

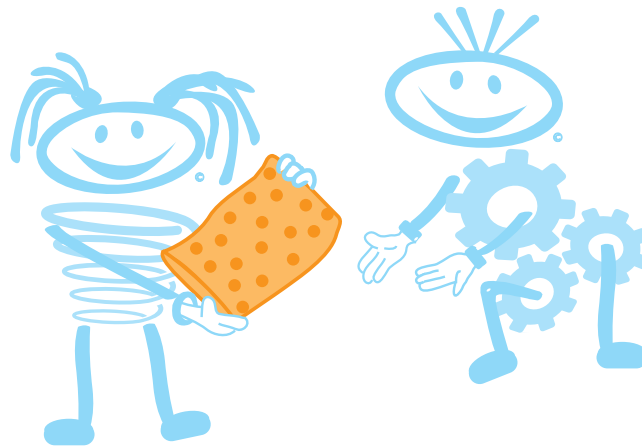
Pásame la Almohada

Dos o mas jugadores. Edades: 4 a 10 años

Materiales: una almohada

Direcciones:

1. Pararse frente a un familiar o un amigo a una distancia de entre cinco y ocho pies (si el espacio lo permite) y correr despacio en el mismo lugar, sin avanzar.
2. Con las dos manos, lanzar y atrapar la almohada, una y otra vez, durante 60 segundos.
3. Contar cuántas veces pueden pasar la almohada ida y vuelta durante ese tiempo.
4. Restar dos puntos cada vez que dejan caer la almohada durante esos 60 segundos.
5. Tratar de mejorar el puntaje.



Variantes del Juego:

- Retroceder hasta que la distancia entre los jugadores sea de ocho a diez pies (si el espacio lo permite)
- En vez de correr despacio, saltar alternando los pies o saltar con los pies juntos, trotar, saltar en un solo pie, etc., siempre en el mismo lugar
- En vez de una almohada, usar un calcetín enrollado, una botella de plástico de agua vacía o un tubo de cartón
- Contar cuántas veces pueden pasar la almohada ida y vuelta sin dejarla caer



NOTA: Si están en un apartamento es mejor caminar de manera rápida o correr despacio, para no molestar a los que viven en el piso de abajo.