

Colección Educación Física

JUEGOS ECOLÓGICOS CON... BOTELLAS DE PLÁSTICO

Manuel Gutiérrez Toca



INDE

Si desea recibir información periódica gratuita sobre nuestras novedades y sobre la revista INDEref a través de internet, envíe esta hojita.

RESPUESTA
COMERCIAL

Autorización n.º 9.173
B.O.C. n.º 45
de 9.6.89



No
Necesita
sello

A franquear
en destino



INDE

Apdo. F.D. 756
08080 BARCELONA
ESPAÑA



Deseo recibir información periódica gratuita sobre vuestras novedades

(Le rogamos escriba en letra de imprenta)

CÓD. 174

El título lo adquiriré en de la provincia de

Este libro lo conocí: Anuncio revista Expuesto en librería Catálogo

Recomendado profesorado Otros

Apellidos y Nombre

Domicilio

C.P. Ciudad

Provincia País

E-mail: Teléfono

Titulación Profesional

Centro de trabajo Cargo

Domicilio

C.P. Ciudad

E-mail: Teléfono

Provincia País

Firma

PUEDA TAMBIÉN UTILIZAR NUESTRA PÁGINA WEB PARA
INTERCAMBIAR INFORMACIÓN: <http://www.inde.com>

La información suministrada por Vd. no tiene otra finalidad que ser utilizada para el envío de información de INDE.
Los datos solicitados serán tratados con absoluta reserva.



LIBROS



Visita nuestra página
en Internet

<http://www.inde.com>
e-mail: editorial@inde.com

FORMACIÓN



Visita nuestros
"microcursos gratuitos"
en...

<http://www.inde.com>
e-mail: editorial@inde.com

REVISTA



Suscríbete gratuitamente
a nuestra revista digital



INDE REF
Revista de Educación Física

<http://www.inde.com>

Manuel Gutiérrez Toca

Es profesor de Primaria, especialista en Educación Física, preparador físico, monitor de yoga, atletismo, dinámica infantil, animador social y deportivo, atleta internacional. Ha realizado diversas ponencias, cursos, talleres y publicaciones sobre didáctica, materiales ecológicos y recursos innovadores.

Juegos ecológicos con... botellas de plástico

Manuel Gutiérrez Toca



INDE

Publicaciones

Primera edición, 2010

© 2010, INDE Publicaciones

Pl. Sant Pere n.º 4 bis, baixos 2.^a
08003 Barcelona - España
Tel. 93 3199799 - Fax 93 3190954
E-mail: editorial@inde.com
<http://www.inde.com>

© 2010, Manuel Gutiérrez Toca

ISBN (PDF): 978-84-9729-218-4

Agradecimientos

Sirvan estas líneas como muestra de agradecimiento a todos mis alumnos, a los que debo y dedico esta obra, especialmente a los pasiegos de Vega de Pas, con los que trabajé 4 años y que por lo singular de su etnia, aprendí muchas cosas sobre la autosuficiencia, a todos *gracias*.

Índice

INTRODUCCIÓN	9
PARTE TEÓRICA	
1. ¡S.O.S.! para el Medio Ambiente	11
2. Educación... también medioambiental	12
3. ¿Cómo influyen estas actividades ludo-educativas en las enseñanzas transversales?	14
4. La importancia del juego	14
5. ¿Jugar con lo “inservible”?	15
6. El valor de los materiales ecológicos	16
7. Una didáctica más integral: buscar, pensar, crear, jugar	18
8. Ficha de juegos ecológicos	21
9. Material específico: botellas de plástico	22
PARTE PRÁCTICA	
1. Juegos con botellas de plástico	27
PARA PENSAR..., ALGUNOS AVALES SOBRE EL TEMA	167
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	169

Introducción

La carencia de recursos didácticos, la necesidad de experimentar con materiales no convencionales, el buscar la plasmación de valores sociales muy en auge como la ecología, el cambiar de escenario habitual las actividades físicas, realizar un proceso instructivo más completo, así como contribuir con nueva “materia prima” que fomente unidades didácticas novedosas, lúdicas y recreativas..., son mis principales móviles para desarrollar este trabajo. Ante la falta de medios, seamos prácticos, ¿Qué tengo en mi entorno?..., aprovechemos realmente lo que tenemos y con mente divergente expresamos sus posibilidades.

Todo lo que tiramos es proporcional al desgaste del planeta, igualmente lo que se fabrica en exceso, por su potencial como residuo. La necesidad de reciclar y reutilizar experimentando nuevas posibilidades y divergiendo la utilidad inicial de los objetos, evidencia gran valor ecológico evitando residuos y la fabricación de nuevos objetos, si además creamos nuevos recursos, obtenemos con el proceso mayor riqueza didáctica, pedagógica y transversal. Por tanto, todo objeto *multifuncional* lo designo como ecológico.

Cuando en la educación física se utilizan materiales y juegos que algunos niños suelen utilizar habitualmente, estamos imposibilitando la asimilación de destrezas nuevas e incrementando las desigualdades. El realizar actividades ludo-educativas no estandarizadas ni habituales, facilita un completo aprendizaje, aumenta las posibilidades educativas, permite reglas flexibles y adaptadas al interés de los participantes, así como partir de un punto homogéneo para su práctica, todo ello es posible con los objetos inservibles, los materiales ecológicos, que nos permiten además de jugar, de la misma forma que los habituales, diseñar, hacer, crear... y como es sabido, lo escuchado y visto se olvida o recuerda, sin embargo lo hecho y vivido perdura.

El resultado de 20 años de experimentaciones a dado el fruto de esta colección denominada *ludo-recreativa*, en la que se diseñan más de 1200 actividades, entre juegos y talleres, que han sido experimentadas y pulidas por todos mis alumnos bajo un marco educativo y con la pretensión de dejar posos actitudinales, divertirse y aprender a aprender, así han surgido los denominados, Juegos Ecológicos.

Parte teórica

1. ¡S.O.S.! PARA EL MEDIO AMBIENTE
2. EDUCACIÓN... TAMBIÉN MEDIOAMBIENTAL
3. ¿CÓMO INFLUYEN ESTAS ACTIVIDADES LUDO-EDUCATIVAS EN LAS ENSEÑANZAS TRANSVERSALES?
4. LA IMPORTANCIA DEL JUEGO
5. ¿JUGAR CON LO “INSERVIBLE”?
6. EL VALOR DE LOS MATERIALES ECOLÓGICOS
7. UNA DIDÁCTICA MÁS INTEGRAL: BUSCAR, PENSAR, CREAR, JUGAR...
8. FICHA DE JUEGOS ECOLÓGICOS
9. MATERIAL ESPECÍFICO: BOTELLAS DE PLÁSTICO

1. ¡S.O.S.! PARA EL MEDIO AMBIENTE

Seguramente nadie se para a pensar en la cantidad de residuos que producimos cada día, ni en las graves consecuencias que estos pueden producir en el medio ambiente que nos rodea.

La sociedad en la que vivimos actualmente se enfrenta a un problema de futuro debido a la gran y descontrolada producción de materiales y objetos que posteriormente van a suponer basura y contaminación, bien cuando terminen la función para la que fueron creados, o bien cuando se deterioren. Somos víctimas de nuestros desechos, las sociedades industriales generamos unas 4.000.000 de toneladas métricas diarias, y desde 1960 los generados por envases y embalajes han aumentado en un 200%.

En las zonas rurales la contaminación es menor, debido a que la fuente de alimentación básica está en el propio entorno, pero las grandes ciudades necesitan traer casi todo lo necesario para sobrevivir, y eso conlleva una serie de necesidades para que no se deterioren los productos en sus traslados, tales como envases, bolsas, cajas... que después de utilizarse pasarán a formar parte del mundo de lo inservible, con el consiguiente deterioro para su entorno cercano, “... ¡habrá que hacer algo!”

Reeducar las mentes de actitudes y contravalores, de irresponsabilidades y egoísmos, de insolidaridad... este sería el primer paso, sin concienciación no hay acción. La causa de todo esto es la falta de mentalización social por ausencia o insuficiencia de *valores educativos medioambientales*, los cuales habrá que reciclar con la misma necesidad que los residuos.

El depositar los materiales inservibles en lugares apropiados y controlados, debiera ser otro paso, ahora bien, su desintegración final: incineración, enterramiento... sigue contaminando...¡sí!, el aire y las aguas subterráneas, así que buscando alternativas más constructivas nos encontramos con el *Reciclaje*, esto es, seguir utilizando lo ya fabricado para evitar más cantidad de objetos que se nos amontonen y deterioren nuestra salud y forma de vida.

Dado que todo lo que se produce es potencialmente residuo y puesto que el mal está ahí, propongo poner un mínimo de participación activa, diseñando *unidades didácticas* con objetos-materiales ya existentes en el entorno cercano, y con una visión divergente darlos nueva "vida". Nuestra aportación para que se ahorre materia prima y no se fabriquen nuevos objetos, innecesarios en múltiples ocasiones, puede estar en esa sencilla actitud. Reciclando fomentamos la concienciación ecológica, además de servirnos para otros fines educativos y aumentar nuestras posibilidades de ocio.

El reciclaje artesanal está muy difundido como forma de subsistencia en sociedades poco desarrolladas, para las que nuestras basuras son bienes preciados, y con imaginación y mente abierta, las utilizan con fines diferentes a los que fueron creados, sin embargo, recientemente en zonas desarrolladas también se están difundiendo valores hacia el cuidado del entorno, no por subsistencia básica, sino como forma de mantener la higiene y la salud, evitando la contaminación y un futuro cercano caótico.

Los africanos han desarrollado el arte de reutilizar, obvio por otra parte, de tal manera que han creado estilo propio de gran prestigio artístico e incuestionable riqueza personal, todo ello, en la escuela de la necesidad, –sirva de ejemplo–.

¡DESARROLLO SOSTENIBLE, EL PLANETA LO AGRADECERÁ!

2. EDUCACIÓN... TAMBIÉN MEDIOAMBIENTAL

La preocupación medioambiental es de tal magnitud que los gobiernos de muchos países han creado programas educativos, y diferentes colectivos sociales manifiestan su preocupación por el futuro inmediato del planeta.

El sistema educativo debe hacer que el alumno esté en contacto directo con su medio, y sensibilizarle para su protección a través de métodos educativos, pedagógicos y psicológicos, potenciando en ellos las siguientes actitudes:

1. Ser crítico hacia los problemas medioambientales, despertando inquietudes respecto a la búsqueda de soluciones.
2. Colaborar directamente en el mantenimiento del entorno.
3. Valorar la importancia del reciclado en base al ahorro de materia prima y energía.

En España la preocupación por el tema es tal, que en los objetivos generales de educación primaria existe uno completo que dice: “Los alumnos conocerán las características fundamentales del medio ambiental y social, contribuyendo a su conservación”. Además, en la educación física, donde se dan las condiciones idóneas para la concienciación sobre la importancia de cuidar el medio ambiente y su repercusión en la salud, existe otro objetivo específico del área que dice: “los alumnos desarrollarán la capacidad de conocer y valorar la diversidad de actividades físicas y deportivas, así como los entornos en que se practiquen, participando en su cuidado y mejora”.

Veamos el ejemplo de cómo una actividad deja un poso educativo: nos situamos en un pequeño colegio rural preparando una salida al entorno, éramos 22 niños y yo, después de recibir las indicaciones e informaciones pertinentes, comenzamos nuestra aventura ecológica río arriba, divididos en 4 grupos con un saco de plástico gigante cada uno. La actividad, por desgracia terminó pronto, ya que en menos de una hora recorrimos 800 m de río recogiendo envases, y llenamos todos los sacos contabilizando 78 objetos, principalmente botellas de plástico. Finalmente hicimos una puesta en común, cuyas conclusiones a la pregunta, “¿Para qué sirve limpiar el entorno y recoger materiales de desecho?” fueron:

1. A ser curiosos y no tirar papeles.
2. Dar ejemplo de limpieza.
3. Cuidar la naturaleza.
4. Conservar el entorno para cuando seamos mayores.
5. Que venga más gente al pueblo al estar limpio.
6. Evitar enfermedades y contaminación.
7. Poder bañarnos en el río, al mentalizar a la gente de utilizar los contenedores.
8. Reciclar materiales para jugar, hacer deporte y ahorrar dinero.
9. Ahora nos hemos acostumbrado a mantener la clase limpia...

P.D: decir que el hecho inicialmente recibió críticas por el típico lugareño, descontextualizado, insensible, y desinteresado en el tema (...)

3. ¿CÓMO INFLUYEN ESTAS ACTIVIDADES LUDO-EDUCATIVAS EN LAS ENSEÑANZAS TRANSVERSALES?

Entendemos por enseñanza transversal aquella que sale del currículum directo y forma parte de los contenidos de la vida diaria. Utilizando este tipo de recursos residuales se fomenta la educación de los ejes transversales.

1. **En la coeducación.** Se rompen estereotipos sexistas y se posibilita la igualdad de oportunidades para ambos sexos, al practicar juegos nuevos sin lastre de comportamientos discriminatorios aprendidos.
2. **En el medio ambiente.** Se aprende a conocer el entorno y la problemática que generan sus residuos, dando utilidades educativas y de ocio a los materiales inservibles.
3. **En la cooperación.** Se fomenta el pensar, participar y construir de forma colectiva para obtener resultados.
4. **En el consumo.** Se da información para no comprar cosas innecesarias y aprovechar bien las que se disponen.
5. **En la salud.** Se adquieren pautas que mejoran su higiene, seguridad...

Pongamos un ejemplo de lo expuesto: con un tetrabrik construimos un objeto y creamos un juego, al ser material y juegos nuevos no hay estereotipos sexistas (*coeducación*); se evitan basuras (*medioambiente*); se requiere colaboración para pensar y construir un nuevo recurso (*cooperación*); para obtener estos materiales se han dado pautas de su función, e información de sus contenidos (*consumo*) y finalmente dada la manipulación de objetos residuales se insta a la necesidad de aseo y a la precaución al experimentar con estos materiales (*salud*).

4. LA IMPORTANCIA DEL JUEGO

En las sociedades antiguas no había una diferencia tan clara entre trabajo y juego, pues éste apareció más tarde en las industrializadas, pero es bien sabido que todos los niños del mundo juegan, incluso de forma muy parecida. Cada vez se comparte más la idea de la importancia que tiene el aspecto lúdico y las huellas que dejan los juegos en el desarrollo de los niños a todos los niveles, por ello está en nuestras manos que ésta sea positiva.

A partir de este planteamiento surge la opción de utilizar el juego para impregnar de actitudes que modifiquen ciertas conductas, la mayoría de ellas excesivamente competitivas que dejan un poso de triunfo y derrota, fomentando pocos valores y quedando en entredicho su valor educativo. Igualmente existen juegos con

marcadas pautas discriminatorias sexistas, debido a una carencia de aspectos coeducativos en los modelos escolares. Frente a esta manera de enfocar el juego están los que llevan implícito unas pautas más positivas, como son los *juegos cooperativos*, donde se pretenden conseguir objetivos comunes que dependen de varios participantes; los *juegos autotélicos*, donde el fin es divertirse y jugar, sin más; añadiríamos a esta lista los *juegos ecológicos*, donde se fomentan valores educativos transversales desde la creatividad. En general los deportes alternativos y los juegos innovadores, por ser novedosos, todos los alumnos se acercan a ellos con la misma predisposición, parecida capacidad y sin comportamientos marginales.

Un elemento clave en el juego es el juguete, que ha sufrido un cambio importante al ser asimilado por el sistema económico como un producto de consumo. En la mayoría de los casos no son juguetes para jugar, sino para poseerlos, enseñarlos... y dejan poca aportación creativa al niño.

Para que un material de juego sea interesante debe reunir estos requisitos principalmente:

1. Que se desee jugar con él una y varias veces.
2. Que no tenga estereotipos sexistas.
3. Que promueva la interrelación con otros niñ@s.
4. Que tenga varias posibilidades de uso.
5. Que desarrolle habilidades.
6. Que tenga durabilidad...

5. ¿JUGAR CON LO “INSERVIBLE”?

Todo deporte o juego preestablecido, comenzó siendo un pasatiempo, utilizando lo que más a mano se tenía, no hay más que ojear los juegos populares: levantamiento de piedra, el bote, las tabas, el salto pasiego... en los que sacaban partido a lo más cercano.

De no existir un balón, jamás se hubiera escrito un libro sobre el fútbol, ni sus reglas, pero si nadie hubiese experimentado con diversos objetos y formas –desde bolas de nieve, barro, piel con tierra, goma ...–, tampoco existiría el actual balón reglamentario del tan difundido deporte de fútbol.

Las actividades físicas actualmente reglamentadas, son el producto de la experimentación ocasional de ciertas personas en determinadas circunstancias, algunas de ellas permanecen como juegos tradicionales y otras, debido a su potencial de seducción, han evolucionado, se han reglamentado y han pasado fronteras alcanzando el grado de deporte, universalizándose en el olimpismo. Gran parte de ellas arrastran un lastre sexista y casi todas se dividen por grupos paralelos de practicantes, masculinos

y femeninos. ¿Te imaginas multitud de deportes olímpicos mixtos?... llegará, depende de nuestra labor educativa.

Nadie duda del valor físico-educativo que se da en la práctica de gran cantidad de juegos, momento éste, que viene después de una explicación y la entrega de un material preestablecido y fabricado por los adultos, pero si el juego o juguete es diseñado y construido por los propios niños, además desarrolla valores educativos complementarios, dotándoles de recursos lúdicos. La mayoría de juegos, bien sean convencionales, populares, tradicionales, están cargados de pautas marginales aprendidas. Con los *materiales ecológicos*, dado que no son de uso habitual, se crean, desarrollan y practican actividades y juegos que engendran los propios alumnos sin bagage preestablecido de discriminaciones.

Mi propuesta es ir unos pasos más atrás en el momento de instruir, utilizando lo inservible para crear y jugar, lo que permite realizar aplicaciones lúdicas novedosas de forma flexible y abierta, al no tener reglas estereotipadas en su utilización, aumentando con ello la riqueza didáctica, lo cual es de gran interés educativo, pero principalmente es una actitud de concebir la vida, por ello, además de generar valores personales es de interés social. Jugar con objetos no convencionales abre una fuente de posibilidades que no nos dan los habituales, pues vienen preconcebidos, en forma y fondo, para su utilización. En definitiva, crea un campo nuevo de visión que pasa por la obtención, transformación, y actividad lúdica cargada de autosatisfacción, al ser creador de los juegos y juguetes que se están utilizando, esto es, rompe la automatización de aplicar sin reflexión recetas y modelos dados, fomentando un aprendizaje significativo y motivador, cargado de creatividad.

La aportación fundamental de este proceso es descubrir que los objetos no sirven sólo para lo que fueron hechos, sino que pueden utilizarse para otras actividades más interesantes.

6. EL VALOR DE LOS MATERIALES ECOLÓGICOS

Entiendo por material ecológico todos los objetos que se reutilizan con funciones diferentes para la que han sido creados. Es fácil entender la parte beneficiosa que tiene para el medio ambiente quitar un objeto inservible del entorno, como una botella vacía, y utilizarla para jugar, sin embargo, los pequeños detalles también contribuyen de forma indirecta, esto es, cualquier otro utensilio con determinada finalidad, si le aplicamos otras complementarias, en la medida que evita crear nuevos objetos y potenciales residuos, también los designo como ecológicos. Sirvan como ejemplos una red, una bandeja, un recogedor... crear juegos con ellos contribuye a no fabricar nuevos materiales, es decir, cualquier objeto multifuncional contribuye con beneficios ecológicos.

El tema del reciclaje debe abordarse desde una perspectiva multidisciplinar y es un punto de apoyo importante para trabajar la educación medioambiental y del consumidor.

Todo objeto que se considere inservible, es potencialmente un residuo y nuestra finalidad es reutilizarlo dándole otras utilidades, tales como están o transformados.

Los materiales de desecho los clasifico en tres tipos: a) *Desechos naturales*: piedras, palos, ramas...; b) *Desechos residuales*: botellas, bolsas, ruedas... son los que terminan su ciclo de utilidad o por desgaste; c) *Desechos por deterioro*: todos los objetos inservibles para su función original que estén estropeados o rotos, como un embudo, una escoba, una silla...

Las posibilidades de éstos objetos ecológicos son ilimitadas, permitiéndonos trabajar infinidad de habilidades y destrezas básicas, además de realizar *talleres* los días de lluvia. En cualquier caso, la facilidad con la que se encuentran y su nulo coste económico los convierten en un recurso muy interesante para la educación en general y educación física en particular, siendo un material de apoyo extraordinario para aquellos organismos y centros que dispongan de pocos medios.

La utilización de estos recursos tiene un valor añadido, semejante al del artesano, que partiendo de una piedra como materia prima y utilizando *herramientas físicas e imaginación*, da vida, como resultado de un proceso de trabajo, y de su capacidad creativa, a un nuevo objeto, la escultura de un árbol, ¡su obra de arte! El resultado de este proceso creativo completo, es la plena satisfacción del artista, donde él, elige, crea, experimenta, desarrolla habilidades e interioriza sensaciones, al ser el protagonista completo del curso de una transformación. Frente al *artesano* está el cliente comprador, que llega, consume y disfruta parcialmente de esa obra adquirida. Volviendo al concepto educativo, el artesano es comparable a la implicación que le supone a un alumno buscar un material, experimentar, crear un juguete y realizar juegos reglados por él. Sin embargo, la realidad habitual educativa está en la utilización de materiales y juegos diseñados, en los que los alumnos son los consumidores de los productos, sin influir en el proceso de creación.

El utilizar un objeto de enfoque ecológico, dadas sus características, nos permite experimentar, transformar, y promover comportamientos más constructivos. Éstos son los valores atribuidos a gran parte del material ecológico:

1. **Significativo**: cercano al entorno y de fácil acceso.
2. **Abierto**: posibilita reglas, recursos... no hay rigor prediseñado.
3. **Homogéneo**: todos parten del mismo punto respecto a la práctica y control del recurso a utilizar.
4. **Innovador**: permite romper la frontera de las cosas y su ubicación, incrementando las posibilidades educativas.
5. **Transversal**: desarrolla valores de proyección social más directa: Medio ambiente, Salud, Consumo...

6. **Socializador vertical:** “*Mamá, tengo que llevar al “cole” la botella cuando se acabe el refresco*”. Obligan a una comunicación intrafamiliar.
7. **Coeducativo:** no hay sexismo, ni estereotipos discriminatorios de comportamientos aprendidos.
8. **Cooperativo:** “... *Ayúdame Carlos, coge la botella por el tapón mientras yo la corto por...*”. Requiere colaboración de los compañeros en los diseños y creaciones de nuevos recursos y experiencias, es decir, es un Socializador Horizontal.
9. **Sensitivo:** “*Qué guay me han quedado las botellas malabares*”. La elaboración del producto reporta una plena satisfacción al ser protagonistas de todo el proceso.
10. **Creativo:** “*Vamos a meter una botella dentro de otra para...*”. Desarrolla la creatividad, sin reglas.
11. **Imaginativo:** “*Si metemos una cuerda y hacemos un corte por abajo quizás...*”. Permite imaginar, probar, diseñar.
12. **Experimental:** “*¡Funciona!, pero me hace daño en el pie, probemos a cortar por...*”. Permite experimentar libremente, sin rigores prediseñados.
13. **Ocioso:** incrementa los recursos propios para disponer y disfrutar en el tiempo libre y hacer uso de forma personal fuera del entorno escolar.
14. **Económico:** su utilización supone un importante ahorro económico y una fuente de recursos didácticos.

Para todo lo señalado es necesario principalmente un ingrediente, creatividad, caracterizada por los siguientes rasgos: originalidad, curiosidad, imaginación, visión divergente, aceptación de riesgos, fluidez, flexibilidad..., todo ello es intrínseco a la persona, si bien, se afianza y desarrolla con la experiencia y el aprendizaje.

7. UNA DIDÁCTICA MÁS INTEGRAL: BUSCAR, PENSAR, CREAR, JUGAR...

Las perspectivas didácticas son tan variadas como docentes hay. Cada uno debe elegir la forma que más se adapte a su filosofía y enfoque profesional, si bien, siendo encontradas con otras no debieran ser excluyentes.

La responsabilidad que tenemos como educadores para transmitir determinados valores formativos e instruir en valores transversales, y formar *conductas comprometidas* con el futuro cercano, pasa por una autocrítica de la didáctica utilizada por cada docente. Y como dice un aforismo didáctico, no se puede instruir miméticamente como nos enseñaron a nosotros, pues ni son los mismos tiempos, socialmente, ni las mismas mentes individuales (...).

Desde la educación escolar debemos contribuir a crear actitudes y valores positivos hacia la mejora del medioambiente y qué mejor colaboración que asociar las pautas con el ocio y la diversión.

La utilización de estos recursos innovadores permite trabajar todos los bloques de contenidos del área de E.F., además de los ejes transversales, por lo que su utilización permite desarrollar las capacidades reflejadas en los objetivos específicos y gran parte de los generales del proyecto curricular base.

Teniendo como *centro de interés el objeto*, realidad disponible y deseada, podemos experimentar e ir descubriendo las posibilidades de estos materiales, para atribuirles determinadas cualidades y utilizarlos según el contexto que nos marque nuestro proyecto curricular o nuestras intenciones.

Propongo la *experimentación* como base didáctica, fundamentándome en lo siguiente:

- a) Recicla constantemente al docente, *enseñando aprendemos*.
- b) Requiere una implicación más directa del alumno.
- c) Despierta la curiosidad y desarrolla la creatividad.
- d) Genera valores sensitivos, ya que investiga, descubre y siente lo que hace al crearlo él.
- e) Se demanda del discente cooperación, aportaciones y correcciones.
- f) Permite utilizar materiales no convencionales al no estar tan sujetos al rigor didáctico.
- g) Rompe con la dinámica monótona y se nutre del aprendizaje significativo que realmente interesa a los alumnos.
- h) La necesidad de crear es algo intrínseco a las personas y ayuda a realizarse, si bien, esta capacidad se aprende, esto es, nadie crea de la nada, se parte de elementos ya existentes para realizar nuevas relaciones y conexiones entre ellos. Por tanto, para crear hay que tener cantidad suficiente de conocimientos y capacidad de combinarlos.

Frente al método de enseñanza habitualmente utilizado de *Mando directo*, en el que los alumnos son los protagonistas consumistas del producto, juegan según las directrices, sin pensar ni crear respecto al juego, podemos utilizar de forma complementaria un método menos cerrado, más participativo y cargado de *valores transversales*. Éste sistema lo denominó *Empiropragmático*, fundamentado en el método creativo, y basado como su nombre sugiere, en experimentar con lo que realmente se dispone y ser práctico para lo que verdaderamente se necesita. Estaría formado por una *multisesión* compuesta de varias sesiones-clase en las que se seguiría de forma orientativa el siguiente proceso:

1. Elegir el material y hacerse de él.
2. Experimentar actividades en su estado habitual.
3. Practicar los juegos inventados.

4. Crear nuevas posibilidades manipulando y asociando con otros materiales.
5. Jugar y corregir por ensayo-error.
6. Plasmar en una memoria el nuevo material, sus posibilidades y las cualidades que desarrolla, así crearemos nuevos ingredientes con sello personal para nuestras sesiones y abriremos caminos siempre flexibles.

En todo este proceso didáctico realizado por alumnos y profesor intervienen: cuerpo, mente, emociones y sentimientos, factores fundamentales para “aprender a aprender”.

Cierto que requiere más implicación por parte del docente, pero poco más, sin embargo, la compensación y satisfacción durante todo el proceso es mutua para ambos y para un nuevo ente que aparece de forma importante, el medio ambiente, pues vamos a contribuir activamente a mejorar el entorno y *crear conciencias futuras* que den la importancia que tiene a la *Ecología*.

Habrán profesores que prefieran concentrar el trabajo con estos materiales en una unidad didáctica, también existe la opción de introducir actividades con ellos en todas las unidades de trabajo. La utilidad estará en función de los objetivos y contenidos que se pretendan.

A través de los materiales inservibles podemos trabajar interdisciplinariamente todas las áreas:

1. *Conocimiento del medio*. Conocer la problemática que estos productos generan en el medio ambiente, conocer las formas de su recogida, su transformación...
2. *Educación física*. Practicar juegos y actividades que desarrollen todas las capacidades...
3. *Lenguaje*. Ampliar su vocabulario conociendo palabras específicas relacionadas con el consumo y el medio ambiente...
4. *Matemáticas*. Hacer juegos de lógica, de medidas, resolución de problemas sencillos relacionados con el medio...
5. *Educación musical*. Realizar actividades rítmicas y distintos sonidos.
6. *Educación plástica*. Construcción de objetos, para jugar y hacer composiciones artísticas.

Sintetizando: partiendo de objetos reales a nuestro alcance diseñaremos actividades que nos permitan: explorar, analizar, crear, visualizar, imaginar, significar, posibilitar, rentabilizar, transversalizar... todo ello fomenta valores, emociones y actitudes. Los alumnos, con este proceso didáctico, tendrán una participación activa en la creación y recepción de los contenidos, contribuyendo con ello a un *desarrollo más integral*.

8. FICHA DE JUEGOS ECOLÓGICOS

Las fichas se organizan con nombre y número de juego, y nos dan una información orientativa distribuida en seis campos, en los que se especifica, su adecuación en nivel e intensidad, el material mínimo necesario, cómo se hace, cómo jugar, y qué habilidades, capacidades y valores básicos se trabajan.

- *¿Para qué nivel es más adecuado?* Ante esta pregunta soy de los que piensa que una misma actividad, sin riesgos, con pequeños matices e incluso a veces sin ellos, puede ser adecuada para todos los niveles. De forma muy orientativa se establece una clasificación sobre el nivel de adecuación de cada juego. Los niveles son: a) actividades para primer ciclo, esto es, niños de 6,7,8 años; b) para segundo ciclo, niños de 8,9,10 años; c) para tercer ciclo, es decir, niños de 10,11,12 años. Gran parte de las actividades se han realizado con todos los ciclos, por ello reitero que la clasificación es una orientación.
- *¿Qué intensidad tiene?* En función del grado de ajeteo motriz y demanda física, la intensidad se clasifica en 3 niveles:
 - Suave. Son actividades donde el niño no se cansa, y adecuadas como inicio o final de otras más fuertes.
 - Media. La acción es de exigencia moderada, si bien, es el nivel en el que dos niños en el mismo juego, pueden acabar de forma muy diferente, esto es, en la medida que se implique puede terminar cansado, o bien puede tener la opción de pasar a un segundo plano y participar con menor intensidad.
 - Fuerte. La actividad en sí demanda esfuerzo y es propia para la parte central de una clase, o bien para realizar posterior a otros juegos menos intensos.
- *¿Qué material se necesita?* A nivel de trabajo básico bastaría con tijeras y cello ancho de embalar, es decir, cinta adhesiva. Como complementos podemos disponer para ocasiones de una sierrita, cuttex y cello estrecho. El material humano, los participantes, irán en función de la actividad, pero la gran mayoría se pueden reconvertir: los colectivos pasar a parejas e inversamente, y los individuales a colectivos o parejas, por ello no está rigurosamente especificado, son moldeables.
- *¿Cómo se hace?* Este campo no aparecerá siempre, estará más especificado en función del tipo de recursos tratados, así, cuando no se requiere gran explicación, los comentarios del cómo se hace, pueden ir implícitos en el cómo se juega, si requiere ciertas indicaciones se crea el campo específico, y cuando es necesario se crea el taller con un anexo más ilustrado, en el que se explicará cómo construir nuevos recursos didácticos de forma muy sencilla.
- *¿Cómo se juega?* En este apartado se sugieren una serie de indicaciones para jugar que culminan con un objetivo lúdico expuesto en forma de pregunta.

Cualquier duda suscitada respecto al desarrollo de algún juego debe ser una puerta abierta a la creatividad. Recordemos que lo que aquí tienes es un material de apoyo y que la pretensión es fomentar una visión alternativa de materiales y formas de juego, por ello, éstos no están excesivamente detallados, aunque sí suficiente, y de la misma forma que se señalan ciertas pautas y pretensiones, bien podrían ser otros, a los que el lector puede contribuir.

- *¿Qué se trabaja?* Querer ser preciso en este campo es una utopía. Cualquier pequeño detalle en el enfoque de la actividad variaría el tipo de trabajo. En cada juego se señalan las capacidades, cualidades y habilidades más significativas y se han valorado los siguientes aspectos: 1- Habilidades específicas, 2- El control corporal, 3- Conocimiento corporal, 4- Las percepciones espaciales, 5- Las percepciones temporales, 6- Percepciones espacio-temporales, 7- La coordinación dinámica general, 8- Coordinación específica: óculo-pie, mano, 9- La precisión, 10- El ritmo, 11- El equilibrio, 12- La agilidad, 13- La velocidad, 14- La fuerza, 15- La flexibilidad, 16- La resistencia, 17- La Capacidad de atención, 18- Autonomía, 19- Autosuperación, 20- Cooperación, 21- Imaginación, 22- Creatividad, 23- Interdisciplinariedad: matemáticas, lenguaje, artística, conocimiento del medio y música.

9. MATERIAL ESPECÍFICO: BOTELLAS DE PLÁSTICO

Los plásticos son compuestos químicos del petróleo, gas natural, carbón y sal común, caracterizados por pesar poco, ser versátiles y resistentes. Todo ello les convierte en residuos no biodegradables, por tanto, aunque existen los termoplásticos que suelen refundirse con procesos de calor y reciclarse, todavía hay gran cantidad de ellos que no se reciclan generando numerosos objetos que contaminan el entorno, entre ellos están las botellas, a través de las que vamos a contribuir a mejorar el entorno mediante su utilización en actividades lúdicas.

De la cantidad de botellas que hay nos vamos a interesar por las que sirven de envase para la mayoría de los refrescos, las cuales son de plástico transparente y se denominan PET (Polientereftalato). Las de agua, que son generalmente azuladas de PVC (Polivinilo), no son tan polivalentes debido a las características de ese plástico.

Cuando empleemos las botellas con fines ludicodidácticos, tengamos presente el que estén limpias. Si utilizamos el medio más sencillo para hacernos con ellas, pedirles a los alumnos, indiquemos la conveniencia de que las traigan higienizadas, aclaradas con agua simplemente.

Con los residuos que nos queden tras la utilización o deterioro de las botellas, conviene crear pautas para utilizar los contenedores específicos de plásticos.

Las botellas más idóneas para este tipo de actividades son las que nos ofrecen las de refrescos de 2 L con cabeza redonda, pero también las hay de 20 Cl, de 0,5 L y de 1,5 L, e igualmente con cabezas de punta. A todas podemos darles utilidades.

Parte práctica

1. JUEGOS CON BOTELLAS DE PLÁSTICO

JUEGOS CON BOTELLAS DE PLÁSTICO

1 TAPÓN EXPLOSIÓN

¿PARA QUÉ NIVELES ES MÁS ADECUADO? 1^{er} Ciclo E.P.O.

¿QUÉ INTENSIDAD TIENE? Suave

¿CÓMO SE JUEGA?

- Marcar una línea y colocar una botella tumbada con la boca encima de la misma.
- Cada jugador tiene tres tapones iguales y diferentes a los de los demás.
- Los participantes deberán enroscar flojo sus tapones en la boca de la botella y, pegándole un fuerte pisotón, los lanzarán, de uno en uno, de tal manera que salgan hacia delante.
- Lanzados los tres, se dejará en el suelo el tapón más lejano.
- **¿QUÉ JUGADOR LLEGA MÁS LEJOS CON SU TAPÓN?...**



¿QUÉ SE TRABAJA?

- Control corporal
- Conocimiento corporal
- Percepción espacial
- Coordinación específica: óculo-pie
- Precisión
- Autosuperación
- Interdisciplinariedad: lenguaje

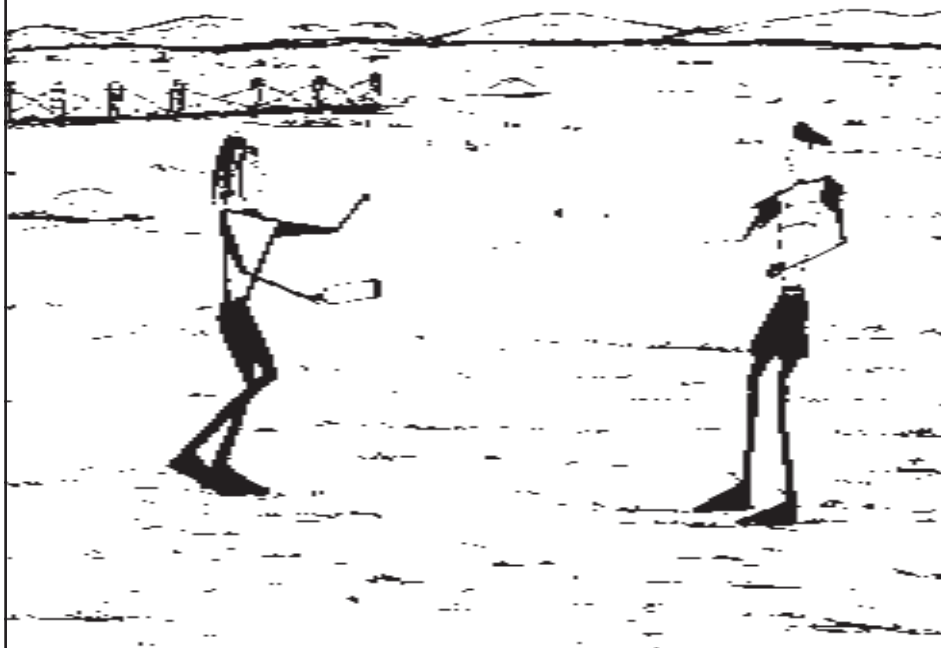
2 TAPONES GOLPEADOS

¿PARA QUÉ NIVEL ES MÁS ADECUADO? 2º Ciclo E.P.O.

¿QUÉ INTENSIDAD TIENE? Media

¿CÓMO SE JUEGA?

- Un jugador con la botella en la mano intentará golpear los tapones que le lancen.
- Otro compañero se coloca delante, a unos seis metros, con seis tapones para lanzar.
- El que golpea deberá ir sumando todos los tapones que pegue.
- Los tapones se lanzarán de uno en uno; seguidamente se cogen y se tiran de dos en dos; luego de tres en tres, y finalmente los seis juntos.
- Posteriormente se cambian las posiciones y repiten el juego.
- **¿CUÁNTOS TAPONES GOLPEADOS SUMAMOS ENTRE LOS DOS?...**



¿QUÉ SE TRABAJA?

- | | |
|---------------------------------------|--------------------------------------|
| - Habilidades específicas | - Velocidad |
| - Control corporal | - Fuerza |
| - Conocimiento corporal | - Flexibilidad |
| - Percepción espacio-temporal | - Capacidad de atención |
| - Coordinación específica: óculo-mano | - Autosuperación |
| - Precisión | - Cooperación |
| | - Interdisciplinariedad: matemáticas |

3 BOTELLA GIRATORIA

¿PARA QUÉ NIVELES MÁS ADECUADO? 1^{er} Ciclo E.P.O.

¿QUÉ INTENSIDAD TIENE? Media / fuerte

¿CÓMO SE JUEGA?

- Marcamos un círculo en el suelo en el cual metemos una botella tumbada, y alrededor de éste, con unos tres pasos de radio, se hace otro en el que se colocan todos los jugadores, salvo el que hace girar la botella que estará en el círculo interior.
- Con el fin de evitar la duda con respecto a quién apunta la botella, se marcan líneas que delimiten la zona de cada uno.
- El jugador del centro hace girar la botella y cuando pare, el participante que señale, la cogerá e irá a pescar a todos los demás, que escaparán.
- El participante cazado pasará a girar nuevamente la botella.
- **¿QUÉ JUGADOR ES CAZADO MÁS VECES DURANTE EL JUEGO?...**



¿QUÉ SE TRABAJA?

- | | |
|---------------------------------|--------------------------------------|
| - Control corporal | - Precisión |
| - Conocimiento corporal | - Velocidad |
| - Percepción espacio-temporal | - Resistencia |
| - Coordinación dinámica general | - Capacidad de atención |
| | - Interdisciplinariedad: matemáticas |

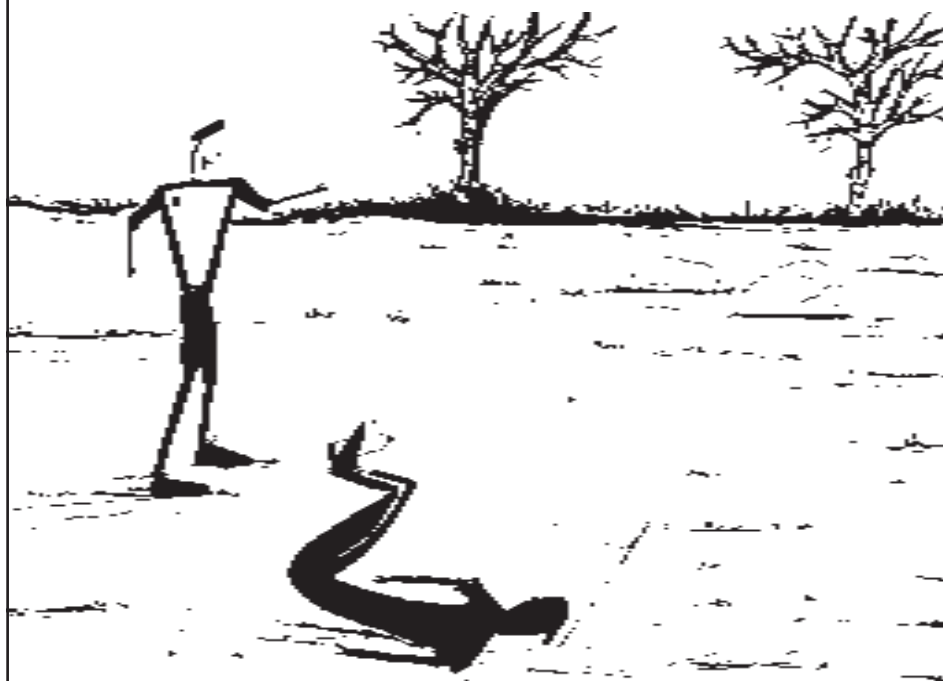
4 LANZAMIENTO CON PIES

¿PARA QUÉ NIVEL ES MÁS ADECUADO? 3^{er} Ciclo E.P.O.

¿QUÉ INTENSIDAD TIENE? Media

¿CÓMO SE JUEGA?

- Marcar una raya en el suelo.
- Cada jugador se coloca sentado en la línea, con la botella sujeta entre los pies, y de espaldas a la zona de lanzamiento.
- Se deberá lanzar la botella hacia atrás por encima de la cara, tumbándose y empujándola con las piernas, al tiempo que se apoya fuerte con las manos al suelo para estabilizarse.
- **¿QUIÉN LANZA MÁS LEJOS LA BOTELLA?...**



¿QUÉ SE TRABAJA?

- | | |
|---------------------------------|--------------------------------------|
| - Control corporal | - Agilidad |
| - Conocimiento corporal | - Velocidad |
| - Percepción espacial-temporal | - Fuerza |
| - Coordinación dinámica general | - Flexibilidad |
| - Precisión | - Autosuperación |
| - Equilibrio | - Interdisciplinariedad: matemáticas |

5 QUITAR Y LLEVAR CON PIE

¿PARA QUÉ NIVEL ES MÁS ADECUADO? 2º Ciclo E.P.O.

¿QUÉ INTENSIDAD TIENE? Fuerte

¿CÓMO SE JUEGA?

- Se hacen grupos de 4 a 6 jugadores y uno de cada grupo, por sorteo, lleva la botella chutándola con los pies.
- El resto de compañeros del grupo intentarán quitársela con las manos.
- El participante que la coja obtiene un punto y se la lleva con los pies, en tanto los demás, parados, cuentan hasta diez para ir a quitársela.
- **¿QUÉ JUGADOR SUMA MÁS PUNTOS POR LLEVARSE LA BOTE-LLA?...**



¿QUÉ SE TRABAJA?

- | | |
|--|--------------------------------------|
| - Habilidades específicas: fútbol | - Precisión |
| - Control corporal | - Velocidad |
| - Conocimiento corporal | - Flexibilidad |
| - Percepción espacio-temporal | - Resistencia |
| - Coordinación dinámica general | - Capacidad de atención |
| - Coordinación específica: óculo-pie, mano | - Autosuperación |
| | - Interdisciplinariedad: matemáticas |

6 LANZAR ESCAPAR Y PESCAR

¿PARA QUÉ NIVEL ES MÁS ADECUADO? 2º Ciclo E.P.O.

¿QUÉ INTENSIDAD TIENE? Media / fuerte

¿CÓMO SE JUEGA?

- Los jugadores se colocan formando un círculo y se pasan la botella con las manos.
- En su interior habrá un participante con los ojos cerrados, contando mentalmente hasta diez.
- Cuando el jugador central termine de contar gritará, “ya”, en cuyo instante abre los ojos y escapa corriendo entre sus compañeros, que estarán quietos contando en voz alta hasta diez, excepto el que tenía la botella en el momento de decir “ya”, que deberá correr a tocarle con ella.
- Si el perseguidor no coge al perseguido en ese tiempo, se colocará en el centro, repitiéndose el juego, y si lo toca, obtiene una vida que le liberará de quedarse en las jugadas posteriores, lo que supondrá que se repita la posición central el mismo jugador que estaba.
- **¿QUIÉN TIENE MÁS VIDAS AL FINAL DEL JUEGO?...**



¿QUÉ SE TRABAJA?

- | | |
|---------------------------------|---------------------------------------|
| - Control corporal | - Coordinación específica: óculo-mano |
| - Conocimiento corporal | - Precisión |
| - Percepción espacio-temporal | - Velocidad |
| - Coordinación dinámica general | - Capacidad de atención |

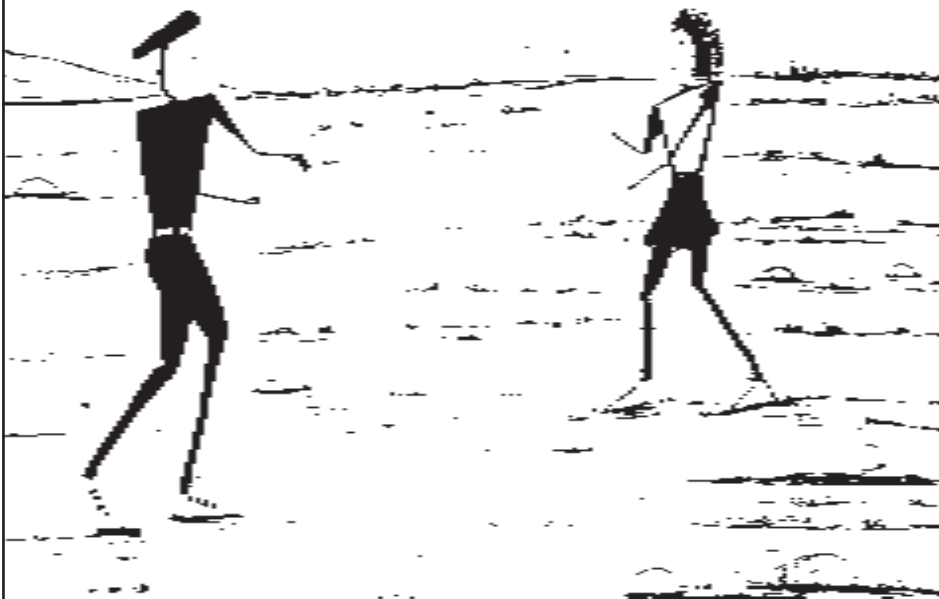
7 BOTELLA ESCURRIDIZA

¿PARA QUÉ NIVEL ES MÁS ADECUADO? 3^{er} Ciclo E.P.O.

¿QUÉ INTENSIDAD TIENE? Media

¿CÓMO SE JUEGA?

- Los jugadores, separados unos seis metros, deberán pasar la botella de tal manera que vaya girando por el aire para aumentar la dificultad de recepción.
- El lanzamiento debe hacerse con tal precisión que llegue a las manos del compañero y pueda cogerse.
- Cada botella cogida suma un punto al que la coge y las mal tiradas que no van a las manos, le restan al que lanza.
- **¿QUIÉN OBTIENE MÁS PUNTUACIÓN?...**



¿QUÉ SE TRABAJA?

- | | |
|---------------------------------|---------------------------------------|
| - Control corporal | - Coordinación específica: óculo-mano |
| - Conocimiento corporal | - Precisión |
| - Percepción espacio-temporal | - Capacidad de atención |
| - Coordinación dinámica general | - Autosuperación |
| | - Interdisciplinarietàad: matemáticas |

8 BOTELLA TIRA

¿PARA QUÉ NIVEL ES MÁS ADECUADO? 2º Ciclo E.P.O.

¿QUÉ INTENSIDAD TIENE? Media / fuerte

¿CÓMO SE JUEGA?

- Entre dos jugadores sujetan una botella, uno por la cabeza y el otro por la base.
- Los jugadores tirarán de la botella hasta quitársela de las manos al compañero.
- No se podrán mover los pies ni cambiar las manos de su posición original.
- A cada tirada conseguida se cambian las posiciones de agarre.
- La partida la gana el jugador que consiga antes seis victorias.
- **¿QUÉ JUGADOR CONSIGUE GANAR SEIS TIRADAS?...**



¿QUÉ SE TRABAJA?

- | | |
|---------------------------------|-------------------------|
| - Control corporal | - Equilibrio |
| - Conocimiento corporal | - Fuerza |
| - Percepción espacio-temporal | - Capacidad de atención |
| - Coordinación dinámica general | - Autosuperación |

CÓMO SALTA DANIELA,
¡ES UNA ATLETA!



¿QUIÉN LO SALTA SIN TIRAR?...

9 BOTELLAS POR RAYAS

¿PARA QUÉ NIVEL ES MÁS ADECUADO? 2º Ciclo E.P.O.

¿QUÉ INTENSIDAD TIENE? Suave

¿CÓMO SE JUEGA?

- Marcar y numerar en el suelo seis rayas paralelas, a una distancia de un paso, y delante de ellas comenzando frente a la número uno, repetimos lo mismo y marcamos otras 6 líneas de la misma forma.
- Los jugadores se colocan encima de las líneas números 1, de frente uno al otro, y deberán lanzarse la botella sujetándola por el tapón con una mano y con la otra la base, sin que esta pierda la vertical ni caiga al suelo.
- Cada vez que realizan un pase correcto, los dos pasan a la raya de atrás, si hay un fallo, retroceden a la línea de delante, de no estar en la número uno, en cuyo caso permanecerán en ella. El juego finaliza cuando los participantes realizan el recorrido de las líneas marcadas.
- **¿CUÁNTO TIEMPO TARDA LA PAREJA EN TERMINAR EL RECORRIDO CORRECTAMENTE?...**



¿QUÉ SE TRABAJA?

- | | |
|---------------------------------------|--------------------------------------|
| - Control corporal | - Precisión |
| - Conocimiento corporal | - Capacidad de atención |
| - Percepción espacio-temporal | - Autosuperación |
| - Coordinación específica: óculo-mano | - Cooperación |
| | - Interdisciplinariedad: matemáticas |

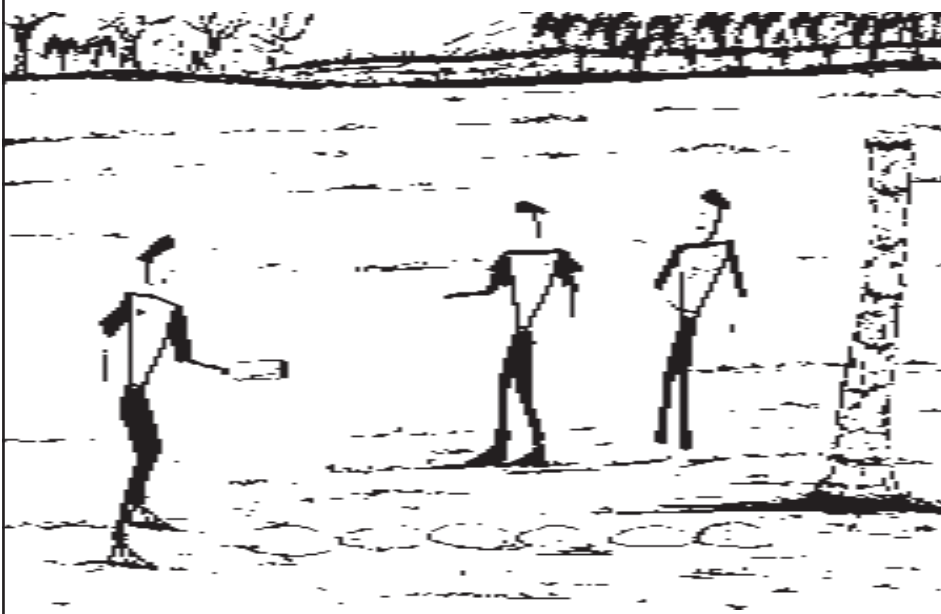
10 LANZAR A CÍRCULO Y SALTAR

¿PARA QUÉ NIVEL ES MÁS ADECUADO? 2º Ciclo E.P.O.

¿QUÉ INTENSIDAD TIENE? Media

¿CÓMO SE JUEGA?

- Marcar una raya en el suelo y a 1m de ésta, seis círculos numerados, con unos 50 cm. de diámetro formando una fila.
- Los jugadores se sitúan en la línea con una botella que deben lanzar, inicialmente, a meter en el redondel número uno, y posteriormente al resto.
- Si el lanzamiento es preciso, se debe ir saltando con un pie hasta él, sujetar la botella entre los dos y llevarla saltando a pies juntos hasta el círculo número seis, volviendo seguidamente al círculo uno de la misma forma.
- Cuando no hay errores en los saltos ni al lanzar la botella, se continúa tirando al siguiente redondel.
- Fallar al lanzar la botella o en el recorrido (caerse o equivocarse), supone ceder el turno al compañero.
- **¿QUÉ JUGADOR TERMINA PRIMERO EL RECORRIDO DE LOS SEIS CÍRCULOS?...**



¿QUÉ SE TRABAJA?

- | | |
|--|--------------------------------------|
| - Control corporal | - Precisión |
| - Conocimiento corporal | - Ritmo |
| - Percepción espacio-temporal | - Equilibrio |
| - Coordinación dinámica general | - Fuerza |
| - Coordinación específica: óculo-pie, mano | - Autosuperación |
| | - Interdisciplinariedad: matemáticas |

29 QUITAR SIN QUE QUITEN

¿PARA QUÉ NIVEL ES MÁS ADECUADO? 2º Ciclo E.P.O.

¿QUÉ INTENSIDAD TIENE? Media

¿CÓMO SE JUEGA?

- Dos jugadores se sitúan uno frente a otro, con una botella debajo del brazo cada uno.
- Dada una señal, intentarán quitarse la botella, evitando que quiten la propia.
- **¿QUÉ JUGADOR CONSIGUE QUITAR LA BOTELLA MÁS VECES?...**



¿QUÉ SE TRABAJA?

- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> - Control corporal - Conocimiento corporal - Percepción espacio-temporal - Coordinación dinámica general | <ul style="list-style-type: none"> - Coordinación específica: óculo-mano - Velocidad - Fuerza - Autosuperación |
|---|--|

¡MADRE MÍA!,
CÓMO CORRE ADRIÁN



¿QUIÉN GANA LA CARRERA DE VALLAS?...

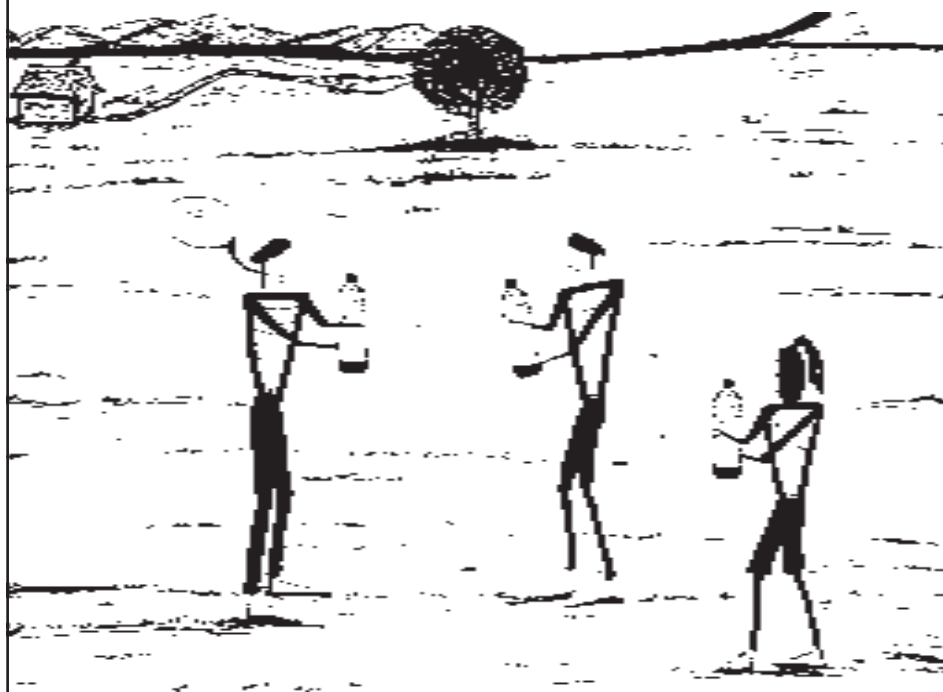
30 PASANDO BOTELLA

¿PARA QUÉ NIVEL ES MÁS ADECUADO? 3^{er} Ciclo E.P.O.

¿QUÉ INTENSIDAD TIENE? Media

¿CÓMO SE JUEGA?

- Todos los participantes forman un círculo y se colocan a unos dos pasos de distancia unos de otros, con una botella en la mano cada uno.
- Un jugador, por sorteo, dará una señal y todos los integrantes del grupo con sus botellas dispuestas verticalmente, deberán pasarlas al compañero inmediato a su derecha, cogiendo a su vez la que le proviene del compañero de la izquierda.
- Entre todos contarán en voz alta los pases que hacen.
- **¿CUÁNTOS PASES SEGUIDOS SOMOS CAPACES DE HACER?...**



¿QUÉ SE TRABAJA?

- | | |
|---------------------------------------|--------------------------------------|
| - Control corporal | - Velocidad |
| - Percepción espacio-temporal | - Flexibilidad |
| - Coordinación específica: óculo-mano | - Capacidad de atención |
| - Precisión | - Autosuperación |
| - Equilibrio | - Cooperación |
| | - Interdisciplinariedad: matemáticas |

31 CHUTAR UNA, COGER OTRA

¿PARA QUÉ NIVEL ES MÁS ADECUADO? 2º Ciclo E.P.O.

¿QUÉ INTENSIDAD TIENE? Fuerte

¿CÓMO SE JUEGA?

- Se marcan dos círculos de un paso de diámetro y a una distancia de 10 m.
- Los jugadores colocan una botella dentro y, a una señal, deberán pegarle con el pie, tan fuerte como puedan para mandarla lo más lejos posible, y, de inmediato salir corriendo a coger la que chutó el compañero, para traerla cada uno a su círculo.
- **¿QUIÉN CONSIGUE TRAER LA BOTELLA PRIMERO?...**



¿QUÉ SE TRABAJA?

- | | |
|-----------------------------------|--------------------------------------|
| - Habilidades específicas: fútbol | - Coordinación dinámica general |
| - Control corporal | - Coordinación específica: óculo-pie |
| - Conocimiento corporal | - Velocidad |
| - Percepción espacio-temporal | - Fuerza |
| | - Autosuperación |

32 CADA UNO LA SUYA

¿PARA QUÉ NIVEL ES MÁS ADECUADO? 1^{er} Ciclo E.P.O.

¿QUÉ INTENSIDAD TIENE? Media

¿CÓMO SE JUEGA?

- Marcar varias botellas con un número diferente y entregar una a cada participante, los cuales se colocarán en una raya, de espaldas a la zona que van a lanzar con los ojos cerrados, sabiendo previamente el número que tienen.
- Cuando el profesor de una señal, los jugadores lanzarán sus botellas hacia atrás por encima de la cabeza, a los pocos segundos dará una señal, en la que todos los participantes deberán abrir los ojos, girar, salir corriendo en busca de su botella y volver al lugar de partida.
- **¿QUÉ JUGADOR CONSIGUE LLEGAR EL PRIMERO?...**



¿QUÉ SE TRABAJA?

- | | |
|---------------------------------|--------------------------------------|
| - Percepción temporal | - Flexibilidad |
| - Coordinación dinámica general | - Capacidad de atención |
| - Velocidad | - Autosuperación |
| - Fuerza | - Interdisciplinariedad: matemáticas |

33 EQUILIBRIO SOBRE BOTELLA

¿PARA QUÉ NIVEL ES MÁS ADECUADO? 1^{er} Ciclo E.P.O.

¿QUÉ INTENSIDAD TIENE? Suave

¿CÓMO SE JUEGA?

- Todos los participantes deberán tener una botella cada uno.
- Dada una señal, cada jugador deberá poner su botella tumbada en el suelo, subirse encima con un pie, y mantenerse en equilibrio sin caer.
- **¿QUÉ JUGADOR AGUANTA MÁS TIEMPO?...**



¿QUÉ SE TRABAJA?

- Control corporal
- Conocimiento corporal
- Equilibrio
- Percepción espacio-temporal
- Autosuperación

34 EQUILIBRIOS CON BOTELLA

¿PARA QUÉ NIVEL ES MÁS ADECUADO? 2º Ciclo E.P.O.

¿QUÉ INTENSIDAD TIENE? Suave

¿CÓMO SE JUEGA?

- Cada jugador dispone de una botella, con la cual experimenta posibilidades de equilibrios.
- Seguidamente cada participante, por orden establecido, propone su forma de equilibrio, que todos los demás deberán intentar.
- Los que consiguen mantenerla durante 10 segundos, obtienen un punto.
- **¿QUÉ JUGADOR OBTIENE MÁS PUNTOS?...**



¿QUÉ SE TRABAJA?

- | | |
|-------------------------|--------------------------------------|
| - Control corporal | - Autosuperación |
| - Conocimiento corporal | - Imaginación |
| - Percepción temporal | - Creatividad |
| - Equilibrio | - Interdisciplinariedad: matemáticas |

35 PASAR Y COGER

¿PARA QUÉ NIVEL ES MÁS ADECUADO? 3^{er} Ciclo E.P.O.

¿QUÉ INTENSIDAD TIENE? Media

¿CÓMO SE JUEGA?

- Dos jugadores se sitúan uno enfrente de otro, a unos 6 m de separación, y cada uno de ellos coloca delante de él una botella vertical en el suelo.
- Entre ambos se pondrán de acuerdo para dar una señal y chutarse simultáneamente sus respectivas botellas, con la intención de lanzar la propia a las manos del compañero y coger la que viene.
- **¿CUÁNTAS VECES SEGUIDAS LO CONSEGUIMOS?...**



¿QUÉ SE TRABAJA?

- | | |
|--|-------------------------|
| - Control corporal | - Precisión |
| - Percepción espacio-temporal | - Capacidad de atención |
| - Coordinación específica: óculo-pie, mano | - Cooperación |

36 SUELTO UNA, COJO OTRA

¿PARA QUÉ NIVEL ES MÁS ADECUADO? 3^{er} Ciclo E.P.O.

¿QUÉ INTENSIDAD TIENE? Media

¿CÓMO SE JUEGA?

- Todos los participantes tienen una botella y forman un corro.
- Los jugadores colocarán sus botellas con los tapones apoyados en el suelo, manteniéndolas verticales sujetadas por las bases.
- Dada una señal, una vez cada participante, todos deberán soltar su botella, con precaución de no tirarla, y coger antes de que caiga, la que se encuentra a su derecha, que suelta el compañero.
- **¿CUÁNTAS VECES CAMBIAMOS SIN QUE CAIGA NINGUNA BOTELLA?...**



¿QUÉ SE TRABAJA?

- | | |
|---------------------------------------|--------------------------------------|
| - Control corporal | - Precisión |
| - Percepción espacio-temporal | - Velocidad |
| - Coordinación dinámica general | - Capacidad de atención |
| - Coordinación específica: óculo-mano | - Cooperación |
| | - Interdisciplinariedad: matemáticas |

37 JUNTOS A POR PALABRAS

¿PARA QUÉ NIVELES MÁS ADECUADO? 2º Ciclo E.P.O.

¿QUÉ INTENSIDAD TIENE? Suave

¿CÓMO SE JUEGA?

- Se marcan con una letra visible tantas botellas como participantes juegan. Conviene repetir vocales.
- El profesor lanzará al azar, todas las botellas delante de los jugadores, los cuales cogerán una cada uno y viendo la letra que tiene deberán buscar compañeros para formar con sus letras una palabra.
- En el grupo que se forma al crear una palabra, obtienen un punto cada componente.
- **¿QUÉ JUGADORES OBTIENEN MÁS PUNTOS?...**



¿QUÉ SE TRABAJA?

- | | |
|---------------------------------|---|
| - Coordinación dinámica general | - Imaginación |
| - Capacidad de atención | - Creatividad |
| - Cooperación | - Interdisciplinarietàad: matemáticas, lenguaje |

54 COJO BOTELLA PEGO

¿PARA QUÉ NIVEL ES MÁS ADECUADO? 3^{er} Ciclo E.P.O.

¿QUÉ INTENSIDAD TIENE? Media

¿CÓMO SE JUEGA?

- Marcar dos líneas paralelas separadas unos 20 m, en el medio de ambas un redondel con una botella vertical dentro, y a unos tres pasos de cada raya, frente a la botella central, colocar otra de la misma forma.
- Hacer dos grupos con el mismo número de componentes y asignar una letra diferente a cada miembro del mismo equipo, las cuales serán las mismas que se pondrán a los integrantes del otro grupo, de tal manera que existan las mismas letras en ambos.
- Los participantes de cada equipo se colocan encima de la línea y de frente unos a otros.
- El profesor dice una letra y los jugadores de ambos equipos que la tengan, saldrán corriendo a coger la botella que hay en su campo, para seguir hacia la botella central, tumbarla golpeándola con ella y volver corriendo hacia la línea de su zona, evitando ser tocado por el otro jugador con su botella.
- Quien consigue tirar la botella central y volver a su campo, consigue dos puntos para su equipo, si no logra llegar, obtiene uno.
- **¿QUÉ GRUPO OBTIENE MAYOR PUNTUACIÓN?...**



¿QUÉ SE TRABAJA?

- | | |
|---------------------------------|--------------------------------------|
| - Control corporal | - Precisión |
| - Conocimiento corporal | - Velocidad |
| - Percepción espacio-temporal | - Capacidad de atención |
| - Coordinación dinámica general | - Interdisciplinariedad: matemáticas |

55 BOTELLAS SOBRE BASES

¿PARA QUÉ NIVELES MÁS ADECUADO? 3^{er} Ciclo E.P.O.

¿QUÉ INTENSIDAD TIENE? Suave

¿CÓMO SE JUEGA?

- Apoyar una botella vertical en el suelo, colocando el tapón hundido en la tierra, de tal forma que se mantenga en equilibrio poniéndole otra encima sobre su base.
- A unos 6 m de separación hacer una marca, desde la que lanzamos una botella, con el objetivo de tirar la que está en la parte superior y mantener en pie la de abajo.
- **¿QUIÉN LO CONSIGUE MÁS VECES?...**



¿QUÉ SE TRABAJA?

- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> - Control corporal - Percepción espacial | <ul style="list-style-type: none"> - Coordinación específica: óculo-mano - Precisión - Autosuperación |
|---|--|

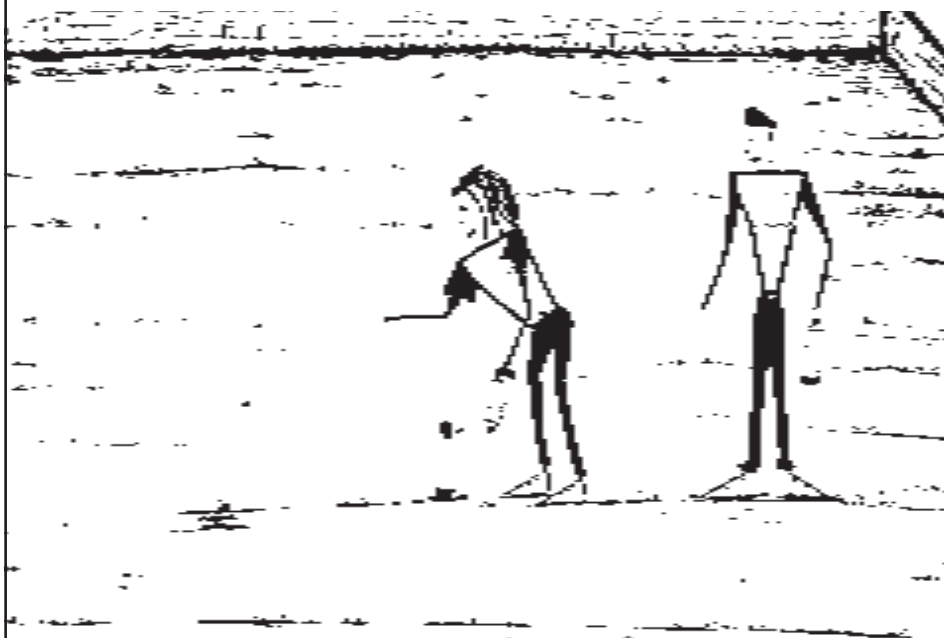
56 TAPÓN SOBRE BOTELLA

¿PARA QUÉ NIVEL ES MÁS ADECUADO? 2º Ciclo E.P.O.

¿QUÉ INTENSIDAD TIENE? Suave

¿CÓMO SE JUEGA?

- Poner un tapón encima de una botella vertical que esté apoyada en el suelo y que tenga el suyo enroscado.
- El jugador tendrá que pegarle con otra botella por la parte del tapón, para que salga lanzado hacia delante, esto sin derribar la botella sobre la que está.
- Se dispone de tres intentos para pegar a cada tapón, de los tres que se deben de lanzar, valiendo únicamente el que quede en posición intermedia de los tres lanzados.
- Los demás jugadores harán lo mismo y ganará el jugador que más lejos deje su tapón intermedio.
- **¿QUIÉN GANA MÁS PARTIDAS?...**



¿QUÉ SE TRABAJA?

- | | |
|---------------------------------------|--|
| - Control corporal | - Precisión |
| - Conocimiento corporal | - Autosuperación |
| - Percepción espacial | - Interdisciplinarietàad: matemáticas, |
| - Coordinación específica: óculo-mano | lenguaje |

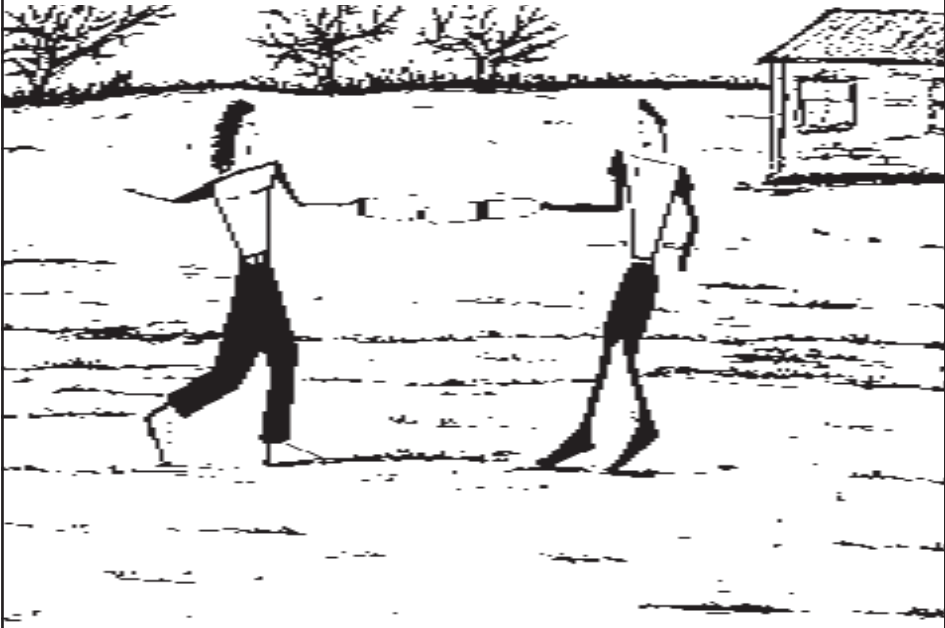
57 BOTELLA ENTRE BOTELLAS

¿PARA QUÉ NIVEL ES MÁS ADECUADO? 3^{er} Ciclo E.P.O.

¿QUÉ INTENSIDAD TIENE? Suave

¿CÓMO SE JUEGA?

- Dos jugadores tienen una botella cada uno y las sujetan, una por la base y la otra por el tapón, para mantener, sin que caiga, otra tercera empujando con ellas.
- En el instante en que las tres botellas estén en equilibrio, los dos jugadores deben cantar el tiempo que duren en segundos.
- Cuando la botella intermedia se caiga, los participantes alternarán las formas de agarre (la base o el tapón) y continuarán cantando el tiempo desde el anterior.
- **¿CUÁNTO TIEMPO MANTENEMOS LA BOTELLA EN EQUILIBRIO ENTRE LOS DOS?...**



¿QUÉ SE TRABAJA?

- | | |
|-------------------------------|--------------------------------------|
| - Control corporal | - Equilibrio |
| - Conocimiento corporal | - Capacidad de atención |
| - Percepción espacio-temporal | - Cooperación |
| - Precisión | - Interdisciplinariedad: matemáticas |

58 PARA TI PARA MÍ

¿PARA QUÉ NIVEL ES MÁS ADECUADO? 2º Ciclo E.P.O.

¿QUÉ INTENSIDAD TIENE? Suave

¿CÓMO SE JUEGA?

- Marcar dos líneas paralelas a unos 12 m de separación, entre ambas, en el centro, hacer una señal y colocar verticalmente una botella.
- Cada jugador tirará tres veces con tres botellas a pegar a la del centro, e intentará llevarla al campo del compañero.
- Seguidamente, el otro participante hará el mismo juego y tendrá que pegar a la botella del centro, que estará donde la dejó el compañero anterior, a no ser que éste consiga llegar al otro campo, en cuyo caso habrá obtenido un punto, y el juego continuará colocando la botella en la posición central.
- **¿QUIÉN CONSIGUE MÁS PUNTOS PASANDO LA BOTELLA DEL CAMPO?...**



¿QUÉ SE TRABAJA?

- | | |
|---------------------------------------|--------------------------------------|
| - Control corporal | - Precisión |
| - Percepción espacial | - Autosuperación |
| - Coordinación específica: óculo-mano | - Interdisciplinariedad: matemáticas |

59 CUATRO BOTELLAS ESQUINA

¿PARA QUÉ NIVEL ES MÁS ADECUADO? 2º Ciclo E.P.O.

¿QUÉ INTENSIDAD TIENE? Fuerte

¿CÓMO SE JUEGA?

- Marcar un campo cuadrado de 5 pasos de lado, y en cada esquina hacer un círculo de un paso de diámetro.
- Se meten dentro del cuadro, cuatro jugadores con los ojos cerrados y el profesor que, con cuatro botellas en la mano, las lanzará de una vez, lejos y al azar. En ese momento dará una señal, tras la cual los jugadores deberán abrir los ojos, correr para coger la que puedan y llevarla corriendo a meter en cualquiera de los redondeles marcados, para seguidamente dar una vuelta alrededor del cuadrado y acabar dentro del círculo con su botella.
- **¿QUÉ JUGADOR CONSIGUE HACERLO PRIMERO MÁS VECES?...**



¿QUÉ SE TRABAJA?

- | | |
|---------------------------------|-------------------------|
| - Conocimiento corporal | - Resistencia |
| - Percepción espacio-temporal | - Capacidad de atención |
| - Coordinación dinámica general | - Autonomía |
| - Velocidad | - Autosuperación |

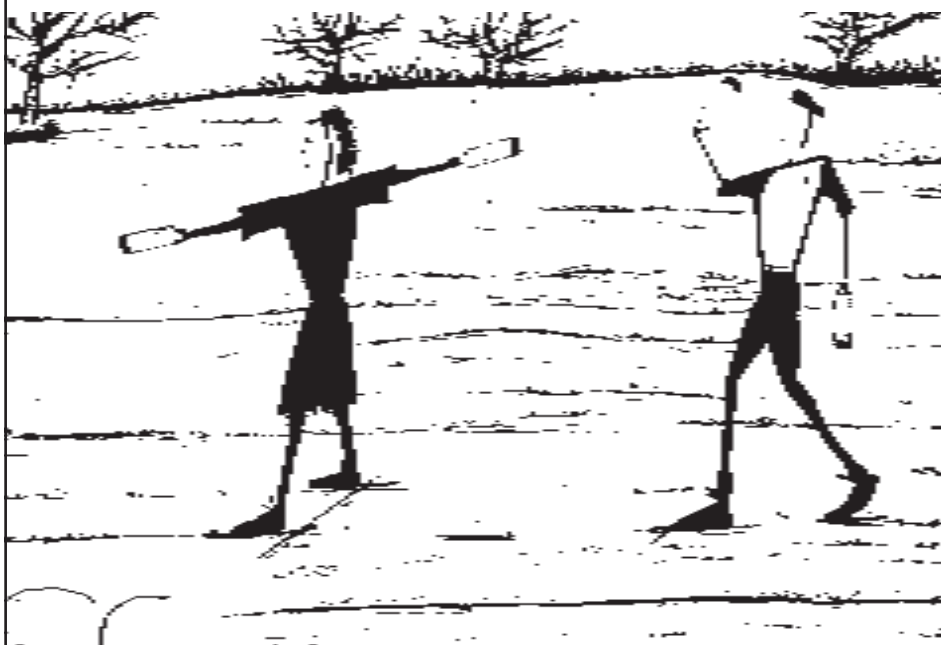
60 BOTELLAS MÓVILES EN CRUZ

¿PARA QUÉ NIVEL ES MÁS ADECUADO? 2º Ciclo E.P.O.

¿QUÉ INTENSIDAD TIENE? Suave

¿CÓMO SE JUEGA?

- Un jugador se coloca con los brazos en cruz, ojos cerrados, y una botella en cada mano, que agarrará por los tapones con dos dedos y realizará un lento y corto movimiento de aleteo de arriba hacia abajo.
- Detrás de él, a la distancia que establezcan, se coloca otro participante con dos botellas que deberá lanzar para derribar de las manos las de su compañero.
- Seguidamente, se invierten las funciones y se repite la jugada, sumando las veces que cada participante consigue tirar las botellas.
- **¿QUÉ JUGADOR SUMA MÁS BOTELLAS TIRADAS?...**



¿QUÉ SE TRABAJA?

- | | |
|---------------------------------------|--------------------------------------|
| - Control corporal | - Precisión |
| - Conocimiento corporal | - Capacidad de atención |
| - Percepción espacio-temporal | - Autosuperación |
| - Coordinación específica: óculo-mano | - Interdisciplinariedad: matemáticas |

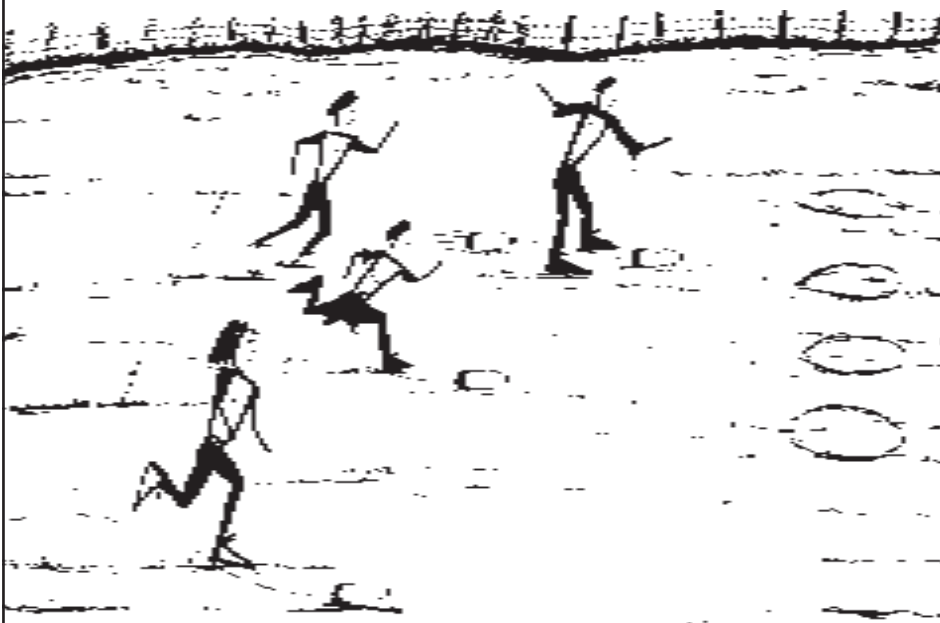
61 CARRERA DE BOTELLAS

¿PARA QUÉ NIVEL ES MÁS ADECUADO? 1^{er} Ciclo E.P.O.

¿QUÉ INTENSIDAD TIENE? Media

¿CÓMO SE JUEGA?

- Marcar una raya de salida, encima de la cual deben colocarse los participantes, con una botella entre los pies.
- A la distancia que establezcan se dibujará un redondel frente a cada jugador, y cuando se dé una señal, se inicia una carrera, en la que cada uno debe llevar su botella chutando con el pie hasta el círculo, y colocarla vertical en el centro.
- **¿QUIÉN GANA MÁS CARRERAS?...**



¿QUÉ SE TRABAJA?

- | | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> – Habilidades específicas: fútbol – Control corporal – Conocimiento corporal – Percepción espacio-temporal | <ul style="list-style-type: none"> – Coordinación dinámica general – Coordinación específica: óculo-pie – Precisión – Velocidad – Autosuperación |
|---|---|

¡ESTE SUELO DE BOTELLAS
SE MUEVE MUCHOOOO...!



¿QUIÉN PASA POR ENCIMA DE LAS BOTELLAS SIN TOCAR EL SUELO?...

62 BOTELLAS A LOS CÍRCULOS

¿PARA QUÉ NIVELES MÁS ADECUADO? 3^{er} Ciclo E.P.O.

¿QUÉ INTENSIDAD TIENE? Fuerte

¿CÓMO SE JUEGA?

- Formar dos equipos y establecer un área de juego en la que se marquen dos zonas paralelas con tres círculos dispuestos en línea, de un paso de diámetro y separados unos 10 m.
- A cada equipo se le asigna una zona de círculos.
- El profesor lanza cuatro botellas al aire en el centro del campo marcado. Ambos equipos deben disputárselas llevándoselas con las manos y centrándoselas entre los componentes del mismo, con el objetivo de colocar una botella dentro de cada uno de los círculos de la zona asignada, evitando que se la quiten los contrarios.
- Las botellas que entran en los redondeles quedan fuera de juego, el cual, termina cuando no hay más para pasarse, ganando la partida el equipo que tenga colocadas más botellas en los círculos de su zona.
- **¿QUÉ EQUIPO GANA MÁS PARTIDAS?...**



¿QUÉ SE TRABAJA?

- | | |
|--------------------------------------|---------------------------------------|
| - Habilidades específicas: balonmano | - Coordinación específica: óculo-mano |
| - Control corporal | - Precisión |
| - Conocimiento corporal | - Velocidad |
| - Percepción espacio-temporal | - Resistencia |
| - Coordinación dinámica general | - Capacidad de atención |
| | - Autonomía |

63 CUATRO IGUALES A CAZAR

¿PARA QUÉ NIVEL ES MÁS ADECUADO? 2º Ciclo E.P.O.

¿QUÉ INTENSIDAD TIENE? Fuerte

¿CÓMO SE JUEGA?

- Señalar un campo de juego y en el centro colocar cuatro botellas verticales.
- Todos los participantes tendrán el nombre de una fruta, a razón de cuatro frutas iguales para cuatro personas y se colocarán indistintamente en los extremos del campo.
- El profesor dirá el nombre de una fruta y los cuatro jugadores que la tengan correrán hacia las botellas para cogerlas y tocar con ellas, para eliminar, a todos los demás jugadores, que deberán correr libremente dentro del campo marcado.
- Se establece el tiempo de 1 minuto, por ejemplo, para que los que están persiguiendo cacen a todos los que puedan; pasado ese tiempo se cuentan los jugadores eliminados y se repite el juego con el nombre de otra fruta que tendrán otros jugadores.
- **¿QUÉ GRUPO DE FRUTAS CAZÓ MÁS?...**



¿QUÉ SE TRABAJA?

- | | |
|---------------------------------------|--------------------------------------|
| - Control corporal | - Velocidad |
| - Percepción espacio-temporal | - Flexibilidad |
| - Coordinación específica: óculo-mano | - Capacidad de atención |
| - Precisión | - Autosuperación |
| - Equilibrio | - Cooperación |
| | - Interdisciplinariedad: matemáticas |

91 CUATRO EN LÍNEA

¿PARA QUÉ NIVEL ES MÁS ADECUADO? 2^{er} Ciclo E.P.O.

¿QUÉ INTENSIDAD TIENE? Suave

¿CÓMO SE JUEGA?

- Señalar cuatro botellas con un distintivo y dibujar en el suelo un “tablero” de juego, haciendo un cuadrado formado por 25 circulitos, esto es, que tenga 5 pequeños círculos de lado.
- Participan dos jugadores, cada uno con cuatro botellas, las marcadas y otras normales.
- Cada jugador, por turnos, va poniendo una botella sobre el “tablero” hasta que estén todas en juego, momento en que seguirán moviendo botellas hasta que alguno consiga poner cuatro seguidas.
- **¿QUIÉN CONSIGUE CUATRO EN LÍNEA?...**



¿QUÉ SE TRABAJA?

- | | |
|---------------------------------------|--------------------------------------|
| - Percepción espacial | - Capacidad de atención |
| - Coordinación específica: óculo-mano | - Autonomía |
| - Precisión | - Autosuperación |
| | - Interdisciplinariedad: matemáticas |

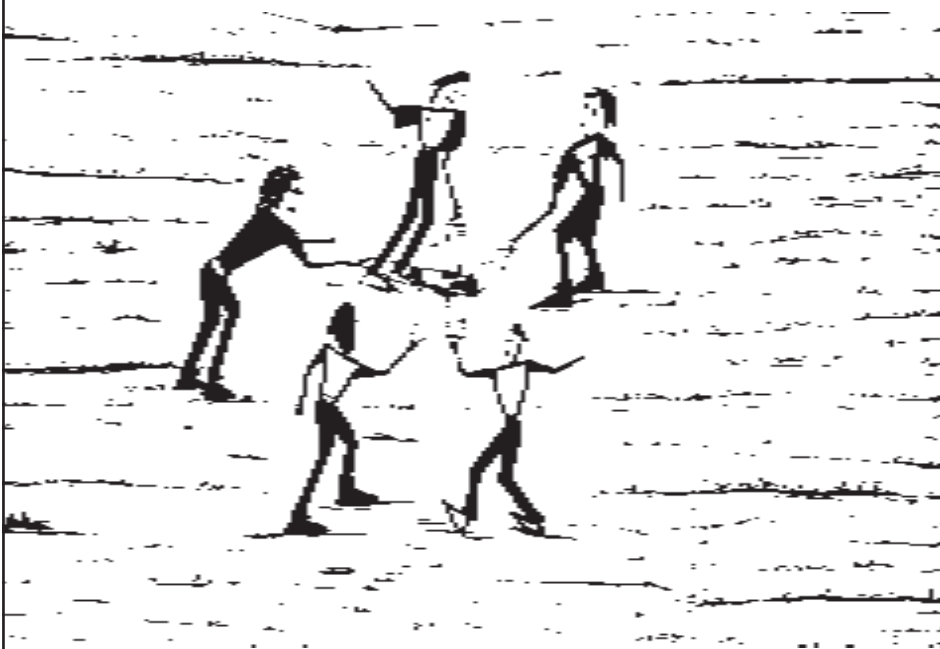
92 MANTEO DE BOTELLA

¿PARA QUÉ NIVEL ES MÁS ADECUADO? 3^{er} Ciclo E.P.O.

¿QUÉ INTENSIDAD TIENE? Media

¿CÓMO SE JUEGA?

- Se colocan varios jugadores en círculo, con una botella en la mano cada uno.
- Los participantes deberán estirar sus brazos y juntar sus botellas, de tal forma que se pueda poner encima de ellas otra.
- Dada una señal, entre todos elevan la botella y tratan de mantenerla en el aire manteándola, sin poder dar más de dos toques seguidos cada uno y contando los golpes que dan todos hasta que se caiga al suelo.
- **¿CUÁNTOS TOQUES CONSEGUIMOS DAR A LA BOTELLA ANTES DE QUE CAIGA?...**



¿QUÉ SE TRABAJA?

- | | |
|---------------------------------|---------------------------------------|
| - Control corporal | - Coordinación específica: óculo-mano |
| - Conocimiento corporal | - Capacidad de atención |
| - Percepción espacio-temporal | - Cooperación |
| - Coordinación dinámica general | - Interdisciplinariedad: matemáticas |

93 BOTELLA GIRATORIA

¿PARA QUÉ NIVEL ES MÁS ADECUADO? 1^{er} Ciclo E.P.O.

¿QUÉ INTENSIDAD TIENE? Suave

¿CÓMO SE JUEGA?

- Cada participante tiene dos botellas, una sujeta con la mano y la otra la coloca tumbada en el suelo cerca de él.
- Cuando el profesor de una señal, todos los participantes deberán pegar con la base de su botella sobre el tapón de la que está en el suelo, en un movimiento lateral, de tal manera que comience a girar en el suelo sobre sí misma.
- **¿QUIÉN CONSIGUE GIRAR MÁS TIEMPO SU BOTELLA?...**



¿QUÉ SE TRABAJA?

- | | |
|---------------------------------------|--------------------------------------|
| – Control corporal | – Precisión |
| – Percepción temporal | – Fuerza |
| – Coordinación específica: óculo-mano | – Autosuperación |
| | – Interdisciplinariedad: matemáticas |

94 UNO MÁS

¿PARA QUÉ NIVEL ES MÁS ADECUADO? 1^{er} Ciclo E.P.O.

¿QUÉ INTENSIDAD TIENE? Fuerte

¿CÓMO SE JUEGA?

- Marcar un círculo y meter en él varias botellas.
- Por sorteo, se la queda un jugador, que deberá correr con una botella en la mano a tocar a cualquier compañero, los cuales intentarán evitarlo escapando pero sin salirse de un campo demarcado.
- Cuando un participante es tocado con la botella, se convierte en perseguidor y deberá coger otra botella del círculo y correr a tocar y convertir a más compañeros.
- El juego finaliza cuando no queden más botellas, y todos los jugadores que no han sido cazados obtienen un punto, comenzando de nuevo el juego.
- **¿QUÉ JUGADOR OBTIENE MÁS PUNTOS POR NO SER TOCADO?...**



¿QUÉ SE TRABAJA?

- | | |
|---------------------------------------|-------------------------|
| - Control corporal | - Precisión |
| - Conocimiento corporal | - Velocidad |
| - Percepción espacio-temporal | - Resistencia |
| - Coordinación dinámica general | - Capacidad de atención |
| - Coordinación específica: óculo-mano | - Autonomía |
| | - Autosuperación |

95 LANZAMIENTO A LA BOTELLA

¿PARA QUÉ NIVEL ES MÁS ADECUADO? 2º Ciclo E.P.O.

¿QUÉ INTENSIDAD TIENE? Suave

¿CÓMO SE JUEGA?

- Dos jugadores con tres botellas cada uno, se distancian unos 10 m.
- Uno de ellos lanzará sus botellas al aire, de una en una, y el compañero deberá tirar con otra de las suyas a pegarle antes de que caiga al suelo. Así tres veces hasta lanzar las tres botellas cada uno.
- Seguidamente se repite el juego cambiando las funciones.
- **¿QUIÉN TIENE MÁS PUNTERÍA?...**



¿QUÉ SE TRABAJA?

- | | |
|---------------------------------------|-------------------------|
| - Control corporal | - Velocidad |
| - Percepción espacio-temporal | - Fuerza |
| - Coordinación específica: óculo-mano | - Flexibilidad |
| - Precisión | - Capacidad de atención |
| | - Autosuperación |

96 EQUILIBRIO A DOS

¿PARA QUÉ NIVEL ES MÁS ADECUADO? 2º Ciclo E.P.O.

¿QUÉ INTENSIDAD TIENE? Suave

¿CÓMO SE JUEGA?

- Repartir dos botellas por participante y dejar experimentar actividades libremente.
- Posteriormente cada uno de los jugadores que se invente un ejercicio de equilibrio con las dos botellas, levanta la mano y lo demuestra a los compañeros que intentarán hacerlo, obteniendo un punto el inventor.
- **¿QUÉ INVENTOR CONSIGUE MÁS PUNTOS?...**



¿QUÉ SE TRABAJA?

- | | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> - Control corporal - Percepción espacial - Coordinación específica: óculo-mano - Precisión | <ul style="list-style-type: none"> - Equilibrio - Autonomía - Imaginación - Creatividad - Interdisciplinariedad: matemáticas |
|---|---|

97 LANZAMIENTO CON PIE

¿PARA QUÉ NIVEL ES MÁS ADECUADO? 2º Ciclo E.P.O.

¿QUÉ INTENSIDAD TIENE? Media

¿CÓMO SE JUEGA?

- Varios jugadores se sitúan con cuatro botellas cada uno en una señal marcada, las cuales deberán chutar hacia delante de una en una por turnos.
- Cada tirada supone un punto para el que más lejos mandó la botella.
- Después de chutar las cuatro botellas, aquella que llegó más lejos de todas, añade dos puntos a quién la tiró y la que más cerca se quedó resta uno.
- **¿QUÉ JUGADOR OBTIENE MÁS PUNTOS AL FINAL DEL JUEGO?...**



¿QUÉ SE TRABAJA?

- | | |
|-----------------------------------|--------------------------------------|
| - Habilidades específicas: fútbol | - Coordinación específica: óculo-pie |
| - Control corporal | - Fuerza |
| - Conocimiento corporal | - Flexibilidad |
| - Percepción espacial | - Autosuperación |

98 TIRAR BOTELLAS EN LÍNEA

¿PARA QUÉ NIVEL ES MÁS ADECUADO? 1^{er} Ciclo E.P.O.

¿QUÉ INTENSIDAD TIENE? Suave

¿CÓMO SE JUEGA?

- Poner varias botellas verticales en fila separadas unos 8 dedos.
- A unos 5 m de distancia marcar una señal, desde la cual los jugadores lanzarán otra botella para derribar todas las que puedan de una vez.
- Se cuentan las botellas tiradas y se colocan de nuevo, repitiéndose el juego con otro jugador.
- **¿QUÉ PARTICIPANTE CONSIGUE DERRIBAR MÁS BOTELLAS DE UNA TIRADA?...**



¿QUÉ SE TRABAJA?

- | | |
|---------------------------------------|--------------------------------------|
| - Control corporal | - Precisión |
| - Conocimiento corporal | - Fuerza |
| - Percepción espacial | - Flexibilidad |
| - Coordinación específica: óculo-mano | - Autosuperación |
| | - Interdisciplinariedad: matemáticas |

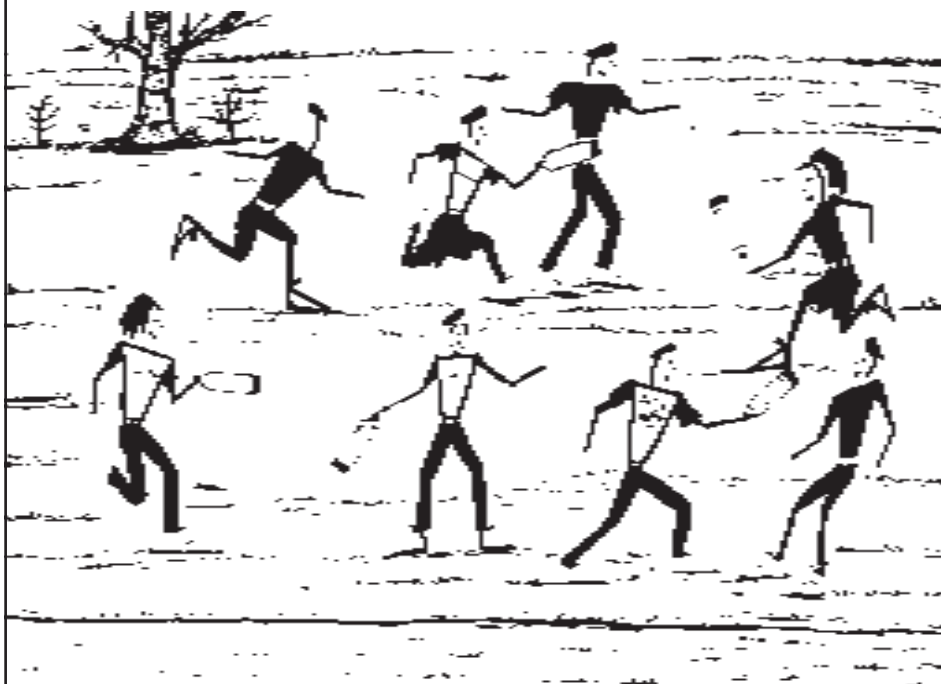
99 CORTA PASE CON BOTELLA

¿PARA QUÉ NIVEL ES MÁS ADECUADO? 3^{er} Ciclo E.P.O.

¿QUÉ INTENSIDAD TIENE? Fuerte

¿CÓMO SE JUEGA?

- Se forman dos equipos, cada componente de uno de ellos llevará una botella en la mano, con la que deben cortar los pases de la botella que se están centrando entre los componentes del otro grupo, golpeándola, los cuales intentan evitarlo.
- En un tiempo establecido se cambian las funciones de los equipos.
- **¿QUÉ EQUIPO CORTÓ MÁS PASES?...**



¿QUÉ SE TRABAJA?

- | | |
|---------------------------------|---------------------------------------|
| – Control corporal | – Coordinación específica: óculo-mano |
| – Conocimiento corporal | – Precisión |
| – Percepción espacio-temporal | – Velocidad |
| – Coordinación dinámica general | – Resistencia |
| | – Capacidad de atención |

100 CARRERA DE OBSTÁCULOS

¿PARA QUÉ NIVELES MÁS ADECUADO? 1^{er} Ciclo E.P.O.

¿QUÉ INTENSIDAD TIENE? Fuerte

¿CÓMO SE JUEGA?

- Disponer varias botellas en línea y paralelas a ellas, separadas unos 5 m, colocar otras dos o tres líneas de botellas.
- Marcar una línea de salida a unos 5 m de la primera fila, en la que se colocarán los jugadores en dos hileras.
- Los dos participantes a una señal que haga el profesor inician una carrera saltando los obstáculos que suponen las botellas, y quien llegue primero al otro lado de la última fila de botellas, gana la competición y ambos vuelven a la fila.
- **¿QUIÉN GANA MÁS CARRERAS?...**



¿QUÉ SE TRABAJA?

- | | |
|---|-------------------------|
| – Habilidades específicas: atletismo (vallas) | – Ritmo |
| – Control corporal | – Velocidad |
| – Conocimiento corporal | – Fuerza |
| – Percepción espacio-temporal | – Flexibilidad |
| – Coordinación dinámica general | – Resistencia |
| – Coordinación específica: óculo-pie | – Capacidad de atención |
| | – Autosuperación |

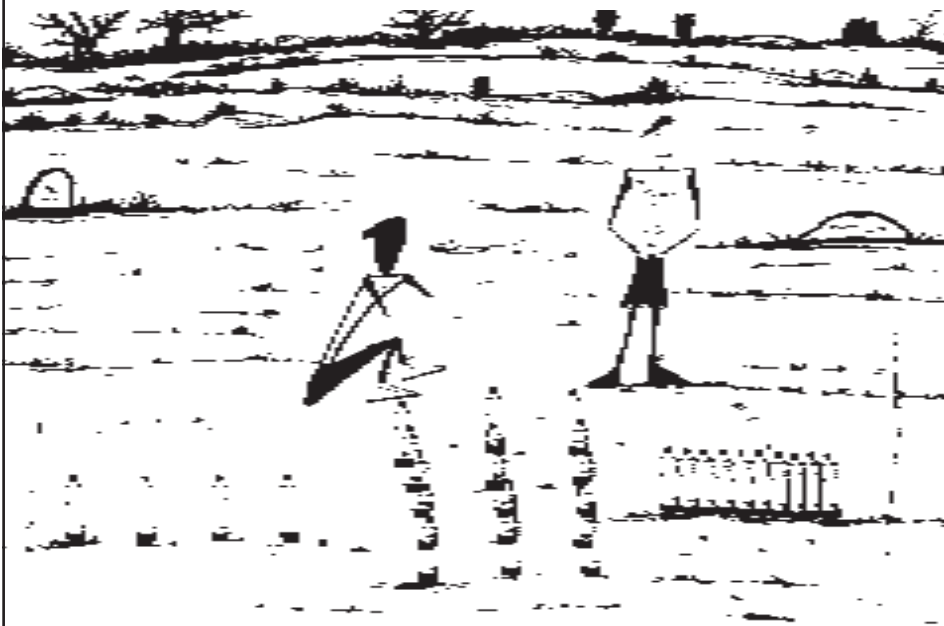
101 RECORRIDO DE BOTELLAS

¿PARA QUÉ NIVEL ES MÁS ADECUADO? 2º Ciclo E.P.O.

¿QUÉ INTENSIDAD TIENE? Media / fuerte

¿CÓMO SE JUEGA?

- Realizar un recorrido corriendo y saltando sobre las botellas dispuestas de diversas formas, por ejemplo como marca el dibujo: en hilera, separadas para correr entre ellas; en líneas paralelas, también distanciadas a un paso para saltar; en fila, siguiendo el sentido del recorrido para ser saltadas lateralmente.
- Marcar una señal de salida y otra de llegada, e iniciar el recorrido.
- **¿CUÁNTAS BOTELLAS TIRA CADA JUGADOR AL HACER EL RECORRIDO?...**



¿QUÉ SE TRABAJA?

- | | |
|--------------------------------------|-------------------------|
| - Control corporal | - Agilidad |
| - Conocimiento corporal | - Velocidad |
| - Percepción espacio-temporal | - Fuerza |
| - Coordinación dinámica general | - Flexibilidad |
| - Coordinación específica: óculo-pie | - Capacidad de atención |
| - Precisión | - Autosuperación |

102 TORRE DE BOTELLAS

¿PARA QUÉ NIVELES MÁS ADECUADO? 1^{er} Ciclo E.P.O.

¿QUÉ INTENSIDAD TIENE? Suave

¿CÓMO SE JUEGA?

- Se amontonan varias botellas en la zona de juego.
- Los participantes las colocan por turno de una en una, debiendo ponerlas tumbadas, juntas y paralelas dos a dos, evitando que se caigan, para formar una torre de botellas.
- **¿DE CUÁNTAS BOTELLAS CONSEGUIMOS HACER LA TORRE?...**



¿QUÉ SE TRABAJA?

- | | |
|--|--------------------------------------|
| - Control corporal | - Ritmo |
| - Conocimiento corporal | - Equilibrio |
| - Percepción espacial | - Capacidad de atención |
| - Coordinación específica: óculo-pie, mano | - Cooperación |
| - Precisión | - Interdisciplinariedad: matemáticas |

PARTES DE UNA BOTELLA



TAPÓN



ANILLO



BOCA



CUELLO



CABEZA



CUERPO
DE
BOTELLA



BASE



MITAD
SUPERIOR



MITAD
INFERIOR



BOTELLA
ENTERA

ETIQUETA