Creación de la imagen de una playa

Lea en voz alta este texto a sus alumnos, de manera lenta y tranquila antes empezar con el PowerPoint de la clase. Pida a los alumnos que cierren los ojos y los mantengan cerrados durante toda la lectura, para que puedan imaginar verdaderamente que están en la costa.

Sonidos de Ruby Beach:
https://www.youtube.com/watch?v=e3Bs7AbzOQw&ab_channel=NomadicAmbience

Cierren los ojos y respiren profundamente, dejando que el aire entre y salga. Respiren con calma y tranquilidad, inhalando y exhalando. Sientan como el cuerpo se relaja al respirar despacio y profundamente.

Si ya han estado en la playa, recuerden cómo era e imagínenla. Si no han estado en la playa, piensen en playas que hayan visto en la televisión o en Internet, o piensen en otros cuerpos de agua que conozcan, como lagos o ríos. Cualquiera sea el agua que se imaginen, piensen cómo se ve donde se junta con la tierra.

Es posible que el agua se mueva mucho y forme olas que, al romper, hagan mucho ruido, o es posible que el agua esté tranquila y quieta. Si las olas no son muy ruidosas, ¿qué otra cosa podrían escuchar? ¿Quizás el trinar de los pájaros o el graznido de las gaviotas? Si se imaginan un lago o un río, quizá escuchen el zumbido de los insectos en el pasto. Imaginen que el sol brilla y que el calor les acaricia la cara y los brazos; todo tu cuerpo disfruta del sol. Sigan respirando despacio y profundamente; disfruten del calor que recorre todo su cuerpo.

Imaginen cómo huele el aire que rodea el agua, si están en la playa, puede oler a sal, pero, si están en un lago o río, podrían sentir un olor fresco y estimulante. Noten la tranquilidad que sienten en el cuerpo y lo agradable que es imaginar un ecosistema costero.

Cuando estén listos, abran los ojos lentamente y regresen al aula con una última respiración profunda.

Si el tiempo lo permite, invite a los alumnos a que compartan qué playa o ecosistema acuático imaginaron.