**SESIÓN 2 SEMINARIO EF 2022-2023: “JUEGOS TOP”**

**JUEGO “El minuto”:** juego que sirve tanto para vuelta a la calma, como para una carrera de larga duración, trabajando así la resistencia aeróbica. Se habla con el alumnado cuántos segundos son x minutos, y una vez que saben esa cifra, practicamos el ritmo que llevan los segundos para que puedan calcular exactamente el tiempo que les requerimos. Después, se dispersan por la pista y tienen que recorrer el espacio (si es carrera continua, corriendo, y si es vuelta a la calma pueden hacerlo tumbados boca abajo) tratando de llegar donde está el profesor cuando consideran que llevan ese “tiempo establecido”. Es decir, si por ejemplo les decimos que calculen dos minutos, (120 segundos), se dispersarán por el espacio, y cuando consideren que llevan ese tiempo, se aproximarán donde está el docente, quien les mostrará con el cronómetro cuánto tiempo llevan. El primero en aproximarse más al tiempo, es el que gana. Una vez que se han parado, ya no pueden volver al juego.

🡪Variante: si están muy alejados del tiempo, pueden regresar y les damos una segunda oportunidad.

🡪Variante 2: pueden hacerlo por parejas.

**JUEGO “Equilibristas”:** es un juego para trabajar de manera cooperativa, así como las habilidades motrices de coordinación y equilibrio. Se coloca toda la clase al final del campo, con un envase de yogur vacío sobre la cabeza o con un frisbie o cono. Se delimita una línea de llegada a final de campo. A la orden del docente, deben recorrer el espacio hasta llegar a la línea final manteniendo el equilibrio del objeto que portan. Si se les cae, deben ayudarle a recolocarlo. La persona que traspase la línea del fondo, ya no puede regresar. El objetivo es que todo el grupo logre llegar a la línea final con el objeto sobre la cabeza.

**JUEGO “Class-royal”:** Se hacen dos equipos, y se establece un campo como el de Datchball, sin invasión en el campo contrario. En cada uno de ellos, se delimitan dos círculos: uno más grande, y dentro otro más pequeño. En el círculo menor se coloca una pirámide (construida con aros o con ladrillos), y el círculo mayor, se establece como “zona de defensa”. Los jugadores deben tratar de derribar la torre contraria. No hay eliminados, excepto si le dan a un jugador dentro de la zona de defensa de su propio castillo. En ese momento, deberá colocarse de rodillas, pero podrá continuar desplazándose. Si le vuelven a dar, resultará eliminado.

🡪Variantes: ponerle un tiempo a esa eliminación (30 segundos, 1 minutos)

🡪Variante 2: el eliminado se salva si eliminan al que le ha “matado”.

**JUEGO** “**LA FRUTERÍA:** Se trata de un juego de persecución ideal para 1er ciclo, aunque si mantenemos la dinámica, pero cambiamos la temática, podría ser válido para cualquier edad (nombres de ríos, deportistas famosos, superhéroes, resultados de cálculo mental…)

El desarrollo es el siguiente: Enfrentamos a dos equipos uno frente al otro, cada equipo en el otro extremo del campo. Cada grupo, en secreto se reparte el nombre de una fruta y se colocan en su lugar. En turnos, uno de los dos equipos manda a un comprador a la frutería a comprar. Al trote, se acerca hasta un punto marcado frente a sus rivales y hacen el teatrillo:

- Toc Toc.

- ¿Qué quieres?

- Quiero…. ¡Plátanos!

Si esa frutería tiene plátanos (uno de los miembros del equipo había escogido esa fruta) responde - ¡Sí tengo! - y entonces ese alumno corre a pillar al comprador que huye en dirección contraria hasta su casa.

Si esa frutería no tiene plátanos, porque nadie había elegido esa fruta, regresa al trote a su casa a recuperar su posición y le toca al otro equipo mandar un comprador.

En las carreras, si no tenían la fruta no se dan puntos. Si Sí está esa fruta gana un puno el equipo de la frutería que pilla al comprador, o el equipo del comprador si llega a casa sin ser pillado.

Tras varias carreras pueden cambiarse las frutas o cambiar los enfrentamientos.

**JUEGO “LA MOMIA”:** Juego de persecuciones donde un alumno/a será la momia (si la momia es el propio docente se lo pasan en grande). Esa momia guarda un gran tesoro que los exploradores/arqueólogos deben conseguir, pero la momia está hechizada y tiene vida si la despiertan porque debe proteger el tesoro.

De tal manera, la momia es una persona que tumbamos en un extremo del espacio de juego tapada con una esterilla de gimnasia que hará de sarcófago, y a la que le escondemos bajo ella (en un lugar alcanzable, como pegado al tronco o bajo la pierna) un tesoro que ya hemos presentado al alumnado (las llaves del profe, una pelota pequeña, una piedra…). Los arqueólogos deben acercarse sigilosamente hasta llegar al sarcófago y buscar el tesoro sin despertar a la momia. Si la momia considera que están haciendo ruido, se despertará, y si la tocan también. En ese caso se levantará y perseguirá a los arqueólogos y a quien pilla lo transforma en estatua.

Podemos poner distintas variables: que los Arqueólogos tengan refugio donde huir; que no haya y se retome la partida cuando la Momia se cobre una víctima y la transforme en estatua; que haya varios pequeños tesoros; que a las estatuas las puedan revivir los compañeros si la transportan en brazos hasta un lugar X….

Gana la momia si los captura a todos y ganan los exploradores si capturan el tesoro perdido.

**JUEGO “EXTRATERRESTRE”:** En este juego, el alumnado se reparte entre astronautas y extraterrestres. Estos podemos colocarlos todos en una misma línea, en círculo (en estos casos no saben quién es extraterrestre y quien es astronauta, sino que se lo hemos dicho a cada uno al oído). Si no, podemos repartirlos con un par de extraterrestres enfrente del resto, que son astronautas, con una separación de un par de metros.

Una vez colocados los participantes, el docente va gritando las posiciones del espacio que todos deben repetir: Estrella, cohete, agujero negro, luna. El docente va cantándolos y ellos reproduciéndolos hasta que en un momento cualquiera el docente grita “EXTRATERRESTRES”, y en ese momento los que tienen dicho rol persiguen a capturar a los astronautas.

Los astronautas capturados se transforman en extraterrestres y el juego acaba cuando todos lo acaban siendo.