



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.

“Juguemos con la cuerda”

- Invite a su hijo o hija a JUGAR y disfrutar una actividad muy divertida.
- Ubíquense en un lugar cómodo donde puedan moverse. Podrán correr los muebles si no tuvieran espacio.
- Busque una cuerda o sogá. También la puede hacer uniendo géneros o pañuelos.
- Incentive a su hijo a jugar de diversas formas con este implemento: saltar con uno o dos pies, hacer un círculo para saltar dentro y fuera, realizar fuerza al tirar la sogá de cada lado o realizar juegos grupales si hay más personas.
- La idea es utilizar de manera creativa este implemento.
- ¡Diviértanse jugando juntos!

Materiales: Cuerda o sogá.



Aprendizajes

Corporalidad, movimiento, autonomía, nociones espaciales.

