

Respiramos Juntos

Kit de Conexión para Pequeños Corazones

@calmacorazones



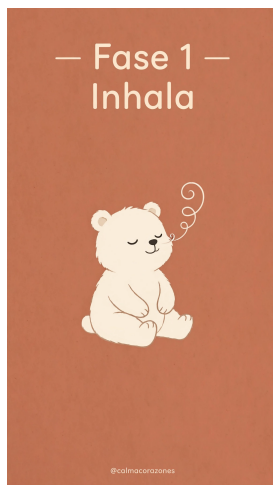
INCLUYE:

1. Tarjetas del Osito Respira (3 pasos)
2. Tarjetas de Validación: 3 frases antes del límite
3. Mini poster para la nevera

Imprime, recorta y usa cuando el día se desborde. Un minuto basta.

Juego 1: El Osito Respira

Recorta las 3 tarjetas y ponlas en orden en la mesa



FASE 1: INHALA

Huele las flores
1, 2, 3...



FASE 2: SOSTEN Y SUELTA

Sopla la nube
muy despacito



FASE 3: RESPIRAMOS JUNTOS

Con corazones
¡Lo hicimos!

Juego 2: 3 Frases para Validar

1. Entiendo que quieras...

Ej: Entiendo que quieras seguir jugando

2. Tiene sentido que te sientas...

Ej: Tiene sentido que te de rabia parar

3. Y a la vez necesitamos...

Ej: Y a la vez necesitamos recoger para cenar

Como usarlo hoy:

- Cuando toque transición (parque, tablet, baño), di la 1 + la 2 + la 3.
- No hace falta que funcione a la primera. La conexión es el objetivo.

Respiramos juntos



1. INHALA 1,2,3

2. SOSTEN Y SUELTA

3. CORAZONES

Cuando todo se desborde,
venimos aquí y respiramos.