

# Tomar un descanso



A veces la escuela es difícil.



A veces mis compañeros me molestan.



A veces \_\_\_\_\_ me enojo cuando estoy en la escuela.



A veces me siento ansioso/a en la escuela.



Si me siento enojado en la escuela, puedo decirle a mi maestro/a que necesito descansar.



¡Descansar es algo bueno!



Mi maestro/a puede ayudarme si le pido un descanso. Puedo decir "Necesito descansar." Mi maestro/a quiere ayudarme.

## Tomar un descanso (Cont.)



Mi maestro/a puede ayudarme a encontrar a un espacio tranquilo. Puedo toma un descanso de mi trabajo escolar.



Estaré feliz porque me dará tiempo para relajarme.



Tal vez pueda dar un paseo o tomar agua. Puedo pedir un descanso en lugar de \_\_\_\_\_.



Me sentiré mejor después de tomar un descanso.



¡Todas las personas necesitan un descanso! Mi maestro/a estará orgulloso de mí si pido un descanso.

*Dobla la página aquí para seguir la narrativa*