

BIENESTAR FAMILIAR

EJERCICIO 2

MUSICA PARA TI



PLATÓN

"la música es para el alma lo que la gimnasia para el cuerpo"

Así como lo dice el filósofo Platón, utilizaremos la música como el camino para conseguir sensaciones positivas. Para eso, hoy haremos una unión del afiche anterior con la música sumándole ahora el ejercicio de dibujar.



DIBUJAR LA MÚSICA

¿CÓMO SE HACE ESTO?

- En conjunto a tu familia buscarán una o varias canciones que les provoque algún buen recuerdo o sensaciones de alegría.
- En esta actividad tratarás de expresar en un papel mediante dibujos o formas lo que la música te está diciendo.
- Para hacer el ejercicio de buena manera, tendrás que dejarte llevar por la música que estás escuchando, ya verás como te irás relajando y la creatividad comienza a despertar en ti.

¡DEJA QUE TUS
SENTIMIENTOS SALGAN
AL EXTERIOR!

Si quieres, puedes compartirlo conmigo al correo electrónico:
psicorundurraga@altamiracoyhaique.cl.

