

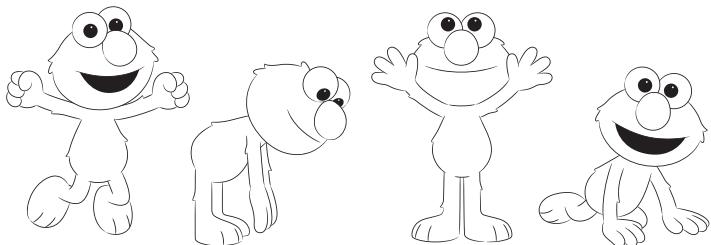
Receta para nuestro baile familiar



Túrnense para hacer esta actividad. Cierren los ojos y pongan un dedo en cualquier lugar de esta página. Abran los ojos para ver las dos palabras en las que pusieron el dedo. Esos son los dos movimientos que realizarán uno tras otro. Repitan la actividad unas cuantas veces. Luego elijan dos movimientos más y háganlos varias veces. Después junten los cuatro movimientos. ¿Qué tan rápido pueden hacerlos? ¿Qué tan lento?

Dobla el cuerpo	Aplaudе	Saltos de tijera	Estírate	Sacude el cuerpo
Corre	Zapatea	Balancéate	Salta	Saluda con la mano
Menéate	Estírate alto	Gira el cuerpo	Trota	Revuélcate
Marcha	Camina	Brinca	Camina en puntillas	Estírate hacia abajo
Gatea	Baila	Salta		

Escriba varias ideas.



Observen y disfruten cómo se siente el cuerpo. Coloquen la mano sobre el pecho y escuchen los latidos del corazón y sientan la respiración. ¿Quieren seguir moviéndose o quieren descansar?