

8 IDEAS PARA JUGAR CON GLOBOS EN CASA

Juegos y recursos para hacer un poco de educación física con globos en casa y así combatir el sedentarismo que en estos días puede provocar el coronavirus (COVID-19)

Por El Valor de la Educación Física

1 VOLEIBOL CON GLOBOS

Una silla, un sofá, una cuerda hacen de red. El resto, un jugador a cada lado y listo. ¡A jugar!



2 ¡QUÉ NO CAIGA!

2 jugadores. No hay red. Un jugador intenta que el globo toque el suelo, el otro debe evitarlo.



3 ¡ARRIBA ESE APLAUZO!

Golpear el globo al aire dar el mayor número de palmadas posibles antes de que toque el suelo.

4 ¡PING PONG CON GLOBOS!

¿Qué tal si en cualquier mesa se pone un pequeño obstáculo (que haga de red) y jugamos al ping pong siendo las raquetas las propias manos y la pelota un globo?



5 CARRERAS DE GLOBOS

¿Qué globo llegará antes de un lugar A a uno B sin tocarlo con ninguna parte del cuerpo? ¿Preparados? ¿Listos? ¡Ya!



6 ¿CUÁNTOS GOLPEOS?

¿Cuántos golpeos eres capaz de dar al globo utilizando solamente la cabeza? ¿y utilizando el pie?

7 ¿DE CUÁNTAS MANERAS?

¿De cuántas maneras puedes llevar el globo de un lugar A (salón) a otro B (cocina) sin tocar el globo con las manos?



8 A LA CAZA DEL TESORO

Se mete en un globo un pequeño detalle. Se llenan 8 globos, cada globo con un número (o color). Hay un globo que tiene el "tesoro". A partir de aquí, se le dan pistas -escritas y así fomentar la lectura- para que encuentren los globos de uno a uno. Llegado al final podrán explotar el globo y conseguir el "tesoro" buscado.

el **Valor** de la Educación Física

ELVALORDELAEDUCACIONFISICA.COM

- **Voleibol con globos.** Una silla, un sofá, una cuerda hacen de red. El resto, un jugador a cada lado y listo. ¡A jugar!
- **¡Qué no caiga!** 2 jugadores. No hay red. El objetivo es tocar el globo para que toque el suelo. Un jugador intenta que el globo toque el suelo, el otro debe evitarlo.
- **¡Arriba ese aplauso!** Golpear el globo al aire dar una palmada y volver a golpear al aire. Después de una palmada tienen que hacer dos y volver a golpear, después tres palmadas y volver a golpear... ¿cuántas palmadas será capaz de dar sin que el globo toque el suelo?
- **¡Al suelo rápido!** Golpear el globo al aire, hay que tumbarse en el suelo, volver a levantarse y volver a golpear el globo, volver a tumbarse y volver a levantarse... ¿cuántas veces seguidas se tumbará en el suelo habiendo golpeado el globo previamente y sin que éste toque el suelo?
- **Carreras de globos.** ¿Qué globo llegará antes de un lugar A a uno B sin tocarlo con ninguna parte del cuerpo? ¿Preparados? ¿Listos? ¡Ya!
- **¿Cuántos golpes** eres capaz de dar al globo utilizando solamente la cabeza?
- ¿Y solamente con el pie?
- **¿De cuántas maneras** puedes llevar el globo de un lugar A (salón) a otro B (cocina) sin tocar el globo con las manos?
- **Ping pong con globo.** ¿Qué tal si en cualquier mesa se pone un pequeño obstáculo (que haga de red) y jugamos al ping pong siendo las raquetas las propias manos y la pelota un globo?
- **A la casa del tesoro con globos.** Se mete en un globo un pequeño detalle. Se llenan 8 globos, cada globo con un número (o color). Hay un globo que tiene el "tesoro". A partir de aquí, se le dan pistas -escritas y así fomentar la lectura- para que encuentren los globos de uno a uno. Llegado al final podrán explotar el globo y conseguir el "tesoro" buscado.