

# EL JOC DE L'EDUCACIÓ FÍSICA A CASA



Aquest joc de taula està pensat per jugar amb amics o familiars des de casa.  
A través d'ell es poden treballar els diferents blocs que formen part de l'àrea d'Educació Física a l'escola:

-  El cos: imatge i percepció
-  Habilitats motrius
-  Expressió corporal
-  Activitat física i salut

Només necessitareu un dau i tantes fitxes com jugadors sigueu.  
A continuació trobareu el que heu de fer en cas de caure a cadascuna de les caselles.  
Si no fas bé alguna de les activitats hauràs de tornar endarrera.

Ànims i diversió!

- 1- Posa't un llibre sobre el cap i aguanta 10 segons sense que es caigui
- 2- Fes 10 salts seguits
- 3- Representa amb mímica un animal (sense fer cap soroll). Els demés l'han d'endevinar
- 4- Digues el nom de 4 fruites
- 5- Aguanta 20 segons en equilibri a peu coix
- 6- Has anat massa ràpid! Torna a la casella 4
- 7- Vés d'un costat a l'altra de l'habitació fent la granota (amb soroll inclòs)
- 8- Renta't les mans durant 30 segons. Els demés comprovaran si ho fas correctament
- 9- Posa't a peu coix, tanca els ulls i aguanta 10 segons