



BILINGUAL

CALM CORNER

ACTIVITY CARDS

TARJETAS BILINGÜES
PARA EL RINCÓN DE LA CALMA

BILINGUAL CARDS
FOR THE CALM CORNER



RELÁJATE
RELAX



RESPIRA
BREATHE



PIENSA
THINK



ELIGE
CHOOSE



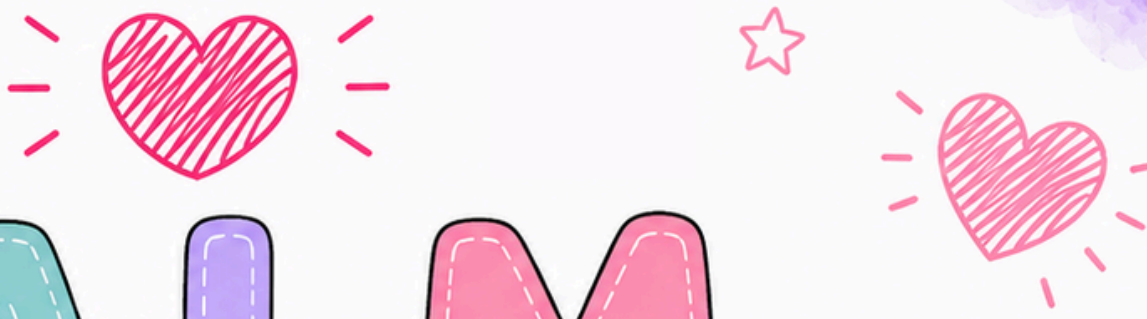
DISFRUTA
ENJOY



♥ @ teacher.oposingles ♥



CALM



CORNER



@ teacher.oposingles 





RINCÓN

de la

CALMA

@teacher.oposingles





CHOOSE WHAT
HELPS YOU
FEEL BETTER



ELIGE LO QUE TE AYUDE
A SENTIRTE MEJOR

@teacher.oposingles ♥



• HOW DO YOU FEEL? •

☆
¿CÓMO TE SIENTES? ♥



HAPPY
FELIZ



SAD
TRISTE



ANGRY
ENFADADO/A



SCARED
ASUSTADO/A



SURPRISED
SORPRENDIDO/A



THANKFUL
AGRADECIDO/A



CONFUSED
CONFUNDIDO/A



EXCITED
EMOCIONADO/A



TIRED
CANSADO/A



SHY
TÍMIDO/A

READ AND REFLECT

LEE Y REFLEXIONA



WHAT
HAPPENED?
¿QUÉ HA
PASADO?



WHAT WAS
I THINKING?
¿QUÉ HE
PENSADO?



WHAT CAN I DO
NEXT TIME?
¿QUÉ PUEDO HACER
LA PRÓXIMA VEZ?



HOW CAN I
CALM DOWN?
¿CÓMO PUEDO HACER
PARA RELAJARME?



CALM DOWN STEPS

Pasos para la calma

1

STOP AND BREATHE.

Para y respira.



2

THINK ABOUT
HOW YOU FEEL.

Piensa en cómo te sientes.



3

CHOOSE WHAT
YOU NEED.

Elige lo que necesitas.



4

TAKE YOUR TIME.

Tómate tu tiempo.



5

GO BACK WHEN
YOU ARE READY.

Vuelve cuando estés preparado.



★ TAKE SOME
★ DEEP BREATHS

• HAZ UNAS
★ RESPIRACIONES
★ PROFUNDAS



★ @ teacher.oposingles ♥

• **TRY A**
RELAXATION
EXERCISE

• **HAZ UN**
EJERCICIO DE
RELAJACIÓN



@ teacher.oposingles ♥

PICK A BOOK
AND READ

COGE UN LIBRO
Y LEE



@ teacher.oposingles ♥

THINK
OF SOMETHING
HAPPY.

PIENSA EN ALGO
QUE TE HAGA
FELIZ.



@ teacher.oposingles ♥

TAKE A PICTURE
AND COLOR

COGE UN DIBUJO
Y PINTA



@ teacher.oposingles

☆
• **USE THE
CALM BOTTLE
AND BREATHE**

• **USA LA
BOTELLA
DE LA CALMA
Y RESPIRA**
♥



♥ teacher.oposingles ♥

• **THINK ABOUT
HOW YOU FEEL
AND DRAW IT**

• **PIENSA EN
CÓMO TE SIENTES
Y DIBÚJALO**



@ teacher.oposingles ♥

★
**TALK WITH
YOUR TEACHER**

— ♥ —
**HABLA CON TU
PROFESOR/A**



• @ teacher.oposingles ♥

☆ **PLAY WITH**
• **PLAY-DOH**

♥
JUEGA UN RATO
CON LA
☆ **PLASTILINA**
•



@ teacher.oposingles ♥

PICK A
PUZZLE

ELIGE UN
PASATIEMPO



@ teacher.oposingles

THANK YOU!

GRACIAS



Para más recursos
puedes seguirme en
 @teacher.oposinglés

♥ teacher.oposinglés ♥