



# BUENOS DÍAS

---

## 1. Nivel energético.

(Diferenciamos del estado emocional) decimos un número del 1 al 10. 2.

## Descansos cerebrales y emocionales de activación.

**Movimientos de coordinación:** Nos paramos al lado del banco. Levantar una mano y girar en círculos, luego levantar la otra y girar en círculos en la dirección contraria. Cuando llegamos a coordinar hacer el cambio de dirección. Con la mano a la altura de la oreja girar en círculo hacia adelante, luego con la otra mano a la altura de la otra oreja girar en círculo para atrás. Cuando se logra coordinar cambiamos.

·Una la giramos hacia el frente 3 veces y luego la otra mano hacia atrás. Cuando logramos la coordinación se cambia de dirección.

- Movimientos de manos alternados.
- Movimientos de brazos alternados. ·

**3. Vocabulario emocional:** Presentamos 2 emociones (ver placa de emociones básicas)