

UN VIATGE IMAGINARI

Han arribat les vacances i toca fer un viatge. Sí, sí, es pot viatjar sense eixir de casa. Ja sabeu que la imaginació vos pot portar allà on vulgueu...

Decidiu amb la família on voleu anar(a la platja, a la muntanya, a l'espai...), que fareu i com anireu (amb cotxe, tren, avió, vaixell...).

Agafeu material que trobeu a casa i amb l'ajuda d'algun adult construïu o improviseu el que necessiteu per tal de fer aquest viatge. Es podeu disfressar. Podeu construir un vaixell, una tenda de campanya, un vaixell per navegar...

Ja m'explicareu on heu anat. Bon viatge!!

Per a que els xiquets es posen més en situació vos recomane posar música de fons mentre feu la representació. I per acabar, a mode d'una xicoteta relaxació podeu afegir que s'ha acabat el dia a la platja, la muntanya... i que és el moment de descansar. Ací podeu buscar en YouTube alguna meditació infantil com "*La nube, relajación de yoga*" <https://www.youtube.com/watch?v=Ea6yKvh7Y7U> (recomanat per a xiquetes i xiquets entre 2 i 4 anys) o "*Respira. Videocuento.*" <https://www.youtube.com/watch?v=ibJFHBTWBDA> (recomanat per a xiquetes i xiquets entre 4 i 6 anys).

Aprofiteu qualsevol altre joc dels que vos he enviat o els que s'inventeu per a concloure amb una relaxació. D'aquesta manera aniran fent-se mes conscients del procés de la respiració, així com de la pràctica de la distensió del cos.

Amb aquestes dinàmiques es busca ajudar als xiquets a desenvolupar la seua imaginació, potenciar la seua capacitat d'atenció e iniciar-los en el control del seu cos.

Si teniu qualsevol dubte, o voleu compartir amb mi algunes activitats, enviant fotos o vídeos al correu criscatet@hotmail.com, estaré encantada.