

Imaginaciones: Historias para relajarse y meditaciones divertidas para niños (Imaginations Spanish Edition): Volume 1

La capacidad de relajarse es una habilidad esencial en el mundo agitado de hoy. Deseamos que los niños lleven adelante vidas felices, relajadas y tranquilas, pero con frecuencia no les enseñamos cómo hacerlo ni les demostramos con el ejemplo. Este libro ofrece historias para ayudar a los niños a aprender a calmar sus cuerpos y a relajar sus mentes. Enseñarle a un niño la habilidad de relajar su cuerpo y aclarar su mente de manera consciente, también puede ayudar a abordar problemas como:

- Ansiedad
- Trastorno del sueño, pesadillas, o miedo a la oscuridad al irse a la cama
- Depresión
- Baja autoestima o negatividad
- Cambios en la vida, como una mudanza, un divorcio, cambio de escuela, etc.

Inmensamente imaginativo y lleno de alegría y fantasía, Imaginaciones: Historias para relajarse y meditaciones divertidas para niños imparte a los niños una lección de vida tan importante como cualquier otra que puedan alguna vez aprender: la relajación hace que tu cuerpo se sienta bien, que tu mente se sienta tranquila, ¡y es divertido!

Historias:

1. Un día en la playa
2. Cielo nocturno
3. Viaje en globo
4. Tu burbuja
5. Tu nuevo amigo, El Árbol
6. Si pudiera volar
7. Nubes en el cielo
8. Un viaje en tu nave espacial
9. El bosque encantado
10. La caminata
11. El globo del amor
12. Bajo el mar
13. Mi casa del árbol
14. Poción mágica de flores
15. Plantar una semilla
16. Dedos luminosos
17. Amor generoso

The ability to relax is an essential skill in our hectic world today. We hope that children can lead happy, relaxed, and calm lives, but often we neither teach them how to do this nor do we lead by example. This book provides stories to help children learn to calm their bodies and relax their minds. Teaching a child the ability to consciously relax the body and clear the mind can also help address larger issues such as:

- Anxiety
- Sleep disorders, nightmares, or being scared of the dark at bedtime
- Depression
- Low self-esteem or negativity
- Life changes such as moving, divorce, changing schools, etc.

Wildly imaginative and full of whimsical joy, *Imaginations: Fun Relaxation Stories and Meditations for Kids* imparts to children a life lesson as important as any other they will ever learn: relaxation makes your body feel good, your mind calm, and it's fun!

Carolyn Clarke es instructora de yoga y meditación, de una segunda generación de instructores de yoga. Desde 2002 ha enseñado yoga y relajación a más de mil niños –y el número sigue aumentando–. Carolyn también instruye a adultos en la enseñanza de yoga para niños. Actualmente vive con su esposo en San Diego, California. Carolyn Clarke is a second-generation yoga and meditation instructor. Since 2002, she has taught yoga and relaxation to kids - over one thousand and counting. Carolyn also trains adults to teach yoga to kids. She currently lives with her husband in San Diego, California.

- Amazon Sales Rank: #4183722 in Books
- Brand: Bambino Yoga
- Published on: 2015-11-12
- Released on: 2015-11-12
- Original language: Spanish
- Number of items: 1
- Dimensions: 11.00" h x .14" w x 8.50" l, .46 pounds
- Binding: Paperback
- 58 pages

Imaginaciones: Historias para relajarse y meditaciones divertidas para niños (Imaginations Spanish Edition): Volume 1 por Carolyn Clarke fue vendido por £12.79 cada copia.. Regístrese ahora para tener acceso a miles de libros disponibles para su descarga gratuita. El registro fue libre.



- Título del libro : Imaginaciones: Historias para relajarse y meditaciones divertidas para niños (Imaginations Spanish Edition): Volume 1
- ISBN: 0990732231
- Autor: Carolyn Clarke

Debido a un problema de derechos de autor, debes leer Imaginaciones: Historias para relajarse y meditaciones divertidas para niños (Imaginations Spanish Edition): Volume 1 en línea. Puedes leer Imaginaciones: Historias para relajarse y meditaciones divertidas para niños (Imaginations Spanish Edition): Volume 1 en línea usando el botón a continuación.

[LEER ON-LINE](#)

Imaginaciones: historias para relajarse y meditaciones ...

Imaginaciones: historias para relajarse y meditaciones divertidas para niños, en el Aula de Elena. Mindfulness, yoga, relajación.

Libro

Desde los orígenes, la humanidad ha tenido que hacer frente a una cuestión fundamental: la forma de preservar y transmitir su cultura, es decir, sus ...

Universidade da Coruña :: Biblioteca Universitaria

Web oficial de la Universidade da Coruña. Enlaces a centros, departamentos, servicios, planes de estudios.