SOCCER FOR SUCCESS AT HOME

Mientras estamos tratando de distanciarnos socialmente, tratemos de continuar conectándonos y mantenernos activos. Hemos creado actividades y reunido recursos de fuentes confiables que te podrán ayudar a incorporar los cinco componentes del programa *Soccer for Success* en tu rutina mientras te mantienes en casa.

Décimo Volumen

ACTIVIDAD FÍSICA

Los entrenadores Mike and Bruno regresan con la sesión semanal de *Soccer for Success* at Home. Los temas de esta semana son atacar 1 contra 1 y opciones de desayunos saludables. Estos videos son apropiados para todas las edades y requieren poco espacio.

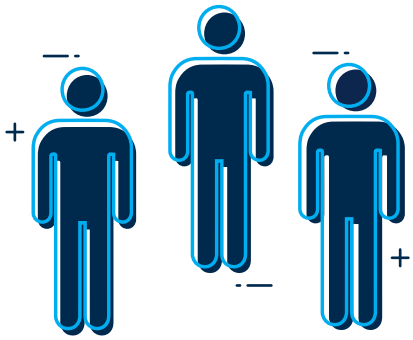
¡Véalo en inglés o español!

SALUD Y BIENESTAR

Honrar el final del año escolar es una importante transición hacia el verano, especialmente cuando se consideran los obstáculos que los jóvenes y las familias han superado. Use esta guía (en inglés) de The Children'sSchool para ayudar a estructurar esa transición y establecer una rutina de verano que pueda apoyar a los jóvenes y las familias en el transcurso de los próximos meses.

MENTORÍA

Debido a los recientes acontecimientos, es más importante que nunca tener conversaciones intencionales con los jóvenes sobre la raza. Healthy Children ha compartido las mejores prácticas sobre cómo involucrar constructivamente a los jóvenes en este tema.



PARTICIPACIÓN DE LA COMUNIDAD

A través del #HOMETEAMHERO Challenge de adidas, participa en nuestros entrenamientos *Soccer for Success* at Home (y otras actividades) para honrar a los héroes de primera línea que nunca han dejado de moverse por nosotros. Del 29 de mayo al 7 de junio, adidas donará $1 dólar al COVID-19 Solidarity Response Fund for the World Health Organization (WHO) por cada hora de actividad registrada en su aplicación. El objetivo: ¡recaudar $1 millón de dólares!

Regístrese para el #HOMETEAMHERO Challenge.

ESPACIOS SEGUROS

Disfrutamos de la infografía "25 Maneras de Moverse en Casa" del American Heart Association. A medida que se acerca el verano y continuamos adaptando nuestros espacios interiores seguros, considere incorporarlos en su rutina familiar o desafiar a los niños a completar una o más actividades cada día.

Etiquétanos en las redes sociales al U.S. Soccer Foundation y usa el hashtag #SoccerforSuccessAtHome y muéstranos cómo tú estás quedándote activo mientras en casa, para la oportunidad de ser destacado en nuestras redes sociales!

ussoccerfoundation.org @ussoccerfndn @ussoccerfoundation @ussoccerfoundation

Para obtener más recursos sobre *Soccer for Success* at Home, visite soccerforsuccess.org/athome.