

Actividad:

BOTELLA DE LA CALMA

OBJETIVOS

- Mejora la motricidad fina y concentración
- Aprender a controlar sus emociones
- Desarrollar la creatividad

DURACIÓN

Entre 30 y 40 minutos aproximadamente

EDAD ADECUADA

Actividad orientada para niñ@s entre 6 y 9 años

MATERIAL

- Botella de plástico
- Glicerina (se puede comprar en cualquier farmacia)
- Agua
- Objetos para decorar la botella
- Purpurina
- Colorante
- Un embudo

DESARROLLO

¡Hola de nuevo!

Hoy os traigo una actividad muy chula. Vamos a aprender a hacer de manera muy fácil **¡botellas de la calma!** Es una botella de agua que contiene esencialmente purpurina y funciona muy bien para ayudarnos a calmarnos, para ello, deberás mirar el frasco y esperar a que se detenga. Aprenderemos a controlar nuestras emociones. ¿Empezamos?

PASO 1: Coge una botella de plástico vacía y échale las cosas para decorar que quieras. Elige según tu gusto y preferencia. No la llenes mucho e intenta meter pocas cosas y variadas. Las bolas de fieltro de diferentes colores y tamaños quedan muy bien. Puedes añadir abalorios de joyería pequeños o bolitas de plástico, botones...lo que quieras o lo que tengas en casa, pero que no pese mucho ni se deshaga porque puede ensuciar el agua y quedar oscura. Llena más o menos dos dedos, un par de centímetros máximo. Algo que también queda muy bien, son las bolitas de gel para plantas, que al sumergirse en agua se hacen grandes y son agradables al tacto. Deben ser las no tóxicas. En este caso, lo chulo es llenar la botella de bolas de gel o sino otra opción es poner unas pocas dentro de la botella con otros materiales decorativos. Es tu decisión, recuerda que yo solo te doy ideas diferentes.



PASO 2: Una vez dentro los materiales, es momento de meter la glicerina. Y aquí está lo complicado. La glicerina hace que las cosas floten luego en el agua, pero depende de la cantidad tanto de glicerina como de materiales, la densidad variará. Por eso, no hay forma de decirnos cuál sería la cantidad correcta, pero poner 1 dedo de glicerina como máximo y si al añadir el agua ves que no flotan los materiales, añade un poquito más.

PASO 3: Después, en un recipiente aparte, mete agua suficiente para llenar la botella. Si tienes agua destilada mejor porque el agua mineral con el tiempo puede crear hongos, peor si no tienes no pasa nada. Ahora añade una gota del colorante que quieras. Te digo una gota porque para tan poca agua una gota casi es suficiente, ¡ya lo verás! Mézclalo y verás como el agua cambia de color. Podéis aprovechar para trabajar los colores y sus mezclas si vais a añadir más de un color.

PASO 4: Con el agua coloreada, llena la botella de la calma con ayuda del embudo. Llénela hasta arriba, dejando solo un poco de espacio para añadir la purpurina. Para la purpurina, no hay cantidad “correcta”, pero si pones una capa que cubra el agua quedará bien.



PASO 5: Con todos los materiales, glicerina y purpurina dentro de la botella, deberías tener el líquido a punto de salir. Si no es así, mete más agua. Tiene que quedar al límite.

PASO 6: ¡Ya casi lo tienes! Pon el tapón y mezcla, agita con tus fuerzas. ¡Ta-chán! Verás que los materiales nadan dentro del agua a diferentes ritmos como bailando y la purpurina queda mágica.

Para proteger a los más pequeños y evitar que lo abran y se lo beban, podéis poner pegamento loctite y cerrarlo “para siempre”!



¿Te ha gustado? Ahora ya sabes que cuando te sientas nervioso, enfadado o alterado...puedes coger tu propia botella de la calma, concentrarte hasta volver a la calma al mismo tiempo que tu botella se paralice.

¡ÁNIMO MIS CHIC@S!

