

GRONXEM UN NINOT DE PELUIX



Àmbit: Dimensió Interior	Subàmbit: respiració.....
---------------------------------	----------------------------------

Eta: EI	Cicle: P4	Durada: 1 SESSIÓ
----------------	------------------	-------------------------

Competències emocionals:
Paraules clau: control, relaxació, respiració, silenci
TITOL: gronxem un ninot de peluix

Desenvolupament de l'activitat
<p>En una sessió prèvia explicarem als nens en que consistirà i visonarem els ninots que voldrem gronxar amb la nostra respiració</p> <p>Ens estirarem a terra còmodament.</p> <p>L'adult passarà a posar un peluix a sobre de la panxa de cada infant.</p> <p>Iniciarem la respiració a poc a poc agafant consciència d'ella per així anar gronxant el peluix sense que caigui.</p> <p>RECURSOS: La sessió es fa en la sessió de psico. Ninots de peluix A terra i amb l'ambient favorable</p>

