

EJERCICIOS

1. Une la actividad con el beneficio

- | | |
|-------------------------|---------------------------------------|
| 1. pinatar | A. liberar tensión. |
| 2. actuar en el teatro | B. organizar los pensamientos. |
| 3. cantar | C. expresar emociones |
| 4. bailar | D. mejorar la concentración. |
| 5. escribir | E. mejorar la confianza en uno mismo. |
| 6. escuchar musica | F. guardar recuerdos. |
| 7. tomar fotos | G. reducir el estrés. |
| 8. crear manualidades | H. desarrollar la creatividad. |
| 9. tocar un instrumento | I. liberar tensión. |

2. Encuentra el intruso

1. pintar - dibujar - escribir - correr
2. colores - pincel - papel - zapato
3. música - canción - instrumento - verdura
4. creativo - artístico - relajado - delicioso
5. emociones - alegría - tristeza - bicicleta
6. terapia - bienestar - relajación - semáforo
7. cantar - bailar - escuchar - cocinar
8. pintura - acuarela - óleo - ordenador
9. feliz - tranquilo - nervioso - ventana
10. creatividad - imaginación - inspiración - nevera

3. ¿Qué actividad artística recomendarías?

1. Cuando estoy nervioso...
2. Cuando estoy triste...
3. Cuando necesito descansar...
4. Cuando quiero expresar mis emociones...
5. Cuando estoy enfadado/a ...
6. Cuando me siento solo/a. ...
7. Cuando estoy preocupado/a ...