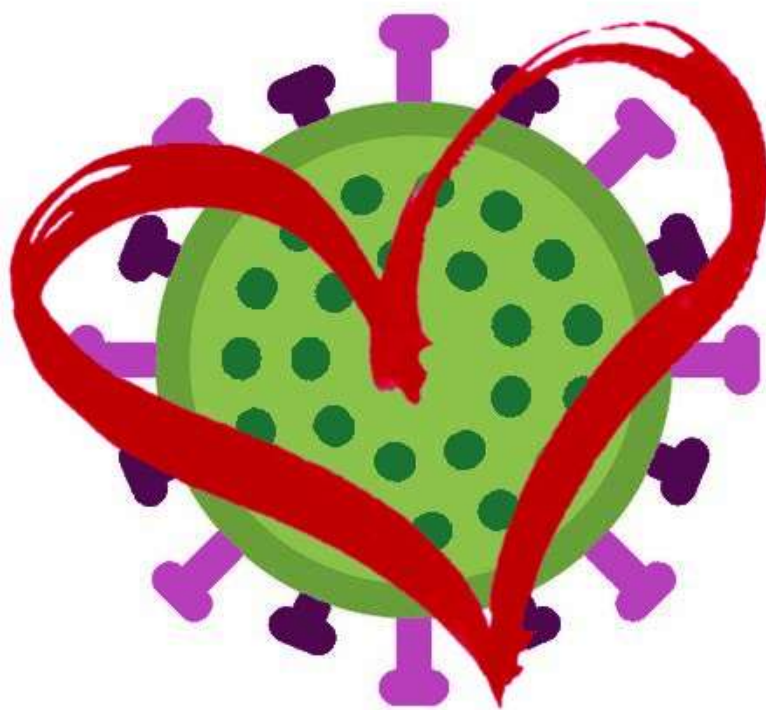




# NUESTRAS EMOCIONES CONFINADAS



ERIKA NAVARRO VEGA  
EDUACTÍVATE



Durante los días del confinamiento es muy importante que los niños y las niñas expresen las emociones que les están provocando esta difícil situación. Es por ello, que se proponen las siguientes actividades:

1. Diario emocional del confinamiento.
2. Así veo yo al coronavirus.
3. Palabras emocionales.
4. Yo puedo ayudar a que la gente se sienta mejor.
5. El final del confinamiento.
6. Soy el súper héroe/heroína que va a vencer al virus.
7. Mis agradecimientos son...
8. El frasco del confinamiento.
9. Diplomas de súper héroe y súper heroína.

Blog Educativo Educactívate:

<https://www.facebook.com/educactivat>

<https://www.instagram.com/educactivate0/>

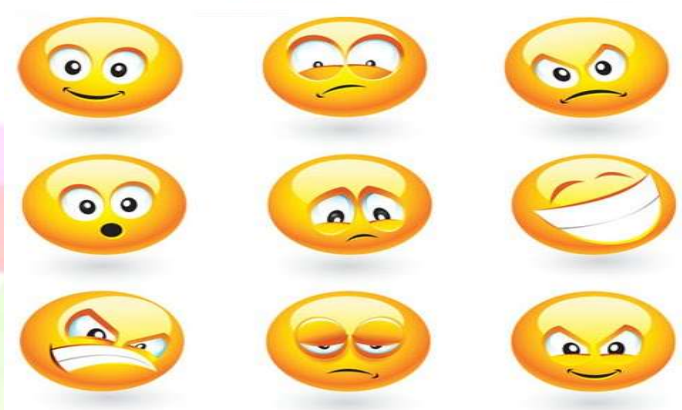
## Diario emocional del confinamiento

Me llamo.....Vivo en.....

Llevo.....días de confinamiento.

Paso los días con.....

Hoy me siento:



Le pongo nombre a mi emoción.....

Esa emoción me hace sentir.....

.....

.....

.....

Mi cuerpo reacciona.....

.....

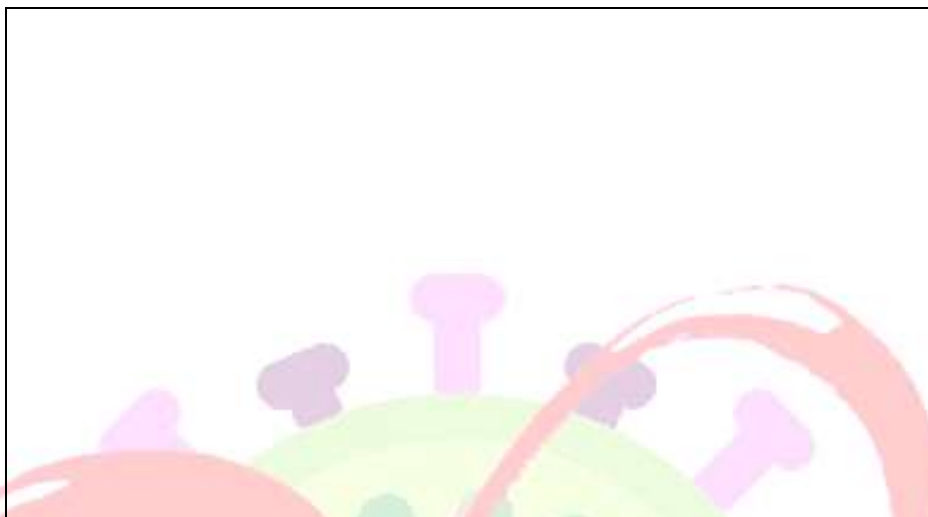
.....

Yo lo gestiono.....

.....

## Así veo yo al coronavirus

Hago un dibujo



El coronavirus para mí es.....

.....

El coronavirus ha hecho que yo.....

.....

Con el coronavirus he aprendido.....

.....

.....

.....

## Palabras emocionales

Reconozco estas emociones desde que el coronavirus llegó. (Rodea las palabras).



## Yo puedo ayudar a que la gente se sienta mejor

Con estas palabras.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Con estas acciones

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

## El final de confinamiento

Cuando todo esto termine, las actividades que haré con mi familia serán:

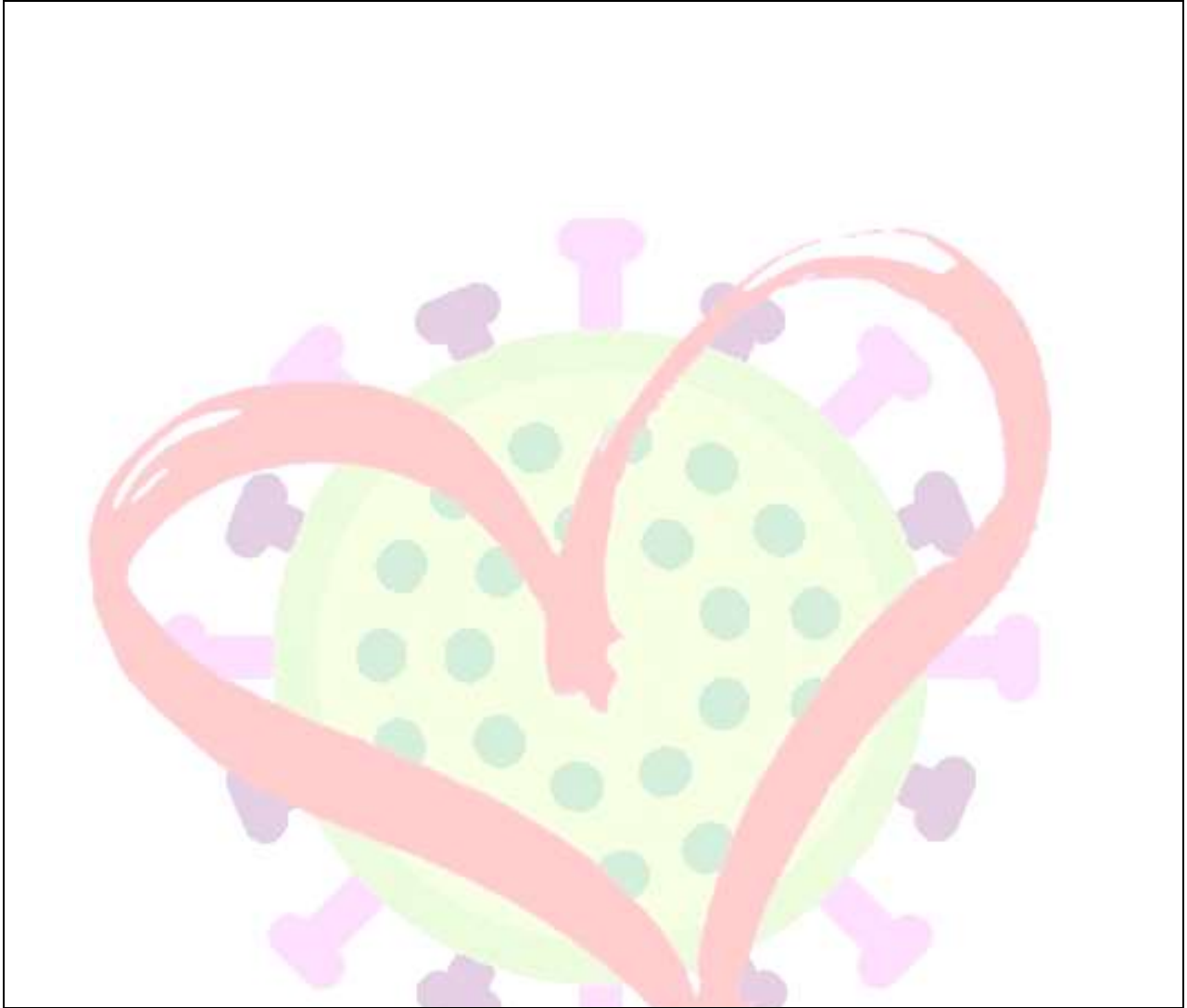
1. ....
2. ....
3. ....
4. ....
5. ....
6. ....
7. ....
8. ....
9. ....
10. ....

Las actividades que haré con mis amigos serán:

1. ....
2. ....
3. ....
4. ....
5. ....
6. ....
7. ....
8. ....
9. ....
10. ....

## Soy el súper héroe/heroína que va a vencer al virus

Dibújate como un súper héroe o heroína venciendo al virus con algunas de las palabras y acciones de la actividad anterior.



## Mis agradecimientos son...

Estoy muy agradecido/a a:

Mi familia por.....

.....

.....

.....

.....

Mi profe por.....

.....

.....

.....

.....

Mis amigos/as por.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

## El frasco del confinamiento

Este es el frasco del confinamiento, en el que cada día tenemos que escribir alguna actividad que nos encantaría compartir con alguien cuando por fin podamos salir. Cuando todo esto pase, solo hay que hacerlo realidad.



ERIKA NAVARRO VEGA  
EDUCACTÍVATE

# SÚPER HÉROE CONTRA EL CORONAVIRUS

*esta mención se concede a:*

*en reconocimiento de*

Su valentía durante el confinamiento, sus palabras y acciones para ayudarnos a vencer al coronavirus y su coraje para estar en casa tantos días, como el mayor campeón del mundo.

Fecha: \_\_\_\_\_



# SÚPER HEROÍNA CONTRA EL CORONAVIRUS

*esta mención se concede a:*

*en reconocimiento de*

Su valentía durante el confinamiento, sus palabras y acciones para ayudarnos a vencer al coronavirus y su coraje para estar en casa tantos días, como la mayor campeona del mundo.

Fecha: \_\_\_\_\_

