



## FINALIDAD //

- Esta actividad es una forma fantástica de pedirles a los niños que hagan una pausa por un momento, se evalúen a sí mismos y respondan a la pregunta "¿Cómo te sientes hoy?" con algo más que "Bien".
- El primer paso para controlar cómo se siente es identificar exactamente qué es lo que siente.

## OBJETIVO//

- Comunicarse con su hijo/a de una manera muy accesible.
- Iniciar y promover conversaciones sobre los sentimientos en el hogar.

## INSTRUCCIONES //

### Materiales

- Hoja de "¿Cómo te sientes hoy?"

### Aplicación

Cuando los niños se despierten o lleguen a casa, pídeles que seleccionen el emoji con la emoción que mejor refleje a cómo se sienten e indíquelo en la hoja de "¿Cómo te sientes hoy?" poniendo una calcomanía, circulándolo, o poniéndolo en un pizarrón a lado

### Montaje

1. Imprimir la hoja
2. (Opcional) Plastificarlo
3. (Opcional) Imprimir emojis en una hoja de calcomanías.

### ¡Cuéntanos cómo va la actividad!

Nos encantaría recibir tus fotos o que nos etiquetes en las redes sociales



# ¿Como te sientes hoy?



# ¿Como te sientes hoy?

