

# 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



1. **Voleibol con globos:** Una silla, un sofá o una cuerda hacen de red. Un jugador o jugadora mínimo a cada lado y... ¡A jugar!
2. **¡Que no caiga!:** Al menos 2 jugadores/as. No hay red. El objetivo es golpear el globo para que toque el suelo, mientras que el otro trata de evitarlo. Cada vez que el globo toca el suelo es 1 punto para quien lo ha logrado.
3. **¡Arriba ese aplauso!:** Golpear el globo al aire, dar una palmada y volver a golpear el globo. El siguiente nivel será dar dos palmadas entre cada golpeo, luego 3 y volver a golpear... ¿Cuántas palmadas darás sin que el globo toque el suelo?
4. **Ping pong:** ¿Qué tal si en cualquier mesa se pone un obstáculo que haga de red y jugamos al ping pong siendo las raquetas las propias manos y la pelota el globo?
5. **Carreras de globos:** ¿Qué globo llegará antes de un lugar A a otro B después de lanzarlo y sin tocarlo con ninguna parte del cuerpo.
6. **Cuántos golpes:** ¿Cuántos golpes eres capaz de dar al globo utilizando solamente la cabeza? ¿Y el pie?
7. **De cuántas maneras:** ¿De cuántas maneras puedes llevar el globo de un lado a otro de tu casa sin tocarlo con las manos? Y ahora trata de hacer el siguiente reto: Entre dos, se coloca un globo sujeto sólo por las cabezas. ¿Seréis capaces de trasladarlo hasta los pies sin que toque el suelo y sin utilizar en ningún momento las manos?
8. **A la caza del tesoro:** Se mete en un globo un pequeño detalle. Se inflan 8, cada uno con un número o color pero sólo hay uno que contenga el "tesoro". A partir de aquí vamos dando pistas para encontrar cada globo y, cuando los tengamos todos, se podrá explotarlos para descubrir el tesoro.