



RECURSOS PARA PARTICIPANTES CURSOS FORMACION DEL PROFESORADO 2021-2022

MATERIAL ELABORADO POR DRA OLGA SACRISTAN MARTIN

www.olgasacristan.com

1.- Audios Dra Olga Sacristán

<https://olgasacristan.com/descargas-gratuitas-audios/>

Podéis encontrar materiales y entradas periódicamente en mi web (si quereis podeis suscribiros si os apetece estar informadas/informados)

www.olgasacristan.com

Y seguiré añadiendo audios en el canal de Youtube

<https://www.youtube.com/channel/UCntBADL5LzYzsSmloqbNsPA>

2- Videos y audios del master en mindfulness del Dr. Javier Garcia Campayo.

<https://www.masterenmindfulness.com/videos/>

3- Prácticas del Dr Gonzalo Brito

<https://cultivarlamente.com/practicas-guiadas-cft>

<https://cultivarlamente.com/meditaciones-guiadas/>

4.-- Canales de Youtube

https://www.youtube.com/channel/UCKANE_yMY_s8InYLuaKxgpg

<https://www.youtube.com/watch?v=FZFoRQONDFs&t=12s>

5- Aplicaciones de mindfulness



MEDITA

https://play.google.com/store/apps/details?id=org.simo.medita&hl=es_419&gl=US

EL MINDFULNESS APP

https://play.google.com/store/apps/details?id=se.lichtenstein.mind.en&hl=es_419&gl=US

MINDFULNESS SCI

https://play.google.com/store/apps/details?id=es.eduqtech.mindfulness_sci&hl=es&gl=US

REM VOLVER A CASA

<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.smartgalapps.android.rem>

<https://psicologiyamente.com/meditacion/apps-mindfulness>

<https://play.google.com/store/apps/details?id=org.simo.medita&hl=es>

6.- Yoga y Movimiento consciente

<https://www.youtube.com/watch?v=t-xrHiZ9MXg>

<http://www.nadircentrodedesarrollo.com/>

<https://www.youtube.com/c/empresaDarFe/videos>

7.- Talleres presenciales y online de mindfulness y gestión emocional

<https://olgasacristan.com/>

8.- Videos y materiales interesantes

El modelo del cerebro del Dr Daniel Siegel

<https://entreactividadesinfantiles.com/2016/05/08/tu-cerebro-en-tu-mano-modelo-del-cerebro-segun-el-dr-siegel/>

Cerebro en Zona Verde – Planeta en Zona Verde – Dr Rick Hanson

<https://www.youtube.com/watch?v=pOEuVUWu2PM>

Video solo respira subtulado al español

<https://www.youtube.com/watch?v=YbeSSLXV6Xs>



Video solo respira en español

https://www.youtube.com/watch?v=O37YB5-Ob_E

Video sobre cómo ayudar a los niños y niñas a reconocer sus emociones

<https://psicologiaymente.com/desarrollo/como-ayudar-ninos-a-reconocer-sus-emociones>

25 cortometrajes para trabajar la inteligencia emocional en niñas y niños

<https://www.educaciontrespuntocero.com/recursos/cortometrajes-inteligencia-emocional/>

El Juego de la Oca de las Emociones

<https://www.orientacionandujar.es/2020/05/10/super-juego-la-oca-de-las-emociones-y-el-autoconcepto/>

El Teatro de las emociones

<https://educayaprende.com/juego-educacion-emocional/>

El Círculo de las emociones

<https://www.orientacionandujar.es/2020/08/06/el-circulo-de-las-emociones/>

Aprender a manejar las emociones difíciles

<https://www.periodicodeibiza.es/pitiusas/ibiza/2017/12/04/311617/aprende-manejar-tus-emociones-dificiles.html>

Cómo enseñar a las niñas y niños a gestionar las emociones difíciles

<https://www.hacerfamilia.com/educacion/aprender-gestionar-emociones-ensenar-ninos-20180709122607.html>

Enseñar a los niños y niñas gestión emocional

<https://saposyprincesas.elmundo.es/consejos/salud-infantil/ensenar-inteligencia-emocional/>

Detrás de una niña o un niño difícil hay una emoción que no sabe expresar

<https://lamenteesmaravillosa.com/detras-nino-difcil-una-emocion-no-sabe-expresar/>

Guía adaptada a cada edad para enseñar a los niños y niñas a manejar sus emociones

<https://www.lacienciadeamar.com/es/blog/una-guia-acorde-a-las-edades-para-ayudar-a-los-ninos-a-manejar-sus-emociones>

Educación emocional de los 3 a 6 años



<http://www.codajic.org/sites/www.codajic.org/files/Taller-pr%C3%A1ctico-Educacion-Emocional.pdf>

Cómo enseñar a las niñas y niños a manejar las emociones

<https://www.imageneseducativas.com/como-ensenar-a-los-ninos-a-manejar-sus-emociones/>

Educación emocional a través de los cuentos por Begoña Ibarrola

<https://www.gestionandohijos.com/educacion-emocional-cuentos-begona-ibarrola/>

Video para trabajar las emociones

<https://www.youtube.com/watch?v=L5OSKf74dss>

Taller de educación emocional en primaria

<https://www.youtube.com/watch?v=YFCZVadyFcM>

Taller de educación emocional para niños y niñas

https://www.youtube.com/watch?v=UEHed_iMHjA

Video sobre educación emocional y amistad

<https://www.youtube.com/watch?v=OczEHXRU9WU>

La rabieta de Julieta – educación emocional

<https://www.youtube.com/watch?v=FBROB2IMCaU>