



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.

“Bailemos”

- Invite a su hijo o hija a moverse.
- Pregúntele sobre sus canciones favoritas.
- Busquen canciones favoritas, esas que son un éxito en la familia.
- Muévanse y bailen libremente, disfrutando de estar juntos. Si su hijo es bebé, puede tomarlo en sus brazos y danzar con él o ella. Si es más grande, incentívalo a que se exprese corporalmente como guste.
- Pueden bailar en familia, disfrutando de la música y el movimiento libre.
- Es importante moverse y disfrutar un momento entretenido.

Materiales: No se necesitan.



Aprendizajes

Corporalidad y vínculos afectivos.

