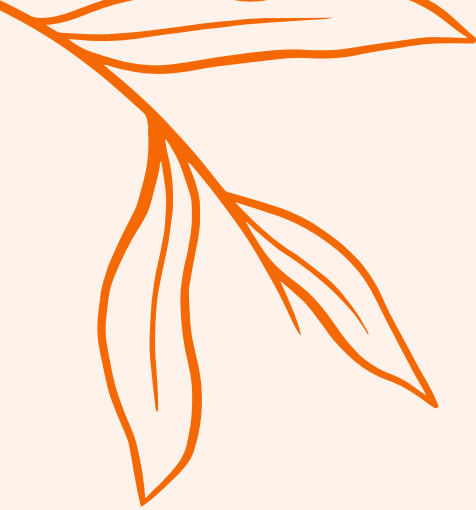




# HORIZONTE

Espacio de Formaciones Waldorf

ELEMENTOS, IMÁGENES Y REFLEXIONES SOBRE EL RITMO DEL AÑO Y

## *La mesa de estación*

Un rincón en la escuela o el hogar que  
pueda ser puente entre lo que sucede  
fuera y dentro nuestro.



CONTACTO: [HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM](mailto:HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM)

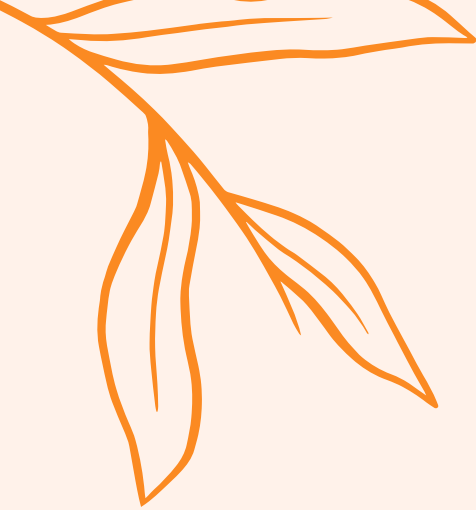


# HORIZONTE

Espacio de Formaciones Waldorf

## El ritmo

CONTACTO: [HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM](mailto:HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM)



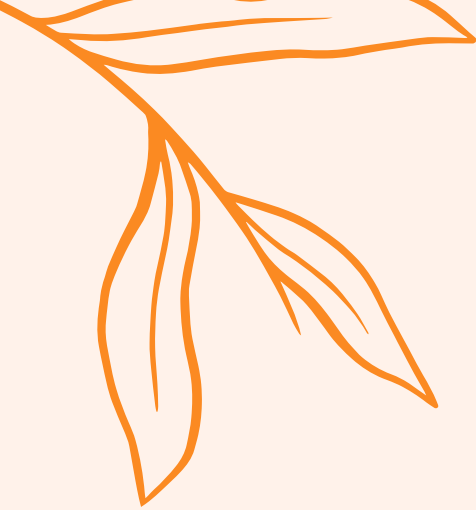
# HORIZONTE

Espacio de Formaciones Waldorf

*"... En la esencia del esfuerzo está el ritmo, esto es, alternancia entre acción y reposo. Así lo encontramos en el movimiento de las olas en el mar, y en el petrificado oleaje de las montañas; en la disposición de las ramas en el tronco y en el abrirse de las hojas; en los cristales de las piedras preciosas y en los miembros de todo animal; en el aullar del viento y el de las bestias, y en el llanto del hombre."*

**Elogio de la Palabra - Joan Maragall**

CONTACTO: [HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM](mailto:HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM)



# HORIZONTE

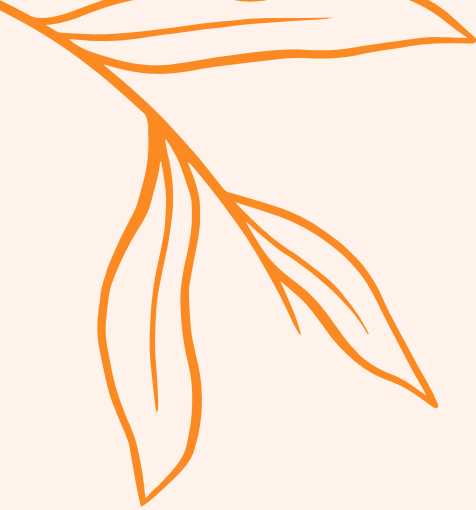
Espacio de Formaciones Waldorf

El Ritmo es un “orden acompasado”. En el Universo podemos encontrar ritmos por doquier. Basta con nombrar solo algunos, para que se nos aparezcan innumerables más: el día y la noche, las fases de la luna, las estaciones del año, los días de la semana, entre tantos otros... Y también podemos encontrarnos con el ritmo en el ser humano, como por ejemplo, el ritmo circadiano, el ritmo cardíaco, la respiración...

Pero pocas veces se habla de que podemos encontrar una misteriosa relación entre lo que sucede en el mundo y lo que sucede dentro nuestro.

Si pensamos en la Tierra como un organismo vivo, podemos ver en ella un ritmo de inhalación y de exhalación, de contracción y de expansión, de actividad y de reposo.

**CONTACTO: [HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM](mailto:HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM)**



# HORIZONTE

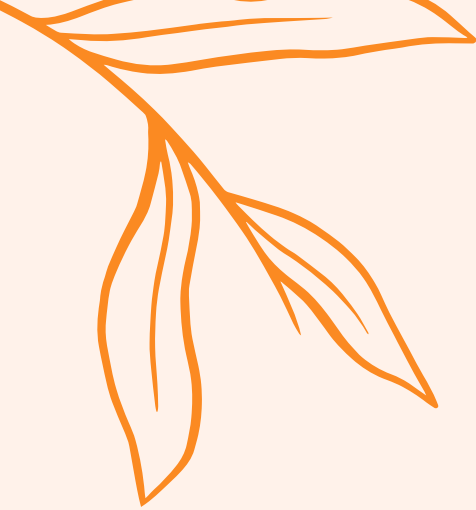
Espacio de Formaciones Waldorf

¿Y cuándo es que la Tierra está en actividad y cuándo en reposo? ¿Cuándo es que la Tierra “inhala” y cuándo es que “exhala”?

Decimos que la Tierra está en actividad cuando está trabajando en su interior. Está “despierta” dando fuerza a las raíces de las plantas y cobijo a las semillas. Es el invierno cuando la Tierra está en su máxima concentración. Durante el verano, en cambio, la tierra descansa y “exhala”, viendo la tarea finalizada. Las fuerzas están afuera, en toda la belleza exterior.

Y estos ritmos de la Tierra, que visto desde esta perspectiva, tienen similitud con los nuestros, nos afectan también en nuestra actividad o reposo. No es la misma energía que disponemos para la concentración la que tenemos bien temprano por la mañana o la que al sol del mediodía. No es igual nuestra actividad y nuestras fuerzas en invierno que en verano.

**CONTACTO: [HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM](mailto:HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM)**



# HORIZONTE

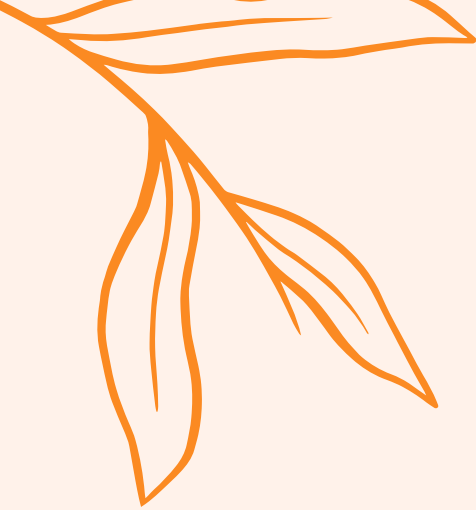
Espacio de Formaciones Waldorf

Entrar en verdadera conexión con los ritmos de la Tierra, significa que podemos tener en cuenta estas leyes naturales, no sólo para entender qué actividades son más orgánicas en cada momento, sino también para entender que siempre después de un gesto de concentración, se necesita llegar a un gesto de dispersión.

En la infancia se manifiesta muy claro... Los niños y las niñas comienzan a mostrarlo exteriormente si se pasaron de su hora de sueño o si estuvieron mucho rato sentados trabajando.

Steiner decía que uno de los principales aprendizajes de las Escuelas Waldorf era enseñar a respirar. Y esto no significa que practiquemos en el aula la respiración consciente, sino que la secuencia de propuestas que les ofrecemos es acompañada orgánicamente, es *“respirada”*.

**CONTACTO: [HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM](mailto:HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM)**



# HORIZONTE

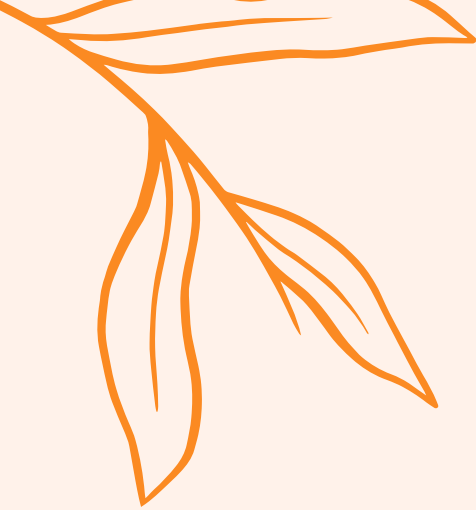
Espacio de Formaciones Waldorf

Propiciar espacios, cuentos, versos y propuestas en los que se pueda observar y comprender los ritmos de la naturaleza de forma viva, deja en la infancia un aprendizaje de gratitud y veneración para con todo lo que le rodea. Cultiva todos los sentidos, y uno por excelencia en los primeros años es el Sentido Vital.

Es el sentido del registro personal de sus necesidades fisiológicas y anímicas. Percibiendo que la Tierra tiene su vitalidad, les ayuda entonces también poco a poco a ir registrando que ellos también la tienen. Les ayuda a escucharse cuando están cansados o con energía, cuando tienen hambre o están satisfechos, cuando están a gusto o están incómodos... Es un principio base del desarrollo de la autoconciencia.

Y así también internalizan que cada cosa tiene su tiempo y su "proceso". Las semillas tardan unos días en entregar sus primeros brotes, las plantas tardan en dar flores y las hojas de otoño se transforman en tierra húmeda y abono a lo que algún día volverá a nacer.

**CONTACTO: [HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM](mailto:HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM)**



# HORIZONTE

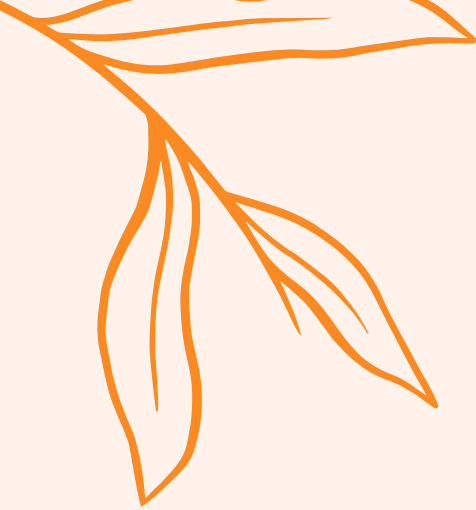
Espacio de Formaciones Waldorf

*Decía Steiner: “Se debería educar a los niños para que sientan el esplendor del atardecer y el amanecer, la belleza de una flor o la majestuosidad de una tormenta. De esta manera se fomenta el desarrollo del sentido estético en el niño.”*

Cuando podemos contemplar el entorno natural y maravillarnos de sus tesoros y regalos, el gesto que nace en nosotros, y en la infancia más aún, es de profunda gratitud. Y eso, a su vez, es mucho más significativo y valioso para el cuidado y el respeto por el entorno que cualquier clase teórica del cuidado ambiental. Es un verdadero sentido de gratitud y devoción de todo cuánto es. Que los niños y las niñas puedan vivenciar que el mundo es bueno.

Y a este gesto sobre todo le debemos prestar principal atención en los primeros 9 años de vida. Por supuesto que luego, necesita seguir estando el aprendizaje impregnado de arte y belleza, pero poco a poco va desprendiéndose ese “velo mágico”.

**CONTACTO: [HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM](mailto:HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM)**



# HORIZONTE

Espacio de Formaciones Waldorf

*"(...) debemos despertar ante todo en él (el niño) un sentimiento de gratitud hacia todo lo que acontece en el mundo, gratitud por todo aquello que los seres humanos hacen por nosotros y así mismo, por lo que nos ofrenda la naturaleza (...)*

*Si antes de los diez años hemos desenvuelto la gratitud y el amor en el niño, podemos proceder al cultivo de un verdadero sentido y comprensión del deber."*

**Rudolf Steiner**

CONTACTO: [HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM](mailto:HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM)

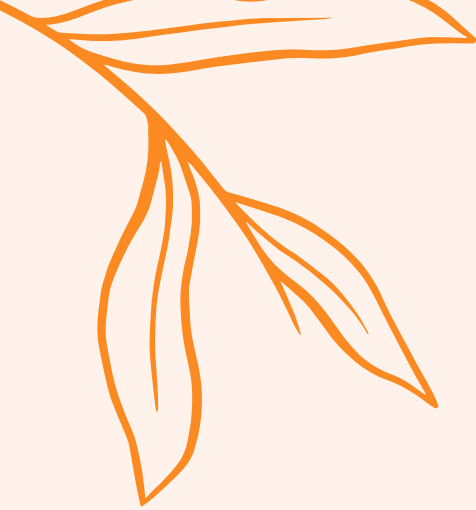


# HORIZONTE

Espacio de Formaciones Waldorf

## La mesa de estación

CONTACTO: [HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM](mailto:HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM)



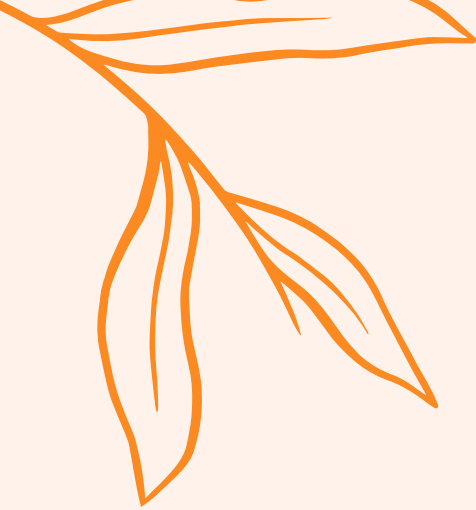
# HORIZONTE

Espacio de Formaciones Waldorf

La mesa de estación es un espacio vivo en el que podemos representar elementos, colores y objetos relacionados a la estación del año que se está atravesando. Se transforma a lo largo del año y se manifiesta de forma artística, no meramente decorativa. Ella genera un espacio para reunirse para pequeños rituales: enunciar un agradecimiento, un pedido de luz, escuchar un cuento, recitar una poesía, cantar una canción o simplemente contemplación de forma individual o grupal.

La idea es traer una representación de lo que se ve en el entorno. Por eso es importante tener en cuenta en el sitio en el que se está. ¿Qué sentido tiene representar la nieve en la mesa si en el sitio en la región en que están no nieva? En esta misma línea, si en el sitio en el que se vive no se vivencian las cuatro estaciones, se puede ir variando la mesa según las temporadas de lluvia o las floraciones o temporadas de cosechas.

**CONTACTO: [HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM](mailto:HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM)**



# HORIZONTE

Espacio de Formaciones Waldorf

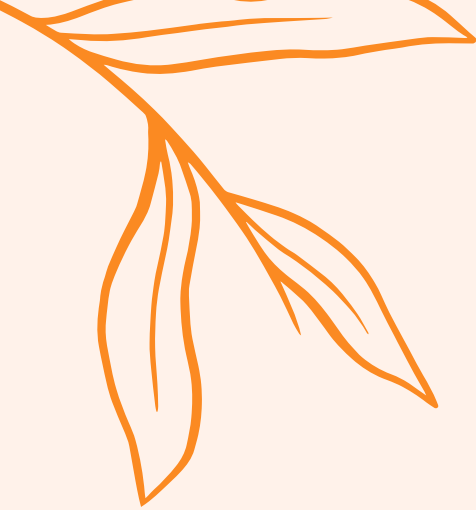
## **En resumen, ¿Para qué tener una mesa de estación?**

- Para que los niños tengan un espacio de veneración y agradecimiento.
- Para activar sus sentidos en conexión con el entorno natural.
- Para vivenciar y comprender más profundamente los procesos de la Tierra y así también los suyos propios.
- Para cultivar gestos de cuidado y respeto por el ambiente.

## **¿Y cómo lo hacemos?**

- Representando la cualidad y gesto anímico.
- Propiciando diferentes experiencias sensoriales.
- Utilizando elementos nobles y naturales.
- Utilizando postales artísticas.
- Mostrando personajes o paisajes que le caracterizan.
- Utilizando colores representativos.

**CONTACTO: [HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM](mailto:HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM)**



# HORIZONTE

Espacio de Formaciones Waldorf

## ***¿Qué elementos suele haber en una mesa?***

- Telas de colores alusivos.
- Una vela o velón y un apaga velas.
- Elementos naturales de la época como hojas, flores, frutos, ramas, piedras...
- Una postal que represente momentos de esa estación.
- Animales, seres elementales o personajes de cuentos: como la Madre Nieve, las hadas de la primavera o los gnomos de las raíces (Sobre todo cuando son más pequeños).
- También podría haber un libro de una historia para esa época.
- Si hay alguna fiesta o celebración también viene a la mesa. Por ejemplo: la liebrequita o los huevos de Pascua.

Sobre este último ítem sugerimos leer y profundizar acerca de las fiestas cristianas y su relación con el ritmo del año a autores como: Charles Kovacs, Luiza Lameirao, Sergéi Prokófiev.

**CONTACTO: [HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM](mailto:HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM)**

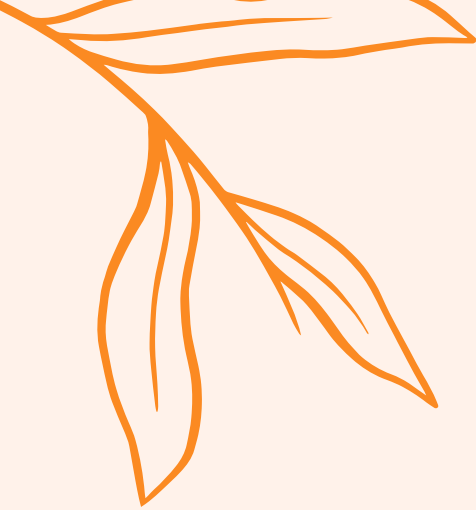


# HORIZONTE

Espacio de Formaciones Waldorf

# Invierno

CONTACTO: [HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM](mailto:HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM)



# HORIZONTE

Espacio de Formaciones Waldorf

*“Llevar luz espiritual a la noche cósmica invernal,  
aspire dichoso el impulso de mi corazón,  
para que lucientes gérmenes del alma  
en los orígenes cósmicos se arraiguen,  
y la palabra de Dios, en la oscuridad sensorial,  
resuene, glorificando todo existir”.*

**Rudolf Steiner**  
**Calendario del alma**

CONTACTO: [HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM](mailto:HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM)



La mesa se estación de Invierno, tiene una cualidad introspectiva. Todo el exterior se duerme y toma un gesto despoblado y frío. Igualmente la actividad no descansa y se concentra en las raíces de las plantas, en el interior de la Tierra.

El elemento de esta estación es la tierra. Y así como los animales hibernan para refugiarse del frío, en sincronía también nosotros estamos más conectados y “despiertos” en nuestro interior. Nosotros "vamos hacia dentro" y nos ponemos más reflexivos, conscientes y sensibles, encontrándonos con nuestra luz interior, y también con nuestras oscuridades, con nosotros mismos.

Tiempo de la Fiesta de la Luz. Tiempo de la Navidad en Hemisferio Norte: el nacimiento de un niño que será “grande” en una noche fría y le anuncia su llegada una estrella en la oscuridad.

**CONTACTO: [HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM](mailto:HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM)**



# HORIZONTE

Espacio de Formaciones Waldorf

Los colores del invierno son los colores fríos, como el azul profundo, representando la oscuridad de las noches largas. Los marrones para la tierra o los blancos si hay nevadas o heladas también podrían estar. Como ideas representativas podemos colocar una cueva con cristales preciosos, unas ramitas peladas, hojas o frutos de coníferas y algún ser representando al invierno (sobre todo cuando son más pequeños).



CONTACTO: [HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM](mailto:HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM)



**HORIZONTE**

Espacio de Formaciones Waldorf

## **Canción para Invierno**

Llega el Invierno  
Ya la escarcha cubre los senderos  
Crujen los leños  
Y las chispas vuelven a bailar

Llega el invierno  
Ya la nieve cubre las montañas  
Y entre los prados  
Abrigados queremos estar



**CONTACTO: [HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM](mailto:HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM)**

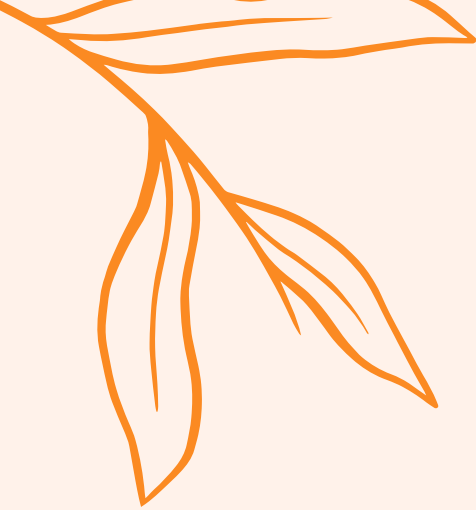


# HORIZONTE

Espacio de Formaciones Waldorf

# Primavera

CONTACTO: [HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM](mailto:HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM)



# HORIZONTE

Espacio de Formaciones Waldorf

*“Cuando de las vastedades del mundo  
el sol habla al sentido del hombre,  
y júbilo de profundidades del alma  
a la luz se une el contemplar,  
pensamientos migran desde la mismidad  
hacia las lejanías del espacio,  
y sordamente unen al ser del hombre al estar del  
espíritu”.*

**Rudolf Steiner**  
**Calendario del alma**

CONTACTO: [HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM](mailto:HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM)



En la Primavera poco a poco todo comienza a brotar y renacer. La tierra comienza a exhalar y ofrecer el florecer de tan intenso trabajo. Se despiertan los animales que se habían refugiado y nace nueva vida. Solemos ver en el entorno colores frescos, en la que predomina el verde: color de los nuevos brotes, del fluir como el movimiento del agua.

En el Hemisferio Norte, se celebra en esta época, la Pascua. Lo que parecía muerto, resucitó. Lo divino se entrega a la Tierra y esta comienza a reverdecer. Renace la esperanza y la alegría.

La primavera es una época en la que comenzamos a estar más “hacia afuera”, un poco más dispersos, alborotados o enamoradizos. Queremos ir hacia el encuentro de otros. Ya no tenemos la necesidad de estar tan “concentrados”. Como si nos dejásemos fluir más, como el agua que cae de la montaña y recorre los campos al calor del sol.

**CONTACTO: [HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM](mailto:HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM)**



En la mesa de primavera puede haber: flores frescas, maripositas de papel o lana, un nido con huevitos, pajaritos, y prados verdes llenos de frescura.

El manto que recurre la superficie es verde como los campos brotados, pero todo se rodea de mucho color. Las hadas, que trabajan entre las flores, suelen ser las protagonistas de esta mesa de estación.



CONTACTO: [HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM](mailto:HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM)



# HORIZONTE

Espacio de Formaciones Waldorf



## Canción para Primavera

Semillita que en la tierra  
Has dormido buena siesta  
Hora es que te levantes  
Con tus fuerzas bien dispuestas

Allá arriba se oyen trinos  
Que le cantan a la vida  
Y son muchos pichoncitos  
Aguardando por comida

Mariposa, abejita  
Pon tus alas a volar  
Mira que los tiernos brotes  
Muy prontito nacerán



CONTACTO: [HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM](mailto:HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM)

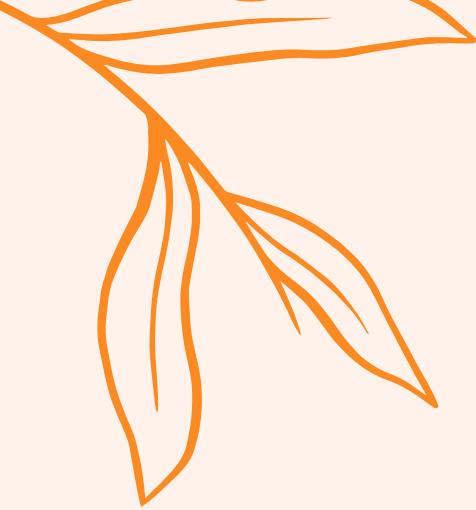


# HORIZONTE

Espacio de Formaciones Waldorf

# Verano

CONTACTO: [HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM](mailto:HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM)



# HORIZONTE

Espacio de Formaciones Waldorf

*“De ti depende en esta hora solar  
reconocer la sabia noticia:  
entregado a la belleza del mundo,  
sintiéndote a ti mismo vivenciar:  
el yo humano puede perderse  
y a sí mismo encontrarse en el yo universal”.*

**Rudolf Steiner**  
**Calendario del alma**

CONTACTO: [HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM](mailto:HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM)



El elemento del verano es la luz, el aire es liviano y cálido. Depende en qué sitio vivamos, pero en general podemos sentirnos un poco encandilados, que no cuesta hacer foco, dispersos y volátiles en pensamientos. Perdidos en el entorno sensorial.

Tiempo de descanso, de entrega. De gratitud por la cosecha. El desafío en esta época es perderse y volverse a encontrar en con el Yo universal. Arduo trabajo para el Hemisferio Sur que celebra la Navidad en esta época.

El color que nos ayuda a representar esto es el Amarillo en sus gamas e intensidades, como el dorado del trigo en los campos. Podemos contrarrestar en la mesa con un pequeño estanque que refresque, como lo hacemos nosotros en verano queriendo un poco de agua, lago o mar.

**CONTACTO: [HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM](mailto:HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM)**



Como elementos puede haber flores amarillas o hierbas secas, como el trigo, el girasol o las plantitas silvestres del campo.

Las abejas están muy presentes en esta época. Laboriosas incansables fundamentales en la vida humana, que nos acercan el sol en el alimento y la floración.



CONTACTO: [HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM](mailto:HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM)



# HORIZONTE

Espacio de Formaciones Waldorf



## Canción para Verano

Zen, zen, zen

Abejita ven.

Ve de flor en florecita

Trae la miel a la casita.

Zen, zen, zen

Abejita zen.



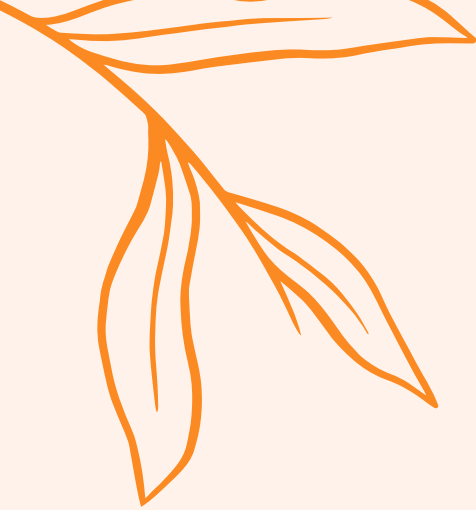


# HORIZONTE

Espacio de Formaciones Waldorf

Otoño

CONTACTO: [HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM](mailto:HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM)



# HORIZONTE

Espacio de Formaciones Waldorf

*“A penetrar en las honduras de mi ser:  
me incita un anhelo intuitivo  
de que, observándome,  
me encuentre a mi mismo  
como don solar del estío que,  
emanando calor,  
vive germinal en el ánimo de otoño  
como impulso dinámico del alma”.*

**Rudolf Steiner**  
**Calendario del alma**

CONTACTO: [HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM](mailto:HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM)



En Otoño inicia el camino nuevamente hacia el interior. La naturaleza poco a poco empieza a perder su “esplendor”, aunque los colores de las hojas mientras van perdiendo su frescura, dejan un aire de belleza especial.

Tiempo de cosecha de frutos rojos o secos, como las castañas en algunos sitios. Tiempo de pedir valor para la oscuridad que se avecina. Tiempo de ir encendiendo nuestro Farol, que en las Escuelas Waldorf vamos preparando con mucho amor.

En Hemisferio Norte en esta época celebra al inicio la Fiesta de San Micael o San Jorge, que representa al valor y el coraje venciendo al temido dragón.

En Hemisferio Sur esta época coincide con la Celebración de la Pascua. *“Cuando todo comienza a caer, algo quiere renacer”.*

**CONTACTO: [HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM](mailto:HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM)**



La mesa de estación de esta época se tiñe de colores cálidos y secos, en los que predomina el rojo, como el fuego que nos abriga e ilumina cuando todo empieza a enfriarse y oscurecerse.

Tiempo de frutos secos, de hojas de colores, de gnomos laboriosos. Tiempo de preparar y encender el farol.

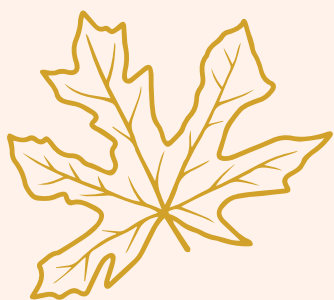


CONTACTO: [HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM](mailto:HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM)



# HORIZONTE

Espacio de Formaciones Waldorf



## Canción para Otoño

Hojitas de oro  
Que el viento sopló  
Corren por el bosque  
Corren como yo

Dejaron desnudo  
Al amigo árbol  
Las primeras lluvias  
Vendrán a bañarlo

Ay pero que frío  
Tendrá el pobrecito  
Mejor estaría  
Bien abrigadito





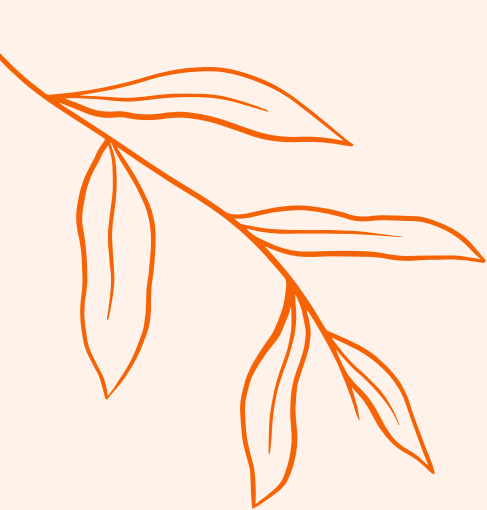
**HORIZONTE**

Espacio de Formaciones Waldorf

# Propuestas Artísticas



CONTACTO: [HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM](mailto:HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM)



# HORIZONTE

Espacio de Formaciones Waldorf

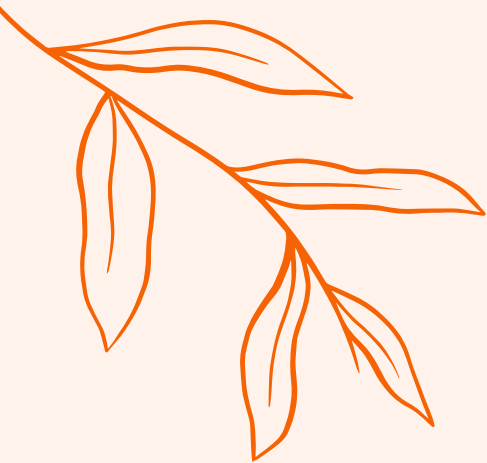
## Mandala de flores u hojas de otoño

Es una actividad que busca potenciar la cualidad de la observación, admiración por lo bello que vive en los niños del sentir pero llevándolos desde la voluntad.

El círculo del mandala va desde el centro en gesto de expansión.



CONTACTO: [HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM](mailto:HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM)



# HORIZONTE

Espacio de Formaciones Waldorf

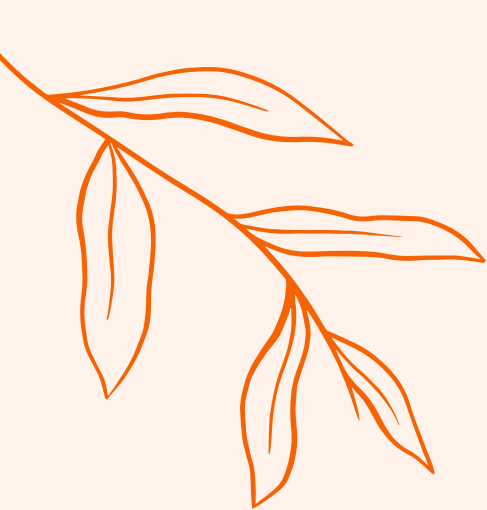
## Mandala de flores u hojas de otoño

### **Materiales:**

Una hoja blanca,  
pastas de colores para pintar un fondo en la  
hoja, tijera, pegamento, hilo para colgarlo y  
hojas de otoño o flores de estación.



CONTACTO: [HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM](mailto:HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM)



**HORIZONTE**

Espacio de Formaciones Waldorf

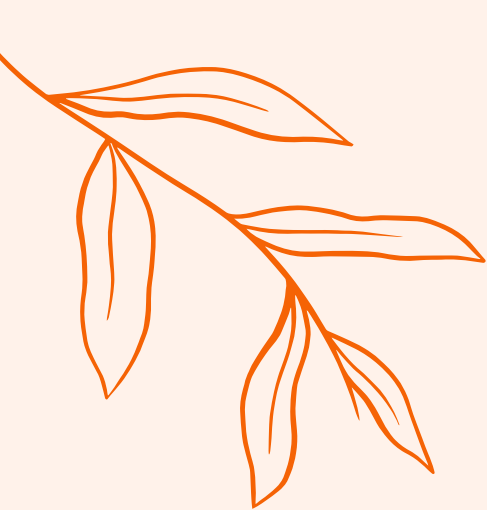
## Estrella plegada en origami (También puede ser el sol en verano)

Esta es una actividad para niños a partir de los 6 o 7 años con ayuda. Sin embargo, con niños m,ás pequeños es bonito que nos vean hacerla y poder dejarla en la sala/aula o habitación.

La transparencia es una linda experiencia del color y el amarillo transmite alegría y vivificación.



CONTACTO: [HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM](mailto:HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM)



**HORIZONTE**

Espacio de Formaciones Waldorf

## Estrella plegada en origami (También puede ser el sol en verano)

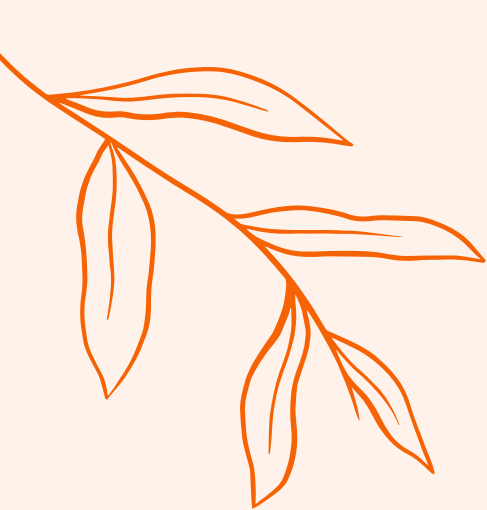
### **Materiales:**

Papel celofán o “ barrilete” de color amarillo o dorado,  
tijeras, regla, pegamento en barra y cinta scotch.



Para comenzar, recortamos 8  
rectángulos iguales de  
aproximadamente 8cm de largo  
por 4cm de ancho.

**CONTACTO: [HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM](mailto:HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM)**



# HORIZONTE

Espacio de Formaciones Waldorf

## Estrella plegada en origami (También puede ser el sol en verano)

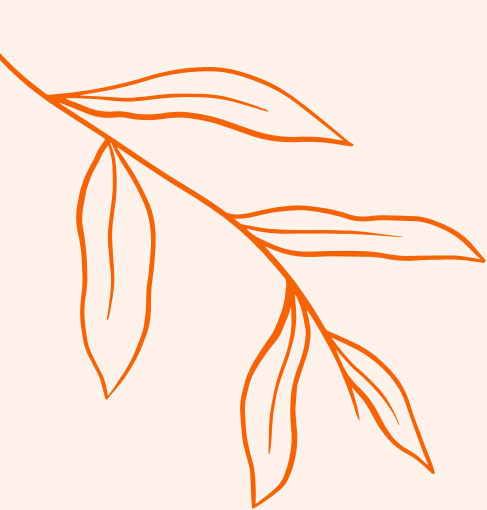


Plegamos las puntas de un extremo hasta que se junten en el centro formando dos triángulos.



Volvemos a plegar nuevamente por encima de los triángulos echos, logrando unos mas alargados. Intentamos que queden lo más iguales posibles. Es importante que aún no utilicemos pegamento por si queremos hacer alguna corrección.

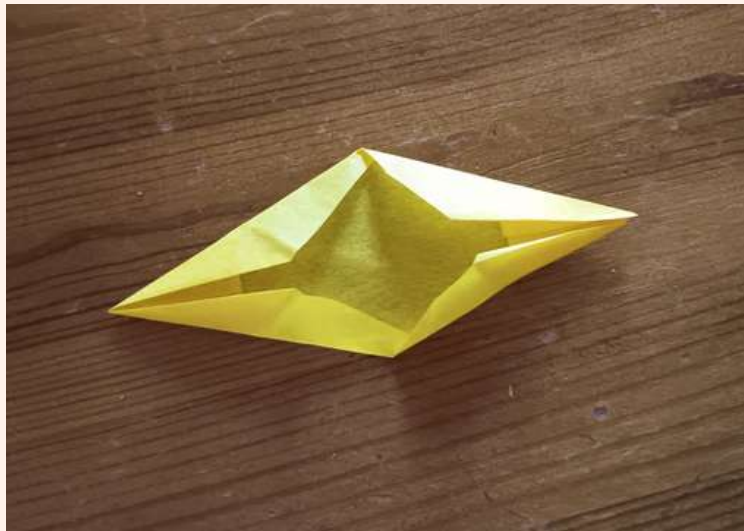
CONTACTO: [HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM](mailto:HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM)



# HORIZONTE

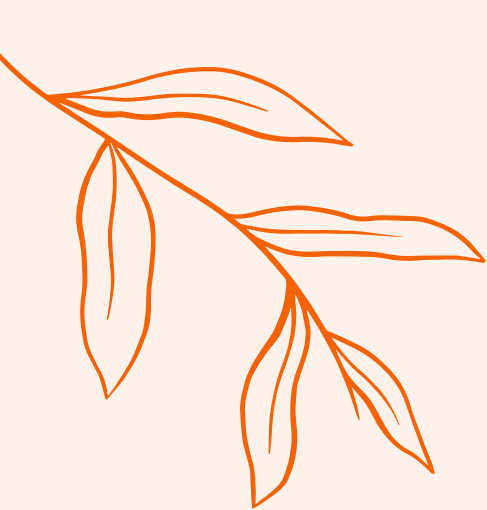
Espacio de Formaciones Waldorf

## Estrella plegada en origami (También puede ser el sol en verano)



Plegamos la otra parte del rectángulo como en el primer y segundo paso.  
Repetimos este procedimiento con los 8 rectángulos

CONTACTO: [HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM](mailto:HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM)



**HORIZONTE**

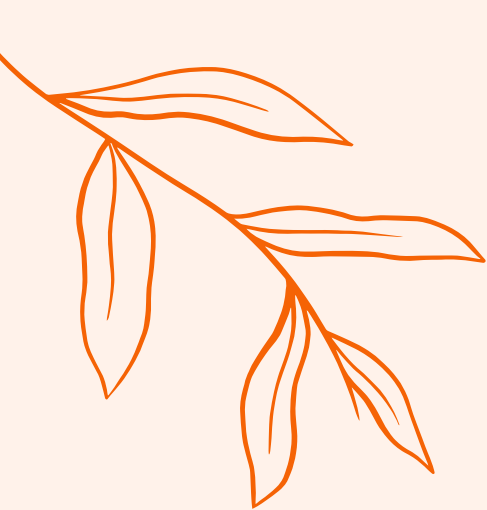
Espacio de Formaciones Waldorf

## Estrella plegada en origami (También puede ser el sol en verano)



Cuando tenemos las 8 puntas de la flor realizada, la montamos y comparamos para ver si queremos hacer alguna corrección. Luego pegamos los pliegues de cada una en su interior.

**CONTACTO: [HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM](mailto:HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM)**



# HORIZONTE

Espacio de Formaciones Waldorf

## Estrella plegada en origami (También puede ser el sol en verano)

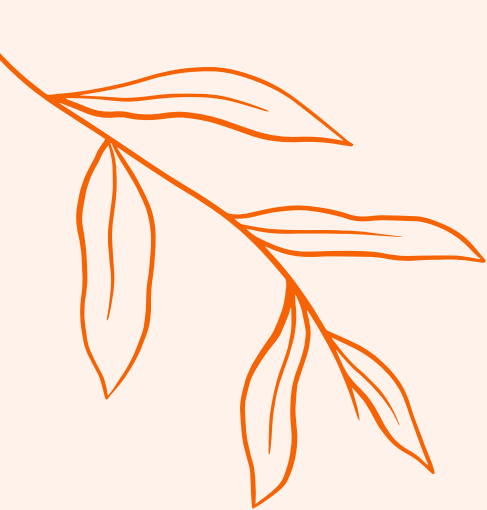


Superponemos muy poquito los laterales de cada punta para juntarlas y repetimos el procedimiento para tener las 8 puntas de la flor.



Colocamos en el vidrio o cristal de la ventana dejando ver su transparencia con muy pocos rollitos de cinta scotch.

CONTACTO: [HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM](mailto:HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM)



## Velita de cera

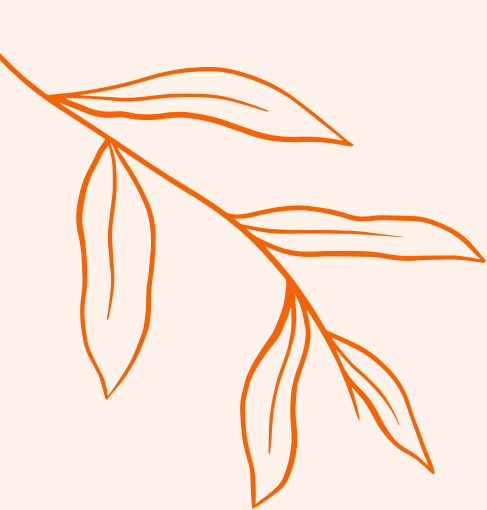
La cera de abejas es un material noble ,bueno y tiene un aroma súper especial.



### **Materiales:**

Una plancha de cera de abejas marcada, una tijera y un hilo de algodón para el papilo, este puede ser encerado y así dura mas al quemar.

**CONTACTO: [HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM](mailto:HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM)**



# HORIZONTE

Espacio de Formaciones Waldorf

## Velita de cera

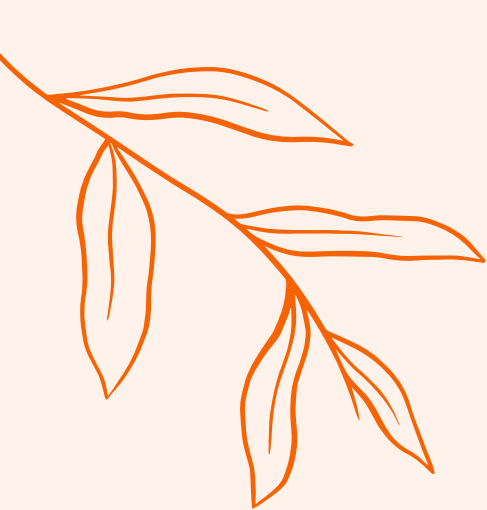


Recortamos la plancha y el hilo. este modelo es de aproximadamente 12 cm de alto y 22 cm de largo. el hilo tiene 14 cm de largo.



Comenzamos a enrollar la cera sobre el hilo, apretando mucho sobre todo en la primera parte.

CONTACTO: [HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM](mailto:HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM)



# HORIZONTE

Espacio de Formaciones Waldorf

## Velita de cera

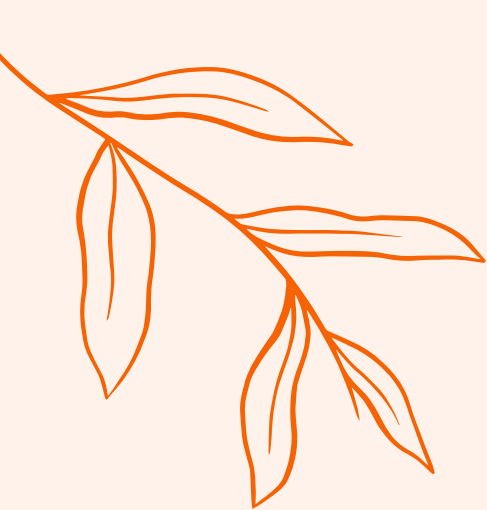


Continuamos enrollando poco a poco teniendo mucho cuidado con que no se quiebre la cera y no quede mucho aire entre capa y capa.



Ya tenemos nuestra velita. Nos puede acompañar en la mesita de estación y encenderla cada vez que contamos un cuento. Puede venir acompañada la dinámica de un "pedido de luz" o un agradecimiento.

CONTACTO: [HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM](mailto:HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM)



# HORIZONTE

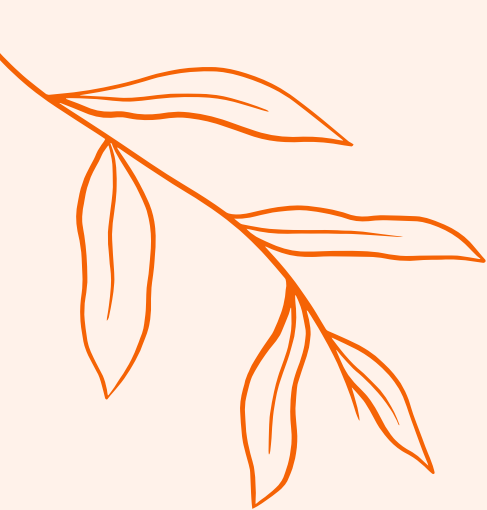
Espacio de Formaciones Waldorf

## Enanito cosido



Hacer labores simples que les provoque un desafío motriz es muy bueno para su desarrollo y para encontrarse con nuevas situaciones de superación y de encuentro con pequeñas frustraciones. Esta es una versión sencilla de enanitos que los niños y las niñas pueden hacer desde pequeños (aproximadamente 4 años) y que luego pueden armar el cuento de mesa. Se trata vivenciar procesos para crear nuevos elementos de narración y juego. No buscamos la perfección ni el detalle.

**CONTACTO: [HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM](mailto:HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM)**



**HORIZONTE**

Espacio de Formaciones Waldorf

## Enanito cosido

### **Materiales:**

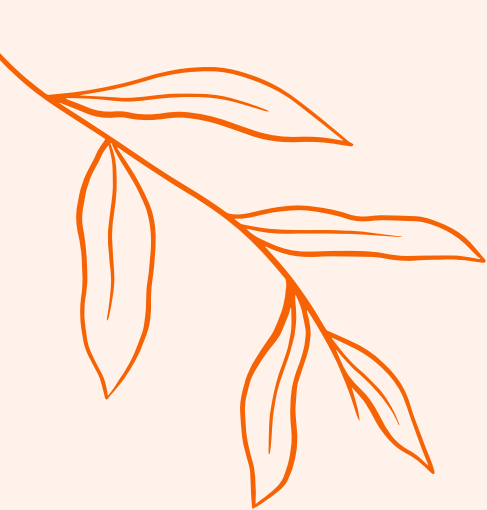
Necesitamos tela (idealmente fieltro), vellón de lana o algodón, tijeras, hilo y aguja.

Este es el molde que utilizaremos:



Medidas aproximadas: 7 cm de largo por 7 cm de alto. la parte triangular aproximadamente 3cm y a los costaditos del triángulo son aproximadamente 0,3 cm.

**CONTACTO: [HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM](mailto:HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM)**



# HORIZONTE

Espacio de Formaciones Waldorf

## Enanito cosido

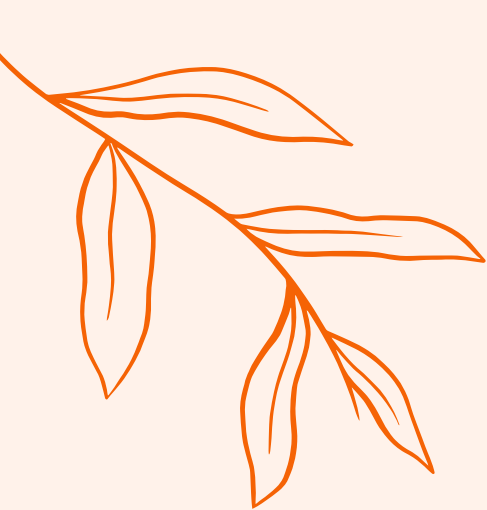
Comenzaremos a coser con punto enlazado, aunque puede ser cualquiera sencillo que quede bien sujeto para el niño. Es bonito un color que haga contraste.



Es importante decirles a los niños/as hasta donde coser.  
En este caso, solo la parte recta.

El punto de costura se trata de pasar la aguja por la  
"ventanita" de costura antes de cerrar.

**CONTACTO: [HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM](mailto:HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM)**



**HORIZONTE**

Espacio de Formaciones Waldorf

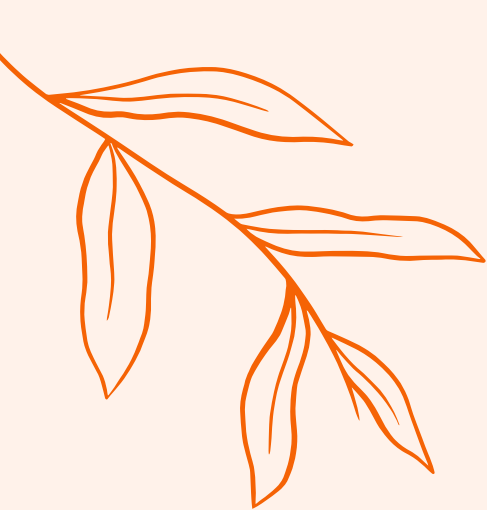
## Enanito cosido

Cuando ya este cosido pasamos a rellenar con vellón de lana sin cardar o algodón.



No importa que esté terminado de coser pero es más fácil el orificio para meter el relleno para ellos. Es importante ingresar de a trocitos.

**CONTACTO: [HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM](mailto:HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM)**



# HORIZONTE

Espacio de Formaciones Waldorf

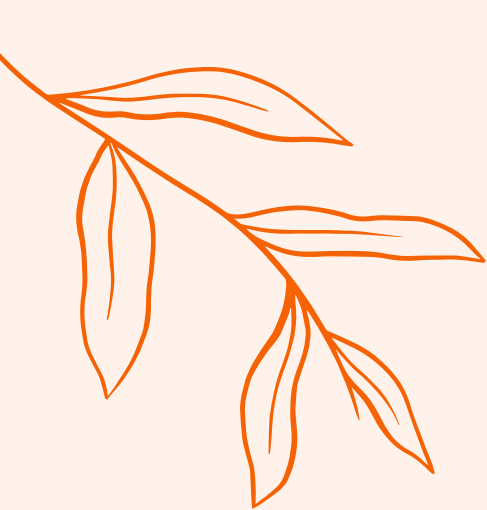
## Enanito cosido

Ahora pasaremos a coser el gorrito... Podemos esconder una puntada larga por dentro o recortar y volver a comenzar.



Para terminar podemos sacar un poquito del relleno como mechoncito de barba y ya está listo para la mesita o para jugar.

CONTACTO: [HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM](mailto:HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM)



# HORIZONTE

Espacio de Formaciones Waldorf

## **Escrito por:**

Verónica Verbrugghe

## **Compaginado por:**

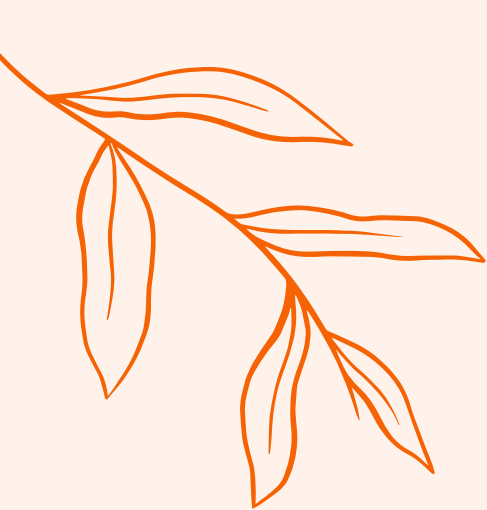
Verónica Verbrugghe y Guadalupe Tazedjian

## **Bibliografía:**

- Calendario del Alma - Rudolf Steiner.
- El trasfondo espiritual de las fiestas cristianas - Charles Kovacs.
- A lo largo del año - Luiza Lameirao.
- Navidad, Pascua, San Juan y Micael - Rudolf Steiner.



CONTACTO: [HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM](mailto:HORIZONTE.FORMACIONESWALDORF@GMAIL.COM)



# HORIZONTE

Espacio de Formaciones Waldorf

Seguinos en Instagram  
@horizonteformacioneswaldorf  
o escribinos a  
horizonte.formacioneswaldorf@gmail.com  
para conocer nuestros talleres y ciclos  
formativos.

