



Coloreando con Chocolate Caliente



FINALIDAD

- Colorear y dibujar son una forma divertida de aliviar el estrés.
- Colorear calma el cerebro y ayuda a que tu cuerpo se relaje, lo que puede mejorar los sentimientos de estrés, depresión y ansiedad.

“El arte lava del alma el polvo de la vida cotidiana” -Pablo Picasso

OBJETIVO

- Reducir el estrés y la ansiedad

INSTRUCCIONES

Materiales

- Lápices de colores, Crayones, Marcadores
- Chocolate caliente
- Vasos de papel
- Papel, papel grueso o cartulina
- Cinta adhesiva o pegamento

Montaje

1. Imprimir mangas de copa/ fundas
2. Pida a los estudiantes que sean creativos y coloreen. Hagan un diseño o escriban mensajes positivos en sus fundas.
3. Aseguren las fundas con pegamento o cinta adhesiva
4. ¡Sirvan el chocolate caliente!



¡Cuéntanos cómo te fue con la actividad!

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



@ErikasLH



@ErikasLH



erikas.lighthouse



@Erika's Lighthouse

Para más información, contacte a Nathalia@ErikasLighthouse.org



Erika's Lighthouse®

Pegar Aqui



Erika's Lighthouse®

Pegar Aqui



Erika's Lighthouse®

Pegar Aqui



Erika's Lighthouse®

Pegar Aqui