

PROPOSTA 5: DANÇA



Orientações aos adultos

1. Desde que nascem, os bebês são embalados com canções e movimentos. Que tal estimular um pouco mais essa experiência em família?
2. Escolha três músicas instrumentais (sugestões abaixo) para esta atividade, seguindo a sequência:
 - uma canção para apreciar, em que vocês possam começar a movimentar gradualmente os braços, as pernas, a cabeça, enfim, todo o corpo;
 - uma canção para a dança mais animada/movimentada, com passos mais ritmados, livres, em que todo o corpo esteja envolvido;
 - uma canção para acalmar o bebê, em que você possa segurá-lo ao colo, envolvendo-o em um lençol junto ao seu corpo, e, se desejar, com movimentos mais calmos. Nesse momento você pode até diminuir a luz do ambiente e abraçá-lo.
3. Se o bebê não tiver autonomia para o movimento, poderá ficar todo o tempo no colo para que você dance com ele.
4. Sugestões de músicas para:
 - 1º momento: <https://www.youtube.com/watch?v=7PDURkhWPdE>
 - 2º momento: <https://www.youtube.com/watch?v=QHIortKycnY>
 - 3º momento: <https://www.youtube.com/watch?v=NvryolGa19A>