

# OLIMPIADAS CASERAS

## MATERIALES:

Colchonetas  
Globos  
Cinta adhesiva o gises  
Bate  
Cuerda o listón

## INSTRUCCIONES:

¡Ayude a su hijo a organizar sus propias Olimpiadas Caseras! Intente que el evento sea en el exterior, o si es en el interior puede utilizar tapetes. Recuerde a su hijo que el objetivo no es ganar, si no ¡DIVERTIRSE!

*(Nota: Supervise a su hijo durante la actividad.)*

- 1. Pista de obstáculos:** Ayude a su hijo a planear y crear una pista de obstáculos segura la cual le permita pasar por encima, por abajo, alrededor y a través de.
- 2. Volleyball con globos:** Los jugadores deberán colocarse en ambos lados de una cuerda o listón, y luego batear un globo de ida y de regreso.
- 3. Tornados:** Permita que su hijo de volteretas libremente en una superficie suave y segura.
- 4. Crucen el arroyo:** Usando cinta adhesiva o gis, dibuje dos líneas que estén separadas por aproximadamente 30 cm de distancia. Los participantes deben saltar o correr a través del "arroyo". También pueden buscar maneras de construir puentes.
- 5. Carreritas en equipo:** En parejas deberán unir una parte de su cuerpo (como codos o manos) y correr a la meta final.

## VARIACIONES:

Ayude a su hijo a crear sus propias medallas olímpicas y organizar una ceremonia. Jueguen en equipos; ¡Mientras más se unan mejor!