

GINKANA A CASA

1. Haureu de revisar si teniu el material que necessitareu (si no en teniu el podeu canviar per una altra cosa que us vagi millor)
2. Haureu de preparar les diferents proves en els llocs de casa que utilitzareu.
3. Haureu de fer un plànol de casa vostra i marcar en ell a on estan les proves i l'ordre en què s'han de fer. Cada persona ha de tenir un ordre diferent, si voleu.
4. Preparar el cronòmetre i...
5. A DIVERTIR-SE!!

Qui ha estat la persona més ràpida en fer totes les proves?

PROVA 1: LAVABO

Per fer aquesta prova necessitareu 5 rotllos de paper higiènic. Haureu de fer una torre amb el rotllos de paper higiènic amb els peus. La torre no té cap forma concreta, sigues creativa o creatiu i fes una torre ben original!

PROVA 2: CUINA

Per fer aquesta prova necessitareu un ou, un bol i una forquilla. Haureu de separar la clara del rovell i batre, després, l'ou amb el peu... Que no, que és broma! Ho haureu de fer amb la mà no dominant (amb la mà dolenta)
Qui serà capaç de batre bé l'ou?

PROVA 3: PASSADÍS

Per fer aquesta prova necessitareu 5-6 objectes no massa grans (joguines, estris de cuina, roba...)
Haureu de col·locar els objectes que heu decidit al terra del passadís a una distància d'una passa o més (depèn de com sigui de llarg el vostre passadís)
Quan els tingueu col·locats els haureu de passar fent ziga-zaga sense tocar-los fent la "carretilla"

PROVA 4: HABITACIÓ

Per fer aquesta prova necessitareu paper, llapis (retolador, bolígraf...) i un mocador o tros de tela per tapar-vos els ulls. Amb els ulls embenats haureu de fer un dibuix durant un minut. Indispensable que mentre feu el dibuix intenteu tocar-vos el nas amb la llengua. Proveu a prova la vostra habilitat!!

PROVA 5: MENJADOR

Per fer aquesta prova necessitareu una bossa d'escombreries gran. Cursa de sacs. Haureu de ficar-vos dintre de la bossa i fer 10 salts. Vigileu de no caure!

NORMES

- Podeu canviar allò que necessiteu per poder fer la ginkana.
- Les proves s'han de fer seguides.
- Per poder passar a una altra prova has d'haver superat l'anterior (fer-la bé)
- S'ha de cronometrar quan de temps triges en fer la ginkana.
- Guanya qui faci la ginkana en menys temps.
- A qui guanya se li ha de fer una abraçada ben forta i felicitar-nos entre tothom per haver passat una bona estona!

Si us animeu podeu penjar una fotografia al padlet d'activitat física que hi ha a la pàgina d'inici del web de l'escola.