

# DOSSIER ETAPA DE INFANTIL

## Colegio Acaymo Ntra. Sra. de Candelaria

---



**Tutora 3 años: Cristina Estévez**

**Tutora 4 años: Elizabeth Lemus**

**Tutora 5 años: Thais Hernández**

**Especialista en Música: Victoria Afonso**

**DIRECTOR PEDAGÓGICO - PEDRO BRITO**



## Índice

---

Introducción .....	3
Actividad Motivadora: “Rainbow Fish” .....	6
Inteligencia Emocional ~ Práctica EmoCreativa basada en Mindfulness Acaymo .....	7
ExperiMATES .....	11
There is NO Planet B & Mondays For Future .....	16
Eglish in English .....	21
Music and Emotion! .....	25
Atención Plena – Mindfulness para la Escuela y la Vida .....	30





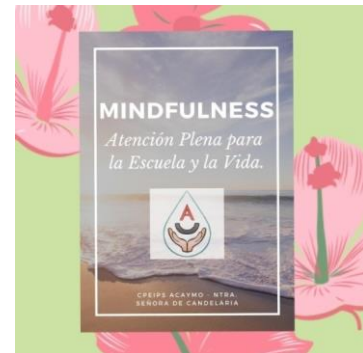
## INTRODUCCIÓN

Comenzando el mes de junio, queremos darle la bienvenida a un nuevo formato. Un estilo de trabajo en equipo en el que convivan nuestras acciones conjuntas de enseñanza/aprendizaje en nuestra ETAPA DE INFANTIL.

Con la unión de nuestros 3 niveles de Etapa (3, 4 y 5 años), recibimos el VERANO a través de una respuesta educativa que motive a nuestro alumnado, y que al mismo tiempo sientan nuestra cercanía en este último tramo que clausura el curso 2019-2020. Cambiamos los paisajes de lava y criaturas prehistóricas por los acontecimientos de la época estival.

Las profundidades del océano, especies marinas, planes de playa o montaña, días de sol infinito, la comida y la música son esos aprendizajes que hemos preparado en forma de aire fresco veraniego y liberación en Fases de Desescalada.

Siendo fieles a nuestra línea pedagógica de Centro: *“Atención Plena - - Mindfulness para la Escuela y la Vida”*, y sin abandonar nuestro carácter abierto, cercano, afable y familiar, les proporcionamos un nuevo dossier que unifica todos nuestros Proyectos de Centro, abarcando todas las habilidades competentes para la formación íntegra de nuestro alumnado.



El carácter abierto de las actividades permite que podemos adaptar el nivel de dificultad en cada situación de aprendizaje independientemente de la edad. Teniendo en cuenta, la situación actual, también hemos considerado importante que puedan realizarlas con los materiales y recursos que estén a vuestro alcance, creando así libertad a la creatividad e imaginación de cada familia. A su vez, las actividades no tienen orden concreto ni fecha de entrega específica; pretendemos ajustarnos a las necesidades de cada casa. ¡Aunque nos encantará recibir tus trabajos como siempre!



Los proyectos que engloban los aprendizajes en el mes de junio son los siguientes:

- *THERE IS NO PLANET B & MONDAYS FOR FUTURE.*
- **ExperiMATES.**
- **Inteligencia Emocional ~ Práctica EmoCreativa basada en Mindfulness Acaymo.**
- **ENGLISH IN ENGLISH.**
- **MÚSICA Y MOVIMIENTO.**
- **ATENCIÓN PLENA -- Mindfulness para la Escuela y para la Vida.**

Te recomendamos continuar tus prácticas de 2 minutos de Atención Plena. ¡Nosotras lo hacemos siempre!

Mantente al día a través de nuestras redes sociales, blogs y web:

<https://www.colegioacaymo.com/>

<https://andreaptcolegioacaymo9.webnode.es/>

<https://colegio-acaymo-educacion-infantil0.webnode.es/>

Sigue en contacto con nosotras. Escríbenos tus dudas y sugerencias o envíanos fotos o vídeos:

[teachercris@colegioacaymo.com](mailto:teachercris@colegioacaymo.com)

[elizabethlemus@colegioacaymo.com](mailto:elizabethlemus@colegioacaymo.com)

[thaiscoordinadoraetapainfantil@colegioacaymo.com](mailto:thaiscoordinadoraetapainfantil@colegioacaymo.com)

[vickyactividadeseducativas@colegioacaymo.com](mailto:vickyactividadeseducativas@colegioacaymo.com)



Agradecimientos infinitos a cada una de nuestras familias, por la labor que están realizando en casa, por cada participación y colaboración a nuestra Comunidad Educativa.

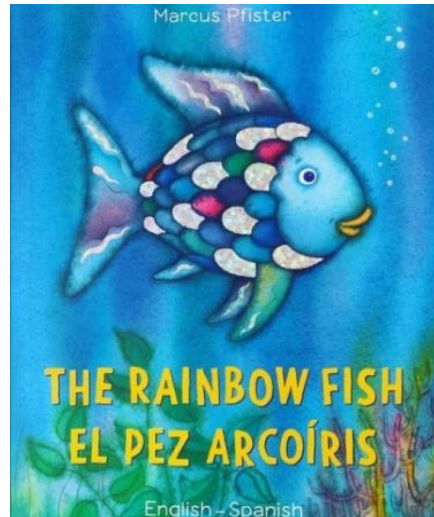
A nuestros HÉROES Y HEROÍNAS, nuestro alumnado que nos demuestra cada día que: "lo esencial es invisible a los ojos" y que convive la ilusión de que pronto estaremos TODOS JUNTOS de nuevo.

¡GRACIAS!





## ACTIVIDAD MOTIVADORA: “RAINBOW FISH”



Disfruta del famoso cuento: “El Pez Arcoiris” en Inglés, a través de nuestro Blog de Etapa Infantil: <https://colegio-acaymo-educacion-infantil0.webnode.es/>

Ésta historia va de COMPARTIR , y de lo bien que te sientes cuando compartes algo, lo que sea. Y si encima es algo tan importante para ti como lo que te hace único, la sensación es aún más especial.

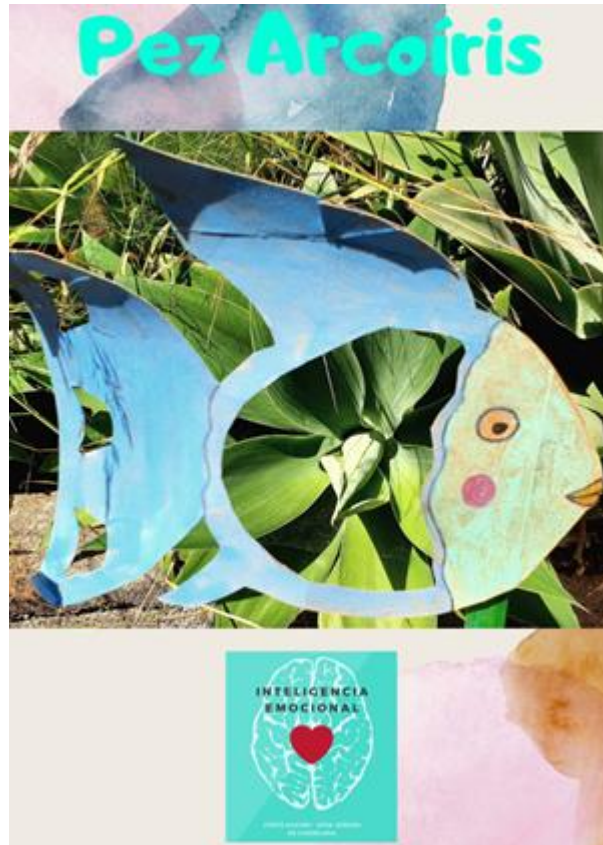
EL PEZ ARCOÍRIS es el más bello del océano pero a pesar de eso nadie quiere ser su amigo. Este pececillo orgulloso y vanidoso que no quería compartir sus escamas, aprenderá que no hay nada mejor en el mundo que compartir lo que tienes con los demás. Eso hará que el mundo sea más bello y que todo el océano se llene de escamas brillantes gracias a su generosidad. Y su recompensa no es otra que todos los peces le admitan como su amigo y ya nunca vuelva a estar solo.

Es un cuento que nos puede dar pie a muchas actividades alrededor de esta historia, haciéndola para los niños aún más especial consiguiendo que los cuentos vayan más allá de sus páginas, que los personajes se conviertan en compañeros de juegos para los niños y que les ayuden a poner en marcha su imaginación y la nuestra, que a veces se nos queda un poco dormida.





## ACTIVIDAD: “ENCUENTRA EL ARCOÍRIS DE TU PEZ”



- Crea tu pez arcoíris y rellénalo de cosas que te hagan emocionarte.
- Identifica la emoción; felicidad, amor, ternura...





## ACTIVIDAD: “¿CÓMO SE SIENTE OCTOPUS?”

Identificar nuestras emociones es fundamental. Si logramos identificar nuestras emociones seremos más conscientes de nuestras acciones. Parece fácil pero realmente no lo es. Para empezar a aprender a hacerlo desde pequeñ@s, podemos practicar identificando las emociones de los demás.

### ¿CÓMO SE SIENTE OCTOPUS?



CONSTRUYE TU PULPO CON DOS VASOS; UNO SOBRE OTRO. EN EL VASO EXTERIOR RECORTAMOS UN CUADRADO Y DIBUJAMOS EL PULPO ALREDEDOR. EN EL VASO INTERIOR DIBUJAMOS LAS DIFERENTES CARAS, CON LAS EMOCIONES QUE QUERAMOS ENSEÑAR. Y LUEGO... ROTAMOS EL VASO ☺



## ACTIVIDAD: “I AM OCEAN”

PIENSA EN LO QUE TE TRANSMITE LA PALABRA OCÉANO CUANDO LA ESCUCHAS, O QUÉ SIENTES CUANDO HUELES LA SAL DEL MAR EN LA ORILLA, O CUANDO ESCUCHAS EL SONIDO DE LAS OLAS QUE LLEGAN Y SE PIERDEN EN LOS MUELLES Y ACANTILADOS...

“EL MAR NOS TRANSMITE Y CONECTA CON NOSOTROS DE UNA FORMA ESPECIAL, ES UN MEDIO NATURAL QUE SE NOS PRESENTA DESCONOCIDO Y A VECES PELIGROSO, PERO OTRAS VECES DE LO MÁS HERMOSO Y FAMILIAR...”

La actividad consiste en crear nuestro propio océano, primero en nuestra mente, y luego los plasmaremos en forma de manualidad o dibujo para colocarlo en un rincón de nuestra habitación.

Este océano recogerá aquellos elementos que el niño crea que le representan o que haga “suyos” de alguna forma...





Puede estar lleno de peces de colores y estrellas de mar, o tener un tiburón gigante y unas olas altas. Puede ser un paisaje con corales preciosos y familias de peces que habitan el fondo marino o los delfines que surcan el mar saltando sobre las olas que forman los barcos...

Aquí tienes algunos ejemplos...



*Siempre que mires este océano, recuerda todas las sensaciones que sentiste para inspirarte en la creación. Estoy segura de que te invadirán pensamientos y emociones de paz que conectan con tu persona.*







## ACTIVIDAD: “SANDÍAS Y ExperimentATES”

A los niñ@s les encanta y les llama mucho la atención las frutas propias del verano. Aprovechamos esta motivación para fomentar el conocimiento de las matemáticas.

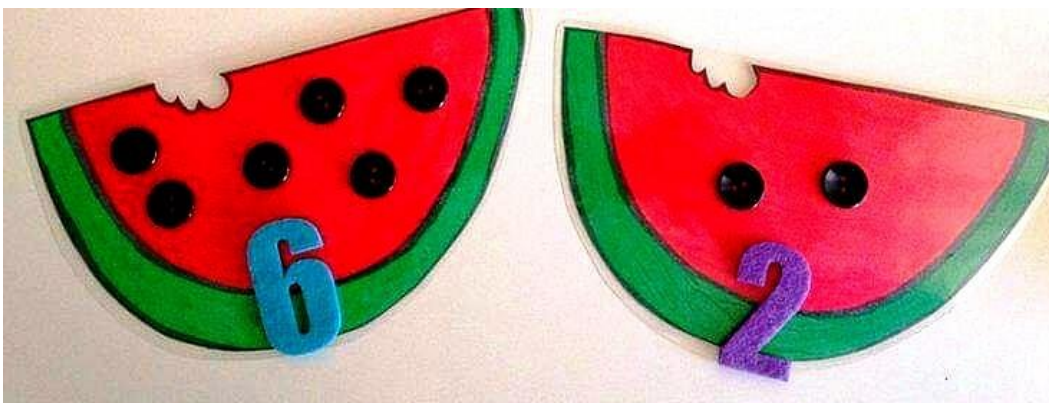


COLOCA EN CADA PORCIÓN DE SANDÍA, LA CANTIDAD DE SEMILLAS QUE SE TE INDICA.

TAMBIÉN PODEMOS SUMAR PORCIONES O INCLUSO HACER RESTAS POR EJEMPLO:

“Si tengo una sandía con 6 semillas y quito 4 semillas... ¿cuántas me

quedan?”





## ACTIVIDAD: “CONSTRUCCIONES DE HIELO”



Prepara cubos de hielo de colores añadiendo colorante alimentario al agua.

¡Crea tus construcciones rápido antes de que se derritan!

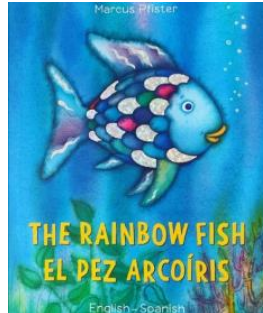
Puedes hacer diversas esculturas, clasificar por colores, contar cuántos cubos puedes poner formando una torre... y sobre todo ¡DISFRUTA!



**\*TIP:** Usa sal para darles textura y que no se resbalen tan fácilmente.

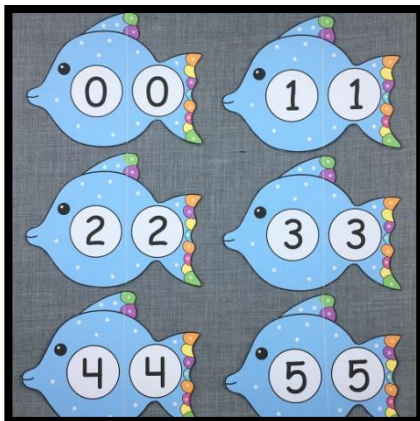


## ACTIVIDAD: “ THE RAINBOW MATHS”



Después de escuchar el cuento... ¿Cuántos amigos tenía el Pez Arcoíris al PRINCIPIO del cuento... NINGUNO, POCOS O MUCHOS?... , ¿ Y AL FINAL DEL CUENTO?

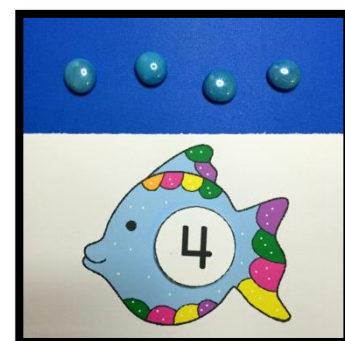
- CREA UNA PLANTILLA PARA HACER UN PUZZLE:



Dibuja con una plantilla, la formas de los peces y escribe los números del 1 al 9. Habrá que dividir por la mitad cada una de las figuras, e introducir los números en ambas partes.

Antes de cortar, si has usado plantillas sin color, decóralas a tu gusto, con los colores del arcoíris e incluso con purpurina para las escamas brillantes...pero siempre el número tiene que verse perfectamente. Ya tendrás un puzzle creativo que desarrollará el aprendizaje de identificación de grafías numéricas y semejanzas. AHORA...¡¡A JUGAR!!

TAMBIÉN PUEDES APROVECHAR ESAS PLANTILLAS, PARA CONTAR OBJETOS. PUEDEN SER PIEDRAS AZULES COMO EL MAR, O PEQUEÑAS CONCHAS QUE ENCONTRAMOS EN LA PLAYA...





Do you look for a better planet?

THERE IS NO PLANET B

Mondays for  
FUTURE



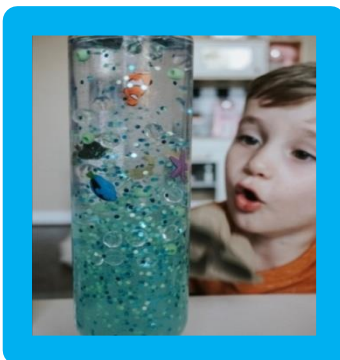
**CPEIPS ACAYMO - NTRA. SEÑORA DE  
CANDELARIA**



## ACTIVIDAD: “BOTELLA SENSORIAL DEL OCÉANO”



Son múltiples los beneficios del mar para el ser humano. Somos conscientes de que por la situación que estamos viviendo, sentimos el mar más alejado. Con esta actividad crearemos un océano y nos calmará en los momentos que no podamos estar cerca del mar.



Reutiliza una botella de plástico.

Puedes añadir purpurina de algún color que te recuerde al mar.

Animales acuáticos que tengamos para decorar.

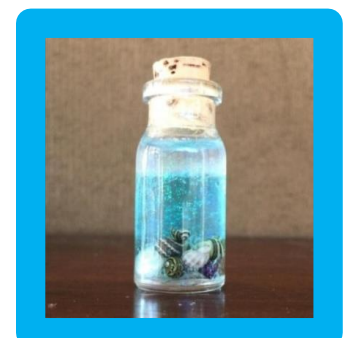
Quizás prefieras reutilizar una botella de vidrio.

Si tienes pintura azul, puedes colorear el agua.

También podríamos añadir conchas, caracolas...

Hacer las capas del océano;

Cuanto más profundo es el océano, más oscura y fría es el agua.





## ACTIVIDAD: “LEMON”



- Lemon es un corto de la Fundación Reina Sofía para luchar contra los plásticos en la naturaleza, relatando los primeros momentos de la vida de una tortuga.
- Visualízalo aquí:
- Haz un dibujo de la historia.

<https://youtu.be/0e2zK0v2XPA>





## ACTIVIDAD: “BEACH POSTER”

**CADA AÑO, 8 MILLONES DE TONELADAS DE PLÁSTICOS ACABAN EN EL OCÉANO, LO QUE QUIERE DECIR QUE CADA MINUTO 1 CAMIÓN REPLETO DE BASURA DE VIERTE AL MAR. ¿ CÓMO PODEMOS AYUDAR?**



Cada vez son más las personas que toman conciencia sobre el cuidado del Planeta. Las labores de reciclaje son rutinas que se desarrollan día a día en las vidas de muchas personas. Pero aún no es suficiente, y en estos momentos en los que hemos dejado al Medioambiente un respiro...es cuando nos damos cuenta de

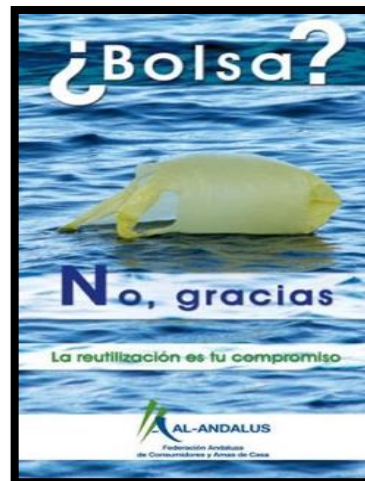
que cada una de nuestras acciones son las que están llevando a nuestra naturaleza a morir poco a poco.

**PODEMOS HACER QUE ESTO CAMBIE, o por lo menos, podemos animar a otras personas a contribuir en la NO CONTAMINACIÓN de nuestras playas en este verano.**

- Crearemos un cartel de conciencia medioambiental, para el que sólo necesitas:
  - Una cartulina o un trozo de madera o de tela
  - Un dibujo o una imagen que impacte y cree conciencia
  - Un lema, una frase



Mira algunos ejemplos de asociaciones e instituciones que contribuyen al bienestar de la ciudadanía y continúan en la lucha a la que nos sumamos cada uno de nosotros por **UN PLANETA CADA VEZ MÁS VIVO.**



CUANDO TENGAS TU PÓSTER, CUÉLGALO EN UNA ZONA EN CASA DONDE LO PUEDAN VER LAS VISITAS. Y POR SUPUESTO, LLÉVALO A LA PLAYA Y COLÓCALO A TU LADO, cuando vayas a disfrutar de un día en familia. Ojalá no encuentres basura, pero si es así, sería genial que intentaras limpiar en lo posible los restos más nocivos para el entorno.

Serás el mejor ejemplo de ciudadanía junto con tu mensaje concienciador.





COLEGIO ACAYMO - Ntra. Sra. de CANDELARIA

Centro Privado Concertado

C/ San Casiano, 10 - El Cardonal – La Laguna

Teléfonos: 922 610694 // 626 638 130



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

DO YOU WANT TO LEARN A  
FOREIGN LANGUAGE?

**ENGLISH IN  
ENGLISH**

CPEIPS ACAYMO - NTRA. SEÑORA DE  
CANDELARIA



## ACTIVIDAD: “RAINBOW FISH”



CREA TU PROPIO PEZ ARCOIRIS.

PUEDE SER INCLUSO UNA MARIONETA.



AHORA PRACTICA Y APRENDE ESTE POEMA TAN BONITO EN INGLÉS.

¿ERES CAPAZ DE RECITARLO EN VOZ ALTA?



## ACTIVIDAD: "I LIKE THE OCEAN"

Do you want to learn English from short poems?

¿Quieres aprender inglés a través de poemas cortos?

Aquí tienes uno precioso sobre el mar:



- Busca el vocabulario que no conozcas y recita esta bonita poesía.



## ACTIVIDAD: “I LOVE SUMMERTIME”

Escucha la canción “ I love summertime” en este enlace:

<https://www.youtube.com/watch?v=Xg5i9rxuJM>

Canta y baila al ritmo de la música mientras escuchas el vocabulario relevante. La canción tiene un estribillo muy pegadizo con una sintonía alegre propia de los días de verano. Disfrútala y repite al ritmo de la canción las palabras que se utilizan para los PLANES DE VERANO en la lengua inglesa:

- BEACH, OCEAN, PALM TREES, IN THE SUN.
- Playa, océano, palmeras, al sol.
- FOREST, RIVER, MOUNTAINS, IN THE SUN.
- Bosques, ríos, montañas, al sol.
- STREETS, PARTIES, ICE CREAM, IN THE SUN.
- Calles, fiestas, helados, al sol.





# MÚSICA Y MOVIMIENTO

**CPEIPS ACAYMO - NTRA. SEÑORA DE  
CANDELARIA**



## Music and Emotion!

La música nos hace sentir alegría, tristeza, miedo, diversión, ganas de bailar, ... En esta ficha, mediante el baile y la interpretación, descubriremos las emociones que nos trasmite la música.

### ACTIVIDAD: “EMOCIONES”

En esta actividad, bailaremos las siguientes canciones, expresando las emociones que se indican. No hace falta realizar la canción entera.

- Alegría: <https://www.youtube.com/watch?v=MOWDb2TBYDg>





(Happy- Pharrel Willians en Youtube)

- Tristeza: <https://www.youtube.com/watch?v=8oh3bHZzes> (Recuerda – Rey León en YouTube)

- Diversión: <https://www.youtube.com/watch?v=yZ7cBunq8xo>  
(Poco Loco en Youtube)

- Miedo:  
<https://www.youtube.com/watch?v=MuoUBVZGPEs> (Tiburón en YouTube)

- Enfado:  
<https://www.youtube.com/watch?v=y3AiGw8mkq0> (Tocatta and Fugue in D Major-Bach en YouTube)

- El rock de las emociones.

Bailemos y cantemos el Rock de las emociones, siguiendo la coreografía que sale en el video.

El Rock de las emociones en YouTube:

<https://www.youtube.com/watch?v=hX60blksDsU>





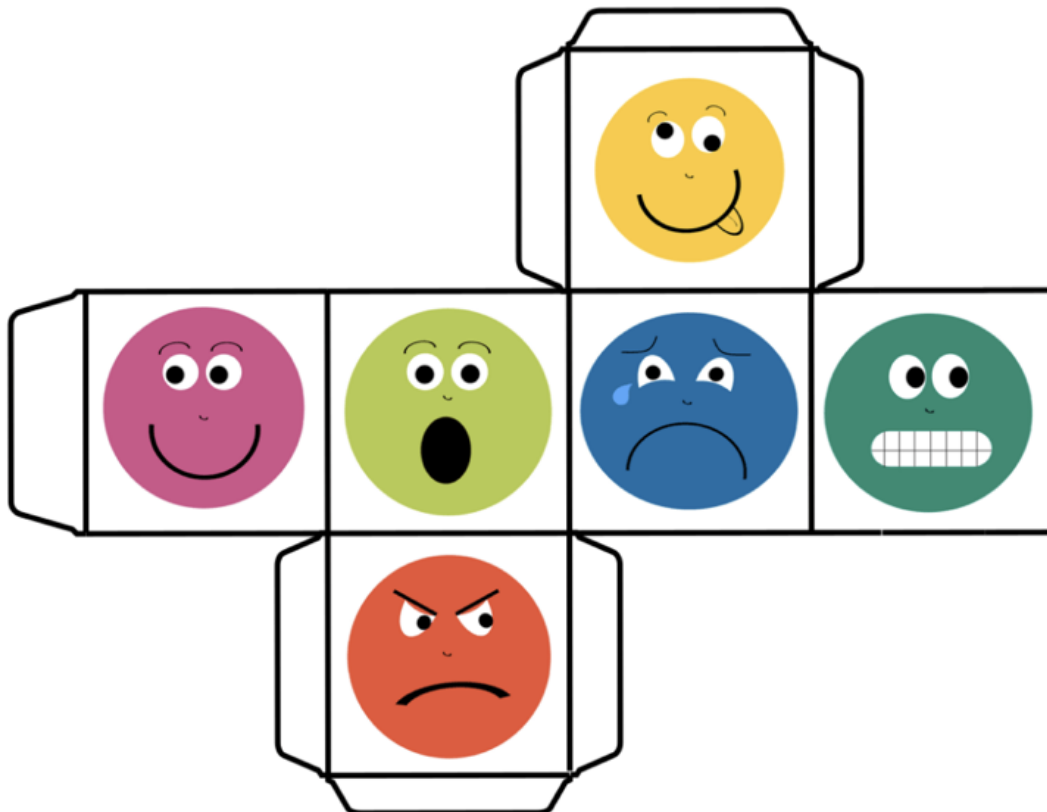
## ACTIVIDAD: “EL DADO DE LAS EMOCIONES”

### Introducción:

Una forma de descubrir las emociones es a través del juego. En esta ficha, con el dado emocional, jugaremos a interpretar.

- El dado de las emociones:

Recorta el siguiente la siguiente imagen, pega las aristas y crea un dado de emociones.



Cuando tengamos creado nuestro dado, elegiremos una canción que nos guste. Una persona, tirará el dado y deberemos bailar expresando la emoción que haya salido. Luego, a otra persona le tocará tirarlo. Entre cada turno para tirar, dejaremos un tiempo. El juego terminará cuando se crea oportuno.



## ACTIVIDAD: “HAPPY SUMMER!!!”

- Un festival de fin de curso diferente.

Con motivo del final del curso y la llegada de las vacaciones de verano, nos gustaría despedirnos con un video veraniego de todo los/as alumnos/as bailando la canción Vivir de Rosalén y Estopa. La duración de dicho video, a de ser de 15 segundos y toda la familia puede participar.

La temática será el verano, por lo que podemos vestirnos y utilizar cosas relacionadas con esta estación.

La fecha límite para la entrega del video será el lunes 20 de junio y el correo electrónico al que debéis enviarlo es el siguiente:

[vickyactividadeseducativas@colegioacaymo.com](mailto:vickyactividadeseducativas@colegioacaymo.com)

A continuación, les dejo la canción:

<https://www.youtube.com/watch?v=iqHb7Wan98E> (Vivir- Rosalén y Estopa en YouTube)

¡¡Espero que paséis un feliz verano!!





COLEGIO ACAYMO - Ntra. Sra. de CANDELARIA

Centro Privado Concertado  
C/ San Casiano, 10 - El Cardonal - La Laguna  
Teléfonos: 922 610694 // 626 638 130



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

# MINDFULNESS

*Atención Plena para  
la Escuela y la Vida.*



CPEIPS ACAYMO - NTRA.  
SEÑORA DE CANDELARIA



## Atención Plena--Mindfulness para la Escuela y la Vida



### Mindfulness

Pautas para tus minutos de Práctica Formal



### Mindfulness

1. Realiza 3 respiraciones profundas. Siente como se vacía tu cuerpo en cada espiración.



### Mindfulness

2. Chequea tu cuerpo. Percibe tu postura, su peso, tensiones...



### Mindfulness

3. Percibe los sonidos y olores externos.



### Mindfulness

4. Fluye en tu respiración. Descansa en ella. Si tu mente divaga, identifícala y vuelve suavemente a ella.



### Mindfulness

Escucha el cuenco hasta el final, tanto al empezar como al terminar.



# Mindful Eating



- ✓ Recuerda lavarte bien las manos antes de comer.
- ✎ Realiza 2 minutos de Atención Plena con tu familia antes de comer.
  - ✓ ¡Recuerda las posturas!
- ✎ Manos sobre la mesa o colocadas sobre el cuerpo.
  - ✓ Pies en contacto con el suelo.
  - ✎ Ojos cerrados o mirando un punto fijo.
- ✓ Y nos concentramos en qué nivel de hambre está nuestro estómago.
  - ✎ No olvides dar las gracias por la comida.
- ✓ También puedes hacer Atención Plena durante la comida.
- ✎ Puedes enseñarle a tu familia las dinámicas Mindful Eating que hemos realizado durante el curso.
- ✓ Observa el alimento con Atención Plena. Cógelo y nota su textura. Escúchalo, acércalo a la nariz para olerlo. Llévatelo a la boca y, poco a poco, saboréalo.
- ✎ También puedes dar de comer a un familiar tal y como hicimos en esta dinámica.
  - ✓ No olvides disfrutar de la comida sana.
- ✎ Para terminar si quieres puedes practicar alguna dinámica que hemos realizado juntos en el Comedor Consciente.
- ✓ Recuerda nuestros 4 hábitos de Alimentación Consciente.



## ❖ Mindful TIPS

Nuestros Mindful TIPS son recomendaciones para tener momentos llenos de presencia y atención en tu día a día. Te propongo sacarte una foto realizando la actividad y enviarla a nuestro correo. ¡Despierta tus sentidos y disfruta!

### MINDFUL EATING



**Mindful Eating**  
**Suelta los cubiertos**

Al comer, suelta los cubiertos mientras saboreas la comida conscientemente.



**MINDFUL EATING**  
**come de todo**

Disfruta de comidas nuevas y de sus sabores. Usa platos pequeños para comer solo lo que necesita tu cuerpo.



**MINDFUL EATING**  
**Para con el estómago saciado**

Concéntrate en tu estómago y para cuando sientas que ya está satisfecho.





## MINDFUL MOMENTS

  <p><i>Stay Home and Meditate</i></p> <p><b>Practica Tapping. Presta atención a tu cuerpo golpeando suavemente con tus dedos tu cabeza, cejas, alrededor de los ojos, nariz, mentón y clavícula.</b></p>	  <p><i>Stay Home and Meditate</i></p> <p><b>Aprovecha las visitas a tus familiares o amistades para, haciendo uso de la mascarilla, atender a su mirada y percibir a través de ella lo que están sintiendo.</b></p>
  <p><i>Stay Home and Meditate</i></p> <p><b>Cepilla tus dientes en atención plena. Siente el frescor en tu boca, el sabor de la pasta de dientes, el sonido que produce el cepillado, su tacto... Realiza los movimientos en plena consciencia.</b></p>	



Me respiro

Me lo permito

EmoValor



