

Actividad: **Juegos en casa**

OBJETIVOS

- Ejercitar nuestro cuerpo
- Aprender juegos sencillos
- Saber adaptarnos a las circunstancias

DURACIÓN

Entre 50 y 60 minutos aproximadamente

EDAD ADECUADA

Actividad orientada para niñ@s a partir de 3 años

MATERIAL

- El material que queráis utilizar en cada una de las actividades

DESARROLLO

Bienvenidos chicos y chicas a nuestra ludoteca de tarde, y es que en esta actividades os voy a presentar distintas sesiones para que podáis pasar un rato divertido mientras ejercitáis tanto vuestro cuerpo como vuestra mente. Hoy vamos a hacer una serie de juegos, así que trabajaremos deporte. En esta sección vamos a trabajar distintos deportes que se suelen realizar tanto en colegio, como en el parque... pero esta vez vamos a hacerlo en nuestra propia casa con materiales que tenemos por casa y de una manera super sencilla pero muy divertida.

En todas las actividades deportivas que vamos a hacer en esta ludoteca siempre vamos a hacer un calentamiento previo a las actividades que vayamos a hacer y unos estiramientos finales junto con una relajación que hará que nuestro cuerpo se recupere de las actividades o juegos que hemos hecho.

Es importante, que hagáis este calentamiento por que los músculos tienen que calentarse antes de hacer cualquier ejercicio. Además son ejercicios sencillos que muchas veces hemos hecho tanto en clase como al inicio de cualquier actividad deportiva. Esta vez el calentamiento corre por vuestra parte, es decir, que después de la cantidad de calentamientos que seguramente hayáis hecho tanto en el colegio como en las actividades online que habéis hecho durante esta temporada, seguro que os salen muchos ejercicios que podéis hacer para preparar vuestro cuerpo.

En la sesión de hoy os voy a proponer varios juegos que los podéis hacer tanto en casa, como en el parque ahora que se puede salir un rato. Además, son juegos cooperativos por lo que tenéis que animar al resto de la familia o algunos amigos (respetando siempre la distancia prudencial) a participar en ellos. Son varios juegos, podéis elegir cuales queréis hacer o hacerlos de una manera distinta (ya sabéis, haced las variaciones que vosotros queráis).

Los juegos para infantil (y más mayores que quieran participar) son los siguientes:

El despertador:

Tenéis que elegir a alguno de los participantes para que sea el encargado de que empiece a andar pero con los ojos cerrados. EL resto de los jugadores tienen que estar callados mientras colocan un despertador en el suelo. El jugador que tiene los ojos cerrados tiene que intentar trazar una línea en el suelo con una tiza donde cree que este el reloj. Ganará el participante que haga una circunferencia alrededor del despertador más pequeña, ya que significará que se ha acercado más.

La sorpresa olorosa:

Tenéis que coger un objeto que huela, como por ejemplo, una mandarina, un ambientador, una vela apagada... Todos los participantes tiene que estar dentro de una habitación, al entrar tienen que cerrar los ojos y dejándose guiar por el olfato, tienen que intentar encontrar el objeto. Ganará el jugador que encuentre antes el objeto. Además, esto nos sirve para agudizar nuestros sentidos, y desarrollarlos.

Los restauradores:

Uno de los participantes tiene que romper un dibujo (que sea claramente reconocible) en varios trozos. El resto de los participantes (según cuantos seáis os dividiréis en grupos pequeños) tienen que intentar restaurar el dibujo en el menor tiempo posible. Además, le podéis meter variaciones para hacerlo cada vez más difícil, como que solo una persona del grupo pueda ver o que no se puedan utilizar los brazos... Gana el equipo que menos tarde en restaurar el dibujo.

El manicomio:

Os poneis en circulo y uno de vosotros se tiene que poner en medio. Esa persona va a ser el médico, el resto tenéis que decidir que tic vais a tener (es un movimiento

que tenéis que repetir todo el rato). Cuando el medico vuelve a entrar en el círculo, tenéis que empezar a hacer todo el rato el tic mientras el medico averigua como curaros. En cuanto uno del grupo deje de hacer el tic (gracias a que el medico ha conseguido distraerle) al resto del grupo también se le pasara el tic.

Los perfectos contables:

El director del juego lleva en sus manos determinada cantidad de dinero en monedas de diverso tipo y explica que las va a hacer pasar sucesivamente por las manos de los contables. Coloca a los contables codo contra codo con las manos a la espalda. Si los contables son muy numerosos se pueden formar equipos.

El director del juego va pasando una a una las monedas al primer jugador que, tras palparlas, va pasándolas al segundo jugador y así sucesivamente hasta el final, sumando mentalmente la cantidad que ha ido pasando por sus manos. Al final, el que acierte la cantidad, o el que indique la cifra más cercana, será el vencedor.

El vendaval:

El jugador debe durante un minuto observar una mesa en la que hay colocados varios objetos. Posteriormente, se le tapan los ojos, y el director del juego cambia los objetos de posición. Finalmente el jugador, colocado frente a la mesa, ha de posicionar de nuevo los objetos en el lugar en el que se encontraban en un primer momento.

El teléfono:

Los jugadores se sientan en círculo. El director del juego susurra muy rápidamente una frase cualquiera al oído de su vecino de la izquierda. Este repite a su vez a su vecino de la izquierda la frase que cree haber captado y, así sucesivamente hasta el último jugador. El último jugador, dirá en voz alta la frase que cree haber oído, y que se presupone debería ser la que el director del juego dijo. La sorpresa puede ser mayúscula, cuando se oye el resultado.

El minuto:

El juego es muy sencillo, y muy distraído. Consiste en calcular, a partir de una señal del director del juego, un minuto de tiempo. El jugador que de una palmada acertando a darla justo cuando se cumple el minuto de tiempo es el vencedor. También se puede dar como ganador, a quien más cerca calcule el minuto, por arriba o por abajo del tiempo, si es que nadie acertó el tiempo justo.

Los ladrones del museo:

El director del juego coloca 7 taburetes o sillas en el centro del área de juego, y deposita un pequeño objeto en cada uno de ellos. Después venda los ojos a los dos jugadores. Estos son los ladrones que se introducen en el museo para robar objetos de valor. Sin embargo, estos ladrones son tipos muy curiosos y hábiles, que, como no quieren ser descubiertos por la policía, han decidido no apoderarse de todos los objetos del museo. Al comienzo del juego, ambos ladrones marchan en busca de los objetos de valor depositados en el museo.

Cuando uno de los jugadores localiza un taburete, coge el pequeño objeto colocado encima y, prosigue su busca; pero si tropieza con un taburete vacío, debe dejar en él un objeto, y así sucesivamente, hasta que uno de los dos ladrones tenga 4 objetos en la mano, en cuyo momento resulta ganador.

Y con esto ha acabado nuestra sesión de hoy. Espero que os haya gustado y os hayáis divertido con los juegos de hoy. Nos vemos en la siguiente sesión 😊