Juegos tradicionales y populares

# Juegos de lanzar y de tirar de la cuerda

Sesión 2 de 5 · 3.º de Primaria · Situación de aprendizaje «El patio de nuestros abuelos»

| | |
|---|---|
| **Situación de aprendizaje**<br>El patio de nuestros abuelos | **Etapa y curso**<br>3.º de Primaria |
| **Sesión**<br>2 de 5 · 45 min | **Material**<br>2 cuerdas gruesas de 10 m con un pañuelo atado en el centro · 4 balones blandos · 2 bancos suecos · 24 petos de 2 colores · 20 conos · 2 piedras pequeñas o anillos · Hoja de la entrevista por alumno · Cartulinas para el mural |
| **Organización**<br>Cuatro equipos de 6 | **Espacio**<br>Patio de 40 × 20 m; dos campos de 18 × 9 m marcados con conos |

## CALENTAMIENTO 7 min

### 1. Las cuatro esquinas 7 min

A la palmada, los de las esquinas cambian de sitio. El del centro intenta ocupar una esquina libre. Quien se queda sin esquina va al centro; el que esperaba entra en la siguiente ronda.

**Variante más fácil:** Tres esquinas y cuadrado de 6 m.

**Variante más difícil:** Solo se puede cambiar con la esquina de enfrente.

## PARTE PRINCIPAL 31 min

### 1. El balón prisionero 18 min

Se lanza el balón blando para tocar a un contrario por debajo de la cintura. Quien es tocado va a la zona de prisioneros, detrás del campo rival. Desde allí puede tocar a un contrario y volver a su campo. Partidos de 4 minutos y se cambia de rival.

**Variante más fácil:** Dos balones a la vez.

**Variante más difícil:** Si atrapas el balón sin que bote, liberas a un compañero.

### 2. Soka-tira 13 min

Los dos equipos cogen la cuerda con las dos manos, sin enrollarla en la mano ni en el cuerpo. A la voz de «Hasi!» tiran hacia atrás con los pies separados. Gana quien lleva el pañuelo hasta su línea; nadie suelta hasta que suena el silbato. Tres tirones y se cambia de rival.

**Variante más fácil:** Equipos de 4 con la cuerda corta.

**Variante más difícil:** El equipo decide quién va delante y quién atrás antes de cada tirón.

## VUELTA A LA CALMA 7 min

**1. Cuéntame cómo se jugaba** 7 min

Tres respiraciones lentas. Estiramiento de piernas y brazos, 15 segundos cada uno. Dos alumnos cuentan algo que les han dicho en casa o una regla que han aprendido hoy.

**Variante más fácil:** El profesor hace las preguntas.

**Variante más difícil:** Comparan el juego de hoy con uno de casa: ¿en qué se parecen?