HORA DEL CUENTO EN LA BIBLIOTECA · DE 3 A 6 AÑOS · 30 MINUTOS

Cuentos de los sentimientos grandes: un guion de 30 minutos para bibliotecarios infantiles

Dos libros ilustrados, un juego de movimiento y una práctica de respiración para niños de 3 a 6 años con un adulto de su familia. Basado en las frases del programa para el salón de Raising Stoics, con una hoja para llevar a casa.

Libros

Principales

- **El monstruo de colores** — Anna Llenas (Little, Brown Books for Young Readers, 2018)
- **Cuando Sofía se enoja, se enoja de veras** — Molly Bang (Blue Sky Press (Scholastic), 1999)

De reserva

- **El libro de los sentimientos / The Feelings Book (edición bilingüe)** — Todd Parr (Little, Brown Books for Young Readers, 2011)
- **In My Heart: A Book of Feelings (en inglés)** — Jo Witek (illustrated by Christine Roussey) (Abrams Appleseed, 2014)

Necesitará

- Los dos libros principales, y los de reserva en un carrito
- Seis hojas grandes con un dibujo sencillo del clima por dentro: soleado, calma, nublado, lluvia, tormenta, niebla (niebla quiere decir "no sé lo que siento")
- Cinta adhesiva para pegar las hojas del clima a baja altura en una pared
- Un círculo de papel de unas 6 pulgadas con la palabra "Pausa" para quien dirige la sesión (una copia por familia si se puede imprimir)
- Un caballete o papel grande y un marcador para la letra del canto de bienvenida
- Copias de la hoja para llevar a casa, una por familia
- Nada pequeño: sin cuentas, botones ni piezas sueltas para los más chicos

Cómo adaptarlo

- Con niños de 3 años: acorte cada libro a las primeras páginas que más le gusten y use las hojas para señalar, no para hablar. Mantenga al adulto con el niño en el regazo y cambie la frase por elegir una imagen.
- Grupo grande: pida a los niños que se queden en su lugar y señalen el clima en un solo caballete, en vez de caminar. Pida a los adultos que susurren la respuesta al oído, y usted escuchará solo algunas.
- Grupo bilingüe: diga cada frase en inglés y en español ("Right now I feel…" / "Ahora me siento…"). Invite a las familias a usar también su idioma de casa. Si tiene las dos ediciones, muestre las portadas.

Gratis para imprimir, copiar y compartir (CC BY-NC-ND 4.0). Permiso adicional: puede acortarlo, traducirlo y adaptarlo para sus familias o su personal. Mantenga el crédito; no lo venda. raisingstoics.com/terms#classroom-license · 1

El plan · 30 min

1. **3′** **Canto de bienvenida.** Salude por su nombre a los niños y a los adultos mientras todos se sientan en círculo. Enseñe un canto corto con palmadas, inventado por usted, como "Hola, hola, aquí mi mano, sentimientos grandes, todos bienvenidos". Repítalo dos veces, cada vez más bajito.
   Diga: «¡Hola, amigos! Hoy todos los sentimientos son bienvenidos: contento, enojo, miedo y risa.»

2. **8′** **Libro 1: El monstruo de colores.** Muestre primero la portada y pida a los niños que adivinen cómo se verían los sentimientos. Lea despacio y haga dos o tres pausas para preguntar en qué parte del cuerpo vive un sentimiento. Al final, invite a cada niño a completar la frase; los más chicos pueden señalar.
   Diga: «¿Dónde sientes eso en tu cuerpo? Muéstrame con la mano.»

3. **6′** **Juego: el clima por dentro.** Cuelgue las seis hojas del clima por el salón. Los niños caminan con su adulto hasta el clima que coincide con lo que sienten ahora. Cada niño, o su adulto por él o ella, dice la frase; quien dirige responde con cariño, sin arreglar ni juzgar la elección.
   Diga: «Ahora me siento… Camina hacia el clima que llevas por dentro. Niebla es "no sé".»

4. **7′** **Libro 2: Cuando Sofía se enoja.** Diga al grupo que el siguiente libro trata de un sentimiento muy grande: el enojo. Léalo con una sola pausa para preguntar qué hace el cuerpo cuando uno está muy enojado. Después diga que enojarse está permitido y que lo que hacemos con el enojo es una elección.
   Diga: «Enojarse es un sentimiento, y todos los sentimientos pasan. ¿Qué hace tu cuerpo cuando te enojas?»

5. **3′** **Respiro y botón de pausa.** Muestre el círculo de papel que dice Pausa. Practiquen todos juntos: paro (manos quietas), respiro (oler la flor y apagar la vela, tres veces) y elijo (decir una cosa que pueden hacer). Háganlo cuando todos estén tranquilos y contentos.
   Diga: «Paro. Respiro. Elijo. Huele la flor… ahora apaga la vela.»

6. **3′** **Despedida y hoja para casa.** Reparta la hoja para llevar a casa. Cante despacio el canto de bienvenida y pida a cada niño que diga una palabra de su clima al salir del círculo, o que se despida con la mano si lo prefiere. Dé las gracias a los adultos por venir.
   Diga: «Gracias por compartir tu clima hoy. ¡Prueben los juegos de la hoja en casa!»

Gratis para imprimir, copiar y compartir (CC BY-NC-ND 4.0). Permiso adicional: puede acortarlo, traducirlo y adaptarlo para sus familias o su personal. Mantenga el crédito; no lo venda. raisingstoics.com/terms#classroom-license

PARA LA CASA

Los sentimientos grandes en casa

LA FRASE DEL DÍA

«Ahora me siento...»

1. El clima en la cena (3 minutos): cada quien dice su clima por dentro, primero los adultos: soleado, calma, nublado, lluvia, tormenta o niebla. Solo escuche y dé las gracias.
2. Juego del botón de pausa (2 minutos): cuando todos estén tranquilos, digan "Paro" y quédense quietos como estatuas, saquen el aire despacio y escojan algo divertido para hacer juntos.
3. La flor y la vela (2 minutos): huelan la flor y apaguen la vela, tres veces. Háganlo en la mesa, en el carro o antes de un cuento.

Pregúntele a su hijo o hija: ¿Cómo estuvo tu clima por dentro hoy en la biblioteca?

Gratis para imprimir, copiar y compartir (CC BY-NC-ND 4.0). Permiso adicional: puede acortarlo, traducirlo y adaptarlo para sus familias o su personal. Mantenga el crédito; no lo venda. raisingstoics.com/terms#classroom-license