

JUGAR AL VOLEIBOL CON UN GLOBO



Actividad lúdica y dinámica que nos da la oportunidad de activar y motivar a nuestros mayores de manera divertida junto a la familia.

Materiales:

- Globos
- Hinchador (opcional)
- Sillas

Podemos hacer un partido de voleibol con un globo en casa, en primer lugar, hincharemos algunos globos y buscaremos un lugar amplio para poder movernos, por ejemplo, el pasillo o el salón.

Consiste en pasarnos el globo mediante toques con la mano. Nos ponemos de pie o sentados, uno enfrente del otro para poder pasarnos el globo con comodidad.

Es recomendable que la actividad no se alargue más de 30 minutos.

Si deseamos podemos poner en juego varios globos.

Variantes:

Esta actividad permite diferentes variantes dependiendo de las características de nuestro familiar y la dificultad que deseemos añadir.

- Se puede jugar sentados con las manos (podemos añadir los toques con los pies u otras partes del cuerpo).
- Se puede jugar de pie pasando el globo mediante toques con las manos, pies u otra parte del cuerpo.
- Podemos añadir varios globos para hacer el juego más dinámico.
- Podemos hacer partidas por puntos. (Tantos toques tantos puntos)
- En lugar de globos podemos utilizar una pelota de playa o de goma espuma.

¡La diversión está asegurada!!!

Recordad: Es importante lavarse las manos varias veces al día

