TRABALLO CON MANDALAS

INTRODUCCIÓN

Mandala → sánscrito.

→ ferramenta de recentrado

(calmarse…)

Enmarcado no P.O.E.

Traballado a través da Sección Bilingüe.

Ciclos → Infantil

Primaria

Temporalización: 2º trimestre curso 2010-11.

OBXECTIVOS

ॐMellorar a relaxación mental.

ॐEsquecer problemas e tensións da vida cotiá.

ॐValorar a posibilidade de expresarnos libremente.

ॐAtopar o propio eu.

ॐTraballar a concentración e o equilibrio e a súa mellora.

ॐEnfrontarse axeitadamente ás crises do desenvolvemento.

ॐEliminar trastornos da motricidade e tensións nerviosas.

ॐSuperar os diferentes medos que podan existir.

ॐAdquirir novas formas de comportamento.

ॐGañar en autoconfianza

C.C.B.B. e INTELIXENCIAS MÚLTIPLES

C.C.B.B.

- Cultural e artística.
- Aprender a aprender.
- Autonomía e iniciativa persoal.

INTELIXENCIAS MÚLTIPLES

- Viso-espacial.
- Interpersoal.
- Intrapersoal.
- Musical.
- Espiritual.
- Emocional.

CONTIDOS

ॐExperimentación coas cores, mesturándoas e usando diferentes tipos de pinturas e sobre soportes diferentes (papel, cartulina…).

ॐComposición individual e en grupo dos diferentes mandalas.

ॐComposición plástica empregando diferentes materias e técnicas, partindo da planificación previa e guiada, elaboración do mandala e valoración dos resultados.

ॐRecoñecemento de figuras xeométricas básicas (liñas, rectángulos, cadrados, triángulos, círculos…).

Alumnos/as de 5º EP

Metodoloxía

Baseada nas propias aprendizaxes.
Experimentación e creatividade.

Organización/Temporalización

6 sesións (1 sesión á semana).
Duración: 50 minutos.

Sesións	Descrición da actividade	Material e Organización
1	ॐ Breve introdución sobre que son os mandalas e os seus beneficios xunto coa cromoterapia. ॐ Traballo libre sobre un mandala: colorearán coas cores que lles gusten e sen ningunha directriz.	ॐ Mandalas en papel para o grupo e cores. ॐ **Organización:** cada alumno pintará de xeito individual aínda que poderá comentar co/s compañeiros.
2	ॐ Daránselles pequenas directrices sobre como pintar un mandala. ॐ Introducirase a música como elemento de reflexión e transición para un mellor desenvolvemento do proxecto.	ॐ Mandalas en papel para o grupo e cores. ॐ **Organización:** cada alumno pintará de xeito individual aínda que poderá comentar co/s compañeiros. ॐ Equipo de música e Cd de músicas previamente seleccionadas.
3	ॐ Daránselles pequenas directrices sobre como pintar un mandala. ॐ Seguirase coa música como elemento de reflexión e transición para un mellor desenvolvemento do proxecto. ॐ Lectura dun conto para "pensar" mentres realizan os seus mandalas (serán lidas polo mestre/a cun ton agradable e propiciatorio para a reflexión interior).	ॐMandalas en papel para o grupo e cores. ॐ **Organización:** cada alumno pintará de xeito individual aínda que poderá comentar co/s compañeiros. ॐ Equipo de música e Cd de músicas previamente seleccionadas. ॐLecturas previamente seleccionadas.

Sesións	Descripción da actividade	Material e Organización
4	ॐ Daránselles pequenas directrices sobre como pintar un mandala. ॐSeguirase coa música como elemento de reflexión e transición para un mellor desenvolvemento do proxecto. ॐ Lectura dun conto para "pensar" mentres realizan os seus mandalas (serán lidas polo mestre/a cun ton agradable e propiciatorio para a reflexión interior). ॐ Iniciación ao deseño dun mandala propio.	ॐ Mandalas en papel para o grupo, cores, compás, regras...(para o deseño dos mandalas). ॐ **Organización:** cada alumno pintará de xeito individual aínda que poderá comentar co/s compañeiros. ॐ Equipo de música e Cd de músicas previamente seleccionadas. ॐ Lecturas previamente seleccionadas.
5	ॐ Seguirase coa música como elemento de reflexión e transición para un mellor desenvolvemento do proxecto. ॐ Desenvolvemento do deseño dun mandala propio.	ॐ Mandalas en papel para o grupo, cores, compás, regras...(para o deseño dos mandalas). ॐ **Organización:** cada alumno pintará de xeito individual aínda que poderá comentar co/s compañeiros. ॐEquipo de música e Cd de músicas previamente seleccionadas.
6	ॐ Seguirase coa música como elemento de reflexión e transición para un mellor desenvolvemento do proxecto. ॐ Desenvolvemento do deseño dun mandala propio. ॐ Elaboración dunha lámpada de pé.	ॐ Mandalas en papel para o grupo, cores, compás, regras...(para o deseño dos mandalas). Para a elaboración da lámpada precisarase: cartolinas tamaño DINA-3, papel de celofán de cores, punzóns, tesoiras, cordón e celo. ॐ **Organización:** cada alumno pintará de xeito individual aínda que poderá comentar co/s compañeiros. ॐEquipo de música e Cd de músicas previamente seleccionadas.

Avaliación

Obxectivos

- É quen de traballar en equilibrio consigo mesmo e concentrado/a.
- Leva á práctica os novos modos de comportamento (relaxado, escasa motricidade e tensión nerviosa...)
- É quen de gañar autoconfianza en sí mesmo.
- Axústase ao proposto nas actividades (supera os seus diferentes medos, reláxase traballando cos mandalas…).
- Participa da actividade desenvolvéndose e expresándose libremente.

Competencias Básicas

- **Cultural e artística.**
  - Expresar e xustificar sentimentos ou ideas propias a través das diferentes linguaxes artísticas dende a súa creatividade.
- **Aprender a aprender.**
  - Facer unha metacognición correcta e ser capaz de aplicar a estratexia de pensamento a situacións parecidas e en contextos diversos.
- **Autonomía e iniciativa persoal.**
  - Escoitar, admitir e valorar os puntos de vista de outros e ser capaz de replantexarse os seus.
  - Relacionar coñecementos, facerse preguntas e xerar novas ideas.
  - Ser capaz de analizar racionalmente as súas emocións e comportamentos.
  - …

Mandalas dos alumnos

NÁMASTE