



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.

“Bailando tap”

- Hoy cuidaremos nuestro cuerpo mientras bailamos. Pero atención, porque hoy bailaremos “Tap”.
- El claqué, también llamado tap, es un estilo de baile en el que se mueven los pies rítmicamente mientras se realiza un zapateo musical.
- ¡Que más sanador y reparador que zapatear con energía!
- Pueden hacer composiciones musicales para su creación, zapatear con un pie, luego con el otro, zapatear dos con el izquierdo y uno con el derecho, luego cambiar; zapatear rápido, lento.
- Los invitamos a crear combinaciones libres, jugar con el ritmo, entretenerse innovando y si lo desean pueden crear una coreografía, ensayarla, ejercitarse y luego hacer un espectáculo familiar.
- Si desean darle más realce a la coreografía, pueden pegar monedas en la suela de sus zapatos, con estas se intensificará el sonido del zapateo.
- Recuerden hidratarse y relajarse luego de la actividad física.



Materiales: Zapatos.



Aprendizajes

Motricidad, diversión.