Juegos tradicionales y populares

Rescate por parejas

Juego de persecución para 3.º de Primaria.

Para qué sirve

Trabajan la persecución, la esquiva y la cooperación en pareja: se desplazan juntos, se coordinan y deciden cuándo arriesgarse para rescatar. En 3.º ya dominan el juego de pillar clásico, y esto añade el reto de moverse al mismo ritmo que un compañero. Encaja en la parte principal, con el grupo ya activado.

Cómo se juega, paso a paso

1. Marca las cárceles con conos o cuerdas, una por equipo, y reparte petos de dos colores.
2. Forma las parejas y diles que van cogidas de la mano todo el rato. Explica que soltarse es quedar eliminada y pasar a la cárcel.
3. Demuestra con dos alumnos cómo se toca: basta con tocar a cualquiera de los dos miembros de la pareja.
4. Da la señal. El equipo perseguidor intenta tocar a las parejas del otro equipo, que huyen sin salir de la zona de juego.
5. La pareja tocada va a la cárcel. Una pareja libre la rescata entrando y tocándole la mano; salen juntas y vuelven al juego.
6. Pasados unos minutos, para el juego y cuenta las parejas libres y las presas. Si no hay variante, repite con los equipos cambiados de rol.
7. Termina con las parejas caminando para recuperar el pulso, y pasa a las preguntas.

Reglas

Las parejas no pueden soltarse durante el juego.

Organización y material

Dos equipos en filas enfrentadas a los lados del espacio, con una cárcel marcada cerca de cada uno. Deja el centro libre para correr y señala los límites con conos.

Curso
3.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
Zonas marcadas como cárcel

Variantes

Más fácil
Reduce el espacio de juego y permite que el rescate lo haga cualquier pareja libre sin tener que tocar la mano de nadie.

Más difícil
Añade una segunda cárcel y exige que para rescatar la pareja libre rodee la cárcel dando una vuelta completa antes de entrar.

Con un grupo grande o pequeño
Con grupo grande, divide en dos espacios con su propia cárcel. Con grupo pequeño, usa una sola cárcel y menos perseguidores para que no se acabe enseguida.

En poco espacio
En el aula o un gimnasio pequeño, los perseguidores caminan rápido en lugar de correr y reduces el número de parejas en juego, usando turnos.

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

Adaptaciones e inclusión

Dificultad motriz
Empareja con un compañero de ritmo similar y deja que el rescate se haga con un toque en el hombro. Acorta la distancia a la cárcel.

Alumnado con TEA
Anticipa las reglas con una demostración y muestra la cárcel antes de empezar. Asigna un compañero estable de pareja y una señal clara de inicio y fin.

Discapacidad visual
Delimita el espacio con cuerdas en el suelo y pon a la pareja con un guía que avise de obstáculos. Usa petos de colores muy contrastados y una cárcel con sonido, como un cascabel.

Seguridad y errores frecuentes

Para que nadie se haga daño

- Las parejas cogidas de la mano se caen fácil: pide correr sin tirar del compañero y con pasos cortos.
- Deja un metro libre alrededor de paredes, columnas y porterías, y revisa que el suelo no esté resbaladizo.
- El toque es con la palma, suave, en hombros o espalda. Nada de empujones ni agarrones.

Errores frecuentes al aplicarla

- Dejar que se suelten sin consecuencias hace que se pierda la regla. Sé estricto desde el principio y avisa antes de cada ronda.
- Explicar demasiado rato antes de jugar. Enseña con una pareja, empieza y corrige sobre la marcha.
- No equilibrar el número de parejas por equipo. Cuéntalas antes de empezar para que el rescate tenga sentido.

Preguntas para la reflexión final

¿Qué hicisteis con vuestra pareja para correr sin soltaros?

¿Cuándo decidíais ir a rescatar y cuándo mejor esperar?

¿Cómo os sentisteis al estar en la cárcel y al ser rescatados?

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