



Humano, Plátano, Soda Pop



¡Alístense!

Este juego es como piedra, papel o tijeras iexcepto que movemos todo nuestro cuerpo!



En lugar de piedra, papel o tijeras usamos:

Humano: Flexione los brazos por encima de la cabeza como un fisicoculturista y diga "¡Oh, sí!"

Plátano: Póngase de puntillas, levante ambos brazos en el aire y diga "¡Plátano!"

Soda Pop: Póngase en cuclillas y mueva los brazos en forma de círculo frente a su pecho (como un aro de baloncesto) y diga "Fzzzzzzzz."

Reglas:

Los humanos comen plátanos (y los plátanos son buenos para los humanos), por lo que los humanos VENCEN a los plátanos. Los plátanos son más saludables que la soda pop, así que los plátanos VENCEN a la soda pop. La soda pop está llena de calorías vacías y/o azúcar, por lo que la soda pop VENCE a los humanos.

Instrucciones:

1. Encuentre un compañero y párense espalda con espalda con al menos un pie (la longitud de un brazo) de espacio entre ustedes.
2. Uno gritará "humano, plátano, soda pop" y luego ambos jugadores saltarán y girarán para enfrentarse. Antes de aterrizar, hagan el movimiento de un humano, un plátano o un soda pop y imantengan la posición!
3. El ganador hace diez saltos de estrellas (saltos en un pie, saltos de tijera, y su compañero hace diez sentadillas (levantamiento de pantorrillas, saltos de rana).

Puntos de Conversación Familiar:

Conversen y escriban o dibujen sus respuestas en el espacio provisto.

1. ¿Qué bebidas pueden elegir en lugar de refresco que serían una opción más saludable?
2. Enumeren algunos bocadillos saludables que no sean plátanos: