

Actividad:

## GYMCANA CASERA

### OBJETIVOS

- Ejercita la capacidad de atención
- Concentración y coordinación ojo-mano.
- ¡Diversión asegurada!

### DURACIÓN

60 minutos aproximadamente

### EDAD ADECUADA

Actividad orientada para niñ@s a partir de 5 años en adelante

### MATERIAL

- Cojines
- Bandejas
- Ropa cómoda
- Papel y lápiz
- Venda para los ojos

## DESARROLLO

Y para estirar un poco las piernas, os reto a jugar con una asombrosa pista de obstáculos.

¡Este es un juego muy adecuado para padres e hijos con energía!

¡También es el juego estrella si estás pensando en organizar fiesta de cumpleaños para niños en casa!

En este caso cada ejercicio puede ser de libre imaginación y dependiendo de la edad podéis realizar unas actividades u otras, os voy a dejar algunos ejemplos facilitos.



Crea casillas en el suelo con la ayuda de celo o cinta aislante, coloca una silla aquí y allá, un cojín para subir y luego aléjate: le corresponde al niño moverse a lo largo de las líneas con una bandeja en la mano, cargado con objetos (una manzana, dos plumas, etc.) y mantener el equilibrio.

En cada turno, puede aumentar la dificultad agregando un objeto, o le puedes pedir al niño que traiga la bandeja con una mano o con los ojos cerrados

Otra idea súper divertida podría ser **LA BÚSQUEDA DEL TESORO:**

Es muy fácil hacerlo en casa, ya que teniendo varias habitaciones puedes dejar pistas que los lleven a ciertos rincones de cada una de ellas. Esta actividad es ideal si son varios hermanos, o para jugar con primos de varias edades. Por ejemplo, los mayores podrían leer las pistas, y los pequeños ocuparse de guardarlas y que no se pierdan.

Si por otro lado, los niños son pequeños y no saben leer con fluidez, puedes hacer pistas con dibujos o recortes de revistas. Puedes dibujar lugares u objetos en los que estará la siguiente pista o un recorrido de pasos para llegar a ella.