

La rueda del bienestar

Edad: 6 a 8 años

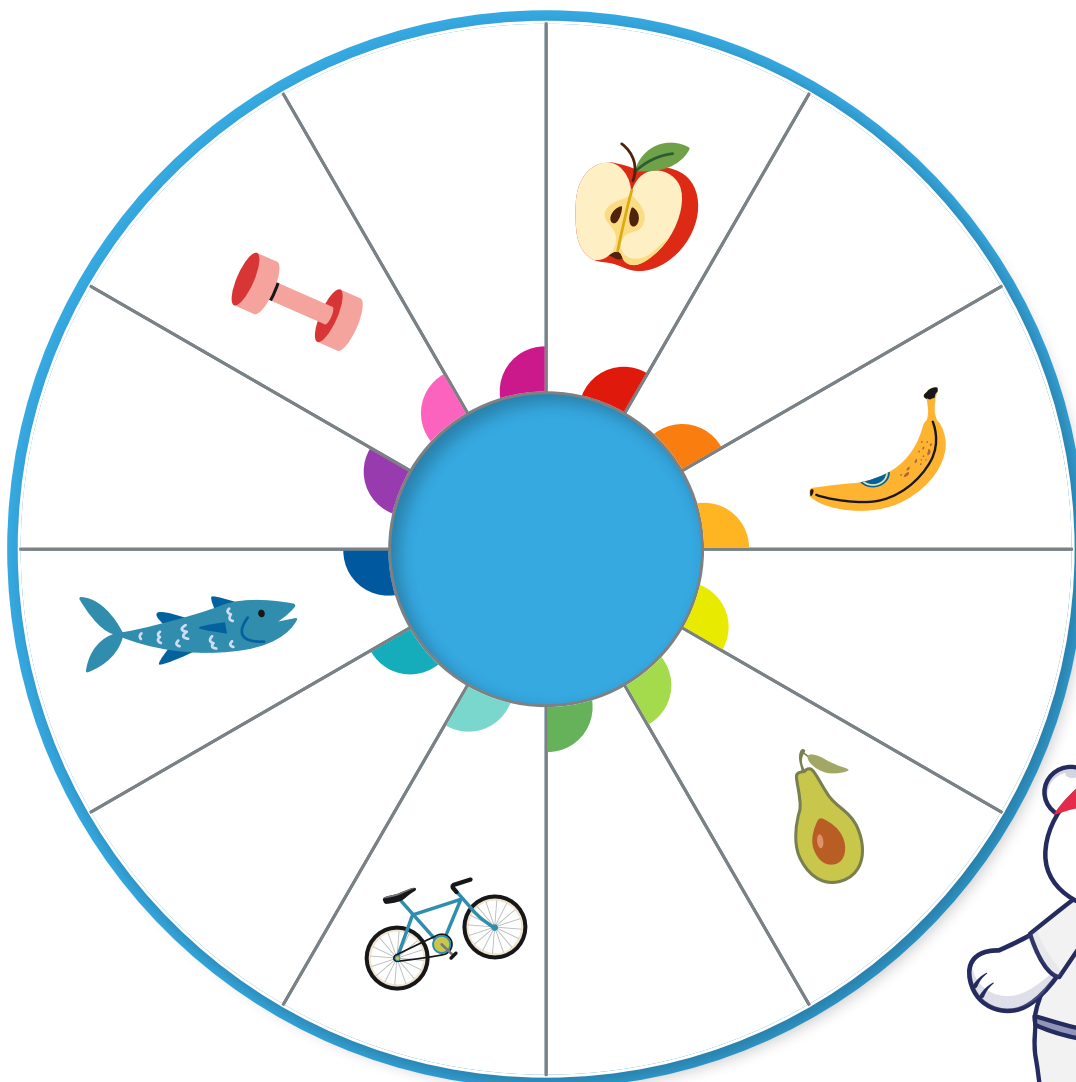


Materiales

- ✓ Cartulina o papel para crear la rueda
- ✓ Colores o marcadores
- ✓ Pajita o spinner para girar
- ✓ Acompañamiento de un adulto

¿Cómo funciona?

Crea una rueda de colores dividida en secciones como ejercicio, alimentos saludables, agua, descanso y sonrisas. Los niños deben girar la rueda y realizar la actividad que caiga. Cada vez que lo hagan, deben explicar por qué es importante para el corazón.



www.lacardio.org

Síguenos en nuestras redes como [@fcardioinfantil](#) [f](#) [@](#) [t](#) [@lacardiokids](#) [v](#)