



JUEGO DE RETOS PSICOMOTRICES

JUMOTIO

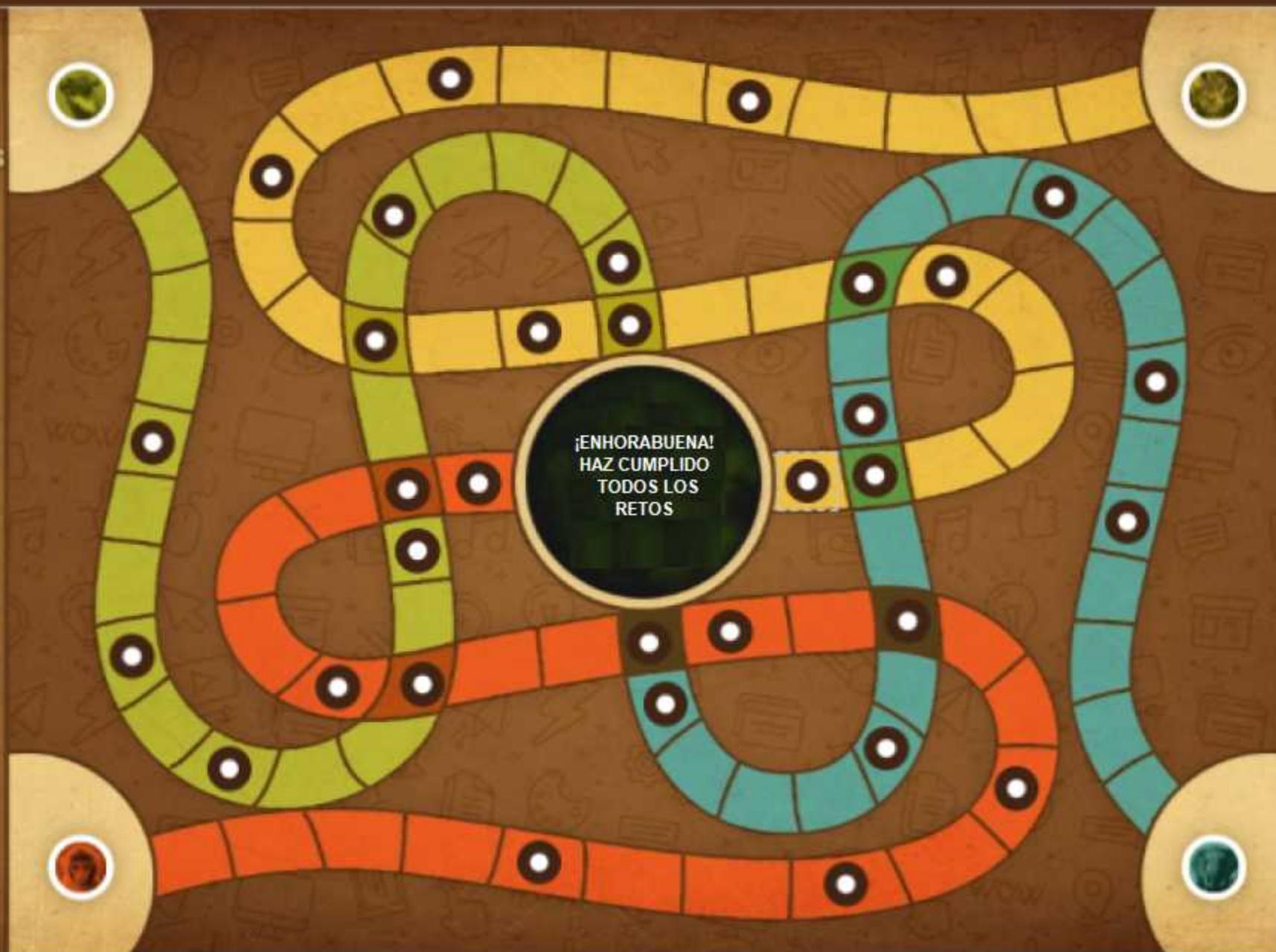
EMPEZAR



El juego de retos psicomotrices



Jugadores:



Instrucciones

Bienvenidos a Jumotio
Inicia el jugador con fecha de cumpleaños más cercano.
Lanza y arrastra tu ficha, si cae en una de las casillas interactivas deberás realizar la actividad, podrás avanzar hasta que sea superado el reto, tendrás una nueva opción en cada turno, ganas con el número exacto.



JUMOTIO



Instrucciones

Inicia el jugador con fecha de cumpleaños más cercana y continúan por derecha.

Los jugadores comienzan con una ficha que representa a cada uno de ellos en el casillero inicial y se turnan para lanzar el dado. Las fichas se mueven según la numeración del tablero. Si al finalizar un movimiento un **jugador cae en** un casillero interactivo debe realizar el reto planteado, no podrá seguir avanzando hasta que lo supere, en cada turno tiene cierta cantidad de tiempo u oportunidades para realizarlo, en caso de no conseguirlo deberá esperar nuevamente su turno para intentarlo.

Se puede utilizar el emocionómetro al finalizar cada reto, como una forma de identificar y medir las emociones generadas en los estudiantes y que facilitará la retroalimentación.

Para jugarlo en físico, el jugador dice un número del 1 al 32 y realiza el reto planteado, el jugador no podrá repetir un reto que ya haya superado.

*Para ganar hay que **lanzar el número exacto.***

Los materiales que deben tener disponibles son:

- 2 globos
- 2 bastones o palos de escoba
- 1 bastón o palo de escoba corto
- 1 lazo
- 1 rollo de papel higiénico
- 1 cuaderno grande
- 1 libro pequeño
- 1 bola de papel reciclado
- 1 liga o banda elástica
- 3 botellas plásticas de 1 a 2 litros
- 1 botella plástica pequeña con un poco de agua
- 2 monedas
- Una botella de vidrio forrada o una botella plástica pequeña, lana o cuerda, empaque redondo o similar y un palo corto.
- 1 galleta redonda
- Zapatillas

Retos psicomotrices Jumotio

Los retos deben ser cumplidos sin equivocaciones, no se pueden acumular intentos acertados, estos deben ser simultáneos en cada ejecución.

1. **Bastón mano:** bastón en equilibrio sobre la mano y se gira dos veces, tienes un minuto. La mano debe estar completamente abierta.
2. **Escalera:** gimnasia mental, juntamos dedo pulgar mano derecha con índice mano izquierda y pulgar mano izquierda con índice mano derecha, como si fuera una escalera hacia arriba vamos pasando todos los demás dedos por los pulgares, realizarlo durante 20 segundos, tienes un minuto.
3. **Bastón pies:** bastón en equilibrio en punta de pie durante 6 segundos, tienes un minuto.
4. **Cuarderball:** con un cuaderno llevar golpeando una pelota de papel, dar 8 pasos hacia adelante y devolverse hacia atrás, tienes 3 oportunidades.
5. **Cuaderball encesta:** golpear una pelota con un cuaderno 10 veces y encestarla, tienes 3 oportunidades.
6. **Monedas al aire:** con dos monedas una ubicada en el dorso de la mano y la otra en la mitad del antebrazo se lanzan hacia arriba y se intentan atrapar con la mano, tienes 3 oportunidades.
7. **Botella de feria:** una botella de vidrio forrada con fomi o papel o una botella plástica con agua, se intenta levantar con una cuerda que tiene un aro en un extremo mientras esta la persona la sujeta por con un bastón corto, tienes 6 oportunidades.
8. **Palos chinos:** llevar un balón con dos bastones sujetos por los extremos hasta una cesta, se repite dos veces, tienes 4 oportunidades.
9. **Botella challenge:** lanzar una botella la cual debe girar y quedar parada sobre una mesa o superficie a tres pasos de distancia, tienes 3 oportunidades.
10. **Rollo arriba:** acostado boca arriba, con un rollo de papel higiénico en la frente y se intenta levantar y volver a acostar, tienes 3 oportunidades.
11. **Reto galleta:** sentado o de pie, se coloca una galleta pequeña redonda en la frente, la cual debe ser llevada únicamente con movimientos faciales hacia la boca, tienes 3 oportunidades.
12. **Elástica puntería:** derrumbar una lata o botella, lanzando una liga de goma, ubicado a tres pasos, tienes 3 oportunidades.
13. **Zapato al aire:** lanzar un zapato con la punta del pie e intentar dejarlo sobre la suela, tienes 3 oportunidades.
14. **Globo manos:** con un globo pequeño, acostado boca arriba golpeará 30 veces el globo con las manos sin dejarlo caer al piso, tienes un minuto.
15. **Globo pies:** Con un globo pequeño, sentado se golpeará el globo 20 veces con los pies sin que toque el suelo, tienes un minuto.
16. **Globos al aire:** mantener dos globos en el aire durante 30 segundos, tienes 2 oportunidades.
17. **Toque de dedos:** con un rollo de papel higiénico realizar 15 toques con los dedos o antebrazos, tienes 3 oportunidades.

18. **Palo bonito:** gimnasia mental, canción palo bonito palo eh, realizarlo durante 20 segundos, tienes un minuto.
19. **Toque con pies:** Con un rollo de papel higiénico realizar 7 toques con los pies, tienes 3 oportunidades.
20. **Plancha bastón:** en posición de plancha sujetando un palo de escoba se lanza y se atrapa con la otra mano, se realizan 7 repeticiones, tienes 3 oportunidades.
21. **Zapatilla challenge:** acostado boca arriba con una pierna extendida, sobre el pie una zapatilla, hay que girarse hasta quedar en la posición inicial, tienes 4 oportunidades.
22. **Pulgar índice, pulgar meñique:** gimnasia mental, juntamos dedo pulgar con índice de la mano izquierda y dedo pulgar con dedo meñique de la mano derecha, vamos pasando todos los dedos por el pulgar simultáneamente con ambas manos, realizarlo durante 20 segundos, tienes un minuto.
23. **Rollo cruzado:** Con un rollo de papel higiénico se toma con ambas manos y se pasa hacia atrás entre las piernas atrapándolo con ambas manos y se devuelve 8 repeticiones continuas sin equivocaciones, tienes 3 oportunidades.
24. **Rollo en caída libre:** con un rollo de papel higiénico se toma con ambas manos, brazos extendidos sobre la cabeza, se deja caer hacia atrás intentar cogerlo a la altura de la espalda, luego se pasa por entre las piernas, 5 repeticiones continuas sin equivocaciones, tienes 3 oportunidades.
25. **El molino:** un brazo en circunducción hacia delante y el otro hacia atrás simultáneamente, mantenerlos durante 10 segundos, tienes un minuto.
26. **A y B:** gimnasia mental, una mano en b la otra en a, según lengua de señas y cambia, realizarlo durante 20 segundos, tienes un minuto.
27. **Equilibrio dinámico:** con un libro y sobre este un rollo de papel higiénico en la cabeza, dar siete pasos adelante y devolverse hacia atrás, tienes 3 oportunidades.
28. **Rollo en equilibrio:** con un libro y sobre este un rollo de papel higiénico en la cabeza sentarse y levantarse 2 veces, 3 oportunidades.
29. **Pelota palmeada:** una pelota en papel se golpea alternando con cada mano 10 veces hasta encestarla, 3 oportunidades.
30. **Giro 360:** un bastón o palo de escoba sujetado intentando mantenerlo en equilibrio se suelta y se gira 360 grados para intentar atraparlo sin que toque el suelo se repite 2 veces, tienes 3 oportunidades.
31. **Equilibrio en un pie:** en un solo pie rodeado de tres botellas en diferentes puntos cardinales, deberás recoger todas las botellas sin dejarlas caer y luego volver a colocarlas, sin bajar el pie al suelo, tienes 3 oportunidades.
32. **Salto lazo:** con un lazo saltar continuamente sin equivocarse durante 20 segundos, tienes un minuto para realizarlo.

Propuesta pedagógica iocus emotio

¡Visítanos! <https://leonelmartinet.wixsite.com/iocusemotio>



iocus emotio

https://www.youtube.com/channel/UCaPkZffz8BbnwJy8L3RT_fg



iocusemotio@gmail.com