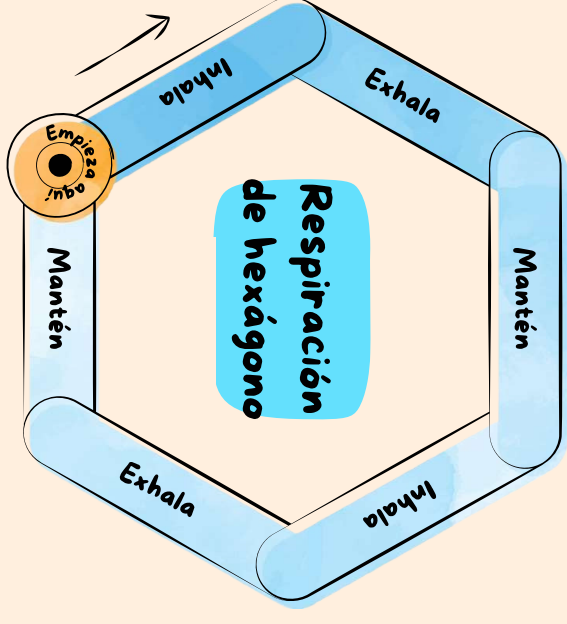


## Respiración de espiral

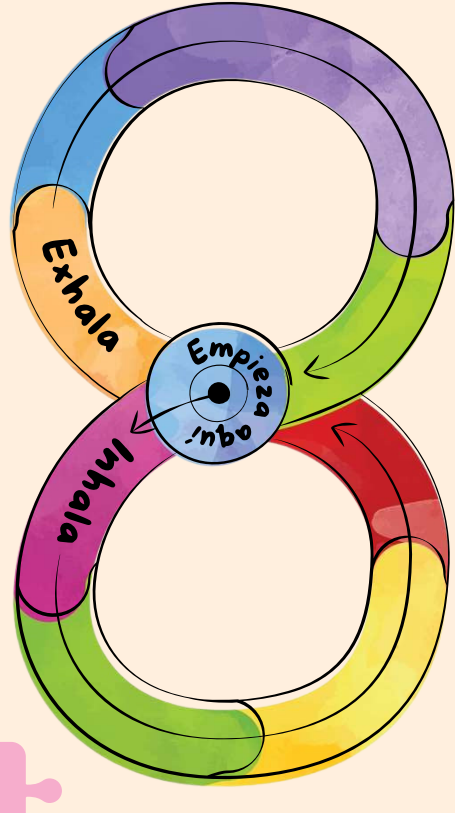
### Una guía para ti

Muéstrale al niño esta tarjeta. Haz el movimiento en espiral con tu dedo mientras le pides al niño que inhale por la nariz. Cuenta hasta cuatro en tu mente mientras el niño toma el aire. Cuando llegues a "Mantener", haz una pausa y cuenta hasta cuatro en tu mente. Entonces haz el mismo camino al revés con tu dedo y pídele al niño que exhale mientras cuentas hasta cuatro en tu mente. Repite el ejercicio dos veces más.



### Una guía para ti

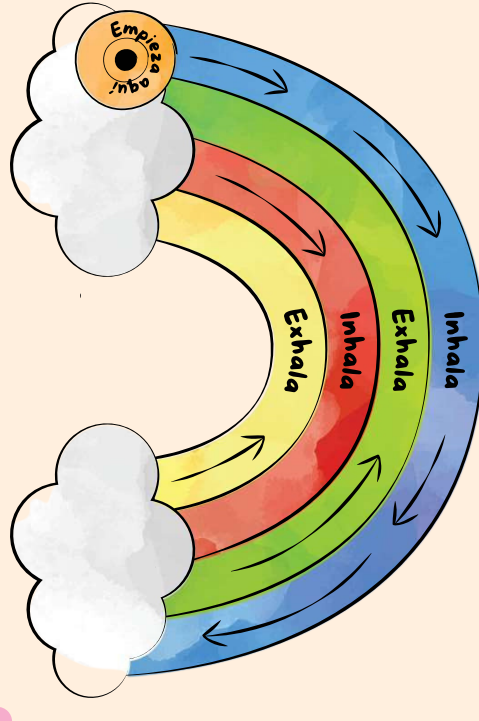
Muéstrale al niño esta tarjeta. Cuando veas las palabra "Inhala", pide al niño que respire hondo a través de su nariz. Cuando veas la palabra "Exhala", pídele al niño que suelte el aire a través de su boca. Cuando veas la palabre "Mantener" pídele que mantenga la respiración por 1-2 segundos. Repite el ejercicio dos veces más.



## Respiración de 8

### Una guía para ti

Muéstrale al niño esta tarjeta. Cuando veas las palabra "Inhala", pide al niño que respire hondo a través de su nariz. Cuando veas la palabra "Exhala", pídele que suelte el aire a través de su boca. Repite el ejercicio dos veces más.

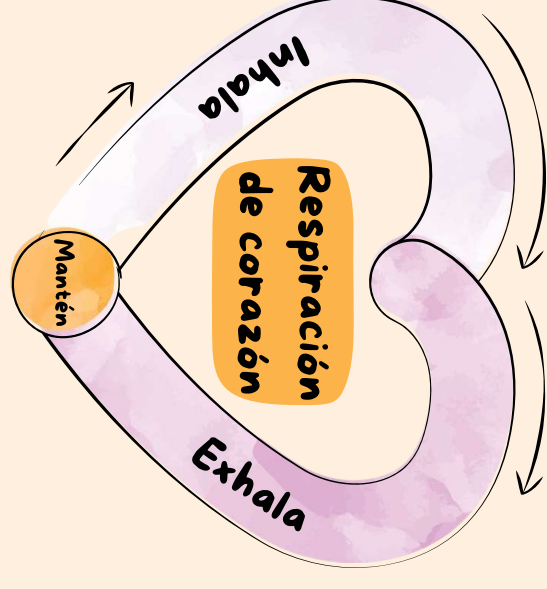


## Respiración de arcoíris

### Una guía para ti

Muéstrale al niño esta tarjeta. Pon tu dedo índice donde dice "Comienza aquí". Lentamente sigue la flecha con tu dedo. Siempre que veas la palabra "Inhala", pide al niño que respire hondo por su nariz. Mantén tu dedo en movimiento. Siempre que veas la palabra "exhala", pide al niño que suelte el aire por su boca. Mantén tu dedo en movimiento.

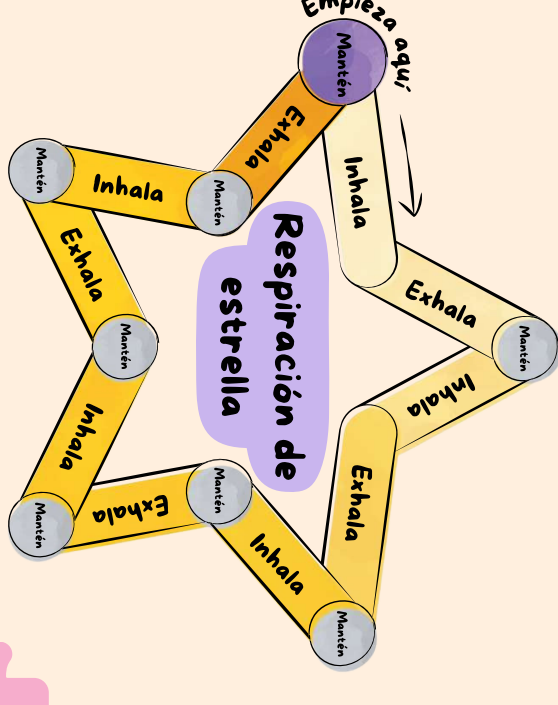
Repite el ejercicio dos veces más.



### Una guía para ti

Muéstrale al niño esta tarjeta. Pon tu dedo índice justo abajo de tu corazón. Cuando veas la palabra pide al niño que respire hondo a través de su nariz. Cuando veas la palabra "Exhala", pídele al niño que suelte el aire a través de su boca. Repite el ejercicio dos veces más.

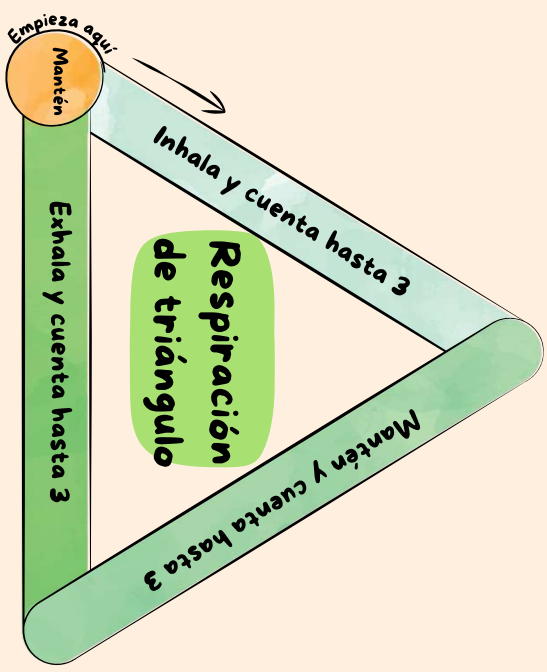
Repite el ejercicio dos veces más.



### Una guía para ti

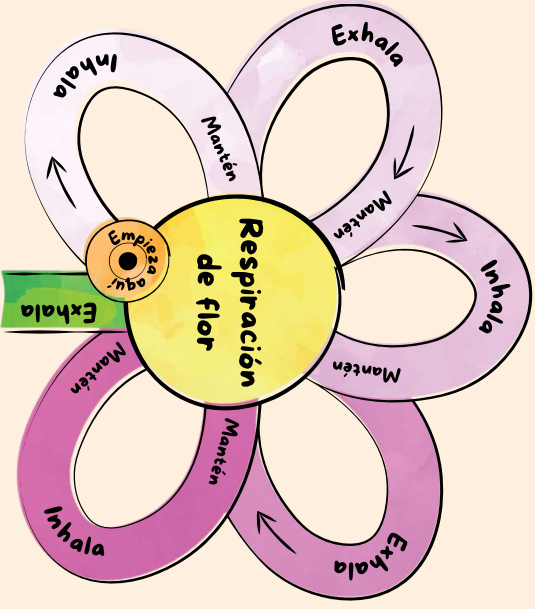
Muéstrale al niño esta tarjeta. Cuando veas la palabra "Inhala", pide al niño que respire hondo a través de su nariz. Cuando veas la palabra "Exhala", pídele al niño que suelte el aire a través de su boca. Cuando veas la palabra "Mantén" pídele al niño que mantenga la respiración por 1-2 segundos.

Repite el ejercicio dos veces más.



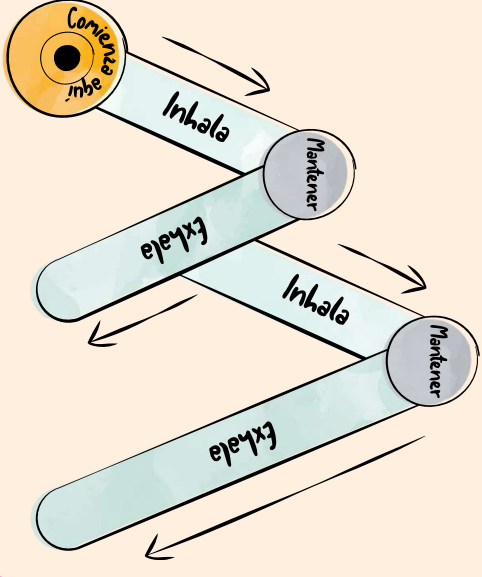
### Una guía para ti

Muéstrale al niño esta tarjeta. Para iniciar, cuando veas las palabra "Inhala", pide al niño que respire hondo a través de su nariz, mientras tu cuentas tres segundos. Cuando veas la palabra "Mantén" pídele que mantenga la respiración por 3 segundos. Cuando veas la palabra "Exhala", pídele al niño que suelte el aire a través de su boca, mientras tú cuentas tres segundos. Repite el ejercicio dos veces más.



### Una guía para ti

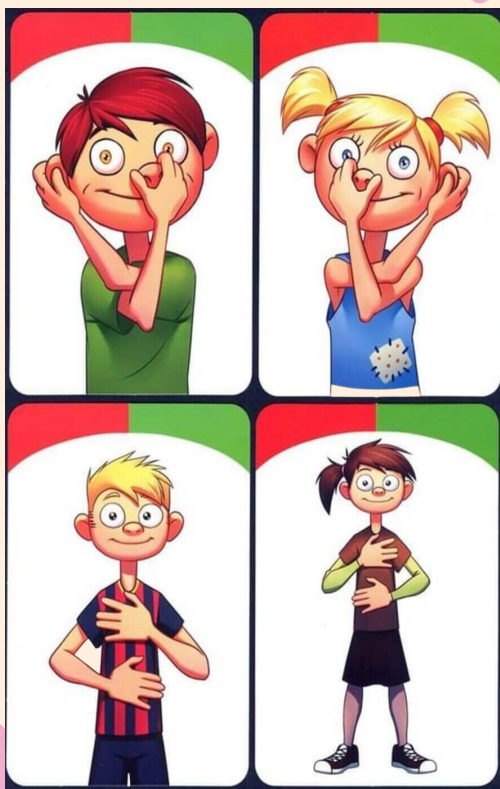
Muéstrale al niño esta tarjeta. Cuando veas las palabra "Inhala", pide al niño que respire hondo a través de su nariz, pretendiendo oler la flor. Cuando veas la palabra "Mantén" pídele al niño que mantenga la respiración por 1-2 segundos. Cuando veas la palabra "Exhala", pídele al niño que suelte el aire a través de su boca. Repite el ejercicio dos veces más.



### Respiración de montaña

### Una guía para ti

Muéstrale al niño esta tarjeta. Cuando veas las palabra "Inhala", pide al niño que respire hondo a través de su nariz. Cuando veas la palabra "Mantener" pídele que mantenga la respiración por 1-2 segundos. Cuando veas la palabra "Exhala", pídele al niño que suelte el aire a través de su boca. Repite el ejercicio dos veces más.



### Una guía para ti

Muéstrale la tarjeta al niño/niña y menciona que vamos a hacer un ejercicio con las manos.

#### Instrucción

1. Pide que muestre las manos.
2. Menciona donde debe ir la mano derecha y la mano izquierda.
3. Luego, debe intercalar entre ellas, logrando la misma posición durante al menos 5 veces seguidas.

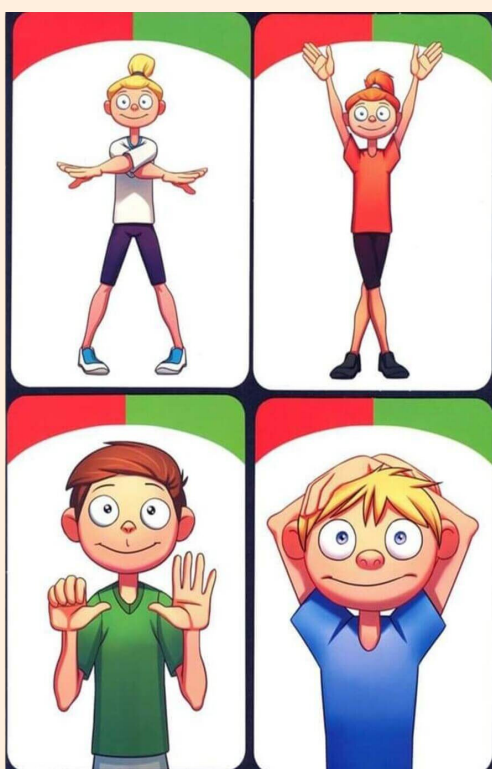


### Una guía para ti

Muéstrale la tarjeta al niño/niña y menciona que vamos a hacer un ejercicio con las manos.

#### Instrucción

1. Pide que muestre las manos
2. Menciona donde debe ir la mano derecha y la mano izquierda.
3. Luego, debe intercalar entre ellas, logrando la misma posición al menos 5 veces.

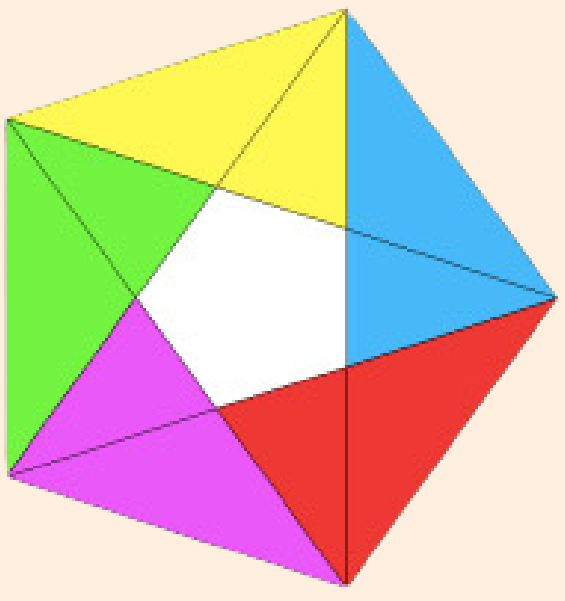


### Una guía para ti

Muéstrale la tarjeta al niño/niña y menciona que vamos a hacer un ejercicio con las manos.

#### Instrucción

1. Pide que muestre las manos y se ponga de pie.
2. Menciona donde ubicar las manos o piernas.
3. Luego, debe intercalar entre ellas, logrando la misma posición al menos 5 veces.



### Una guía para ti

Muestrele la tarjeta al niño/niña y menciona que vamos a hacer un conteo.

### Instrucción

1. Muestra la imagen y pregúntale qué figuras observa.
2. Este ejercicio consiste en buscar todos los posibles triángulos.
3. Luego, se menciona que tiene 1 minuto para identificar con el dedo la mayor cantidad.



### Una guía para ti

Muestrele la tarjeta al niño/niña y menciona que vamos a hacer un laberinto.

### Instrucción

1. Pide que muestra ambas manos
2. Menciona que ubica cada una en donde está la imagen de la mano.
3. Luego, debe resolver el laberinto usando ambas manos al tiempo para que encuentren al final.

AMARILLO AZUL NARANJA  
NEGRO ROJO VERDE  
MORADO AMARILLO ROJO  
NARANJA VERDE NEGRO  
AZUL ROJO MORADO  
VERDE AZUL NARANJA  
MARRON ROSA

### Una guía para ti

Muestrele la tarjeta al niño/niña y menciona que vamos a hacer un ejercicio de colores.

### Instrucción

1. Pide que ponga el dedo en la primera palabra.
2. Se le van a presentar unas palabras y debe decir el color y no la palabra.
3. Luego, dar 3 intentos para poder realizarlo todo.

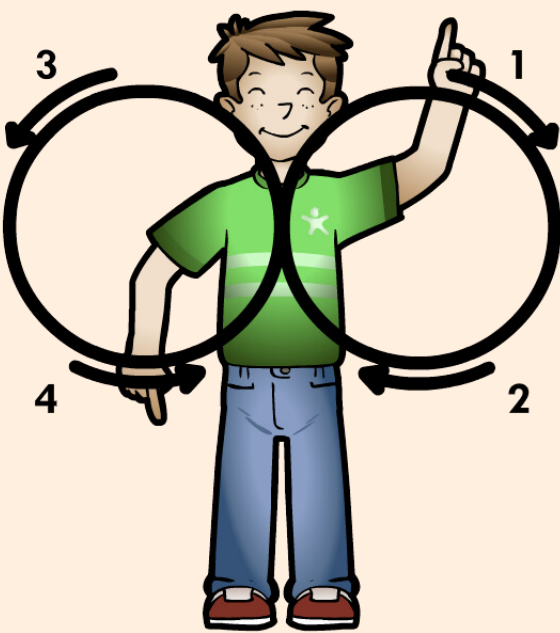


### Una guía para ti

Muéstrale la tarjeta al niño/niña y menciona que haremos doble garabato.

#### Instrucción

1. Da una hoja y dos colores
2. Menciona que tome un color con cada mano.
3. Luego, pedirle que dibuje con ambas manos al tiempo.



### Una guía para ti

Muéstrale la tarjeta al niño/niña y menciona que haremos ocho perezoso.

#### Instrucción

1. Pedirle que se ponga de pie.
2. Imaginar que tus dedos son lápices, con una mano arriba y otra abajo.
3. Luego, pedirle realiza un 8 acostado o un ∞

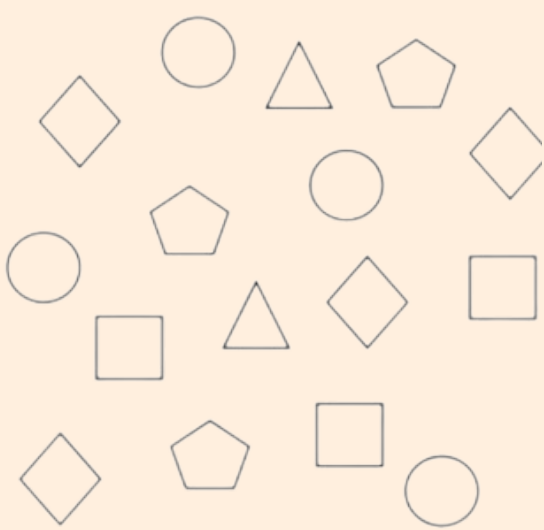


### Una guía para ti

Muéstrale la tarjeta al niño/niña y menciona que haremos el bostezo energético.

#### Instrucción

1. Pedirle que se ponga de pie.
2. Coloca las yemas de los dedos en las mejillas.
3. Simula un bostezo y haz presión con los dedos por 10 o 20 segundos.

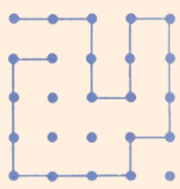
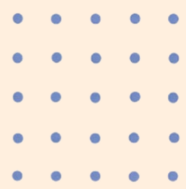
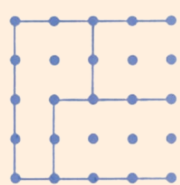


### Una guía para ti

Muestrale la tarjeta al niño/niña y pídele que lea la instrucción.

### Instrucción

En cada figura geométrica escribe el número correspondiente.



### Una guía para ti

Muestrale la tarjeta al niño/niña y pídele que lea la instrucción.

### Instrucción

Replica el modelo de la figura en el cuadro inferior.

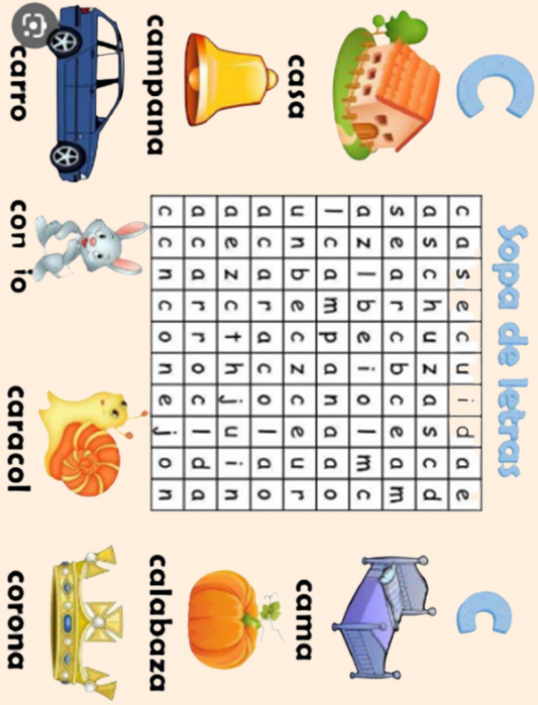


### Una guía para ti

Muestrale la tarjeta al niño/niña y pídele que lea la instrucción.

### Instrucción

Rodea con un círculo los peces que miran al lado izquierdo.



**Una guía para ti**

Muestrele la tarjeta al niño/niña y pídele que lea la instrucción.

**Instrucción**

Encuentra una palabra en la sopa de letras.

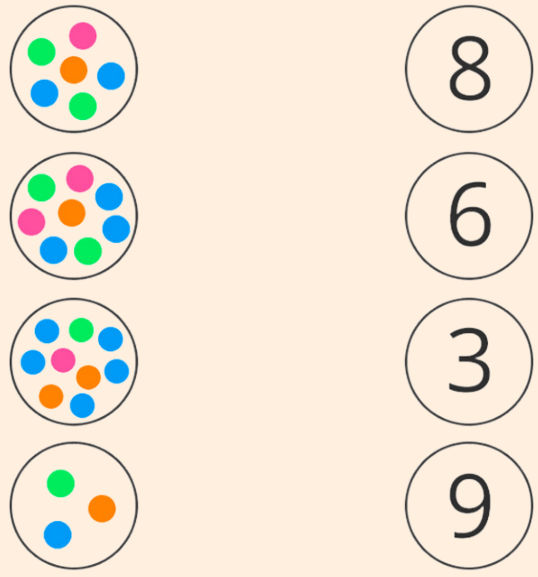


**Una guía para ti**

Muestrele la tarjeta al niño/niña y pídele que lea la instrucción.

**Instrucción**

Cuenta los objetos y escribe en el cuadro el número correspondiente.



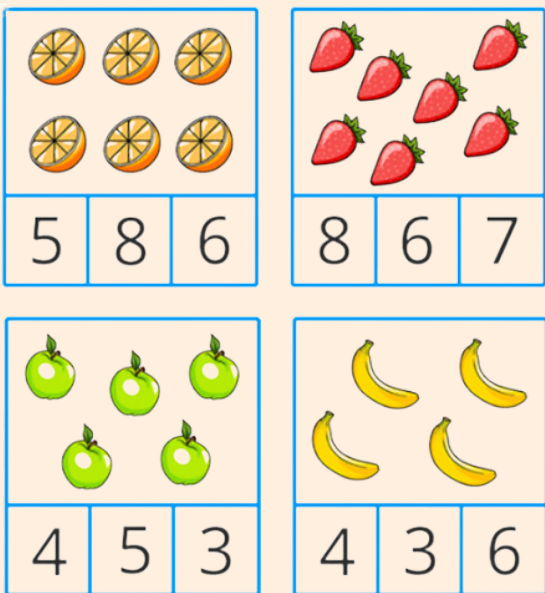
**Una guía para ti**

Muestrele la tarjeta al niño/niña y pídele que lea la instrucción.

**Instrucción**

Une con una flecha el número con la cantidad correspondiente.





**Una guía para ti**  
 Muestrele la tarjeta al niño/niña y pídele que lea la instrucción.

**Instrucción**  
 Marca con una X el número correcto.



**Una guía para ti**  
 Muestrele la tarjeta al niño/niña y pídele que lea la instrucción.

**Instrucción**  
 Une con una flecha el número con la cantidad de objetos correspondientes.



**Una guía para ti**  
 Muestrele la tarjeta al niño/niña y pídele que lea la instrucción.

**Instrucción**  
 Une los puntos.



### Una guía para ti

Muéstrale esta tarjeta al niño/niña y pídele que se **detenga** en donde esta.



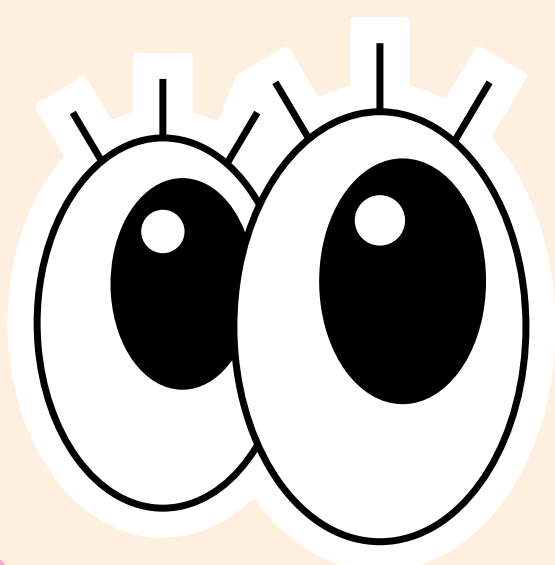
### Una guía para ti

1. Muéstrale esta tarjeta
2. Pídele que se despida, con una sonrisa o que te diga "Adiós" "Chao", señales con las manos de despedida".



### Una guía para ti

Muéstrale esta tarjeta al niño/niña y pídele que **camine** hacia ti.



### Una guía para ti

Muéstrale la imagen al niño/niña y pídele que te mire, intenta mantener contacto visual y a su rostro todo el tiempo.



### Una guía para ti

1. Pídele al niño que espere su turno
2. Dile: Se que quieres jugar o tener esto ya, pero para poder hacerlo, tienes que esperar solo un poco.
3. Si lo hace, felicítale por esperar. "Lo hiciste muy bien!"



### Una guía para ti

1. Muéstrale esta tarjeta al niño/niña
2. Pregúntale ¿Qué esta haciendo la niña de la foto?
3. Respóndele inmediatamente y dile ¡así es, ella esta escucha y quiero que tu ahora me escuches!
4. Felicitarle, si logra hacerlo hacia sea por un momento Ej: ¡Lo hiciste muy bien!



### Una guía para ti

1. Muéstrale la imagen al niño/niña
2. Pídele “. “Vamos a hacer silencio o no vamos a gritar.
3. De lograrlo, dile “Lo hiciste muy bien, ¿Te diste cuenta que ya no estas gritando o hiciste silencio?”.



### Una guía para ti

1. Pídele al niño/niña que recoja o lleve las cosas a un lugar específico.
- 2. Dile: Todos vamos a recoger algo que este en el piso o tenga en la mano y lo pondremos en su lugar
- 3. También puedes utilizarla cuando no deje algo en el lugar que no corresponde.
- Si lo hace, felicítale y agrádecele. “Muchas gracias por dejar las cosas en su lugar.



### Una guía para ti

1. Muéstrale la tarjeta al niño/niña.
2. Lévalo al lugar en donde se encuentra el lavado de manos o desinfección.
3. Reforzar al final con frases como “Muy bien, ya están limpias tus manos” “como están de bonitas”.