

PASE POR AQUÍ

Decidir que
quieres estar en
el equipo de baloncesto.

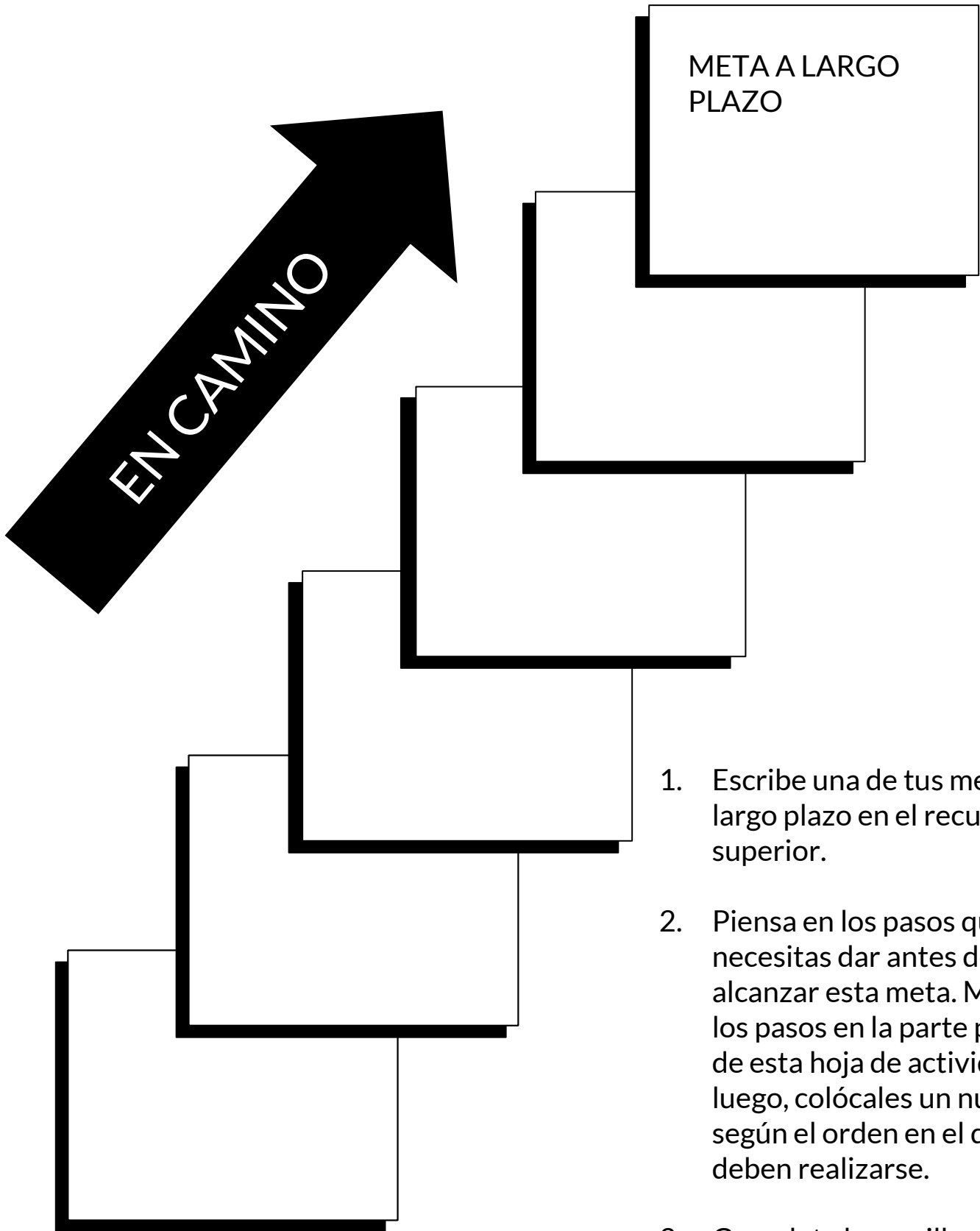
Alimentarte bien y
asegurarte de descansar
mucho durante la
semana antes de las
pruebas.

Buscar a alguien que
pueda ayudarte a
mejorar las habilidades
con las que tienes
problemas.

Ser elegido para el
equipo de baloncesto.

Comenzar a practicar
y averiguar cuándo
son las pruebas.

Ir a la prueba para el
equipo de baloncesto.



1. Escribe una de tus metas a largo plazo en el recuadro superior.
2. Piensa en los pasos que necesitas dar antes de poder alcanzar esta meta. Menciona los pasos en la parte posterior de esta hoja de actividades y, luego, colócales un número según el orden en el que deben realizarse.
3. Completa las casillas con las metas escalonadas que te ayudarán a alcanzar tu meta.