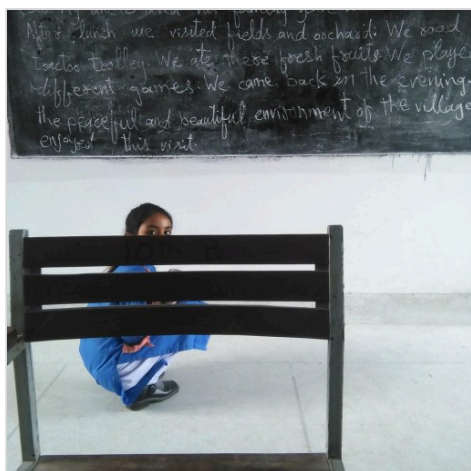


L U M B R E



El reto de 60 segundos (despierta al grupo)

Materia: Herramientas docentes

03/10/2026

Antes de empezar

Actividad de inicio con tiempo, materiales, pasos, ejemplos por materia, variantes y errores comunes.

QUÉ APRENDERÁS

- Arrancar la clase de mañana enganchando al grupo en pocos minutos: el reto de 60 segundos (despierta al grupo)

El reto de 60 segundos (despierta al grupo)

VIDEO

Aplauso *EL TREN*. Motricidad | Intensidad | Dinámica Animación de Grupo | Campamento

Video externo en YouTube. Lumbre no aloja ni controla el contenido enlazado.



Escanea para verlo en Lumbre

<https://www.youtube.com/watch?v=kMDjPLHqSog>



Imagen libre de Wikimedia Commons (CC BY 3.0, autor: Anthony Gotter)

Ficha relámpago	Datos para usarla mañana
Duración	60-90 segundos
Materiales	Un cronómetro visible (celular proyectado basta); la micro-tarea en el pizarrón
Cuándo usarla	Inicio
Momento	Inicio de clase

Una micro-tarea cronometrada al entrar: en 60 segundos, haz X. Alta energía, cero excusas, todos adentro antes de que cuenten a dos. El arranque que no da tiempo a desconectarse.

Para grupos lentos para arrancar o cuando llegan dormidos (primera hora).

Cómo se hace, paso a paso

ACTIVIDAD INTERACTIVA DISPONIBLE
EN LUMBRE

**1. Pondrás esto en marcha en
3 minutos**



Ejemplos por materia

El mismo gancho con tu contenido: cambia solo el tema del día.

Materia	Inicio listo para mañana
Matemáticas	3 cálculos de lo que ya saben: despierta el número antes de la clase.
Idiomas	5 palabras del tema: vocabulario en el primer minuto.
Cualquier materia	Una duda de la tarea escrita: sacas bloqueos apenas llegan.
Lengua	Una oración con la palabra del día: arrancan produciendo.
Historia	Un dato del tema anterior: memoria fresca de entrada.

Variantes

- **Carrera contrarreloj:** el grupo cuenta los aciertos: romper el récord de la semana.
- **Reto de dos manos:** lo hacen en parejas: socializa el arranque.
- **Escalado:** cada lunes 15 segundos más: sube exigencia.
- **Con música:** una canción corta marca los 60 segundos: señal de arranque y de parar.

Clave del éxito

La tarea debe ser HACIBLE por todos en el minuto: si unos cuantos la resuelven y la mayoría no, el arranque desanima en vez de despertar. Simplicidad para que el logro sea de todos.

Error común del principiante

Si prolongas el reto a 5 minutos, ya no es un arranque sino otra actividad y te comes la clase. Sesenta-segundos: enciende y suelta el control a la lección.

2. ¿Por qué el reto de 60 segundos debe ser una tarea que TODOS puedan terminar?

- ☐ Para terminar rápido
- ☐ Para que todos sientan el logro y el arranque despierte en vez de desanimar
- ☐ Para que el maestro no corrija mucho
- ☐ Para que haya silencio

Referencia curricular

Materia:	Herramientas docentes
-----------------	-----------------------

Versión interactiva completa (con actividades, videos y autoevaluación):



<https://lumbre.lat/object/hd-ini-20-reto-60-segundos>

Material educativo generado desde Lumbre · lumbre.lat