Juegos tradicionales y populares

Policías y ladrones

Juego de persecución para 1.º de Primaria. Practicar un juego popular de persecución con roles y liberación.

Para qué sirve

Trabajas la carrera, los cambios de dirección y el esquive en un juego popular con roles claros. En 1.º de Primaria encaja bien en la parte principal, porque ya han entrado en calor y quieren moverse. Además aprenden a cooperar: liberar a un compañero depende del equipo.

Cómo se juega, paso a paso

1. Marca la cárcel con conos o cuerda en una esquina del espacio. Reparte los equipos y ponles peto o cinta a los policías.
2. Explica el juego con una demostración corta: un policía toca a un ladrón y se lo lleva a la cárcel.
3. Enseña la regla de la cárcel: los presos se quedan cogidos de la mano, formando una cadena.
4. Los ladrones se dispersan con una señal. Cuenta hasta cinco antes de que salgan los policías.
5. Durante el juego, un ladrón libre toca a un preso para liberarlo. Los liberados vuelven a correr.
6. Para la partida cuando haya pocos ladrones libres o pasen unos cinco minutos. Intercambia los equipos y repite.
7. Termina con un paseo lento y recoge el material entre todos.

Reglas

Los presos deben permanecer cogidos de la mano en la cárcel.

Organización y material

Los dos equipos se reparten por el espacio libre y la cárcel queda en un lateral, visible para todos. Los policías empiezan cerca de la cárcel y los ladrones, en el lado contrario.

Curso
1.º de Primaria

Momento de la sesión
Parte principal

Duración
10–15 minutos

Intensidad
Alta

Agrupación y lugar
Dos equipos. Gimnasio, patio o polideportivo

Material
Una zona marcada como cárcel

Variantes

Más fácil
Reduce el espacio y pon más policías que ladrones al principio para que haya menos carreras largas. Así los ladrones aprenden primero a esquivar.

Más difícil
Añade un segundo policía que vigile la cárcel sin poder entrar. Así liberar exige engañarlo y pensar el momento.

Con un grupo grande o pequeño
Con grupo grande, haz dos cárceles y dos partidas en paralelo. Con grupo pequeño, usa un solo policía por cada tres ladrones y una cárcel más pequeña.

En poco espacio
En el aula o en un gimnasio pequeño, se juega andando rápido, sin correr. Acota la zona con conos y deja la cárcel bien separada.

La variante de la ficha
Cambiar los roles de equipo a mitad de partida.

Adaptaciones e inclusión

Dificultad motriz
Pon a ese alumno una zona de seguridad cercana donde no pueda ser atrapado. También puedes dejarle liberar a presos desde la cárcel con un gesto de la mano.

Alumnado con TEA
Anticipa las reglas con una demostración y un apoyo visual de los roles. Dale un peto de color fijo y avisa antes de cambiar de equipo.

Atención e impulsividad
Usa una señal clara de inicio y otra de parada. Dale el rol de liberador, que tiene un objetivo concreto y le ayuda a esperar el momento.

Seguridad y errores frecuentes

Para que nadie se haga daño

- Prohíbe empujar o agarrar de la ropa: atrapar es solo un toque suave en el hombro o en la espalda.
- Deja la cárcel lejos de paredes y de zonas de paso para evitar choques.
- Revisa que el suelo esté seco y sin material suelto, sobre todo en el patio.

Errores frecuentes al aplicarla

- Dejar la cárcel demasiado cerca de la salida de los ladrones. Sepárala para que liberar sea posible, pero con riesgo.
- Alargar la partida hasta que queden pocos ladrones. Para a tiempo y cambia los roles, o los niños presos se aburrirán.
- No vigilar que los presos sigan cogidos de la mano. Recuerda la regla antes de cada ronda y repásala si se suelta la cadena.

Preguntas para la reflexión final

¿Qué hacías para que no te pillaran?

¿Cómo se sentía el que estaba preso esperando?

¿Qué hizo tu equipo para liberar a los compañeros?

Autor: Equipo de profesores de Educación Física de Espaldera. Revisada el 26 de octubre de 2026.