

Sportowa gra planszowa

Aktywność fizyczna jest bardzo ważna. W ramach aktywności można iść na spacer z psem, pograć w piłkę w ogrodzie lub zagrać w sportową grę planszową :)

Zasady:

1. Zaproś swoje rodzeństwo, rodziców, opiekunów lub inne osoby do gry
2. Rzuć kostką
3. Przesuń pionek o ilość oczek
4. Wykonaj ćwiczenie lub odpowiedz na pytanie
5. Brak odpowiedzi to cofnięcie się o 3 pola
6. Jeżeli próbowałeś wykonać ćwiczenie, ale Ci się nie udało to cofasz się o 1 pole
7. Jeżeli nie odpowiedziałeś na pytanie, a przy polu jest czerwona strzałka to cofasz się na pole, które wskazuje strzałka
8. Jeżeli odpowiedziałeś na pytanie, a przy polu jest zielona strzałka to cofasz się na pole, które wskazuje strzałka
9. Ruch ma kolejna osoba w grze
10. Koniec gry następuje, gdy pierwsza osoba wykona wszystkie ćwiczenia i zadania oraz dotrze do mety.

