

TÉCNICA S.T.O.P.

S.T.O.P.



S Detente un momento.



T Toma conciencia de tu respiración.



O Observa tus pensamientos y emociones.



P Proceder con calma.





TÉCNICA S.T.O.P.

S.T.O.P.



S Detente un momento.



T Toma conciencia de tu respiración.

O Observa tus pensamientos y emociones.



P-Procede con calma.

Más recursos educativos en cristic.com

En [cristic.com](https://www.cristic.com) dispones de recursos para toda la comunidad educativa: niños, docentes y familias.



Niños y niñas. **Juegos educativos online**

Para los niños, cristic ofrece un espacio seguro con más de 800 **juegos educativos online** para que los niños de 3 a 12 años (Infantil y Primaria) puedan **aprender jugando**. Sin publicidad, gratuito y sin necesidad de registrarse. Los juegos están ordenados y clasificados por curso, asignatura y temática.



Docentes. **Recursos educativos**

Para los docentes, cristic ofrece además un apartado con **material educativo**, herramientas didácticas, recursos TIC, disciplina positiva, reflexiones e ideas para implementar en el aula.



Familias. **Crianza respetuosa**

Para las familias, cristic dispone de información y recursos para una **crianza consciente y respetuosa**, mejora del clima familiar, herramientas para educar en calma, así como bienestar digital y uso responsable y seguro de las pantallas en familia.

[@recursosparaprofesores](https://www.cristic.com)

www.cristic.com

CONTACTO

Cristina Carbonell Valls

