



PROGRAMA FORMATIVO

Postgrado en Gestión Emocional en Educación: Mindfulness + Titulación Universitaria

Postgrado en Gestión Emocional en Educación: Mindfulness + Titulación Universitaria

Duración: 425 horas

Precio: 360 € *

Modalidad: Online

* Materiales didácticos, titulación y gastos de envío incluidos.



Titulación Expedida por
EUROINNOVA BUSINESS
SCHOOL y Avalada por la
Escuela Superior de
Cualificaciones Profesionales

Descripción

Desde hace ya mucho tiempo es bien sabido que la relajación y la meditación, Mindfulness, ayudan a desarrollar y potenciar habilidades como la atención, la concentración, la creatividad, la memoria y la percepción entre otras, pero además contribuye a desarrollar habilidades de control y autorregulación emocional, contribuyendo a prevenir la tensión emocional, el estrés y la ansiedad. Con el presente Postgrado en Gestión Emocional en Educación: Mindfulness, conocerás todo lo referente a esta práctica y los beneficios derivados de su aplicación al ámbito educativo.

A quién va dirigido

Este Postgrado de Gestión Emocional en Educación: Mindfulness va dirigido a profesionales del ámbito de la educación que quieran especializarse en esta disciplina terapéutica de control y regulación emocional y en la inteligencia emocional.

Objetivos

- Definir el control emocional y la importancia de su desarrollo en edades tempranas.
- Conocer y desarrollar qué es la inteligencia emocional y qué aptitudes son necesarias para su desarrollo en el alumnado.
- Caracterizar el concepto y práctica de mindfulness.
- Adquirir los conocimientos necesarios para aplicar y poner en marcha programas basados en atención plena en el aula.
- Conocer mindfulness en profesores, educación infantil, primaria y secundaria.
- Delimitar los conceptos de ansiedad y estrés en los alumnos y su prevención y control con la práctica de mindfulness.
- Especificar los recursos y estrategias empleadas para su puesta en marcha en el ámbito educativo.
- Conocer la inteligencia y la emoción.
- Conocer las neurociencias en el ámbito de la inteligencia emocional.
- Aplicar la inteligencia emocional a la educación.
- Diseñar, aplicar y evaluar programas de inteligencia emocional en educación.
- Analizar diferentes técnicas de relajación infantil.
- Conocer los conceptos relacionados con la relajación.
- Identificar actitudes y comportamientos problemáticos en los niños.

Para que te prepara

El Postgrado en Gestión Emocional en Educación: Mindfulness te prepara para conocer las bases de la disciplina mindfulness y adquirir los conocimientos todo lo referente sobre la inteligencia emocional, así como conocer y comprender la importancia que tiene la atención plena para el desarrollo de habilidades indispensables en los alumnos.

Salidas laborales

Docencia / Educación / Inteligencia emocional / Centros educativos / Educador Social.

Titulación

Doble Titulación: - Titulación de Postgrado en Gestión Emocional en Educación: Mindfulness con 300 horas expedida por Euroinnova Business School y Avalada por la Escuela Superior de Cualificaciones Profesionales - Titulación Universitaria en Mindfulness en el Aula con 5 Créditos Universitarios ECT. Formación Continua baremable en bolsas de trabajo y concursos oposición de la Administración Pública.



EUROINNOVA FORMACION

como centro de Formación acreditado para la impartición a nivel nacional de formación

EXPIDE EL PRESENTE TÍTULO PROPIO

NOMBRE DEL ALUMNO/A

con D.N.I. XXXXXXXX ha superado los estudios correspondientes de

Nombre de la Acción Formativa

de XXX horas, perteneciente al Plan de Formación EUROINNOVA en la convocatoria de 2014
Y para que surtan los efectos pertinentes queda registrado con Número de Expediente XXXX/XXXX-XXXX-XXXX-XXXXXX

Con una calificación de SOBRESALIENTE

Y para que conste expido la presente TITULACIÓN en
Granada, a 23 de Abril de 2014

La dirección General

El/La interesado/a

Sello



INTERNATIONAL COMMISSION ON DISTANCE EDUCATION
Con Estatuto Consultivo, Categoría Especial del Consejo Económico y Social de la UNESCO (Plan. Resolución 604E)

Forma de pago

Tarjeta de Crédito / PayPal

Eligiendo esta opción de pago, podrá abonar el importe correspondiente, cómodamente en este mismo instante, a través de nuestra pasarela de pago segura concertada con Paypal

Transferencia Bancaria

Eligiendo esta opción de pago, deberá abonar el importe correspondiente mediante una transferencia bancaria.

No será aceptado el ingreso de cheques o similares en ninguna de nuestras cuentas bancarias.

Contrareembolso

Podrá pagar sus compras directamente al transportista cuando reciba el pedido en su casa. Eligiendo esta opción de pago, recibirá mediante mensajería postal, en la dirección facilitada en el formulario, el material del curso, abonando el importe correspondiente a la recepción.

Metodología

Entre el material entregado en este curso se adjunta un documento llamado Guía del Alumno dónde aparece un horario de tutorías telefónicas y una dirección de e-mail dónde podrá enviar sus consultas, dudas y ejercicios. Además recibirá los materiales didácticos que incluye el curso para poder consultarlos en cualquier momento y conservarlos una vez finalizado el mismo. La metodología a seguir es ir avanzando a lo largo del itinerario de aprendizaje online, que cuenta con una serie de temas y ejercicios. Para su evaluación, el alumno/a deberá completar todos los ejercicios propuestos en el curso. La titulación será remitida al alumno/a por correo una vez se haya comprobado que ha completado el itinerario de aprendizaje satisfactoriamente.

Materiales didácticos

- Manual teórico 'Técnicas de Relajación Infantil'
- Manual teórico 'Inteligencia Emocional en Educación'
- Manual teórico 'Mindfulness en el Aula'



Profesorado y servicio de tutorías

"RedEduca" está formado por un equipo multidisciplinar de profesionales especialistas en incorporar las Nuevas Tecnologías al ámbito educativo.

Nuestro principal objetivo es conseguir una formación didáctico-pedagógica innovadora y de calidad. Por ello, ponemos al alcance de nuestro alumnado una serie de herramientas y recursos que les permitirán potenciar su aprendizaje a lo largo del curso.

Además, a lo largo del curso, nuestro alumnado cuenta con un equipo de tutores expertos en las distintas especialidades ofertadas, con una amplia experiencia en el mundo de la enseñanza que resolverán todas tus dudas y consultas y con un equipo de soporte técnico que le ayudarán con



Bolsa de empleo y Prácticas

El alumnos tendrá posibilidad de incluir su currículum en nuestra Bolsa de Empleo y Prácticas, participando así en los distintos procesos de selección y empleo gestionados por empresas y organismos públicos colaboradores en territorio nacional y abrir su abanico de posibilidades en el mundo laboral.

Plazo de Finalización

El alumnado cuenta con un periodo máximo de tiempo para la finalización del curso, que dependerá del tipo del curso elegido:

- **Master a distancia y online:** El plazo de finalización será de 12 meses a contar desde la fecha de recepción de las materiales del curso.

- **Curso a distancia y online:** El plazo de finalización será de 6 meses a contar desde la fecha de recepción de los materiales del curso.

En ambos casos, si una vez cumplido el plazo no se han cumplido los objetivos mínimos exigidos (entrega de ejercicios y evaluaciones correspondientes), el alumno podrá solicitar una prórroga con causa justificada de 3 meses

Red Social Educativa

La Red Social Educativa es un lugar de encuentro para docentes y opositores donde poder compartir conocimiento. Aquí encontrarás todas las novedades del mundo de la educación que puedan ser de tu interés, así como noticias relacionadas con oposiciones. Es un espacio abierto donde podrás escribir y participar en todas las noticias y foros.

Te invitamos a registrarte y a comenzar a participar en esta red de profesionales de la educación.

Visítanos en: www.redsocial.rededuca.net



Campus Virtual

Es el aula virtual donde encontrarás todos los contenidos de los cursos, cuidadosamente revisados y actualizados por nuestro equipo de profesores y especialistas.

El campus virtual se convierte en el principal escenario de aprendizaje y es aquí donde el alumnado podrá acceder a los contenidos del curso con tan sólo un clic.

Este nuevo sistema de aprendizaje online puede facilitar el trabajo del alumnado y del equipo docente en varios sentidos:

La presentación online de la acción formativa hace posible incluir contenidos en muy diversos



Postgrado en Gestión Emocional en Educación: Mindfulness + Titulación Universitaria

Asimismo, el alumnado puede descargarse en pdf el temario de su curso conforme vaya avanzando en los contenidos para que pueda tenerlos guardados.

Además, el campus virtual permite establecer contacto directo con el tutor o tutora a través del sistema de comunicación por correo electrónico que también permitirá intercambiar archivos entre las partes.

El entorno virtual simplifica y agiliza la evaluación y seguimiento del alumnado, tanto para el propio alumno o alumna como para el equipo docente. Por un lado, el alumnado podrá observar su avance a lo largo del itinerario formativo y recibirá retroalimentación inmediata sobre sus resultados en las pruebas de evaluación. En segundo lugar, el equipo docente verá simplificado su trabajo, puesto que todos los datos acerca de la actividad del alumnado en la plataforma, así como los resultados de las pruebas quedan registrados de manera automática, evitando así la labor de corrección manual y permitiendo al profesor o profesora tener una visión del progreso de sus alumnos/as con tan sólo un clic.

Puede acceder a nuestro Campus Virtual a través de: <https://campusrededuca.euoinnova.edu.es>

Programa formativo

PARTE 1. MINDFULNESS EN EL AULA

UNIDAD DIDÁCTICA 1. LA EDUCACIÓN EMOCIONAL EN LA INFANCIA Y ADOLESCENCIA

- - Introducción a la infancia y la adolescencia
- - - Características de la adolescencia
- - Características de las emociones
- - - Funciones que cumplen las emociones
- - - Importancia de la educación emocional
- - - Competencias emocionales
- - Factores que influyen en la educación emocional
- - Influencia de los estilos educativos parentales en el desarrollo emocional

UNIDAD DIDÁCTICA 2. LA IMPORTANCIA DEL CONTROL EMOCIONAL EN EDADES TEMPRANAS

- - El control emocional
- - Tolerancia a la frustración
- - La autorregulación emocional
- - Factores que influyen en el control emocional
- - Técnicas de control emocional

UNIDAD DIDÁCTICA 3. LA INTELIGENCIA EMOCIONAL Y APTITUDES ESENCIALES EN EL DESARROLLO

- - ¿Qué es la inteligencia emocional?
- - Aptitudes implicadas en la inteligencia emocional
- - - Conciencia emocional
- - - Control de las emociones
- - - La motivación
- - - Empatía
- - - Relaciones sociales
- - El desarrollo de la inteligencia emocional
- - - Autorregulación e interés por el entorno
- - - Entre 3 y 7 meses
- - - Desarrollo de la comunicación intencional

- - - Aparición de un sentido organizado del yo
- - - Creación de ideas emocionales
- - - Razonamiento emocional

UNIDAD DIDÁCTICA 4. MINDFULNESS

- - Concepto de Mindfulness
- - - Origen del Mindfulness
- - Las funciones del Mindfulness
- - La atención plena y el Mindfulness
- - La influencia del Mindfulness en el cerebro y sus conexiones
- - La influencia del Mindfulness en el control emocional

UNIDAD DIDÁCTICA 5. LA IMPORTANCIA DE LA RESPIRACIÓN EN MINDFULNESS

- - La respiración
- - - Ventilación pulmonar
- - - Tipos de respiración
- - Técnica del control de la respiración en mindfulness
- - La importancia del control de la respiración en mindfulness

UNIDAD DIDÁCTICA 6. LA RELAJACIÓN EN MINDFULNESS

- - La relajación
- - Técnicas de relajación a lo largo del ciclo vital
- - - Técnicas de relajación para la primera infancia (de 2,5 a 6 años)
- - - Técnicas de relajación para la infancia (de 7 a 9 años)
- - - Técnicas de relajación para la preadolescencia (de 10 a 12 años) y adolescencia (de 13 a 17 años)
- - - Relajación progresiva de Jacobson
- - - Relajación pasiva
- - - Relajación autógena
- - La relajación en mindfulness
- - Otras técnicas relacionadas con el mindfulness
- - - Chikung
- - - Yoga

UNIDAD DIDÁCTICA 7. PROGRAMAS MINDFULNESS

- - Programa de reducción de estrés
- - Terapia breve relacional
- - Terapia de aceptación y compromiso
- - Terapia dialéctica conductual
- - Terapia cognitiva basada en Mindfulness (MBCT)

UNIDAD DIDÁCTICA 8. MINDFULNESS EN EL ÁMBITO EDUCATIVO

- - Relación del Mindfulness con la educación emocional
- - La inteligencia emocional en el ámbito educativo
- - - Importancia de la enseñanza de la inteligencia emocional
- - Papel de la relajación en el ámbito educativo
- - Inicio del mindfulness en el aula
- - - Características de los períodos críticos

UNIDAD DIDÁCTICA 9. EL ESTRÉS Y ANSIEDAD: TENSIONES EN EL AULA

- - Concepto de ansiedad
- - - La ansiedad en los niños
- - Conceptualización del estrés
- - - El estrés infantil
- - Tensiones en el aula
- - La relajación en niños tras el conflicto
- - - Método de relajación

UNIDAD DIDÁCTICA 10. BENEFICIOS DE LA TÉCNICA MINDFULNESS EN EL ÁMBITO EDUCATIVO

- - Práctica de Mindfulness
- - - Práctica formal e informal
- - Beneficios del Mindfulness
- - Beneficios del Mindfulness en el contexto educativo

UNIDAD DIDÁCTICA 11. CÓMO DESARROLLAR MINDFULNESS EN EL AULA

- - Programa de Mindfulness en el aula
- - Postura para el desarrollo del mindfulness en el aula
- - - Posiciones de relajación
- - Ejercicios de familiarización

- - Ejercicios de toma de conciencia
- - Juegos de respiración

UNIDAD DIDÁCTICA 12. RECURSOS Y ESTRATEGIAS PARA PRACTICAS MINDFULNESS EN EL AULA

- - Recursos generales para la práctica de mindfulness en las aulas
- - Rincones educativos
- - Musicoterapia
- - - Estrategias en musicoterapia
- - Danzaterapia
- - - Estrategias en danzaterapia
- - El juego simbólico

PARTE 2. INTELIGENCIA EMOCIONAL

MÓDULO 1. LA INTELIGENCIA Y SUS PRINCIPALES TEORÍAS

UNIDAD DIDÁCTICA 1. LA INTELIGENCIA

- - La Inteligencia
- - - Inteligencia y capacidad de aprendizaje
- - Inteligencia Interpersonal
- - Inteligencia Intrapersonal
- - Breve Historia de la medición de la Inteligencia
- - - Orígenes de los test de Inteligencia
- - - Aportaciones de los test de Inteligencia

UNIDAD DIDÁCTICA 2. CEREBRO Y EMOCIONES

- - El cerebro
- - Cerebro emocional
- - - Amígdala
- - - Hipocampo
- - - Área septal y corteza cingulada
- - Plasticidad cerebral
- - - Períodos críticos
- - Anatomía de las emociones

- - - Circuito de recompensa cerebral
- - Neurotransmisores
- - - Principios básicos de la neurotransmisión
- - - Mecanismos de transmisión química

UNIDAD DIDÁCTICA 3. TEORÍAS DE LA INTELIGENCIA

- - La inteligencia a lo largo de la historia
- - Teoría de las inteligencias múltiples de Gardner
- - - Tipos de inteligencias de la teoría
- - - Base teórica de los tipos de inteligencias
- - Teoría triárquica de la inteligencia
- - La inteligencia social
- - Inteligencia y personalidad

MÓDULO 2. LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

UNIDAD DIDÁCTICA 4. LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

- - Concepto de Inteligencia emocional
- - - Aspectos biológicos de la inteligencia emocional
- - - Origen de la inteligencia emocional
- - Componentes de la Inteligencia emocional
- - - Conciencia emocional
- - - Control de las emociones
- - - La motivación
- - - Empatía
- - - Relaciones sociales

UNIDAD DIDÁCTICA 5. ENSEÑANZA DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

- - Conocer las propias emociones
- - - Enseñar a conocer las emociones
- - Manejar las emociones
- - - Enseñar a manejar las emociones
- - Automotivación
- - - Enseñar la motivación

- - Reconocer las emociones de los demás
- - - Enseñar empatía
- - Autoestima
- - Tomar decisiones
- - - Enseñar resolución de problemas
- - Habilidades sociales
- - - Asertividad
- - - Enseñar habilidades sociales

UNIDAD DIDÁCTICA 6. ÁREAS DE APLICACIÓN DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

- - Negociación y resolución de conflictos
- - - Gestión de conflictos
- - - Técnicas de resolución de conflictos: la negociación
- - Inteligencia emocional y adaptación social
- - Inteligencia emocional y liderazgo

MÓDULO 3. DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

UNIDAD DIDÁCTICA 7. MODELOS SOBRE EL DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

- - Tipos de enfoques
- - Modelos mixtos
- - - Modelo de Goleman
- - - Modelo de Bar-On
- - Modelos de habilidades
- - - Modelo de Salovey y Mayer
- - Otros modelos
- - - El modelo de Cooper y Sawaf
- - - El modelo de Boccardo, Sasia y Fontenla
- - - Modelo de Rovira
- - - El modelo de Vallés y Vallés
- - - El modelo secuencial de autorregulación emocional

UNIDAD DIDÁCTICA 8. EMOCIONES DURANTE LA PRIMERA INFANCIA

- - La educación en la primera infancia
- - Factores que influyen en el comportamiento emocional
- - Emociones
- - - Emociones básicas
- - - Características de las emociones en los niños
- - - Función de las emociones
- - - Importancia de las emociones
- - - Competencias emocionales
- - Teoría de las emociones

UNIDAD DIDÁCTICA 9. DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

- - Desarrollo de la inteligencia emocional en la primera infancia
- - - Autorregulación e interés por el mundo
- - - De los 3 a los 7 meses
- - - Desarrollo de la comunicación intencional (3-10 meses)
- - - Aparición de un sentido organizado del yo (9-18 meses)
- - - Crear ideas emocionales (18-36 meses)
- - - Razonamiento emocional. El origen de la imaginación, sentido de la realidad y autoestima (30-40 meses)
- - El apego infantil
- - - Tipos de apego
- - El desarrollo emocional en la etapa de Educación Primaria

MÓDULO 4. APRENDIZAJE DE LAS EMOCIONES

UNIDAD DIDÁCTICA 10. PROCESO DE APRENDIZAJE

- - Concepto de aprendizaje
- - Teorías de aprendizaje
- - - Teorías conductistas
- - - Teorías cognitivas
- - Estrategias y estilos de aprendizaje
- - - Clasificación de las estrategias de aprendizaje
- - Motivación y aprendizaje
- - - Procesos metacognitivos

UNIDAD DIDÁCTICA 11. APRENDIZAJE COOPERATIVO

- - Aprendizaje cooperativo: concepto
- - Diferencias entre el aprendizaje cooperativo y el trabajo en grupo
- - Sistemas de enseñanza-aprendizaje
- - Principales dificultades en el aprendizaje cooperativo
- - Características del aprendizaje cooperativo
- - Componentes
- - Finalidades y objetivos del aprendizaje cooperativo

UNIDAD DIDÁCTICA 12. INTELIGENCIA EMOCIONAL EN EL AULA

- - La inteligencia emocional en el ámbito escolar
- - - Importancia de la enseñanza de la inteligencia emocional
- - La escuela como contexto socializador
- - - Estilos educativos de los profesores
- - - Consecuencias de los estilos educativos del profesor
- - El papel de los iguales en el desarrollo de las emociones
- - - Interacción entre iguales en contextos educativos

UNIDAD DIDÁCTICA 13. EL PAPEL DE LA FAMILIA EN LA EDUCACIÓN DE LAS EMOCIONES

- - La familia como contexto socializador
- - - Influencia del clima familiar
- - Modelos familiares
- - Estilos educativos parentales
- - - Influencia de los estilos educativos en la inteligencia emocional

MÓDULO 5. INTERVENCIÓN DE LOS PROBLEMAS EMOCIONALES**UNIDAD DIDÁCTICA 14. DIFICULTADES EMOCIONALES**

- - Problemas en el desarrollo emocional
- - - Signos de alarma
- - Factores que influyen en los problemas emocionales
- - - Factores de riesgo
- - - Factores protectores
- - Dificultades emocionales en niños

- - - Ansiedad por separación
- - - Depresión
- - - Trastornos del espectro del autismo
- - - Trastorno de estrés postraumático

UNIDAD DIDÁCTICA 15. INTRODUCCIÓN A LA INTERVENCIÓN DE LOS PROBLEMAS EMOCIONALES

- - Técnicas de modificación de conducta
- - - Instrucción verbal y práctica dirigida
- - - Modelado
- - - Retroalimentación
- - - Técnica de iniciación con iguales
- - Estrategias cognitivo conductuales
- - - Estrategias racionales
- - - Estrategias para afrontar el estrés
- - - Estrategias para la solución de problemas

UNIDAD DIDÁCTICA 16. TÉCNICAS DE AUTOCONTROL EMOCIONAL

- - Imaginación/Visualización
- - Entrenamiento asertivo
- - Técnica de control de la respiración
- - Administración del tiempo
- - La relajación
- - - Técnicas de relajación
- - - La relajación progresiva y el entrenamiento autógeno

UNIDAD DIDÁCTICA 17. TÉCNICAS GRUPALES

- - Dinámicas de grupos
- - - Role-playing (Desempeño de papeles)
- - - Brainstorming (Tormenta de ideas)
- - - Clínica del rumor
- - - Confianza
- - - Comunicación
- - - Cooperación

- - Programa de inteligencia emocional

UNIDAD DIDÁCTICA 18. TÉCNICAS Y DINÁMICAS DEL APRENDIZAJE COOPERATIVO

- - Introducción
- - Estrategias para conseguir la cohesión del grupo
- - - Técnicas para fomentar el debate y el consenso en la toma de decisiones
- - - Técnicas para favorecer la interacción, el conocimiento mutuo y la distensión del grupo
- - - Técnicas para facilitar la inclusión de algún compañero
- - - Técnicas para mostrar la importancia de trabajar en equipo
- - - Técnicas para preparar al alumnado a trabajar de forma cooperativa
- - Estrategias para el trabajo en equipo como recurso para enseñar
- - - Estructuras cooperativas simples o básicas
- - - Técnicas cooperativas
- - Estrategias para conseguir el trabajo en equipo como contenido a enseñar
- - - Técnicas para desarrollar habilidades sociales cooperativas
- - - Técnicas para reforzar algunas habilidades sociales cooperativas
- - - Elementos para la organización de los equipos

PARTE 3. TÉCNICAS DE RELAJACIÓN INFANTIL

MÓDULO 1. TÉCNICAS DE RELAJACIÓN INFANTIL

UNIDAD DIDÁCTICA 1. INTRODUCCIÓN AL DESARROLLO INFANTIL

- - El desarrollo normal de la infancia
- - La lactancia vista por diferentes teóricos
- - La lateralización
- - - Para identificar la lateralidad
- - - Logrando la lateralidad
- - - Tipos de lateralidad

UNIDAD DIDÁCTICA 2. DESARROLLO INFANTIL DURANTE EL PRIMER AÑO DE EDAD

- - Desarrollo infantil del primer año del bebé
- - - El primer mes del bebé
- - - El segundo mes del bebé
- - - El bebé a los 3 meses

- - - El bebé a los 4 meses
- - - El bebé a los 5 meses
- - - El bebé a los 6 meses
- - - El bebé a los 7 meses
- - - El bebé a los 8 meses
- - - El bebé a los 9 meses
- - - El bebé a los 10 meses
- - - El bebé a los 11 meses
- - - El bebé a los 12 meses

UNIDAD DIDÁCTICA 3. DESARROLLO INFANTIL A PARTIR DEL AÑO DE EDAD

- - Etapa de 12 a 24 meses
- - Etapa de 2 a 6 años
- - Etapa de 6 a 12 años

UNIDAD DIDÁCTICA 4. LA EDUCACIÓN INFANTIL

- - Educar en los buenos hábitos y las rutinas
- - Importancia de la relación educador-niño
- - Técnicas de control de conducta en la clase
- - - La economía de fichas
- - - El principio de Premack
- - - Las estrategias paradójicas
- - - Los métodos operantes

UNIDAD DIDÁCTICA 5. INTRODUCCIÓN A LA RELAJACIÓN

- - Qué es la relajación
- - Tipos de relajación
- - - La relajación estática
- - - La relajación en movimiento
- - Importancia de la relajación
- - Beneficios de la relajación en los niños
- - Cómo enseñar al niño a relajarse
- - Previo a la relajación

- - Técnicas de relajación infantil

UNIDAD DIDÁCTICA 6. TÉCNICAS DE RELAJACIÓN SEGÚN EDAD

- - Introducción a las técnicas de relajación
- - Técnicas de relajación para la primera infancia (de 2,5 a 6 años)
- - Técnicas de relajación para la infancia (de 7 a 9 años)
- - Técnicas de relajación para la preadolescencia (de 10 a 12 años) y adolescencia a 17 años)
 - - Relajación progresiva de Jacobson
 - - Relajación pasiva
 - - Relajación autógena
 - - Respuesta de relajación

UNIDAD DIDÁCTICA 7. TÉCNICAS PARA RELAJAR

- - Momentos tranquilos: el masaje infantil
- - Relajación progresiva de los músculos
- - Relajar jugando: la mecedora, la tormenta, el reloj de sol y el universo
 - - - La mecedora
 - - - La tormenta
 - - - El reloj de sol
 - - - La tarta de cumpleaños
 - - - El universo

UNIDAD DIDÁCTICA 8. ACTITUDES PROBLEMÁTICAS EN LA INFANCIA

- - El niño inquieto
- - El niño que miente
- - El niño que explora
- - El niño que lo quiere todo aquí y ahora
- - El niño que discute
- - El niño que no quiere compartir

UNIDAD DIDÁCTICA 9. COMPORTAMIENTOS PROBLEMÁTICOS EN EL NIÑO

- - El niño que pega
- - El niño que pinta en los sitios inadecuados
- - El niño que no obedece y no sigue instrucciones

- - El niño que no ayuda en las tareas cotidianas
- - El niño que llora sin parar y actúa con rabietas o pataletas
- - El niño que dice palabrotas e insultos
- - El niño que es rebelde y respondón

UNIDAD DIDÁCTICA 10. EDUCACIÓN Y FAMILIA

- - La familia como base educativa
- - El papel de los educadores
- - Relación entre familia y educadores
- - Cómo deben corregir los padres