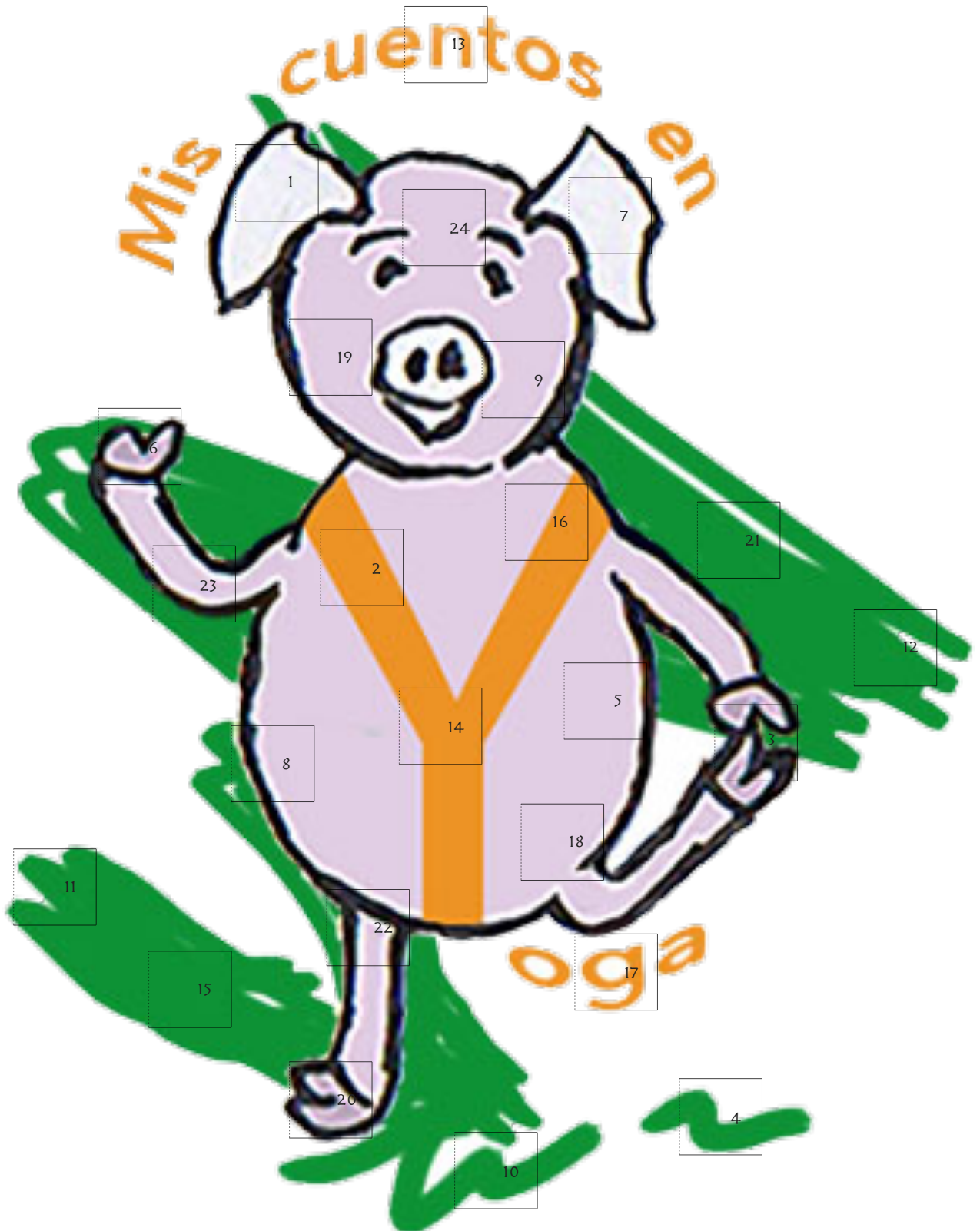


FELIZ NAVIDAD

con




Hacer la postura del niño Jesús 


Hacer la postura del árbol de Navidad 

Cantar "Ande la marimorena" 
¡Feliz Navidad!

Cantar "Feliz Navidad" 


Pedir perdón a alguien a quien hemos herido 

Compartir y comer las galletas... ¡si quedan! 


Hacer la postura de la vela de Navidad 

Visitar a una persona mayor y ofrecerle una flor 


Cantar "Los peces en el río" 

Abrazar por lo menos a 5 personas con todo su corazón 

Cantar "Con mi burrito sabanero" 

Nombrar 5 cosas positivas de mi día 

Cantar "Campana sobre campana" 


Hacer 5 respiraciones abdominales 

Hacer la postura de la estrella de Navidad 

Hacer galletas de Navidad 

Hacer la postura del ángel 


Cantar "Blanca Navidad" 

Ayudar a alguien que lo necesite 

Hacer el cuento en yoga "Entre el buey y el asno gris" 

Hacer la postura de la nieve 

Hacer la postura del camello 

Escribir una tarjeta de Navidad a su mejor amigo/a 

Cantar "Rodolfo el reno" 