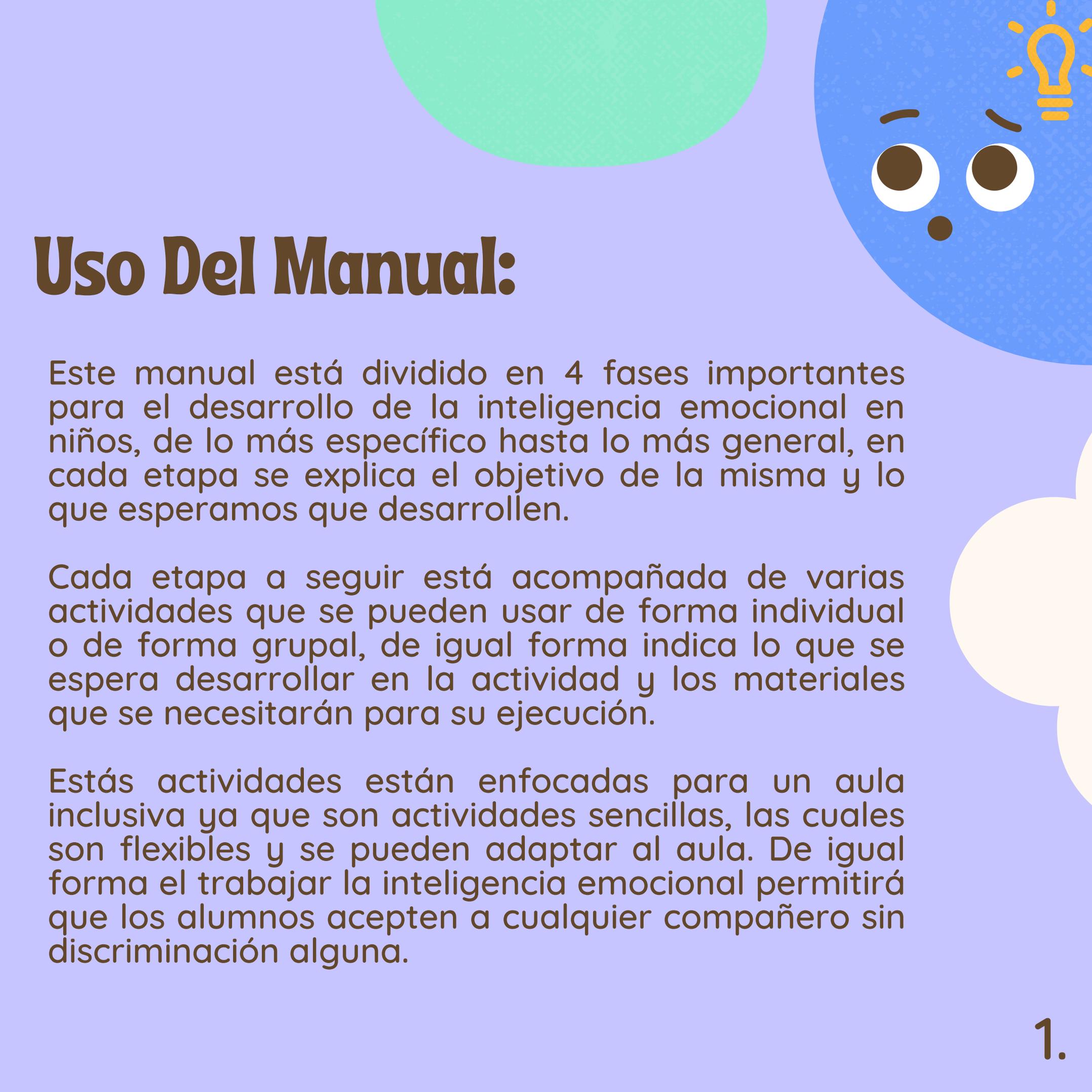


**MANUAL PARA EL  
DESARROLLO DE LA  
INTELIGENCIA EMOCIONAL  
DE NIÑOS DE 4 A 6 AÑOS  
EN UN AULA INCLUSIVA**

XIMENA ACEVEDO VALDEZ 17732

# ÍNDICE

- Uso del manual.....P. 1
- Desarrollo de la inteligencia emocional.....P. 2
- Glosario sobre la inteligencia emocional.....P. 3
- Actividades Para el Desarrollo de la inteligencia emocional.....P. 4
  
- ¿Cuál es la diferencia entre cada emoción?.....P.6
  - Conozco y nombro mis emociones
  - Expresiones faciales
  - Bailo y paro
  
- ¿Cómo me siento?.....P.10
  - ¿Cómo me siento en este momento?
  - Dibujo cómo me siento viéndome al espejo
  - Círculo de confianza
  - Al final del día dibujo o escribo cómo me sentí
  
- ¿Cómo se siente la otra persona?.....P.15
  - Identifico cada emoción
  - Mímica de emociones
  
- ¿Cómo controlo mis emociones?.....P.18
  - Respiro y cuento hasta 10
  - Pinto un arcoíris
  - Botella sensorial
  - Estrujo plastia o un peluche
  - Soplo burbujas y respiro
  - Pinto cómo me siento
  - Dibujo líneas rectas
  - Dibujo un paisaje
  - Coloreo mandalas
  
- Recomendaciones.....P.28
- Referencias.....P.30

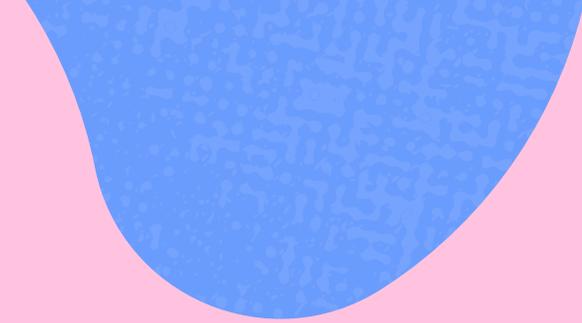


# Uso Del Manual:

Este manual está dividido en 4 fases importantes para el desarrollo de la inteligencia emocional en niños, de lo más específico hasta lo más general, en cada etapa se explica el objetivo de la misma y lo que esperamos que desarrollen.

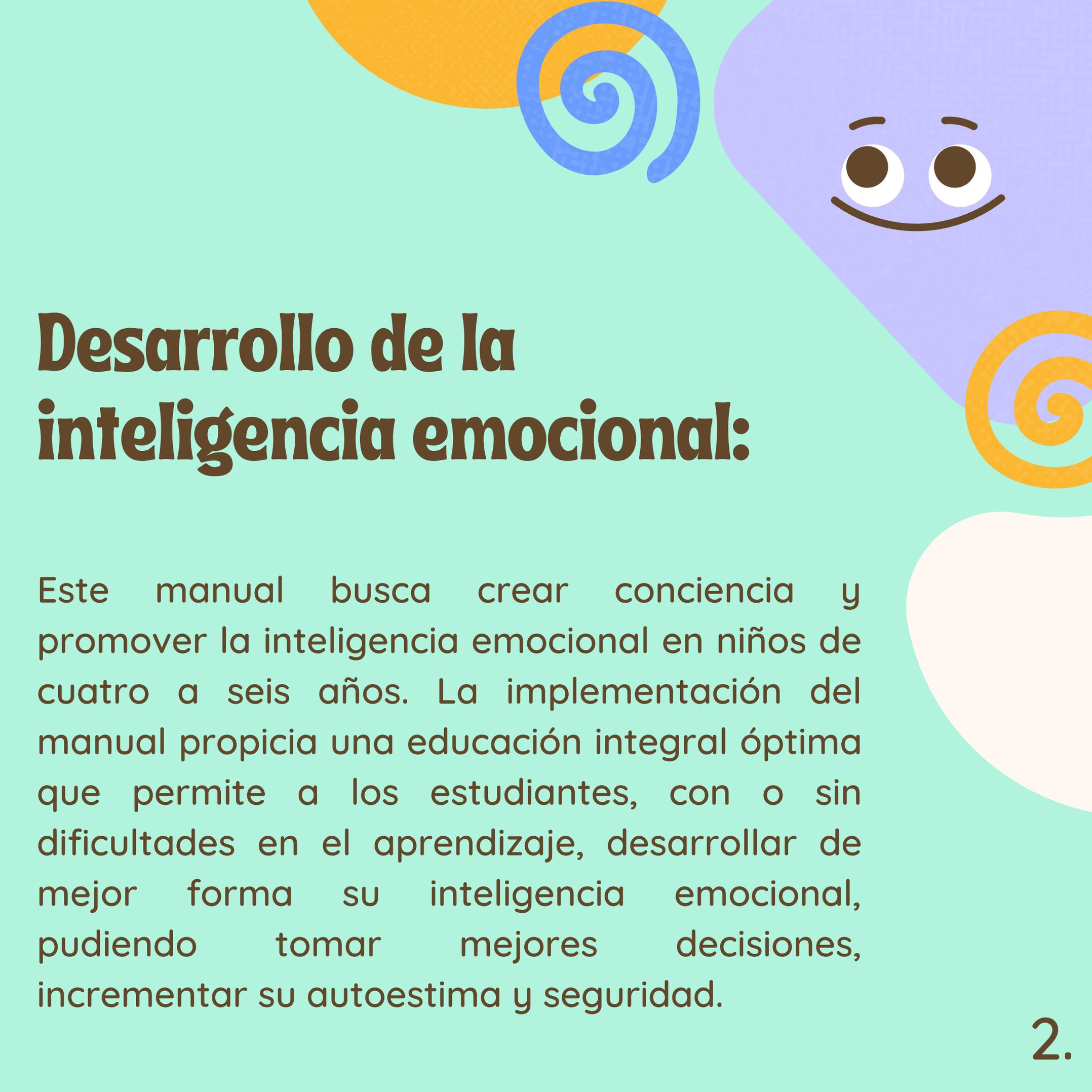
Cada etapa a seguir está acompañada de varias actividades que se pueden usar de forma individual o de forma grupal, de igual forma indica lo que se espera desarrollar en la actividad y los materiales que se necesitarán para su ejecución.

Estas actividades están enfocadas para un aula inclusiva ya que son actividades sencillas, las cuales son flexibles y se pueden adaptar al aula. De igual forma el trabajar la inteligencia emocional permitirá que los alumnos acepten a cualquier compañero sin discriminación alguna.



# COVID 19

- Debido a la pandemia estas actividades pueden ser realizadas en casa con ayuda de padres o tutores, solamente deben seguir los pasos que indica cada instrucción y de preferencia utilizar los materiales que se tiene en casa, para no realizar ningún gasto.
- Luego padres de familia o tutores deberán enviar fotografías a la docente para verificar qué se está realizando.
- Se puede utilizar alguna aplicación, por medio de WhatsApp o correo electrónico para dar acompañamiento adecuado a los padres.



# Desarrollo de la inteligencia emocional:

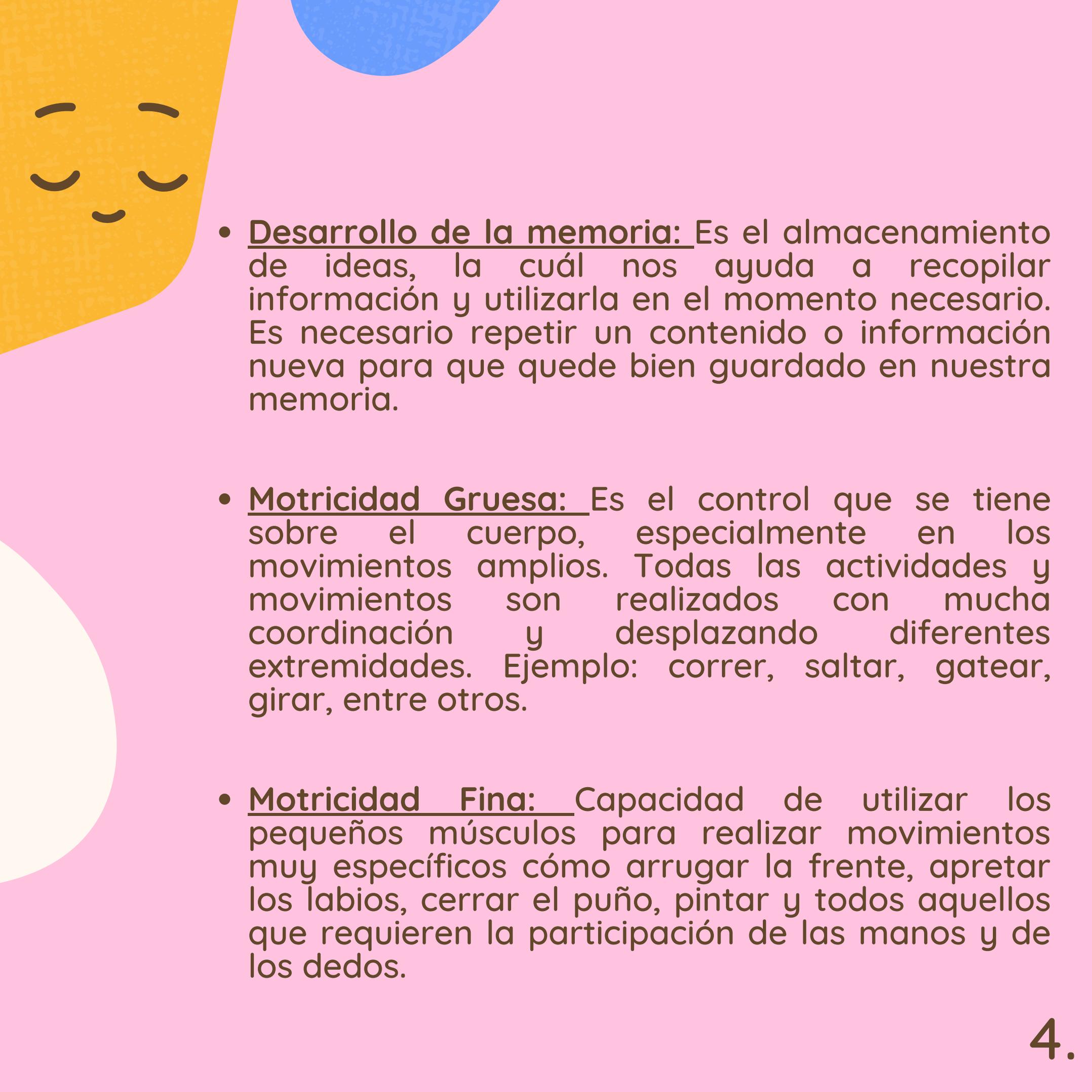
Este manual busca crear conciencia y promover la inteligencia emocional en niños de cuatro a seis años. La implementación del manual propicia una educación integral óptima que permite a los estudiantes, con o sin dificultades en el aprendizaje, desarrollar de mejor forma su inteligencia emocional, pudiendo tomar mejores decisiones, incrementar su autoestima y seguridad.

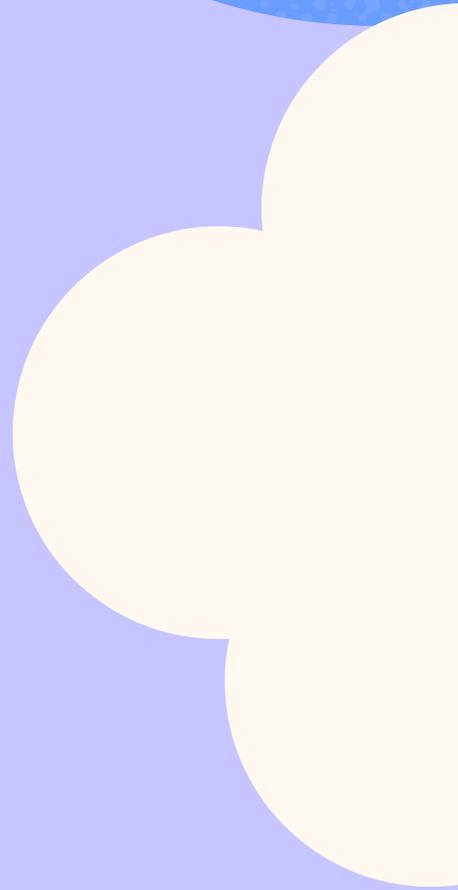
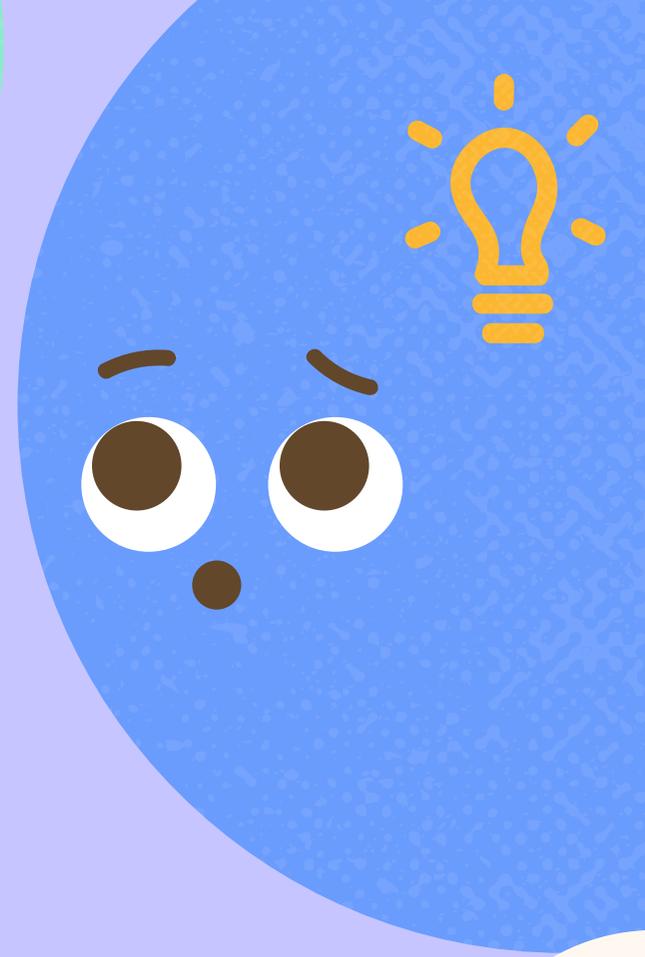


# GLOSARIO:

- **Inteligencia emocional:** Es la capacidad y el buen uso de los sentimientos, tanto de nosotros como del de los demás. Esto implica el identificarlos dándoles un nombre, entenderlos y actuar ante las emociones de manera controlada. Es analizar la situación y hacer un buen uso de nuestro comportamiento. La inteligencia emocional abarca desde saber que emociones existen y podemos sentir hasta el identificarlas en las demás personas siendo personas empáticas.
- **Inclusión:** Es permitir la participación activa de todas las personas en la sociedad respondiendo a la diversidad y las diferencias de cada persona, entendiendo esto como el crecimiento de la sociedad.
- **Inclusión Educativa:** Es permitir la participación activa de todas las personas en la educación, permitiendo que todos puedan tener acceso a una educación de calidad.

- 
- **Autoconciencia:** Es la capacidad de introspección y la habilidad de reconocerse como persona, sabiendo su diferencia de los demás.
  - **Autorregulación:** Es saber que somos dueños de nuestras emociones, es tener control sobre ellas y darles el mejor manejo posible.
  - **Motivación:** Es lo que impulsa a las personas a iniciar o continuar una actividad o comportamiento.
  - **Empatía:** Capacidad que tiene una persona de percibir y reconocer los pensamientos y emociones de las demás personas.
  - **Habilidades Sociales:** Es la capacidad que tienen las personas de interactuar con sus pares.

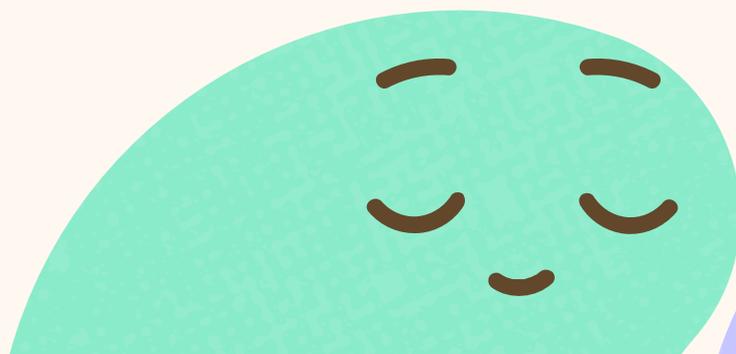
- 
- **Desarrollo de la memoria:** Es el almacenamiento de ideas, la cuál nos ayuda a recopilar información y utilizarla en el momento necesario. Es necesario repetir un contenido o información nueva para que quede bien guardado en nuestra memoria.
  - **Motricidad Gruesa:** Es el control que se tiene sobre el cuerpo, especialmente en los movimientos amplios. Todas las actividades y movimientos son realizados con mucha coordinación y desplazando diferentes extremidades. Ejemplo: correr, saltar, gatear, girar, entre otros.
  - **Motricidad Fina:** Capacidad de utilizar los pequeños músculos para realizar movimientos muy específicos cómo arrugar la frente, apretar los labios, cerrar el puño, pintar y todos aquellos que requieren la participación de las manos y de los dedos.



**ACTIVIDADES PARA  
EL DESARROLLO  
DE LA INTELIGENCIA  
EMOCIONAL:**

# ¿CUÁL ES LA DIFERENCIA ENTRE CADA EMOCIÓN?

Objetivo: Identificar las emociones y características específicas de cada una.



# CONOZCO Y NOMBRO MIS EMOCIONES

## Procedimiento:

- La maestra debe presentar dibujos de 4 emociones (felicidad, tristeza, enojo, sorpresa). Asegurase que tengan características de cada una: lágrimas, sonrisa grande, etc.
- Nombrar cada emoción en voz alta, señalar el dibujo o imagen y luego todos juntos hacer la expresión faciales.
- Luego de hacer la expresión facial preguntarles a los niños ¿en qué momento se han sentido así?
- Escuchar a los niños y dar espacio para que la maestra pueda mediar las respuestas.
- Al terminar esta actividad se les pueden mostrar imágenes de personas, esto para que ellos se sientan identificados. Nombrar la emoción, e identificar características.

**Recomendación:** Conforme los niños vayan identificando las emociones, se puede aumentar la cantidad de las mismas.

## Materiales:

- Ilustraciones de emociones.
- Marcadores para dibujar en el pizarrón.



# EXPRESIONES FACIALES

## Procedimiento:

- Previo a esta actividad debemos de recordar cuáles son las emociones que existen y podemos sentir. La maestra debe mencionarlas y luego realizar un dibujo que lo represente.
- Luego que el niño recordó las emociones y sus características trabajarán las expresiones faciales haciéndolo de una forma muy divertida, con diferentes materiales y texturas.
- Podemos realizar esta actividad con diferentes materiales como pasta , plantillas de caras y plasticina, pintar una piedra o globo y dibujar su expresión facial u otro material que tengamos en clase.
- Darle al niño el material que la maestra decida que usaremos. Antes de iniciar cada niño debe decir 1 emoción, ya sea como se siente o la que quiere realizar.
- Al terminar cada niño deberá presentar su manualidad o se pueden colocar todas las creaciones en una mesa para que todos puedan pasar admirando cada una.

## Materiales:

- Globos
- Marcadores
- Plasticina
- Hojas en blanco
- Crayones
- Material de reciclaje.



Simcoe, K. S. (2019)

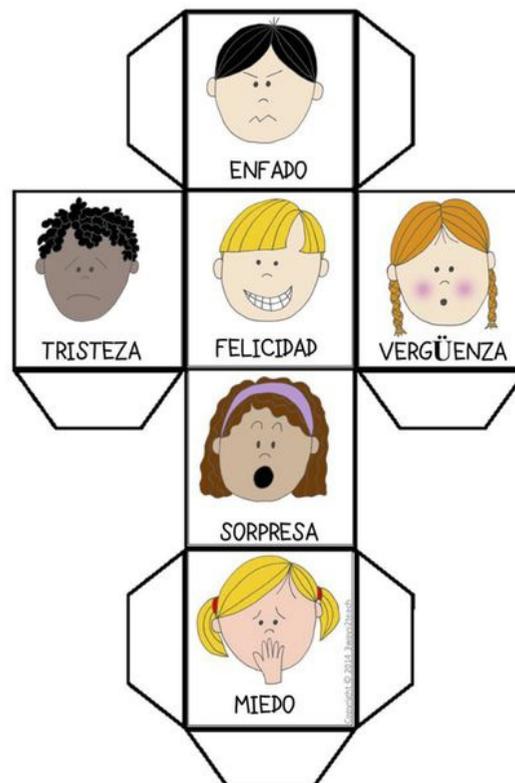
# BAILO Y PARO

## Procedimiento:

- Mostrar a los niños un dado con 6 emociones diferentes, mientras se presenta el dado se puede hablar sobre cada una de las emociones y hacer la expresión.
- Colocar música para que los niños puedan bailar de forma libre y al parar la canción...
- Tirar el dado, y la maestra o algún alumno debe decir en voz alta la emoción en la que cayó el dado.
- Los niños deben hacer una pose imitando la emoción que el dado indique.

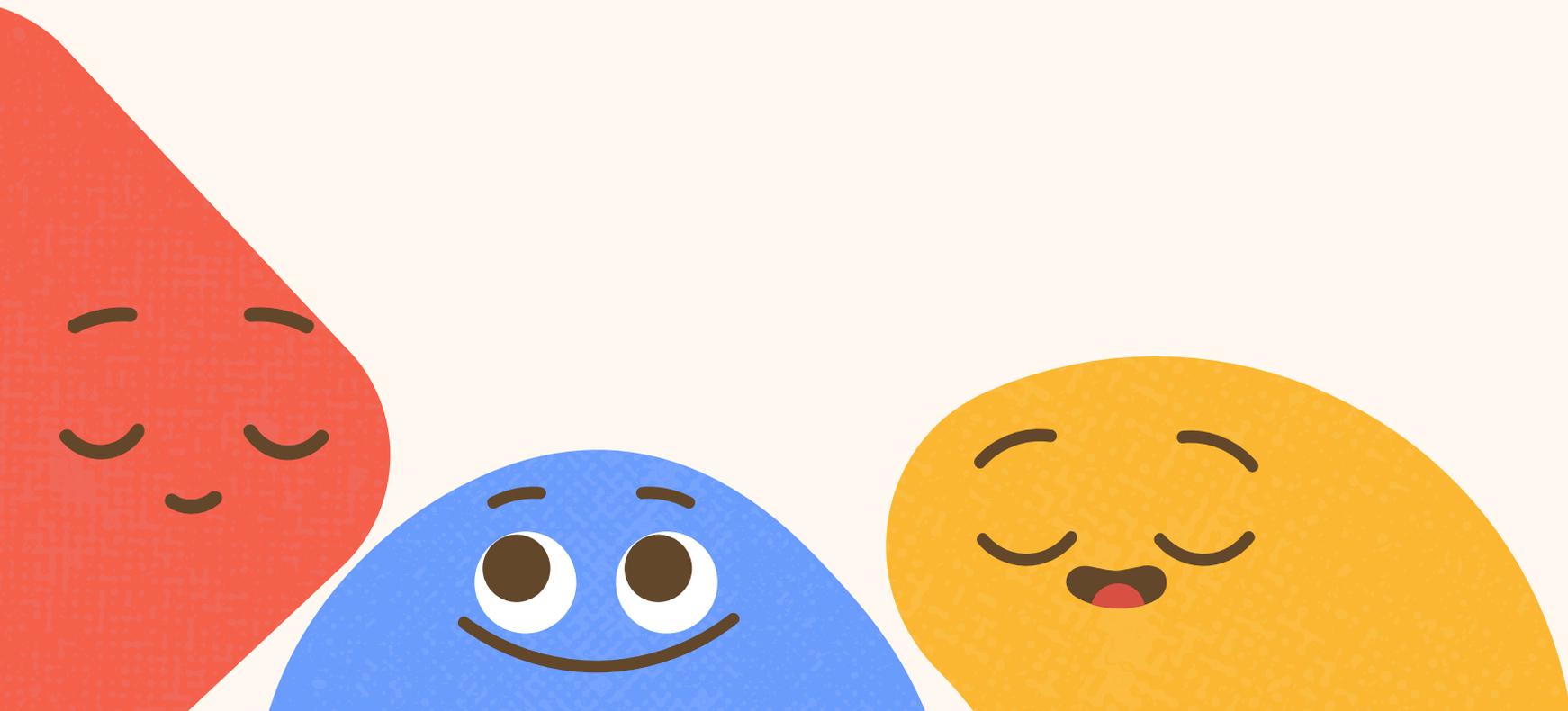
## Materiales:

- Dado con imágenes de emociones.
- Música.
- Bocina.



# ¿CÓMO ME SIENTO?

Objetivo: Reconocer sus propias emociones.



# ¿CÓMO ME SIENTO EN ESTE MOMENTO?

## Procedimiento:

- Al iniciar o finalizar el día, mostrar a los niños imágenes de emociones: feliz, triste, enojado, confundido, emocionado y con miedo.
- Darle espacio a todos los niños para decir cómo se sienten en ese momento.
- Luego mostrarles una tira de papel con las emociones que vimos, darles un gancho con su nombre y el niño debe colocarlo en la emoción que siente.

## Materiales:

- Imágenes de emociones.
- Tira con emociones
- Ganchos.



Sarah, S. (2021).

# DIBUJO CÓMO ME SIENTO VIÉNDOME AL ESPEJO

## Procedimiento:

- En esta actividad los niños identificarán las emociones en su propia carita, haciendo gestos faciales.
- La maestra debe indicarles a los niños una emoción, las que aprendieron anteriormente feliz, triste, enojado, confundido, emocionado y con miedo.
- Los niños deben de realizar una expresión facial que identifique la emoción que estén sintiendo o quieran representar.
- Mientras la hace debe verse en el espejo e ir dibujando en una hoja en blanco lo que ve en su reflejo.

## Materiales:

- Espejo
- Hojas en blanco
- Crayones
- Lápiz



M. C. (2015).

# CÍRCULO DE CONFIANZA

## Procedimiento:

- Esta actividad se puede hacer durante el día o al finalizarlo, ayudará a que los niños puedan identificar cómo se sienten y luego expresarlo. Formar un círculo, cada maestra le puede colocar un nombre creativo o, uno que ayude a los niños a recordar qué es un círculo donde se pueden sentir seguros, como: círculo de confianza.
- La maestra debe tener un peluche o un objeto que se pueda ir rotando entre todos los niños.
- Es importante recordarles a los niños que estamos en un círculo para escuchar cómo se sienten sus compañeros, todas las emociones son válidas.
- Quien tenga el peluche podrá expresar cómo se siente en ese momento.
- Ir rotando el peluche para que puedan pasar los niños.
- Al inicio puede ser una actividad opcional, es decir pasa el niño que se sienta cómodo, cada niño tiene su proceso y se irán sintiendo en confianza con el tiempo.

## Materiales:

- Peluche u objeto



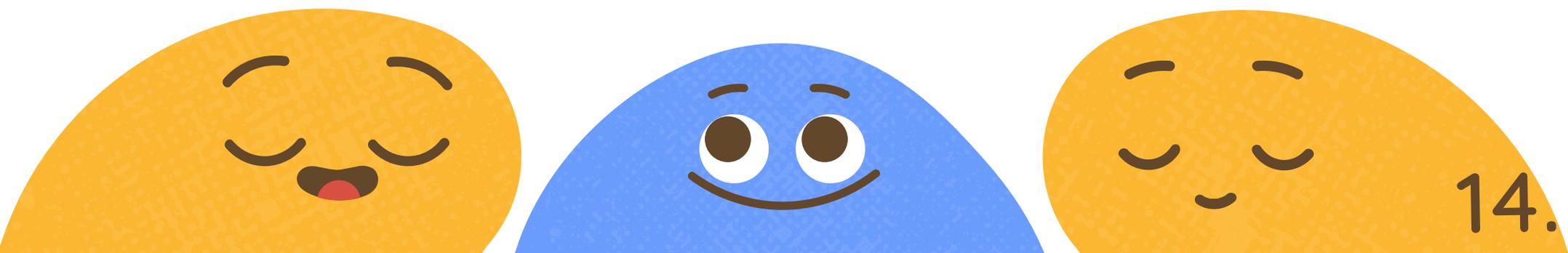
# AL FINAL DEL DÍA DIBUJO O ESCRIBO CÓMO ME SENTÍ

## Procedimiento:

- Esta actividad es para realizarla al finalizar el día.
- Antes de iniciar la actividad es importante recordar cuáles son las emociones ( feliz, triste, enojado, confundido, emocionado y con miedo) y explicarles lo importante que son todas, que es parte de ser personas y podemos sentirnos así aveces.
- Hacerles varias preguntas que los ayuden a pensar en cómo estuvo su día y cómo se sintieron durante el mismo. ¿Qué fue lo que más me gustó del día y cómo me hizo sentir esto? ¿Qué no me gustó de mi día y cómo me hizo sentir esto? ¿Cómo me siento ahorita que terminé mi jornada de colegio?
- Darle tiempo a los niños para que escriban o realicen sus dibujos y luego si alguien quiere compartirlo está invitado a hacerlo.

## Materiales:

- Hojas en blanco
- Lápices
- Crayones



# ¿CÓMO SE SIENTE LA OTRA PERSONA?

Objetivo: Desarrollar empatía a través de la identificación de las emociones en otros.



# IDENTIFICO CADA EMOCIÓN

## Procedimiento:

- Mostrar a los estudiantes imágenes o ilustraciones de niños en situaciones con emociones notorias, como una niña llorando con un juguete roto en la mano o una niña muy feliz comiendo un helado.
- Enseñarles las imágenes y hacerles varias preguntas que los haga profundizar en cómo se sienten los niños de los dibujos, y por qué se sienten así. Esto se puede hacer con ayuda de varias preguntas: ¿Cómo está el niño? ¿Qué emoción puede estar sintiendo? Y ¿Qué crees que le pasó al niño? ¿Cómo sabes que se siente así?
- Luego preguntarles ¿En qué momento te has sentido así? ¿Qué situación te hizo sentir \_\_\_\_\_?  
(emocion) ?
- Se debe hacer esto con cada una de las imágenes, pueden ser de 5-8 emociones.

## Materiales:

- Imágenes de niños en diferentes situaciones.



Edelvives. (2017).



Edelvives. (2017).

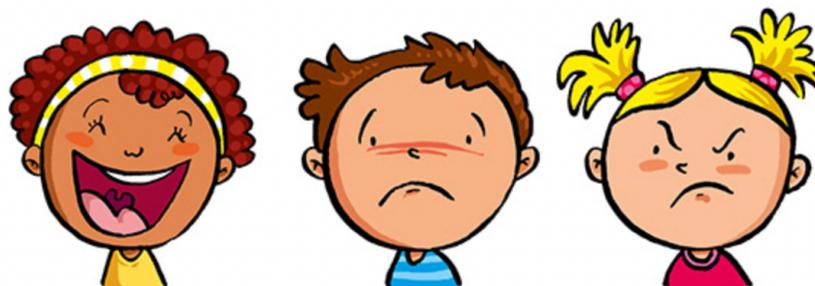
# MÍMICA DE EMOCIONES

## Procedimiento:

- Junto con los niños, escoger de 5 a 10 emociones, esto los ayudará a recordar las que han aprendido anteriormente.
- Las emociones que elijan se deben escribir en pequeños papeles y luego doblarlos de manera que no se vea lo que está escrito.
- Colocar los papelitos en una caja o una bolsa para poder revolver con facilidad.
- De forma voluntaria, los niños irán pasando uno por uno para sacar un papelito, y con ayuda de la maestra leer la emoción que le tocó.
- Luego de saber qué emoción le tocó interpretar, el niño tendrá 30 segundos o 1 minuto para actuar la emoción. Ejemplo: Triste: un niño está feliz comiendo un helado mientras camina por el parque, no ve una piedra en el, entonces se tropieza y su helado se cae, inmediatamente se pone triste y llora porque estaba disfrutando su helado.
- Los demás niños deben identificar la emoción que es.
- Al saber qué emoción estaba interpretando el niño la maestra les debe preguntar ¿Cómo supieron que era la emoción \_\_\_\_\_ ?  
(emocion)
- Hacer esto con las emociones que se escojan.
- Esta actividad puede ser más divertida si se usa material o ropa para disfrazarse.

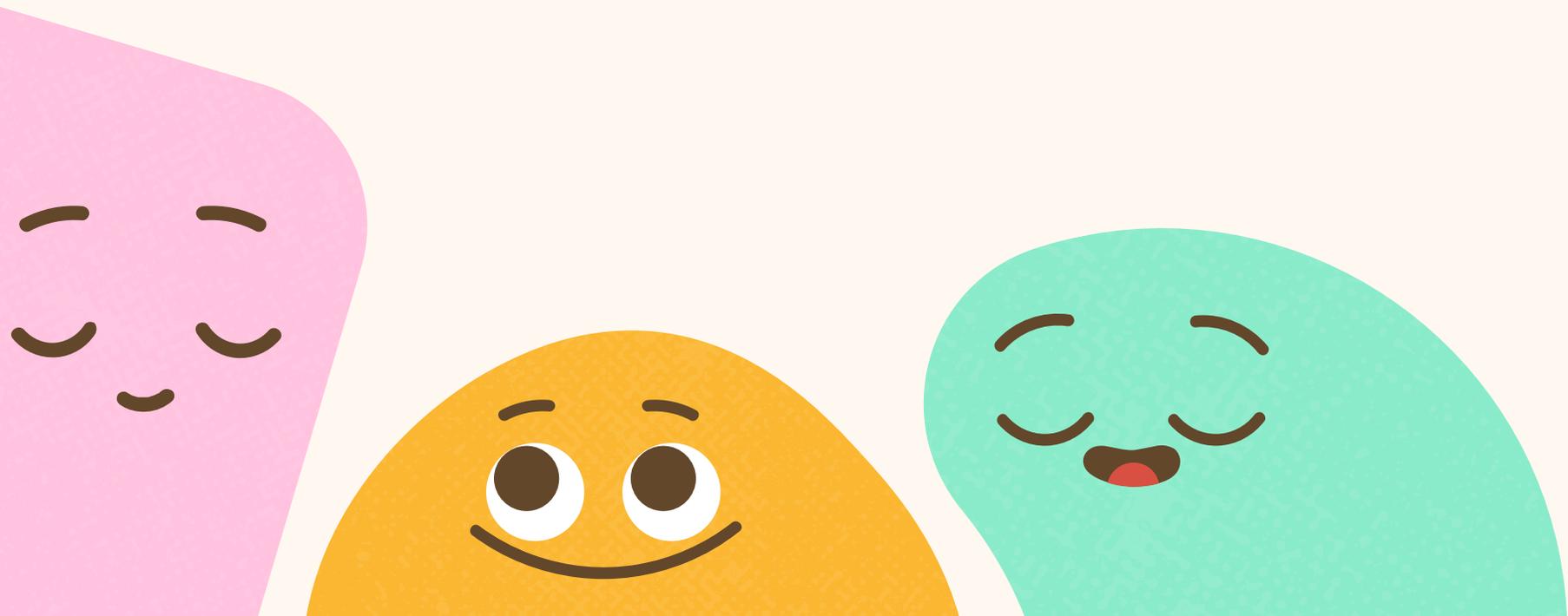
## Materiales:

- Papeles cortados y doblados.
- Lápiz para escribir palabras
- Bolsa y caja para revolver papeles
- Material para disfrazarse.



# ¿CÓMO CONTROLLO MIS EMOCIONES?

Objetivo: Mejorar el autocontrol y manejo de las emociones.



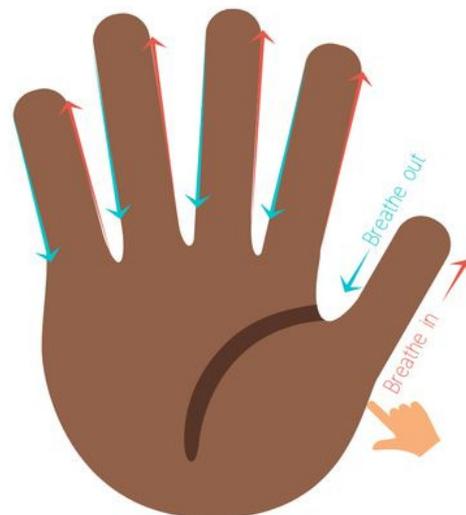
# RESPIRO Y CUENTO HASTA 10

## Procedimiento:

- Esta actividad ayuda al niño cuando está en una situación emocional o sensorial difícil y donde pueden llegar a perder el control de sus acciones. Respirar ayuda a algunos niños a bajar sus niveles de enojo y a poder tomar acciones.
- Una técnica que puede ayudar es agacharse al nivel del niño y mostrarle cómo respirar contando hasta 10. Se debe inhalar aire de forma lenta, exhalando al aire y luego decir el número 1, se repite el ejercicio y esta vez se dice el número 2...
- Se repite esta actividad hasta llegar al número 10.
- Otra actividad es seguir una forma con sus dedos índice, puede ser un símbolo de infinito  $\infty$  en donde se hace la mitad de la figura inhalando y la otra mitad exhalando.
- Otra opción para realizar esta actividad, es siguiendo el contorno de la propia mano. Inicia con el dedo meñique, cuando sube inhala y cuando baja exhala, repite con cada uno de los dedos. La maestra puede realizar el ejercicio junto con él, para que, en la situación emocionalmente difícil, el niño pueda realizarlo y no se moleste porque no le sale o no le entiende a la maestra.
- Cuando el niño está más tranquilo se puede preguntar ¿qué está pasando? y con la ayuda de un adulto buscar una solución.

## Materiales:

- Material para respirar como símbolo de infinito, figuras geométricas o dibujo de una mano.



Melissa. (2018, 4 noviembre).

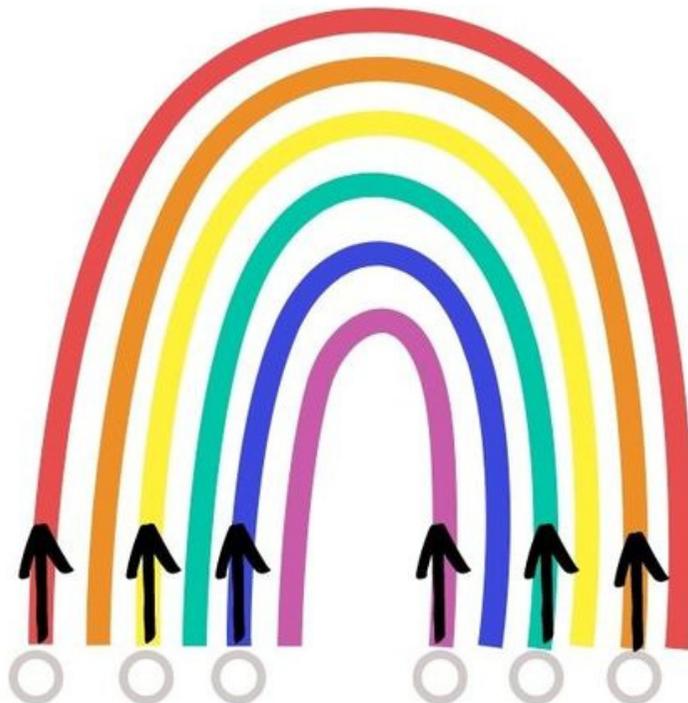
# PINTO UN ARCOÍRIS

## Procedimiento:

- Con esta actividad nuestros niños aprenderán a respirar de forma paciente, llenando sus pulmones de forma eficiente mientras colorean y se divierten.
- Se le debe entregar a cada niño una imagen de un arcoiris en blanco y negro, un pincel , agua y acuarelas.
- Se les debe explicar que debemos empezar en la parte de abajo de nuestro arcoiris y conforme vamos subiendo debemos ir inhalando aire de forma despacio y luego de llegar al punto más alto ir exhalando mientras nuestro pincel va bajando en el arcoíris.
- Se debe repetir esto 2 veces con cada color, se debe iniciar en el color que está afuera, hasta llegar al del centro del arcoíris.

## Materiales:

- Dibujo grande de un arcoíris en blanco y negro.
- Acuarelas
- Pincel
- Agua.



Beck, C. B. (2021, 19 febrero).

# BOTELLA SENSORIAL

## Procedimiento:

- El primer paso es llenar la botella transparente con aceite vegetal, agua o glucosa, luego se puede llenar con el material que se tenga en clase y que el niño escoja, puede ser con pompones pequeños de colores, hulitos, brillantina, pelotas de colores y otros objetos pequeños.
- La botella sensorial se puede usar para relajarse y respirar.
- Se debe voltear la botella y observar cómo todo lo que está dentro de ella baja totalmente, ya que bajó se puede voltear nuevamente y así repetidas veces.
- Mientras se ve cómo el material baja, se puede ir respirando lentamente y se puede acompañar con música clásica para mayor concentración y relajación.

## Materiales:

- Botella de plástico transparente
- Materiales para la botella sensorial: botella plástica, agua, colorante, brillantina, material con texturas diferentes.
- Música clásica



Nanny Gunna. (2018, 26 septiembre).

# ESTRUJO PLASTI O UN PELUCHE

Algunos niños para bajar sus niveles de enojo necesitan lo contrario a relajarse, para ellos funciona que les demos un abrazo fuerte o estrujar algo blando como plasticina con un globo con harina u orbis.

## Procedimiento:

- Para realizar un manipulativo sensorial se puede usar un globo y material blando con el que se pueda rellenar como harina, pompones, crecencios o gelatina de pelo. Se pueden usar globos de colores o transparentes para que se vea lo que está dentro de él.
- Con la ayuda de un embudo rellenar el globo con el material que cada uno quiera.
- Otra forma de hacerlo: es Introducir en una botella plástica lo que se quiere meter en el globo, inflar un poco el globo, colocar la boquilla de la botella dentro del globo para que caiga dentro del globo. Estrujar la botella para asegurar que el material quede adentro del globo.
- Luego que ya se tiene el globo se puede utilizar para presionarlo y relajarse. Se puede decorar haciendole una carita o colocando el nombre del niño.
- Este ejercicio puede funcionar también con un peluche.

## Materiales:

- Globo
- Material para rellenar como harina u orbis.
- Peluche



7 Days of play. (2021).

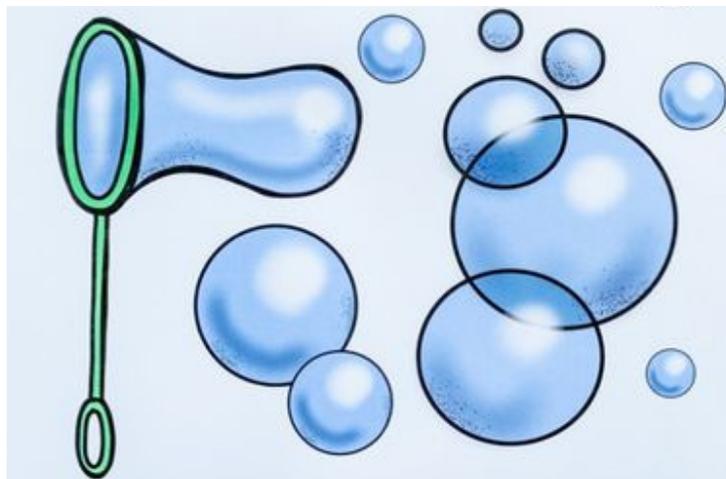
# SOPLO BURBUJAS Y RESPIRO

## Procedimiento:

- Soplar burbujas es una forma muy divertida de respirar, relajarse y concentrarse.
- Esta técnica la podemos usar cuando los niños se sientan frustrados, ansiosos o muy felices.
- Se le debe dar al niño un bote de burbujas y con ayuda de la maestra sostener el palito de las burbujas.
- Antes de soplar las burbujas pedir al niño que inhale de forma lenta y llenando sus pulmones al máximo.
- Luego sacar todo el aire que tiene de forma lenta para que las burbujas puedan ir saliendo una por una.
- Repetir esta actividad de 5 a 10 veces.

## Materiales:

- Líquido para burbujas o jabón líquido.
- Agua
- Palito para hacer las burbujas o una pajilla



# PINTO CÓMO ME SIENTO

Por medio del dibujo podemos expresar muchas cosas y podemos ver, de forma general, cómo se siente una persona.

## Procedimiento:

- La maestra le debe dar una hoja en blanco al niño, el tamaño depende de la edad. También darle pinceles, acuarelas, temperas y un vaso con agua.
- Antes de iniciar se le pueden recordar a los niños las emociones que han aprendido y hacerles la pregunta ¿Cómo te sientes ahorita?.
- Luego la maestra debe explicarles a los niños que deben dibujar algo que represente cómo se sienten.
- Darle tiempo a los niños para que se inspiren y se dejen llevar por la pintura y el pincel.

El expresar sus emociones los ayuda a expresar sus emociones, de cualquier forma, los ayuda a estar conscientes de estas, además a poder canalizar y entenderlas.

## Materiales:

- Hoja en blanco
- Témperas o acuarelas
- Brochas
- Vasos con agua
- Música clásica



guiainfantil. (2020, 29 abril).

# DIBUJO LÍNEAS RECTAS

Se recomienda que cuando una persona se encuentra molesta dibuje líneas rectas en una hoja, sin seguir un esquema o una regla, simplemente hacerlo de forma libre, pueden ser líneas con un patrón, líneas cortas, largas, continuas o con pausas.

## Procedimiento:

- Esta actividad se puede hacer con crayones, con un pincel o incluso en el pizarrón con yesos o marcadores.
- La maestra debe darles hojas en blanco y el material que se decida utilizar y luego darles tiempo para que hagan líneas de forma libre.
- Al finalizar se pueden pegar en el pizarrón (si se trabajó en hojas) y los demás niños pasan a admirar el trabajo de sus amigos.

## Materiales:

- Hoja en blanco
- Témperas
- Crayones
- Brochas



Webconsultas. (2020, 1 octubre).

# DIBUJO UN PAISAJE

Cuando alguien se encuentra triste se recomienda dibujar paisajes.

## Procedimiento:

- Dibujar un lugar bonito o que les gustaría visitar los puede relajar y hasta alegrar.
- La maestra solo debe darles una instrucción: “hagan un paisaje”, para darles el material que necesitan, una hoja en blanco, crayones, marcadores o témpera.
- Darles tiempo para realizar su dibujo y luego colocarlos en un área para que los demás puedan admirar.

## Materiales:

- Hoja en blanco
- Témperas o acuarelas.
- Crayones
- Brochas



guiainfantil. (2020, 29 abril).

# COLOREO MANDALAS

Para la **ansiedad** se recomienda que las personas colorean mandalas con crayones de madera, ya que estos son más delgados y pueden pintar los espacios más pequeños.

## Procedimiento:

- Pintar los pequeños espacios hace que se concentren y calmen.
- La maestra puede tener una variedad diferentes de mandalas y dejar que los niños escojan el que más les gusta, pintar un mandala que les llame la atención los ayudará a hacerlo con mayor dedicación.
- Se debe entregar el mandala y crayones a los niños y listo, darles tiempo para pintarlo y se puede colocar música de fondo.

## Materiales:

- Mandalas con espacios grandes acordes a la edad.
- Crayones



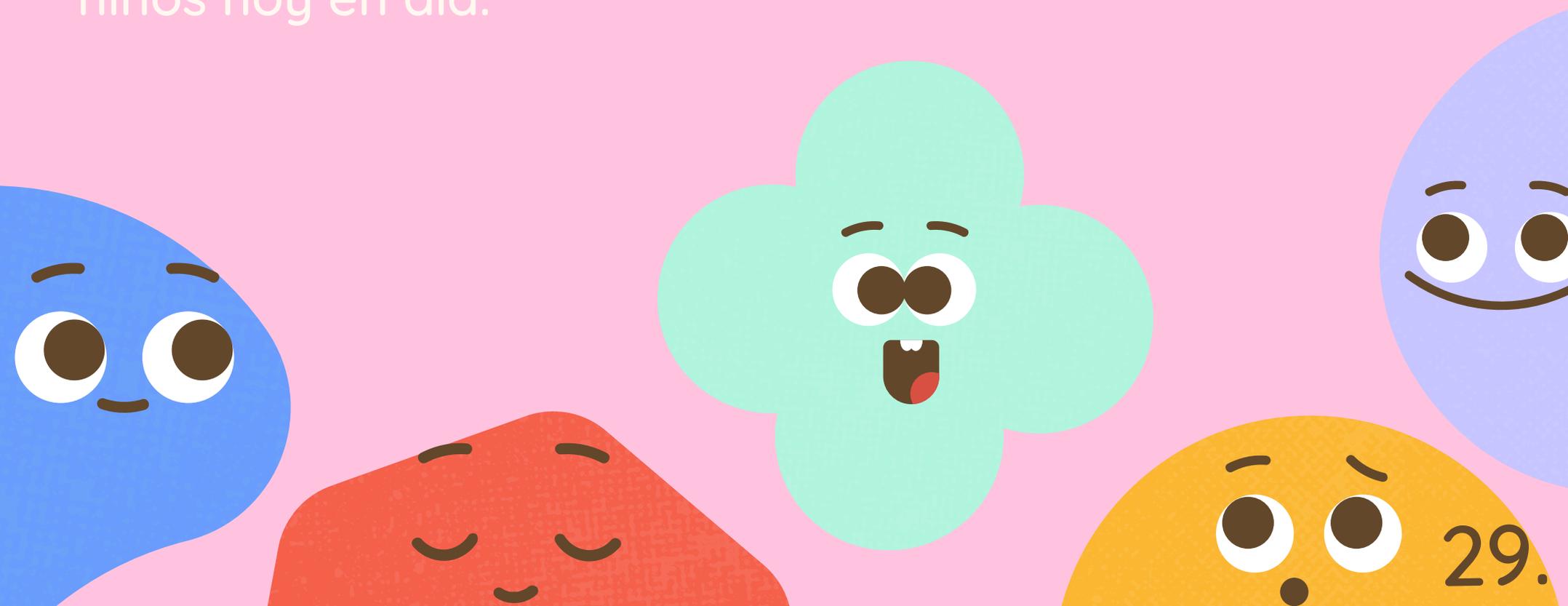
# Recomendaciones para el uso del manual

Para hacer mejor uso de este manual se pueden seguir estas recomendaciones:

- Incluir música relajante en las actividades.
- Antes de cada actividad, se puede hablar de las emociones para recordar las que ya se han visto en clase.
- Al terminar la actividad se puede crear una exposición para que los niños puedan observar el trabajo de sus amigos.
- Se puede hacer un folleto o cartapacio para ir recopilando todos los trabajos del desarrollo de la inteligencia emocional.
- Conforme los niños vayan identificando las emociones, se puede aumentar la cantidad.
- Si el estudiante no se encuentra recibiendo clases presenciales, los padres de familia pueden realizar estas actividades en casa.

Desarrollar la inteligencia emocional desde la primera infancia permitirá que los niños puedan mejorar en su área social, la resolución de conflictos sea más sencilla y se vuelvan niños independientes y autónomos.

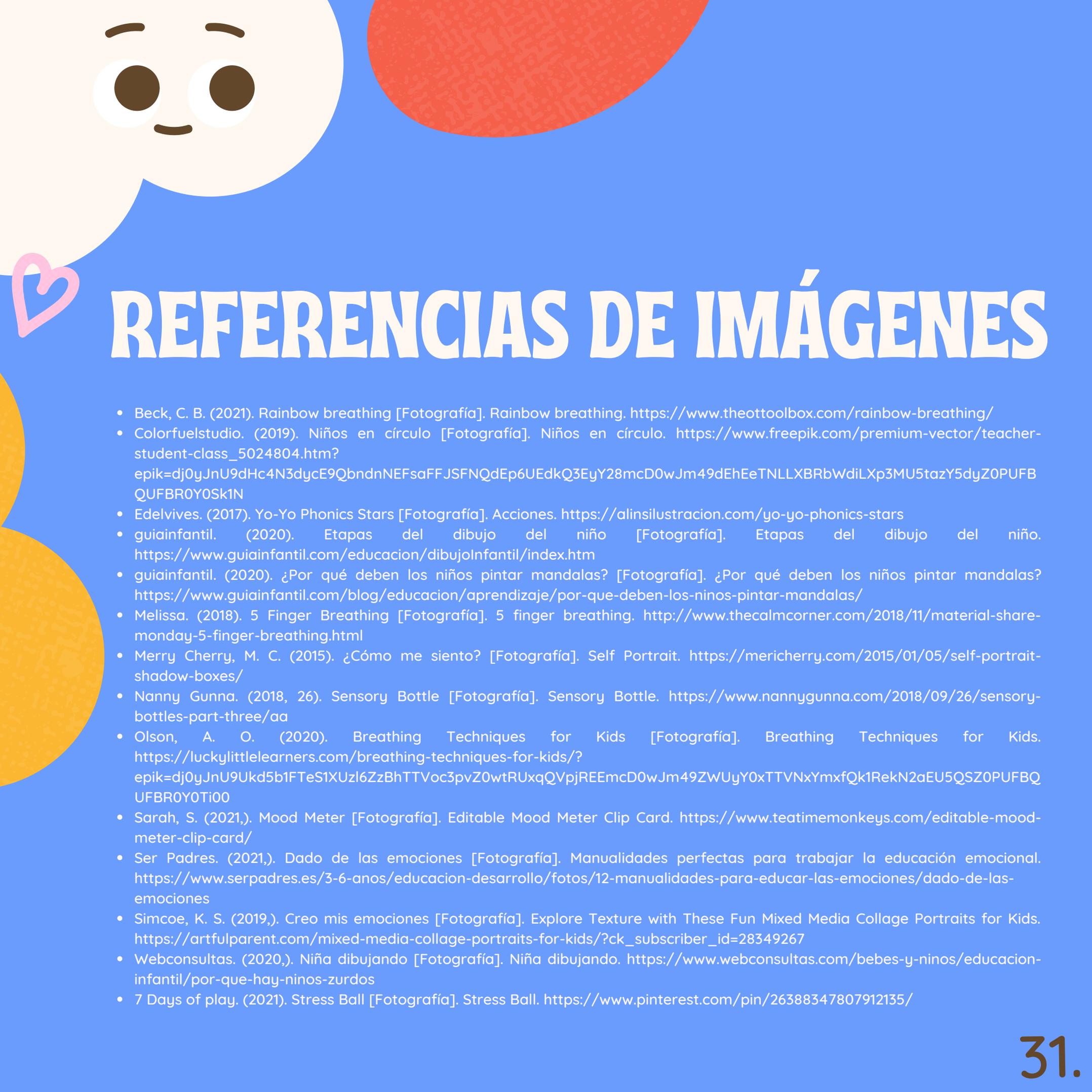
Esta es una habilidad que les servirá por el resto de su vida y la cual pueden seguir trabajando día a día. Los beneficios son infinitos, es por esto que es de suma importancia tener un momento para desarrollarla, es de las mejores enseñanzas que le podemos dejar a los niños hoy en día.





# REFERENCIAS

- B. (2020). DIY Stress Away Fidget Balls. Mama Teaches. [https://mamateaches.com/diy-stress-away-fidget-balls/?utm\\_medium=social&utm\\_source=pinterest&utm\\_campaign=tailwind\\_tribes&utm\\_content=tribes&utm\\_term=847561258\\_32748690\\_788](https://mamateaches.com/diy-stress-away-fidget-balls/?utm_medium=social&utm_source=pinterest&utm_campaign=tailwind_tribes&utm_content=tribes&utm_term=847561258_32748690_788)
- Chapman, D. (2020, 2 octubre). How to Make a Stress Ball. One Little Project. <https://onelittleproject.com/how-to-make-a-stress-ball/2016>
- Horsager, M. (2021,). How to Make a Mindfulness Glitter Calm Down Jar. Kumarah. <https://kumarahyoga.com/how-to-make-a-mindfulness-glitter-calm-down-jar/>
- [https://professorajuce.blogspot.com/2016/02/sentimentos-na-educacao-infantil.html?utm\\_source=bp\\_recent&utm\\_medium=gadget&utm\\_campaign=bp\\_recent](https://professorajuce.blogspot.com/2016/02/sentimentos-na-educacao-infantil.html?utm_source=bp_recent&utm_medium=gadget&utm_campaign=bp_recent)
- Olson, A. (2021,). Breathing Techniques for Kids. Lucky Little Learners. <https://luckylittlelearners.com/breathing-techniques-for-kids/?epik=dj0yJnU9dF93cnhCd1FmeXV1SzBvYVoyZEtZzhOUVnQjNRcDEmcD0wJm49YzhITGtqVS0yUWRIUW1ISjIwRkJFZyZ0PUFBQUFBROZRN1IZ>
- S. (2020, 16). Editable Mood Meter Clip Card. Tea Time Monkeys. <https://www.teatimemonkeys.com/editable-mood-meter-clip-card/>



# REFERENCIAS DE IMÁGENES

- Beck, C. B. (2021). Rainbow breathing [Fotografía]. Rainbow breathing. <https://www.theottoolbox.com/rainbow-breathing/>
- Colorfuelstudio. (2019). Niños en círculo [Fotografía]. Niños en círculo. [https://www.freepik.com/premium-vector/teacher-student-class\\_5024804.htm?epik=dj0yJnU9dHc4N3dycE9QbndnNEFsaFFJSFNQdEp6UEdkQ3EyY28mcD0wJm49dEhEeTNLLXBRbWdiLXp3MU5tazY5dyZ0PUFBQUFBR0Y0Sk1N](https://www.freepik.com/premium-vector/teacher-student-class_5024804.htm?epik=dj0yJnU9dHc4N3dycE9QbndnNEFsaFFJSFNQdEp6UEdkQ3EyY28mcD0wJm49dEhEeTNLLXBRbWdiLXp3MU5tazY5dyZ0PUFBQUFBR0Y0Sk1N)
- Edelvives. (2017). Yo-Yo Phonics Stars [Fotografía]. Acciones. <https://alinsilustracion.com/yo-yo-phonics-stars>
- guiainfantil. (2020). Etapas del dibujo del niño [Fotografía]. Etapas del dibujo del niño. <https://www.guiainfantil.com/educacion/dibujoinfantil/index.htm>
- guiainfantil. (2020). ¿Por qué deben los niños pintar mandalas? [Fotografía]. ¿Por qué deben los niños pintar mandalas? <https://www.guiainfantil.com/blog/educacion/aprendizaje/por-que-deben-los-ninos-pintar-mandalas/>
- Melissa. (2018). 5 Finger Breathing [Fotografía]. 5 finger breathing. <http://www.thecalmcorner.com/2018/11/material-share-monday-5-finger-breathing.html>
- Merry Cherry, M. C. (2015). ¿Cómo me siento? [Fotografía]. Self Portrait. <https://mericherry.com/2015/01/05/self-portrait-shadow-boxes/>
- Nanny Gunna. (2018, 26). Sensory Bottle [Fotografía]. Sensory Bottle. <https://www.nannygunna.com/2018/09/26/sensory-bottles-part-three/aa>
- Olson, A. O. (2020). Breathing Techniques for Kids [Fotografía]. Breathing Techniques for Kids. <https://luckylittlelearners.com/breathing-techniques-for-kids/?epik=dj0yJnU9Ukd5b1FTeS1XUzl6ZzBhTTVoc3pvZ0wtRUxqQVpjREEmcD0wJm49ZWUyY0xTTVNxYmxfQk1RekN2aEU5QSZ0PUFBQUFBR0Y0Ti00>
- Sarah, S. (2021,). Mood Meter [Fotografía]. Editable Mood Meter Clip Card. <https://www.teatimemonkeys.com/editable-mood-meter-clip-card/>
- Ser Padres. (2021,). Dado de las emociones [Fotografía]. Manualidades perfectas para trabajar la educación emocional. <https://www.serpadres.es/3-6-anos/educacion-desarrollo/fotos/12-manualidades-para-educar-las-emociones/dado-de-las-emociones>
- Simcoe, K. S. (2019,). Creo mis emociones [Fotografía]. Explore Texture with These Fun Mixed Media Collage Portraits for Kids. [https://artfulparent.com/mixed-media-collage-portraits-for-kids/?ck\\_subscriber\\_id=28349267](https://artfulparent.com/mixed-media-collage-portraits-for-kids/?ck_subscriber_id=28349267)
- Webconsultas. (2020,). Niña dibujando [Fotografía]. Niña dibujando. <https://www.webconsultas.com/bebes-y-ninos/educacion-infantil/por-que-hay-ninos-zurdos>
- 7 Days of play. (2021). Stress Ball [Fotografía]. Stress Ball. <https://www.pinterest.com/pin/26388347807912135/>

# ¡QUE LO DISFRUTES MUCHO!

Ximena Acevedo Valdez

