocer cómo se ve cada sentimiento en la cara de alguien.

Después de leer:

Juego de sentimientos: Toma una caja de pañuelos en forma de cubo y cúbrela con cualquier tipo de papel que tengas. En hojas de papel más pequeñas, dibuja una cara que muestre una sensación diferente. Piensa creativamente e incluye emociones más complejas como “confundido” o “frustrado” junto con las más frecuentes, como feliz o triste (los tipos de sentimientos que incluyas también dependerán de la edad de tu hijo/a). Tomen turnos para tirar dados y cuando caiga en un sentimiento ayuda a tu hijo/a a hacer la cara que se muestra en el cubo y luego pregúntale qué cosas hacen que se sienta de esa manera. Cuando el dado caiga en enojado, frustrado, confundido, o cualquier tipo de palabra más compleja, es posible que tengas que describirlo con un poco más de detalle. También sería un buen momento para hablar con tu hijo/a sobre lo que puede hacer para sentirse mejor cuando tenga estas emociones.

Arte: Necesitarás algunas siluetas grandes precortadas; una variedad de siluetas precortadas más pequeñas; pegamento o barra de pegamento; y, palitos de paletas para convertir las siluetas en títeres. Dile a tu hijo/a que van a hacer ¡monstruos con sentimientos! Pueden elegir cualquier silueta grande para la cara y luego pegar formas precortadas para mostrar un sentimiento. Después de que termine de pegar las silueta, pregúntale qué tipo de monstruo de sentimientos hicieron y por qué el monstruo se siente de esa manera. Escribe sus palabras en la parte posterior de la cara. Por ejemplo: “¡Este es un monstruo enojado porque su amigo le quitó su juguete!” Esta actividad realmente te ayudará a ver la comprensión de tu hijo/a de los sentimientos y lo que podría hacer que sienta este tipo de emociones. Puedes pegar las caras en los palitos si deseas hacer títeres y deja que tu hijo/a saque los diferentes monstruos para mostrar cómo se siente.