

BAJO LA CUERDA

Propósito:

Debéis pasar de varias formas por debajo de una cuerda situada en el suelo.

Reglas y penalizaciones:

1. Todas las personas deben pasar por debajo de la cuerda a cuatro niveles: reptando, en cuadrupedia, de rodillas con el tronco recto y de pie (con el cuerpo completamente estirado).
2. Hasta que TODOS los componentes del grupo no hayan pasado de una determinada forma, nadie puede comenzar a pasar de la forma siguiente.
3. Nadie puede tocar la cuerda con las manos o brazos.
4. Si se incumple cualquiera de las normas hay que volver a empezar desde el nivel en que os lleguéis.

SIENTE – PIENSA – COMPARTE - ACTÚA

LA VALLA

Propósito:

Todo el grupo debe pasar por encima de la valla sin tocarla.

Reglas y penalizaciones:

1. Todas las personas que componen el grupo deben superar la valla, pasando por encima de ella.
2. Nadie puede tocar la valla; si alguien lo hiciera, esa persona y otra que ya estuviera al otro lado deben volver al punto de origen.

SIENTE – PIENSA – COMPARTE - ACTÚA

ATRAVESAR EL ARO HORIZONTAL

Propósito:

Todos debéis atravesar el aro de arriba a abajo sin tocarlo con ninguna parte del cuerpo en ningún momento.

Reglas y penalizaciones:

1. No se puede tocar el aro en ningún momento.
2. El aro debe atravesarse entrando por arriba y saliendo por abajo.
3. La persona que incumple cualquiera de las normas debe volver a empezar y el grupo se anota un error.
4. Si el grupo acumula 7 errores todos deben comenzar el desafío de nuevo.

SIENTE – PIENSA – COMPARTE - ACTÚA

GIRO DE COLCHONETA

Propósito:

Subidos todos los componentes del grupo a una colchoneta, éstos deben darle la vuelta sin tocar en ningún momento el suelo.

Reglas y penalizaciones:

1. Nadie puede tocar el suelo en ningún momento, si alguien lo hace hay que volver a empezar.

SIENTE – PIENSA – COMPARTE - ACTÚA

LA TRAMPA

Propósito:

El grupo debe situar a una persona en cada uno de los aros de una fila sin que dos personas puedan pisar el mismo aro, ocupado o no, hasta el final del reto.

Reglas y penalizaciones:

1. Nadie puede pisar fuera de los aros, salvo en el lugar designado como orilla de partida.
2. Dos personas no pueden pisar al mismo tiempo el suelo dentro de un aro.
3. Si una persona pisa un aro, ya no puede pisar otro.
4. Si se incumple cualquiera de las normas anteriores el grupo debe volver a comenzar.

SIENTE – PIENSA – COMPARTE - ACTÚA

EL BALÓN IMPOSIBLE

Propósito:

Trasladar una pelota gigante una cierta distancia.

Reglas y penalizaciones:

1. La pelota no puede tocar el suelo entre el punto de partida y el punto de llegada.
2. Sólo se puede tocar la pelota con la cabeza o el tronco.
3. Una persona que esté en contacto con la pelota no puede desplazarse.
4. Si se incumple cualquiera de las normas anteriores hay que volver a comenzar.

SIENTE – PIENSA – COMPARTE - ACTÚA

EL SALTO DE LA CUERDA

Propósito:

Todos vosotros tenéis que conseguir dar un salto cada uno a la cuerda.

Reglas y penalizaciones:

1. La cuerda debe estar siempre en movimiento, girando como en los juegos de comba.
2. En cada giro de la cuerda, ésta debe tocar el suelo.
3. Siempre que la cuerda golpee en el suelo una persona y sólo una debe saltarla.
4. Cada persona del grupo debe dar un salto y sólo uno.
5. Si se incumple cualquiera de las normas hay que volver a empezar.

SIENTE – PIENSA – COMPARTE - ACTÚA

SÓLO MANOS

Propósito:

Todos vosotros tenéis que resistir 10 segundos apoyando en el suelo únicamente las manos o los antebrazos.

Reglas y penalizaciones:

1. Cada persona únicamente puede tocar el suelo con sus manos o antebrazos.
2. Una vez que todos lo hagan, el grupo debe realizar en voz alta una cuenta atrás desde el 10 hasta el 0, cumpliendo la regla anterior.
3. Si se incumple cualquiera de las normas hay que volver a empezar.

SIENTE – PIENSA – COMPARTE - ACTÚA

ENCANTAMIENTO EN LOS BANCOS

Disposición inicial:

El grupo decide antes de empezar el reto cuántas y qué personas se situarán en cada banco.

Propósito:

Tenéis que conseguir bajar TODOS de los dos bancos haciendo que el balón bote dentro del aro situado entre ellos.

Reglas y penalizaciones:

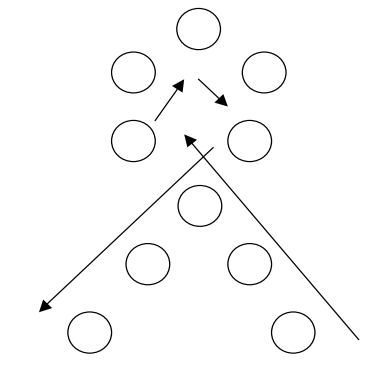
1. Si una persona logra que el balón bote en el interior del aro situado entre los dos bancos, puede bajar al suelo. Si una persona toca el suelo sin haberlo hecho, hay que volver a empezar.
2. Una persona en el suelo no puede tocar el balón. Si lo hace, hay que volver a empezar.

SIENTE – PIENSA – COMPARTE - ACTÚA

BASES

Disposición inicial:

Se colocan las marcas de suelo formando la siguiente figura:



Propósito:

El grupo debe pasar, unido por las manos, desde la primera a la última base siguiendo el orden de las mismas.

Reglas y penalizaciones:

1. Nadie puede soltarse de las manos.
2. Nadie puede pisar fuera de las bases.
3. El número máximo de pies que pueden ocupar una misma base al mismo tiempo es de dos.
4. El grupo debe recorrer las bases siguiendo el orden establecido.
5. Si se incumple cualquiera de las normas anteriores el grupo tiene que comenzar el desafío de nuevo.