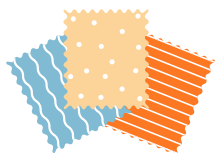


El camino saludable

Edad: 3 a 5 años

Materiales



- ✓ Cartulina grande o cinta adhesiva para marcar el camino
- ✓ Papelitos o tarjetas con actividades (beber agua, correr, descansar)
- ✓ Acompañamiento de un adulto

¿Cómo funciona?

Dibuja un camino en el piso o en una cartulina, con diferentes estaciones (agua, frutas, actividad física, descanso). Los niños deben avanzar por el camino, realizando cada actividad en la estación correspondiente. Cada vez que lleguen a una estación, el niño debe realizar una acción que favorezca la salud de su corazón, como tomar agua o hacer un pequeño salto.

