

Actividades Creativas

Bolicho Jugoso-Creativo: Ponga 6 latas de jugo congelado vacías o cajas de cereal a un lado del cuarto. Parece al otro lado del cuarto con una pelota y aviente la pelota rodando hacia las latas o cajas. Cuente la cantidad que derribo.

Cachar con Cucharón: Recortar los asientos de dos galones de leche de plástico vacíos. Ponga cinta por las orillas con filo y use los “cucharones” para jugar el juego de cachar.

Baile Inmovilizado: Tocar música y bailar. Cuando la música para todos se inmovilizan. Empiecen a bailar otra vez cuando la música vuelve a sonar.

Limpieza de Baloncesto: Use una caja como aro de baloncesto. Diga al niño que junte los juguetes, libros, y juegos y que los eche en la caja para juntar puntos.

Banda Marchando: Marchen alrededor de la casa con instrumentos hechos en casa: frijoles secos en un frasco para sacudir, una cuchara golpeando sartenes, y ligas en recipientes.

¡Siete Días de Estado Físico para Mi Familia!

Aquí esta lo que vamos a hacer en....	
Domingo	
Lunes	
Martes	
Miércoles	
Jueves	
Viernes	
Sábado	

¡Recuerde tomar mucho agua cuando usted este corriendo,
brincando y jugando!