

# MONKEY BARS

## MATERIALS:

Playground with monkey bars

## INSTRUCTIONS:

*(Note: Hold your child while carrying out this activity)*

1. Hold your child up then help him hang on the monkey bars and swing.
2. Help him hang with both hands on one bar and simply swing forward and backward.
3. You can also help him hang from the horizontal ladder and move him along the monkey bars.

## VARIATIONS:

Help your child swing with only their right hand.  
Help your child swing with only their left hand.

# MONITOS COLGANTES

## MATERIALES:

Área de juegos con pasamanos.

## INSTRUCCIONES:

*(Nota: Sujete a su hijo mientras lleva a cabo esta actividad.)*

1. Mientras sujeta a su hijo, ayúdelo a que se cuelgue en el pasamanos para que se pueda mover hacia enfrente y hacia atrás.
2. Deberá ayudar a que su hijo logre balancearse mientras se cuelga con ambas manos en una de las barras.
3. Ayude a su hijo a completar el pasamanos mientras alterna sus brazos.

## VARIACIONES:

Ayude a su hijo a balancearse solamente con su mano derecha.  
Ayude a su hijo a balancearse solamente con su mano izquierda.