



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 6 – MAYO DE 2008

“JUEGOS ALTERNATIVOS 2: FABRICACIÓN DE MATERIAL Y ACTIVIDADES”

AUTORIA JAVIER PÉREZ SALAS
TEMÁTICA EDUCACION FÍSICA
ETAPA ED. PRIMARIA

Resumen

Los materiales de Educación Física no sólo deben utilizarse como simples herramientas para transmitir conocimientos propios de Educación Física de una forma cerrada, sino que deberían considerarse como el punto de partida de un proceso didáctico de enseñanza-aprendizaje que implique a diferentes disciplinas a la vez que colabore en el desarrollo de actitudes relacionadas con el medio ambiente, el consumo responsable, la cooperación y la educación para la igualdad de oportunidades, entre otras.

Palabras clave

Fabricación de material autoconstruido con material reciclado o de desecho, actividades con material autoconstruido.

1. JUSTIFICACIÓN.

Los materiales y actividades que se presentan contribuyen a llevar a buen fin la acción educativa estimulando el proceso de enseñanza-aprendizaje a través de recursos materiales como elementos del currículo y facilitar la realización de juegos que posibiliten abordar temas transversales desde el programa de determinadas áreas curriculares.

Es importante señalar que, así como está aceptado de forma generalizada que la actividad lúdica forma parte esencial del desarrollo integral del niño/a, los adultos concedemos una importancia igualmente fundamental a la elaboración de las herramientas con las que va a poner en práctica sus juegos. Una de las premisas base de nuestro trabajo es que al ser el niño/a el artífice de la construcción de los materiales de juego, añade multitud de elementos positivos a la práctica de los mismos. Su nivel de implicación y motivación en el proceso lúdico que supone el jugar y elaborar sus propios materiales, puede alcanzar unas cotas insospechadas.

Por otra parte, uno de los objetivos prioritarios de la pedagogía del tiempo libre es arrancar de los niños/as la posible mentalidad consumista y materialista, propia del mundo moderno, y devolverlos a una actitud en la cual sean capaces de gozar de los juegos y de las aficiones auténticas lejos de la competitividad y de las consideraciones económicas en que nos movemos diariamente.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 6 – MAYO DE 2008

2. FABRICACIÓN Y ACTIVIDADES CON MATERIAL ALTERNATIVO DE FABRICACIÓN PROPIA.

2.1 CAMPO DE SOPLOBOL

A. Fabricación

EDAD: A partir de 6 años.

TIEMPO: 1 Hora.

UTENSILIOS: Tijeras o cúter, pegamento, pinceles.

MATERIAL REUTILIZABLE:

Tapa de una caja de cartón tamaño folio
Un envase de plástico de yogur
Funda de plástico de los bolígrafos.

MATERIALES BÁSICOS:

20 garbanzos.
Pinturas al agua (azul, roja...)

ELABORACIÓN:

1. Pinta de verde el fondo de la tapa de la caja de cartón y los bordes interiores y exteriores con los colores que elijas (puedes poner algún eslogan alusivo al consumo, reciclaje, etc...). Esto nos servirá de campo de Soplobol.
2. Traza, a lo ancho del campo, una línea blanca que lo divida en dos partes iguales. Dibuja un círculo blanco en el centro ayudándote de la tapa del tarro de pintura.
3. Corta el envase de yogur a lo largo. Las dos mitades obtenidas serán las porterías. Píntalas cada una de un color.
4. Pega los envases de yogurt pintados, en los extremos de la tapa de la caja.
5. Pinta los garbanzos.

VARIANTES:

Puedes variar el tamaño del campo de juego utilizando diferentes cajas.
Sustituye los garbanzos por alubias, lentejas, pelotitas de papel de aluminio, canicas pequeñas, etc.
Puedes utilizar pajitas o tubos de plástico.

REPRESENTACIÓN GRÁFICA:

**INNOVACIÓN
Y
EXPERIENCIAS
EDUCATIVAS**

ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 6 – MAYO DE 2008





ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 6 – MAYO DE 2008

B. Fabricación

“PARTIDO DE SOPLOBOL”

EDAD: A partir de 8 años.

CONTENIDOS: Control respiratorio.

AGRUPAMIENTO: Parejas.

DESARROLLO:

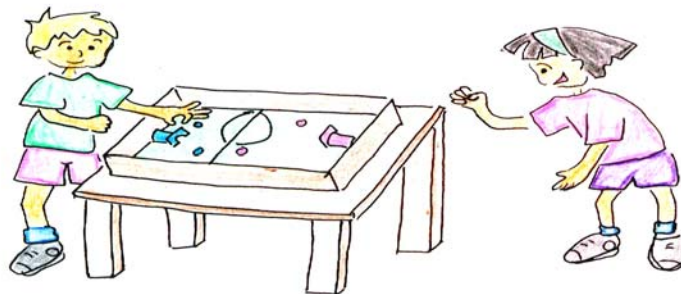
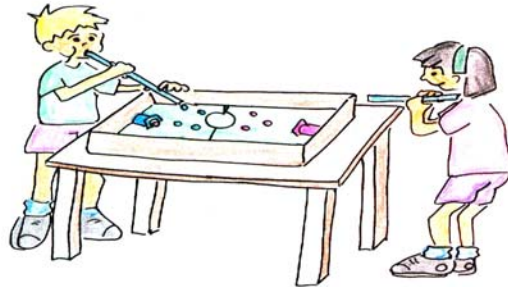
1. Situar los garbanzos en el círculo central.
2. Cada jugador/a se coloca detrás de una portería con una pajita.
3. Cada jugador/a sopla una vez sobre sus garbanzos (previamente se habrá asignado un color de garbanzo a cada jugador).
4. Se intentará meter el mayor número posible de garbanzos en la portería del adversario.

NORMAS DE JUEGO:

1. No se puede empujar los garbanzos con la pajita.
2. Ganará el jugador/a que más garbanzos haya metido en la portería contraria en un tiempo determinado.
3. Se respetará el turno de soplido.
4. Si un jugador/a introduce en su propia portería un garbanzo del equipo contrario, se contabiliza como un gol del oponente.

VARIANTES:

Jugar golpeando los garbanzos con los dedos (índice y corazón).



2.2 LA GUSILDE

A. Fabricación

EDAD: A partir de 8 años.

TIEMPO: 1 Hora y 30 minutos.

UTENSILIOS: Punzón, pinceles, cúter o tijeras.

MATERIALES REUTILIZABLE:

Envases de plástico de yogur
Botes cilíndricos de pintura o de leche
Serrín o arena de la playa.

MATERIALES BÁSICOS:

Cordón
Pegamento
Cinta aislante

**INNOVACIÓN
Y
EXPERIENCIAS
EDUCATIVAS**

ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 6 – MAYO DE 2008

Pinturas

Tubo de plástico flexible (0'5 cm de diámetro).

ELABORACIÓN:

Cierra cada vaso de yogur introduciéndole otro al que previamente se le ha recortado las alas de la parte superior y se le ha dado pegamento por el exterior.

Pinta los vasitos de yogur y hazles un orificio en cada base.

Ensartarlos en un cordón todos en el mismo sentido (6 o 7).

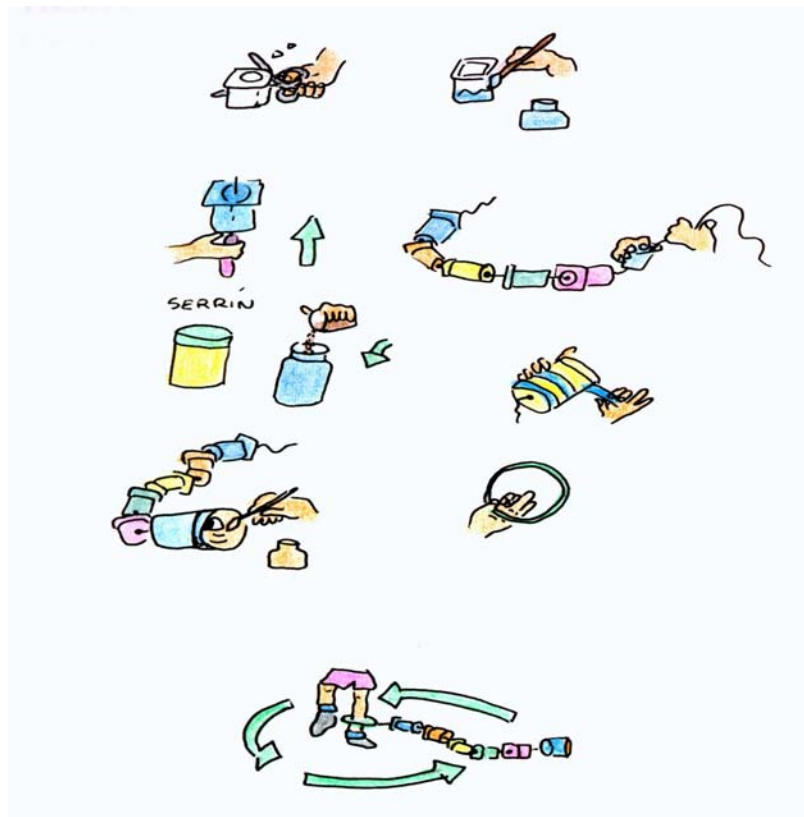
Coloca en un extremo un bote cilíndrico (de 6 a 10 cm de altura y 6 cm de diámetro), rellénalo de serrín, cúbrelo de cinta aislante y decóralo.

Haz una circunferencia con el tubo de plástico flexible y ata el cordón a ésta para que puedas meter el pie.

VARIANTES:

Puedes aumentar la longitud de la Gusilde añadiendo más vasos de yogur; cuanto más larga sea más difícil te resultará manejarla.

REPRESENTACIÓN GRÁFICA:





ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 6 – MAYO DE 2008

B. Actividades.

“CARRERA DE GUSILDES”

EDAD: A partir de 10 años.

CONTENIDOS: Saltos/Desplazamientos.

AGRUPAMIENTO: Cuartetos Gran grupo.

DESARROLLO:

Tras familiarizarse con la Gusilde y dominar los desplazamientos con ella, proponemos la siguiente carrera de relevos:

Distribuidos los participantes en 4 grupos y dispuestos en fila en el lateral de un campo de balonmano, salen los primeros haciendo girar la Gusilde con el pie hasta la línea del lateral contrario, donde se cambiarán la Gusilde de pie y volverán hasta dar el relevo al siguiente participante de su grupo.

NORMAS DE JUEGO:

Cada vez que tropiece la Gusilde, se parará y se comenzará desde donde se interrumpió el movimiento.

Establecer el pie donde se colocará la Gusilde en la salida.

VARIANTES:

Puede variar el número de grupos en función del número de participantes.

Para evitar los tiempos muertos de espera pueden salir en la carrera dos participantes agarrados a ambas manos del que conduce la Gusilde; en este caso los compañeros/as de los extremos deberán saltar cada vez que la Gusilde pasa por su lado.

OBSERVACIONES:

La distancia que separe cada grupo debe permitir el movimiento de las Gusildes sin que éstas choquen.

INNOVACIÓN
Y
EXPERIENCIAS
EDUCATIVAS

ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 6 – MAYO DE 2008
REPRESENTACIÓN GRÁFICA:



“REBULLÓN CON LA GUSILDE”

EDAD: A partir de 10 años.

CONTENIDOS: Saltos.

AGRUPAMIENTO: Cuartetos.

DESARROLLO:

Un jugador/a se sitúa en el centro y los tres restantes se colocan alrededor.
El jugador/a central hace girar la Gusilde de tal forma que los participantes colocados alrededor salten cada vez que la Gusilde pase por su lado.

NORMAS DE JUEGO:

Cada jugador/a actuará hasta que falle 3 veces.
El participante que tropiece 3 veces será quien haga bailar la Gusilde.

VARIANTES:

Saltar la Gusilde con los ojos cerrados guiados únicamente por la voz del que la baila.

REPRESENTACIÓN GRÁFICA:



2.3 CARTÓN-HUEVO

A. Fabricación

EDAD: A partir de 7 años.

TIEMPO: 30 minutos.

UTENSILIOS: Aguja, tijeras, pinceles.

MATERIAL REUTILIZABLE:

Cartones de una docena de huevos (porexpan o cartón resistente)

Papel de periódico.

MATERIALES BÁSICOS:

Hilo

Cinta aislante

Pinturas

Rotulador

ELABORACIÓN:

- CARTÓN-HUEVO:

Corta la tapa del cartón de huevos.

ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 6 – MAYO DE 2008

Refuerza los bordes de los cartones con cinta aislante.

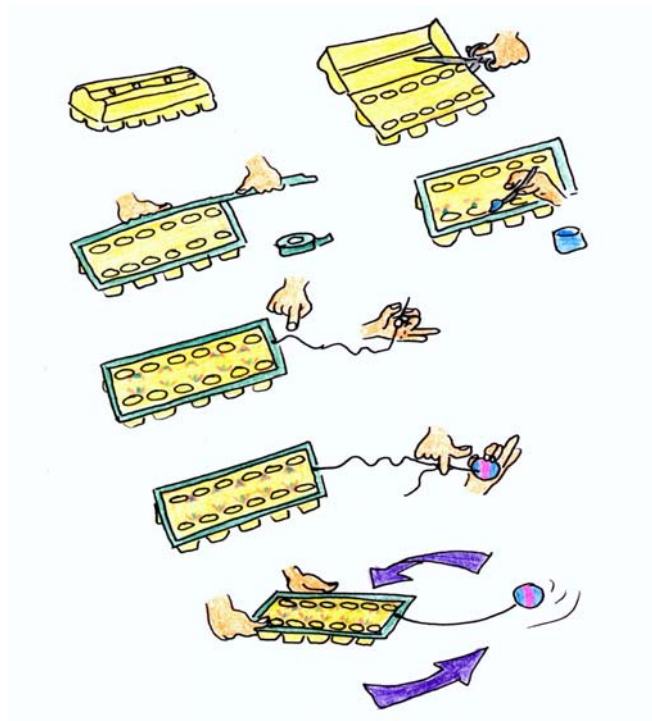
Pinta el cartón y rotula la puntuación en cada agujero según el grado de dificultad.

Ata un hilo resistente en un extremo del cartón y el otro cabo enhébralo en una aguja y pásalo varias veces por la pelota haciendo un nudo al acabar.

- PELOTA:

Elabora una pelota con una hoja de periódico o papel de aluminio y fórrala con cinta aislante dándole forma redondeada.

REPRESENTACIÓN GRÁFICA:



B. Actividades.

“PARTIDA DE MISTER HUEVO”

EDAD: A partir de 9 años.

CONTENIDOS: Lanzamientos/Recepciones Control tónico.

AGRUPAMIENTO: Parejas.

DESARROLLO:

El cartón se sujeta con las dos manos por el extremo opuesto al que cuelga la pelota.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 6 – MAYO DE 2008

Se coloca el cartón en posición horizontal con la pelota hacia el exterior.

Mediante impulsos del cartón, se intentará introducir la pelota en alguno de los agujeros.

NORMAS DE JUEGO:

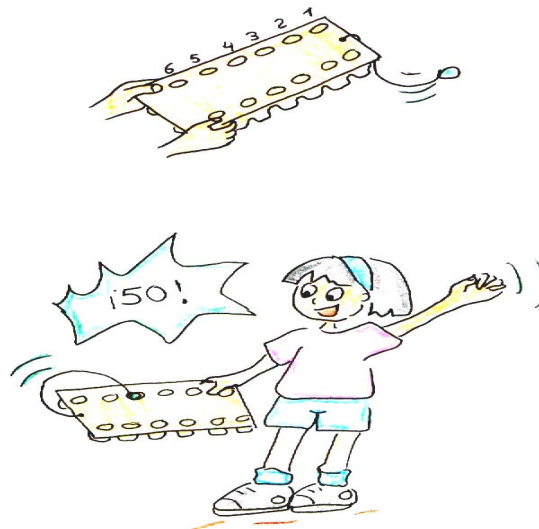
La numeración de la casilla indica la puntuación obtenida en la jugada.

Después de la primera tirada se disponen de dos oportunidades para pasar al agujero inmediatamente anterior con el objetivo de conseguir un incremento en la puntuación.

No se aumentará la puntuación si durante las dos oportunidades el jugador introduce la pelota en otro agujero que no sea el inmediatamente anterior.

Gana el jugador que antes consigue superar los 50 puntos.

REPRESENTACIÓN GRÁFICA:



2.4 PALETA ECOLÓGICA

A. Fabricación

EDAD: A partir de 7 años.

TIEMPO: 45 minutos.

UTENSILIOS: Tijeras o cúter, pinceles.

MATERIAL REUTILIZABLE: Botellas de suavizante.

MATERIALES BÁSICOS:

Pinturas al agua.
Pelota pequeña de porexpán o papel de aluminio.
Cinta aislante.

ELABORACIÓN:

- PALETA:

Lava la botella de suavizante y sécala.
Haz un corte oblicuo por debajo del asa hasta la base de la botella.
Pinta la botella con motivos ecológicos.

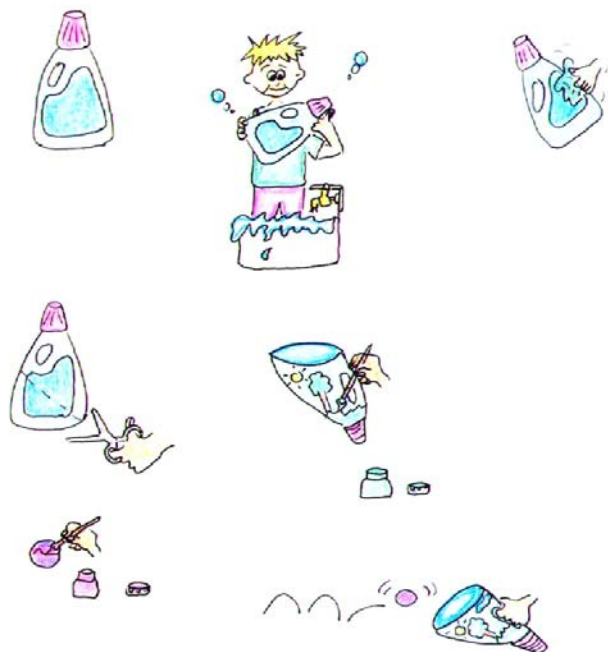
- PELOTA:

Pinta la pelota de porexpán o bien crea una con papel de aluminio y cinta aislante.

VARIANTES:

Utiliza otro tipo de botellas que tengan asa (lejía, aceite...)
Utiliza cualquier tipo de pelota.

REPRESENTACIÓN GRÁFICA:



B. Actividades.

“SUAVIBOL”

EDAD: A partir de 7 años.

CONTENIDOS: Lanzamientos/Recepciones Pases.

AGRUPAMIENTO:

Parejas/Tríos

Cuartetos

DESARROLLO:

Los dos jugadores/as se colocan uno frente al otro y sujetan su paleta con una mano.

Uno de los jugadores/as lanza la pelota para que el otro participante la recoja con su paleta y vuelva a lanzar.

NORMAS DE JUEGO:

No se puede recepcionar la pelota con la mano.

La pelota no puede caer al suelo.

VARIANTES:

Utilizar dos pelotas para que el juego resulte más complicado. En este caso ambos jugadores/as lanzan la pelota a la vez.

Inventar nuevas formas de lanzar la pelota variando la distancia, la altura o la técnica del lanzamiento.

REPRESENTACIÓN GRÁFICA:





ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 6 – MAYO DE 2008

2.5 LAS LINTERNAS

A. Fabricación

EDAD: A partir de 7 años.

TIEMPO: 45 minutos.

UTENSILIOS: Tijeras o cúter, pinceles.

MATERIAL REUTILIZABLE:

Rollos de cartón (papel de baño, papel de aluminio, de cocina...)

Envases de botellas de plástico de boca ancha

Papel de periódico

Cartón.

MATERIALES BÁSICOS:

Pinturas al agua.

Cinta aislante.

Pegamento.

ELABORACIÓN:

- LINTERNA:

Corta las botellas por la parte superior dejando una longitud de 10 cm.

Corta el rollo de cartón a una longitud de 10-15 cm.

Tapa con un cartón el mango de la linterna uniéndolo con pegamento.

Coloca el mango de la linterna en la boca de la botella y únelo con cinta aislante.

Decora la linterna con pinturas de agua.

- PELOTA:

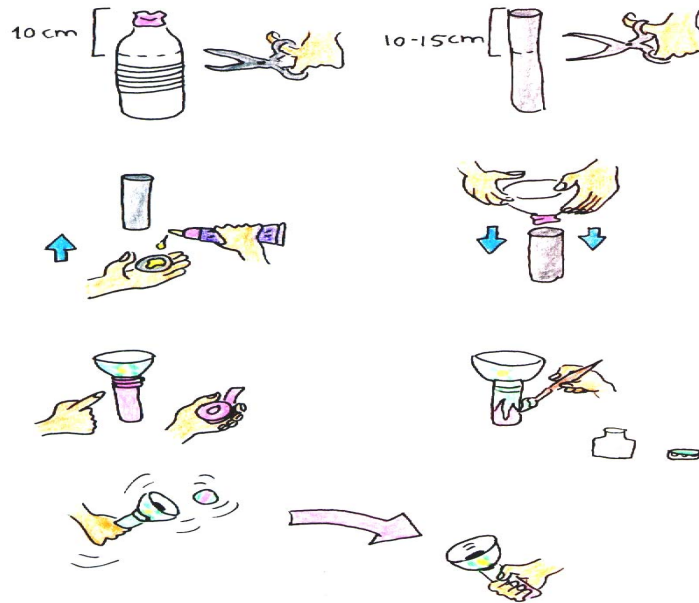
Elabora una pelota con una hoja de periódico y fórrala con cinta aislante dándole forma redondeada.

VARIANTES:

Si cortas el mango y la botella más largos tendrás “antorchas”, con lo cual el juego será más complicado.

**INNOVACIÓN
Y
EXPERIENCIAS
EDUCATIVAS**

ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 6 – MAYO DE 2008
REPRESENTACIÓN GRÁFICA:



B. Actividades.

“RÁFAGA”

EDAD: A partir de 9 años.

CONTENIDOS: Lanzamientos/Recepciones.

AGRUPAMIENTO: Gran grupo.

DESARROLLO:

El jugador/a que está en posesión de la pelota la lanza hacia arriba a la vez que nombra a un compañero/a. Inmediatamente todos los jugadores, exceptuando el que ha sido nombrado, correrá alejándose de éste/a.

El participante que ha sido nombrado deberá recoger la pelota con su Linterna antes de que caiga al suelo. Si lo consigue, rápidamente volverá a lanzarla nombrando de nuevo a otro jugador/a.

Si la pelota cae al suelo el jugador la recogerá con la mano y metiéndola en la Linterna tirará a dar a algún participante. Antes del lanzamiento, el jugador/a tiene la oportunidad de realizar tres pasos de aproximación al “compañero/a diana”.

NORMAS DE JUEGO:

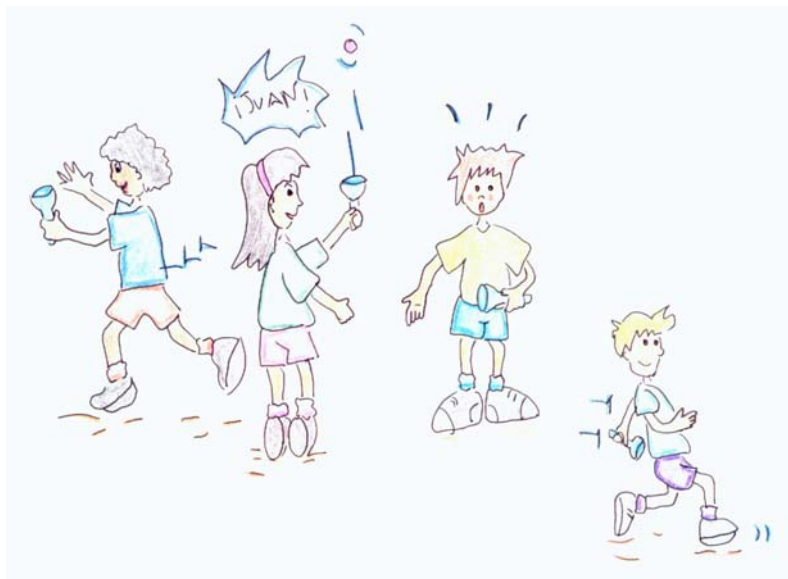
**INNOVACIÓN
Y
EXPERIENCIAS
EDUCATIVAS**

ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 6 – MAYO DE 2008

Cuando al jugador/a se le escape la pelota, la recupere y la introduzca en la Linterna gritará “ráfaga” y el resto de participantes deberán quedarse inmóviles.

Al final del juego se contabilizarán las “pilas” de cada uno que podrán conseguirse: recepcionando la pelota con la Linterna al ser nombrado, golpeando a cualquier participante tras los tres pasos o recepcionando la pelota como “jugador diana”.

REPRESENTACIÓN GRÁFICA:



“VOLEILINTERNAS”

EDAD: A partir de 9 años.

CONTENIDOS: Lanzamientos/Recepciones Pases.

AGRUPAMIENTO: Dos equipos compuestos por 6 jugadores.

DESARROLLO:

Se limitan dos campos de juego separados por una red. El tamaño del terreno de juego no es excesivamente importante, por lo que puede adaptarse a las condiciones del lugar donde se practique y a la edad de los jugadores/as.

El objetivo del juego es pasar la pelota al campo contrario utilizando las Linternas.

NORMAS DE JUEGO:

Cada equipo está obligado a pasarse tres veces la pelota entre sus propios jugadores/as antes de enviarla al campo contrario.

El tiempo que transcurre entre la recepción y el lanzamiento debe ser mínimo. Se considera falta si el lanzamiento se retrasa reteniendo la pelota en la Linterna.

El partido se disputa hasta que un equipo consigue ganar tres juegos.

Un juego es ganado por el equipo que marca 15 puntos con una ventaja mínima de dos puntos. En caso de empate, el juego continúa hasta que uno de los equipos consigue la ventaja de 2 puntos, excepto cuando el empate se produce a 16, en este caso el equipo que anota el tanto 17 gana el juego por un solo punto de ventaja.

Se consideran faltas las siguientes acciones:

Un mismo jugado/ar recoge dos veces seguidas la pelota con la Linterna.

La pelota toca el suelo.

La pelota sale de las líneas que delimitan el campo.

La consecuencia de una falta es la pérdida de la jugada, el equipo que no cometió la falta procede de la siguiente forma:

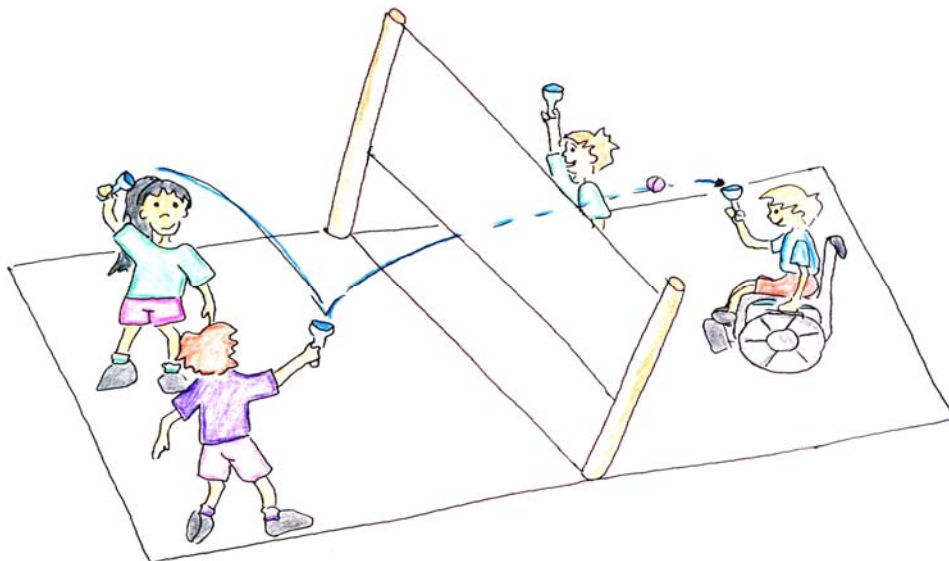
Si realizó el saque anota un punto y continúa sacando.

Si recibió el saque no anota el punto pero recupera el saque.

VARIANTES:

Se puede modificar el número de componentes de cada equipo.

REPRESENTACIÓN GRÁFICA:



2.6 LAS MAZAS

A. Fabricación

EDAD: A partir de 10 años.

TIEMPO: 1 hora

UTENSILIOS: Tijeras o cúter

MATERIAL REUTILIZABLE:

Trozos de palos de escobas o fregonas.
Botellines de refrescos de 50 cc

MATERIALES BÁSICOS:

Cinta aislante.

ELABORACIÓN:

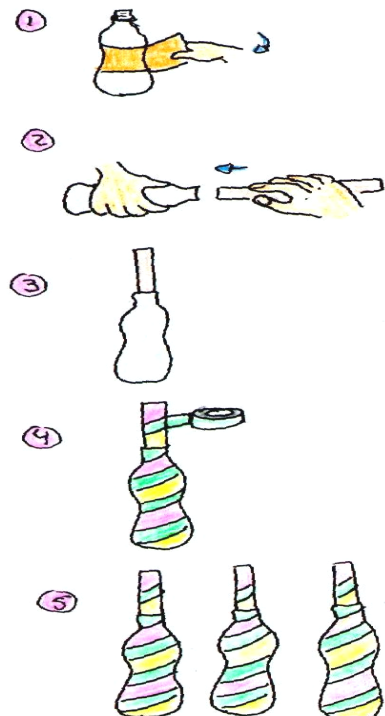
Quita la envoltura y el tapón a la botella.

Introduce dentro de la boca de la botella el palo de fregona de unos 15 cm.

Comienza a forrar la botella con cinta aislante de colores partiendo de la base hacia la boca y continuando con el palo. Si colocas la cinta aislante formando zig-zag dará un efecto más divertido a las mazas. Prueba a usar diferentes colores ya verás que bonitas quedan.

Prepara tres mazas por persona aunque comenzarán usando una, luego dos, y cuando tengan más pericia las tres.

REPRESENTACIÓN GRÁFICA:





ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 6 – MAYO DE 2008

B. Actividades.

“LAS MAZAS”:

EDAD: A partir de 9 años.

CONTENIDOS: Lanzamientos/Recepciones Lateralidad. Coordinación.

AGRUPAMIENTO:

Individual.

DESARROLLO:

Una Maza:

Con la mano dominante se realizarán lanzamientos con una sola maza, primero se lanzará la maza verticalmente hacia arriba, realizando una flexión de muñeca para conseguir hacer girar la maza sobre sí misma y recepcionarla por el mango. Se recepcionará en primer lugar con la mano que lanzó.

A continuación haremos el ejercicio anterior pero recepcionando esta vez con la mano no dominante.

Luego realizaremos el lanzamiento con la mano no dominante y recepcionaremos con la dominante. Cuando dominemos esta actividad pasaremos a jugar con dos mazas.

Dos Mazas:

Lanzaremos las mazas alternativamente, de manera que primero la mano dominante lance verticalmente hacia arriba y con giro de la maza sobre sí misma, cuando esta maza esté en el aire antes de ser recogida por la mano que la lanzó, lanzaremos la otra maza de la mano no dominante, con flexión de muñeca, haciendo que gire sobre sí misma y la recogeremos con la mano que la lanzó.

Pasaremos posteriormente, a recepcionar con la mano contraria a la que lanzó.

Si el alumno/a tiene dominio con las dos mazas pasará a lanzar las tres.

Tres Mazas:

Con tres mazas cogeremos dos con la mano dominante y una con la otra mano.

Comienza la mano que tiene las dos mazas lanzando una de ellas hacia arriba y en dirección a la otra mano, al mismo tiempo que giramos la muñeca para que la maza gire sobre sí misma y podamos recogerla por el mango de la misma. La mano contraria lanzará la única maza que tiene hacia arriba y con giro de muñeca, cuando la maza anterior empiece a descender. La tercera maza se lanzará antes de recibir la segunda.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 6 – MAYO DE 2008

VARIANTES:

Las variantes en este juego estarán relacionadas con el uso de una, dos o tres mazas según la habilidad del alumno/a, y con el uso de ambas manos en el lanzamiento y en la recepción de las mazas. Para ello lanzaremos con una mano y recepcionaremos con la misma en un primer intento, para pasar posteriormente a recepcionar con la mano contraria a la que realizó el lanzamiento.

REPRESENTACIÓN GRÁFICA:



3. BIBLIOGRAFIA.

Blández Ángel, J. (1998). "La Utilización del Material y del Espacio en Educación Física". Zaragoza. Inde.

Chinchilla Minguet, J.L. y Zagalaz Sánchez, M. L. (1997) "Educación Física y su Didáctica en Primaria". Jaen. Jabalcuz S. L.

Hernández Vazquez, M. (1997) "Juegos y Deportes Alternativos". Madrid. Consejo Superior de Deportes.

Juntan de Andalucía. (1995) "El Deporte hacia el siglo XX". Málaga. Unisport..

Ponce de León, A. y Gllardo, E. (1999) "Reciclo, Construyo, Juego y Me Divierto". Madrid. Editorial CCS.

Sáenz-López Buñuel, P. (1997) "La Educación Física y su Didáctica". Cádiz. Wanceulen Editorial Deportiva S.L.

Autoría

-
- Javier Pérez Salas
 - C.E.I.P La Paloma, Arroyo de la Miel, Málaga.
 - E-MAIL: jabysalas@hotmail.com