RETO SEMANAL DEL JUEGO

¡Aprende y juega un nuevo juego cada día!

Semana del 27 de abril de 2020

Cada juego requiere un equipo mínimo y solo un pequeño número de personas para jugar. Se incluyen modificaciones para el distanciamiento social, la adecuación a la edad y el alojamiento en el hogar. También se proporcionarán videos cuando sea posible. ¡Haz clic en el título del juego en la lista a continuación para llevarte directamente a las instrucciones!

LUNES **04/27**	**Push-Catch** ¡Un juego simple que trabaja en la coordinación mano-ojo y escucha!
MARTES **04/28**	**Booty Ball** Una divertida variación en interiores de voleibol adaptable para varios espacios y equipos.
MIÉRCOLES **04/29**	**Tic Tac Toe Race/Relay** ¡El clásico juego con un toque activo!
JUEVES **04/30**	**Two Square** Es como cuatro cuadrados, ¡pero para dos personas!
VIERNES **05/01**	**Knock Down** Un juego divertido que trabaja en la precisión y la estrategia de lanzamiento.

RETO SEMANAL DEL JUEGO

¡Aprende y juega un nuevo juego cada día!

Monday: Push-Catch

 # de personas para jugar: 2+

Mejor para las edades: PreK-5th grado

Equipo necesario: 1 pelota hinchable o suave.

Configuración / tiempo de enseñanza: 5-10 minutos

Antes de que empieces:

- Modele a los jugadores cómo pasar una pelota suavemente a otros. Haz que los jugadores practiquen.
- Modele y practique cómo golpear la pelota hacia el jugador del medio, rebotando (si es posible).
- Recuerde a los jugadores que realizarán la acción OPUESTA de lo que se dice (si corresponde).

Preparación:

- Haga que los jugadores formen un círculo grande, de modo que todos los jugadores tengan espacio entre sus codos.
- Seleccione 1 jugador para pararse en el medio del círculo y entrégueles la pelota.

Cómo jugar:

- El jugador en el medio comienza lanzando suavemente la pelota a cada persona en el círculo, diciendo "Empujar" o "Atrapar".
    - **(Para prekínder-1er grado):** haga que el estudiante que arroja la pelota lo devuelva en función del comando dado por el jugador en el medio (Ej: si se le dice que "empuje", entonces el jugador en el borde del círculo lo empujará de regreso al medio).
    - **(Para los grados 2º a 5º):** haga que el estudiante que pasa la pelota, devuélvala haciendo lo OPUESTO del comando dado por el jugador en el medio (Ej .: Si se le dice que "empuje", el jugador en el borde del el círculo atrapará la pelota y luego la devolverá al jugador del medio).
- Si los jugadores completan la acción correcta, permanecen en el juego. Si los jugadores realizan la acción incorrecta, se sientan en su lugar hasta el comienzo de la siguiente ronda.

- Una nueva ronda comienza cuando solo queda 1 persona parada en el borde del círculo. Esta persona se convierte en el jugador intermedio de la nueva ronda.

Alojamiento en casa:

- En lugar de una pelota, use un calcetín enrollado o papel / periódico arrugado.
- Si solo tiene dos jugadores, haga que un jugador sea el "lanzador" y vea cuántas veces seguidas el otro jugador puede tener éxito. ¡Entonces cambia de roles!

Modificaciones para el distanciamiento:

- Juegue con una pelota de fútbol y haga que el jugador del medio patee la pelota a cada jugador en el borde del círculo y haga que los jugadores "detengan" o "pateen" la pelota.
- Los jugadores se colocan a dos brazos de distancia uno del otro en el borde del círculo.

Ideas del reto:

- Los jugadores en el borde del círculo pueden jugar mientras están de espaldas al jugador del medio para que tengan que "atrapar" o "empujar" con los brazos extendidos detrás de ellos.
- Los jugadores en el borde del círculo pueden acostarse boca arriba y usar los pies para "patear" o "atrapar" la pelota hacia el jugador del medio.

Variaciones de juego:

- El jugador del medio (lanzador) no tiene que pasar la pelota en orden, pero puede tirar a los jugadores al azar y también tratar de fingir los.
- En lugar de que los jugadores salgan cuando realizan la acción incorrecta, pueden realizar una tarea establecida antes de regresar al juego (Ej .: 5 saltos de tijera, 10 Flexiones de pared, etc).
- En lugar de que los jugadores salgan cuando realizan una acción incorrecta, pueden cambiar de lugar con el jugador del medio.
- Los jugadores pueden arrodillarse en lugar de pararse.

RETO SEMANAL DEL JUEGO

¡Aprende y juega un nuevo juego cada día!

Tuesday: Booty Ball

 # de personas para jugar: 2+

Mejor para las edades: 5+

Equipo necesario: Una pelota pequeña

Configuración / tiempo de enseñanza: 2 minutos

Antes de que empieces:

- Establezca un área rectangular dividida en dos áreas, cada una lo suficientemente grande como para que la mitad del grupo se siente cómodamente con espacio para cada jugador.
- Coloque sillas mirando hacia afuera al área de juego cerrada y actúe como la "red".

Preparación:

- Designe su área de juego con sillas que sirvan como "red".
- Un equipo se sienta a cada lado de la "red".

Cómo jugar:

- Divide el grupo en dos equipos.
- Todos se sientan del lado de su equipo, espaciados uniformemente en el piso.
- Ponga la pelota en juego en una de las áreas del equipo.
- Los jugadores intentan golpear la pelota hacia el otro equipo, sobre las sillas que están dividiendo la cancha.
- Los jugadores pueden golpear la pelota con los brazos, las piernas o cualquier parte del cuerpo, pero no pueden levantar la parte inferior del suelo.
- Solo se permiten tres golpes por lado, así que ayuda a los estudiantes a contar en voz alta.
- Los jugadores intentan mantener la pelota volando de un lado a otro el mayor tiempo posible.

Alojamiento en casa:

- ¡Juega con calcetines formado en una pelota!
- ¡Puede usar una mesa de sala o un sofá en lugar de sillas!

Modificaciones para el distanciamiento:

- Párate más alejado.
- Asegúrese de lavar el equipo antes y después de usarlo y lávese las manos.

Ideas del reto:

- Agregue el componente de servicio como en el voleibol y otorgue puntos siguiendo las reglas de regulación.

RETO SEMANAL DEL JUEGO

¡Aprende y juega un nuevo juego cada día!

Wednesday: Tic Tac Toe Race/Relay

 # de personas para jugar: 2+

Mejor para las edades: +6

Equipo necesario: dos conjuntos de tres objetos del mismo color o tipo que se pueden usar como piezas de juego (por ejemplo, 3 conos rojos y 3 conos azules)

Configuración / tiempo de enseñanza: 2 minutos

Antes de que empieces:

- Marque una tabla de tres en raya grande (3 pies x 3 pies) en el suelo con tiza, conos, cinta adhesiva, palos, etc.
- Marque dos líneas de partida una al lado de la otra que estén a unas pocas yardas del tablero de tres en raya.

Preparación:

- Divida a todos los jugadores en dos equipos y haga que cada equipo se alinee detrás de una de las líneas de partida. Si solo tienes dos personas, ¡está bien! Simplemente jugarás contra la otra persona.
- Coloque un juego de piezas de juego en el suelo frente a cada equipo.

Cómo jugar:

- Un líder o un jugador elegido cierra los ojos y cuenta atrás "3,2,1, GO!".
- El primer jugador en cada línea recoge una de las piezas de juego de su equipo y sale corriendo para colocarla en un cuadro en el tablero. Luego corren y chocan los cinco con su próximo compañero de equipo. (¡Si solo un jugador por equipo, ese jugador corre y toma la siguiente pieza del juego y continúa jugando!).
- Cuando han chocado los cinco, el siguiente jugador recoge una pieza del juego y sale corriendo para colocarla en el tablero, luego vuelve a chocar los cinco con su próximo compañero de equipo.
- Una vez que se han jugado las tres piezas del juego, los jugadores se agotan y usan su turno para mover una de las piezas de su equipo a una nueva casilla en el tablero.
- El juego continúa hasta que un equipo gana al obtener 3 en fila en el tablero.

Alojamiento en casa:

- Si juega adentro, invente formas divertidas de moverse en lugar de correr. Por ejemplo, caminar del talón a los pies, arrastrarse, etc.

- Use líneas existentes en el suelo (como un piso de baldosas) para su tablero de tres en raya.
- Use objetos pequeños de la casa para piezas de juego (ej. 3 medias negras y 3 medias blancas).

Modificaciones para el distanciamiento:

- En lugar de chocar los cinco con la siguiente persona en la fila, espere a que crucen la línea de salida o haga que aplaudan cuando terminen antes de que la próxima persona tome su turno.
- Comience el juego con cada equipo parado en un semicírculo en lados opuestos del tablero para que los jugadores puedan pararse a 6 pies de distancia.

Ideas del reto:

- Mueva las líneas de partida más lejos o más cerca del tablero para cambiar el ritmo y el nivel de desafío del juego.
- Configure 2 tableros y líneas de partida, después de tomar un turno en un tablero, ¡haga fila para el mismo equipo en el otro tablero y vea si puede mantener 2 juegos a la vez!

Variaciones de juego:

- Juegue al "estilo de fútbol" al botar una pelota con los pies hacia el tablero. Detenga la pelota con el pie en el tablero, haga su movimiento, luego bote la pelota hacia atrás y pásela a su compañero de equipo.
- Juegue al "estilo de baloncesto" haciendo driblar una pelota de baloncesto con las manos extendidas en el tablero. Haz tu movimiento, luego bota la pelota y pasala a tu compañero de equipo.

RETO SEMANAL DEL JUEGO

¡Aprende y juega un nuevo juego cada día!

Thursday: Two Square

 # de personas para jugar: Cualquier tamaño

Mejor para las edades: 6-10

Equipo necesario: Pelota

Configuración / tiempo de enseñanza: 10 minutos

Antes de que empieces:

- Establecer un rectángulo y dividirlo en dos cuadros.

Preparación:

- Configure un rectángulo y divídalo por la mitad para crear dos cuadros (1 y 2).
- Use la mitad de una cancha de 4 cuadrados.

Cómo jugar:

- El jugador en el cuadro 1 sirve la pelota al jugador en el cuadro 2.
- La pelota debe rebotar 1 vez antes de que se devuelva.
- Los jugadores salen si:
    - La pelota es golpeada fuera del cuadrado.
    - La pelota rebota dos veces antes de ser devuelta.
    - La pelota no rebota antes de ser devuelta.
    - La pelota golpea una línea.
    - la pelota se lleva o se sostiene.
- Si solo hay dos jugadores, el servidor es el jugador que detuvo la jugada.
- Si hay más una línea, el jugador que causó la jugada va al final de la línea y el nuevo jugador entra.

Alojamiento en casa:

- Use calcetines y juegue al estilo de papa caliente.
- ¡Usa una mesa y una pequeña pelota hinchable y juega al estilo de la mano!

Modificaciones para el distanciamiento:

- Limpie el equipo y el área antes de jugar.

RETO SEMANAL DEL JUEGO

¡Aprende y juega un nuevo juego cada día!

Ideas del reto:

- Trabajar en matemáticas contando por 2 o 3 ect. Cuando golpeas la pelota
- Use la mano no dominante solo para golpear la pelota.
- Pararse en una pierna en todo momento.

Variaciones de juego:

- ¡Haga que dos personas en cada casilla trabajen en equipo para golpear la pelota!
- • ¡Permita que los jugadores agreguen nuevas reglas como golpes dobles o blackjack para mantener el juego interesante!
- En lugar de jugar para ganar, ¡juega para ver cuántas veces puedes pasar entre ustedes dos! ¡Desafía a tus amigos en otros lugares para ver si pueden superar tu puntuación!

RETO SEMANAL DEL JUEGO

¡Aprende y juega un nuevo juego cada día!

Friday: Knock Down

 # de personas para jugar: 2+

Mejor para las edades: 4+

Equipo necesario: De cuatro a diez conos y una variedad de esquivadores (¡vea modificaciones en el hogar para equipos alternativos!)

Configuración / tiempo de enseñanza: 5 minutos

Antes de que empieces:

- Divide a los jugadores en equipos pares; asegúrese de que cada equipo sepa cuál es su lado.
- Revise las líneas de límite y recuérdeles que no hay cruce de la línea central.

Preparación:

- Cree un gran espacio de juego rectangular con una línea central usando una línea pintada, tiza o medios conos.
- Aproximadamente a cinco pies detrás de dos líneas de límite externas opuestas, coloque una hilera de conos separados uniformemente.

Cómo jugar:

- El objetivo del juego es derribar todos los conos de los oponentes antes de que hagan lo mismo con tus conos.
- Los jugadores no pueden cruzar la línea central mientras lanzan o recuperan una pelota.
- Cada equipo tiene permitido tener una persona frente de cada cono para protegerlo. Y deben permanecer a un metro y medio del cono.
- Si alguien golpea accidentalmente su propio cono, este permanece abajo.
- Una vez que todos los conos son derribados de un lado, el juego termina.
-

Alojamiento en casa:

- Enrolle un calcetín para usarlo como un objeto suave que se puede lanzar.

- Use botellas de agua vacías, botellas de champú / gel de baño, rollos de toallas de papel, etc. (lo que tenga que se pueda colocar libremente y se pueda volcar) como sustituto de los conos.
- Use cinta u otros objetos para marcar la línea central.
- Juegue sentado o de rodillas si está adentro y el espacio es limitado.

Modificaciones para el distanciamiento:

- Cada jugador solo puede lanzar sus propias bolas / medias y debe cruzar la línea central para recuperar después de lanzar. Los jugadores no pueden lanzar la pelota / calcetín recuperado hasta que hayan regresado a su lado de la línea central.

Ideas del reto:

- Lanzar solo con mano no dominante.
- Los jugadores deben saltar sobre un pie.

Variaciones de juego:

- Se puede jugar en equipos, uno a uno o en un torneo de estilo uno a uno, donde el ganador de cada ronda permanece en el juego para el próximo retador mientras otros animan a ambos jugadores.