

PARA NIÑAS Y NIÑOS  
DE 0-2 AÑOS

Materiales:

No se  
necesitan.



## A relajarnos

- Dispongan una manta, frazada y estamos listos para relajarnos.
- Para hacerlo más entretenido, simularemos algunas posturas de animales. Por ejemplo, estirémonos como los gatos, de guatita levantemos la cabeza...seamos unas iguanas y entados estiremos el cuello imitando a las jirafas.
- Inventen posturas para relajarse, lo único que deben considerar es hacerlas suavemente, respetando su cuerpo, respirando tranquilos y en calma.
- También, es una excelente oportunidad para que niñas y niños reconozcan las partes de su cuerpo y las vayan nombrando: "Estos son tus pies", "estira tus manos y míralas", etc.



Aprendizajes

Vínculos afectivos y movimiento.



[www.junji.cl](http://www.junji.cl)