

Salto Con Sorpresa

Dos o más jugadores. Edades: 5 a 10 años

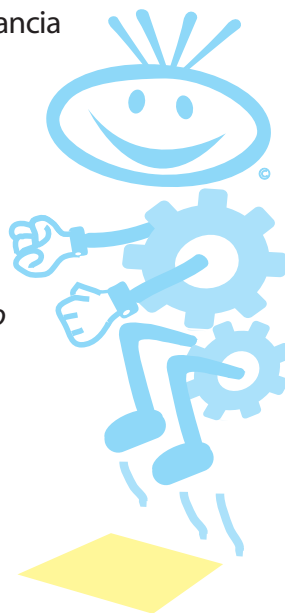
Materiales: cartulina de distintos colores o varias hojas de papel blanco, marcadores

Direcciones:

1. Tomar cinco pedazos de cartulina de distintos colores (azul, verde, rojo, amarillo y naranja) o simplemente escribir el nombre de cada color en una hoja de papel.
2. Colocar los pedazos de papel en línea dejando un pie de distancia entre cada uno.
3. Asignar una actividad a cada color, la que debe ser cumplida antes de saltar al siguiente color.

Ejemplo: Azul = 15 saltos de tijera o jumping jacks
Verde = saltar 20 veces sobre el pie derecho
Rojo = saltar 15 veces sobre el pie izquierdo
Amarillo = 15 lanzamientos de baloncesto con salto
Naranja = saltar en el mismo lugar alternando los pies mientras cuenta hasta 50 de cinco en cinco

4. Un familiar o un amigo debe medir el tiempo que setarda el -primer jugador en realizar las cinco actividades.
5. Tomar turnos y medir el tiempo.
6. Gana el jugador más veloz.



Variante del Juego:

- Escribir una actividad adicional en el reverso de cada papel e intercambiarlas en cada juego
- Crear más saltos (un total de 8 ó 10) para más dificultad
- Medir el tiempo que tarda un jugador en realizar las cinco actividades en los dos sentidos, es decir, de ida y vuelta

NOTA: Si están en un apartamento es mejor caminar de manerarápida o correr despacio, para no molestar a los que viven en el piso de abajo.

