

Bola Enrollada

Equipaje necesario:

✓ **Pelotas de Playa**- un para cada persona jugando

¿No tienes estos elementos para jugar?

En su lugar, sustituye bolas de espuma o cualquier objeto que ruede!

¡Prepararse!

REUNIR equipo

CREAR una carrera de obstáculos con conos, sillas o cualquier otro objeto a la mano

Consejo: Puedes jugar adentro o afuera a una superficie suave

Instrucciones:

1. Asegúrese de que su carrera de obstáculos deje suficiente espacio para que todas las personas que juegan puedan maniobrar a través de él.
2. Usando sus manos o pies, haga rodar la pelota a de la carrera de obstáculos una persona a la vez. ¡Muévete por el curso tan rápido como puedas!
3. Anime a su familia y amigos mientras se mueven a través del curso.
 - Opción: continúa moviéndote mientras esperas tu turno o mientras alientas a otros jugadores ¡Podrías bailar, saltar o balancearte en una pierna!

Puntos de Conversación en Familia:

Discutan juntos y escriban o dibujen sus respuestas en el espacio provisto.

Las actividades de construcción de coordinación implican hacer varias cosas a la vez. ¿Puedes enumerar algunas actividades que requieren coordinación?

¿Por qué crees que la coordinación es importante?

¿Cómo puedes mejorar tu coordinación en la casa?