

EJERCICIO PARA UN NIÑO QUE TIENEN PROBLEMAS PARA CONCENTRARSE

Un ejercicio propuesto para los niños que tienen problemas para concentrarse contado por Else Göttgens - Febrero 2005

Este ejercicio fue ofrecido por Rudolf Steiner a los maestros de la primera Escuela Waldorf y fue transmitida a Else por uno de esos maestros. Fue presentado para que los maestros pudieran ayudar a los niños que tienden a ser "dispersos" o se distraen fácilmente. Un pequeño punto se dibuja en la pizarra, la altura del pecho para el niño en cuestión. El niño debe estar al final del aula con una tiza en la mano frente a la pizarra. El brazo y la mano se elevan hacia el frente con la tiza hacia la pizarra. El Niño camina rápidamente hacia adelante de modo que, sin vacilación llega a poner la tiza en contacto con el pequeño punto dibujado en la pizarra.

Esto se repite varias veces al día hasta que el efecto deseado (mejorar la capacidad de enfoque) es obtenido.

Incluso el ejercicio se puede hacer corriendo.

Actividades recomendadas:

Juego del tejo,

Justar,

Tiro con arco,

Dardos,

Juego de bolos (juegos de puntería)

Aportación de Hermelinda Delgado