

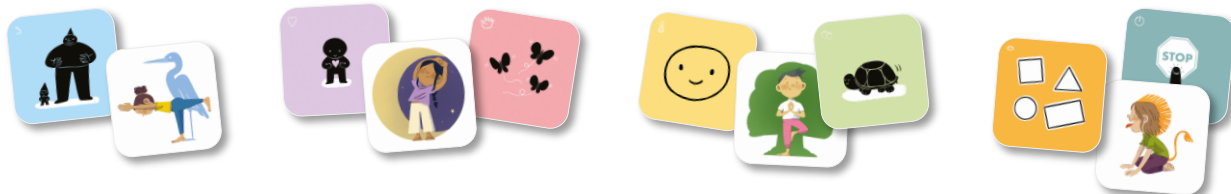
El juego del ahora para peques, un recurso lúdico, cooperativo y no competitivo con el que los niños de 3 a 9 años pueden entrenar la capacidad de **atención y concentración**, la **amabilidad** con uno mismo, la **conexión** con los demás, la **inteligencia emocional**, el respeto del propio **cuerpo** y la **autoestima**.

Es un **LIBRO**, en el que te contamos:

- ✓ La importancia de aprender a conocerse mejor desde pequeños, y las ventajas que conlleva para cuidarse mejor y ser más felices a lo largo de la vida.
- ✓ Consejos para acompañar este aprendizaje sin estrés ni exigencias.
- ✓ 72 actividades y 11 maneras de jugar con las 50 cartas que lo acompañan.

Para los distintos tipos de cartas y temas:

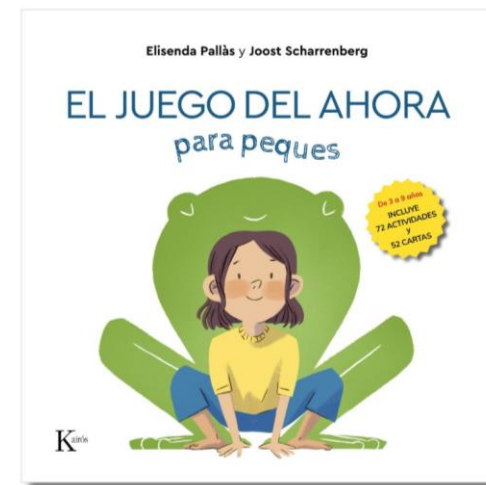
- ✓ Breve introducción teórica con sus beneficios.
- ✓ Descripción de los juegos de cada carta, con consejos para adaptarlos a los jugadores (edad, inclusividad, habilidad).
- ✓ Ideas para jugar en casa, el aula, la terapia y para llevar lo aprendido a la vida cotidiana.



Son **50 CARTAS ILUSTRADAS** para jugar a conocerse mejor:

- ✓ **22 cartas** de **consciencia corporal**, con una postura de yoga y el animal u objeto que representa sombreado atrás.
- ✓ **28 cartas** de **atención plena**, divididas en 7 temas, cada uno con un color de fondo y un pictograma distintos.

Y también es una **WEB** con **artículos, recursos y formaciones** para el entorno educativo.



Tipos de cartas y temas:

-  4 cartas de **atención**
-  4 cartas de **amabilidad**
-  4 cartas de **emociones**
-  4 cartas de **pausa**
-  4 cartas de **masajes**
-  4 cartas de **respiración**
-  4 cartas de **sentidos**
-  22 cartas de **yoga**