***Actividades Pre kínder y Kínder***

***Clase 2***

|  |  |
| --- | --- |
| Actividad 1 | Ejercicios de respiración: |



|  |  |
| --- | --- |
| Actividad 2 | Movilidad articular :Mover en círculos contando hasta 10 tiempos hacia la derecha y luego 10 tiempos hacia la izquierda, muñecas, hombros, cuello, caderas, rodillas y tobillos.  |

|  |  |
| --- | --- |
| Actividad 3 | Escuchar una cuento (abrir link) link: <https://www.youtube.com/watch?v=eUp7Jmu7FPo> , realizar los movimientos de acuerdo a los personajes que se mencionan en la canción. Al terminar el cuento se vuelve a la calma con respiración (inhalar y exhalar) 3 veces.Se reproduce una música de ambiente (relajación) abrir link, acostarse en el suelo y cerrar los ojos mientras suena la música.  |