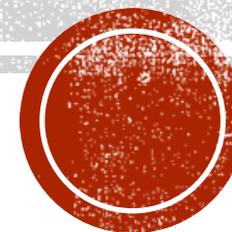




# ENGLISH TIP'S

**Marcela Riquelme Contreras**  
**Educadora de párvulos Inglés**  
**Licenciada en Educación**





# CLOTHES

Un tema para trabajar en segunda lengua es "Clothes". Dentro del jardín se realizan bastantes juegos creados por las Educadoras o por los propios niños dentro de las áreas de trabajo, momento en el cual reforzamos los conocimientos a cada uno a través del juego

- A continuación les dejo un link con el vocabulario y una canción alusiva.
- Además una imagen



## Clothes

[https://www.youtube.com/watch?v=CdLW5t\\_akl8](https://www.youtube.com/watch?v=CdLW5t_akl8)

## Clothes Song

<https://www.youtube.com/watch?v=1GDfa-nEzlg>



**Sugerencia de extensión:** une con una línea las prendas de ropa con su nombre (leído por un adulto)

Draw a line matching the words to the pictures

## CLOTHES













- dress
- hat
- shoes
- socks
- gloves
- coat
- shirt
- pants



## CLOTHES & ACCESSORIES

 shirt	 sweater	 jacket	 pants	 dress
 shorts	 skirt	 socks	 sneakers or shoes	 sandals
 hat or cap	 tie	 bow tie	 glasses	
 winter hat	 mittens	 boots	 scarf	
 sunglasses	 watch	 necklace	 umbrella	



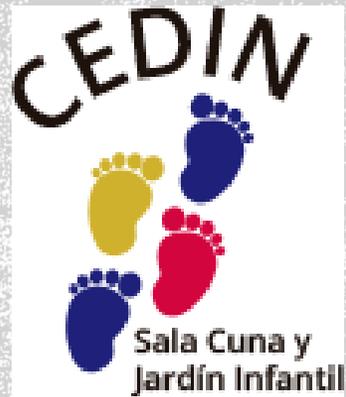
# VESTIMOS AL MODELO PARA IR A LA PLAYA.

Cut out the right clothes for going to the beach and glue it to the girl.



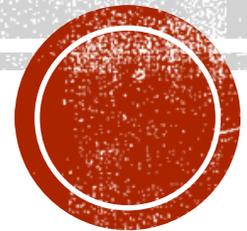
Cut out the right clothes for going to the beach and glue it to the boy.





# YOGA EN CASA

**Lorena Rosenberg**  
**Instructora de yoga**





# JUGUEMOS AL YOGA

- A medida que vamos creciendo y nos hacemos adultos, adquirimos responsabilidades, la vida es más rápida y comenzamos a cumplir una meta tras otra, perdiendo el disfrute del proceso, cualquiera que este sea.
- El yoga por el contrario, nos permite recorrer su camino, observar el paso a paso sin apuro y sin expectativas, aprendiendo a estar presentes en el aquí y en el ahora, algo que los niños y niñas hacen naturalmente. **¡El camino es para disfrutarlo!**
- La práctica de yoga a través del juego en **Cedin**, es una invitación a conectar con esa enseñanza para compartir con los pequeños y pequeñas de hoy, reír, jugar y aprender a respirar profundo.



# MANTRAS



Mantras para niños y niñas



Om Shanti



- Los mantras son cantos o sílabas que se repiten en sánscrito. Se usan frecuentemente para producir estados de interiorización y llegar a la meditación. Su traducción desde el sánscrito significa “herramienta” o lo que “protege a la mente”
- Una clase tradicional de yoga se abre y cierra con un mantra.
- Con los niños y niñas hacemos algo similar pero siempre manteniendo el juego, incluimos canciones y movimientos.

## Ejemplos:

### *Om*

Sonido que evoca el origen del Universo. Se pronuncia “Aummmm” dejando que la M se disuelva en el aire y se produzca una vibración.

### *Om Shanti Hari Om*

Este Mantra significa paz, al repetirlo tres veces manifiesta nuestro deseo de paz individual, colectiva y universal.



# SECUENCIAS PARA NIÑOS

## ▪ Despertando la columna

Estas asanas o posturas flexibilizan la columna y abren el pecho expandiendo nuestra caja torácica, lo que permite una mayor capacidad pulmonar. Por esto se dice que tienen un efecto rejuvenecedor, vigorizante y activador.

Se recomienda empezar a practicarlas de forma gradual y respetando el cuerpo.

Por ejemplo el Gato(15) es una buena postura para “despertar” la columna antes de hacer otras.

No olvidar mantener el cuello neutro, sin dejar caer la cabeza, es una buena recomendación para cuando empezamos a practicar de manera mas consciente.

Dentro de esta secuencia esta la cobra(16), se puede empezar a realizar apoyando los codos debajo de los hombros; de esta forma, la extensión es menor y la fuerza mas controlada. En ambas versiones debemos poner atención a la apertura del pecho y mantener los hombros separados de las orejas.

Postura del árbol (13) en general es un desafío para los niños y niñas como postura de equilibrio nos ayuda a enfrentar la inestabilidad. Perder el equilibrio, caer y volver a intentarlo con tranquilidad es un gran aprendizaje, en el camino aprenderán a concentrarse y lograr también mayor estabilidad emocional.

Despertando la columna



# RELAJACIÓN

## ▪ Amigo animal.

Sentados como indio y relajados, Cierra tus ojos y respira, al inhalar llevamos amor que entra por sus narices y al exhalar también por la nariz botamos el miedo y lo que nos preocupa. Repetir 3 veces.

Imagina que estas afuera. El sol brilla, los pajaritos y mariposas de lindos colores vuelan. Luego escuchas un susurro y risas cerca de los arbustos. Es un animal que está mirándote y quiere ser tu amigo. ¿Qué animal es? (Piensa en tu animal preferido). Nos acercamos para poder sentarnos junto a él, este animal es sabio y está contigo para apoyarte.

Cuando tengas un problema secreto, una pregunta o estés inquieto puedes compartirlo con él. Solo tendrás que cerrar tus ojos, respirar profundo y recordarlo, tu amigo animal está en tu corazón ahora y te quiere mucho.

**Podemos acompañar esta relajación con música suave.**

