

1.NOMBRE DEL RETO: **“FUTBOLTOTAL”**

DESCRIPCIÓN	Todos los miembros del grupo cogidos de la mano y haciendo un círculo, deberán de llevar 10 balones de fútbol a la portería contraria dándole con los pies.
NORMAS	<ul style="list-style-type: none"><li>• Ninguno de los componentes de cada grupo se pueden soltar de la mano en ningún momento.</li><li>• No hay portero.</li></ul>
MATERIAL	Balón de fútbol
SOLUCIONES	Ir haciendo círculos.
	Coordinarse entre todos para correr en la misma dirección.

## 2. NOMBRE DEL RETO: **“COMECOCOS”**

DESCRIPCIÓN	<p>En una pista polideportiva, la mitad de los miembros del grupo se situarán con un balón en los pies en el fondo norte de la pista, y la otra mitad en el fondo sur.</p> <p>Los miembros del fondo norte deberán de llevarlo por encima de las líneas pintadas en el campo hasta los compañeros situados en el fondo sur, los cuales deberán de montarse “a caballito” sobre los primeros y volver con el balón conduciéndolo por las líneas hasta el fondo norte.</p>
NORMAS	<ul style="list-style-type: none"><li>• El balón siempre tiene que ir por encima de una de las líneas pintadas en el campo.</li><li>• En el caso de encontrarse con alguien de frente en nuestra trayectoria nunca podemos pasarlo por al lado, tendremos que esperar a que uno de los dos cambie el sentido de la marcha para poder continuar.</li></ul>
MATERIAL	Balones de fútbol
SOLUCIONES	No salir todos por la misma línea.
	Coordinarse entre todos para analizar posibles soluciones.

### 3.NOMBRE DEL RETO: **“FUT- MOVIL”**

DESCRIPCIÓN	<p>Dos de los miembros del grupo deberán de sostener con sus manos una colchoneta colocada “de pie y en horizontal”, la cual la podrán mover a lo largo de la línea de fondo del campo de fútbol sala, con el fin de que la pelota toque la misma, lo cual supondrá un punto.</p> <p>Otros dos miembros del grupo se situarán al lado de la colchoneta para devolver los balones a los compañeros que están en el centro del campo.</p> <p>El resto de miembros del grupo se situarán en el centro del campo para lanzar los balones hacia la colchoneta para lograr un punto. Se deberán de lograr al menos 10 puntos durante los 5 minutos que dura el reto.</p>
NORMAS	<ul style="list-style-type: none"><li>• Los miembros del grupo podrán cambiar de roll en cualquier momento.</li><li>• La colchoneta no se puede mover hacia arriba, sólo de derechas a izquierda y sobre la línea de fondo.</li><li>• Se alcanza un punto si la pelota da en un lateral de la colchoneta sin tocar previamente el suelo.</li></ul>
MATERIAL	<p>Balones de fútbol Colchonetas</p>
SOLUCIONES	<p>Colocar a los más habilidosos con el balón en los pies en el centro del campo.</p>
	<p>Ser rápidos al devolver los balones a los compañeros del centro del campo.</p>

4. NOMBRE DEL RETO: **“FÚTBOLCIEGO ”**

DESCRIPCIÓN	Todos los miembros del grupo cogidos de la mano haciendo un círculo y con los ojos tapados excepto uno de ellos. Deberán de llevar 5 gymball a la portería contraria. El que no lleva los ojos tapados debe de indicar al resto del grupo la dirección a seguir.
NORMAS	<ul style="list-style-type: none"><li>• Ninguno de los componentes de cada grupo se pueden soltar de la mano en ningún momento.</li><li>• No hay portero.</li></ul>
MATERIAL	Balón de fútbol Pañuelo
SOLUCIONES	Estar en silencio para oír al compañero.
	Abrirse bien para no pisarse los pies.

5. NOMBRE DEL RETO: “ **GRUPOS DE...** ”

DESCRIPCIÓN	Los participantes distribuidos libremente por el espacio de juego, el docente plantea la posibilidad de agruparse en base al número que mencione: "grupos ... de 4" (por ejemplo) los participantes forman grupos de cuatro, se toman de la mano y en ese momento ya pueden tocar el balón y meter gol.
NORMAS	<ul style="list-style-type: none"><li>• Solo se podrá participar en el juego si los jugadores están agrupados según marca el docente.</li><li>• Para meter gol todos los componentes del equipo deben de tocar el balón.</li></ul>
MATERIAL	Balón de fútbol
SOLUCIONES	Lanzar el balón a las zonas en donde no hay nadie y correr todo el grupo hacia allí.
	Coordinarse entre todos para determinar las posiciones en el campo.

6. NOMBRE DEL RETO: “ **BALOMPIÉ DE CABALLOS** ”

DESCRIPCIÓN	Los miembros del grupo estarán organizados por parejas que tendrán que ir a caballo (una sobre la espalda del otro); así, cada pareja tendrá que conducir una pelota hasta el otro lado del campo y meter gol, cambiar de roll y hacer lo mismo en la otra portería.
NORMAS	<ul style="list-style-type: none"><li>• Las parejas se pueden cambiar en cualquier momento.</li><li>• Sólo se puede golpear el balón y meter gol cuando éstas están a “caballo”</li></ul>
MATERIAL	Balón de fútbol
SOLUCIONES	Cambiar de roll frecuentemente para no cansarse.
	Coordinarse entre todos para asegurarse de que todas las parejas meten gol.

7. NOMBRE DEL RETO: “ **CARRERA DE RELEVOS CIEGA**”

DESCRIPCIÓN	El reto consisten en hacer una carrera de relevos conduciendo el balón con los ojos tapados por un pasillo formado por conos, al final del cual habrá otro cono que tendrán que rodear y volver a la posición inicial; una vez allí le dará el balón y el pañuelo para taparse los ojos al siguiente compañero. El resto de miembros del grupo podrán estar orientándole el camino hasta que les toquen hacer el relevo.
NORMAS	<ul style="list-style-type: none"><li>• No se puede tocar en ningún momento al compañero/a que está haciendo el relevo. Solo se le puede hablar.</li></ul>
MATERIAL	Balón de fútbol Pañuelo Conos
SOLUCIONES	Conducir el balón pegado al pie.
	Coordinarse entre todos que orientar correctamente al compañero que hace el relevo.

8. NOMBRE DEL RETO: “ **FUTVOLEY** ”

DESCRIPCIÓN	Los miembros del grupo se dividen en dos subgrupos separados por una red.  Deberán de pasar un balón de fútbol con el pie por encima de la red al otro campo 10 veces.
NORMAS	<ul style="list-style-type: none"><li>• No se puede tocar en ningún momento la red.</li><li>• Se permite un sólo bote en el suelo antes de tocar el balón.</li><li>• Todos los miembros del subgrupo deben de tocar la pelota antes de lanzarla al otro campo.</li></ul>
MATERIAL	Balón de fútbol Red
SOLUCIONES	Estar muy juntos para realizar los pases.  El último que la toque para pasarla al campo contrario debería de ser el más hábil con el balón en los pies.

9. NOMBRE DEL RETO: “ **MULTIPORTERÍAS** ”

DESCRIPCIÓN	Los miembros de cada grupo se desplazan unidos por parejas a través de una pica sujeta entre sus manos, de manera que se convierten en porterías “móviles”. Todas las parejas se implicarán en el juego intentando marcar gol en las porterías con un solo gymball. El reto consiste en marcar el mayor número de goles durante el tiempo acordado.
NORMAS	<ul style="list-style-type: none"><li>• Sólo se puede meter un gol en cada portería.</li><li>• No se pueden dar golpes con las picas</li></ul>
MATERIAL	Balón de fútbol Picas
SOLUCIONES	Estar en continuo movimiento.
	Establecer roles.

10. NOMBRE DEL RETO: “ **FUT- RUGBY**”

DESCRIPCIÓN	Los miembros de un grupo organizados por parejas cogidos de la mano deberán de meter 10 goles cada vez en una portería antes de que acabe el tiempo acordado.
NORMAS	<ul style="list-style-type: none"><li>• Antes de meter gol deberán de tocar el balón todos los miembros del grupo..</li></ul>
MATERIAL	Balones de rugby Vallas de atletismo
SOLUCIONES	Estar en continuo movimiento.
	Establecer roles.

11. NOMBRE DEL RETO: **“BAD-GLOBO ”**

DESCRIPCIÓN	Todos los miembros del equipo con su raqueta de bádminton y su globo, situados en la línea del fondo norte, tendrán que llegar a la línea del fondo sur golpeando los globos con su raqueta de bádminton.
NORMAS	<ul style="list-style-type: none"><li>• Si el globo cae al suelo tendrán que volver a empezar.</li><li>• El globo debe de pasar por encima de la red.</li></ul>
MATERIAL	Raquetas de bádminton Globos
SOLUCIONES	Hacer golpes pequeños.
	No ir muy juntos para no estorbarse.

12. NOMBRE DEL RETO: <b>“VOLANTE AL AIRE ”</b>	
DESCRIPCIÓN	El reto consiste en aguantar el máximo número de miembros de un mismo grupo golpeando sus volantes. Se trata de ir libremente realizando golpes verticales, a la señal todos los miembros del grupo efectúan un golpeo algo más elevado para seguir golpeando otro volante distintito (sin previo acuerdo).
NORMAS	Si el volante cae al suelo queda eliminado.
MATERIAL	Raquetas de bádminton Volantes
SOLUCIONES	Hacer golpes controlados.
	No ir muy juntos para no estorbarse.

13. NOMBRE DEL RETO: “ **INTERCAMBIO DE ZONAS**”

DESCRIPCIÓN	Los miembros de un grupo, situados en una zona delimitada para que quede “densas”, están realizando golpes en el aire y a la señal se desplazan a otra zona sin dejar de golpear, objetivo ¿sois capaces de conseguir que en el intercambio no caiga ningún volante al suelo?
NORMAS	No vale molestar a los compañeros en el intercambio de zonas.
MATERIAL	Raquetas de bádminton Volantes
SOLUCIONES	Hacer golpes controlados.
	No ir muy juntos para no estorbarse.

14. NOMBRE DEL RETO: “ **DEVOLVIENDO VOLANTES**”

DESCRIPCIÓN	Los miembros de cada uno de los grupos disponen de su raqueta/pala y volante/pelota. A la señal de comienzo golpean todos a la vez para enviarla al campo contrario y a su vez tratarán de devolver igualmente con golpes las pelotas/volantes que les envían los contrarios; cuando ya no queda ninguna en juego se contabilizan las que cada uno tiene en el suelo en su campo.
NORMAS	No se puede recoger ninguna pelota/volante que caiga al suelo
MATERIAL	Raquetas de bádminton/palas Volantes/pelotas
SOLUCIONES	Distribuirse por todo el campo.
	Concentrarse en las que siguen en el aire para enviarlas al campo contrario.

15. NOMBRE DEL RETO: “ **RELEVO CONTINUO**”

DESCRIPCIÓN	Los miembros de un grupo se dividen en dos subgrupos, los cuales se organizarán por parejas agarrados de las manos; separados por una red y colocados en fila (una pareja detrás de la otra). Hay que pasar el volante a la pareja del campo contrario e irse al último lugar de la fila de las parejas del campo contrario. El reto consiste en aguantar pasándose el volante sin que éste caiga al suelo.
NORMAS	<ul style="list-style-type: none"><li>• Las parejas no se podrán soltar de la mano en ningún momento.</li></ul>
MATERIAL	Raquetas de bádminton/palas Volantes/pelotas
SOLUCIONES	Poner en primer lugar los mejores jugadores.
	Hacer siempre el mismo tipo de golpeo.

16. NOMBRE DEL RETO: “ **BOMBARDEO AL ARO**”

DESCRIPCIÓN	Situarse un aro en cada campo. Intentar encestar volantes dentro del aro del campo contrario. Pasado el tiempo acordado anotará un punto el equipo que haya colado más volantes en el aro contrario.
NORMAS	<ul style="list-style-type: none"><li>• No se puede golpear la red con la raqueta.</li><li>• Los volantes deben de pasar por encima de la red</li></ul>
MATERIAL	Raquetas de bádminton Volantes
SOLUCIONES	Poner en primer lugar los mejores jugadores.
	Variar los golpes constantemente.

17. NOMBRE DEL RETO: “ <b>VOLEY-BADMINTON</b> ”	
DESCRIPCIÓN	Los miembros de un grupo divididos en dos subgrupos uno a cada lado del campo. Reglamento adaptado al vóley. Hay que mantener el volante en el aire durante el tiempo acordado, pasándolo al otro lado del campo una vez golpeado el volante el todo el subgrupo.
NORMAS	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Deben golpear el volante todos los componentes del equipo antes de pasar éste al otro campo.</li> </ul>
MATERIAL	<p>Raquetas de bádminton Volantes</p>
SOLUCIONES	Poner en primer lugar los mejores jugadores.
	Variar los golpes constantemente.

18. NOMBRE DEL RETO: **“VOLEA CUATRO CAMPOS ”**

DESCRIPCIÓN	<p>Con un solo “gymball”, se hacen dos equipos cada uno de ellos dividido en dos. Se divide el campo en cinco partes paralelas e iguales. Se sitúan los jugadores de un equipo en zonas alternas de la siguiente forma:</p> <table border="1" data-bbox="391 577 1450 651"> <tr> <td data-bbox="391 577 603 651">Equipo 2a</td> <td data-bbox="603 577 815 651">Equipo 1a</td> <td data-bbox="815 577 1027 651"></td> <td data-bbox="1027 577 1240 651">Equipo 2b</td> <td data-bbox="1240 577 1450 651">Equipo 1b</td> </tr> </table> <p>Hay que hacer el mayor número de pases con el gymball entre los miembros del mismo equipo sin que el otro equipo nos lo intercepte durante un tiempo acordado.</p>	Equipo 2a	Equipo 1a		Equipo 2b	Equipo 1b
Equipo 2a	Equipo 1a		Equipo 2b	Equipo 1b		
NORMAS	<ul style="list-style-type: none"> <li>• No se pueden salir de su zona delimitada.</li> <li>• Se pueden cambiar los jugadores del equipo a al b cuando quieran.</li> <li>• Si el gymball queda en la zona central se comienza con un saque neutral.</li> <li>• Todos los del equipo a o b deben de tocar el gymball con “toque de dedos” antes de pasarlo a sus compañeros.</li> </ul>					
MATERIAL	<p>Tiza Gymball</p>					
SOLUCIONES	<p>Poner en primer lugar los mejores jugadores.</p> <p>Variar los golpes constantemente.</p>					

19. NOMBRE DEL RETO: “ **SACAPELOTA** ”

DESCRIPCIÓN	Se coloca un aro en el fondo norte del campo de voleibol; en su interior se coloca una pelota de voleibol. El objetivo es intentar sacar la pelota del aro situado en el campo contrario.
NORMAS	<ul style="list-style-type: none"><li>• Antes de que el balón pase al campo contrario todos los jugadores del equipo deben de tocar el balón.</li></ul>
MATERIAL	Red Balones de voleibol
SOLUCIONES	Organizarse bien por el campo.
	Variar los golpes constantemente.

20. NOMBRE DEL RETO: “ **LARUEDA** ”

DESCRIPCIÓN	Los miembros de un grupo se dividen en dos subgrupos. Un subgrupo a un lado de la red y la otra mitad al otro lado. El objetivo es ir pasándose el balón con toque de dedos; así cada jugador al pasar el balón al compañero que está al otro lado de la red deberá de irse por debajo de la red a la cola de la fila de enfrente para seguir lanzando el balón al compañero del otro lado del campo cuando le toque. El retos consiste en mantener el balón en el aire durante un tiempo acordado.
NORMAS	<ul style="list-style-type: none"><li>• Sólo pases de dedos.</li><li>• El balón no podrá en ningún momento caer al suelo.</li></ul>
MATERIAL	Red Balones de voleibol
SOLUCIONES	Organizarse en filas uno detrás del otro.
	Orientar bien el pase de dedos al compañero de enfrente.