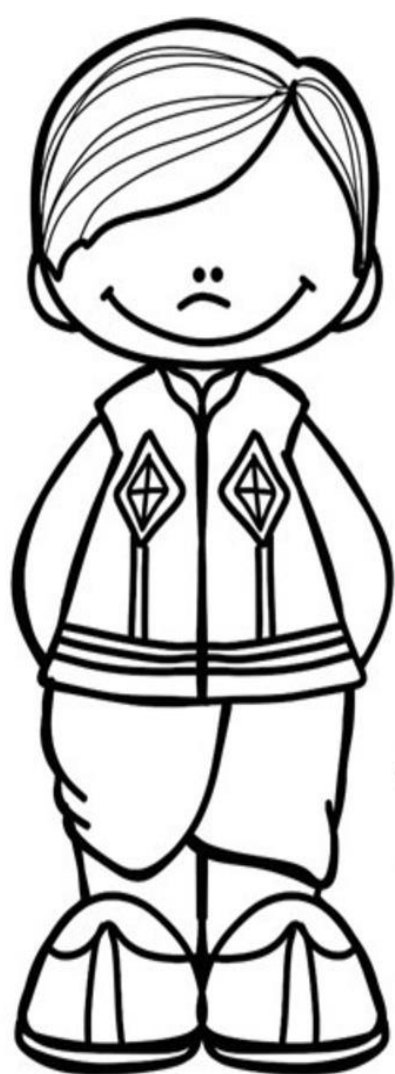


MANDALAS





Las mandalas

Son imágenes de estilo Geométrico, donde destacan las formas circulares.

Si bien son muy populares en la **INDIA** o el **TÍBET** también aparecen con sus variantes en otras partes del mundo.

Beneficios de las **Mandalas**

En la educación



ESTIMULAN:

- Reflexión
- Tranquilidad
- Concentración artística
- Estados de ánimo
- Paciencia
- Confianza y seguridad

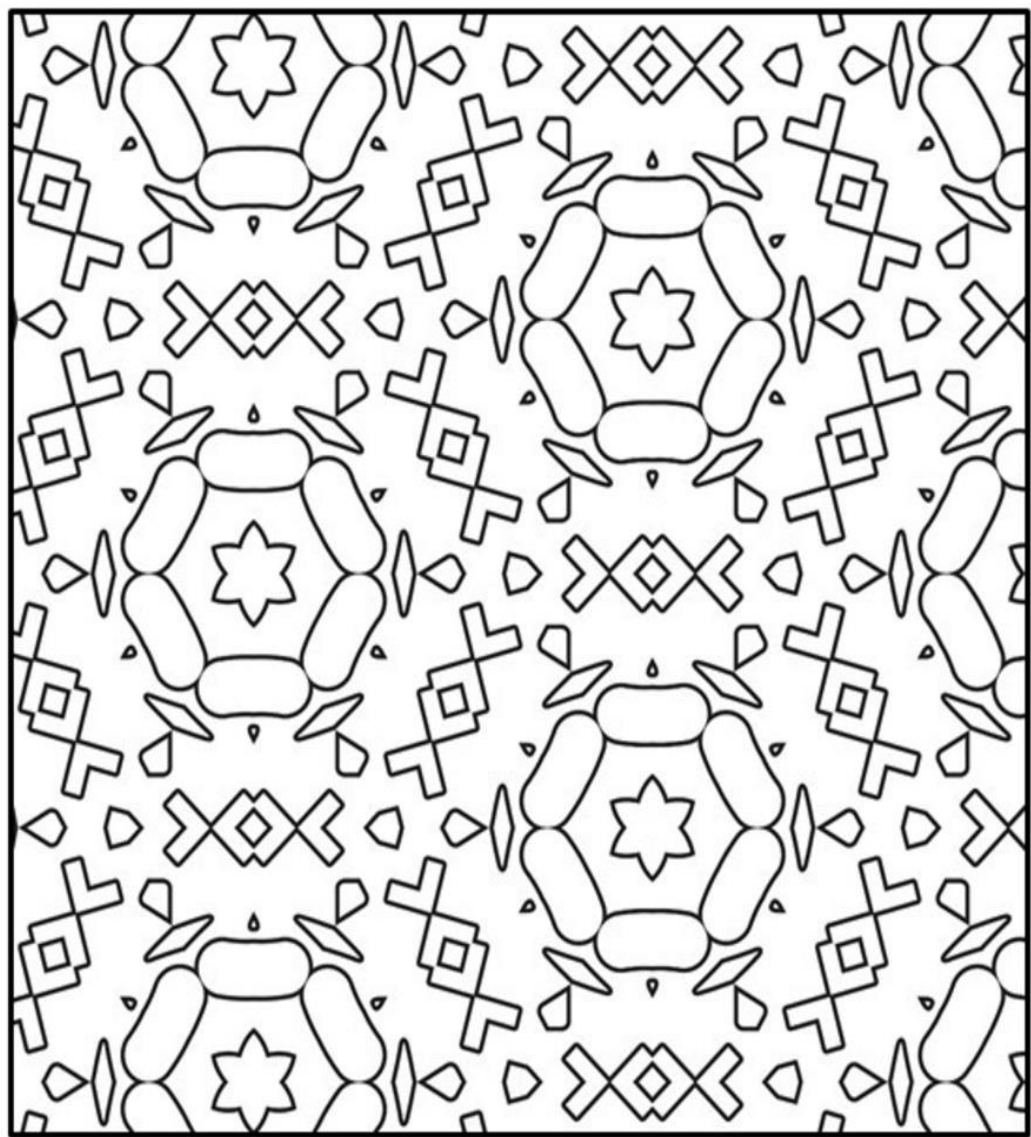
BENEFICIOS:

- Capacidad natural para relajarlos .
- Ayudarlos a conciliar el sueño y lograr así un mejor descanso y desarrollo físico y mental.
- Se usan diversas técnicas artísticas y gráficas se puede lograr que los pequeños expresen sus sentimientos, ideas y pensamientos de una manera adecuada.

Mandala 1



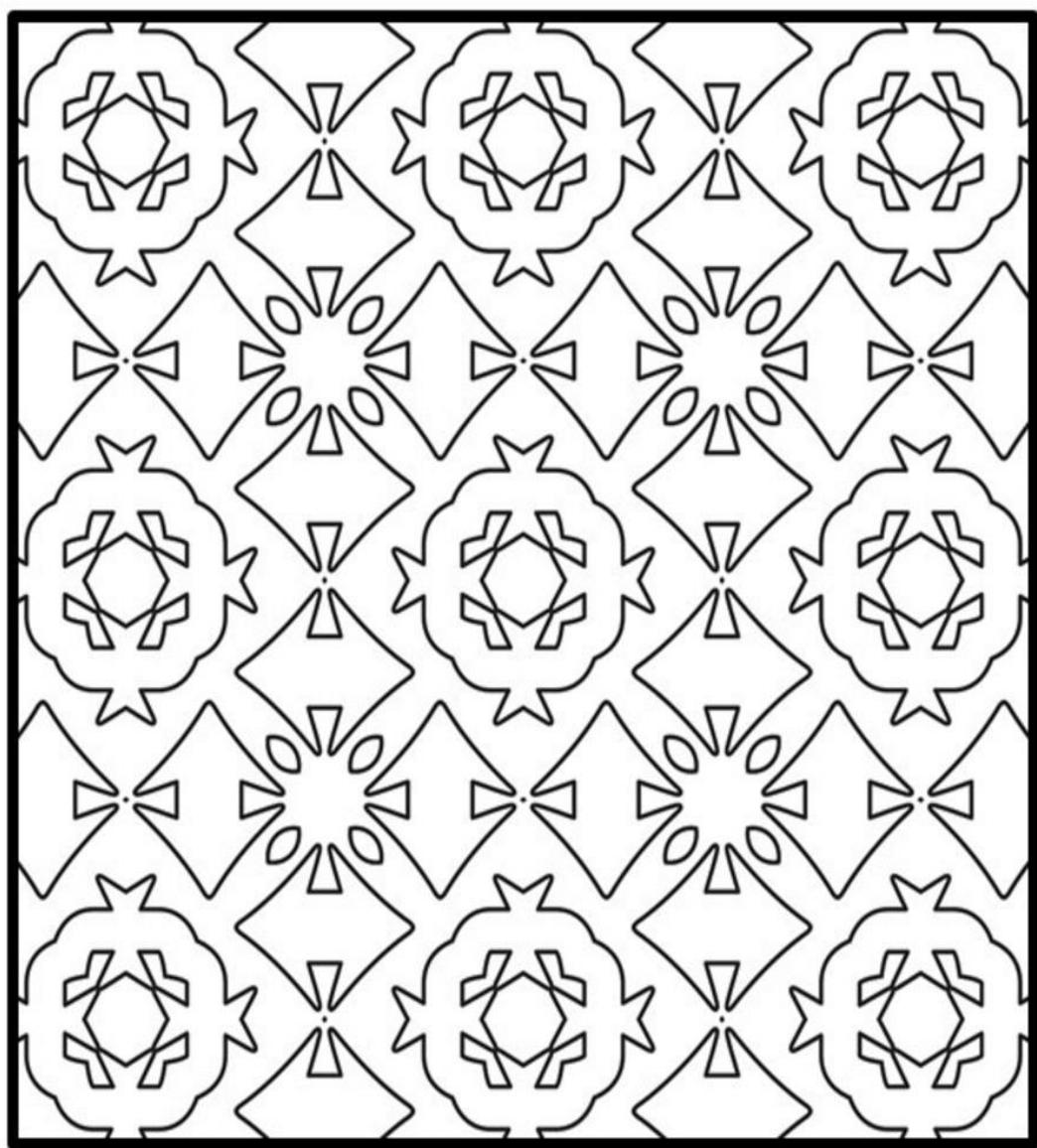
Antes de iniciar, cierra los ojos y respira tres veces: inhala, retén el aire, exhala... repite dos veces más.



Mandala 2



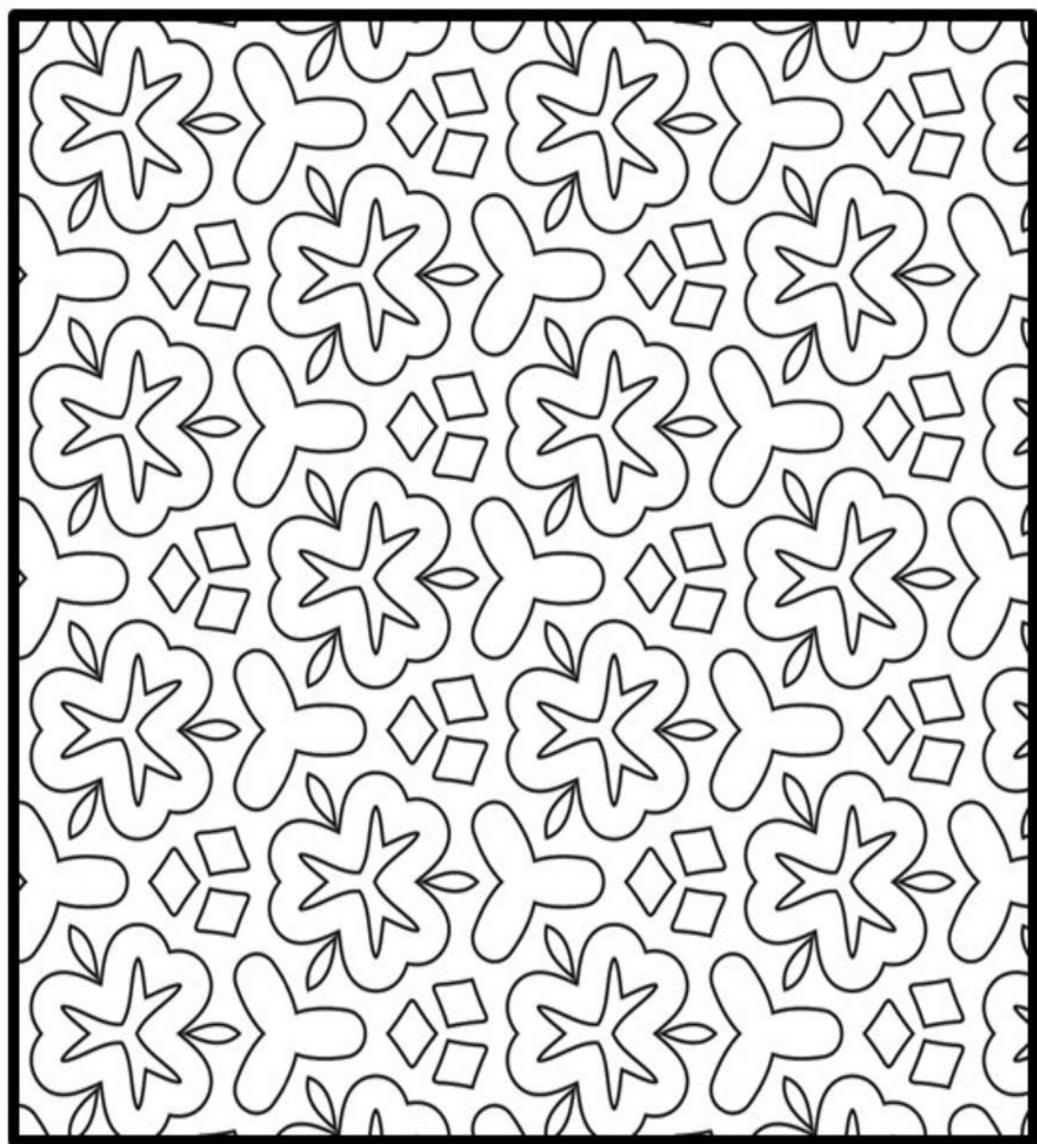
Antes de iniciar, cierra los ojos y respira tres veces: inhala, retén el aire, exhala... repite dos veces más.



Mandala 3



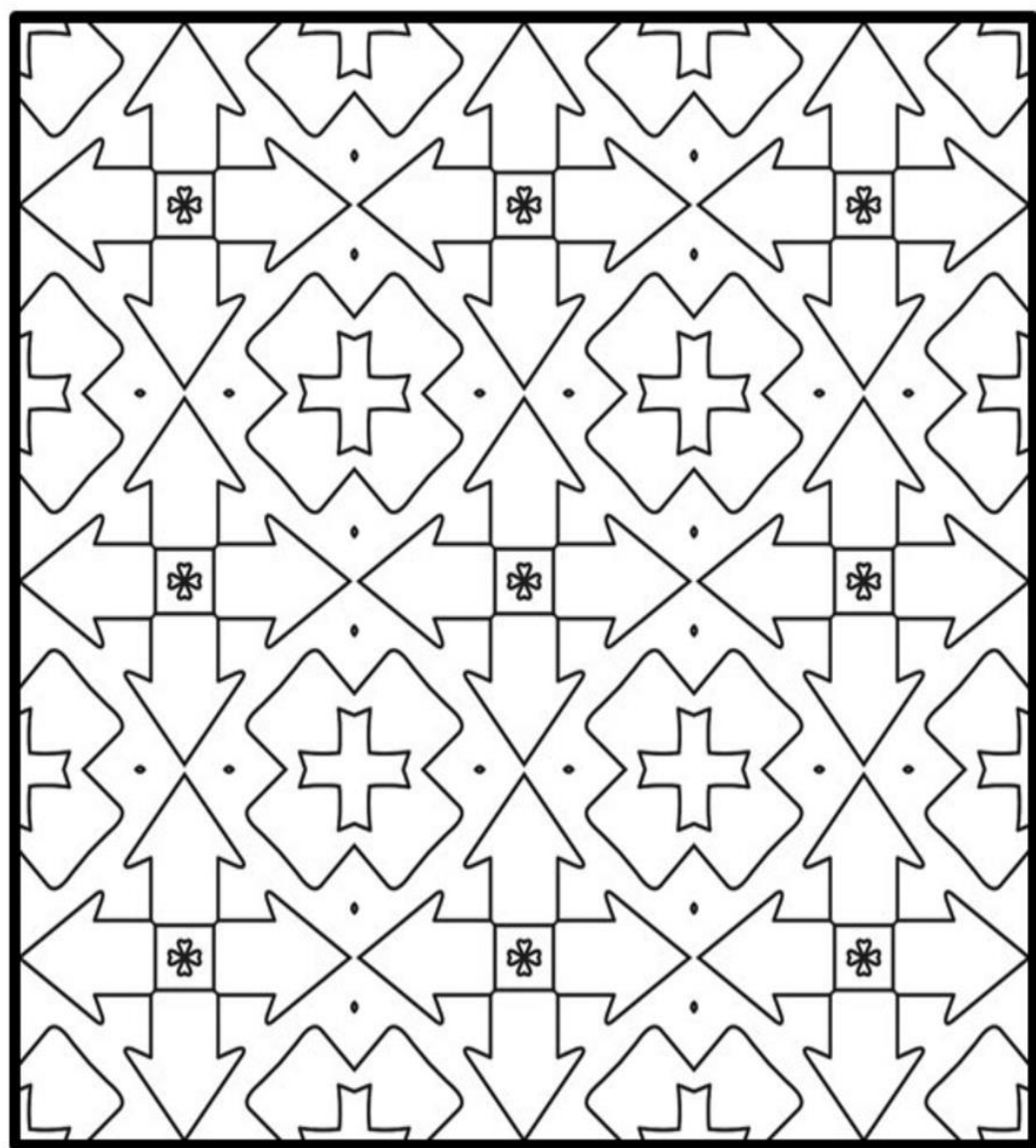
Antes de iniciar, cierra los ojos y respira tres veces: inhala, retén el aire, exhala... repite dos veces más.



Mandala 4



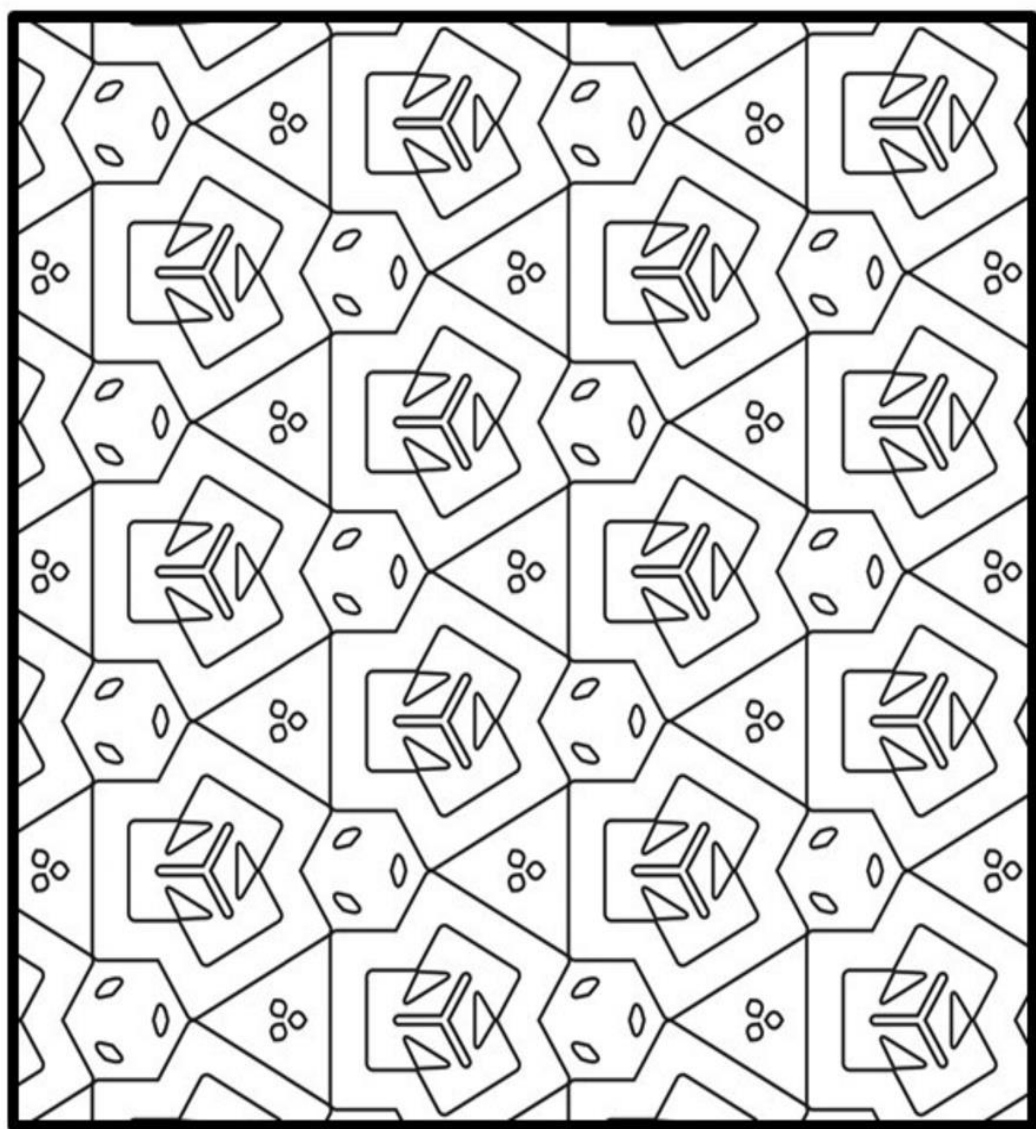
Antes de iniciar, cierra los ojos y respira tres veces: inhala, retén el aire, exhala... repite dos veces más.



Mandala 5



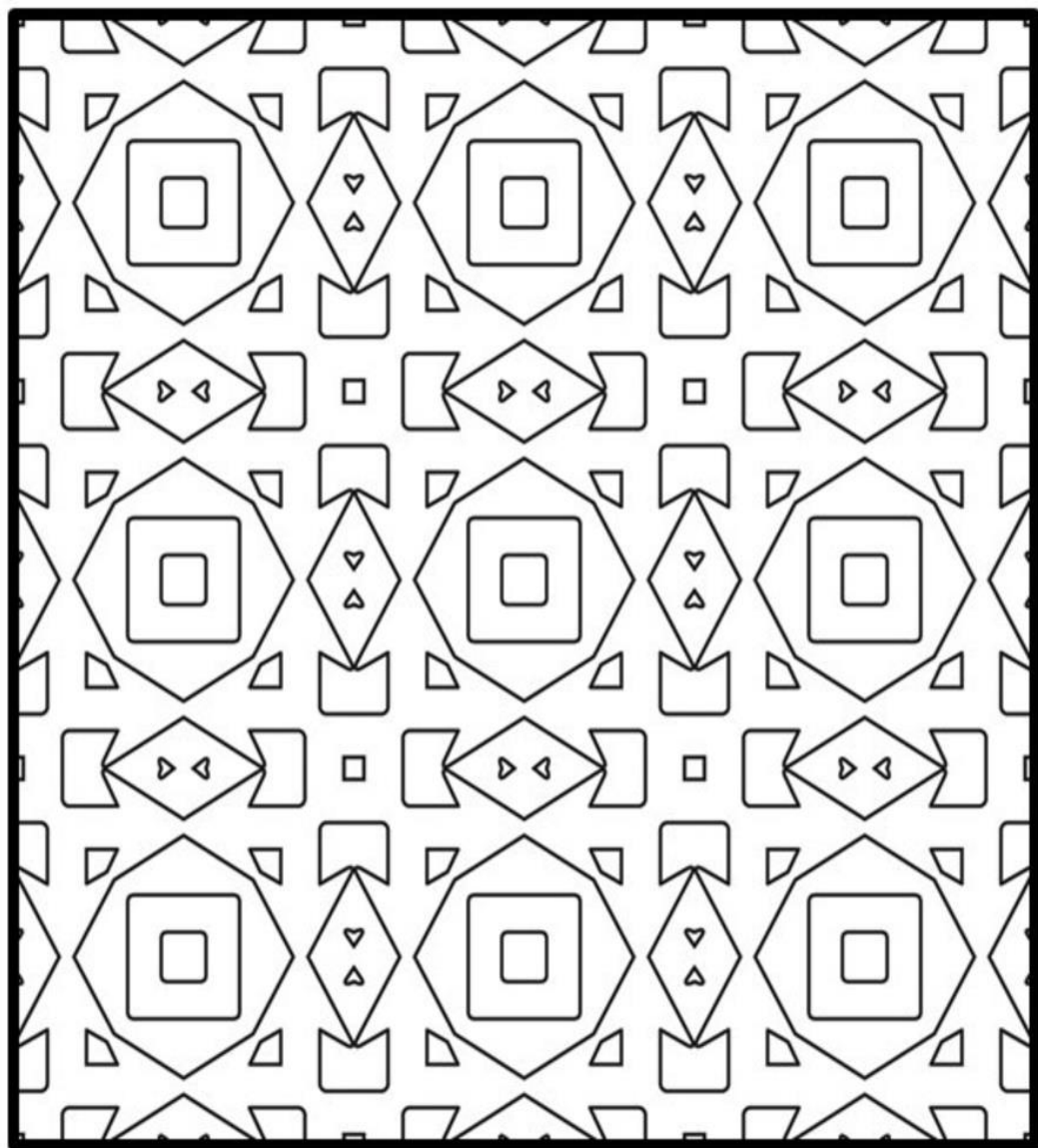
Antes de iniciar, cierra los ojos y respira tres veces: inhala, retén el aire, exhala... repite dos veces más.



Mandala 6



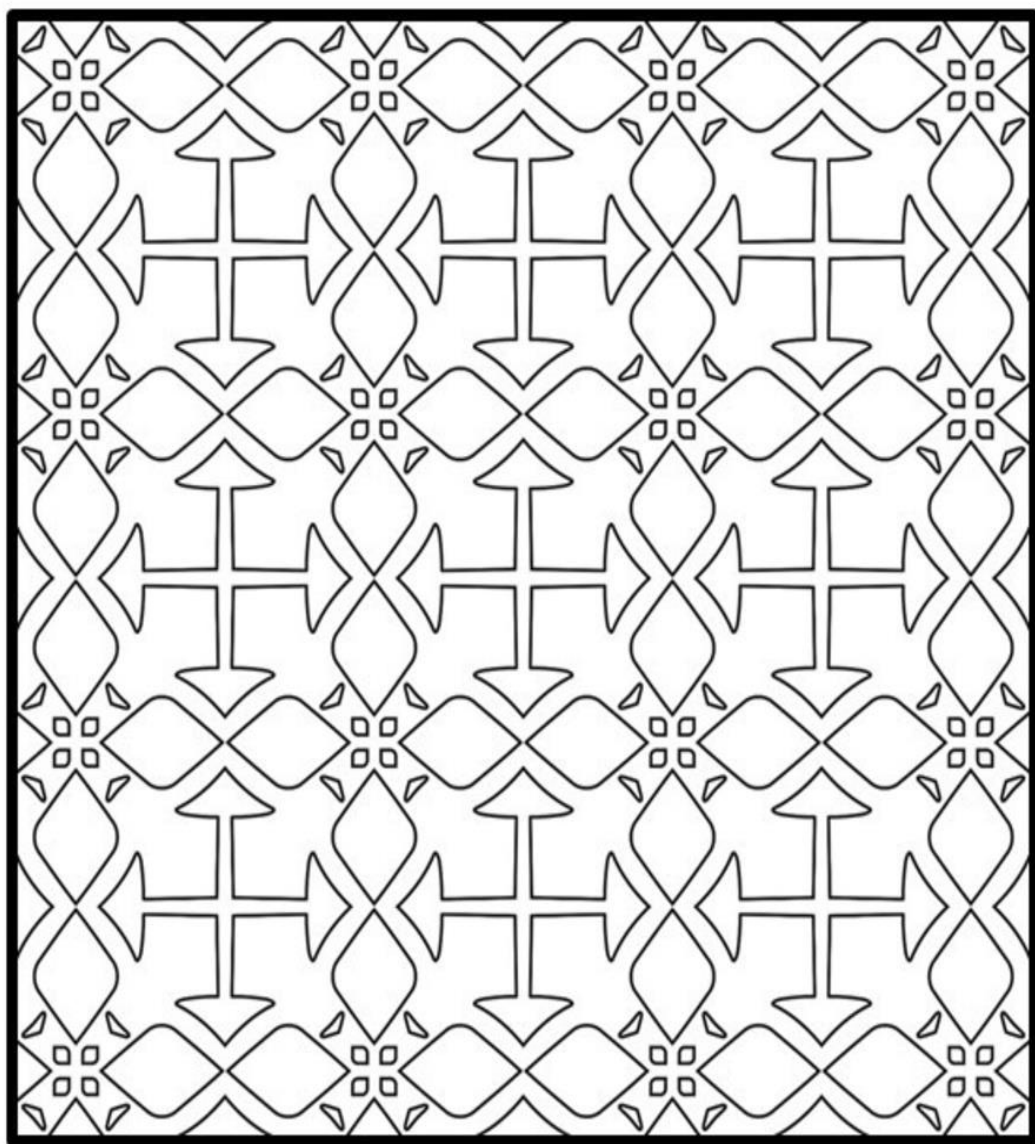
Antes de iniciar, cierra los ojos y respira tres veces: inhala, retén el aire, exhala... repite dos veces más.



Mandala 7



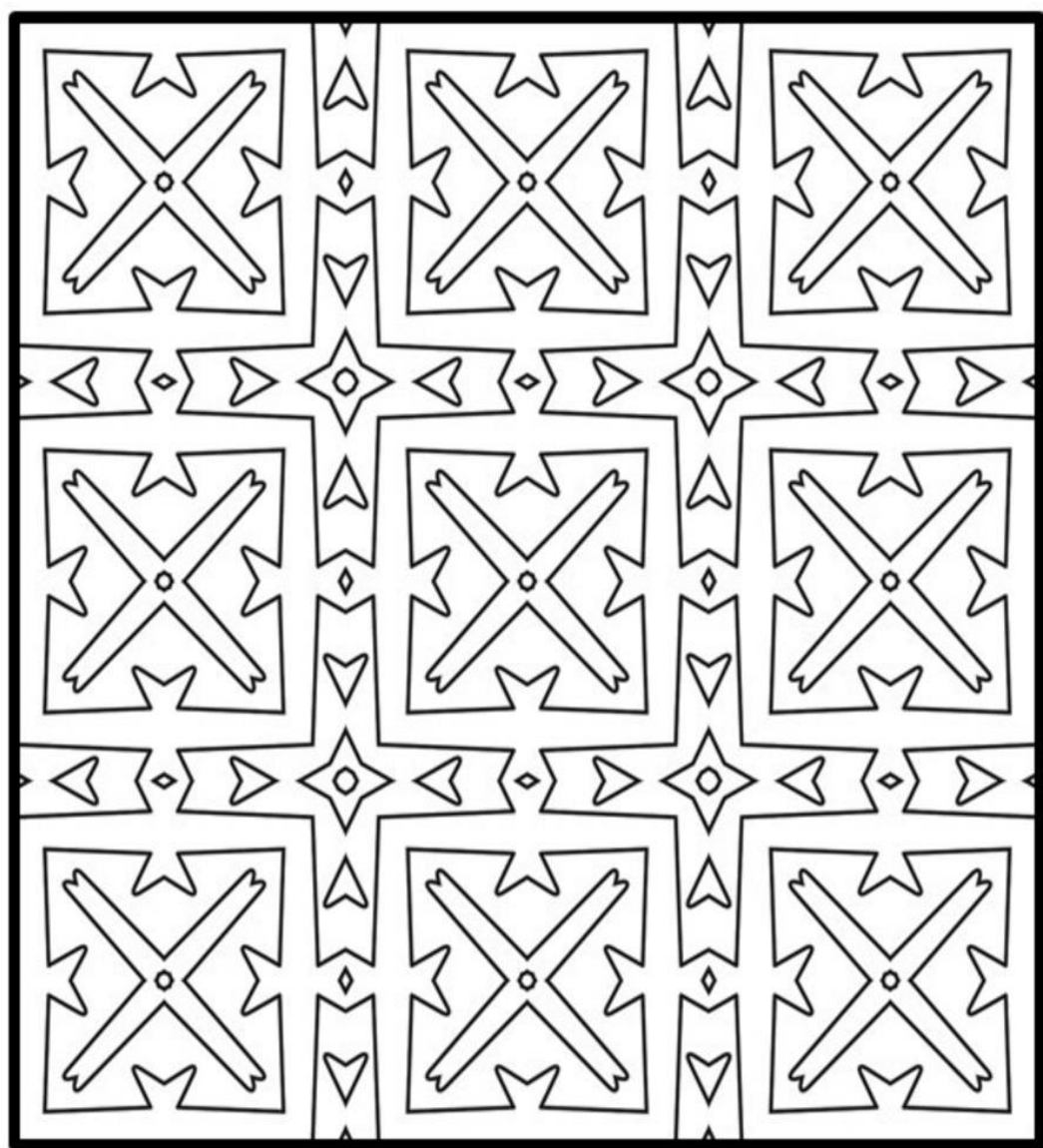
Antes de iniciar, cierra los ojos y respira tres veces: inhala, retén el aire, exhala... repite dos veces más.



Mandala 8



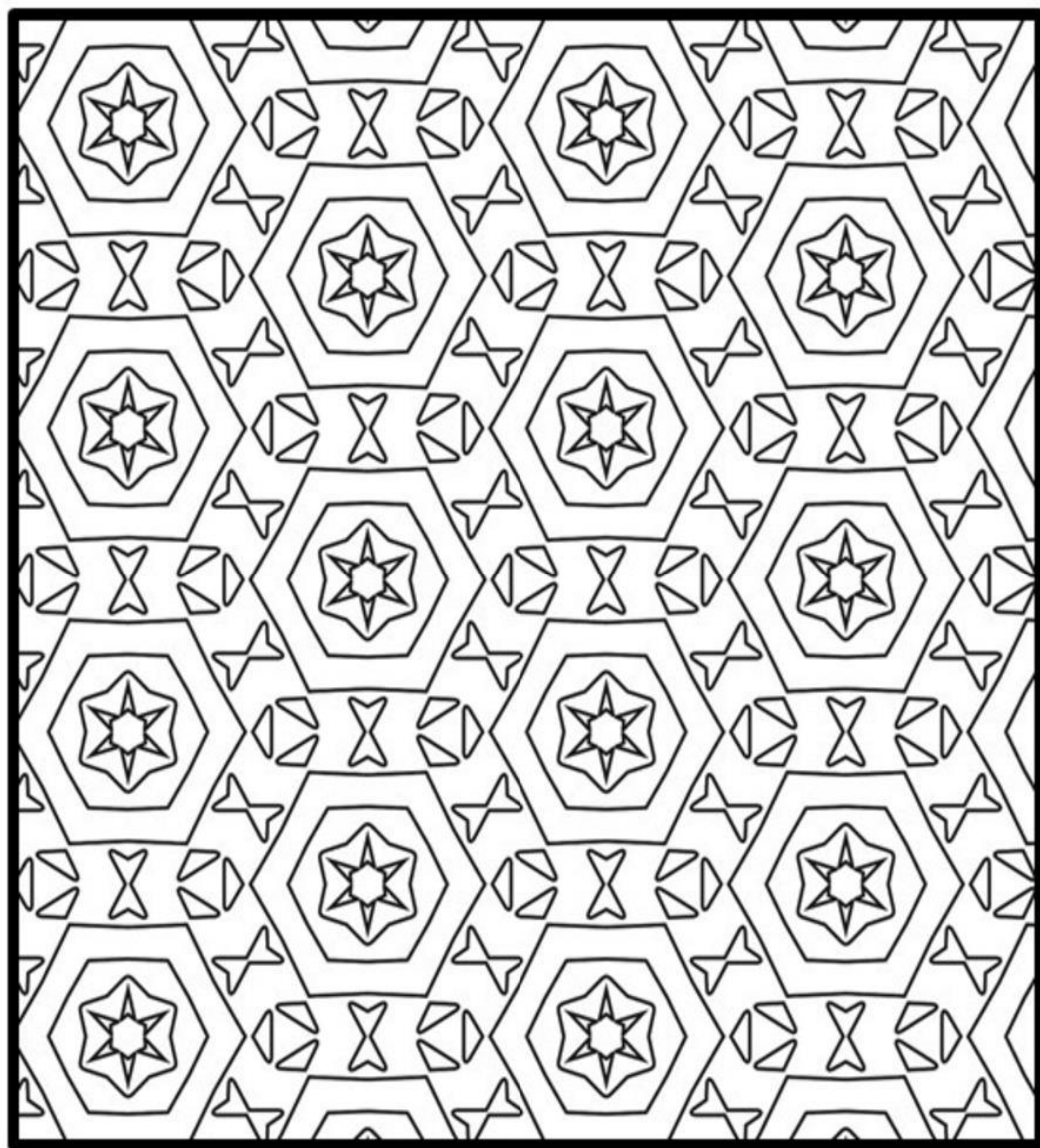
Antes de iniciar, cierra los ojos y respira tres veces: inhala, retén el aire, exhala... repite dos veces más.



Mandala 9



Antes de iniciar, cierra los ojos y respira tres veces: inhala, retén el aire, exhala... repite dos veces más.



Mandala 10



Antes de iniciar, cierra los ojos y respira tres veces: inhala, retén el aire, exhala... repite dos veces más.

