



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.

“Carreritas”

- Invite a su hijo o hija a JUGAR y disfrutar una actividad muy divertida.
- Ubíquense en un lugar cómodo donde puedan moverse. Puede correr los muebles si no tuvieran espacio.
- Incentive a su hijo o hija a desplazarse, realicen carreras cortas de gateo, incentive con canciones, con aplausos, premie con cariños sus acciones con palabras de aliento y amor.
- ¡Diviértanse jugando juntos!
- Al finalizar, recuerden hidratarse y relajarse.

Materiales: No se necesitan.



Aprendizajes

Corporalidad, vínculos afectivos.

