



























¡QUIERO ESTAR SANO!

CASILLA	PRUEBA	
1		Corre lo más rápido que puedas hasta la otra punta de tu casa.
2		Ve saltando a por un alimento saludable a la cocina y ponlo encima de la mesa.
3		¡Corre a lavarte las manos!
4		Sube las rodillas al pecho de manera alterna durante 15 segundos. (Skipping).
5		¡De DOCTORA a DOCTOR y tiro porque es mi protector!
6		Me siento y me levanto de una silla durante 10 veces.
7		Salta con alguien chocando las manos lo más arriba posible. 5 veces.
8		Sube los talones al glúteo de manera alterna durante 15 segundos. (Skipping)
9		Tienes que hidratarte.
10		¡De DOCTOR a DOCTORA y tiro porque es mi protectora!
11		Imita el desplazamiento de un animal sin hablar para que lo descubran los demás.
12		Corre por toda la casa hasta que te vuelva a tocar tirar.
13		¡Elige la canción que más te guste, ponla, y tod@s a bailar!
14		Te has contagiado, debes quedarte en casa tres tiradas sin participar.
15		¡De DOCTORA a DOCTOR y tiro porque es mi protector!
16		Salta a la pata coja 10 veces y cambia de pierna para hacer lo mismo.
17		Agáchate y salta lo más alto que puedas durante 10 veces.

18		Haz una bola de papel (pelota) y cámbiatela de mano 10 veces sin que se caiga.
19		Propón un reto a un familiar. Si no lo consigues, retrocede 10 casillas.
20		¡De DOCTOR a DOCTORA y tiro porque es mi protectora!
21		Ve saltando a por un alimento saludable a la cocina y ponlo encima de la mesa.
22		Tienes que hidratarte.
23		Repta a lo largo del pasillo de tu casa como una serpiente. Ida y vuelta.
24		Sube las rodillas al pecho de manera alterna durante 15 segundos. (Skipping)
25		¡De DOCTORA a DOCTOR y tiro porque es mi protector!
26		Me siento y me levanto de una silla durante 10 veces.
27		Salta con alguien chocando las manos lo más arriba posible. 5 veces.
28		Corre lo más rápido que puedas hasta la otra punta de tu casa.
29		Imita el desplazamiento de un animal sin hablar para que lo descubran los demás.
30		¡De DOCTOR a DOCTORA y tiro porque es mi protectora!
31		¡HAS TENIDO MALA SUERTE, VUELVE A EMPEZAR!
32		Eres una estatua hasta que vuelva a ser tu turno.
33		Sube los talones al glúteo de manera alterna durante 15 segundos. (Skipping)
34		¡Elige una canción, ponla, y todos a bailar!
35		¡De DOCTORA a DOCTOR y tiro porque es mi protector!
36		Propón un reto a un familiar. Si no lo consigues, retrocede 10 casillas.

37		Da una voltereta en la cama y vuelve a tirar.
38		Salta a la pata coja 10 veces y cambia de pierna para hacer lo mismo.
39		Te has contagiado, debes quedarte en casa tres tiradas sin participar.
40		iDe DOCTOR a DOCTORA y tiro porque es mi protectora!
41		Utiliza la mímica y el gesto para mostrar un estado de ánimo.
42		Salta con alguien chocando las manos lo más arriba posible. 5 veces.
43		Ve saltando a por un alimento saludable a la cocina y ponlo encima de la mesa.
44		Corre por toda la casa hasta que te vuelva a tocar tirar.
45		iDe DOCTORA a DOCTOR y tiro porque es mi protector!
46		Sube las rodillas al pecho de manera alterna durante 15 segundos. (skipping)
47		iCorre a lavarte las manos!
48		Agáchate y salta lo más alto que puedas durante 10 veces.
49		Sube los talones al glúteo de manera alterna durante 15 segundos. (skipping)
50		iDe DOCTOR a DOCTORA y tiro porque es mi protectora!
51		iElige la canción que más te guste, ponla, y tod@s a bailar!
52		Repta a lo largo del pasillo de tu casa como una serpiente. Ida y vuelta.
53		Haz una bola de papel (pelota) y cámbiatela de mano 10 veces sin que se caiga.
54		Te has contagiado, debes quedarte en casa tres tiradas sin participar.
55		iDe DOCTORA a DOCTOR y tiro porque es mi protector!

56		Propón un reto a un familiar. Si no lo consigues, retrocede 10 casillas.
57		Anda 50 pasos por tu casa.
58		Tienes que hidratarte.
59		¡Corre a lavarte las manos!
60		¡De DOCTOR a DOCTORA y tiro porque es mi protectora!
61		¡HAS TENIDO MALA SUERTE VUELVE A EMPEZAR!
		¡ESTOY SAN@!