

----- TABLA DE EJERCICIOS -----

CALENTAMIENTO

10 minutos aproximadamente

JUGAMOS A LAS CAJITAS. Se pone música y se baila, corre y salta por el espacio. Se para la música y las cajitas (nin@s), se agachan formándolas. Entonces la persona que pone la música dice: la cajita se convierte en... perro, lobo, árbol, ... y el niñ@ cambia de caja a lo que digan.

Para escuchar la música tocar en la imagen:



PARTE PRINCIPAL

15 minutos aproximadamente

Juegos creativos con aros, cuerdas y material de niños que tengas en casa

Para ver el vídeo tocar en la imagen:



20 minutos aproximadamente

Seguiremos con juegos con cuerdas. En casa suelen tener los niñ@s cuerdas o gomas de saltar.

Para ver el vídeo tocar en la imagen:



VUELTA A LA CALMA

10 minutos aproximadamente

Hoy toca hacerse masajistas. Somos pianista y piano. Ponemos música relax y por parejas, tocamos el piano (espalda). Un ratito y cambio.

Para ver el vídeo tocar en la imagen:



Buen día!!

