EL JOC DE L'EDUCACIÓ FÍSICA A CASA

10- Salta 20 vegades a peu coix
11- Canta la tornada d'una cançó que t'agradi i balla-la seguint el ritme
12- Explica per què és important rentar-se les mans
13- Busca una postura de ioga per internet i reprodueix-la.
14- Aixeca't i seu a la cadira 15 vegades seguides
15- Representa amb mímica un esport (sense fer cap soroll). Els demés l'han d'endevinar
16- Fes un salt fins la casella 25!
17- Posa't un llibre al cap i fes una volta sobre tu mateix sense que es caigui
18- Fes 40 passes per dins de casa (compta-les en veu alta)
19- Representa amb mímica un esport (sense fer cap soroll). Els demés l'han d'endevinar.
20- Digues el nom de 4 verdures.
21- Tanca els ulls, aixeca't, fes una volta sobre tu mateix i torna a seure on estaves
22- Fes 20 salts amb els peus junts
23- Taral·leja una cançó. Els demés han d'endevinar quina és
24- Explica per què és important dutxar-se després de fer activitat física
25- Tanca els ulls. Un dels jugadors es posarà davant teu, hauràs d'endevinar qui és amb el tacte
26- Toca el terra amb les dues mans i salta després aixecant-les. Fes-ho 10 vegades seguides
27- Representa amb mímica una professió (sense fer cap soroll). Els demés l'han d'endevinar
28- Digues 2 hàbits saludables que podem fer per estar sans
29- Aguanta 20 segons en equilibri a peu coix
30- Oh no! T'has infectat per uns virus! Has de tornar a començar des de l'inici
31- Vés d'un costat a l'altra de l'habitació fent la gavina (amb soroll inclòs)
32- Digues el nom de 3 menjars saludables
33- Busca una postura de ioga per internet i reprodueix-la

Lvelez@safamasnou.com