**DIARIO EMOCIONAL.SEGUIMIENTO MEDITACIÓN Y ACTIVIDADES DE ATENCIÓN PLENA**

|  |
| --- |
| **REPLEXIONES**  |
|  |
| **DÍA** | **TIEMPO DEDICADO A LA PRÁCTICA** | **TIPO DE PRÁCTICA** | **CONCLUSIONES SOBRE LA EXPERIENCIA EMOCIONAL DIARIA DE LOS ALUMNOS** |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |

****