**SALUDO AL SOL![C:\Users\Rocio&Victor\AppData\Local\Microsoft\Windows\Temporary Internet Files\Content.IE5\XEY4E3WB\sun-41191_960_720[1].png]()**

OBJETIVOS: Integrar como una rutina más esta práctica de yoga en el día a día.

CONTENIDOS: Posiciones del SALUDO AL SOL

DESARROLLO: Esta actividad la practicamos a diario, nada más llegar por la mañana, tras colgar los abrigos nos colocamos en un hall al lado de nuestra aula y practicamos el saludo .Los primeros días nos ayudábamos de un video, ahora ellos mismos van realizando los gestos mientras narramos una breve historia. Cuando acabamos entramos al aula y comenzamos nuestras rutinas.

 

**EL JUEGO DE LA VELA![C:\Users\Rocio&Victor\AppData\Local\Microsoft\Windows\Temporary Internet Files\Content.IE5\8A3L1GFA\1388621553[1].png]()**

OBJETIVOS: Conseguir fijar la atención.

CONTENIDOS: Trabajamos la atención manteniendo la mirada fija en una vela encendida. También nos pasamos la vela de un compañero a otro con la única condición de permanecer en silencio mientras lo hacemos.

DESARROLLO: Antes de comenzar nuestras rutinas propias de educación infantil , nos sentamos todos en círculo y hacemos el juego de la vela: Primeramente se enciende y se coloca en el centro y debemos estar mirándola fijos durante 2 minutos(nos avisa la alarma del teléfono).A continuación y en silencio, el compañero que es “maquinista” ese día comienza a pasarla al compañero de la derecha o de la izquierda(él decide) .Han de hacerlo en silencio, e intentando que la llama se mueva lo menos posible. Hasta que llega hasta él o ella de nuevo.

 