



Ejercicio de esquí con espárragos



*En sus marcas, listos,
¡a moverse!*



Ejercicios de jardín de Dino

Mantenerse en forma en el jardín

INSTRUCCIONES:

- * Ponte de pie con las rodillas dobladas.
- * Balancea ambos brazos hacia la izquierda mientras estás de pie y luego dobla las rodillas.
- * Ahora balancea ambos brazos hacia la derecha mientras estás de pie y luego dobla las rodillas.
- * Repítelo.

Charla sobre frutas y verduras:

¿Cuántos de ustedes no han comido nunca espárragos? ¿Pueden decirme los nombres de otras frutas y verduras que no hayan comido nunca? ¿Les gustaría probarlas algún día?