

Estimados apoderados: Durante esta semana tendremos tiempo para estar con nuestra familia y realizar diversas actividades que nos permitirán disfrutar de un tiempo junto a nuestros seres queridos. **Te invitamos también a fotografiar alguna de estas actividades y compartir con tu profesor jefe las fotografías.**

**Objetivo: Mejorar la Convivencia En El Hogar**

**ACTIVIDAD 1 : Junto a la familia distribuyen las labores domesticas .**

- 1- recorta estas fichas y distribúyanlas entre los integrantes de la familia, para que todos colaboren con las tareas del hogar, organicen el trabajo y pueden rotar las funciones diariamente.

## TAREAS DOMÉSTICAS



Pasar la aspiradora/aspirar



Lavar los platos



Planchar



Limpiar las ventanas



Poner la lavadora



Sacar la basura



Hacer las compras



Fregar el piso/trapear



Hacer la cama



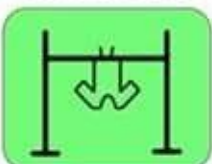
Sacudir el polvo



Regar las plantas



Pasear al perro



Tender la ropa



Vaciar el lavaplatos



Barrer



Cocinar

### Las labores en el hogar

Nos permiten socializar y compartir con nuestro entorno

## ACTIVIDAD 2 “MI AUTOBIOGRAFIA “

Objetivo: Realizar una autobiografía utilizando la siguiente y preguntas que describe la imagen.

### “MI AUTOBIOGRAFIA”

¿Dónde vives?

¿Con quién vives?

¿Cómo te llamas?

¿Cuántos años tienes?

**Dibújate**

¿Qué te hace feliz?

¿Qué te disgusta?

¿Cuáles son tus hobbies?

¿Cuáles son tus comidas favoritas?

¿Quiénes son las personas más importantes de tu vida?

### Actividad 3

#### ¿Qué es un Termómetro de las Emociones?

Un termómetro de las emociones (o termómetro emocional) es una escala visual que gradúa la intensidad de las emociones apoyándose en imágenes, dibujos, fotografías o «emoticones».



#### ¿Para Qué se Utiliza un Termómetro de las Emociones?





Estas herramientas visuales ayudan de forma sencilla a los niños para poder:

identificar, etiquetar y expresar emociones  
graduar el nivel de intensidad de las emociones.

#### ¿Cómo Utilizar un Termómetro de las Emociones?

- Observen y comenten cada uno de los niveles del termómetro.
- Crean en conjunto estrategias que pueden utilizar, cuando se sientan en cada uno de los niveles para no avanzar y poder regular nuestras emociones. (conversar, un abrazo, respiración, salir a caminar, expresar lo que siente por un dibujo, expresar lo que siente con una carta etc.)
- Enseñe su hijo a utilizar el termómetro, que señale con una flecha en que nivel esta, lo ideal es que pueda reconocer cuando esta en los niveles más bajos.
- El termómetro debe estar colgado en un lugar visible.
- Practica cada estrategia seleccionada cuando el niño está calmado y feliz
- ¡Repita, repite y repite la práctica! La repetición facilita que se automaticen las distintas estrategias. De esta forma será mucho más probable que las ponga en práctica cuando se encuentre enfado o ansioso.



5		
4		
3		
2		
1	