Juegos EF
Educación Física para Primaria

30 JUEGOS DE ALTA PARTICIPACIÓN

para Educación Física en Primaria

Sin eliminación innecesaria · pocas esperas · variantes inclusivas · listos para usar

Un pack práctico para docentes que quieren que más alumnado participe más tiempo, sin perder calidad pedagógica, seguridad ni sentido educativo.

INCLUYE

30	4	2	2
fichas de juegos	sesiones listas	matrices rápidas	plantillas imprimibles

Como usar este pack

Este recurso nace de una idea central: el tiempo de práctica importa, pero solo tiene valor cuando la organización permite una participación real, equilibrada y con sentido. Por eso las propuestas priorizan estructuras simultáneas, poca dependencia de turnos, reincorporación rápida y adaptaciones sencillas.

1. Elige rápido

Usa las matrices de las páginas siguientes para filtrar por ciclo, objetivo, material y espacio.

2. Ajusta

Cada ficha incluye una variante inclusiva y un consejo JEF para reducir tiempos muertos.

3. Explica poco

Demuestra, empieza y añade una regla cada vez. La comprensión mejora cuando la consigna se prueba.

4. Observa

Valora participación, decisiones, convivencia y seguridad, no solo quien gana o corre más.

LEYENDA DE LAS FICHAS

Ciclo **Duración** **Espacio** **Material** **Intensidad**

Los datos son orientativos. Ajusta distancias, tiempos, agrupamientos y material a tu alumnado y al espacio real. Las fichas estan pensadas como punto de partida profesional, no como recetas rigidas.

BASE PEDAGÓGICA DEL PACK

Inspirado en el trabajo del autor sobre optimización del tiempo de compromiso motor y participación equitativa: menos filas, menos espera, más tareas simultáneas, cooperativas y adaptables.

Las 6 claves JEF para aumentar la participación

1

Juega en paralelo

Duplica espacios, tableros o balones antes de aumentar el tamaño de los grupos.

2

No uses eliminación como tiempo fuera

Convierte el error en una acción breve, un rol o una reincorporación inmediata.

3

Reduce las filas

Si hay más de dos personas esperando de forma habitual, cambia la estructura.

4

Rota roles y protagonismo

Los números, posiciones y responsabilidades deben cambiar de manera intencional.

5

Adapta sin señalar

Ofrece niveles, distancias o materiales alternativos disponibles para todo el grupo.

6

Deja micro-momentos de decisión

20 segundos para pensar una estrategia pueden aportar más aprendizaje que 2 minutos de explicación.

regla práctica: maximizar movimiento no significa llenar cada segundo. Una pausa breve puede ser valiosa si sirve para decidir, regular emociones, analizar o mejorar la siguiente acción.

Matriz rápida de selección 1/2

Busca un juego de un vistazo. Las categorías son orientativas y muchos juegos admiten adaptaciones para otros ciclos.

#	Juego	Ciclo	Min	Material	Int.
1	Semáforo viajero	1º-4º	8-10	3-6 conos de color	M-Alta
2	Satélites	1º-4º	8-10	Ninguno	Media
3	Islas móviles	1º-6º	10-12	Aros o bases	Media
4	Cazacolores	1º-4º	8-10	Petos o conos de ...	Alta
5	Espejo en movimiento	1º-6º	8-10	Ninguno	B-Media
6	Guardianes del aro	3º-6º	10-12	6-10 aros y pelot...	M-Alta
7	Cadena con rescate	1º-4º	8-10	Ninguno	Alta
8	Pañuelo cooperativo	3º-6º	10-12	1 pañuelo y conos	Alta
9	Tres en raya activo	3º-6º	10-12	9 aros + 6 petos/...	M-Alta
10	Piedra, papel, tijera y pilla	1º-6º	8-10	Conos	Alta
11	Mensajeros	1º-6º	10	Tarjetas y conos	Media
12	Cuatro esquinas cooperativas	1º-4º	8-10	4 conos de color	Media
13	Puentes y rios	1º-4º	10-12	Cuerdas, líneas o...	Media
14	Cambio de planeta	1º-6º	8-10	Aros o círculos m...	M-Alta
15	Relevos continuos sin cola	3º-6º	10-12	Conos y testigos ...	Alta

Atajo: si necesitas subir la participación, empieza reduciendo el tamaño de los grupos, duplicando zonas de juego o convirtiendo la eliminación en una reincorporación activa.

Matriz rápida de selección 2/2

Busca un juego de un vistazo. Las categorías son orientativas y muchos juegos admiten adaptaciones para otros ciclos.

#	Juego	Ciclo	Min	Material	Int.
16	Bingo motor	1º-6º	12-15	Tarjetas de bingo	Variable
17	Atrapa colas por equipos	3º-6º	10	Pañuelos/petos	Alta
18	Pelotas viajeras	1º-6º	10-12	Pelotas blandas	Media
19	Bomba cooperativa	1º-4º	8-10	1 pelota blanda p...	B-Media
20	Laberinto humano	3º-6º	10-12	Conos opcionales	Media
21	Código de conos	1º-6º	10	Conos de colores	M-Alta
22	Robot y guía	1º-6º	8-10	Conos opcionales	B-Media
23	Dominó motor	1º-6º	12-15	Tarjetas de accio...	Variable
24	Comba por estaciones	3º-6º	12-15	Combas	M-Alta
25	Poli-ladrón con misiones	3º-6º	12-15	Petos y conos	Alta
26	Pollito inglés sin eliminación	1º-4º	8-10	Ninguno	Media
27	Torres de equilibrio	1º-6º	10-12	Conos, saquitos o...	B-Media
28	Misión 10 pases	3º-6º	10-12	Pelotas blandas y...	M-Alta
29	Círculos de reacción	1º-6º	8-10	Aros o marcas	Alta
30	Rescate total	3º-6º	12-15	Conos, petos y 8-...	Alta

Atajo: si necesitas subir la participación, empieza reduciendo el tamaño de los grupos, duplicando zonas de juego o convirtiendo la eliminación en una reincorporación activa.

1 Semáforo viajero

ACTIVACIÓN Y REACCIÓN

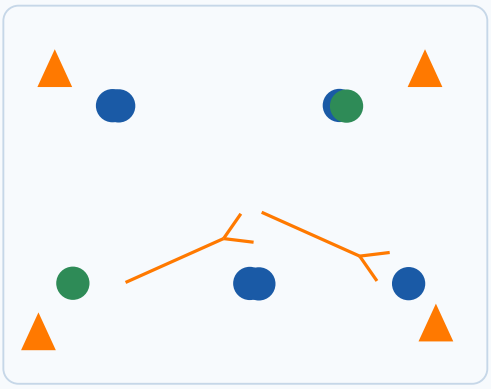
1º-4º | 8-10 min | Pista / gimnasio | Media-alta

OBJETIVO

Activar al grupo trabajando reacción, orientación espacial y cambios de desplazamiento.

Cómo se juega

1. El docente muestra o nombra un color y todo el alumnado se desplaza según el código acordado.
2. Cada 30-45 segundos cambia el código: azul = lateral, naranja = carrera suave, verde = saltos cortos, blanco = caminar y respirar.
3. Introduce zonas de paso para evitar que el grupo se mueva siempre en la misma dirección.



Esquema orientativo - adapta distancias y agrupamientos

VARIANTES

- Un alumno pasa a dirigir una ronda.
- En parejas: uno interpreta la señal y el otro imita con medio segundo de retraso.
- Relaciona los códigos con la tarea principal de la sesión.

ADAPTACIÓN E INCLUSIÓN

Reduce el número de códigos, usa demostraciones visuales y permite alternativas de menor impacto. El reto es responder bien, no ir más rápido que los demas.

ORGANIZACIÓN

Todo el grupo repartido por el espacio. Cada color representa una acción sencilla.

MATERIAL

3-6 conos de color

TRUCO JEF

Evita detener el juego para explicar cada variante: cambia una sola regla sobre la marcha.

SEGURIDAD

Deja pasillos amplios y recuerda mirar al frente antes de cambiar de dirección.

2 Satélites

COORDINACIÓN

1º-4º | 8-10 min | Pista / gimnasio | Media

OBJETIVO

Mejorar coordinación dinámica, lateralidad y ajuste de velocidad en pareja.

Cómo se juega

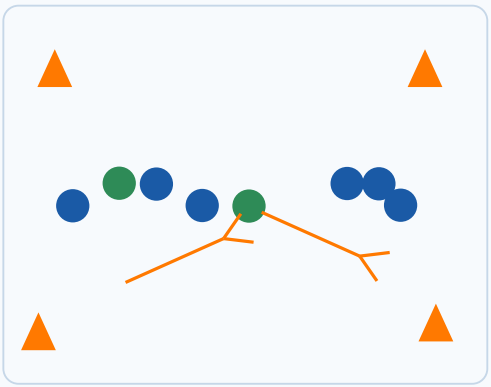
1. La persona planeta avanza a ritmo medio. El satélite rodea a su pareja y vuelve a situarse detrás sin detener la marcha.
2. Tras 30-40 segundos se intercambian los roles.
3. Se cambia el sentido de giro y la forma de desplazamiento para variar el reto coordinativo.

VARIANTES

- Satélite lateral: solo se puede adelantar por un lado marcado.
- Órbita doble: dos satélites alrededor de un planeta.
- A señal, todas las parejas cambian de planeta sin parar.

ADAPTACIÓN E INCLUSIÓN

Ajusta la distancia entre miembros de la pareja. Si hay diferencias motrices, el planeta regula el ritmo y el satélite puede completar media vuelta en lugar de una vuelta completa.



Esquema orientativo - adapta distancias y agrupamientos

ORGANIZACIÓN

Parejas distribuidas por el espacio. Una persona es planeta y otra satélite.

MATERIAL

Sin material

TRUCO JEF

Funciona especialmente bien como calentamiento porque nadie espera turno.

SEGURIDAD

Pide giros amplios y evita aceleraciones bruscas al cruzar delante de la pareja.

3 Islas móviles

COOPERACIÓN

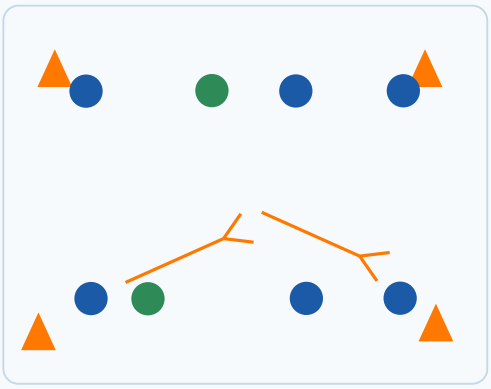
1º-6º | 10-12 min | Gimnasio / pista | Media

OBJETIVO

Resolver un reto colectivo de desplazamiento, comunicación y ocupación del espacio.

Cómo se juega

1. Cada equipo debe avanzar desde una línea de salida hasta una meta utilizando solo sus aros como islas.
2. Nadie puede quedar fuera: antes de mover un aro, el equipo comprueba que todas las personas tienen apoyo seguro.
3. Si alguien pisa fuera, el equipo retrocede un aro y continua; no hay eliminación.



Esquema orientativo - adapta distancias y agrupamientos

VARIANTES

- Transportar un objeto sin que caiga.
- Realizar un tramo en silencio para fomentar comunicación no verbal.
- Un aro no puede tocarse con las manos: hay que decidir otra estrategia.

ADAPTACIÓN E INCLUSIÓN

Aumenta el número o tamaño de apoyos, acorta la distancia y asigna roles útiles como responsable de material, observador de seguridad o estratega.

ORGANIZACIÓN

Equipos de 4-5 con 2-3 aros por equipo.

MATERIAL

Aros o bases

TRUCO JEF

Prepara todos los aros antes de empezar y usa varias calles para que los equipos jueguen a la vez.

SEGURIDAD

No permitas saltos entre aros separados en exceso ni empujones para ganar espacio.

4 Cazacolores

PERSECUCIÓN

1º-4º | 8-10 min | Pista | Alta

OBJETIVO

Trabajar velocidad de reacción y percepción sin dejar a nadie fuera del juego.

Cómo se juega

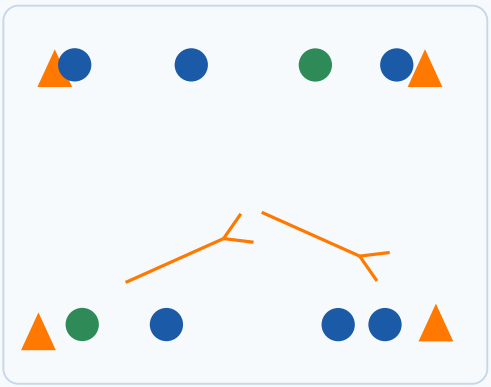
1. El docente dice un color. El alumnado debe llegar a una zona de ese color sin ser tocado.
2. Quien es tocado no queda eliminado: realiza una micro-misión de 5 segundos y vuelve inmediatamente.
3. Cada minuto cambian los cazadores para repartir el protagonismo.

VARIANTES

- Dos colores válidos a la vez.
- El color se muestra en silencio con una tarjeta.
- El alumnado propone una nueva forma de desplazamiento.

ADAPTACIÓN E INCLUSIÓN

Permite salir un paso antes a quien lo necesite, reduce la distancia de llegada o crea refugios intermedios. La micro-misión debe ser accesible y breve.



Esquema orientativo - adapta distancias y agrupamientos

ORGANIZACIÓN

Todo el grupo con cuatro zonas de color. Dos cazadores comienzan en el centro.

MATERIAL

Petos o conos de 4 colores

TRUCO JEF

Usa consecuencias cortas en lugar de eliminación para mantener continuidad y clima positivo.

SEGURIDAD

Prohibe lanzarse al suelo o bloquear físicamente los accesos a las zonas.

5 Espejo en movimiento

CONTROL CORPORAL

1º-6º | 8-10 min | Cualquier espacio | Baja-media

OBJETIVO

Desarrollar control corporal, atención y comunicación no verbal.

Cómo se juega

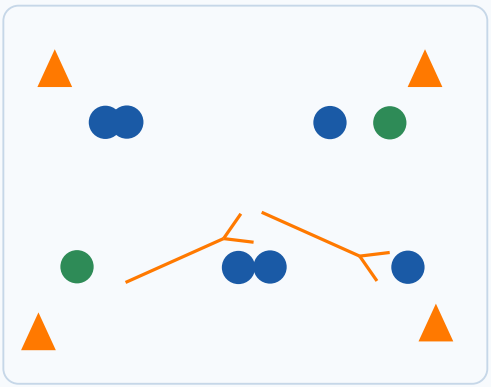
1. Una persona lidera movimientos continuos sencillos y su pareja los reproduce como un espejo.
2. Cada 30 segundos cambian los roles sin parar la música o la cuenta del docente.
3. El reto progresa de movimientos de brazos a desplazamientos cortos y cambios de nivel.

VARIANTES

- Espejo deportivo: gestos de lanzamiento, recepción o golpeo sin material.
- Espejo emocional: representar energía, calma, sorpresa o concentración.
- Dos parejas se unen y un solo lider guía al grupo de cuatro.

ADAPTACIÓN E INCLUSIÓN

El liderazgo puede hacerse sentado, con menor amplitud o usando solo una parte del cuerpo. La imitación permite participar aunque haya dificultades de lenguaje.



Esquema orientativo - adapta distancias y agrupamientos

ORGANIZACIÓN

Parejas frente a frente con suficiente separación.

MATERIAL

Sin material

TRUCO JEF

Excelente para días de lluvia o transiciones: se monta en menos de un minuto.

SEGURIDAD

Mantener una distancia mínima de un brazo y evitar patadas o gestos explosivos cerca de otras parejas.

6 Guardianes del aro

REACCIÓN Y OPOSICIÓN

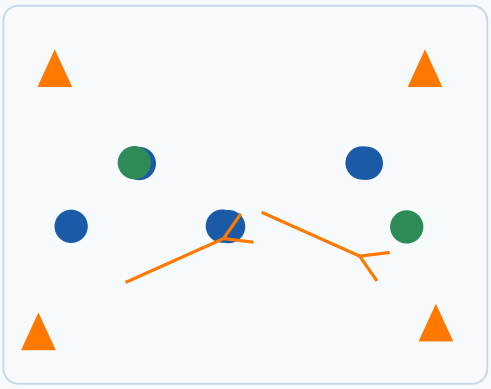
3º-6º | 10-12 min | Pista / gimnasio | Media-alta

OBJETIVO

Tomar decisiones rápidas en situaciones de ataque y defensa con alta participación.

Cómo se juega

1. Las pelotas comienzan en una zona central. A la señal, cada jugador puede transportar una pelota por viaje.
2. No se puede quitar una pelota de las manos ni bloquear con contacto. Los defensores solo interceptan trayectorias o recuperan pelotas sueltas.
3. A los 90 segundos se detiene 20 segundos para que los equipos cambien estrategia y se reinicia.



Esquema orientativo - adapta distancias y agrupamientos

VARIANTES

- Puntua doble si todas las personas del equipo han llevado al menos una pelota.
- Limita el tipo de desplazamiento.
- Introduce una pelota de valor especial.

ADAPTACIÓN E INCLUSIÓN

Asigna diferentes formas de contribuir: transportar, orientar, defender zona o recuperar material. Ajusta distancias y número de pelotas.

ORGANIZACIÓN

Equipos pequeños. Cada equipo protege 1-2 aros y trata de llevar pelotas a los aros rivales.

MATERIAL

6-10 aros y pelotas blandas

TRUCO JEF

Usa rondas cortas; aumentan intensidad y permiten reajustar equipos sin largas explicaciones.

SEGURIDAD

Sin contacto corporal ni lanzamientos a personas. Pelotas blandas y espacio suficiente entre aros.

7 Cadena con rescate

PERSECUCIÓN COOPERATIVA

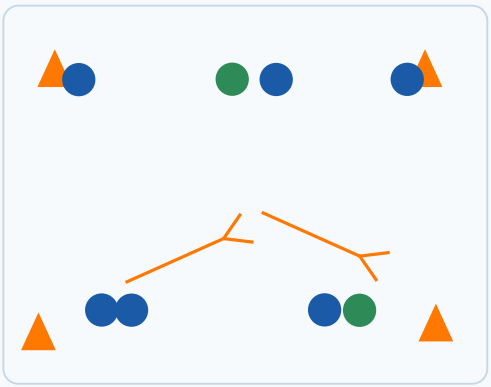
1º-4º | 8-10 min | Pista | Alta

OBJETIVO

Practicar persecución, cooperación y orientación manteniendo a todo el alumnado activo.

Cómo se juega

1. La cadena intenta tocar a otras personas sin soltarse.
2. Quien es tocado se une temporalmente hasta formar una cadena de cuatro.
3. Al llegar a cuatro, la cadena se divide en dos parejas; así nunca se crea una fila enorme y lenta.



Esquema orientativo - adapta distancias y agrupamientos

VARIANTES

- Rescate: una persona libre puede liberar a alguien de una cadena tocando una zona segura.
- Las cadenas de dos solo pueden andar lateralmente.
- Cambiar la forma de contacto: tocar hombro o espalda, nunca agarrar.

ADAPTACIÓN E INCLUSIÓN

Reduce velocidad de las cadenas, delimita zonas de descanso activo y permite parejas estables de apoyo. No se penaliza a quien necesita desplazarse más despacio.

ORGANIZACIÓN

Comienza una pareja cogida de la mano como cadena. El resto se desplaza libremente.

MATERIAL

Sin material

TRUCO JEF

Dividir la cadena mantiene más persecuciones simultáneas y reduce tiempos de espera.

SEGURIDAD

No tirar de los brazos. Si la cadena se separa, se detiene y se reorganiza antes de seguir.

8 Pañuelo cooperativo

REACCIÓN Y EQUIPO

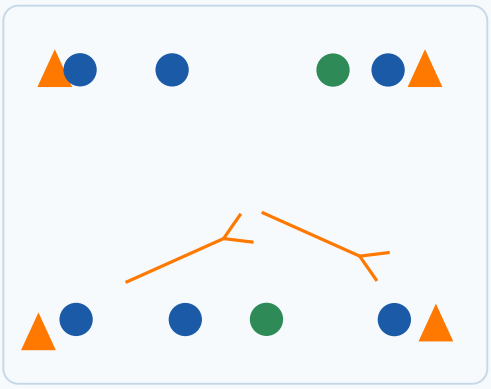
3º-6º | 10-12 min | Pista | Alta

OBJETIVO

Trabajar reacción, toma de decisiones y pertenencia al equipo sin centrar todo en el duelo individual.

Cómo se juega

1. Al nombrar un número, salen las dos personas correspondientes.
2. El punto se consigue si quien recoge el pañuelo vuelve a su línea, pero el equipo suma un bonus si durante la ronda mantiene actitud de apoyo y juego limpio.
3. Cada 2-3 rondas se rotan los números para equilibrar oportunidades.



Esquema orientativo - adapta distancias y agrupamientos

VARIANTES

- Llamar dos números y exigir una acción cooperativa antes de volver.
- Pañuelo estratégico: se puede amagar sin tocar al rival.
- Ronda de equipo: una persona decide que número sale.

ADAPTACIÓN E INCLUSIÓN

Modifica distancias de salida, empareja por ritmos aproximados y ofrece funciones alternativas en determinadas rondas. Evita que el mismo alumnado dispute siempre las rondas clave.

ORGANIZACIÓN

Dos equipos numerados. El docente se coloca en el centro con el pañuelo.

MATERIAL

1 pañuelo y conos

TRUCO JEF

La rotación sistemática de números mejora equidad y evita protagonismos fijos.

SEGURIDAD

Controlar la zona central, prohibir choques y agarrones, y usar un pañuelo ligero.

9 Tres en raya activo

ESTRATEGIA Y CARRERA

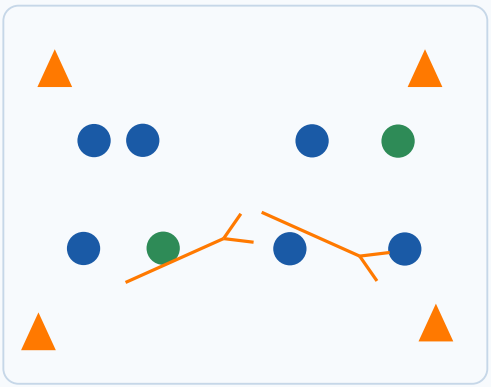
3º-6º | 10-12 min | Pista / gimnasio | Media-alta

OBJETIVO

Combinar desplazamiento, estrategia y cooperación en equipos pequeños.

Cómo se juega

1. Sale una persona de cada equipo, coloca una ficha y vuelve para dar relevo mediante choque de manos.
2. Cuando las tres fichas ya estan colocadas, los siguientes participantes mueven una ficha existente.
3. El objetivo es conseguir tres en línea, pero las rondas son rápidas y se reinician de inmediato.



Esquema orientativo - adapta distancias y agrupamientos

VARIANTES

- Dos tableros simultaneos para grupos grandes.
- Moverse con una consigna técnica: lateral, saltos, skipping.
- Ganar exige que las tres decisiones hayan sido tomadas por personas distintas.

ADAPTACIÓN E INCLUSIÓN

Acerca el tablero o elimina la carrera para quien lo necesite. Puede participar como estratega y alternar esa función con desplazamientos adaptados.

ORGANIZACIÓN

Dos equipos por tablero de 3x3. Cada equipo tiene tres fichas de color.

MATERIAL

9 aros + 6 petos/fichas

TRUCO JEF

Monta varios tableros: un único tres en raya genera una cola enorme.

SEGURIDAD

Deja espacio lateral entre tableros y marca retornos para evitar cruces frontales.

10 Piedra, papel, tijera y pilla

REACCIÓN LÚDICA

1º-6º | 8-10 min | Pista | Alta

OBJETIVO

Entrenar reacción, aceleración y gestion del resultado en un formato breve y repetitivo.

Cómo se juega

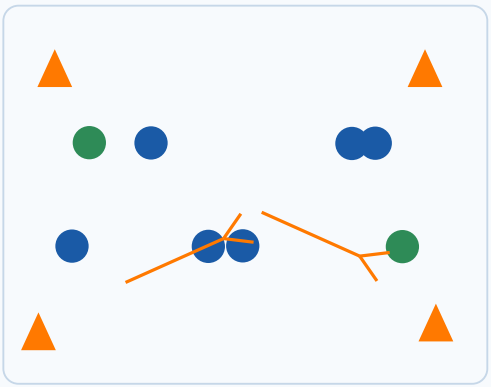
1. Las parejas juegan piedra, papel o tijera. Quien gana persigue y quien pierde intenta llegar a su casa.
2. Tras la acción, ambos vuelven al centro y repiten de inmediato.
3. Cada 3 rondas cambian de pareja caminando hasta un nuevo compañero.

VARIANTES

- Empate = ambos cambian de casa.
- Versión cooperativa: la pareja suma un punto si reacciona sin confundirse, independientemente de quien gane.
- Añade formas de desplazamiento.

ADAPTACIÓN E INCLUSIÓN

Acorta la distancia de casa, permite salida anticipada o sustituye la carrera por tocar un cono cercano. Centra el feedback en reacción y autocontrol, no en ganar.



Esquema orientativo - adapta distancias y agrupamientos

ORGANIZACIÓN

Parejas frente a frente en una línea central, con una línea de casa detrás de cada persona.

MATERIAL

Conos

TRUCO JEF

Muchas repeticiones breves ofrecen más práctica que una eliminatoria.

SEGURIDAD

Las líneas de casa deben estar libres de paredes, bancos u obstáculos.

11 Mensajeros

COOPERACIÓN Y VELOCIDAD

1º-6º | 10 min | Pista / gimnasio | Media

OBJETIVO

Desplazarse con propósito, memorizar consignas y cooperar para completar una misión.

Cómo se juega

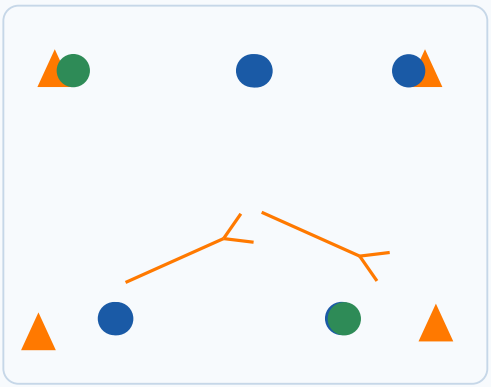
1. Una persona por equipo se desplaza hasta una tarjeta, memoriza el mensaje y vuelve a contarlo.
2. Mientras tanto, el resto del equipo realiza una tarea motriz continua de baja dificultad.
3. Cuando el equipo cree tener todos los mensajes, los ordena para resolver el código final.

VARIANTES

- Mensajes con dibujos en lugar de texto.
- Cada tarjeta exige una acción antes de memorizar.
- El orden de recogida puede decidirlo el propio equipo.

ADAPTACIÓN E INCLUSIÓN

Usa pictogramas, palabras clave o colores. Quien tenga barreras de lectura puede ser mensajero visual, organizador o demostrador de la acción.



Esquema orientativo - adapta distancias y agrupamientos

ORGANIZACIÓN

Equipos de 4-5 con una base. Varias tarjetas se colocan en puntos del espacio.

MATERIAL

Tarjetas y conos

TRUCO JEF

El grupo que espera también se mueve: evita que la tarea dependa de una sola persona.

SEGURIDAD

Distribuye las tarjetas para que no haya cruces masivos en el mismo punto.

12 Cuatro esquinas cooperativas

ORIENTACIÓN Y COHESIÓN

1º-4º | 8-10 min | Gimnasio / pista | Media

OBJETIVO

Tomar decisiones de grupo y cambiar de espacio sin eliminación.

Cómo se juega

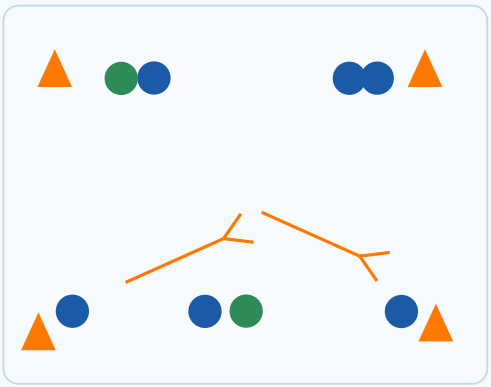
1. A una señal, cada esquina debe quedar con un número objetivo de personas indicado por el docente.
2. El alumnado se mueve y negocia rápidamente para conseguirlo.
3. Si no se logra, no hay penalización: se analiza en 10 segundos que paso y se repite con otro reto.

VARIANTES

- Conseguir grupos de 3, 4 o 5.
- Formar grupos que cumplan una condición simple: misma letra inicial, mes de cumpleaños, etc.
- Moverse solo por líneas marcadas.

ADAPTACIÓN E INCLUSIÓN

Ofrece señales visuales y tiempo adicional. Evita criterios personales sensibles y utiliza condiciones neutras o motrices.



Esquema orientativo - adapta distancias y agrupamientos

ORGANIZACIÓN

Cuatro esquinas identificadas por color. El grupo se reparte inicialmente.

MATERIAL

4 conos de color

TRUCO JEF

La micro-reflexión de 10 segundos aporta aprendizaje sin convertir la sesión en una charla larga.

SEGURIDAD

No correr hacia una esquina saturada; si esta llena, elegir otra ruta.

13 Puentes y rios

EQUILIBRIO Y COOPERACIÓN

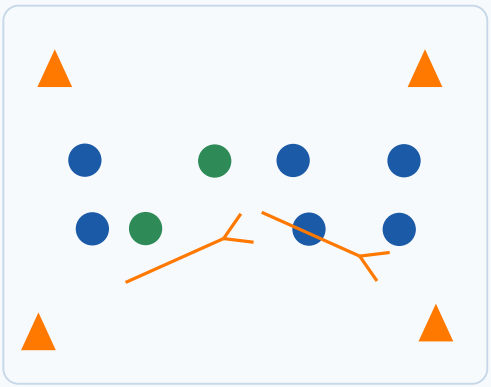
1º-4º | 10-12 min | Gimnasio / pista | Media

OBJETIVO

Resolver desplazamientos con equilibrio, control postural y ayuda entre iguales.

Cómo se juega

1. El grupo avanza por el recorrido sin tocar las zonas de rio.
2. Algunas zonas solo pueden superarse si dos personas coordinan su paso o se dan una referencia verbal.
3. Si alguien toca el rio, repite el tramo desde el punto anterior, sin salir del juego.



Esquema orientativo - adapta distancias y agrupamientos

VARIANTES

- Cruzar transportando una pelota.
- Realizar un tramo con apoyo de una sola pierna alternada.
- Diseñar un nuevo puente para otro equipo.

ADAPTACIÓN E INCLUSIÓN

Amplia los puentes, permite apoyos adicionales y ofrece bastones blandos o una línea de referencia visual. El equipo puede acompañar a quien necesite más tiempo.

ORGANIZACIÓN

Pequeños equipos ante un recorrido con rios y puentes marcados en el suelo.

MATERIAL

Cuerdas, líneas o aros

TRUCO JEF

Diseña varias rutas paralelas para que no haya una única fila.

SEGURIDAD

Evita superficies elevadas; el equilibrio puede trabajarse completamente a ras de suelo.

14 Cambio de planeta

ORIENTACIÓN Y REACCIÓN

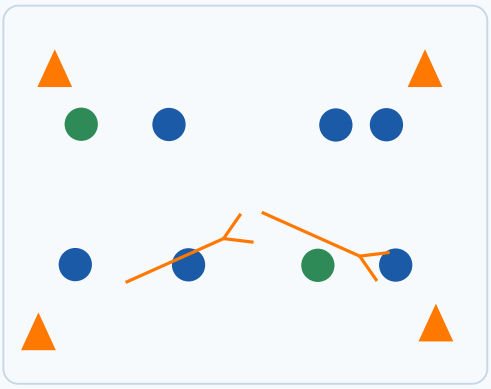
1º-6º | 8-10 min | Pista / gimnasio | Media-alta

OBJETIVO

Reaccionar a señales, ocupar espacios y tomar decisiones rápidamente.

Cómo se juega

1. El alumnado se desplaza libremente. A la señal, intenta ocupar un planeta.
2. Quien queda sin aro realiza una misión breve en el centro y en la siguiente ronda tiene prioridad para elegir planeta.
3. Cada ronda se retira o cambia de lugar algun aro para obligar a explorar nuevas rutas.



Esquema orientativo - adapta distancias y agrupamientos

VARIANTES

- Dos personas pueden compartir planeta si realizan una figura de equilibrio.
- Planetas de colores con reglas diferentes.
- La persona sin planeta se convierte en quien da la siguiente señal.

ADAPTACIÓN E INCLUSIÓN

En lugar de competir por los aros, permite compartirlos o asigna planetas de acceso prioritario. La consecuencia nunca debe dejar a nadie fuera.

ORGANIZACIÓN

Aros repartidos por el espacio, siempre menos que participantes, pero sin eliminación.

MATERIAL

Aros o círculos marcados

TRUCO JEF

Convertir la falta de aro en un rol activo evita la eliminación clásica.

SEGURIDAD

No lanzarse sobre el aro ni empujar; el objetivo es llegar con control.

15 Relevos continuos sin cola

VELOCIDAD Y RESISTENCIA

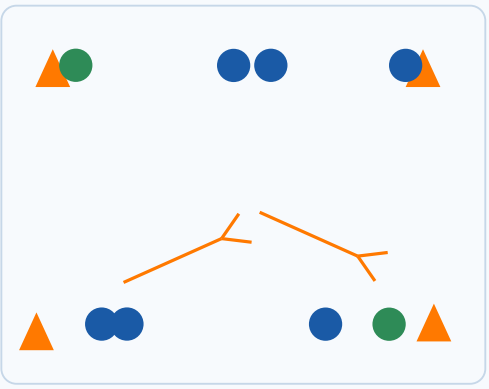
3º-6º | 10-12 min | Pista | Alta

OBJETIVO

acumular práctica de desplazamiento reduciendo la espera habitual de los relevos.

Cómo se juega

1. En lugar de una fila, dos miembros del equipo se desplazan a la vez por recorridos complementarios.
2. Quienes están en base realizan una tarea corta: movilidad, equilibrio o pases.
3. El relevo se produce por contacto en una zona amplia, sin necesidad de colocarse en línea.



Esquema orientativo - adapta distancias y agrupamientos

VARIANTES

- Circuito en ocho.
- Una vuelta individual y otra en pareja.
- Objetivo cooperativo: completar entre todos un número de vueltas de calidad.

ADAPTACIÓN E INCLUSIÓN

Cada persona puede realizar un recorrido de longitud diferente manteniendo el mismo tiempo aproximado. Se valora la continuidad, no la velocidad máxima.

ORGANIZACIÓN

Equipos de 4-5 en circuitos circulares o de ida y vuelta con dos puntos de actividad.

MATERIAL

Conos y testigos opcionales

TRUCO JEF

Si hay más de dos personas quietas por equipo, rediseña el relevo.

SEGURIDAD

Separar recorridos de ida y vuelta y señalizar claramente zonas de cruce.

16 Bingo motor

HABILIDADES MOTRICES

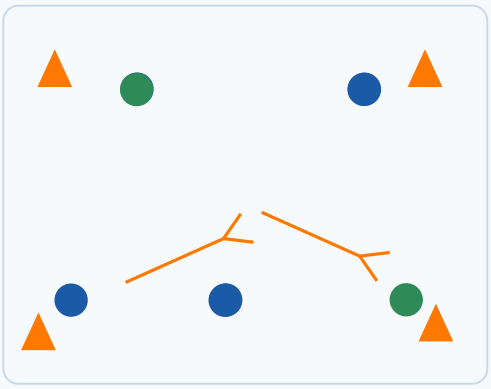
1º-6º | 12-15 min | Cualquier espacio | Variable

OBJETIVO

Practicar habilidades variadas con autonomía y elección.

Cómo se juega

1. Cada grupo elige una casilla y realiza el reto durante 30-45 segundos.
2. Al completarlo con la calidad acordada, marca la casilla y elige otra.
3. El objetivo puede ser completar una línea, cuatro esquinas o toda la tarjeta, sin competir contra otros grupos.



Esquema orientativo - adapta distancias y agrupamientos

VARIANTES

- Bingo temático de saltos, lanzamientos, equilibrio o expresión corporal.
- Una casilla comodín creada por el alumnado.
- Reto espejo: un grupo enseña una casilla a otro.

ADAPTACIÓN E INCLUSIÓN

Diseña cada casilla con dos niveles de dificultad o alternativas equivalentes. La elección permite ajustar el reto sin señalar a nadie.

ORGANIZACIÓN

Parejas o trios con una tarjeta de 3x3 de retos motrices.

MATERIAL

Tarjetas de bingo

TRUCO JEF

Prepara tarjetas plastificadas reutilizables; reduce explicaciones y favorece autonomía.

SEGURIDAD

Los retos deben adaptarse al espacio disponible y evitar lanzamientos si el aula es pequeña.

17 Atrapa colas por equipos

PERSECUCIÓN Y ESTRATEGIA

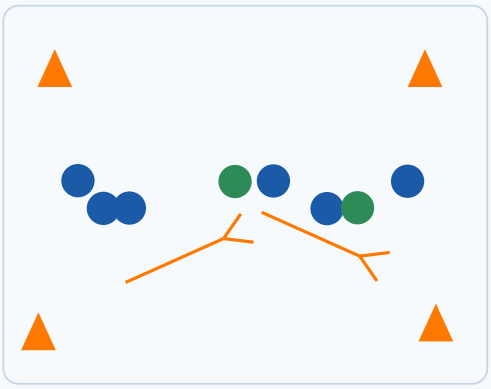
3º-6º | 10 min | Pista | Alta

OBJETIVO

Mejorar cambios de dirección y lectura del espacio con una regla de reincorporación inmediata.

Cómo se juega

1. Se intenta capturar colas de otros equipos sin contacto corporal.
2. Quien pierde su cola acude a una zona de recarga, realiza una acción breve y recibe otra cola.
3. El equipo gana si al final ha mantenido buena cooperación y acumula un número de colas, no por dejar rivales sin jugar.



Esquema orientativo - adapta distancias y agrupamientos

VARIANTES

- Colas de distinto valor.
- Solo se puede capturar a un color concreto que cambia cada minuto.
- Ronda cooperativa: lograr entre todos un número total de capturas limpias.

ADAPTACIÓN E INCLUSIÓN

Coloca zonas de recarga cercanas, permite colas más largas y limita la velocidad de persecución en determinadas rondas.

ORGANIZACIÓN

Cada participante lleva una cola de peto visible. Equipos de 4-6.

MATERIAL

Pañuelos/petos

TRUCO JEF

Ten colas de repuesto preparadas: la reincorporación debe durar menos de 10 segundos.

SEGURIDAD

Las colas deben soltarse con facilidad; nunca meterlas dentro del pantalon o anudarlas.

18 Pelotas viajeras

PASES Y COOPERACIÓN

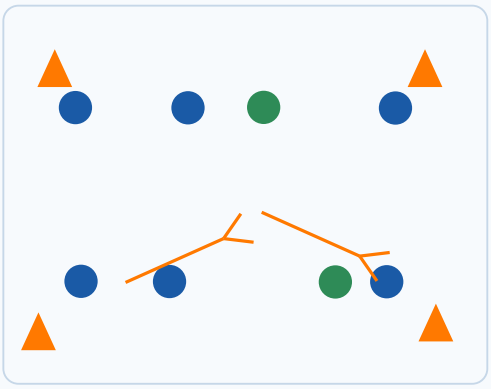
1º-6º | 10-12 min | Gimnasio / pista | Media

OBJETIVO

Mejorar pase, recepción y ocupación de espacios sin jugadores fijos.

Cómo se juega

1. El equipo debe llevar su pelota por todas las estaciones mediante pases; nadie puede desplazarse con la pelota más de tres pasos.
2. Tras pasar, la persona cambia de zona para ofrecer una nueva línea de pase.
3. Si cae la pelota, se recoge y continúa desde el mismo punto.



Esquema orientativo - adapta distancias y agrupamientos

VARIANTES

- Dos pelotas simultáneas.
- Pase diferente en cada estación.
- Objetivo de tiempo propio: mejorar la marca del equipo sin competir con otros.

ADAPTACIÓN E INCLUSIÓN

Usa balones de distinto tamaño o textura, reduce distancias y permite bote o rodar la pelota como alternativa al pase aéreo.

ORGANIZACIÓN

Equipos de 5-6. Cada equipo tiene una pelota y varias estaciones marcadas.

MATERIAL

Pelotas blandas

TRUCO JEF

Evita puestos fijos: la regla de cambiar de zona después de pasar mantiene movimiento continuo.

SEGURIDAD

Pelotas blandas y prohibición de pases fuertes a corta distancia.

19 Bomba cooperativa

ATENCIÓN Y PASE

1º-4º | 8-10 min | Cualquier espacio | Baja-media

OBJETIVO

Practicar pases y atención transformando un juego de eliminación en un reto colectivo.

Cómo se juega

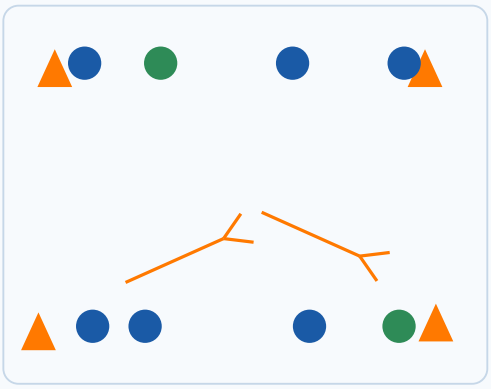
1. El grupo pasa la pelota mientras una persona cuenta una secuencia o marca el tiempo.
2. Cuando llega la palabra final, quien tiene la pelota no queda eliminado: propone una nueva forma de pase o realiza un reto de 5 segundos.
3. Se inicia de inmediato otra ronda con todos dentro.

VARIANTES

- Dos pelotas en sentidos opuestos.
- La cuenta incluye palabras sorpresa que obligan a cambiar sentido.
- Objetivo: lograr 20 pases limpios antes de la palabra final.

ADAPTACIÓN E INCLUSIÓN

Permite rodar, entregar en mano o usar una pelota más grande. Los grupos pequeños facilitan más oportunidades de contacto con el balón.



Esquema orientativo - adapta distancias y agrupamientos

ORGANIZACIÓN

Círculos de 6-8. Una pelota por circulo.

MATERIAL

1 pelota blanda por grupo

TRUCO JEF

Sustituir eliminación por liderazgo mantiene participación y reduce frustración.

SEGURIDAD

No lanzar a la cara y adaptar la velocidad de pase al espacio.

20 Laberinto humano

ORIENTACIÓN Y COMUNICACIÓN

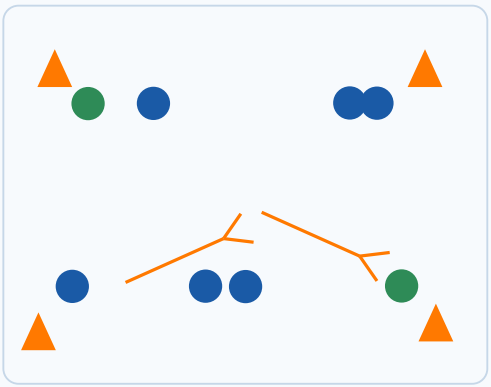
3º-6º | 10-12 min | Gimnasio / patio | Media

OBJETIVO

Desarrollar orientación, escucha y planificación de trayectorias.

Cómo se juega

1. El grupo crea un laberinto sencillo con separaciones amplias.
2. Una persona atraviesa el recorrido siguiendo indicaciones breves de un compañero guía.
3. Cada 30-40 segundos rotan los roles para que todos sean guía, recorrido y parte del laberinto.



Esquema orientativo - adapta distancias y agrupamientos

VARIANTES

- Recorrido con una pelota.
- Guía solo con gestos.
- Dos personas atraviesan a la vez desde extremos opuestos con rutas separadas.

ADAPTACIÓN E INCLUSIÓN

El recorrido puede hacerse andando y con puertas más amplias. La comunicación no verbal facilita participación ante dificultades lingüísticas.

ORGANIZACIÓN

Grupos de 6-8. Varias personas forman puertas o caminos estáticos; una persona recorre el laberinto.

MATERIAL

Conos opcionales

TRUCO JEF

Roles cortos y rotación frecuente evitan que quien forma el laberinto permanezca quieto demasiado tiempo.

SEGURIDAD

No cerrar el paso ni tocar a quien realiza el recorrido; mantener espacios amplios.

21 Código de conos

PERCEPCIÓN Y DECISIÓN

1º-6º | 10 min | Pista / gimnasio | Media-alta

OBJETIVO

Combinar desplazamiento, memoria de reglas y toma de decisiones.

Cómo se juega

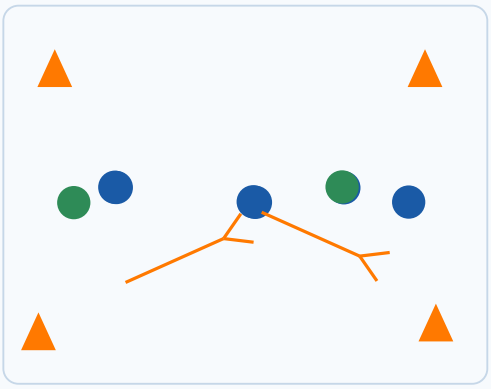
1. Cada color tiene una acción: tocar, rodear, saltar cerca, hacer equilibrio, etc.
2. El docente muestra una secuencia de dos colores y el alumnado decide una ruta para completarla.
3. Progresivamente se añaden secuencias de tres colores o una regla que cambia.

VARIANTES

- En parejas: deben completar la secuencia juntos.
- Un alumno crea la secuencia.
- Relacionar colores con gestos tecnicos de otro contenido.

ADAPTACIÓN E INCLUSIÓN

Ofrece una tarjeta visual con el código, reduce la longitud de secuencia y permite acciones equivalentes de distinta dificultad.



Esquema orientativo - adapta distancias y agrupamientos

ORGANIZACIÓN

Conos de 4 colores repartidos. El alumnado se mueve libremente o en parejas.

MATERIAL

Conos de colores

TRUCO JEF

Distribuye muchos conos; cuanto más material accesible, menos concentración y espera.

SEGURIDAD

Separar bien los conos para reducir choques y evitar saltar sobre material alto.

22 Robot y guía

COMUNICACIÓN Y LATERALIDAD

1º-6º | 8-10 min | Gimnasio / pista | Baja-media

OBJETIVO

Trabajar lateralidad, confianza y precisión de consignas.

Cómo se juega

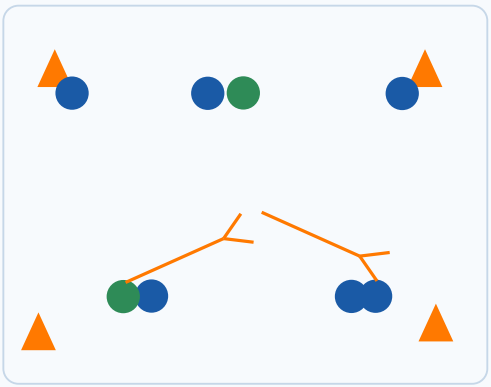
1. Se acuerdan órdenes simples: avanza, gira, para, cambia nivel.
2. El guía conduce al robot por un recorrido abierto sin tocarlo.
3. Tras un minuto se cambian roles y se incorpora una nueva orden.

VARIANTES

- Guía gestual sin palabras.
- Robot espejo: el guía también realiza la acción.
- Parejas cooperan para llegar a una meta común.

ADAPTACIÓN E INCLUSIÓN

No requiere ojos cerrados. Puede reducirse la velocidad, usar señales visuales y simplificar el código. Ideal para trabajar comunicación accesible.



Esquema orientativo - adapta distancias y agrupamientos

ORGANIZACIÓN

Parejas. El robot se mueve a velocidad lenta y el guía usa un código de 3-4 instrucciones.

MATERIAL

Conos opcionales

TRUCO JEF

Evita vendas: no aportan el objetivo principal y aumentan tiempos de organización y riesgo.

SEGURIDAD

Siempre con visión disponible y recorridos sin obstáculos peligrosos.

23 Dominó motor

AUTONOMÍA Y CREATIVIDAD

1º-6º | 12-15 min | Cualquier espacio | Variable

OBJETIVO

Enlazar habilidades motrices en secuencias cortas creadas por el alumnado.

Cómo se juega

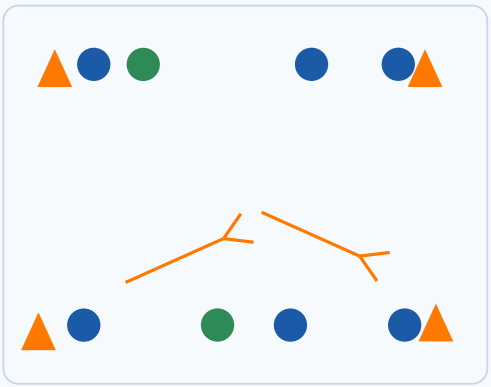
1. Cada grupo recibe tres tarjetas y crea una secuencia de 20-30 segundos enlazandolas sin pausas.
2. La practica dos veces y después intercambia una tarjeta con otro grupo.
3. Al final, varios grupos muestran su secuencia mientras el resto identifica las acciones.

VARIANTES

- Dominó de equilibrio, desplazamientos o expresión corporal.
- Cada acción debe comenzar donde termina la anterior.
- Crear una secuencia común entre dos grupos.

ADAPTACIÓN E INCLUSIÓN

Las tarjetas pueden incluir dibujos y dos alternativas por acción. Cada miembro elige una versión acorde a sus posibilidades.



Esquema orientativo - adapta distancias y agrupamientos

ORGANIZACIÓN

Grupos de 3-4 con tarjetas de acciones motrices.

MATERIAL

Tarjetas de acciones

TRUCO JEF

La creación en grupos pequeños reduce la dependencia del docente y multiplica el tiempo de práctica.

SEGURIDAD

Revisar las acciones propuestas antes de incluir giros, saltos o apoyos complejos.

24 Comba por estaciones

SALTOS Y RITMO

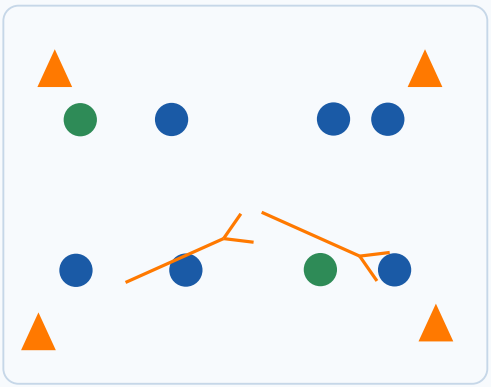
3º-6º | 12-15 min | Pista / gimnasio | Media-alta

OBJETIVO

Practicar saltos con variedad, progresión y pocas esperas.

Cómo se juega

1. Cada estación propone un reto de 60-75 segundos: salto individual, comba en suelo, entrada-salida, ritmo por parejas, etc.
2. Cuando una persona no salta, realiza una función activa: gira, marca ritmo, cuenta repeticiones de calidad o practica sin cuerda.
3. Rotación rápida a la señal.



Esquema orientativo - adapta distancias y agrupamientos

VARIANTES

- Reto personal de mejora, no ranking.
- Crear una estación nueva.
- Combinar saltos con una tarea de coordinación.

ADAPTACIÓN E INCLUSIÓN

Practica sin cuerda, usa una cuerda inmóvil en el suelo, reduce altura o permite pasos en lugar de saltos. La progresión importa más que el número de repeticiones.

ORGANIZACIÓN

Estaciones de 2-4 personas con una comba por estación.

MATERIAL

Combas

TRUCO JEF

Evita una única comba larga para todo el grupo; las estaciones multiplican oportunidades.

SEGURIDAD

Separación amplia entre estaciones y cuerdas guardadas en el suelo al cambiar.

25 Poli-ladrón con misiones

PERSECUCIÓN ESTRATÉGICA

3º-6º | 12-15 min | Pista | Alta

OBJETIVO

Practicar persecución, ayuda entre iguales y estrategia colectiva.

Cómo se juega

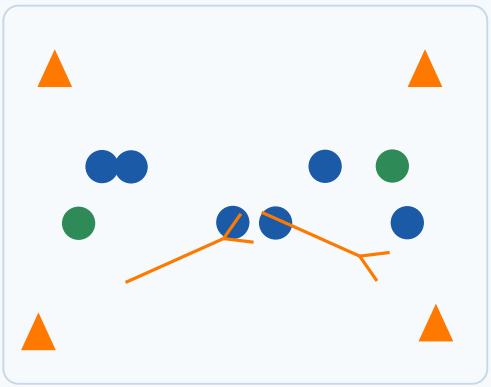
1. Los policías intentan tocar a los ladrones. Quien es tocado va a una zona de misión en lugar de quedar preso sin actividad.
2. Completa una tarea corta y puede volver, o ser liberado antes por un compañero que llega a la zona de rescate.
3. A mitad de ronda se intercambian roles.

VARIANTES

- Misiones de equilibrio, puntería o memoria.
- Rescate por parejas.
- Objetivo de equipo: lograr X rescates limpios en dos minutos.

ADAPTACIÓN E INCLUSIÓN

Reduce el número de perseguidores, crea refugios temporales y ajusta la misión. Los roles cambian para que nadie quede etiquetado siempre como perseguidor o perseguido.



Esquema orientativo - adapta distancias y agrupamientos

ORGANIZACIÓN

Dos roles: policías y ladrones. Se marca una zona de misión y una zona de rescate.

MATERIAL

Petos y conos

TRUCO JEF

La zona de misión convierte el tiempo de captura en práctica útil.

SEGURIDAD

Toque suave en hombro o espalda; sin bloqueos, agarrones ni persecuciones fuera de límites.

26 Pollito inglés sin eliminación

AUTOCONTROL Y EQUILIBRIO

1º-4º | 8-10 min | Pista / gimnasio | Media

OBJETIVO

Desarrollar control corporal, atención y regulación del error sin exclusión.

Cómo se juega

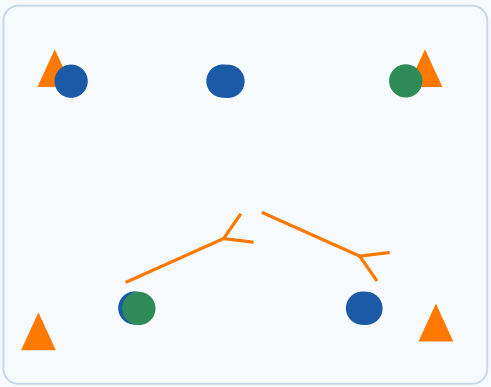
1. Mientras la persona dirige dice la frase, el grupo avanza. Al girarse, todos se congelan.
2. Quien se mueve no sale: retrocede tres pasos o realiza una postura de equilibrio y continua en la siguiente ronda.
3. Quien llega a la meta pasa a dirigir brevemente.

VARIANTES

- Avanzar como robot, lateralmente o en cámara lenta.
- Congelarse representando una emoción o animal.
- Meta cooperativa: todo el grupo intenta llegar con menos de X retrocesos.

ADAPTACIÓN E INCLUSIÓN

La consecuencia por error es breve y no punitiva. Ajusta la distancia de salida y permite apoyos más estables en las posturas.



Esquema orientativo - adapta distancias y agrupamientos

ORGANIZACIÓN

Una persona dirige de espaldas; el resto parte desde una línea.

MATERIAL

Sin material

TRUCO JEF

Transforma el error en una nueva acción, no en tiempo fuera.

SEGURIDAD

Evitar frenadas con saltos o empujones al acercarse a la meta.

27 Torres de equilibrio

EQUILIBRIO Y PRECISIÓN

1º-6º | 10-12 min | Gimnasio / aula amplia | Baja-media

OBJETIVO

Combinar control postural con manipulación y cooperación.

Cómo se juega

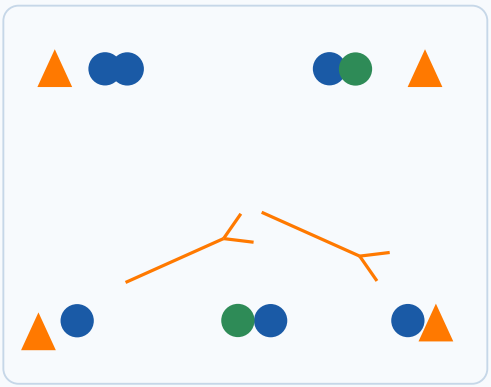
1. Una persona adopta una posición de equilibrio mientras otra construye una torre cercana siguiendo una consigna.
2. A la señal cambian roles.
3. El reto aumenta modificando la base de apoyo, la distancia de colocación o el tipo de objeto.

VARIANTES

- Construir en silencio.
- Transportar una pieza antes de colocarla.
- Crear una figura simétrica entre dos torres.

ADAPTACIÓN E INCLUSIÓN

Ofrece apoyos amplios, posibilidad de tocar una pared, tareas sentadas o manipulación de piezas más grandes. Todos los roles son equivalentes.



Esquema orientativo - adapta distancias y agrupamientos

ORGANIZACIÓN

Parejas o trios con una base y varios objetos apilables.

MATERIAL

Conos, saquitos o bloques blandos

TRUCO JEF

Ideal para espacios pequeños porque combina actividad con control, sin necesitar carreras.

SEGURIDAD

Usar objetos blandos y mantener las torres a poca altura.

28 Misión 10 pases

COOPERACIÓN CON BALÓN

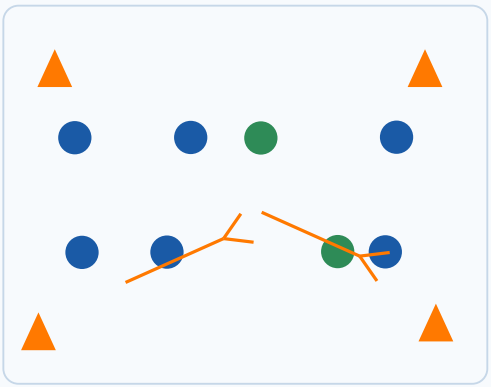
3º-6º | 10-12 min | Pista / gimnasio | Media-alta

OBJETIVO

Mejorar desmarque, pase y cooperación con reglas que reparten la participación.

Cómo se juega

1. El equipo intenta completar 10 pases sin que caiga la pelota ni sea interceptada.
2. Una misma persona no puede recibir dos pases consecutivos y antes del quinto pase deben haber participado al menos tres jugadores.
3. Tras pérdida o 10 pases, cambia la posesión inmediatamente.



Esquema orientativo - adapta distancias y agrupamientos

VARIANTES

- Pase con bote obligatorio.
- Punto extra si todos participan.
- Reducir a 6 pases para primeros niveles.

ADAPTACIÓN E INCLUSIÓN

Aumenta espacio, usa una pelota más fácil de agarrar y permite recepción con bote previo. Las reglas de participación evitan que dos jugadores monopolicen el balón.

ORGANIZACIÓN

Equipos de 4-5 en espacios reducidos. Un equipo mantiene posesión frente a otro.

MATERIAL

Pelotas blandas y petos

TRUCO JEF

El criterio de participación es más educativo que contar solo pases.

SEGURIDAD

Sin contacto; defender líneas de pase, no el cuerpo del compañero.

29 Círculos de reacción

REACCIÓN Y AGILIDAD

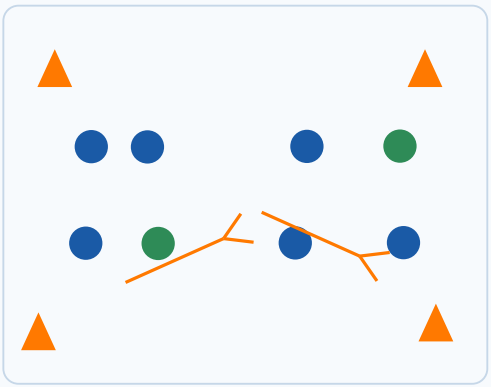
1º-6º | 8-10 min | Pista / gimnasio | Alta

OBJETIVO

Practicar aceleración corta, frenada y elección de dirección.

Cómo se juega

1. Cada persona ocupa una marca. A una señal visual o sonora, todos deben cambiar a otra marca pasando por fuera del aro central.
2. No se puede ocupar la marca de origen ni cruzar por dentro del aro.
3. Tras varias rondas, una persona del grupo inventa la señal.



Esquema orientativo - adapta distancias y agrupamientos

VARIANTES

- Señal doble: color + número de pasos.
- Cambios en parejas.
- Añadir una pelota que debe transportarse.

ADAPTACIÓN E INCLUSIÓN

Aumenta distancia entre participantes, permite caminar rápido o asigna una marca de menor recorrido. Las señales pueden ser visuales y auditivas a la vez.

ORGANIZACIÓN

Grupos de 4 alrededor de un aro central con 4 marcas exteriores.

MATERIAL

Aros o marcas

TRUCO JEF

Grupos pequeños = muchas reacciones simultáneas y casi ninguna espera.

SEGURIDAD

No invadir el aro central y frenar antes de llegar a la nueva marca.

30 Rescate total

GRAN JUEGO COOPERATIVO

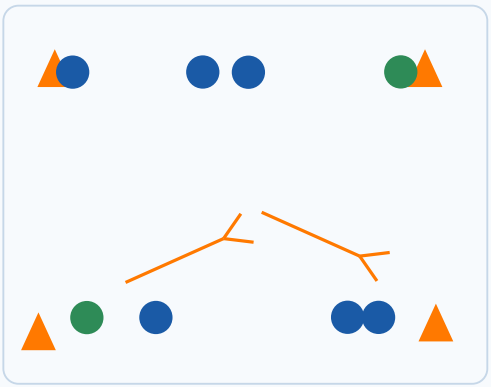
3º-6º | 12-15 min | Pista | Alta

OBJETIVO

Cerrar una sesión con estrategia, cooperación, transporte y toma de decisiones.

Cómo se juega

1. Cada equipo intenta llevar objetos desde la zona central a su base, uno por viaje.
2. Si una persona es tocada en campo rival, se queda en una zona de rescate realizando una tarea suave. Puede volver si un compañero la toca.
3. Nadie puede defender pegado a la base ni bloquear el acceso físicamente.



Esquema orientativo - adapta distancias y agrupamientos

VARIANTES

- Objetos con valores diferentes.
- Ronda cooperativa: ambos equipos deben vaciar el centro antes de que termine el tiempo.
- Limitar a un perseguidor por zona.

ADAPTACIÓN E INCLUSIÓN

Crea multiples funciones: recoger, rescatar, orientar, proteger rutas o transportar. Ajusta distancias y permite zonas seguras de descanso activo.

ORGANIZACIÓN

Dos equipos, cada uno con base y objetos. Se marca una zona central neutral.

MATERIAL

Conos, petos y 8-12 objetos

TRUCO JEF

El objetivo debe generar decisiones, no largas esperas en una prisión.

SEGURIDAD

Toque suave, espacios claros y prohibición de contacto, placajes o bloqueos.

Sesión 1 - Perseguir, reaccionar y cooperar

1º-2º Primaria **45 min**

Foco: Reacción, orientación espacial y cooperación básica.

Tiempo	Bloque	Propuesta
5 min	Entrada activa	Semáforo viajero: 3 códigos sencillos.
10 min	Activación	Satélites en parejas, cambios de rol cada 40 s.
12 min	Parte principal 1	Cazacolores con micro-misión y sin eliminación.
12 min	Parte principal 2	Cadena con rescate, cadenas maximas de 4.
6 min	Cierre	Espejo en movimiento + 2 preguntas: ¿cómo ayudamos? ¿qué regla hizo que nadie quedara fuera?

CLAVE DE ORGANIZACIÓN

Coloca los conos antes de que llegue el grupo. Encadena juegos que usan el mismo espacio para evitar reorganizaciones.

Sesión 2 - Decidir mientras nos movemos

3º-4º Primaria | 50 min

Foco: Toma de decisiones, velocidad de reacción y estrategia sencilla.

Tiempo	Bloque	Propuesta
8 min	Activación	Código de conos con secuencias de 2 colores.
10 min	Reto 1	Piedra, papel, tijera y pilla en parejas cambiantes.
15 min	Reto 2	Tres en raya activo con 2-3 tableros simultaneos.
12 min	Reto 3	Pañuelo cooperativo con rotación de números.
5 min	Cierre	Respiración andando + elección de una buena decisión tomada durante la sesión.

CLAVE DE ORGANIZACIÓN

Evita rankings generales. Usa objetivos de mejora, bonus por cooperación y rotación de roles.

Sesión 3 - Estrategia y cooperación

5º-6º Primaria **50 min**

Foco: Desmarque, cooperación, estrategia y regulación emocional.

Tiempo	Bloque	Propuesta
8 min	Activación	Círculos de reacción en grupos de 4.
12 min	Reto 1	Misión 10 pases con regla de participación mínima.
12 min	Reto 2	Guardianes del aro en rondas de 90 s.
13 min	Gran juego	Rescate total con roles rotativos.
5 min	Cierre	Autoevaluación oral 1-5: participación, respeto y toma de decisiones.

CLAVE DE ORGANIZACIÓN

Antes de cada ronda, permite 20 segundos de estrategia. Es tiempo de aprendizaje, no tiempo perdido.

Sesión 4 - Plan B de lluvia / espacio reducido

1º-6º adaptable **45 min**

Foco: Control corporal, comunicación, creatividad y autonomía.

Tiempo	Bloque	Propuesta
8 min	Activación	Espejo en movimiento.
10 min	Reto 1	Robot y guía con señales visuales y verbales.
12 min	Reto 2	Bingo motor en parejas o trios.
10 min	Reto 3	Dominó motor: crear una secuencia de 3 acciones.
5 min	Cierre	Torres de equilibrio o estiramientos guiados por alumnado.

CLAVE DE ORGANIZACIÓN

En aula, prioriza amplitud controlada, tareas por parejas y material blando. No intentes replicar una sesión de pista en miniatura.

Plantilla de observación rápida

Imprime una copia y registra evidencias breves durante la sesión. La escala 1-4 sirve como referencia, no como calificación automática.

Alumno/a	Participa	Decide	Coopera	Respeta normas	Se autorregula	Nota breve

ESCALA SUGERIDA

1 = necesita apoyo frecuente · 2 = participa de forma irregular · 3 = responde adecuadamente · 4 = participa con autonomía y ayuda a mejorar el funcionamiento del grupo

Plantilla - crea tu propia ficha JEF

NOMBRE DEL JUEGO

OBJETIVO

CURSO / DURACIÓN / ESPACIO / MATERIAL

ORGANIZACIÓN

DESARROLLO - 3 pasos

VARIANTES

ADAPTACIÓN E INCLUSIÓN

TRUCO PARA AUMENTAR PARTICIPACIÓN

Gracias por usar Juegos EF

Este material se ha diseñado para ahorrar tiempo de planificación y ayudarte a construir clases más activas, inclusivas y significativas. Si una propuesta funciona bien, adaptala, mezclala y hazla tuya en el contexto de tu grupo.

LICENCIA DE USO

Material gratuito. Puedes imprimirlo, utilizarlo con tu alumnado y compartirlo con otros docentes, siempre de forma gratuita y citando la fuente: Juegos EF (juegoseducacionfisica.com). No está permitida su venta.

NOTA PEDAGÓGICA Y SEGURIDAD

Adapta siempre reglas, distancias, intensidad, material y supervisión a la edad, experiencia, necesidades del alumnado, espacio y normas de tu centro. Este recurso no sustituye el criterio profesional docente.

BASE DEL MATERIAL

Sánchez García, A. (2026). Optimización del tiempo de compromiso motor y la participación equitativa mediante la organización de la tarea en Educación Física. Trabajo Fin de Grado, Universidad de Málaga. El pack transforma esas claves organizativas en propuestas practicas y reutilizables.

juegoseducacionfisica.com

¿Te ha servido este cuadernillo?

Cada mes comparto nuevos juegos para tus sesiones, ideas de investigación aplicada explicadas en pocas líneas y recursos descargables para Educación Física en Primaria. Todo gratis y directamente en tu correo.

RECIBE MÁS JUEGOS EN TU CORREO

- Juegos listos para tu próxima sesión.
- Investigación aplicada, explicada de forma clara y práctica.
- Un correo al mes. Sin spam y con baja en un clic.

Suscríbete gratis **juegoseducacionfisica.com/suscribete**

¿Conoces a alguien a quien le pueda servir?

Compártelo con otros docentes: el cuadernillo es gratuito y puedes difundirlo libremente citando la fuente.

juegoseducacionfisica.com