



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.

“Limpiando las hojitas”

- Hoy haremos una simple y relajante experiencia: los invitamos a limpiar las hojas de una planta.
- Si su hijo o hija es bebé, siéntelo cerca suyo y que observe cómo limpia las hojas de la planta, cuénteles lo que está haciendo y por qué lo está haciendo. Usted sabe que esa hoja quiere ser explorada por la boca de su bebé, resguarde la situación para prevenir posibles accidentes.
- Si es más grande ofrézcale la oportunidad de limpiar las hojas. Busquen un paño húmedo o un algodón y limpien cada una de las hojas. Mientras ellos o ellas hacen esta simple acción estarán trabajando la coordinación, el control de los movimientos, equilibrio, realizando secuencias (al repetir los mismos pasos para la limpieza de otras hojas).
- Y para usted, la invitación es que lo haga tranquilamente, cada hoja que limpie respire profundamente, conscientemente y conéctese con algún recuerdo bello, con alguna sensación que lo/a alegre.
- La premisa es cuidar la planta, honrar la naturaleza, tener un momento tranquilo donde el cerebro estará desarrollando infinitos aprendizajes.

Materiales: Una planta, algodón.



Aprendizajes

Vínculos afectivos, motricidad.

