* Actividad 1 A “Concienciación de los distintos tipos de respiración”



* Actividad 1 B “Toma de conciencia del tiempo espiratorio en la respiración diafragmática”



* Actividad 2 “Nos cepillamos el pelo”



* Actividad 3 “Nos damos un masaje relajante”



* Actividad 10. “El proceso de una tarea”

Adjunto video.

* Actividad 11. “Poda de arboles y arbustos de forma consciente”

  

* Actividad 12 “Comer de forma consciente”



* Actividad 14 “Cepillado de dientes”



* Actividad 16 “RECONOCIMIENTO DE TEXTURA/ TEMPERATURA EN LA ESPALDA”



* Actividad 17 “Escritura de letras en la espalda de un compañero”.
* Actividad 19 “BAÑO EN PISCINA”



* Actividad 20 “LAVADO DE MANOS”

 

