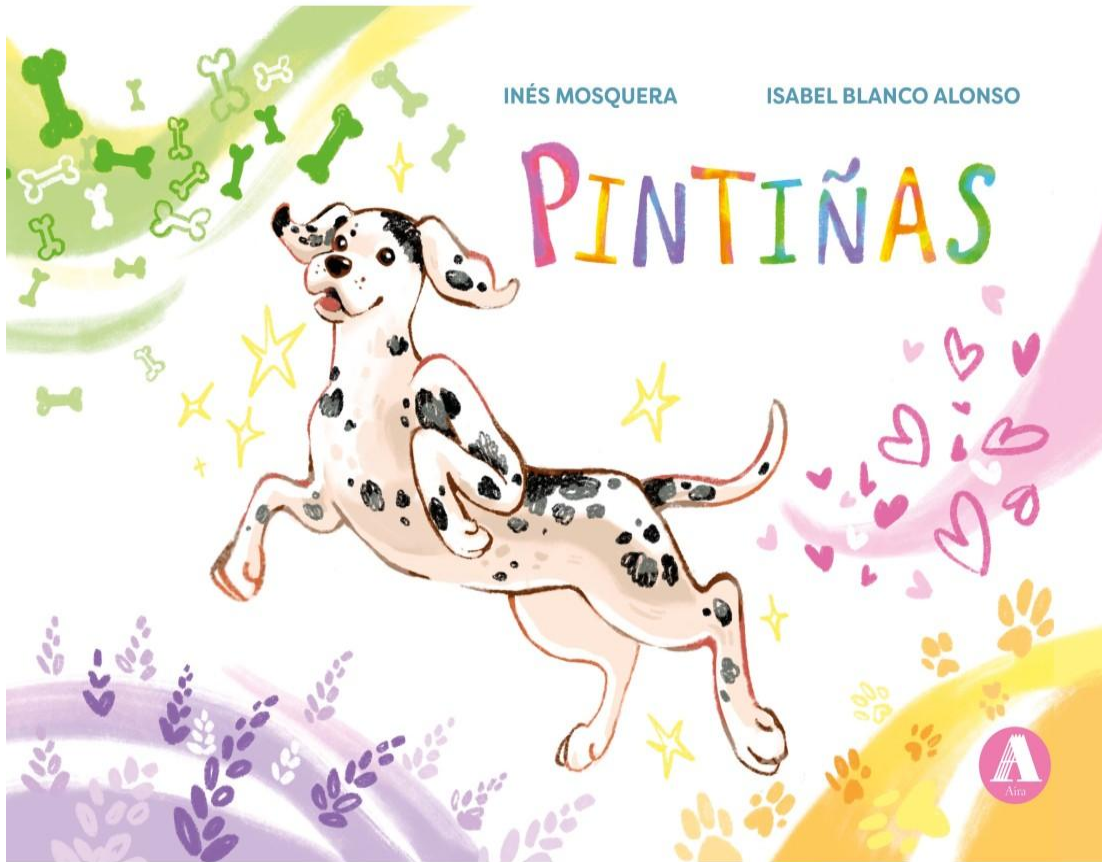
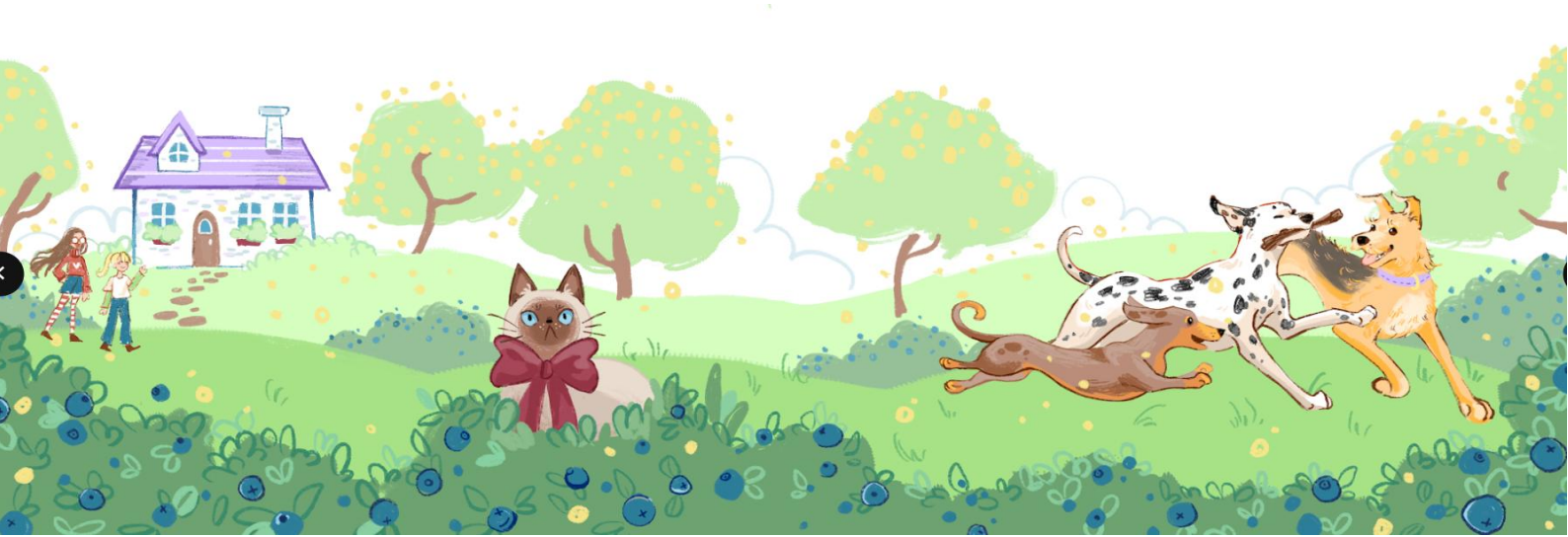


INÉS MOSQUERA

ISABEL BLANCO ALONSO

PINTIÑAS





Pintiñas

Sinopse

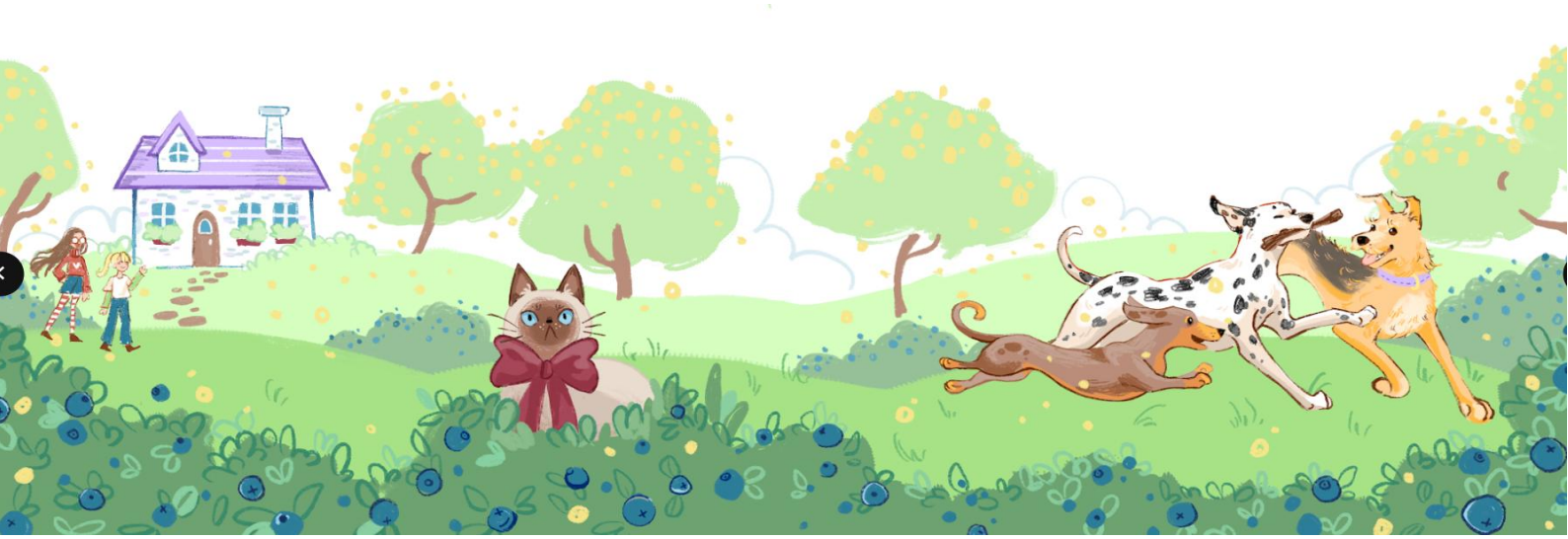
Pintiñas é un dálmata que perdeu as súas pintas. Grazas á terapia, entenderá que para resolver o problema, ten que arranxar uns cantos asuntos que lle van encher a vida de cores.

Valores

- Valor das amizades.
- Saúde mental.
- Introspección, metacongnición.
- Importancia de pedir axuda.
- Educación emocional.

Proposta de actividades

- 1- Antes da lectura.
- 2- Despois da lectura.
- 3- Escrita creativa.
- 4- Actividade de peche.

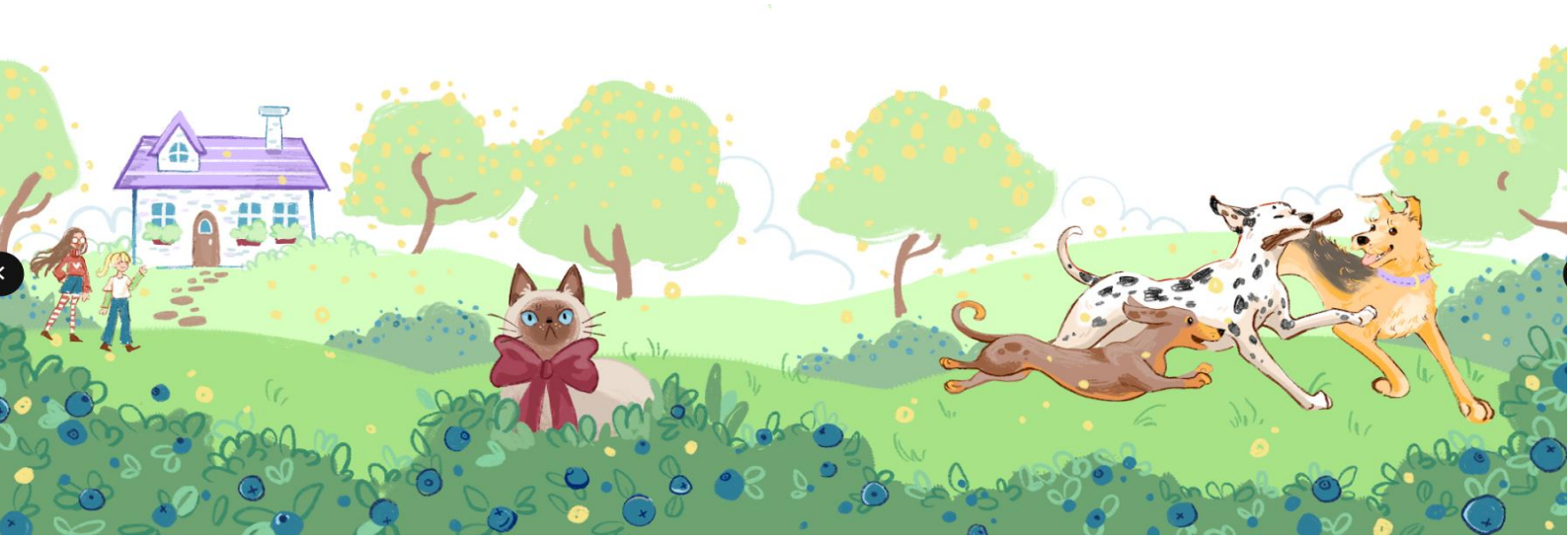


ANTES DA LECTURA

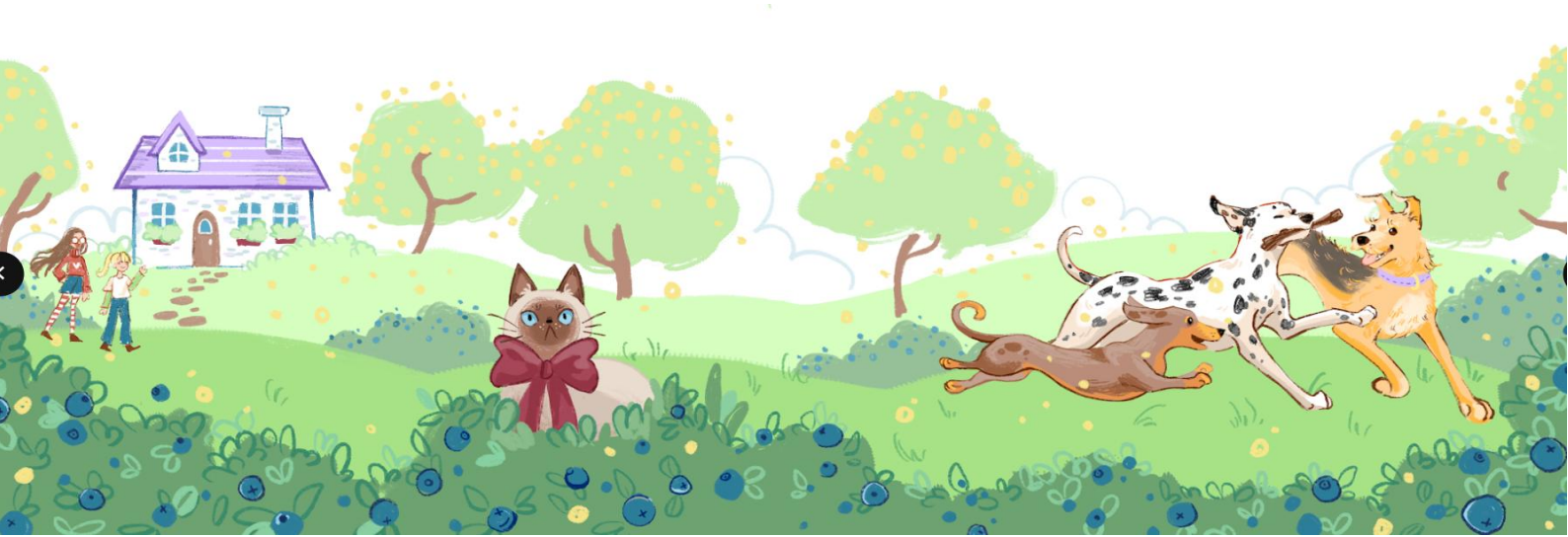
Tes algún ou algúns animalíños que convivan contigo? Cans, gatos pitas, vacas...?

Descríbeos. Se non tes, fala sobre ese animal co que che gustaría convivir.

Como é ou como sería a personalidade do animal? Divertido, amable, molestón...?



Debuxa aquí o animal ou animais:



Agora imaxina que o animalíño estivese moi triste. Que farías? Pedirías axuda? A quen?

Falando de emocións e sentimentos, que color asocias a cada un? Colorea o can segundo a cor que imaxines:



Felicidade



Soidade



Relaxación



Envexa



Enfado



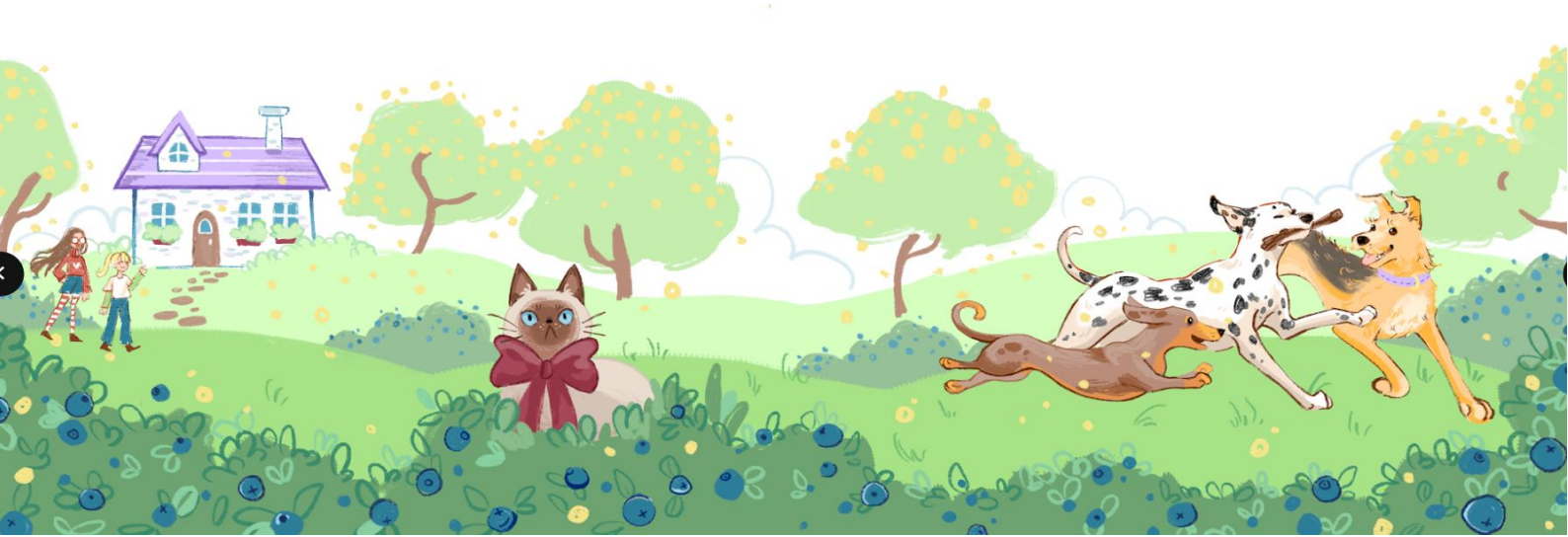
Nervios



Vergoña



Tristeza



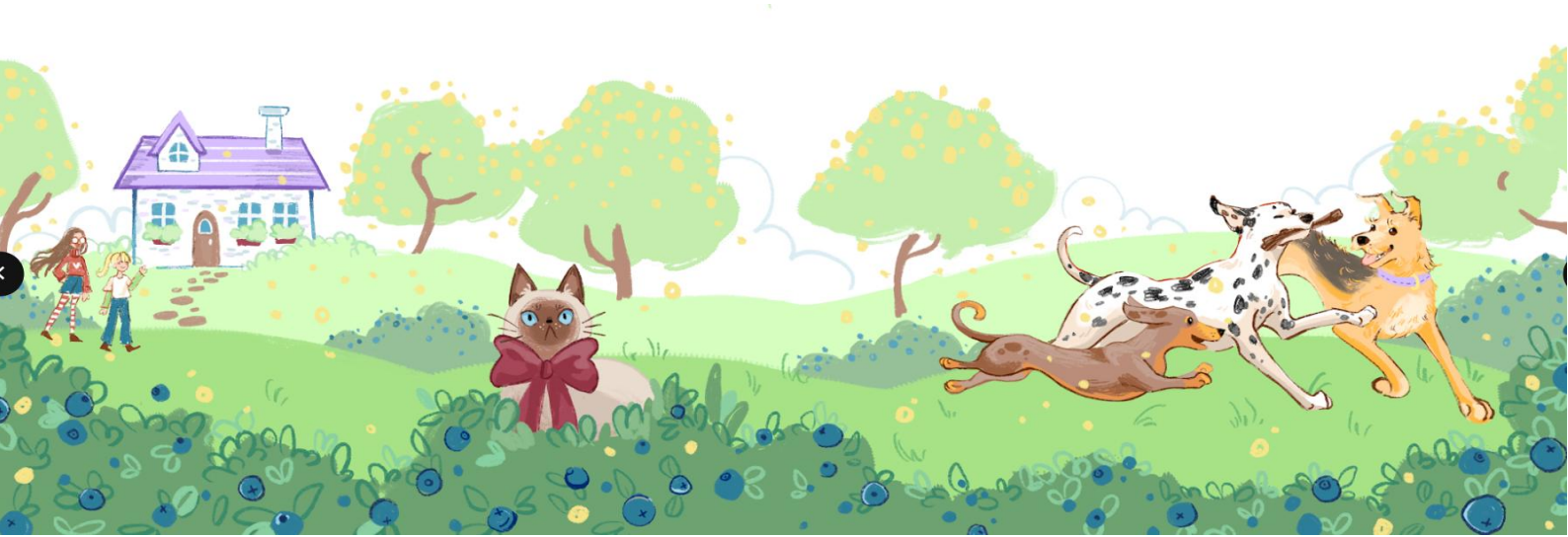
Algunha vez pensaches en que se estás enfadada pode que sexa por máis dun motivo?

Por exemplo, podes andar enfadada por varios problemas que se acumulan:

- Porque estás nerviosa porque non fixeches os exercicios de clase.
- Porque tes algo de envexa dun xoguete novo dun amigo.
- Porque estás aburrida de ter que comer cebola, que a ti non che gusta nada.

Todos estes factures acumúlanse e producen o enfado. Entón, que pensas que podes facer para solucionar esta situación?

Deseguido imos facer unha lectura en que o protagonista deberá solucionar un problema principal encargándose primeiro doutros máis pequenos. Porque todo suma.

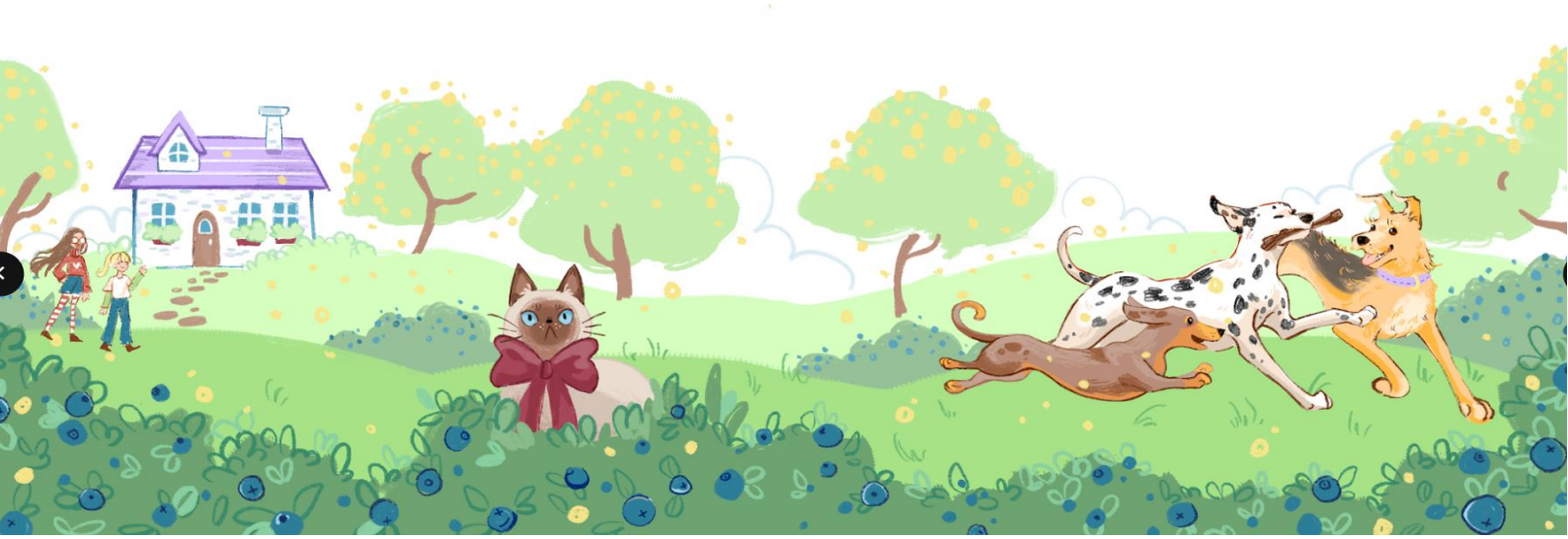


DESPOIS DA LECTURA

A doutora Xoana axudoulle a ver a Pintiñas os seus sentimentos coma cores.

Que cores eran?

S	L	A	R	A	N	X	A
V	X	E	R	N	A	O	M
I	S	V	U	V	B	R	A
O	L	E	M	N	T	N	R
L	C	R	O	S	A	G	E
E	A	D	A	R	C	Z	L
T	F	E	I	O	L	C	O
A	X	C	L	U	E	R	M



Asocia as cores que atopaches segundo corresponda:

Tranquilidade: _____

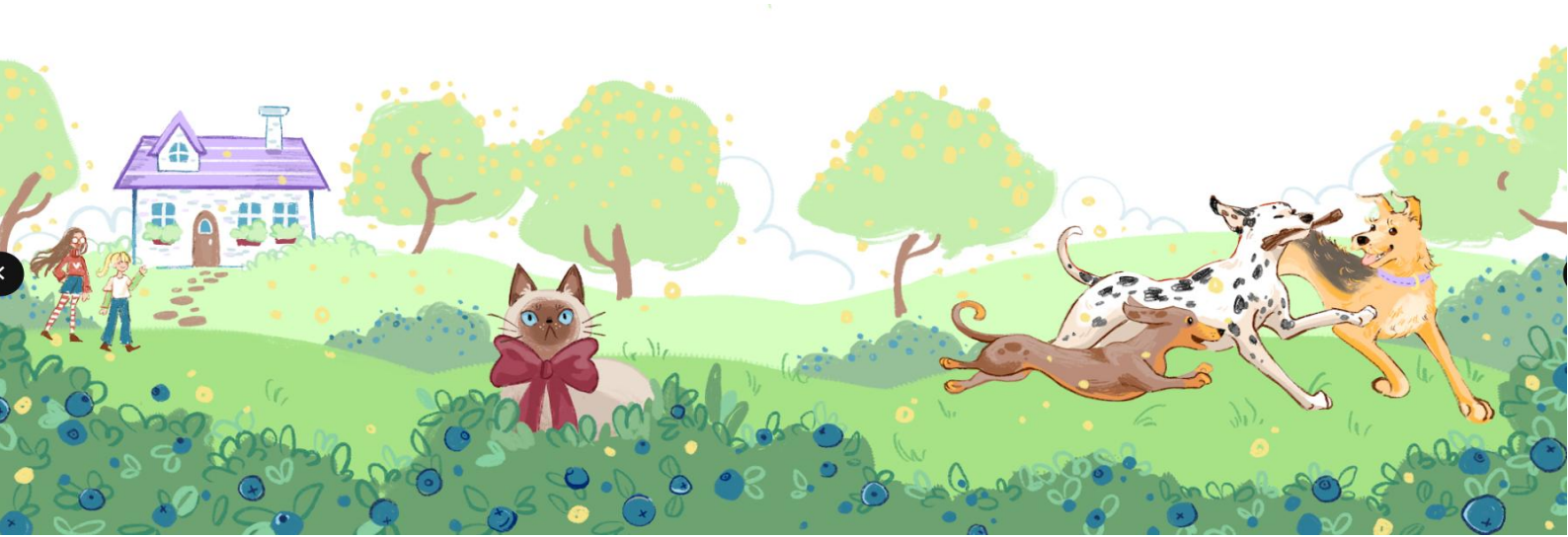
Envexa: _____

Amor: _____

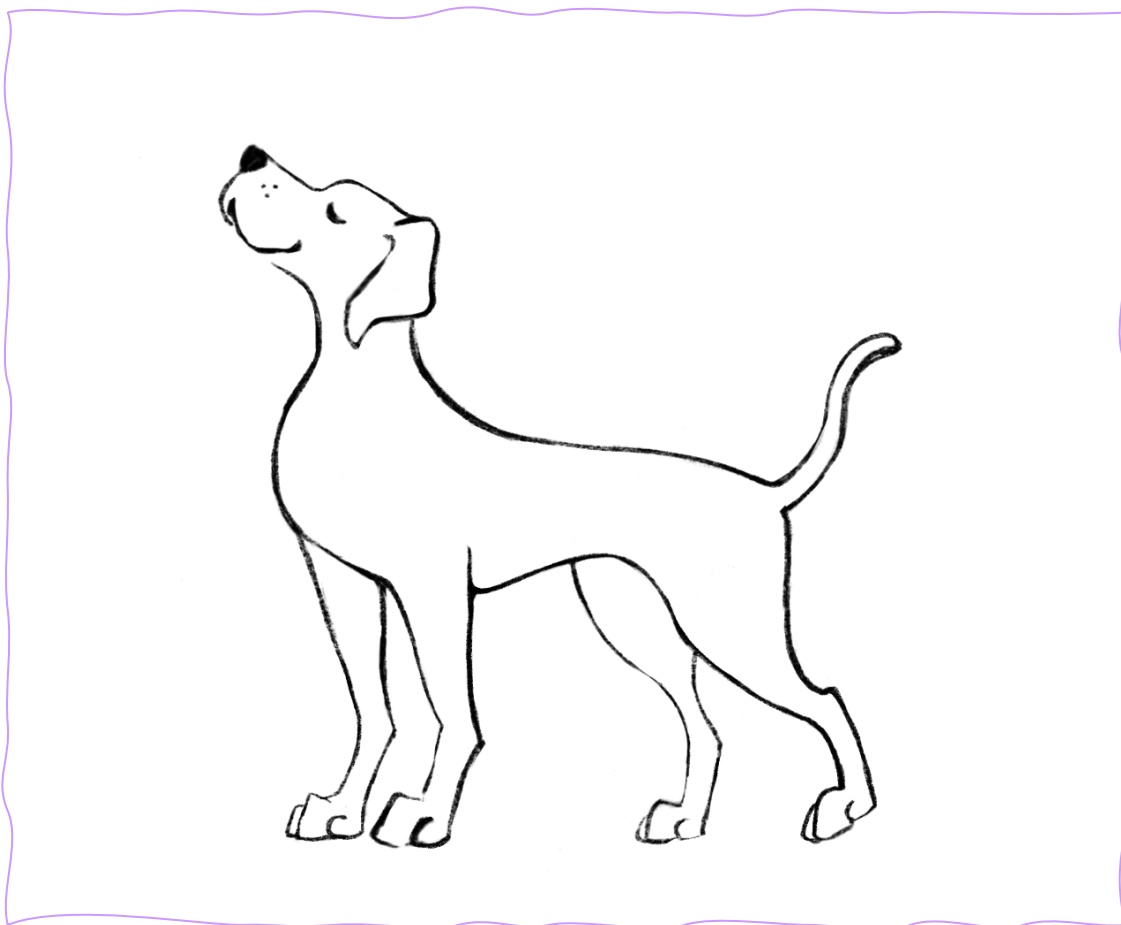
Soidade: _____

Alegría: _____

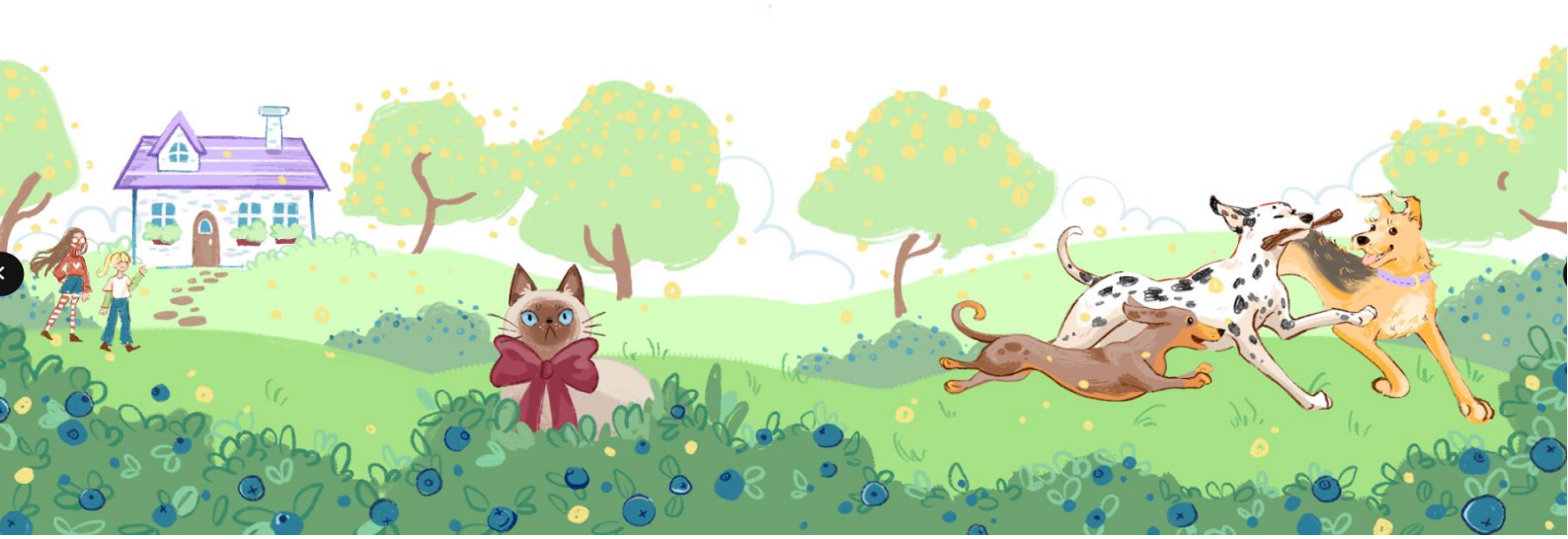
O teu taboleiro de cores coincidía algo co de Pintiñas ou nada? Lembra que cada un temos os nosos propios códigos. Non hai respostas incorrectas.







De que cores quedou Pintiñas ao final? Colorea as súas pintas:

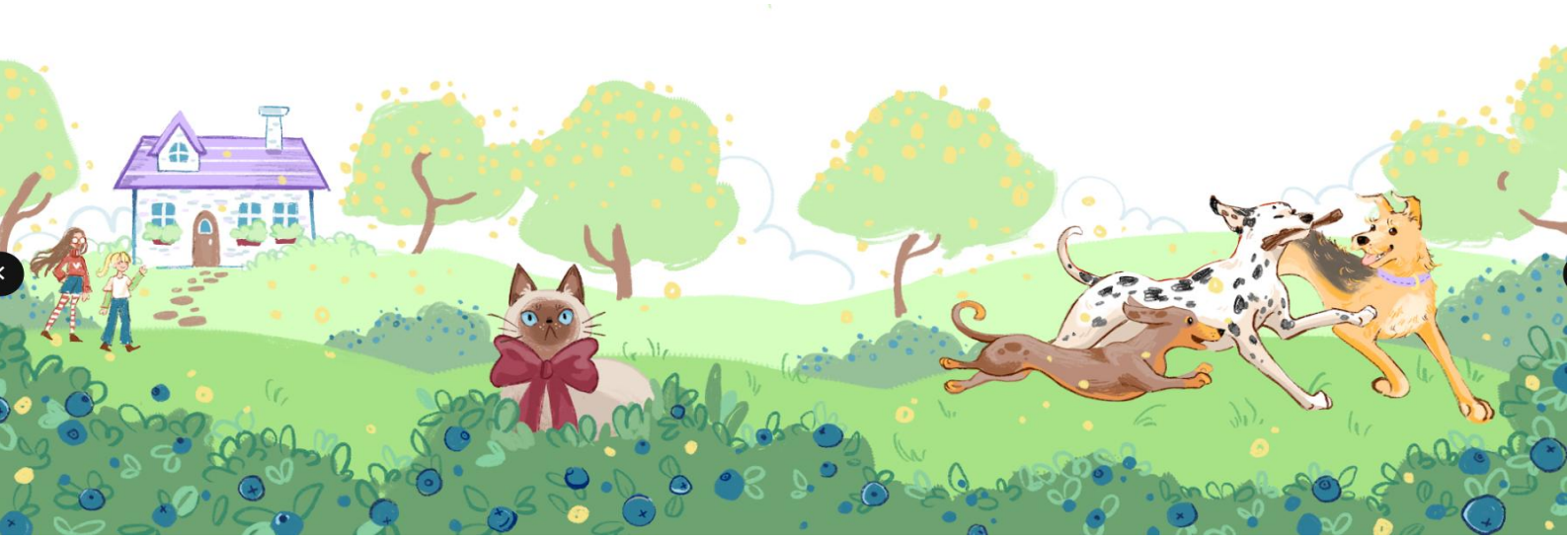


Gustouche a lectura ou non?



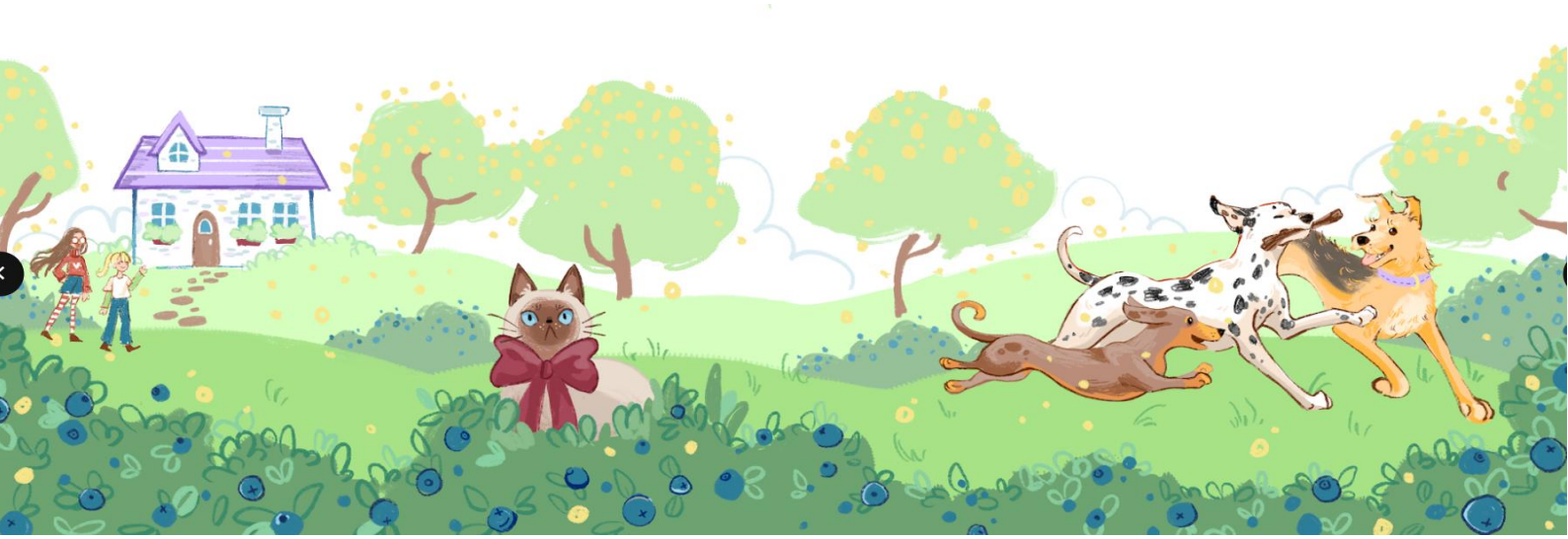
Como se chaman os seguintes personaxes?



Tes algún personaxe favorito? As humanas, o repartidor, Mateo...?

Podes debuxalo ou reinterpretalo aquí:

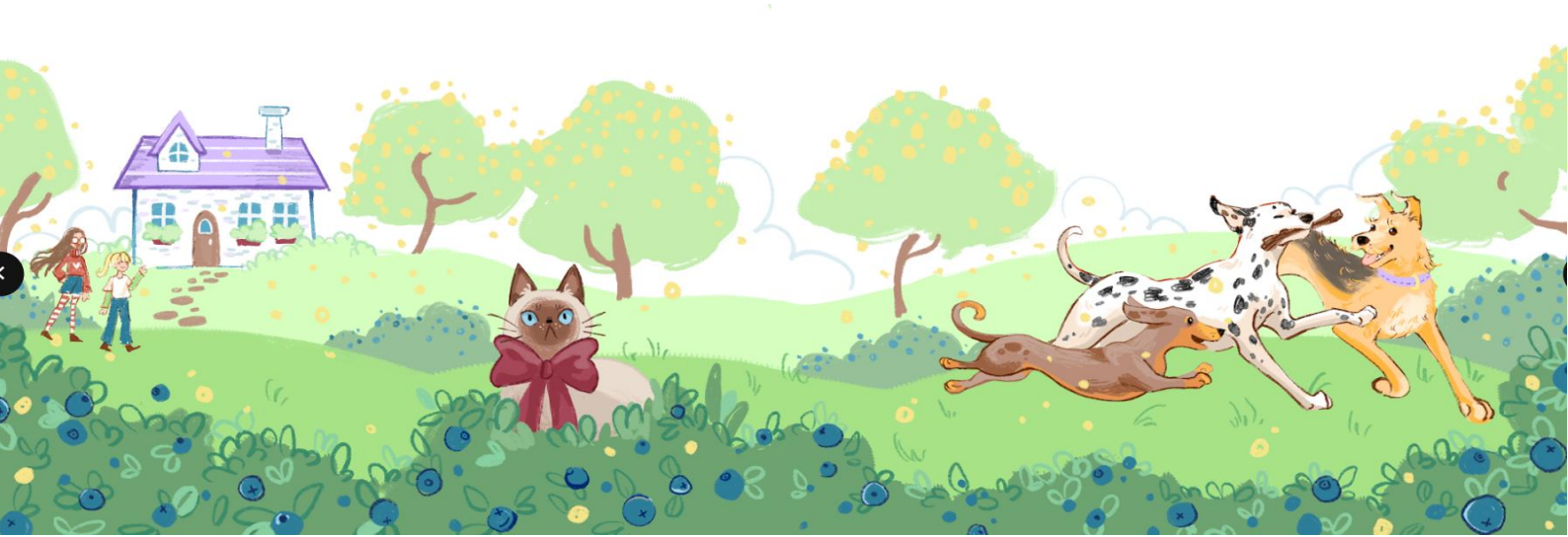


A doutora Xoana explícalle que hai varios asuntos que tratar para ocuparse da tristeza.

Pensas que o non coñecer a súa mamá pode ser un dos factores máis importantes?

Como imaxinas que foi a conversa entre Pintiñas e o repartidor de Correos ao que lle tiña tanta envexa porque non o levaba con el de discoteca?





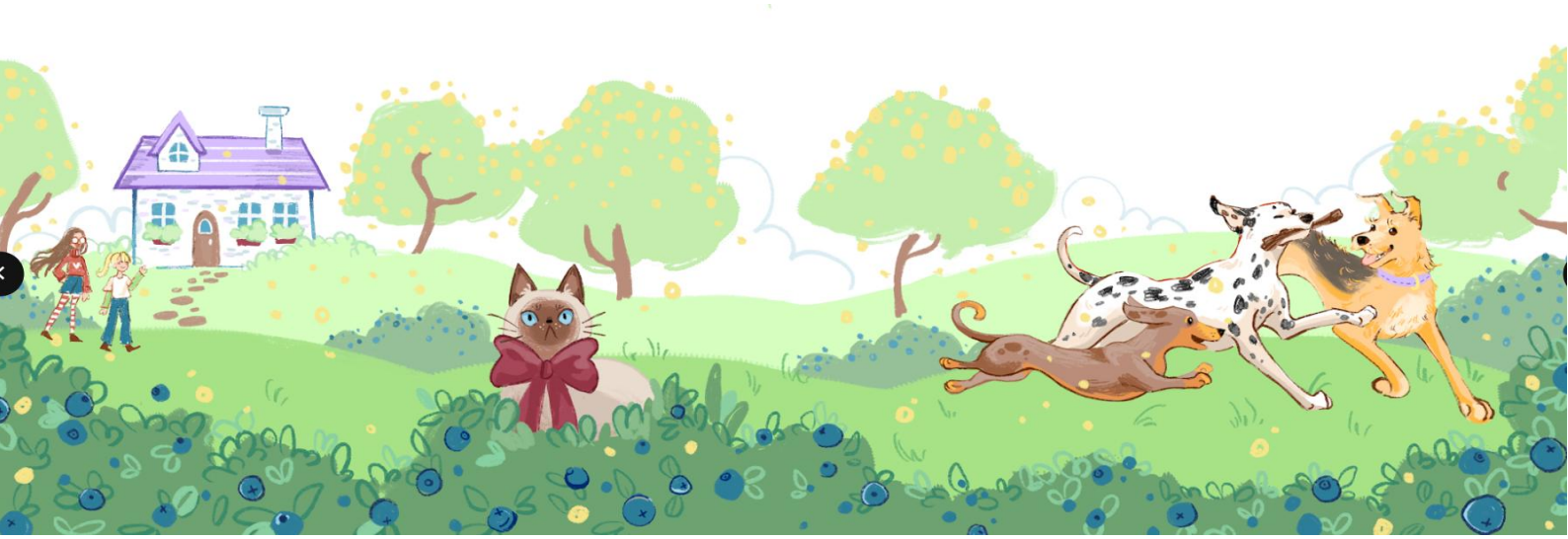
Cantas veces atopaches debuxado a Galleta nas ilustracións?

Opinas que se debe axudar os amigos aínda que ás veces rifedes, coma Pintiñas e mais Galleta?



Coñeces o significado de todas as palabras do libro? Podes consultalo:

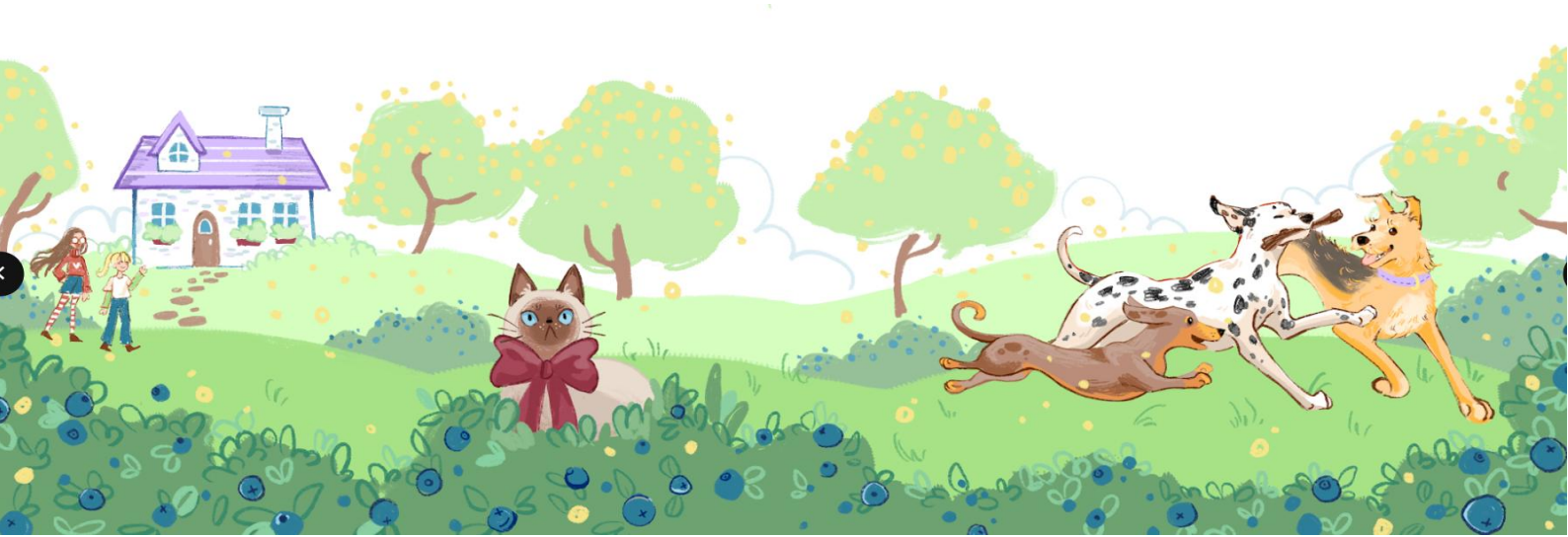
- Clínica: _____
- Muda: _____



- Enteiraza: _____
- Camada: _____

Como describirías a doutora Xoana?

Se ti estiveses triste coma Pintiñas, pedirías axuda? Pensas que che sairían pintas de cores? Podes contalo, se queres.



ESCRITA CREATIVA

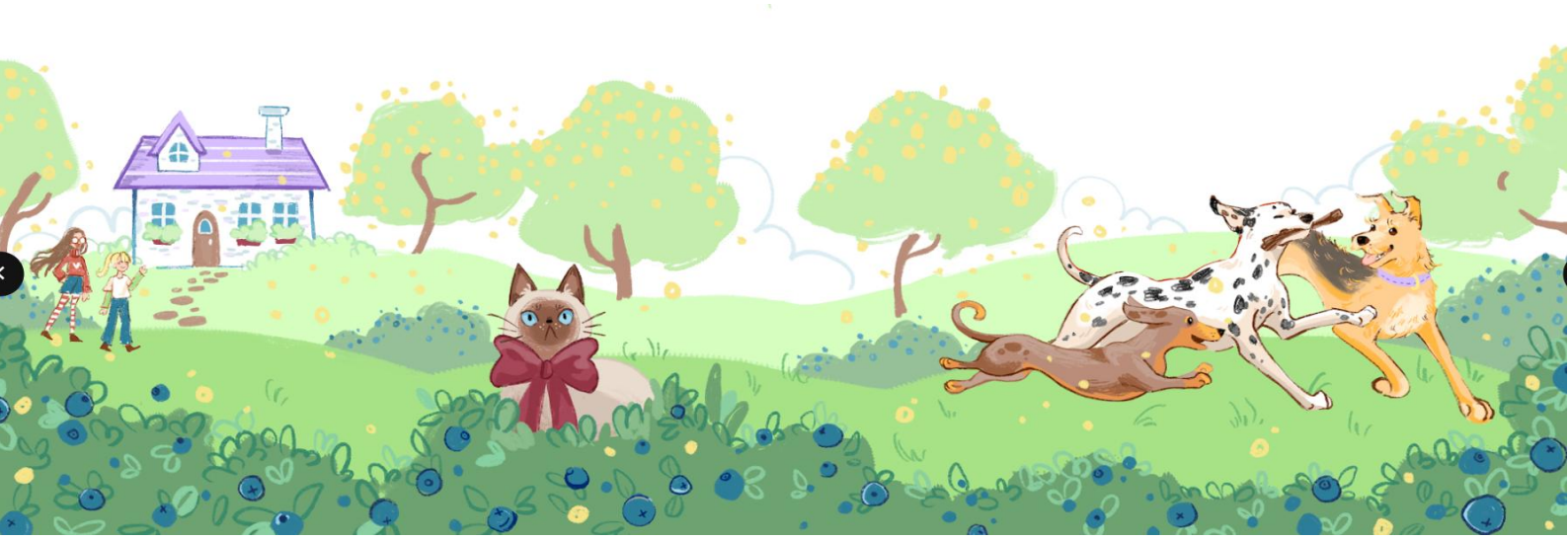
Imos facer aquí o borrador da nosa historia, que se pode facer en grupo ou individual.

Cal é o tema?: *Galleta está enfadado porque perdeu as súas lentes de sol.*



1. **A localización:** Onde acontecen os feitos? En Mimoseira, na praia, en clase de ioga?

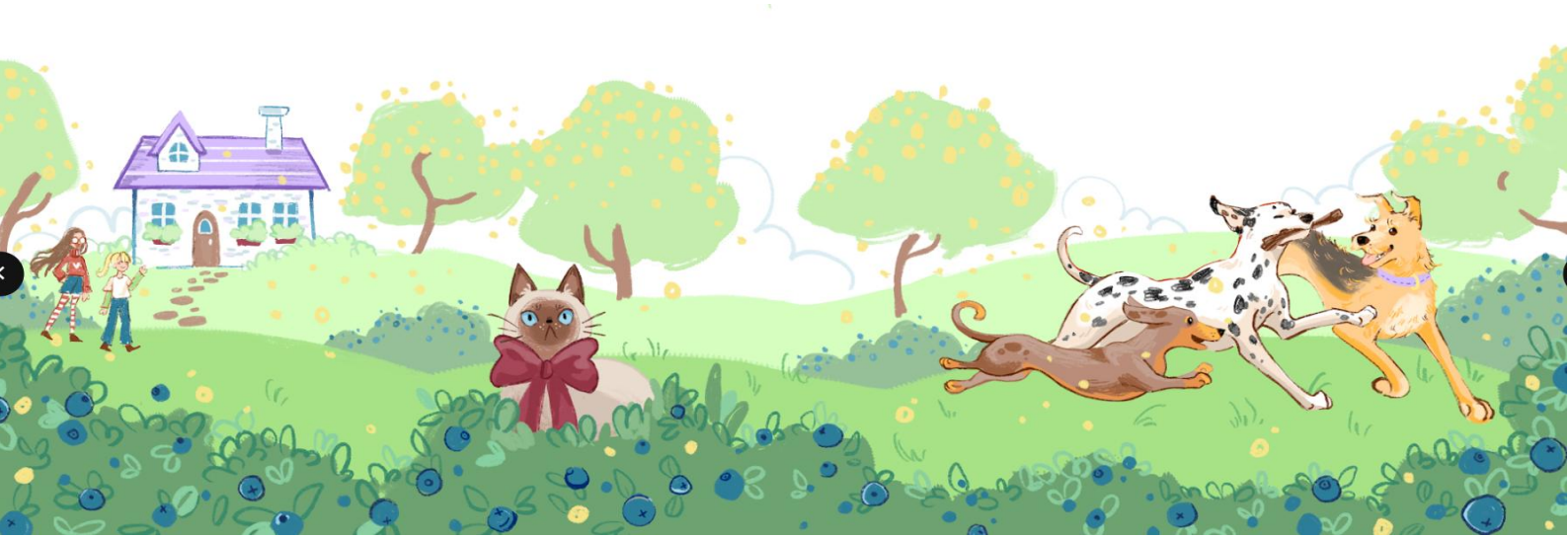
2. **Os personaxes:** Cantos personaxes aparecen e que fai cada un?



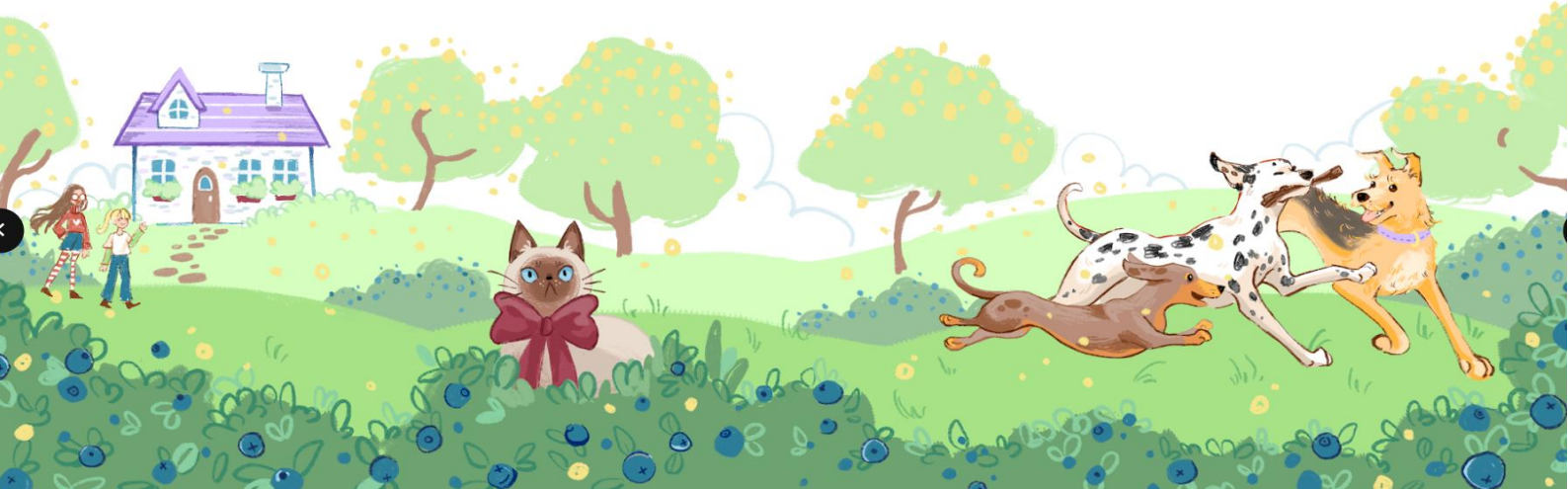
3. **O inicio:** Que acontece? Como buscará as lentes? Terá axuda?

4. **Nó:** Con que atrancos atopa para atopalas?

5. **Desenlace:** Como remata a historia. Finalmente, atópaas ou non?



É hora de poñerse mans á obra e escribir a pequena historia:



ACTIVIDADES DE PECHE

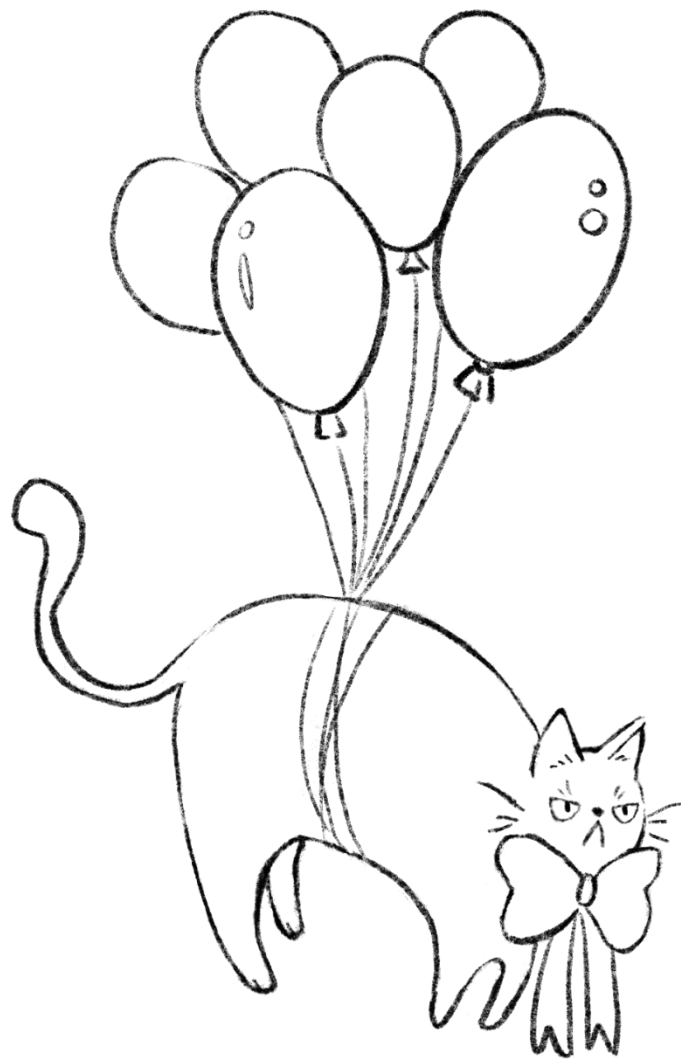
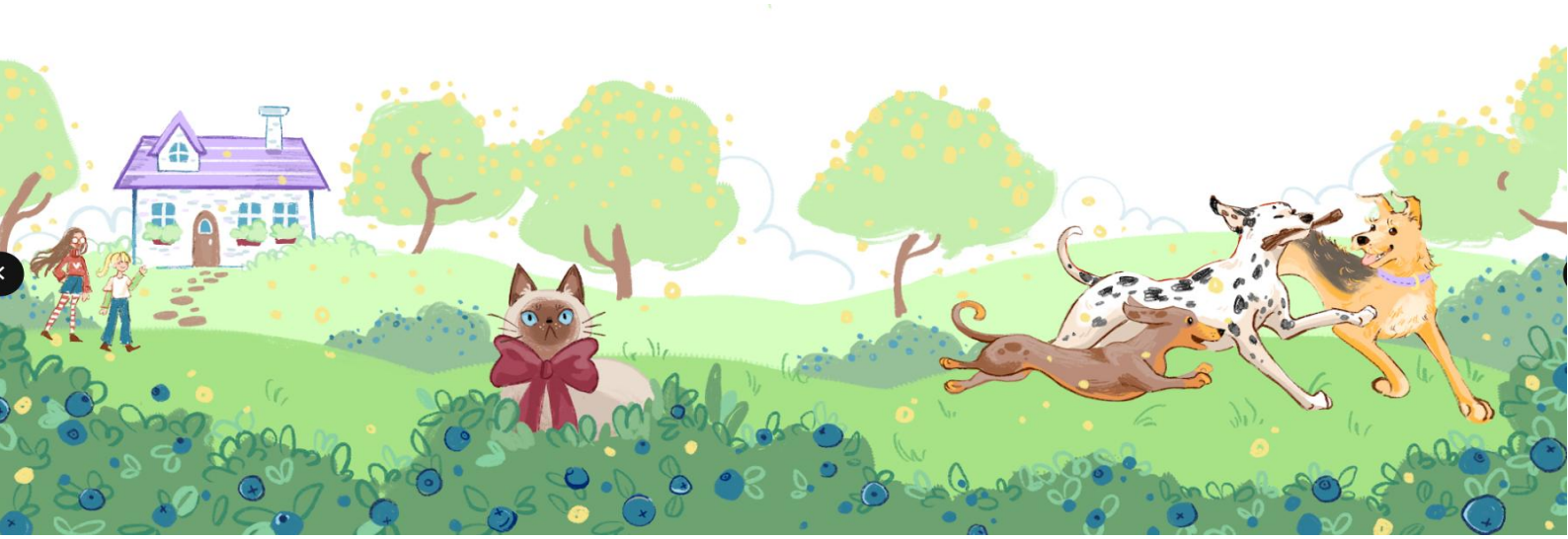
Colorear a Galleta

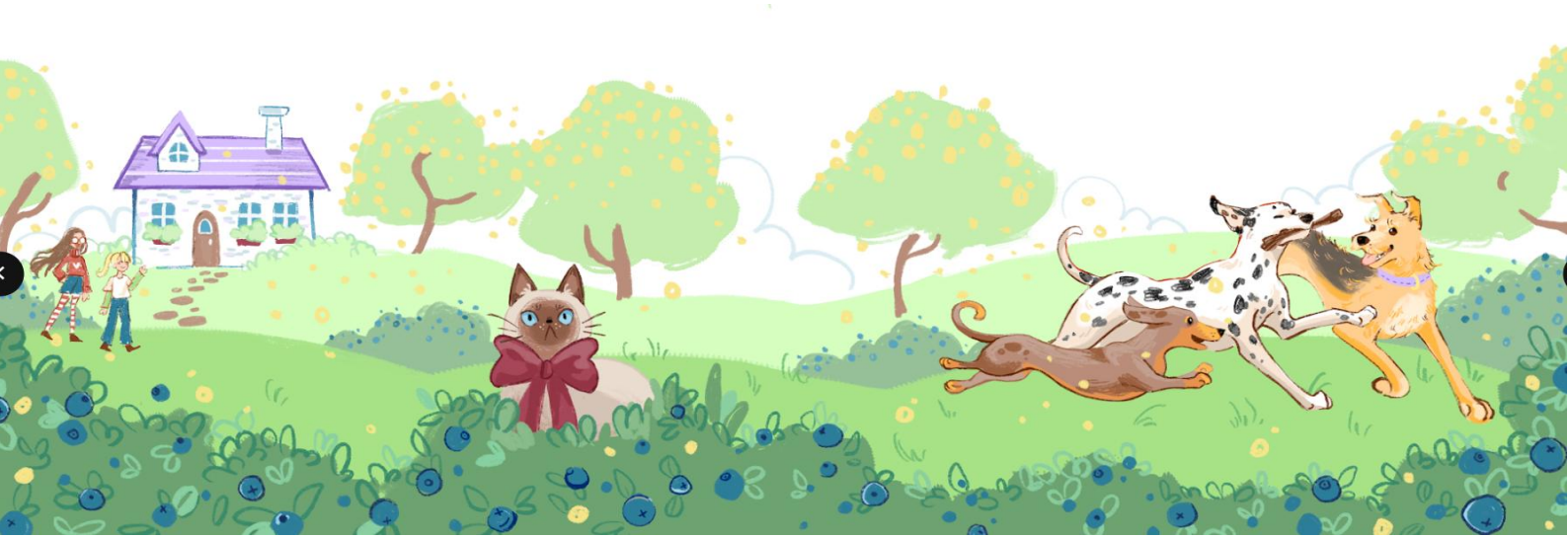
Para colorear a Galleta, se se quere, pódese botar man dos globos para a expresión de emocións.

Poderán usar a gama cromática de Pintiñas ou a súa propia que crearon con anterioridade.

Poden pintar todos os globos diferentes, varios nos que repitan cor porque sexa un sentimento predominante, ou todos da mesma cor. O importante é que todos se sintan cómodos e non forzar nada.

A ilustración atópase na páxina que segue.





Miafulness (meditación guiada)

- 1- Todos sentados no chan coas pernas dobradas e os brazos apoiados sobre as pernas.
- 2- Relaxación guiada: Imaxinar que Galleta vai pasando o seu peludo e suave lombo a carón das diferentes partes do corpo empezando polos pés e en ascendente ata a cabeza.
- 3- Inflarlle os globos ao gato. Moi suave, pouco e pouco, con cada respiración, sóprase un pouquiño para inflarlle os globos a Galleta con coidado de que non estouren.
- 4- Rematamos logo duns quince minutos erguéndonos moi amodiño.