

SECUENCIA DIARIA DE PSICOMOTRICIDAD 15 MINUTOS



ACTIVACIÓN INICIAL (3 MIN)

Movimientos rápidos y ritmicos.



JUEGO DE COORDINACIÓN (3 MIN)

Saltos, palmas o balanceos.



RESPIRACIÓN Y ESTIRAMIENTOS (3 MIN)

Respiración profunda y estiramientos.



RESPIRACIÓN Y ESTIRAMIENTOS (3 MIN)

Respiración profunda y estiramientos.



CIERRE REFLEXIVO (1 MIN)

Palabra clave o gesto de calma en grupo.