

Actividad:

Te reto

### OBJETIVOS

- Despertar el interés por las actividades físicas.
- Incrementar la manipulación de objetos.
- Fomentar el aprendizaje a través de la diversión.

### DURACIÓN

40 minutos aproximadamente

### EDAD

A partir de los 8 años de edad

### MATERIAL

- Papel higiénico
- Colchonetas o toallas

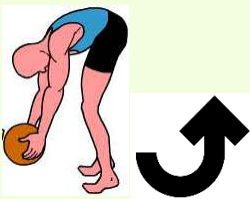
## **RETO 1**

Nos ponemos rectos de pie y nos colocamos un rollo de papel higiénico en la cabeza. Tenemos que conseguir guardar el equilibrio mientras que nos sentarnos y levantarnos del suelo (con una vez que lo consigas, es suficiente).



## **RETO 2**

Nos colocamos de pie con las piernas abiertas y lanzamos el rollo de papel higiénico por debajo de ellas hacia arriba. Nos tiene que dar tiempo a recogerle antes de que caiga el suelo (o sea, levantarnos, girarnos y recogerle). Este reto tienes que hacerlo al menos 2 veces seguidas.



## **RETO 3**

Colocamos una colchoneta o esterilla de deporte en el suelo, si no la tenemos, podemos colocar 2 o 3 toallas encima unas de otras para que hagan el efecto de colchoneta.

En uno de los extremos colocamos 3 rollos de papel higiénico frente a nosotros. Nos tumbamos y con los pies debemos coger un rollo y llevarlo por encima de nuestra cabeza hasta colocarlo (con los pies, claro) por encima de ella.



