



ACTIVIDADES PARA TODOS LOS DÍAS

Actividad: Promoviendo estilos saludables

¡Hola! Es importante que niñas y niños se mantengan activos en casa, ya que esto ayuda a su desarrollo.

“Caminito divertido”

- Invite a su hijo o hija a JUGAR y disfrutar.
- Creen en conjunto con sus hijo o hija diferentes estaciones de movimiento, ej:
 - un lugar para gatear
 - una pelota para agarrar
 - unos globos para estirarse e intentar alcanzarlos
- Si su hijo o hija es más grande, pueden incrementar las estaciones e incorporar elementos: pañuelos para mover con ambas manos, luego rodar por el suelo, por ejemplo.
- Pueden inventar las estaciones que gusten, solo resguarden evitar accidentes, hidratarse y relajarse cuando terminen.

Materiales: pañuelos, globos, cojines, pelotas.



Aprendizajes

Corporalidad, vínculos afectivos.

