Mindfulness en el aula

60 ideas prácticas

Autores
María Dolores Cañizares Sánchez, Isabel Catalina Flores Sisalima

Sinopsis

En un mundo influenciado por las sobre-exigencias y poca relevancia de la dimensión emocional de los niños, Mindfulness en el aula: 60 ideas prácticas, se presenta como una alternativa pedagógica. En este libro encontrará divertidas actividades que buscan desarrollar la atención plena en el proceso de aprendizaje, reconectar la atención de estudiantes y regular la conducta de manera consciente y participativa.La publicación plantea un innovador programa para docentes que trabajan con niños desde los seis años. Contiene actividades de corta duración enfocadas en la respiración, atención y yoga, que pueden aplicarse según las necesidades de estudiantes y docentes, dentro y fuera del aula y en todas las materias.



Sobre el autor

María Dolores Cañizares Sánchez

Psicóloga especializada en Infancias, Adolescencia y Diversidad. Apasionada por el trabajo con la niñez y el autismo, disfruta navegando entre la investigación, las sesiones terapéuticas y el entorno educativo. Dirección Electrónica: mcanizaress@ups.edu.ec



Impreso

Año de publicación: 2024

Presentación: Trade paperback (EE.UU) (Tapa blanda o Bolsillo)

Tamaño: 20 x 20 x 1 cm

Número de páginas del contenido principal: 101 Páginas

ISBN13: 978

$18 USD

Palabras clave

Mindfulness; Atención plena; Educación; Aula; Gestión del aula; Desarrollo personal; Técnicas de meditación; Bienestar emocional; Estudiantes; Psicología educativa

2026 © Sistema Integrado de Metadata Estandarizada desarrollado por Hipertexto - Netizen



Isabel Catalina Flores Sisalima

Licenciada en Psicología Educativa, especialización en Educación Temprana y Lcda. en Orientación Profesional. Magister en Psicoterapia del Niño y la familia, Magíster en Evaluación e Intervención Psicoeducativa, autora del libro “Padres desarrollando la inteligencia emocional de sus hijos”. Dirección Electrónica: iflores@ups.edu.ec

2026 © Sistema Integrado de Metadata Estandarizada desarrollado por Hipertexto - Netizen