

**IDEAS EN  
IMÁGENES**

---

**VISTAS EN  
INTERNET**



**[WWW.MINISTERIOINFANTIL.COM](http://WWW.MINISTERIOINFANTIL.COM)**



# Spotify Matemático



## INSTRUCCIONES:

1. Escucha una canción que te guste.
2. Elige 9 palabras de la canción.
3. Escribe cada palabra.
4. Cambia cada letra por un número:
5. Todas las consonantes valen 5

## LAS VOCALES VALEN:



6. Suma los números de cada palabra.
7. Escribe el resultado al lado de la palabra.

Nombre de la canción: \_\_\_\_\_



## Palabras

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_
6. \_\_\_\_\_
7. \_\_\_\_\_
8. \_\_\_\_\_
9. \_\_\_\_\_

## Operaciones

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_
6. \_\_\_\_\_
7. \_\_\_\_\_
8. \_\_\_\_\_
9. \_\_\_\_\_

### Ejemplo:

Amor = 2+5+8+5 = 20

### AHORA

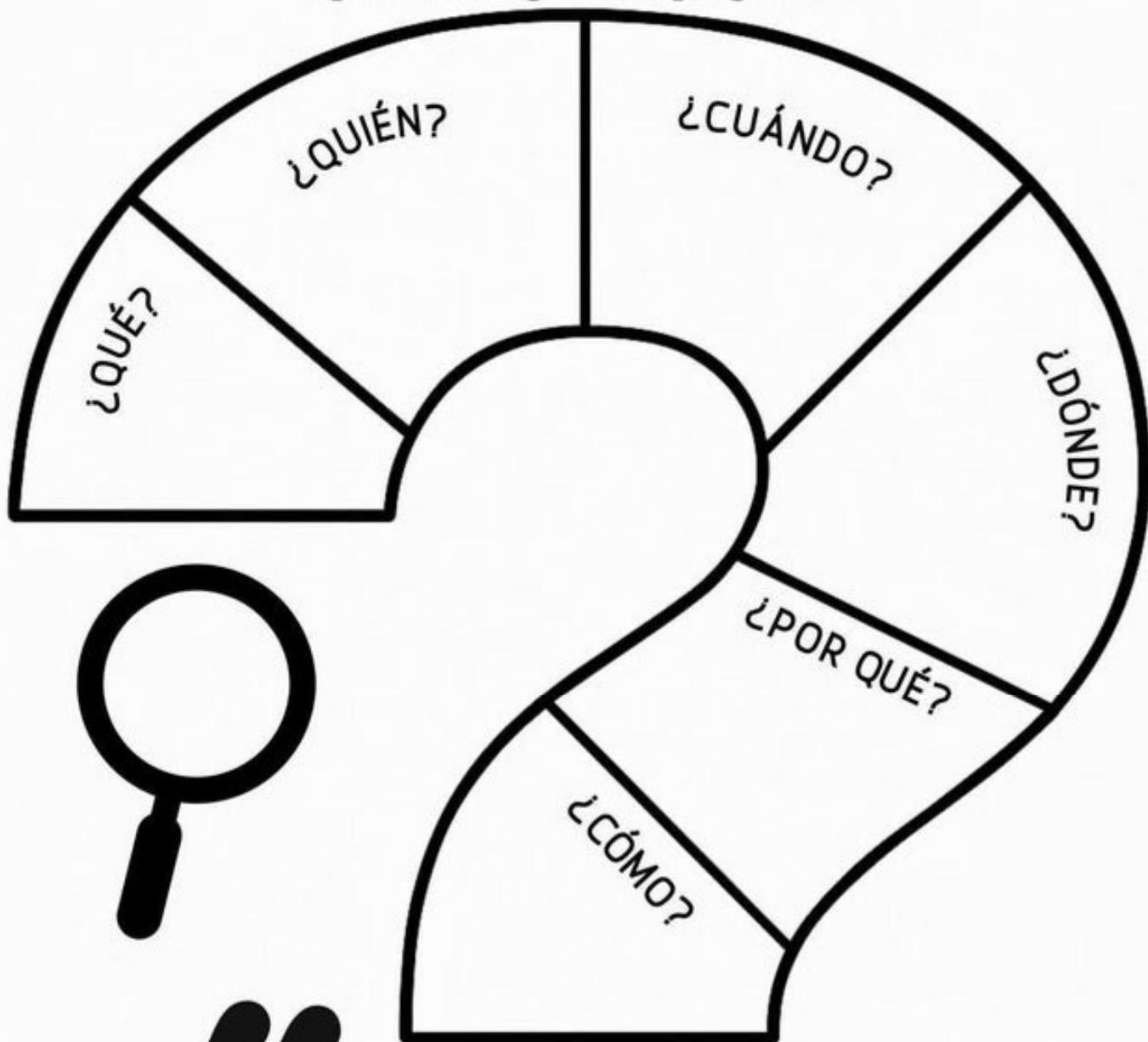
Escucha la canción nuevamente y escribe los segundos de duración.

Duración: \_\_\_\_\_



# EL DETECTIVE PREGUNTON

Después de leer, conviértete en un gran detective de la comprensión y responde las siguientes preguntas.



TÍTULO:

# VOLCÁN EMOCIONAL EN ERUPCIÓN

## MIS DETONANTES:

Escribe ¿Qué te hace enfadar?; en la base del volcán.  
¿Cómo te puedes sentir en medio del volcán?, y ¿Qué puede pasar en plena erupción?

¿Cómo actúas al explotar?

¿Cómo se siente tu cuerpo cuando estas enojado?

¿Qué te puede hacer enojar?

# ¡Revisión de la nave espacial!

¿Cómo te sientes acerca de...?

1. CONTIGO

2. TU FAMILIA

3. HOY

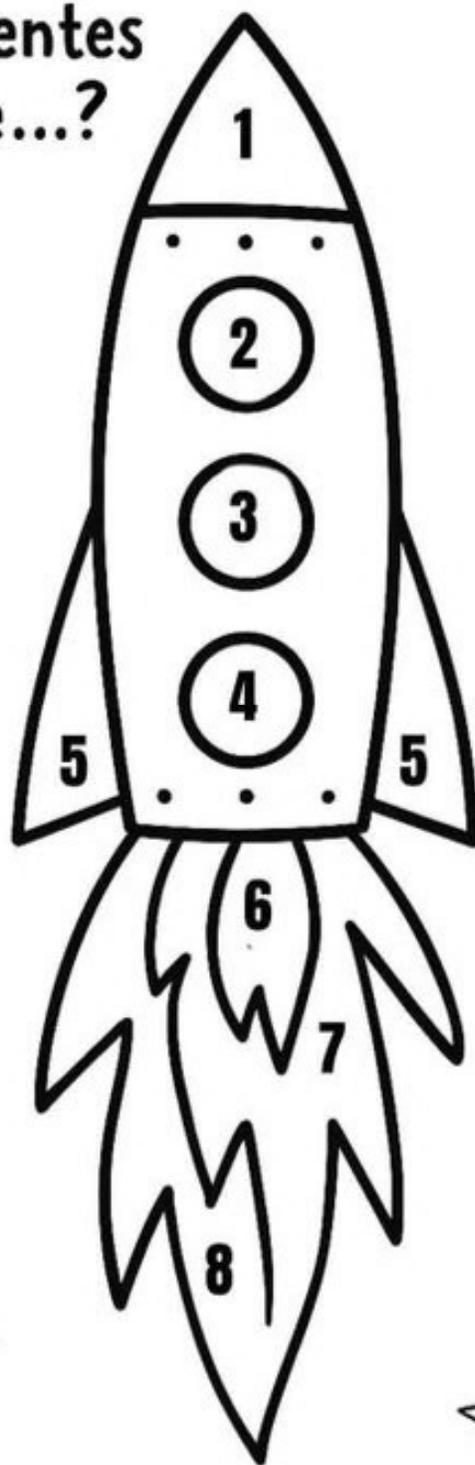
4. AMIGOS

5. CASA

6. ESCUELA

7. EN EL RECREO

8. VECINOS



EXCELENTE

Amarillo

BIEN

Verde

REGULAR

Naranja

MAS  
O MENOS

Azul

MAL

Rojo

# PINTO EL ARCOÍRIS QUE VIVE EN MÍ



## **Instrucciones:**

Lee y colorea cada franja del arcoiris.

1. Mi segundo color favorito.
2. El color de mi cabello.
3. El color de mi verdura favorita
4. Mi color favorito.
5. El color de mis ojos.
6. El color de mi fruta favorita.

# PONTE EN MIS ZAPATOS

**Instrucciones:** Mira el zapato, que tiene partes etiquetadas del número 1-6.

**También hay 6 preguntas sobre ti.**

**Responde las preguntas yo sea escribiendo, dibujando, o la parte del zapato que coincide con el número de la pregunta. ¡Ahora ya puedes colorear y decorar tu zapato!**

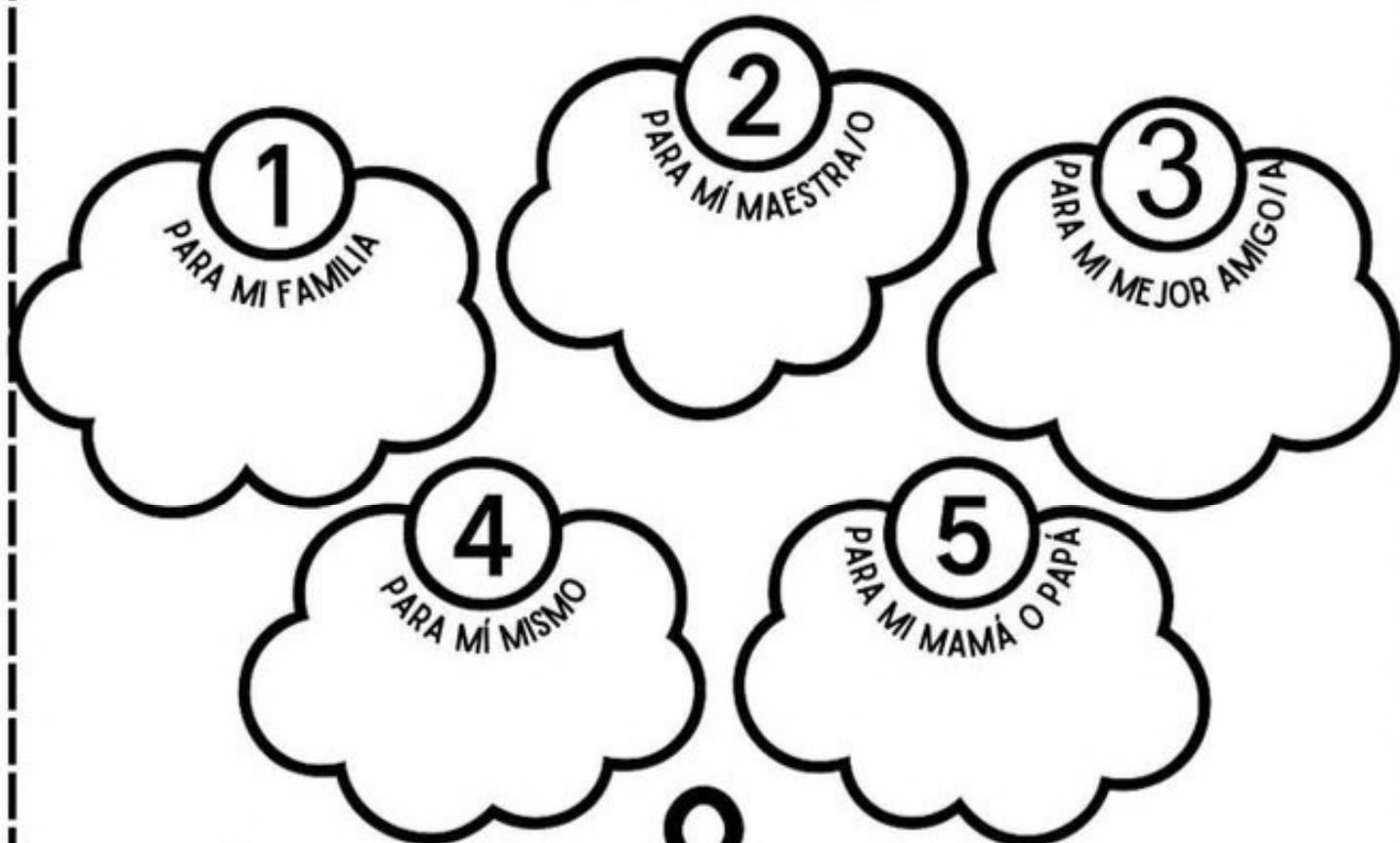
1. ¿Qué te asusta más?
2. ¿Qué te hace feliz?
3. ¿Qué es una cosa que deseas realmente hacer?
4. ¿De qué te preocupas?
5. ¿A quién admiras?
6. ¿Qué te hace reír?



# MIS CINCO DESEOS

Al Genio de la Lámpara

SI PUDIERAS PEDIR CINCO DESEOS AL GENIO DE LA LÁMPARA  
¿QUÉ PEDIRÍAS?



# ¡SOY UNA PERSONA INCREÍBLE!

Lee y termina las oraciones en los globos de abajo.



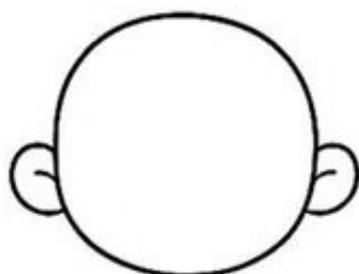
# ¡SOY UNA PERSONA INCREÍBLE!

Lee y termina las oraciones en los globos de abajo.

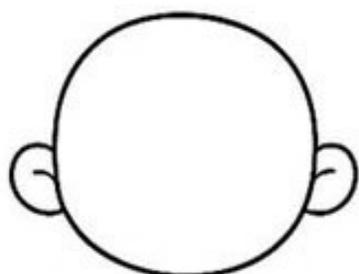


# ¡Así luce mi emoción!

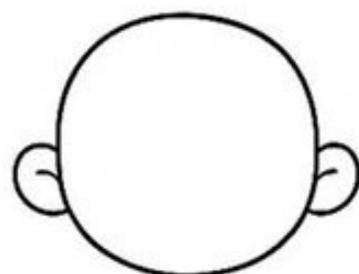
Dibuja en cada carita una expresión facial que represente esa emoción.



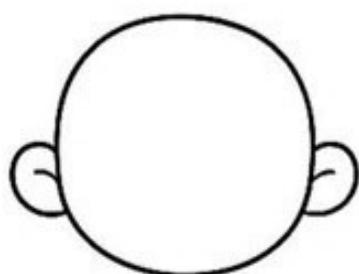
ENFADADO



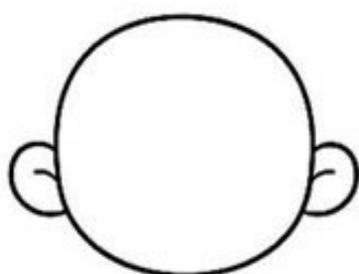
ASUSTADO



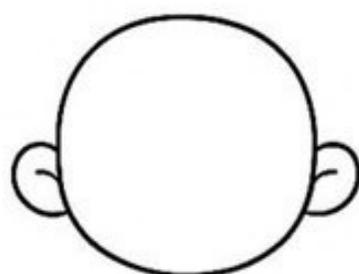
AVERGONZADO



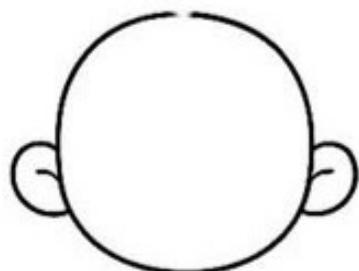
ANSIOSO



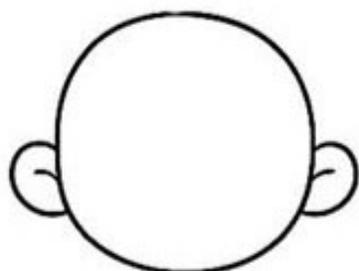
CELOSO



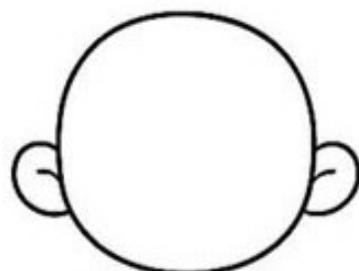
DECEPCIONADO



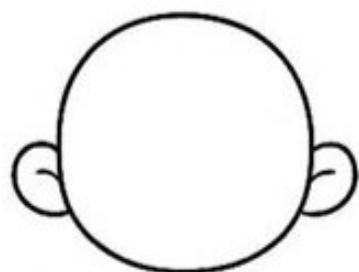
TÍMIDO



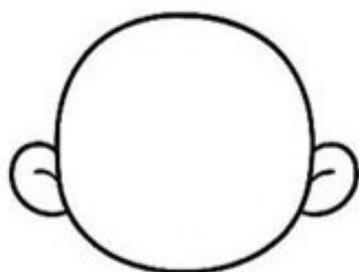
ESPERANZADO



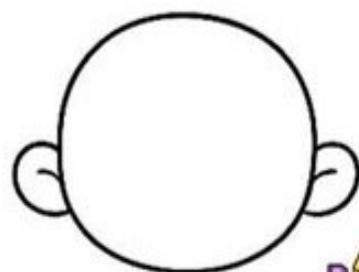
SORPRENDIDO



ORGULLOSO



TRISTE



FELIZ

# FLOR DE SENTIMIENTOS

¿Cómo te sientes acerca de...?

1. Contigo mismo

2. Con tus papás

3. Con tus amigos

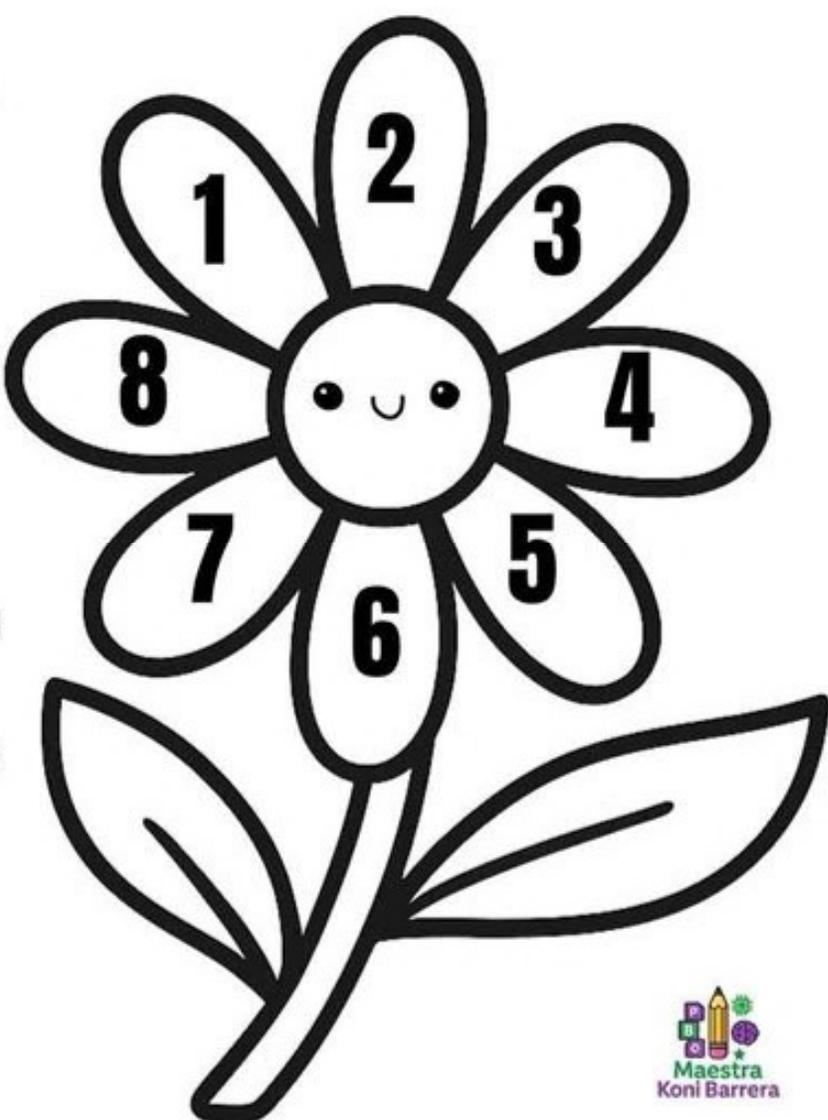
4. Con tu familia

5. Con tu maestra

6. Con tus vecinos

7. En la escuela

8. En el recreo



  
Maestra  
Koni Barrera

Estupendo



Bien



Más o  
menos



Mal



No siento  
nada





Nombre: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

# SOY ÚNICO /A

Completa la huella digital con la información que te hace único

Soy unico / a porque

Porque a mí me gusta mucho hacer:

Porque soy muy bueno / a en:

Porque mi mayor virtud es:

Porque yo me siento feliz cuando:

Porque mi meta en la vida es:

Mi sueño es:

Porque soy valiente cuando:



# Descubriendo lo que siento

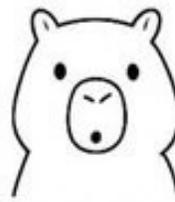
Nombre: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_



MIEDO



ALEGRÍA



SORPRESA



AMOR



TRISTEZA

¿Es una emoción que te gusta sentir?					
¿Qué pienso cuando me siento así?					
¿Cómo me siento con esta emoción?					
¿Qué hago cuando me siento así?					
¿En qué parte de mi cuerpo puedo sentir esta emoción?					



# MI POCIÓN PARA CALMARME

Imagina que eres un pequeño mago y necesitas crear una poción mágica para ayudarte a calmarte cuando sientes enojo o frustración.

Escribe ingredientes mágicos (pueden ser reales o simbólicos) que te ayuden a sentirte mejor cuando estás enojado/a.



# MI ESCUDO DE APOYO

## Instrucciones:

Completa cada parte del escudo escribiendo quiénes y qué cosas te ayudan a sentirte mejor cuando estás triste, enojado o preocupado.

*¡Este escudo te recordará que no estás solo y que siempre hay alguien o algo que te puede ayudar!*

MI ESCUDO DE APOYO

**Instrucciones:**  
Completa cada parte del escudo escribiendo quiénes y qué cosas te ayudan a sentirte mejor cuando estás triste, enojado o preocupado.  
*¡Este escudo te recordará que no estás solo y que siempre hay alguien o algo que te puede ayudar!*

MI ESCUDO DE APOYO

**Secciones del escudo:**

- Top Left: **Mi familia y amigos:**
- Top Right: **¿Cómo me pueden hacer sentir mejor?**
- Center Star: **De mi comunidad, yo confío en:**
- Bottom Left: **Lugares que me hacen sentir tranquilo:**
- Bottom Right: **Actividades que me relajan:**

# RECUERDAS LA ÚLTIMA VEZ QUE...



RECUERDAS LA ÚLTIMA VEZ QUE....	¿DÓNDE ESTABAS?	¿CON QUIÉN ESTABAS?	¿CUÁNDO FUE?	¿QUÉ PASO?
...estuviste asustado /a?				
...estuviste triste?				
...sentiste asco?				
...te sorprendiste?				
...estuviste enfadado /a?				
...estuviste avergonzado /a?				

W B



W B



Nombre:

Fecha:

# MI RED DE APOYO

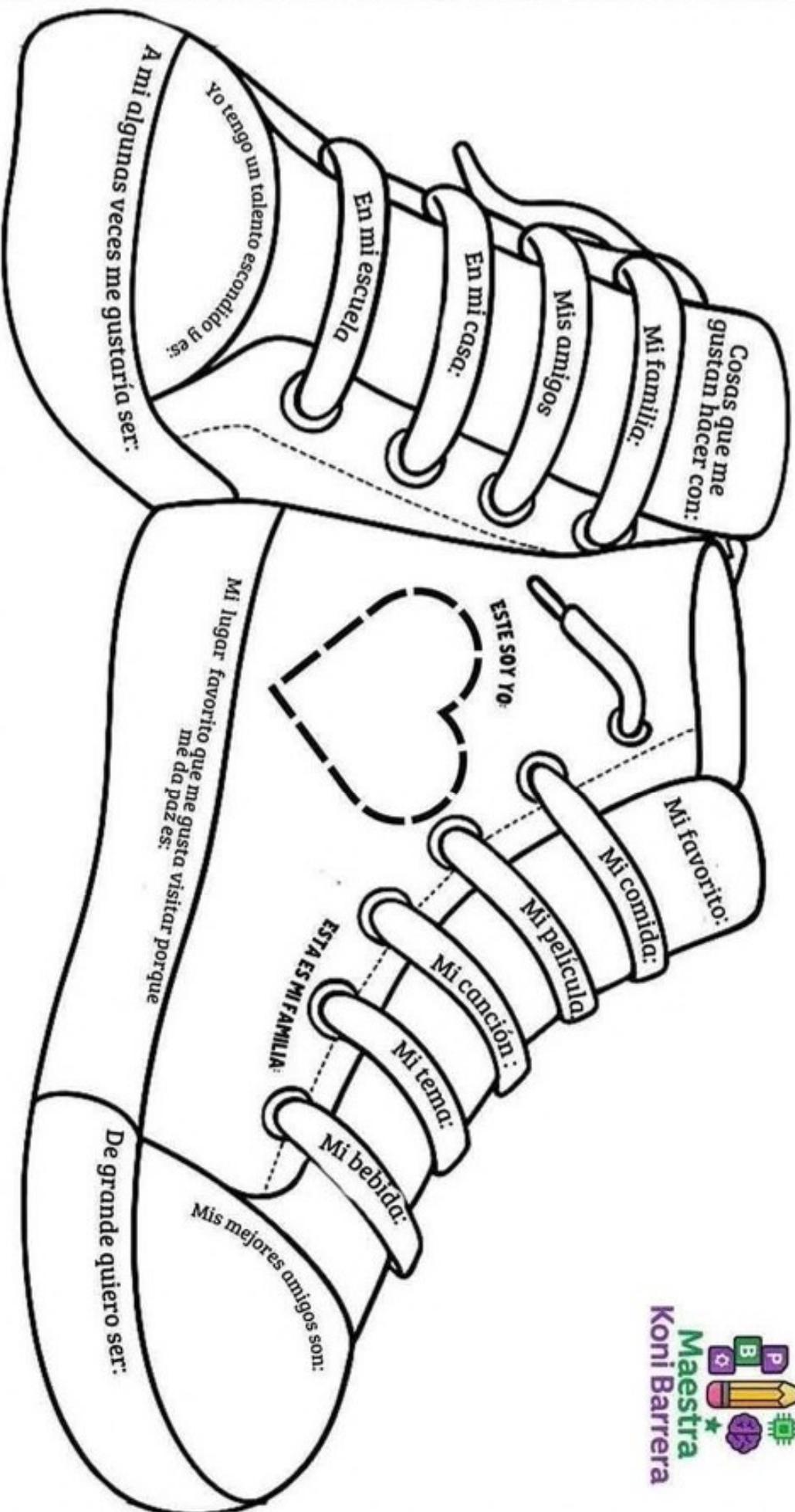
Mi círculo de relaciones me ayuda a identificar a las personas en mi vida que pueden ayudarme.



# ¡TODO SOBRE MÍ!

<b>Así soy yo:</b>	<b>Así es mi familia:</b>	
<b>Estas son mis materias favoritas:</b>	<b>Estos son lugares que me gusta visitar:</b>	
<b>Estas son cosas que me gusta hacer:</b>		
<b>en casa</b>	<b>en la escuela</b>	<b>en la comunidad</b>
<b>Este es mi favorito:</b>		
<b>comida</b>	<b>canción</b>	<b>película</b>

# ¡PONTE EN MIS ZAPATOS!



MI NOMBRES ES:

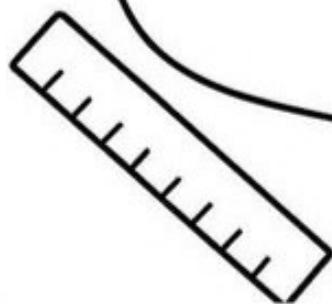
# ¡Diseña tu Mochila de Ensueño!



¿Qué colores tendrá tu mochila?

Nombre: \_\_\_\_\_

¿Qué llevarás dentro de ella?



# ¡MI MOCHILA LLENA DE MI!



# Explorando el arcoíris de mi imaginación

Nombre: \_\_\_\_\_ . Fecha: \_\_\_\_\_



# YO SOY MI PROYECTO MÁS GRANDE



Cosas de las que te sientes orgulloso y quieres que todos los demás vean:

Tejado:  
Personas o cosas  
que te protegen.

Formas en las  
que liberas tu  
tensión o  
enojo.

Nivel 4: Escribe o dibuja cómo sería para ti una vida perfecta, que merezca la pena vivir.

Nivel 3: Enumera las cosas que te hacen feliz o que deseas que te hagan feliz

Nivel 2: Enumera o dibuja las emociones que quieres expresar a menudo.

Cosas que ocultas a los demás.

Cosas que deseas lograr conseguir en la vida:

Nivel 1: Enumera o dibuja comportamientos que quieres cambiar.

Valores que te distinguen:

La persona que siempre te apoya: \_\_\_\_\_

La persona en la que más confías: \_\_\_\_\_

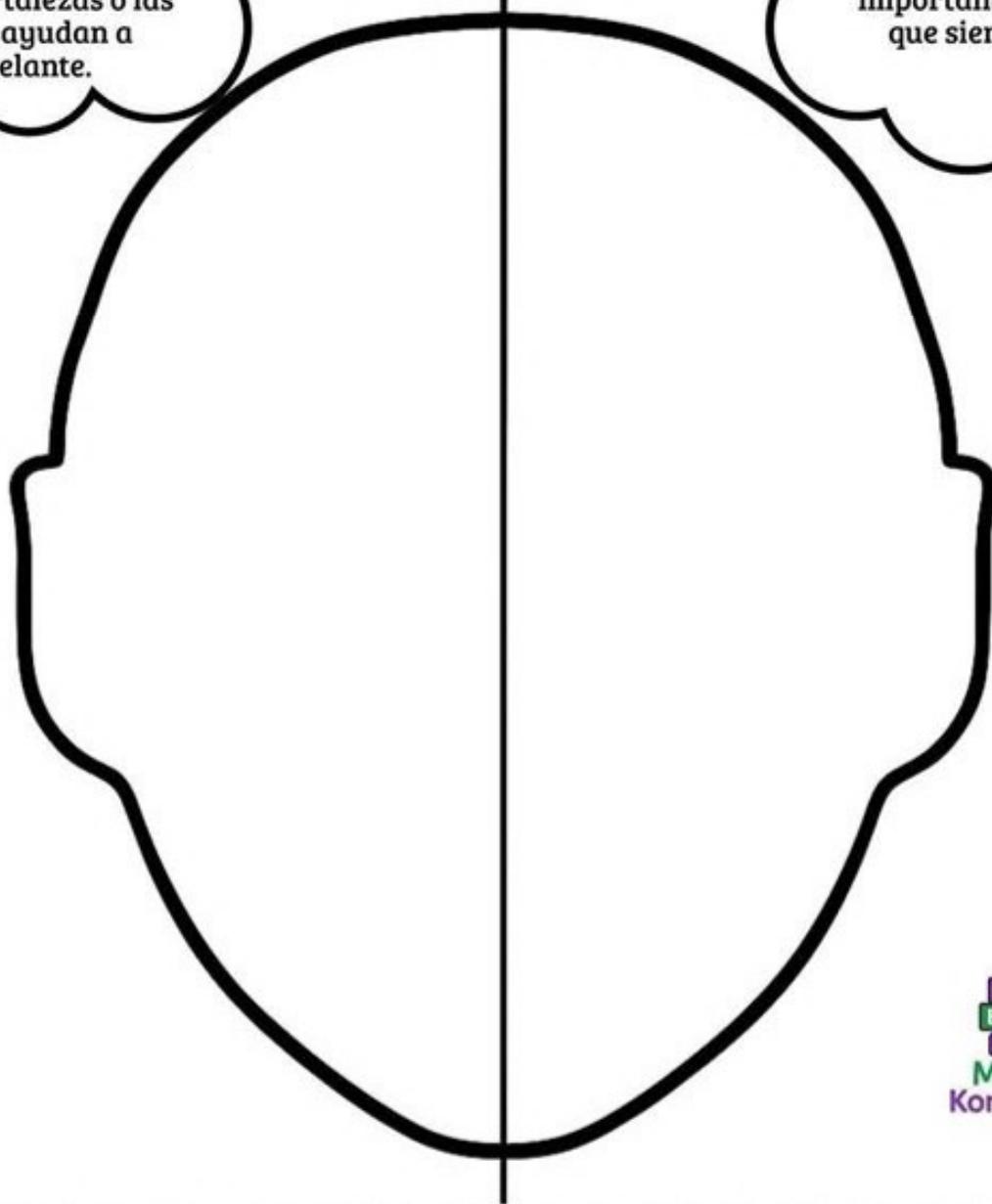
# LA BATALLA EN TU CABEZA

Piensa en lo que ocurre dentro de tu mente cuando te sientes confundido, estresado o emocionalmente agitado.

En una mitad de la cabeza, representa con dibujos, colores o palabras los pensamientos negativos, miedos o inseguridades

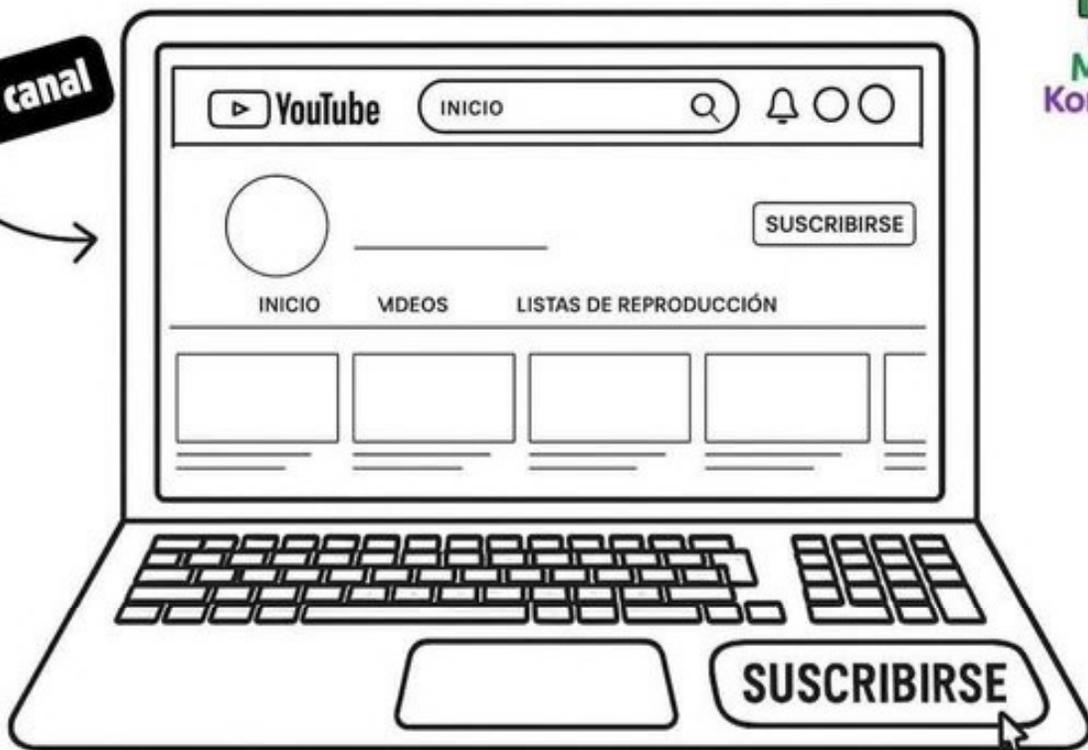
En la otra mitad, dibuja tus pensamientos positivos, esperanzas, fortalezas o las cosas que te ayudan a seguir adelante.

No te preocupes por hacer un dibujo "bonito". Lo importante es expresar lo que sientes y piensas.



# Si tuviera un canal de YouTube

Dibuja tu canal



¿Alguna vez has querido empezar un canal de YouTube? Pues es momento de crear tu canal de YouTube, escribe el contenido que crearás y cómo conseguir suscriptores. Sé detallado.

---

---

---

---

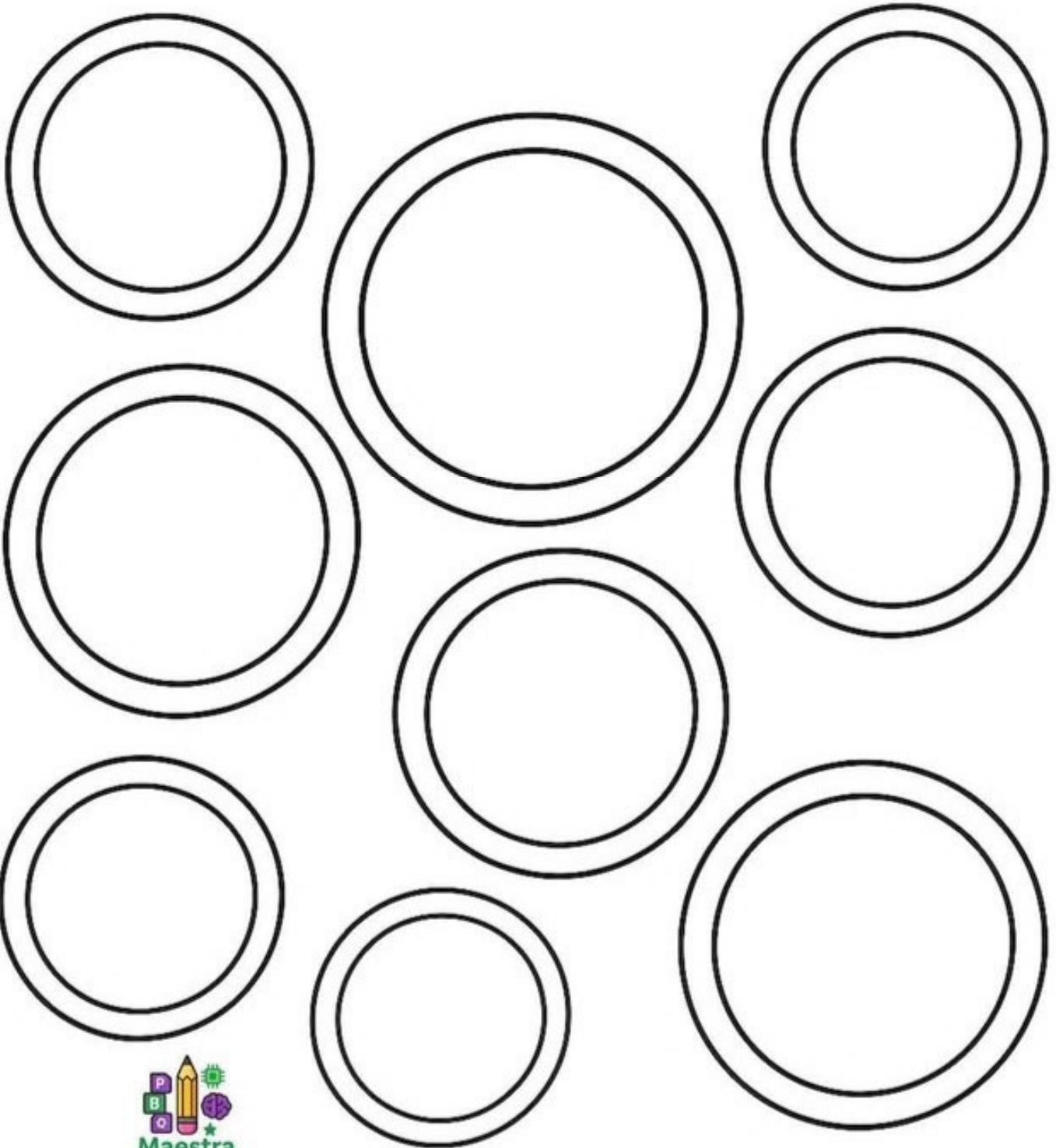
---

---

---

# **MIS BOTONES DE ENOJO**

Llena cada botón con algo que te hace enojar.  
Estas son las situaciones o cosas que ""presionan tus botones""



# UN VISTAZO A MI MENTE

En estas nubes, escribe todos tus pensamientos y sentimientos.  
¡Pueden ser pensamientos felices, tristes, preocupantes!



# Salud Mental

¿Qué puedes hacer para cuidar tu salud mental?



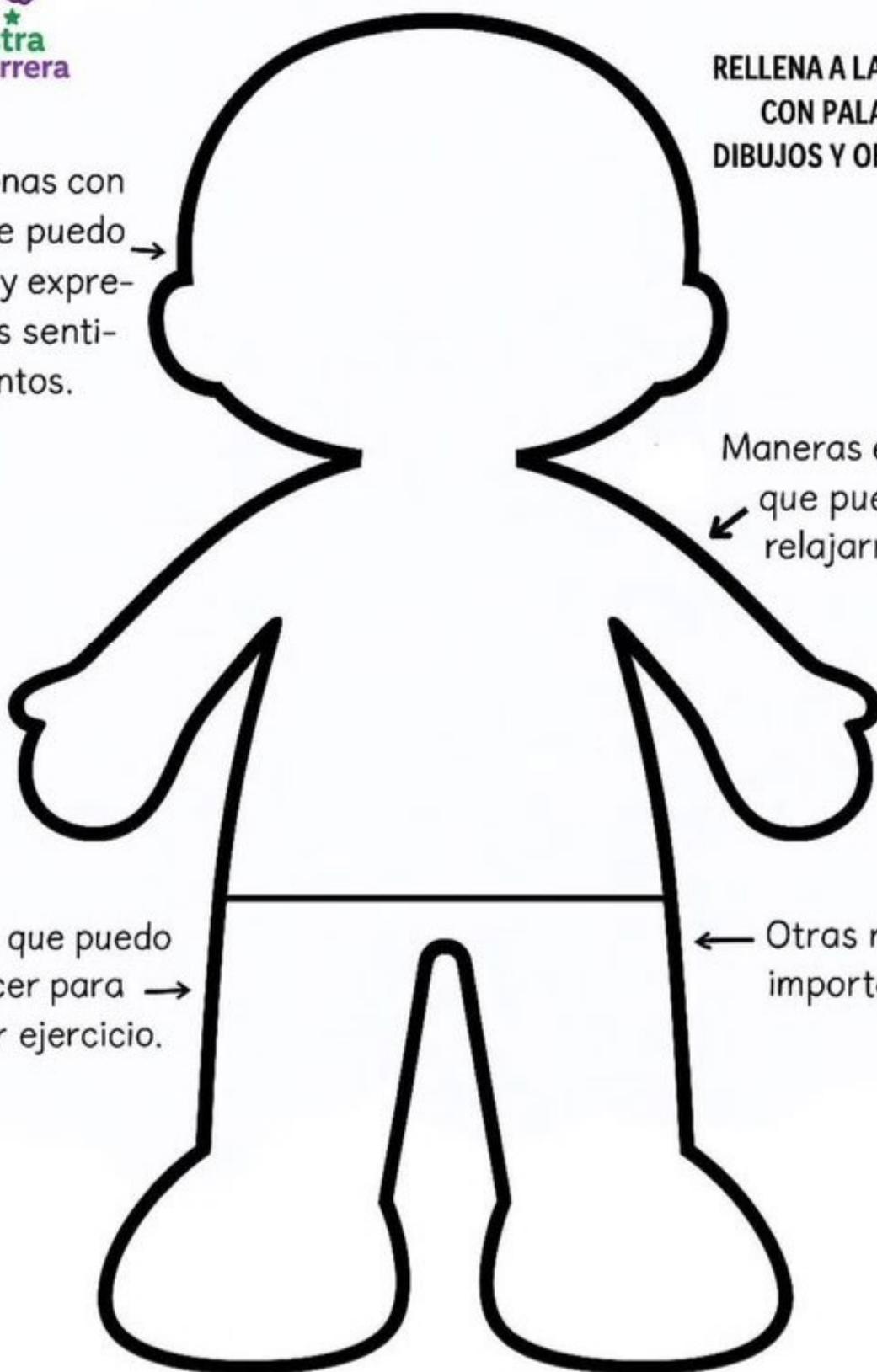
RELLENA A LA PERSONA  
CON PALABRAS.  
DIBUJOS Y ORACIONES.

Personas con  
las que puedo  
hablar y expre-  
sar mis senti-  
mientos.

Maneras en las  
que puedo  
relajarme.

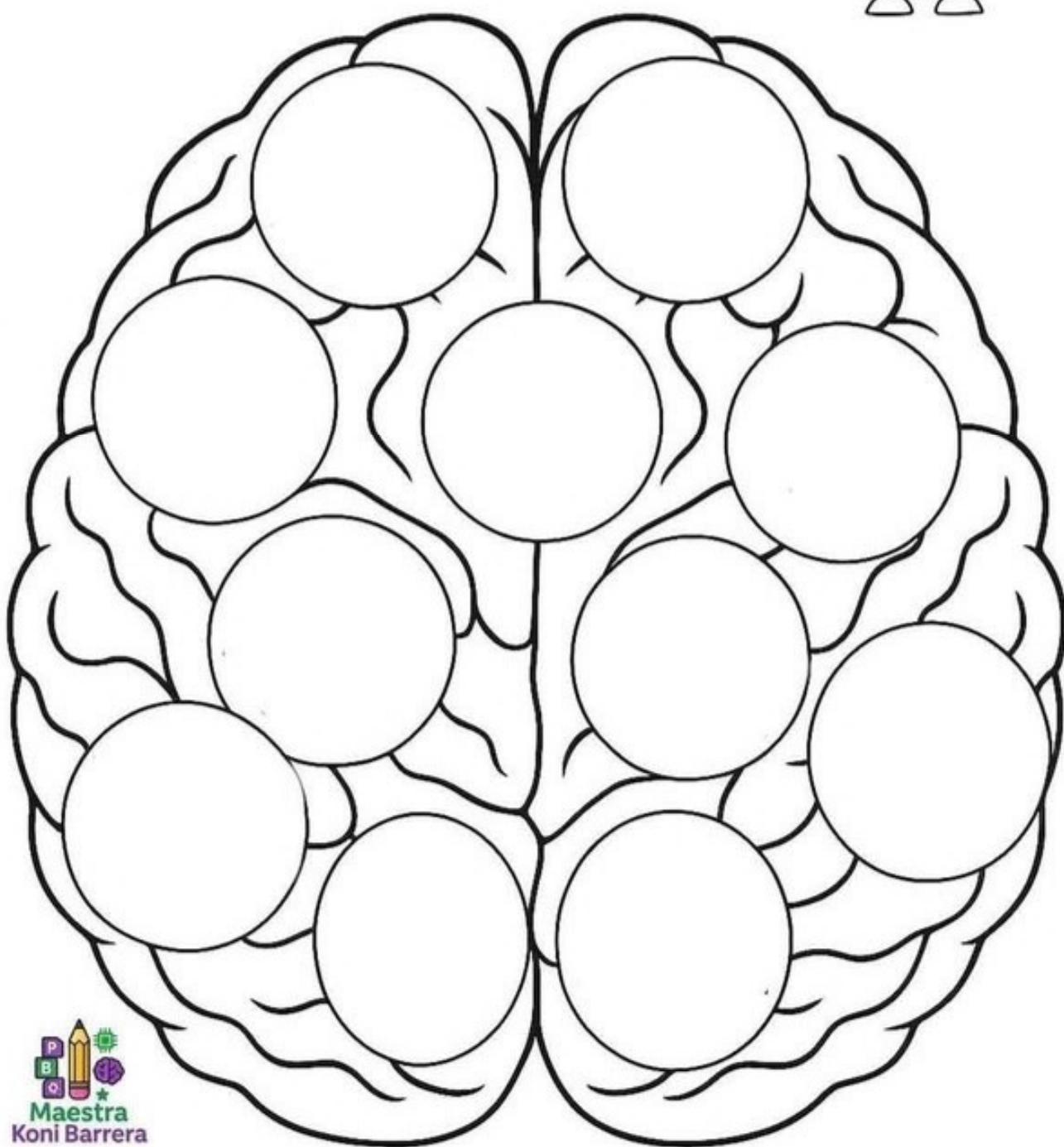
Cosas que puedo  
hacer para  
hacer ejercicio.

Otras rutinas  
importantes.



# ENTRENA TU CEREBRO

Escribe pensamientos positivos que ayuden a tu mente a crecer



# ¿Qué hago con mi enojo?

AUNQUE TENGAMOS MOTIVOS PARA ESTAR ENOJADOS, NO PODEMOS PERMITIR QUE ESA EMOCIÓN PERMANEZCA DEMASIADO TIEMPO EN NOSOTROS.



ESCRIBE PALABRAS  
QUE TE HAGAN SENTIR  
ENOJO O RABIA



¿QUÉ PIENSAS  
MIENTRAS ESTAS  
ENOJADO?

¿CON QUÉ PERSONAS  
TE ENOJAS MÁS  
FÁCILMENTE?



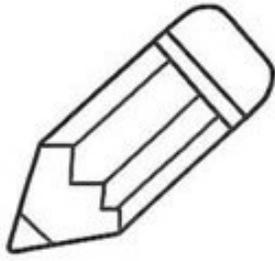
CUANDO TE INVADA EL ENOJO PUEDES QUEDARTE DESCALZO Y SENTIR COMO TODA ESA ENERGIA SALE DE TU CUERPO Y COMIENZAS A RELAJARTE



# EL MAPA DE MI CORAZÓN

“Este corazón es solo tuyo. Cada pieza es algo que te da fuerza, amor o alegría. A veces se nos olvida lo que nos gusta, pero tenerlo aquí te recordará siempre quién eres y qué te hace especial.”





# SEGUIMIENTO DE MIS EMOCIONES



Pon una X o colorea la(s) emoción(es) que sientes cada día.

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Feliz 					
Nervioso 					
Cansado 					
Frustrado 					
Tranquilo 					
Preocupado 					
Confiado 					
Desestresado 					
Triste 					

# ¿QUIÉN SOY?

Lo que pienso sobre mí

Lo que me gusta hacer

Mis rasgos físicos son:

Mis cualidades son:

Mis debilidades son:

Yo soy buena en:

Lo que más amo es:

Mi mayor miedo es:

Yo se:

Mi familia son:

Mi apodo es:

Mi experiencia positiva fue:

Mi experiencia negativa fue:

Mi edad es:

# Mis Calcetines Emocionales

INSTRUCCIONES: COLOREA POR DÍA COMO TE HAS SENTIDO AL FINALIZAR LA JORNADA ESCOLAR

Mes: \_\_\_\_\_

Alumno: \_\_\_\_\_

- |   |  |
|---|--|
|  Feliz   |  Enojado  |
|  Triste  |  Positivo |
|  Cansado |  Ansioso  |

# META

PARA ALCANZAR MI META...

1

2

3

4

5

6



# RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS

Identifica un conflicto o situación desafiante que hayas enfrentado y luego responde las siguientes preguntas.

## EVENTO

¿Qué pasó?



## SENTIMIENTOS

¿Cómo te hizo sentir?

## PENSAMIENTOS

¿Qué pensabas cuando ocurrió el evento?

**CONDUCTA** ¿Cuál fue tu respuesta a la situación?

## SOLUCIONES EFICACES

Anota 3 maneras en que puedes manejar esto.

## SOLUCIÓN INEFICAZ

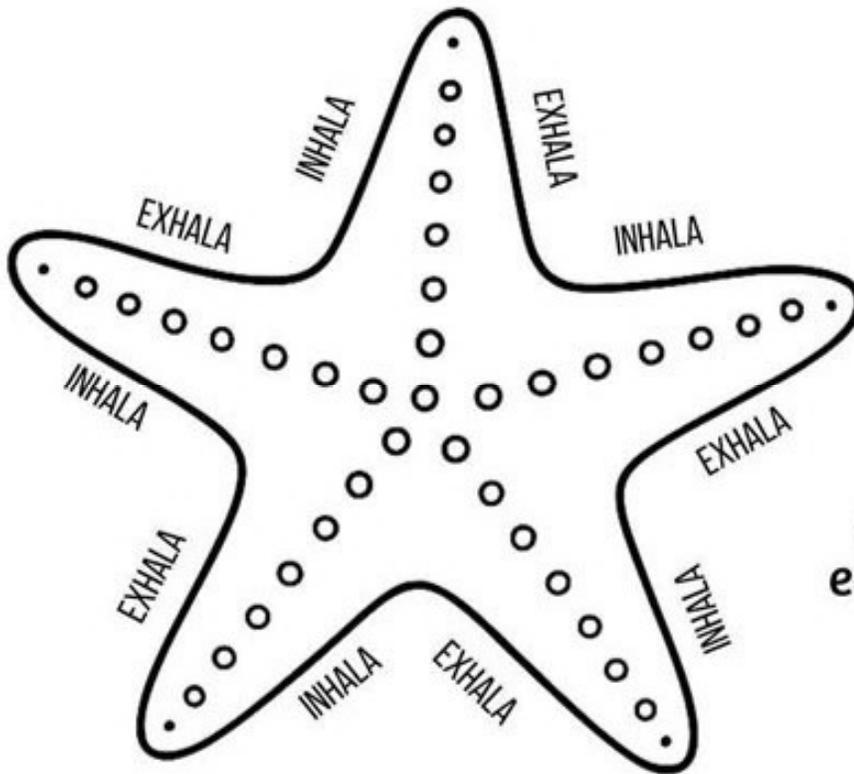
Escribe una solución que sabes que no es correcta, luego indica por qué no funciona.



# MI ESTRELLA DE MAR



Seguro que alguna vez has sentido un enojo muy fuerte.  
En ese momento, tu cuerpo se pone tenso como si fuera a explotar.  
Cuando te sientas así  
¡conviértete en una estrella de mar!



Colorea tu  
estrella de la  
calma

Túmbate en el suelo boca arriba y extiende los brazos y las piernas como si fueras una estrella de mar.

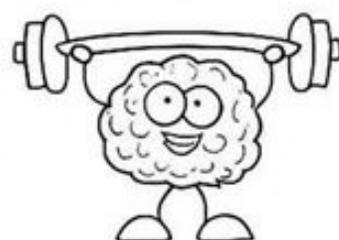
Respira tan profundo como puedas mientras estiras todo tu cuerpo.

Al soltar el aire lentamente, siente cómo te relajas.  
Repite el ejercicio cinco veces, concentrándote en las sensaciones de tu cuerpo.



# ENTRENA TU CEREBRO

Colorea las partes del cerebro que muestran una mentalidad de crecimiento.





MINISTERIO INFANTIL

"No somos un ministerio grande...  
...pero si somos un gran ministerio"

[www.ministerioinfantil.com](http://www.ministerioinfantil.com)

¡Imágenes tomadas de libre circulación en internet!

*Créditos a quien corresponda*

**¡VISITANOS!**

**[www.MinisterioInfantil.com](http://www.MinisterioInfantil.com)**

**[beacons.ai/MinisterioInfantilArcoiris](https://beacons.ai/MinisterioInfantilArcoiris)**

***#MIArcoiris***