



Tu nombre en movimiento



A	Salta lo más alto que puedas.	H	Muévete como un caracol. 	Ñ	Baila tu canción favorita.	U	Tumbate y aplaude con los pies.
B	Haz dos giros hacia cada lado.	I	Permanece congelado.	O	Salta como una rana.	V	Camina sobre las líneas del suelo.
C	Postura de yoga: la montaña. 	J	Haz la croqueta en el suelo.	P	Imita a un perro. 	W	Siéntate en todas las sillas del salón.
D	Mantén el equilibrio a la pata coja.	K	Postura de yoga: el árbol. 	Q	Anda con un tapón encima de la cabeza.	X	Da una voltereta en la cama.
E	Corre en el sitio.	L	Encógete como una tortuga.	R	Corre a tocar todas las puertas de casa.	Y	Postura de yoga: el guerrero. 
F	Simula que lloras.	M	Gatea. 	S	Postura de yoga: el loto. 	Z	Ríete a carcajadas.
G	Anda de puntillas hacia atrás.	N	Anda como un cangrejo.	T	Tumbate, cierra los ojos y respira hondo.		

- Piensa en tu nombre y tus apellidos.
- Por cada letra de tu nombre y apellidos, haz una actividad diferente.
- Cada actividad dura entre 5 y 10 segundos.

