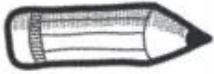


MI CÁPSULA DEL TIEMPO: 2020



Por: _____

¡ERES PARTE DE LA HISTORIA!



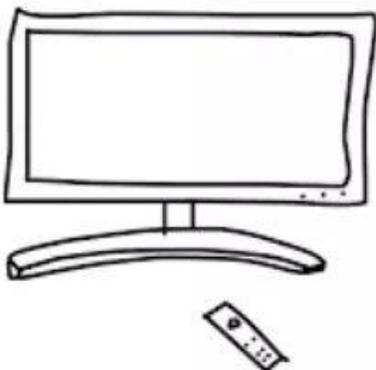
Haz un dibujo de ti y las personas con las que estás pasando la cuarentena.

¡ES tu oportunidad de volverte un(a) reportero(a)!

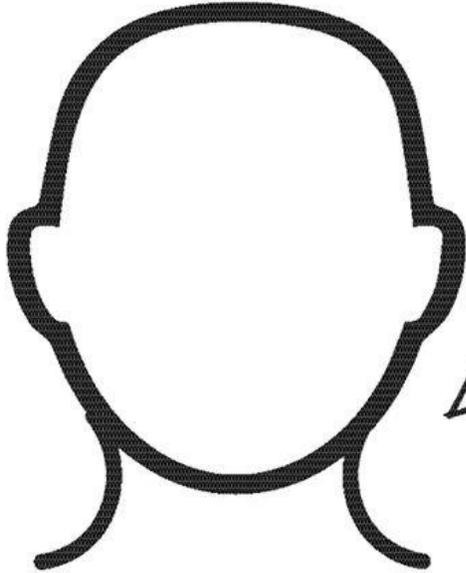


Registra lo que está pasando usando fotos, recortes de periódico, imágenes que encuentres en Internet o dibujos.

A large rectangular area defined by a dashed black border, intended for students to paste or draw their news reports.



CÓMO ME SIENTO



CÓMO SE VE MI CARA

PALABRAS QUE DESCRIBEN
CÓMO ME SIENTO:

QUÉ HE APRENDIDO DE ESTA
EXPERIENCIA:

LO QUE MÁS AGRADEZCO:

LAS 3 COSAS QUE QUIERO HACER CUANDO ACABE ESTE TIEMPO:

①

②

③

7 COSAS QUE PUEDO DECIRME A MÍ MISMO(A)

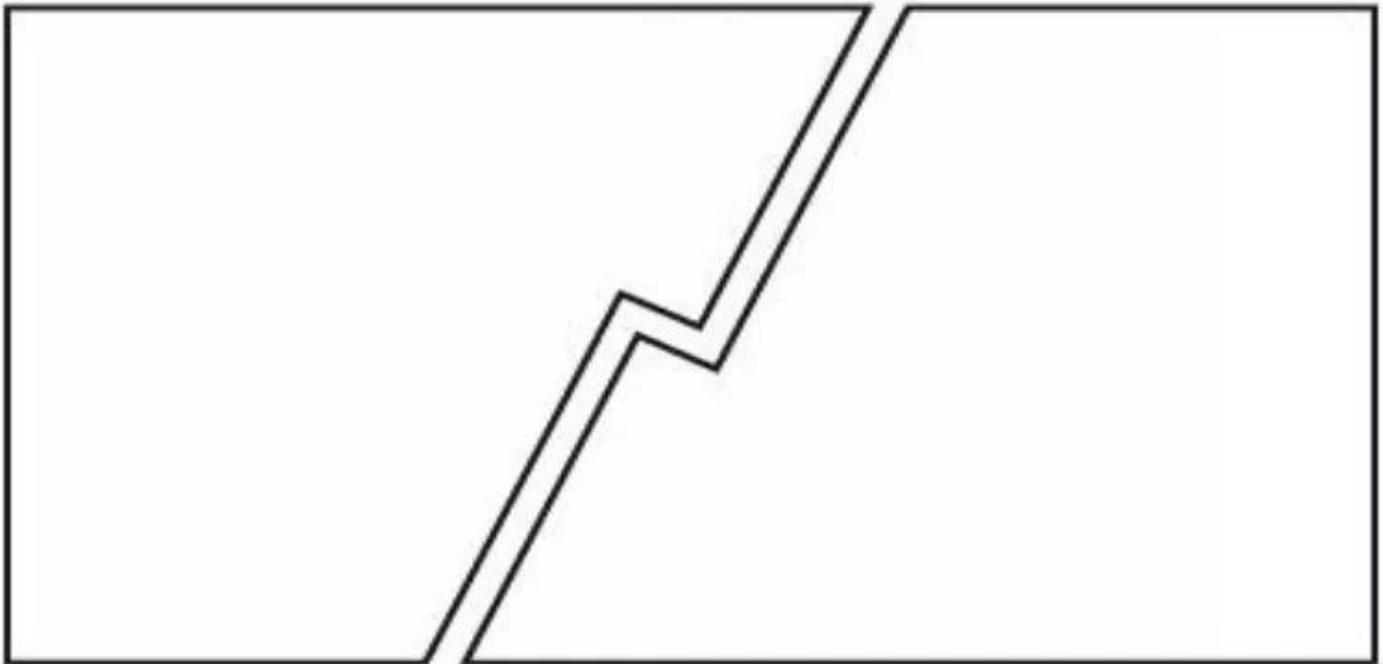
Durante esta época llena de cambios, es normal que sientas tristeza o enojo por querer que el coronavirus se acabe. ¿Qué podrías decirte a ti mismo(a) para sentirte mejor? ¿Qué frases te motivan?



Las cosas que más quiero hacer cuando termine la cuarentena son:



Crea una historieta cómica donde enseñes las acciones que puedes hacer en este momento para ayudar a tu comunidad. ¡Recuerda que estamos en esto juntos!



TUDO SOBRE MÍ



TENGO

AÑOS

MIDO

CM

CALZO

MIS COSAS FAVORITAS

JUGUETE: _____

COLOR: _____

ANIMAL: _____

COMIDA: _____

PELÍCULA: _____

SERIE: _____

LIBRO: _____

ACTIVIDAD: _____

LUGAR: _____

CANCIÓN: _____

MI MEJOR AMIGO ES:

CUANDO SEA GRANDE
QUIERO SER:

FECHA: _____

Cosas en las que tengo que mejorar:

Datos curiosos sobre mí:

Cosas en las que soy muy bueno(a):

Nombres de mis mejores amigos y amigas:

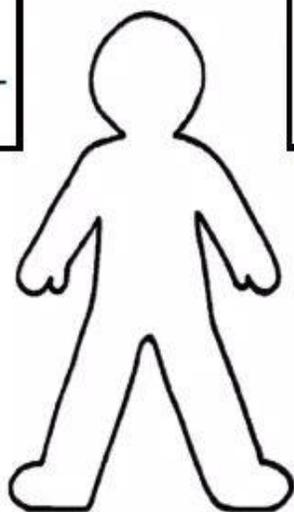


Lo que amo de mi cuerpo:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

Lo que me hace único(a):

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____



Acciones que hago para cuidarme:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

Lo que mi cuerpo puede hacer:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

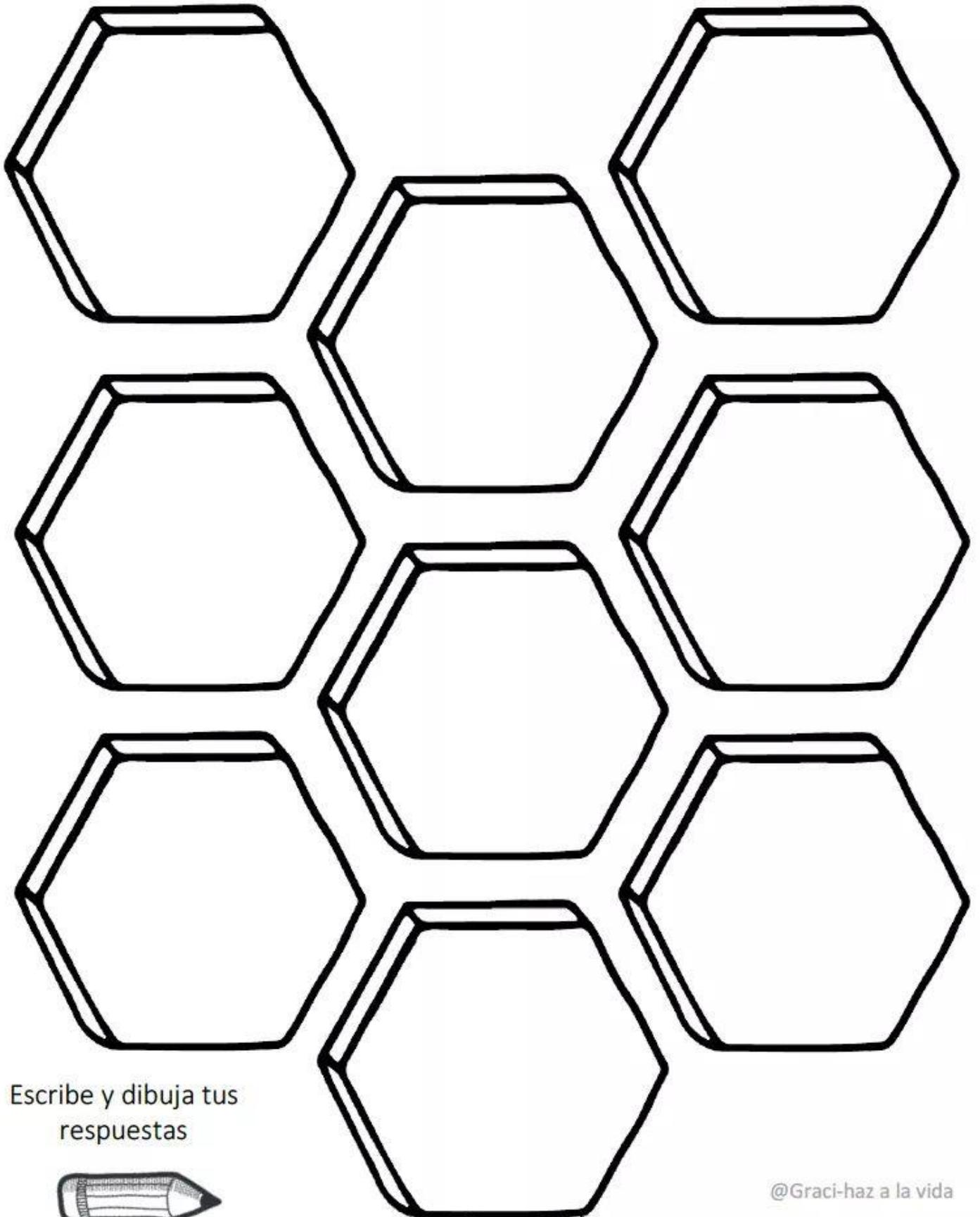


Dibuja

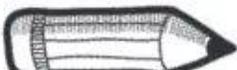


Lo que he estado
haciendo durante
mi tiempo en casa

Ahora que entiendo la importancia de cuidarnos y de cuidar el planeta, me comprometo a:



Escribe y dibuja tus respuestas

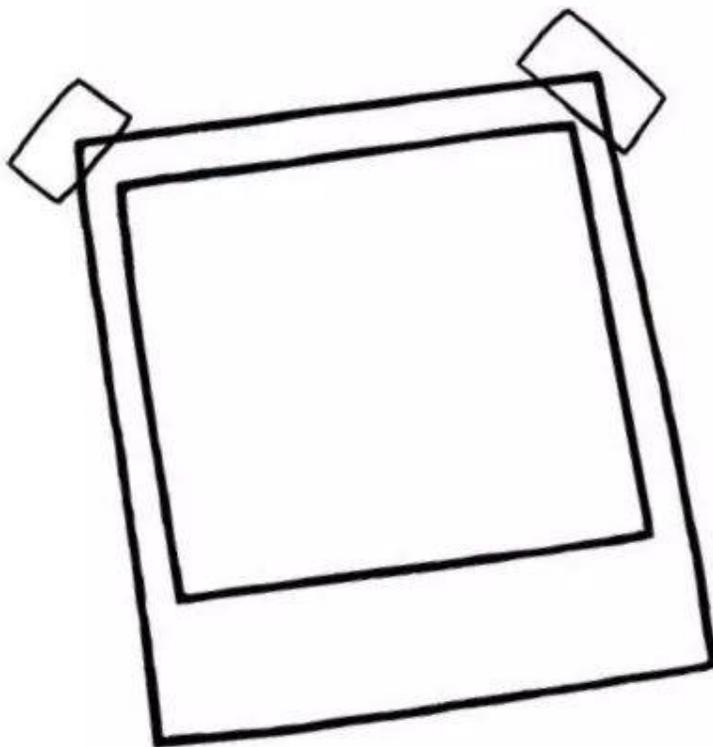


MI EXPERIENCIA

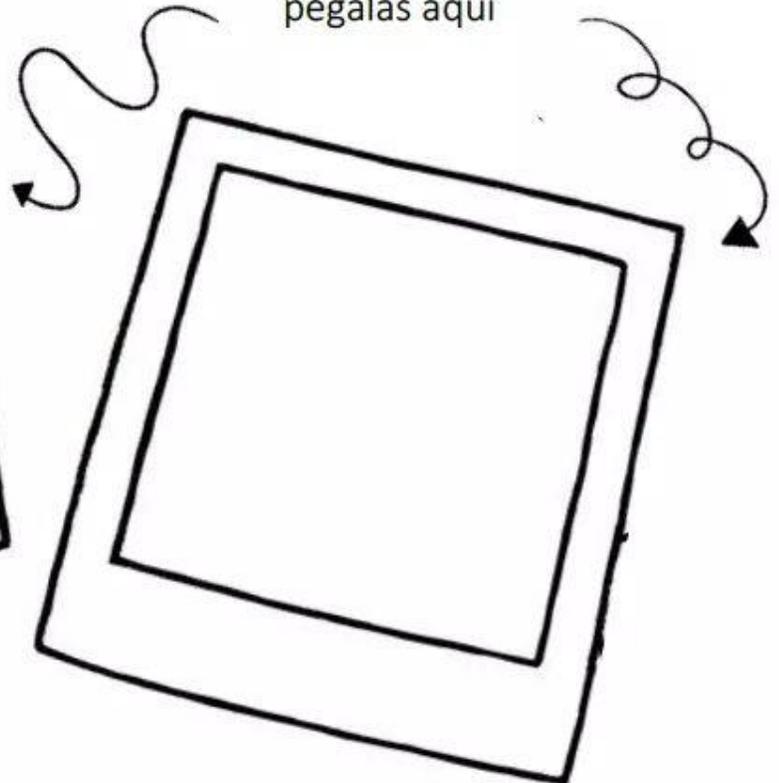
Mis 3 momentos favoritos de esta experiencia:



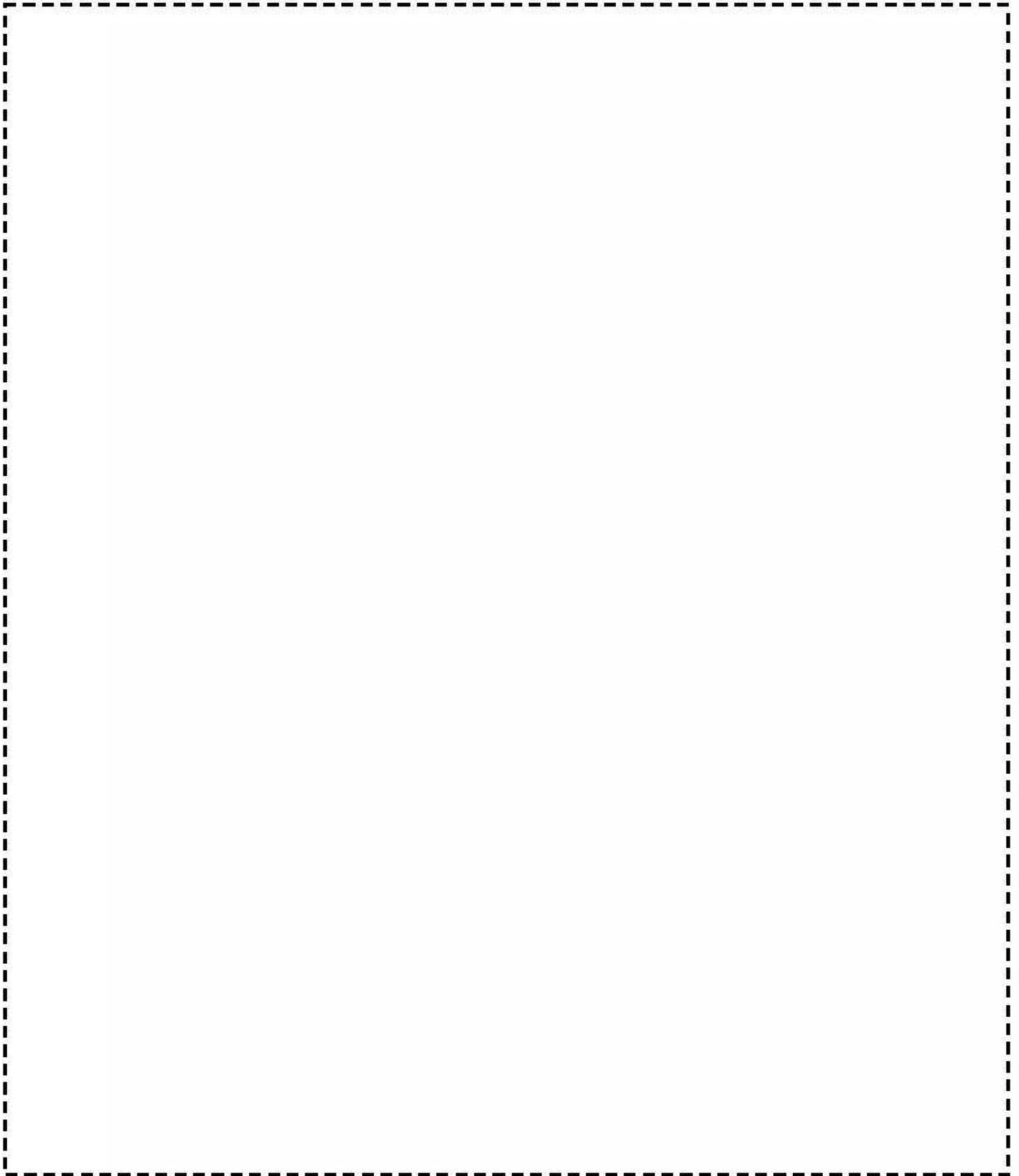
1. _____
2. _____
3. _____



Toma fotos de tu tiempo en casa y pégalas aquí

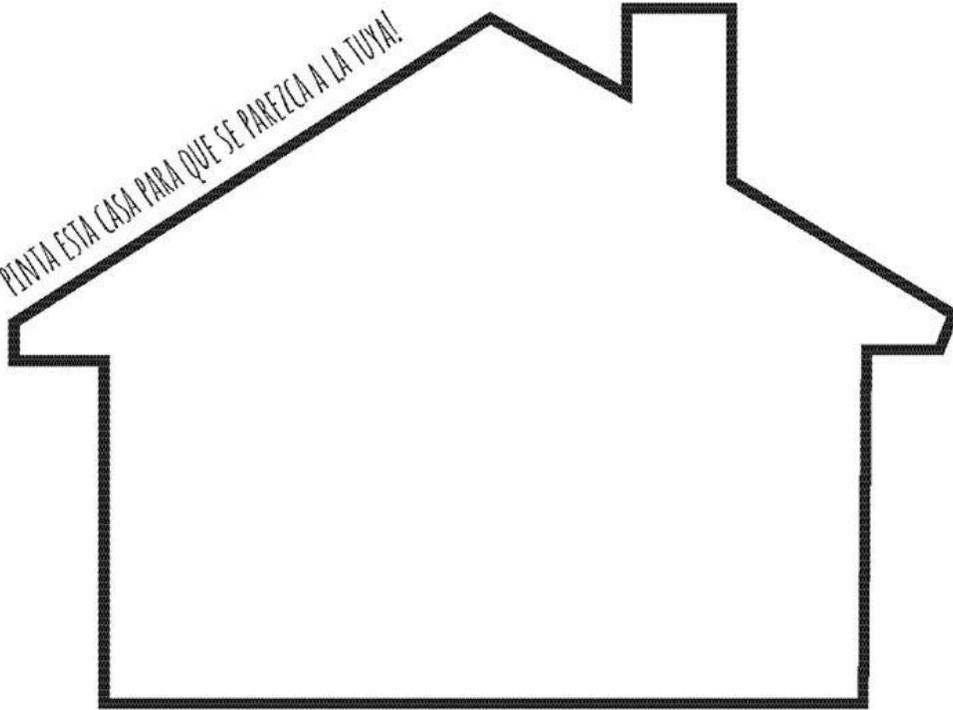


¡Tú puedes ayudar al mundo! Dibújate salvándolo del coronavirus.



MI CASA

PINTA ESTA CASA PARA QUE SE PAREZCA A LA TUYA!

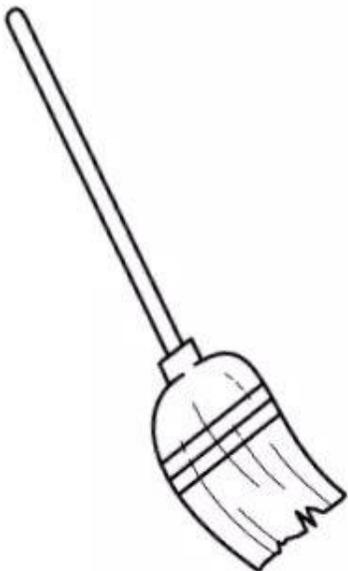


MI HABITACIÓN

Dibuja aquí cómo se ve tu habitación. ¡No olvides incluir tus objetos favoritos!



Recuerda que eres parte de un gran equipo, ¡tu FAMILIA!
Escribe y dibuja las actividades en las que participas en
casa.



ACTIVIDADES QUE HAGO EN MI CASA



Dibuja aquí las actividades que más te gustan hacer:

A large, empty rounded square box with a black border, intended for drawing an activity.A large, empty rounded square box with a black border, intended for drawing an activity.A large, empty rounded square box with a black border, intended for drawing an activity.A large, empty rounded square box with a black border, intended for drawing an activity.A large, empty rounded square box with a black border, intended for drawing an activity.A large, empty rounded square box with a black border, intended for drawing an activity.



NUESTRAS HUELLAS!

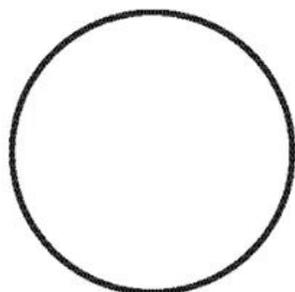


Incluye las huellas de los miembros de tu familia y las tuyas!



ENTREVISTA A MIS PADRES

¿CUÁL HA SIDO EL
CAMBIO MÁS GRANDE?



¿CÓMO TE SIENTES
HOY?

NÚMERO DE DÍAS EN CASA

Los 3 mejores momentos de esta experiencia:

- 1 _____
- 2 _____
- 3 _____

¿Qué actividades están
disfrutando hacer?

¿QUÉ ES LO QUE MÁS AGRADECES?

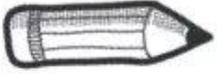
¿QUÉ SERIE/PELÍCULA HAS VISTO? _____

¿QUÉ COMIDA ES TU FAVORITA DE PREPARAR? _____

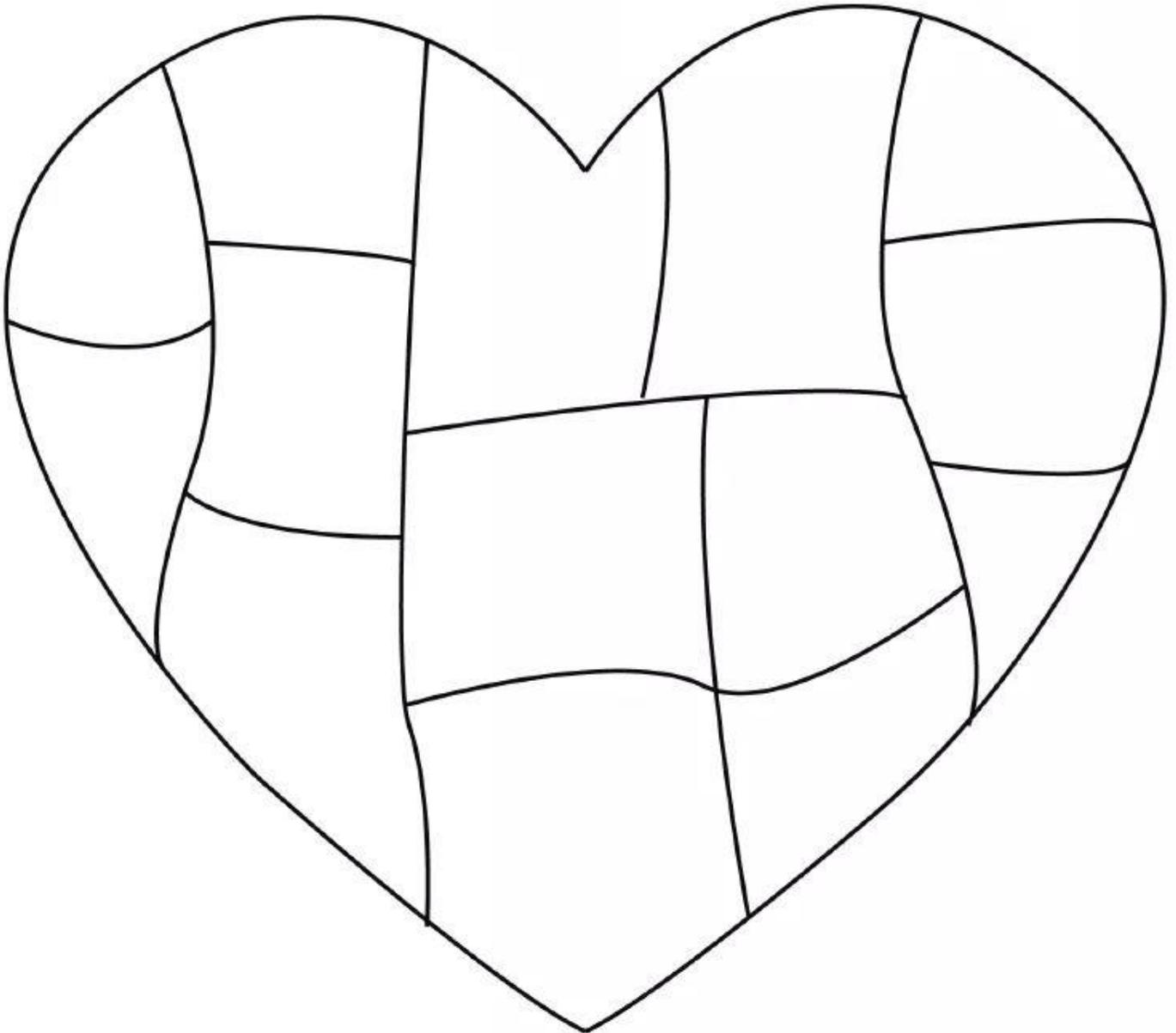
¿CUÁL ES TU MOMENTO FAVORITO DEL DÍA? _____

Fecha: _____

No importa la situación, siempre podrás encontrar
felicidad en tu corazón.



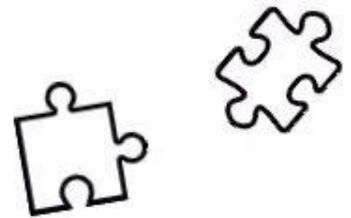
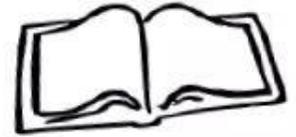
Dibuja en cada división del corazón algo que te
hace feliz.



¡MIS RETOS DE LA CUARENTENA!

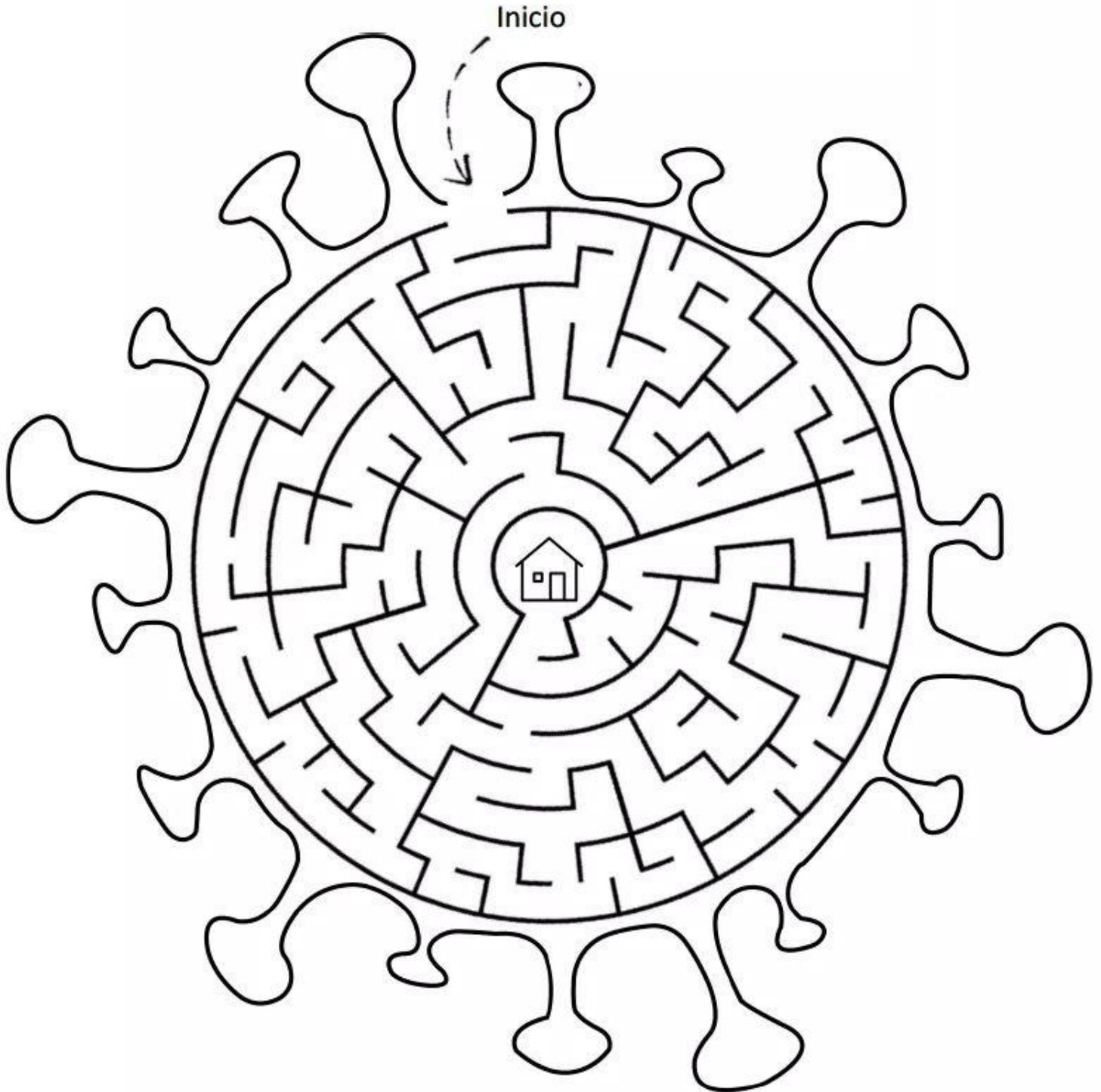
Intenta lograr cada uno de los retos y, cuando hayas cumplido alguno, ponle una palomita.

- Ver una película nueva
- Leer un libro
- Hacer algo amable por alguien más
- Preparar una receta con mi familia
- Probar una comida nueva
- Hacer ejercicio
- Intentar una actividad diferente
- Jugar un juego de mesa
- Armar un rompecabezas
- Bailar al ritmo de mi canción favorita
- Llamarle a un familiar y decirle que lo quiero mucho
- Aprenderme la letra de una canción
- Aprenderme los números telefónicos de mis papás y de los servicios de emergencia
- Aprenderme un chiste y contárselo a mi familia
- Hacer pijamada en la sala
- Terminar mi Cápsula del Tiempo: 2020.



¡LLEGA A CASA A SALVO!

Encuentra y marca el camino correcto para llegar a casa, pero ¡CUIDADO!
El laberinto es engañoso y puedes perderte.



ENTREVISTA A ALGUIEN

Nombre: _____

Edad: _____

Ciudad: _____



¿Qué has hecho? _____

¿Cómo te has sentido? _____

Tus 3 mejores momentos durante la cuarentena:

1. _____

2. _____

3. _____

¿Por qué estás agradecido(a)? _____

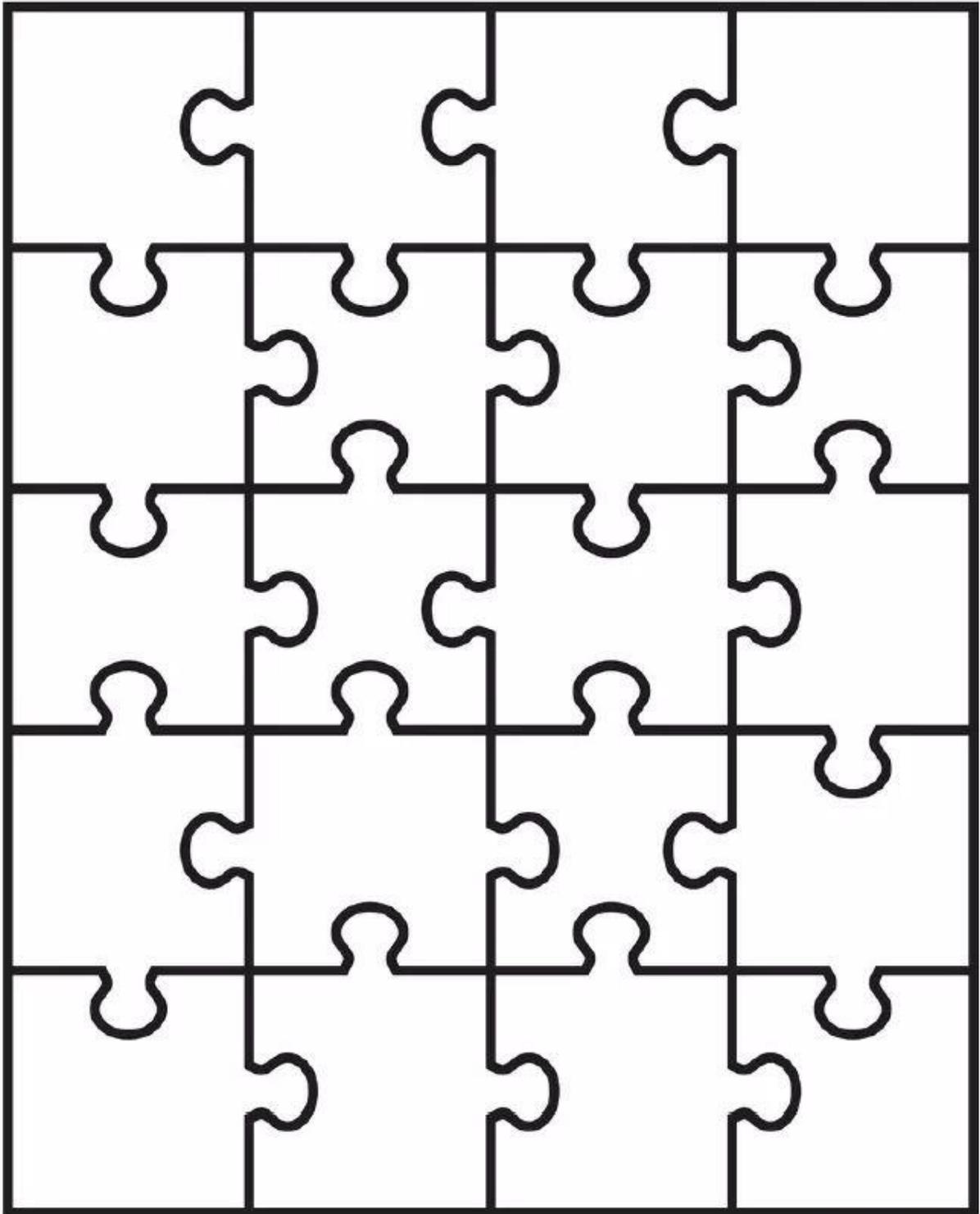
Metas para después de la cuarentena: _____

¿Qué consejo me darías? _____

ROMPECABEZAS

Haz un dibujo sobre todas las fichas y, cuando acabes, recorta el rectángulo exterior. Pega el rectángulo sobre el cartón de una caja de cereal, una cartulina o foami. Una vez seco, recorta las fichas y listo ¡a jugar!

*Aprovecha y reta a algún familiar para ver quién lo puede armar más rápido.



SOPA DE LETRAS

Encuentra las 16 palabras escondidas y circula cada una de un color diferente.

D	C	O	N	V	I	V	I	R	P	C	K	N	O
I	H	A	X	C	R	G	E	F	A	U	R	C	Y
S	U	M	G	U	W	L	F	V	C	A	W	M	Q
T	N	O	N	B	S	I	A	O	I	R	T	E	F
A	I	R	E	R	A	M	M	P	E	E	A	M	M
N	O	S	G	E	L	P	I	U	N	N	M	P	K
C	N	A	G	B	U	I	L	H	C	T	U	A	Y
I	R	M	A	O	D	E	I	O	I	E	N	T	B
A	C	I	S	C	R	Z	A	Z	A	N	D	I	R
L	A	S	Y	A	F	A	S	H	G	A	O	A	R
R	S	T	S	S	Q	G	X	U	N	M	R	Q	S
S	A	A	J	E	S	P	E	R	A	N	Z	A	T
D	X	D	I	D	H	J	Z	T	Z	W	I	B	I
R	E	G	A	A	P	R	E	N	D	E	R	X	U

Amistad
Aprender
Convivir
Cubre bocas

Empatía
Familia
Mundo
Salud

Amor
Casa
Cuarentena
Distancia

Esperanza
Limpieza
Paciencia
Unión