



ESPACIO CURRICULAR: EDUCACION FISICA

“La ruleta” (PARTE 2)

Para esta actividad volveremos a jugar con la ruleta que utilizamos en la clase n°4, pero esta vez deberán rodear la botella con dos círculos de tarjetas. El círculo de afuera corresponde a partes del cuerpo y el círculo de adentro a objetos para llevar a cabo la propuesta.

Prepara la ruleta como muestra la imagen:



El objetivo del juego es conseguir la mayor cantidad de puntos posibles superando los desafíos que cada niño/a pueda crear en función de lo que le toque en la ruleta.

El juego puede realizarse de manera individual o entre varios integrantes de la familia. (En caso de hacerlos solos/as, deberán quitar la tarjeta “pierde un turno” y se pueden dibujar las partes del cuerpo en vez de escribirlas).

¿CÓMO JUGAMOS?

- Cada jugador en su turno tendrá que girar 2 veces la ruleta. En el primer giro, deberán mirar hacia que parte del cuerpo apunta la botella. Y en el segundo giro hacia qué objeto apunta la misma.
- Luego con las dos tarjetas que les tocaron, deberán crear un desafío motor para que realicen todos los integrantes del juego (incluido el jugador que giro la ruleta). Ese desafío, tiene que llevarse a cabo en un espacio determinado, con una forma de ejecución elegida por el jugador de turno y la manera en que se supera el desafío y consigo los puntos.
- Una vez que todos los jugadores ejecuten el desafío, podrán anotar en un papel, quienes lo han superado y quiénes no. (Cada desafío superado vale 10 puntos)
- Luego girara la ruleta, el siguiente jugador y se repite la dinámica.
- Si en el primer giro, te toca una "tarjeta especial" que dice PIERDES UN TURNO, no podrás crear el desafío y deberá girar la ruleta el jugador siguiente. Si te toca GIRA DE NUEVO, debes volver a girar la ruleta, y si te toca ELIGE PARTE DEL CUERPO, deberás elegir una parte del cuerpo que te guste y girar la botella en el círculo para ver con que objeto debes crear el desafío.

EJEMPLO: si en la ruleta, les toco PIE y CAJA, el desafío puede ser SALTAR CON LOS DOS PIES JUNTOS LA CAJA SIN TOCARLA, LA MAYOR CANTIDAD DE VECES DURANTE UN MINUTO. El jugador que lo consiga se lleva los 10 puntos.

Es importante en la creación del desafío tener en cuenta los siguientes aspectos:

- **ESPACIO:** ¿Dónde lo jugamos y cómo ubicamos el material/objeto?
- **TIEMPO:** ¿Durante cuánto tiempo se lleva a cabo el desafío?
- **FORMAS DE EJECUCIÓN:** ¿Cómo nos movemos en relación al objeto? ¿Cómo lo manipulamos? ¿Qué acciones realizamos con la parte del cuerpo en relación al elemento?
- **OBJETIVO:** ¿Qué es lo que debo realizar para cumplir el desafío?

VARIANTES PARA JUGAR OTRO DÍA:

- Cambiar tarjetas de partes del cuerpo por habilidades motrices, como saltar, correr, lanzar, equilibrar, rodar, reptar, etc.
- Cambiar tarjetas de objetos por otros que no estén en esta ruleta, como globos, sogas, tachos, mesa, etc.
- Agregar "tarjetas especiales" que habiliten otras reglas, como desafiar a un solo integrante de la familia, desafiar a un compañero del grado de manera virtual o volver a girar la ruleta y crear dos desafíos seguidos, entre otras.

ACÁ LES DEJAMOS ALGUNOS DESAFÍOS PARA QUE TOMEN DE MODELO:

PIE – ALMOHADÓN: Pararse en un pie sobre el almohadón y ver que jugador aguanta más tiempo sin apoyar el otro pie en el suelo.

PIE – PELOTA: patear la pelota con el pie izquierdo y tratar de embocar en un arco marcado con cualquier otro elemento.

MANO – PALO DE ESCOBA: hacer equilibrio con el palo sobre la mano de manera vertical y controlar quien lo mantiene parado por más tiempo.

MANO – BUFANDA: atar la bufanda en algún lugar, y tirar de la misma arrastrándose por el suelo.

COLA- SILLA: empujar la silla con la cola, de un punto a otro en el menor tiempo posible.

ESPALDA- SILLA: apoyar la espalda en el asiento de la silla y dejar en el aire brazos y piernas, ¿Quién aguanta más sin desarmar esa figura?

RODILLA- BUFANDA: atarse la bufanda a la altura de las rodillas y saltar de un punto a otro en el menor tiempo posible.

Recuerden contarnos por el correo de educación física algunos desafíos creados por ustedes y por los integrantes que hayan compartido la actividad.

¡Que se diviertan!