

Obstacle Course Challenge

Primary Objectives

Social–Emotional 1b, “Follows limits and expectations”

Physical 4, “Demonstrates traveling skills”

Cognitive 11a, “Attends and engages”

Materials

Obstacle course design and its directions (See “Let’s Design an Obstacle Course!”), boundaries for safe play, obstacles (pillows, ottomans, boxes, balls, pool noodles, etc.)

Why It’s Important

Obstacle courses help children realize all the different ways their bodies can move. Children also learn to follow multistep directions and to take turns.

When

Outdoor Play/Movement



What You Do

1. Referring to the obstacle course design you created with your child, gather the obstacles together.
2. Look at the design together and create the obstacle course.
3. Once the course is complete, take turns with your child going through it, following the obstacle course directions your child created. Invite other family members to go through the obstacle course as well.

Now it’s time to get moving for the Obstacle Course Challenge!

Extend this experience

Ask children to use a timer and time themselves.

Ask children to create trophies or medals.

Ask children to add more obstacles to the course once they are ready.

Desafío de curso de obstáculos

Objetivos principales

Socioemocional 1b, "Sigue los límites y expectativas"

Físico 4, "Se traslada de un lugar a otro"

Cognitivo 11a, "Presta atención y participa"

Materiales

El diseño de curso de obstáculo y sus direcciones (Ver "¡Diseñamos un curso de obstáculos!", límites para el juego seguro, obstáculos (almohadas, otomanas, cajas, pelotas,

Por qué es importante

Los cursos de obstáculos ayudan a los niños a darse cuenta de todas las diferentes maneras en que sus cuerpos pueden moverse. Los niños también aprenden a seguir instrucciones de vario pasos y a turnarse.

Cuándo

Juego al aire libre/Movimiento



Qué hacer

1. Refiere al diseño del curso de obstáculos que creó con su hijo, juntan los obstáculos que usarán.
2. Mira el diseño juntos y cree el curso de obstáculos.
3. Una vez que el curso es complete, tome turnos con su hijo pasando por el curso, siguiendo las instrucciones del curso de obstáculos que su hijo creó. Invite a otros miembros de la familia a pasar por el curso también.

Extender la experiencia

Pida a los niños que usen un temporizador y mide cuánto tiempo necesita cada persona para correr el curso de obstáculos.

Pida a los niños que creen trofeos y medallas.

Pida que los niños agreguen más obstáculos al curso una vez que estén listos.