

Guía de Recursos ~ Resource Guide

week 1, day 2

Mi cara expresa mis emociones



Consejos Para Padres ~ Parenting Tips

Recognizing different emotions in yourself and in others is an important aspect of social emotional learning. For young children, we like to start by talking about our faces and how it changes with our feelings. Happy faces have certain features, like a smile on the face and relaxed eyebrows. Meanwhile sad, anxious, or nervous emotions bring about changes to the face. Try talking about how you think your child may be feeling, why you think they may be having that feeling or emotion. Try sharing an emotion you are feeling, why you are feeling it, and what sensations or feelings you notice in your body.

The Center for Social and Emotional Learning has lots of free resources for parents and caregivers on their [website](#) with more information about supporting social emotional learning.

Actividades para intentar en la casa ~ Activities to try at home

Sensory activities build small motor muscles and provide a tactile experience. By squishing and moving fingers through different substances, children begin to understand the density and weight of a variety of substances. Use words describing how the substance feels and how your fingers are able to move over the surface. Notice and talk about the texture, the color, the weight, etc.

Arroz de colores

<ul style="list-style-type: none"> ● Dos bolsas de arroz ● Vinagre ● Pintura comestible ● Bolsa de plastico ● Charolas ● Contenedor 	<p>Distribuye el arroz en las bolsas de plástico.</p> <p>En ¼ de taza de vinagre disuelve el colorante, después se agrega a la bolsa de arroz, y se mezcla todo hasta que el arroz quede pintado.</p> <p>Poner el arroz en una charola expuesto al sol para que se seque.</p> <p>Ya seco, ponerlo en un una mesa sensorial y pueden agregar tazas, cucharas, embudos, y pequeños trastes para que los niños puedan explorar.</p>
---	--

Canciones Para Cantar ~ Songs to Sing

<p>Si Estas Feliz</p> <p>Si estas feliz, feliz , feliz aplaude asi (x2) Si estas feliz, feliz, feliz, aplaude asi, aplaude asi, Si estas feliz, feliz, feliz, aplaude asi, Si estás de malas, malas, malas zapatea (x2) Si estás de malas, malas, malas, zapatea, zapatea. Si estás de malas, malas, malas zapatea. Si tienes miedo, miedo, miedo di oh no! (x2) Si tienes miedo, miedo, miedo di oh no, di oh no! Si tienes miedo, miedo, miedo di oh no! Si tienes sueño, sueño sueño dormirás (x2) Si tienes sueño, sueño sueño, dormirás , dormirás. Si tienes sueño, sueño sueño dormirás</p>	<p>Mi Cuerpo</p> <p>Mi cuerpo, mi cuerpo hace música (x2) Mis manos hacen clap clap clap Mis pies hacen pom pom pom Mi boca hace la la la Cintura hace cha cha cha</p>
---	--