

Actividad:

ATRAPA EL FANTASMA

OBJETIVOS

- Calentar los diferentes segmentos del cuerpo.
- Disfruta de momentos de juego en casa.

DURACIÓN

Entre 5 y 10 minutos aproximadamente.

EDAD ADECUADA

Actividad para niños y niñas a partir de 3 años en adelante.

MATERIAL

- Manta, sábana o similar.



DESARROLLO

En esta actividad, uno de los participantes tendrá que capturar al otro utilizando una manta o toalla. Para ello tendrá que echarle la manta por encima y dejar que no escape. Esta actividad está enfocada y planteada para calentar antes de realizar cualquier actividad física.

Además, se trata de una propuesta sencilla y que hará que los niños y niñas de la casa disfruten jugando.

