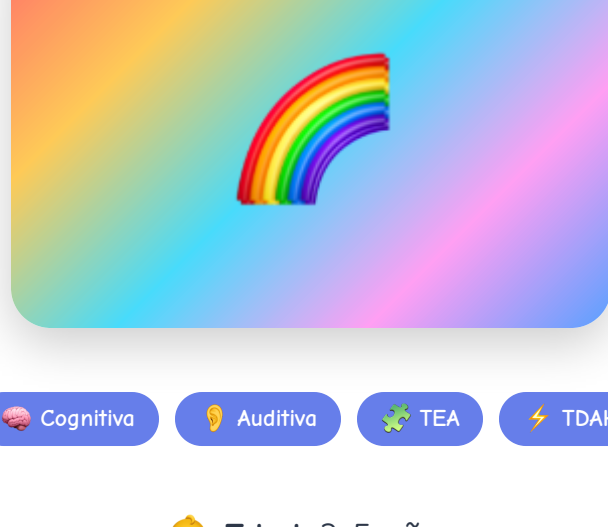


Cuadernillo

El Arcoíris de Mis Emociones

Para Estudiantes con NEE



Cognitivo Auditivo TEA TDAH

Edad: 3-5 años

Duración: 40 minutos

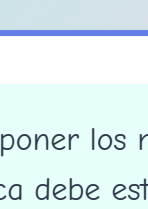
Dificultad: Fácil

Página 1 de 8

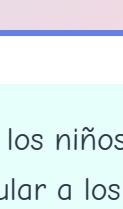
Materiales Necesarios



Materiales Principales



Pinturas de colores variados



Papel grande (A3 o mayor)



Música suave



Tarjetas de emociones

Preparación: Disponer los materiales en un espacio amplio donde los niños puedan moverse libremente. La música debe estar a volumen bajo para no sobrestimular a los niños con TEA o TDAH.

Pinceles de diferentes tamaños

Espumas para texturas

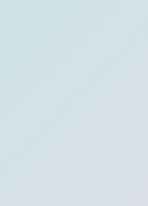
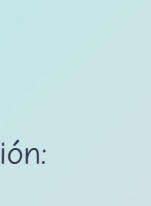
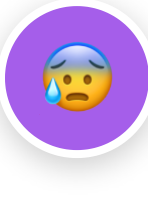
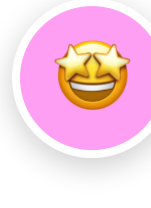
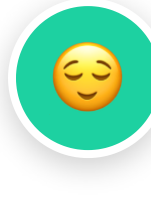
Agua para limpiar

Toallas de papel

Página 2 de 8

Reconocemos Nuestras Emociones

Observa cada emoción y piensa en un momento cuando te sentiste así.



Actividad

Dibuja tu cara cuando sientes cada emoción:

Espacio para trabajar

Espacio para trabajar

Espacio para trabajar

Feliz

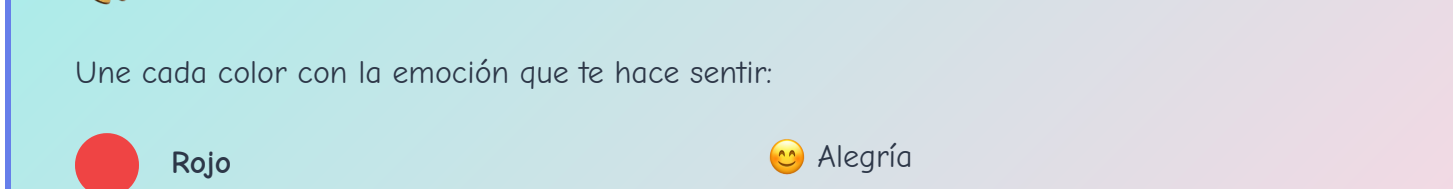
Triste

Enojado

Página 3 de 8

Colores y Emociones

Cada color puede representar una emoción diferente. ¿Qué sientes con cada color?



Asocia Colores con Emociones

Une cada color con la emoción que te hace sentir:



Rojo



Alegría



Amarillo



Tristeza



Azul



Enojo

Dibuja tu color favorito y explica cómo te hace sentir:

Espacio para trabajar

Página 4 de 8

Creando Mi Arcoíris Personal

Ahora vas a crear tu propio arcoíris usando los colores que representan tus emociones.



Paso a Paso

- 1 Escucha la música suave
- 2 Elige los colores que te gustan
- 3 Pinta tu arcoíris con movimientos suaves
- 4 Agrega detalles que te hagan feliz

Espacio para trabajar

Página 5 de 8

Expresión Libre

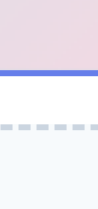
Usa tu imaginación para crear arte que muestre cómo te sientes hoy.



Ideas para tu Creación



Si te sientes feliz, pinta un sol



Si te sientes tranquilo, pinta nubes



Si te sientes emocionado, pinta flores



Si te sientes especial, pinta estrellas

Espacio para trabajar

Recuerda: No hay arte correcto o incorrecto, solo tu expresión única

Página 6 de 8

Compartiendo Nuestras Emociones

Es momento de compartir nuestro arte con los compañeros y hablar sobre nuestras emociones.



Actividad Grupal



Presenta tu Arte

Muestra tu arcoíris al grupo y cuenta qué emociones representan tus colores.



Escucha a tus Compañeros

Respeto las emociones de otros y aprende sobre diferentes maneras de sentir.



Encuentra Similitudes

Descubre qué emociones comparten y celebren juntos.



Reflexión

Dibuja o escribe algo que aprendiste sobre las emociones de tus compañeros:

Espacio para trabajar

Página 7 de 8

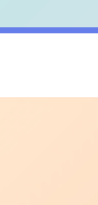
¿Cómo te Sentiste?

Evalúa tu experiencia creando el arcoíris de emociones.



Mi Experiencia

Marca la carita que mejor describe cómo te sentiste:



Me encantó



Me gustó



Estuvo bien



No me gustó



Lo que Más Me Gustó

Espacio para trabajar



Nueva Emoción que Descubrí

Espacio para trabajar

¡Felicitaciones por Explorar tus Emociones!

Página 8 de 8