



## **Reto Cerebro: Moverse o Esperar (versión 2)**

### **Preparación**

Pida a las y los niños que se paren o que se coloquen en línea alrededor de la sala, dejando suficiente espacio para moverse. Elija una canción. Indique que esta vez, si se mueven, tendrán que sentarse en su silla y perderán un turno. Repasen cómo pueden usar las Maneras de Calmarse, cómo hablar consigo mismo(a), para ayudarse a ellos(as) mismos(as) a esperar para unirse al juego de nuevo

### **Reglas**

- La regla 1 es que cuando escuchen la canción, ustedes caminan por la sala sin hablar con nadie y sin tocar nada ni a nadie.
- La regla 2 es que cuando la canción se deje de escuchar, ustedes se detienen en su lugar hasta que empiece de nuevo.
- La regla 3 es que, si se mueven, se sientan y pierden un turno.

### **Pasos**

1. Ponga la música. Las y los niños caminan por la sala.
2. Detenga la música. Las y los niños se paran en el lugar y usan los Pasos para Calmarse para esperar.
3. Pida a las y los niños que hayan tocado alguna cosa o que se hayan movido cuando no estaba la música que tomen asiento. Pierden un turno

### **Aumentar el reto**

*Atención (A), Memoria Operativa (MO) y Control Inhibitorio (CI)*

- Disminuya progresivamente el volumen de la música. (A)
- Aumente progresivamente el tiempo de espera. (CI)
- Diga a las y los niños una forma de detenerse y permanecer quietos (como poner las manos en la cadera). (MO)