

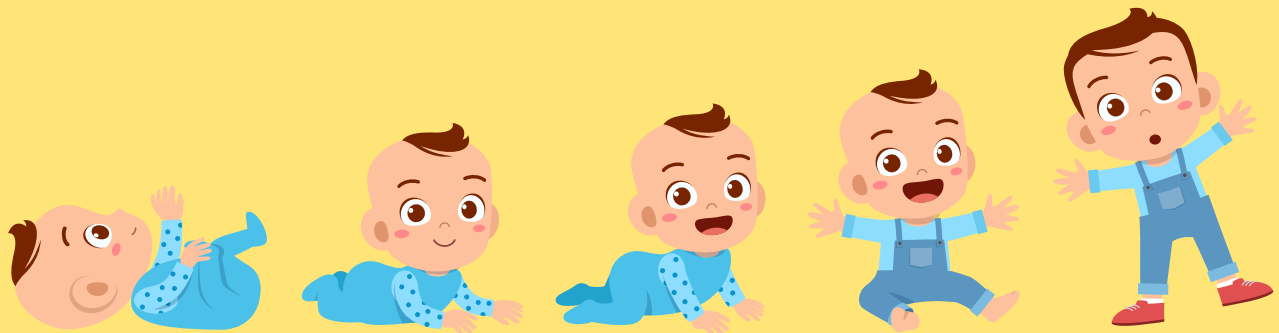
# Miércoles



## Amo a mi familia

### CUANDO ERA CHIQUITO

Crea con tu pequeño una línea del tiempo con fotos de cómo ha ido creciendo. Puedes pegarlas en una tira larga de papel. También enséñale fotos de sus familiares de pequeños.



Invítalo a que trate de juntar o aparear la foto de chicos (trata de que sea de adolescencia para que no sea tan complejo) con la foto actual de sus familiares.

También es muy divertido (si tienes a la mano) invitarlo a que se pruebe su ropa y zapatos de cuando era pequeño.

**30 DÍAS**  
EN CASA  
Temporada 2

POR  NARAN XADUL  
Y COMIENZOS\_CONSCIENTES

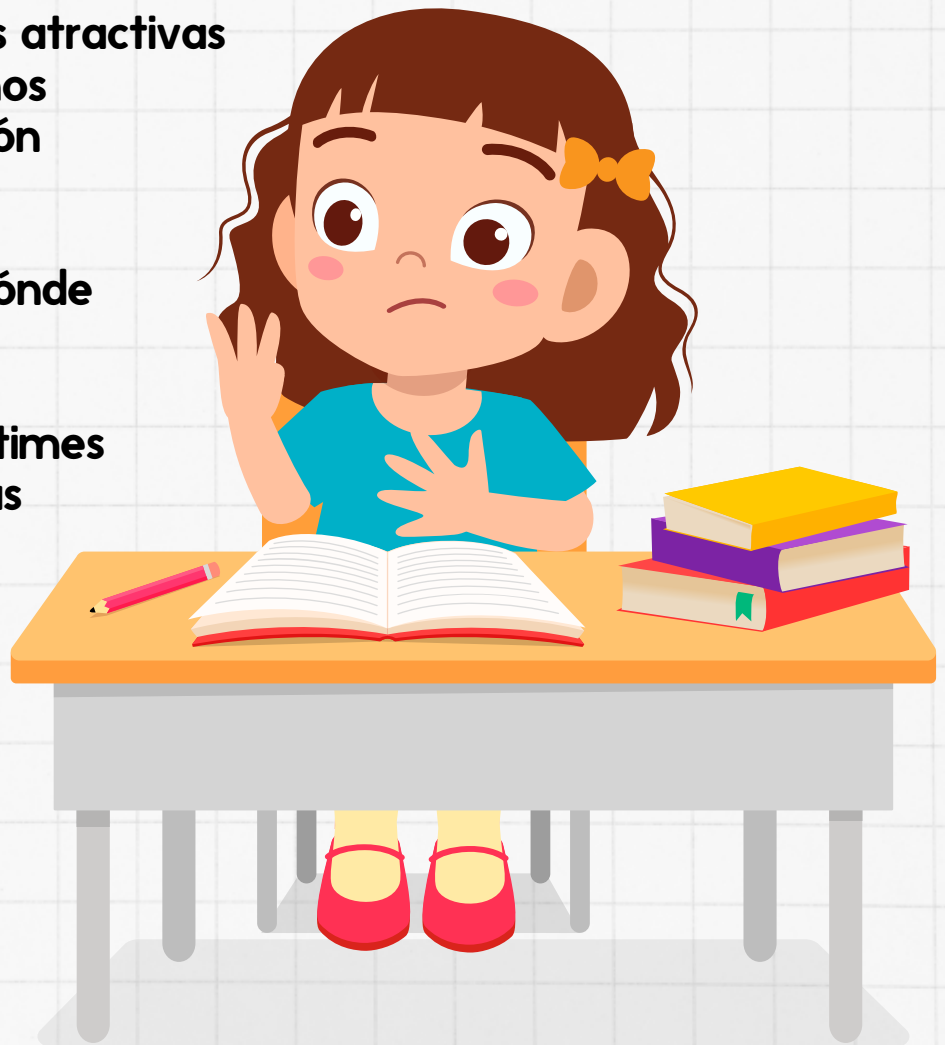


NARAN  
XADUL

## Habilidades académicas con tip de importancia y alternativas

### ¿Y SI NO QUIERE TRABAJAR HOY?

- Busca alternativas divertidas que desarrollen la misma actividad. Por ejemplo, en vez de leer letras que mande la maestra, invítalo a buscar letras en los empaques de la cocina.
- Permite que tome un descanso para moverse, tomar agua, comer algo e ir al baño e intenta de nuevo.
- Pregunta a la maestra de grupo qué estrategias te recomienda.
- Evita distracciones más atractivas como hermanos pequeños o adultos viendo televisión o tablets o jugando.
- Permite que elija por dónde quiere empezar.
- No te enojas, grites, lastimes o humilles, es mucho más importante tu relación que aprender los números o letras.





NARAN  
XADUL

## Emocional

### LA MAGIA DE DAR GRACIAS

Cuando las personas damos gracias, nuestro cerebro se llena de serotonina, la sustancia que secreta nuestra cerebro para hacernos sentir felices, misma que está relacionada con la salud mental y física, la resiliencia, el ser positivo y el placer de conectar con el otro.

En familia podemos crear un collage o póster de algunas cosas por las que estamos agradecidos y colgarlo en algún lugar visible de la casa.

