



# JUEGOS

## DE DADOS Y ACTIVIDAD FÍSICA

### 1. A POR EL 20 !!!!!

Objetivo conseguir 20 puntos. Coge un dado y lánzalo. Si superas el reto te anotas los puntos obtenidos en el dado.

¿Cómo hacerlo? Coge una hoja de papel. En la hoja de papel, asocia un número a una acción sencilla a realizar. Por ejemplo:

- 1 —> Lanza un rollo de papel arriba, toca el suelo y cógelo. 3 veces.
- 2 —> Lleva un cubo, o un juguete, de un lugar A de la casa a otro B sin tocarlo con las manos.
- 3 —> Lleva el aro u otro objeto redondo rodando de un lado al otro de la casa sin que toque nada.
- 4 —> Simón dice... tiene que estar 30 segundos diciendo cosas e intentar que la otra persona se equivoque. Ejemplo, Simón dice que te sientes, Simón dice que te levantes, Simón dice que saltes y aplaudas, Simón dice que te sientes, Simón dice .....
- 5 —> Bailar el estribillo de una canción. ¡La que más te guste!
- 6 —> Lanzar el rollo de papel higiénico a una botella y derribarla.

**Nota:** Modifica los retos a tu antojo. Esto es solo una idea.

### 2. ¡Eres un suertudo!

¡Eres un suertudo! Este juego es similar al primero peeeerooo... vamos añadirle una pizca más de azar. El objetivo es conseguir 20 puntos. Ojo, a los dados:

- 1 —> Súmate un punto (por tu cara bonita).
- 2 —> ¡A sudar! 20 saltos de combas seguidos tienes que dar si 2 puntos quieres sumar.
- 3 —> Pierdes 3 puntos.
- 4 —> ¡Enhorabuena! Suma 4 puntos si consigues con la comba hasta,,,,,
- 5 —> ¡Precioso número! 5 repeticiones de saltos a la comba tienes que hacer siguiendo el siguiente orden: pie izquierdo solo, pie derecho solo, dos pies juntos.
- 6 —> ¡Carabela! Pierdes todos tus puntos

**Nota:** ¿Quieres poner más números y más retos? Coge otro dado y arreglado.



### 3. ¡Lanza, lanza... con lo que te toque, toque!

2 dados, uno indica el objeto a derribar y el otro con qué derribarlo.

Dado 1:

- 1 —> Botella de agua de plástico.
- 2 —> Lata.
- 3 —> Vaso de yogurt.
- 4 —> Cubo de plástico.
- 5 —> Bote de Champú.
- 6 —> Juguete estilo Playmobil.

Dado 2:

- 1 y 4 —> Rollo de papel higiénico.
- 2 y 5 —> Goma de borrar.
- 3 y 6 —> Cojín.

### 4. Hasta la otra pared saltando.

El objetivo de este juego es llegar hasta la pared de enfrente. Para poder avanzar hay que lanzar el dado y saltar de un golpe el número de losas (del suelo de casa) que haya sacado. Si no lo consigue se quedará en la misma casilla.

- 1 —> Salta 1 losa.
- 2 —> Salta 2 losas.
- 3 —> Salta 3 losas.
- 4 —> Salta 4 losas.
- 5 —> Salta 5 losas.
- 6 —> Salta 6 losas.

**Nota:** Los números altos de losas, favorece el azar ¡nadie querrá sacar un 6!. Pero si ves que seis losas son muchas puedes poner a partir de un número el máximo de losas que puedes saltar.

### 5. ¡Baila que te baila!

El objetivo es bailar durante 30 segundos delante de la familia. ¡Todas las personas de la casa juegan! ¡Obligatorio! .Vamos a utilizar **dos dados** para este juego.

Dado 1: ¿Cómo se baila?

- 2 —> Baila solo con las manos.



- 3 —> Baila solo con las cabeza.
- 4 —> Baila solo con las pies.
- 5 —> Baila solo con dando saltos.
- 6 —> Baila solo con todo el cuerpo.
- 7 —> Baila solo con las manos y cabeza.
- 8 —> Baila con los manos pegadas a la pared.
- 9 —> Baila sin poder despegar los pies...
- 10 —> Baila como si tuvieras un 1% de batería.
- 11 —> Baila como si mañana pudieras ir al cole de nuevo.
- 12 —> Baila para celebrar que hemos vencido al coronavirus.

**Nota:** ¡imaginación al poder!

Dado 2: ¿Qué tipo de música?

- 2 —> Música tipo clásica.
- 3 —> Música tipo flamenco.
- 4 —> Música tipo rock duro.
- 5 —> Música tipo pop.
- 6 —> Música tipo balada.
- 7 —> Música tipo salsa.
- 8 —> Música tipo africana.
  
- 9 —> Música tipo techno.
- 10 —> Música tipo reggae.
- 11 —> Música tipo hip-hop.
- 12 —> Música tipo gospel.

**Nota:** pon los tipos de música que quieras. O incluso selecciona canciones concretas. Hay doble trabajo, buscar las canciones y luego bailarlas .

## **Resumen y conclusión**

Pues ya lo habéis visto, 5 juegos que pueden dar mucha diversión en las casas en estos días.

Juegos que aunan azar e incluso música. Esta mezcla es más que interesante y divertida.

¡¡¡¡¡A JUGAR!!!!!!