



PLANIFICACIÓ D'ACTIVITATS FÍSQUES DURANT LES VACANCES D'ESTIU.

Marca amb una X les activitats físiques que creus que faràs durant l'estiu.

Nom:

PLANIFICACIÓ ACTIVITATS FÍSQUES VACANCES D'ESTIU	
Marca amb una X les activitats físiques que creus que faràs durant l'estiu.	X
Banyar-se a la platja, a la piscina, al riu,...	
Excursions a peu	
Sortides amb bicicleta	
Observació d' insectes i animals en el seu hàbitat natural	
Fer jocs d'aigua (globus, regadores,...)	
Sortir a fer volar un estel	
Fer una caminada nocturna	
Fer un pícnic al medi natural (caminar)	
Fer esport (futbol, bàsquet, hoquei, hípica,...)	
Fer esports d'aigua (piragua, kayak, snorkel,...)	
Joc lliure (ballar, saltar, córrer,...)	
Fer fotografies de l'entorn (caminar)	
Plantar plantes, regar, fer un hort,...	
Jugar a jocs de taula	
Viatjar, visitar museus, parcs naturals,... (caminar)	
Altres....	
1.	
2.	
3.	
4.	
5.	