

BOTE DE LA CALMA (30/11/2018)

Realizamos la botella de la calma para luego llevarla a nuestras aulas.

Basada en la pedagogía de María Montessori, la botella tiene muchos beneficios:

Según algunos estudios, mientras que el niño observa la caída de brillo, puede organizar y centralizar el sistema nervioso. Cuando el niño está estresado, enfadado, su ritmo cardíaco se acelera junto a su respiración y al ver la lenta caída del brillo, genera un modelo visual para inconscientemente entregar una señal al cerebro que disminuya la agitación. Además, mientras sucede esto, el adulto puede proporcionar un espacio para que el menor trate de explicar las razones de la tristeza, la ira o la frustración.

Es decir, por un lado calma la mente aliviando el motivo del enfado, por otro lado, cuando el niño está calmado pueden trabajarse mejor las emociones.

Desarrolla su creatividad y autonomía, puesto que pueden hacerlo ellos mismos.

