ponga música

...y baile con su hijo

Elija canciones que lo inviten a estar activo - "salte", "mueva los brazos"

el baile de las estatuas

Ponga música y baile. Detenga la música y quédese inmóvil en el lugar. Vuelva a poner la música y a bailar otra vez.

¿Qué posiciones graciosas pueden hacer con su hijo cuando hacen el baile de las estatuas?

baile imitador

Dé unos pasos de baile mientras su hijo lo observa. Deje que su hijo repita los pasos. Tomen turnos para inventar pasos de baile.

baile nadando

Simule con brazos y piernas que está nadando. Nade de pie. Nade acostado. Simule que hace surf.

baile del meneo

Invente su propio baile –

salta, salta, menea, menea, desliza, desliza y aplaude.

Deje que todos inventen su propio baile especial.

¡baile como un animal!

Tome turnos para bailar como un animal y adivine qué animal es su hijo.

gatee como un gato
mueva los brazos como un mono
contonéese como una serpiente o un insecto
salte como un conejo o un sapo
vuele como un pájaro
o una mariposa
aplauda como una foca
galope como un caballo

cante con música -
cantar es una forma divertida de que los pequeños aprendan palabras nuevas.

© Nutrition Matters, Inc.

banda en marcha

da la música
or toda la casa.
dedor de la mesa,
sillas y las camas.
as en el aire.
a: golpee envases
as grandes,
joles secos

musicales

nohadas en el medio
na almohada menos
en el juego.
len alrededor de
la música y haga
en una almohada.
nohada queda
a de música;
nohada.
na sola
un niño.

tirarse

quila y suave.
o con su niño.
el techo
acia la pared y estire.
a la pared y estire.
pies con
nos.

juegue junto
crece junto

s
e
o.

consejos médicos
personal certificado en salud.

K8515