



# Los mandalas en la educación.



# ¿Qué son los mandalas?



Los mandalas son diagramas o representaciones esquemáticas y simbólicas del macrocosmos y el microcosmos, utilizados en el budismo y el hinduismo.







Dentro de las múltiples técnicas de relajación orientales, se encuentra la de pintar mándalas, los cuales son publicados en libros parecidos a los de los libros de colorear de los niños, donde viene el mándala sólo dibujado con líneas y el resto en blanco dispuesto para colorear.

Esta técnica de relajación no requiere ninguna disciplina ya que quien está haciéndolo lo colorea según sus gustos estéticos e imaginativos. La pueden realizar personas de cualquier edad, por los que se fortalece la creatividad.

También podemos dirigir el coloreado, indicando los colores con los que se tienen que colorear cada una de las zonas.



@LaTeacherTeach



# ¿Por qué trabajar con mandalas en preescolar?

El trabajo con mandalas es un trabajo a realizar tanto por niños y niñas como personas adultas. Los mandalas son una técnica de meditación activa que, según las edades, puede tener repercusiones y profundidades diferentes.

El trabajo con los mandalas puede contribuir a los siguientes objetivos:

- Concentrarse y/o meditar sobre temas concretos.
- Entrar en contacto con la propia esencia.
- Expresarse mejor con el mundo exterior.
- Desarrollo de la paciencia.
- Despertar de los sentidos.
- Escuchar la voz de tu intuición.



@LaTeacherTeach







Los mandalas ayudarán a la formación de la inteligencia, del razonamiento, del control y dominio del cuerpo, todo ello desde un prisma de predominio del pensamiento divergente o creativo

## Ámbito cognoscitivo

Desarrolla la Atención, Fluidez, Flexibilidad y Originalidad en las ideas del niño.

## Ámbito afectivo y social:

Desarrolla actitudes creativas frente a distintas situaciones que se le presenten.

## Ámbito psicomotor:

Favorecer que el niño se exprese de forma creativa con el uso de distintas técnicas plásticas.



# Trabajando los mandalas con niños y niñas

## INICIO

En un primer momento convendría hacer una pequeña explicación sobre los mandalas:

¿qué son?

¿Desde hace cuánto tiempo se vienen utilizando?

¿Para

qué han servido?

¿Dónde los utilizan?

Etcetera

## DESARROLLO

Posteriormente se reparten y presentan estos mandalas concretos , se propone que los niños escojan el mandala a colorear.

Se facilita las pinturas necesarias y se pide que miren a su dibujo e intenten ver con qué colores lo quieren pintar.

Se pide que los pinten lentamente y que vayan pensando qué ven en el dibujo y por qué lo pintan de ese color.

## CIERRE

Posteriormente se expondrán los dibujos en las paredes del salón y se le pedirá que cada persona explique

lo que ha visto y querido demostrar con el dibujo.

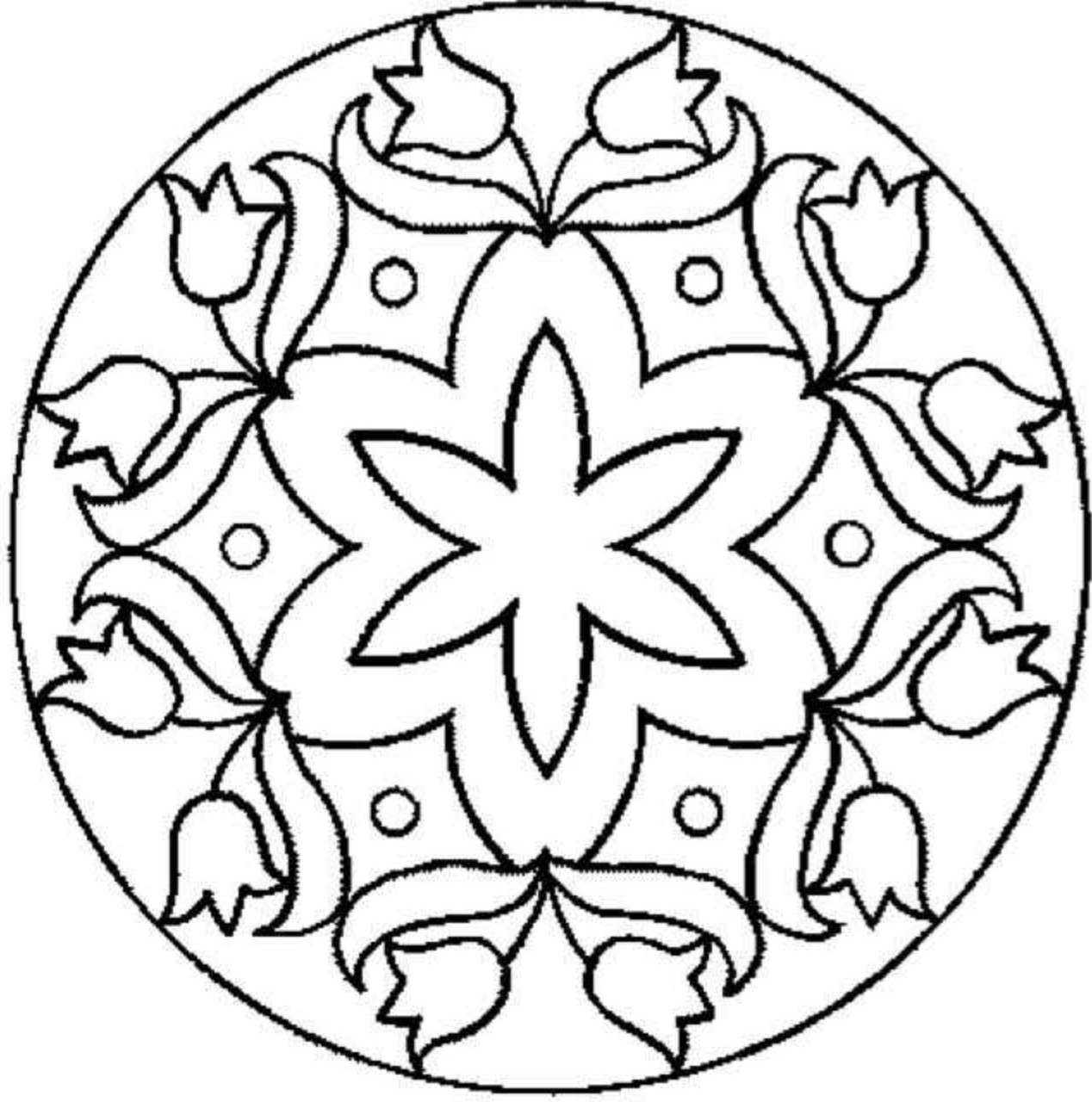
Finalmente se propone que, con todo lo presentado y hablado hasta el momento, elaboren su propio mandala.



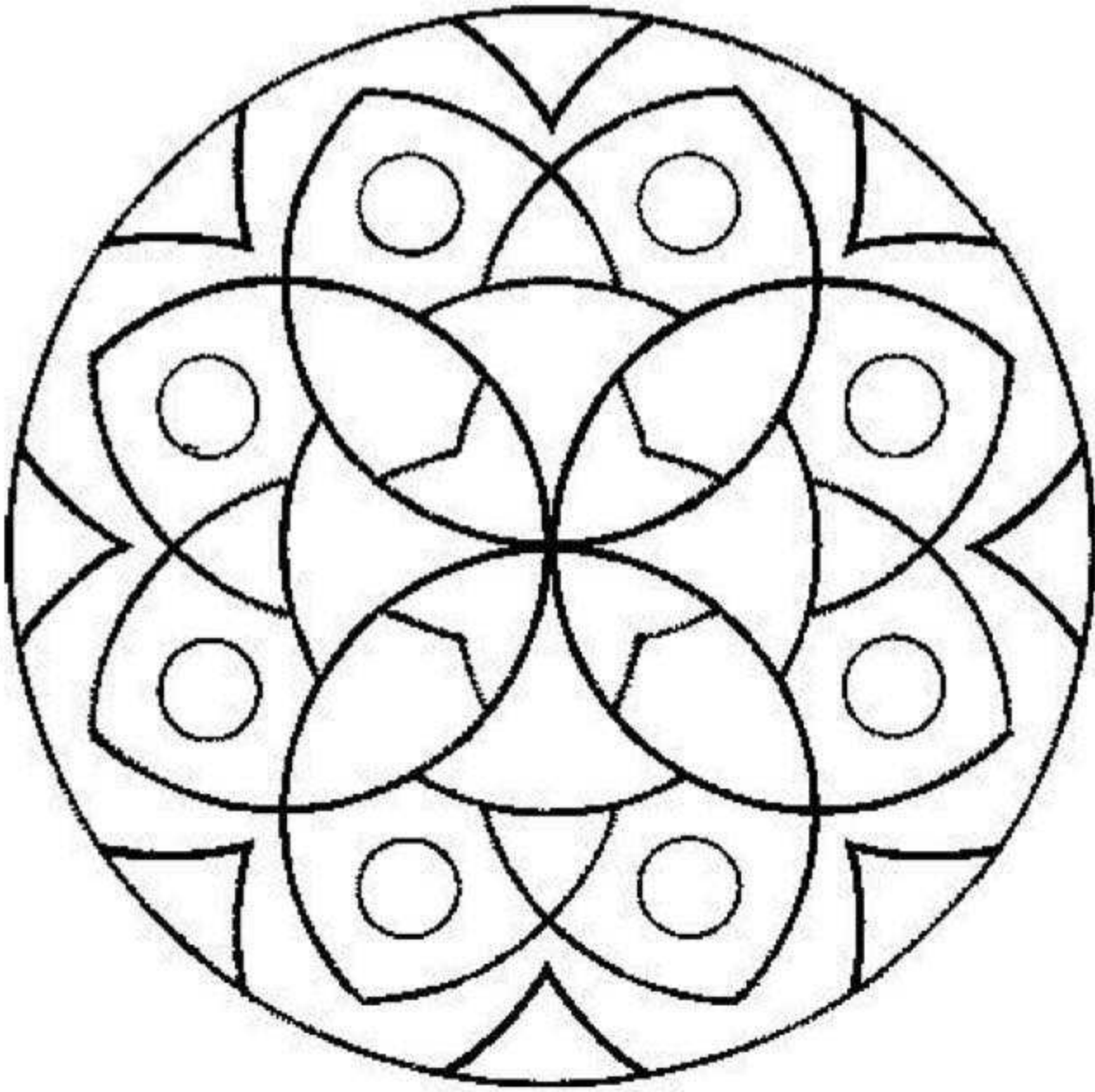
# MATERIAL PARA IMPRIMIR



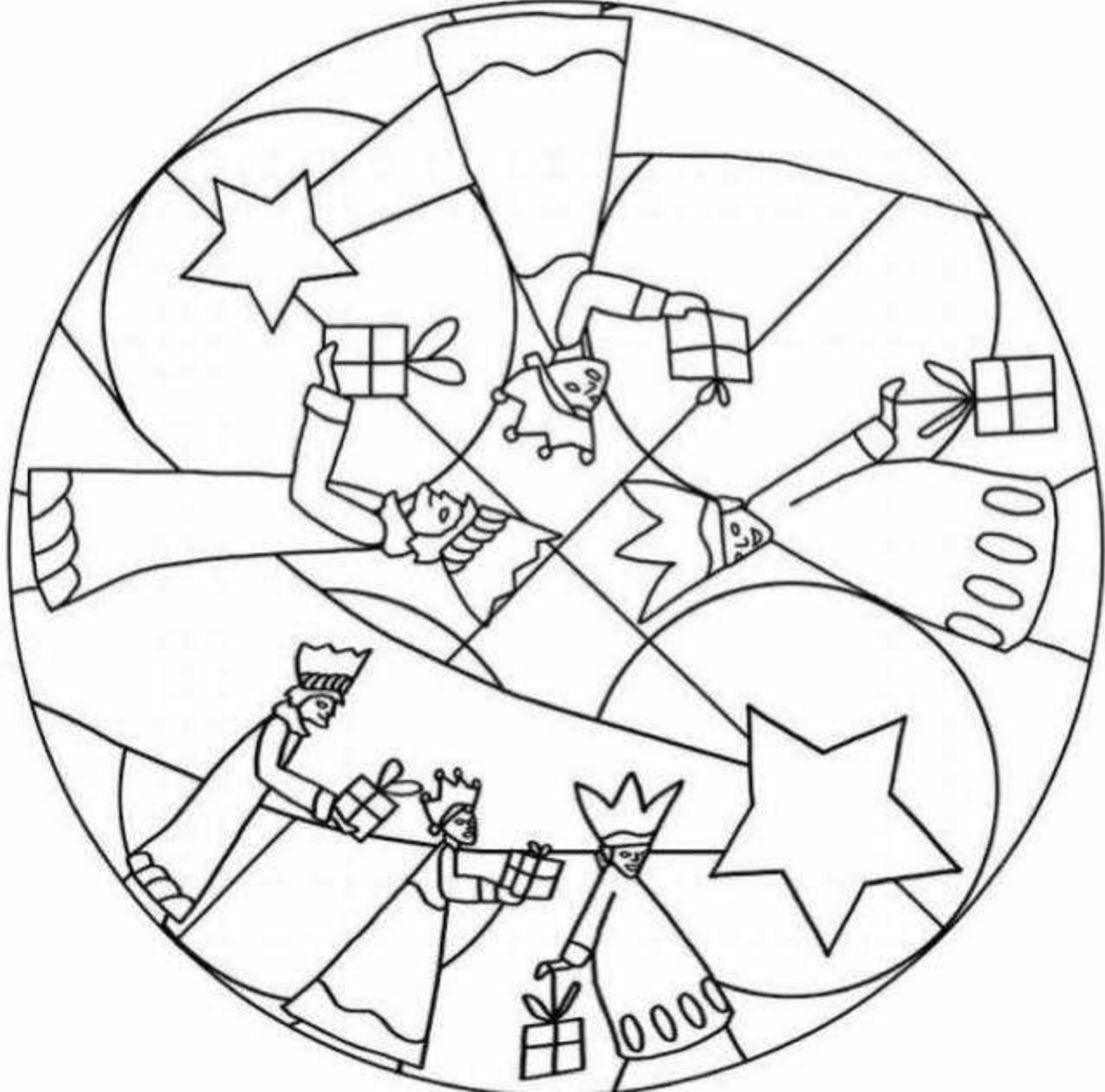
















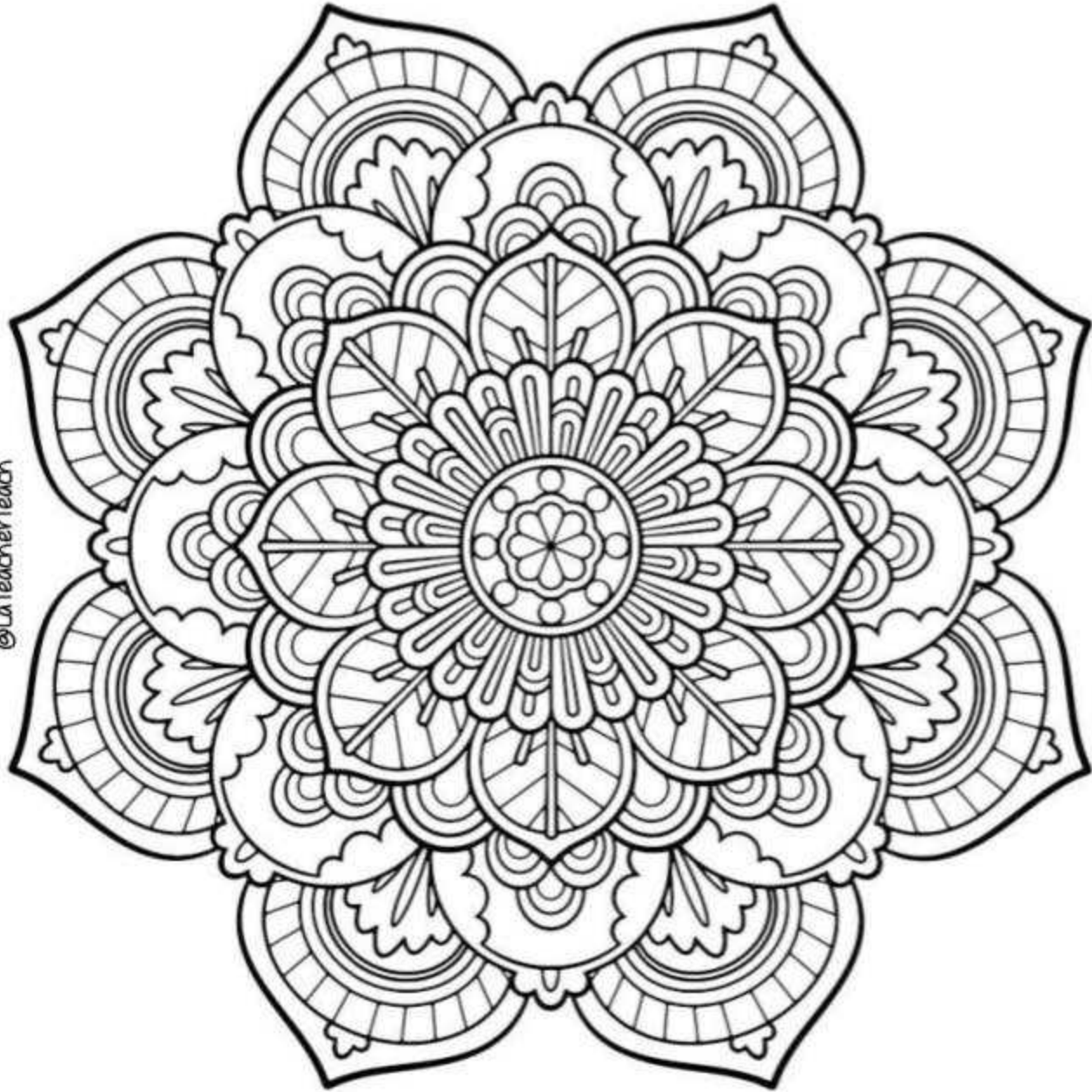
















# Los mandalas en la educación.

@LaTeacherTeach

## ¿Qué son los mandalas?



Los mandalos son diagramas o representaciones esquemáticas y simbólicas del macrocosmos y el microcosmos, utilizados en el budismo y el hinduismo.

@LaTeacherTeach

Dentro de las múltiples técnicas de relajación orientales, se encuentra la de pintar mandalos, los cuales son publicados en libros parecidos a los de los libros de colorear de los niños, donde viene el mandala sólo dibujado con líneas y el resto en blanco dispuesto para colorear.

Esta técnica de relajación no requiere ninguna disciplina ya que quien está haciéndolo lo colorea según sus gustos estéticos e imaginativos. La pueden realizar personas de cualquier edad, por lo que se fortalece la creatividad.

También podemos dirigir el coloreado, indicando los colores con los que se tienen que colorear cada una de las zonas.



@LaTeacherTeach

## ¿Por qué trabajar con mandalas en preescolar?

El trabajo con mandalas es un trabajo a realizar tanto por niños y niñas como personas adultas. Los mandalos con una técnica de meditación activa que, según los adultos, puede tener repercusiones y profundidades diferentes.

El trabajo con los mandalos puede contribuir a los siguientes objetivos:

- Concentrarse y/o meditar sobre temas concretos.
- Estar en contacto con la propia esencia.
- Experimentar mejor con el mundo exterior.
- Desarrollar la paciencia.
- Despertar de los sentidos.
- Escuchar la voz de tu intuición.



@LaTeacherTeach



Los mandalos ayudan a la formación de la inteligencia, del razonamiento, del control y dominio del cuerpo, todo ello desde un primer de predominio del pensamiento divergente o creativo.

<b>Ámbito cognoscitivo</b>	<b>Ámbito afectivo y social</b>	<b>Ámbito psicomotor</b>
Desarrolla la atención, la fuerza, la flexibilidad y la creatividad en los niños.	Desarrolla actitudes positivas frente a distintas situaciones que se le presentan.	Favorece que el niño se exprese de forma creativa con el uso de distintos recursos plásticos.

@LaTeacherTeach

## Trabajando los mandalos con niños y niñas

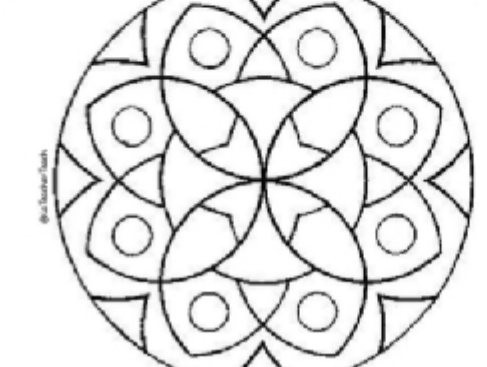
INICIO	DESARROLLO	CIERRE
En un primer momento se presentará a los niños una pequeña explicación sobre los mandalos:	Posteriormente se repartirán y presentarán a los niños los mandalos concretos, se propone que los niños elijan el mandalo a colorear.	Posteriormente se exponerán los dibujos en las paredes del salón y se le pedirá que cada persona explique lo que ha visto y querido demostrar con el dibujo. Finalmente se propone que, con todo lo presentado y hablado hasta el momento, elaboren su propio mandalo.
¿qué son?	Se facilitan las pinturas necesarias y se pide que miren a su dibujo e intenten ver con qué colores lo quieren pintar.	
¿Desde hace cuánto tiempo se vienen utilizando?	Se pide que los pinten lentamente y que vayan pensando qué ven en el dibujo y por qué lo pintan de ese color.	
¿Para qué han servido?		
¿Dónde los utilizan?		
Etcétera		

@LaTeacherTeach

## MATERIAL PARA IMPRIMIR



@LaTeacherTeach



**Agradecemos Al Autor o Autores  
De Este Excelente Material Educativo  
Visita Las Páginas**

**<http://materialeducativo.org>**

**y**

**<http://educacionprimaria.mx>**

**Las actividades, textos, imágenes, diseños y estrategias,  
que se presentan aquí pertenecen a sus respectivos dueños, nosotros no lucramos con ellos,  
los compartimos de manera gratuita y educativa.**