

Salga y Juegue

Es importante que los niños juegan afuera de la casa para mejorar su salud. Estas son algunas de las cosas que pueden hacer afuera con sus niños.



- Monte bicicletas
- Haga burbujas de jabon
- Jugar a las escondidas
- Jugar en los columpios
- Saltar la cuerda
- Sacar a caminar el perro
- Nadar
- Correr
- Jugar futbol
- Jugar basquetbal
- Trepase en los arboles
- Ir al parque