

UNIDADE DIDÁCTICA “ OS XOGOS POPULARES ”

Licenzas por estudos 2009 – 10

Proxecto “ As actividades no medio natural na área de Educación Física: Elaboración de materiais curriculares e de materiais multimedia interactivos ” (2º Cuadrimestre)

XUSTIFICACIÓN

A presente unidade didáctica pretende potenciar, mediante unha metodoloxía activa, que o neno / a conoza o seu propio corpo, as súas posibilidades e limitacións practicando xogos e, ó mesmo tempo, coñeza unha parte importante da súa cultura participando nos xogos populares. O coñecemento do propio esquema corporal constitúe un elemento básico para o seu posterior desenvolvemento. O coñecemento do propio corpo vai, nesta unidade e na realidade, intimamente ligado co xogo. O xogo forma parte da vida do neno; é a través del como se divirte, como aprende e como desenvolve tódalas súas capacidades. Ó mesmo tempo pretendemos recuperar algúns xogos populares utilizándoos para o seu coñecemento e disfrute. Na actualidade o influxo da televisión, os videoxogos, o ritmo de vida a relación co medio ... impiden que os nenos / as xoguen e que coñezan algún dos xogos populares ós que xogabamos nós e os nosos país / nais. É por iso polo nesta unidade didáctica se fai unha modesta recopilación de xogos populares adaptados ós máis pequenos. As limitacións propias da súa idade (de movemento, de comprensión das normas, de coordinación ...) fan que nos centremos máis naqueles xogos que son máis sinxelos no 1º Ciclo de Educación Primaria, para ir pasando a actividades un pouco máis complexas nos seguintes ciclos.

OBXECTIVOS

Os obxectivos que se plantexan nesta unidade son:

- Coñecer e localizar as distintas partes do corpo, adquirindo unha imaxe positiva de si mesmo / a.
- Utilizar as posibilidades motrices e sensitivas axeitadas ás diversas actividades da vida cotiá.
- Identificar progresivamente as súas posibilidades e limitacións.
- Coñecer e respectar as normas establecidas.
- Favorecer a participación activa e dinámica nas actividades grupais.
- Utilizar o xogo e os distintos códigos expresivos e representativos.
- Utilizar e reproducir textos da tradición popular: contos, rimas, cancións ...
- Empregar o corpo de xeito global para explorar obxectos e espazos.
- Iniciar o recoñecemento do seu propio espazo para non inferir nos movementos dos outros / as e co fin de organizar os seus propios movementos para xogar e crear en grupo e en espazos compartidos.
- Coñecer as situacións de risco que conleva a actividade física, adoptando as medidas necesarias para previr accidentes.
- Reproducir de forma colectiva textos de tradición popular sonorizándoos, acompañándoos co xesto e disfrutando con eles.
- Aceptar as pequenas frustracións e manifestar unha actitude tendente a superar as dificultades que se presentan.

Licenzas por estudos 2009 – 10

Proxecto “ As actividades no medio natural na área de Educación Física: Elaboración de materiais curriculares e de materiais multimedia interactivos ” (2º Cuadrimestre)

- Ter unha imaxe asustada e positiva dun mesmo valorando as limitacións do seu corpo.
- Ser quen de relaxar global ou segmentariamente o corpo.

CONTIDOS

Feitos e conceptos

- *O corpo humano: partes e características.*
 - ✓ Imaxe mental do corpo e diferenzas dos outros.
 - ✓ Os sentidos: vista, olfato ...
 - ✓ Sensacións e percepcións a través dos sentidos.
 - ✓ A ropua axeitada a cada parte do corpo.
 - ✓ Coordinación motriz: movemento – repouso.
 - ✓ O control do corpo expresado nun espazo.
 - ✓ Ordenación espacial: diante – detrás.
 - ✓ Ritmo: rápido, lento ...
 - ✓ Vocabulario correspondente ás distintas partes do corpo.
 - ✓ Tradición cultural oral: cancións, retahílas ...
 - ✓ Posibilidades sonoras do corpo.

Procedementos

- ✓ Exploración dos órganos dos sentidos e as súas funcións.
- ✓ Coordinación e control das habilidades motrices.
- ✓ Toma de conciencia do ritmo.
- ✓ Afianzamento da propia lateralidade.
- ✓ Proxección do corpo no espazo: camiñar, reptar ...
- ✓ Regulación da conducta en situación de xogo.
- ✓ Comparación das características corporais.
- ✓ Memorización de cancións e retahílas.
- ✓ Control activo e adaptación de posturas ás características da acción, situación ou xogo.

Actitudes, valores e normas

- ✓ Aceptación da propia identidade.
- ✓ Valoración das diferencias e características dos demais.

Licenzas por estudos 2009 – 10

Proxecto “ As actividades no medio natural na área de Educación Física: Elaboración de materiais curriculares e de materiais multimedia interactivos ” (2º Cuadrimestre)

- ✓ Interese pola precisión de movementos.
- ✓ Actitude de colaboración cos demais.
- ✓ Valoración das normas do xogo.
- ✓ Gusto polas actividades ó aire libre.
- ✓ Gusto pola actividade corporal.
- ✓ Participación e disfrute nas expresións musicais.

COMPETENCIAS BÁSICAS

Non podemos esquecer, tampouco, a contribución da área de Educación Física ao desenvolvemento das competencias básicas que, para esta unidade, se especifican nos seguintes termos:

- **Competencia en comunicación lingüística**, debido á variedade de intercambios comunicativos que permite e, no caso desta unidade didáctica, o vocabulario específico que achega (termos de material dos xogos, expresións empregadas e termos relacionados, ...).
- **Competencia matemática**, en aspectos tan relevantes como a apreciación de distancias, a ocupación e recoñecemento de diferentes espazos, ...
- **Competencia no coñecemento e a interacción co mundo físico**, xa que o traballo se desenvolve baseándose no coñecemento de distintos medios (ximnasio, espazos exteriores, aumento da percepción e control do propio corpo, ...)
- **Tratamento da información e competencia dixital**, usando os recursos do centro e os materiais que proporcionamos para elaborar materiais propios, fotos, ... ou resolver problemas que se lles plantexen (webquest), usando a páxina do centro como referencia.
- **Competencia social e cidadá**, por medio dos xogos favorecemos o organización, cooperación e comunicación e, ao mesmo tempo, facilitamos a relación, a integración, o respecto, a cooperación e a solidariedade.
- **Competencia cultural e artística**, tratando de favorecer nas propostas que lles presentamos e nas actividades que desenvolven aspectos relevantes como a imaxinación e a creatividade.
- **Competencia para aprender a aprender** nas actividades anteriormente citadas, para un axeitado coñecemento de sí mesmos / as, do seu corpo e dos demais e, tamén, para o desenvolvemento de diferentes estratexias.
- **Autonomía e iniciativa persoal**, coas actividades que plantexamos tratamos de favorecer a exploración e a busca.

TEMPORALIZACIÓN

Esta unidade didáctica está deseñada para ser aplicada e desenvolvida durante unha quincena. Preferentemente esta quincena estará localizada durante o primeiro trimestre, posto que será necesario partir do máis próximo ó neno / a para avanzar cara o exterior; deste xeito o corpo se convirte nun centro de interese fundamental dende o que partir. Os xogos populares axudarannos tamén a facer máis próximo ese achegamento ó neno / a. Por outra banda, tamén faremos sesións con participación de todo o centro en celebracións coma o Magosto, o Entroido ou o Día das Letras Galegas.

RECURSOS

Os recursos didácticos constitúen un conxunto de elementos importantísimos para que a unha unidade didáctica tome corpo e poida ser desenvolvida axeitadamente no proceso de ensino – aprendizaxe. Estes recursos didácticos estarán estruturados en: principios metodolóxicos, a organización dos espazos e do tempo e os recursos e materiais didácticos.

Esta unidade, do mesmo xeito que a programación da área de Educación Física, senta as súas bases na conxunción duns *principios metodolóxicos* imprescindibles para un axeitado funcionamento da mesma.

- **Principio de globalización:** marca todo o proceso de ensino – aprendizaxe. Nós perseguimos na nosa unidade o desenvolvemento global do neno / a, a posta en práctica de tódalas súas capacidades, o desenvolvemento da súa personalidade dende o punto de vista afectivo, motriz, cognitivo, comunicativo, etc ... dende un punto de vista global. A posta en práctica e a interrelación das tres áreas ou ámbitos de experiencia na nosa unidade didáctica pon de manifesto a existencia deste principio globalizador.
- **Principio de motivación:** A motivación é fundamental para que o proceso de ensino – aprendizaxe teña o éxito esperado. A construción de **aprendizaxes significativas** (outro principio metodolóxico) parte da motivación do alumnado, da construción das mesmas partindo sempre do que xa sabe o neno / a e do que lle interesa, do que lle resulta máis próximo, duns contidos significativos. A motivación debe ser fomentada en todo momento polo mestre, facendo todo o posible para que o neno se sinta atraído cara o que estamos a realizar; por todo iso o mestre / a porá en práctica todo tipo de recursos que lle permitan coñecer as ideas previas dos nenos / as cara o tema e para poder motivalos cara el de maneira axeitada. A construción de aprendizaxes significativas posibilita ó neno / a para poder aplicar os coñecementos acadados a outras realidades diferentes nas que foron aprendidos; isto faise posible gracias á integración dos coñecementos na estrutura cognitiva do neno / a.

Licenzas por estudos 2009 – 10

Proxecto “ As actividades no medio natural na área de Educación Física: Elaboración de materiais curriculares e de materiais multimedia interactivos ” (2º Cuadrimestre)

- **Principio de actividade:** Este principio fai referencia tanto á actividade mental como á actividade física do neno ou da nena. A mente infantil, eminentemente práctica, necesita unha constante manipulación e actividade que lle permitan facer súas as novas experiencias que lle proporciona o entorno.
- **Principio de descubrimento:** Este principio está intimamente ligado ó principio anterior, referido á actividade. É imprescindible que o neno forme as súas aprendizaxes no descubrimento do seu entorno, o que ten lugar gracias á manipulación e á experimentación, á actividade.
- **Principio de individualización e de tratamento á diversidade:** De todos é sabido que cada neno / a ten o seu ritmo e que non todos os nenos / as aprenden o mesmo do mesmo xeito. É por iso que resulta fundamental partir destes dous principios posto que o proceso de ensino – aprendizaxe terá en conta as individualidades, as particularidades de cada neno / a cara a aprendizaxe.
- **Principio de flexibilidade:** En estreita relación cos dous principios anteriores esta unidade didáctica maniféstase como unha unidade flexible en tódolos sentidos. A posta en práctica desta unidade non será ríxida e inamovible senón todo o contrario, estará aberta a posibles cambios, modificacións e adecuacións en relación con todos e cada un dos elementos que entran en xogo na súa práctica (as características do alumnado, os espazos, o tempo ,etc, ...).
- **Principio de socialización:** O neno / a necesita dos outros para aprender, para medrar, para formar a súa personalidade, ... As situacións de aprendizaxe parten sempre do grupo, do xogo, da colectividade; o neno / a aprende xogando, xogando cos outros, compartindo con eles novas experiencias, aprendendo as normas, aplicándoas ... O xogo é o recurso metodolóxico por excelencia nestas idades.
- **Principio de afectividade:** Todos estes principios anteriores enmárcanse nun clima cálido e afectivo, onde o neno e a nena se sintan cómodos para aprender. A seguridade afectiva facilita a formación dunha autoimaxe positiva de un mesmo e, polo tanto, unha maior facilidade para formar a propia personalidade e para afrontar o coñecemento do propio entorno. Ó mesmo tempo contamos coa estreita colaboración das familias, aspecto tamén moi importante na nosa Etapa.

Esta unidade didáctica vai dirixida a nenos e nenas de Educación Primaria, do 1º ó 3º ciclos, polo que pretende unha aprendizaxe progresiva dos distintos xogos populares, tradicionais e autóctonos que vaíamos descubrindo e practicando. Durante o desenvolvemento desta unidade didáctica utilizaremos todo o espazo do que dispomos, tanto no interior coma no exterior. Durante esta proposta didáctica será especialmente importante o espazo no que nos movemos de maneira cotiá: a escola, o ximnasio, o patio ... A organización do tempo será ante todo flexible, tendo en conta as individualidades e os posibles imprevistos que xurdan. En relación coa organización do tempo cómpre ter en conta distintos aspectos como: o **tempo libre**_necesario para que cada neno poida socializarse, xogar, experimentar ...

Tamén teremos en conta *as rutinas*, que son un elemento que facilita a propia estruturación temporal no neno / a e que fomenta a súa propia autonomía e a adquisición de distintos hábitos. Haberá tempo, sobre todo, para realizar actividades dirixidas de todo tipo. De tódos xeitos, a organización do tempo non se limita só ó tempo que o neno / a pasa na aula, senón tamén ó tempo que nós como mestres temos que empregar para que o proceso de ensino – aprendizaxe se desenvolva axeitadamente: o tempo para as familias, para reunirse co resto de mestres, para coordinarnos ...

No desenvolvemento do proceso de ensino – aprendizaxe teremos en conta todo tipo de recursos; isto significa que utilizaremos todo tipo de recursos, partindo de todos cantos temos na nosa aula, no noso centro, e seguindo por todos aqueles que os nenos traian das súas casas, incluído o material de desfeito. O propio corpo será o primeiro e fundamental recurso no desenvolvemento da programación e ocupará un lugar primordial durante a mesma. Todo isto contribuirá a un mellor funcionamento de todo o proceso.

Os xogos que se plantexan a continuación se utilizarán tendo en conta o ciclo ó que se dirixen e ás súas características. Algún deles incluso se repetirá en cursos sucesivos aumentando o nivel de dificultade ou utilizando outras variantes dos xogos. Os xogos non son todos os que hai, senón unha pequena escolma deles, dos que soemos utilizar nas sesións de clase. Tamén son usados ó longo do curso de xeito conxunto en celebracións coma o Magosto, o Entroido ou na Semana das Letras Galegas. A escolma realizada e os debuxos debuxos están inspirados e baseados na seguinte bibliografía:

- “ O libro dos Xogos Populares Galegos ”. Paco Veiga. Sotelo Blanco Edicións
- “ Xogos populares en Galicia ”. Ricardo Pérez y Verdes y Xaquín Alberto Tabernero Balsa. Xunta de Galicia (1986).
- “ Chirlosmirlos: Enciclopedia dos Xogos populares ”. Antón Cortizas. Edicións Xerais (2001).

AVALIACIÓN

O proceso de avaliación é necesario para realizar xuízos necesarios sobre os axentes e o proceso de ensino/aprendizaxe. Partiremos dunha avaliación inicial na que observaremos varios aspectos do grupo-clase:

- Coñecemento do esquema corporal.
- Actitude de respecto cara os demais.
- Grao de coordinación na actividade corporal.
- Autonomía na execución de hábitos.

Daremos moita importancia a un sistema de avaliación continua que permitirá analizar os diversos aspectos que interveñen nese proceso (obxectivos, contidos, planificación, actividades, metodoloxía, o labor do mestre / a, o grao de aprendizaxe dos alumnos / as, o propio sistema de avaliación, etc.). Con isto se pretende que a avaliación non considere tan só a consecución de obxectivos previstos, senón que estime o grao de aprendizaxe dos alumnos / as, os seus avances. Avaliaremos finalmente a unidade didáctica:

- Se os obxectivos e o tema foron axeitados para o neno.
- Se a unidade se desenvolveu de forma activa.
- Cómo foi a temporalización.
- Se o material previsto foi axeitado, etc.

XOQOS POPULARES

Licenzas por estudos 2009 – 10

Proxecto “ As actividades no medio natural na área de Educación Física: Elaboración de materiais curriculares e de materiais multimedia interactivos ” (2º Cuadrimestre)

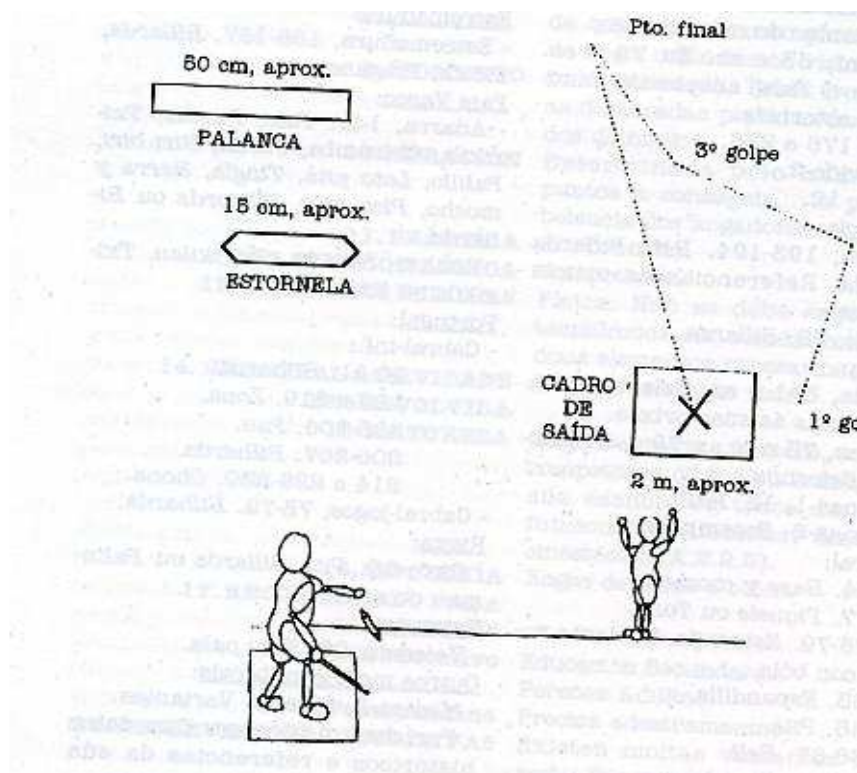
A BILLARDA

A billarda é un clásico dentro dos xogos populares da nosa terra. Para xogar precisamos certa habilidade, maña e puntería. O xogo ten moitos nomes: *bilarda*, *estornela*, *bigarda*, *billarda*, *billa*, *caño*, *cepo*, *lipe*, *choqueiro*, *irá*, *leirán*, *palán*, *pinche* ou *rebola* e, aínda que os máis empregados na fala son os dous primeiros, nas diferentes zona de Galicia segue regras distintas.

Se practica nun espazo aberto, exterior, preferentemente sen obstáculos. No campo debuxamos un cadro de saída, desde o que o xogador ó que lle toca golpea un pao co outro. Pola contra, os do outro bando teñen a obriga de introducir a billarda dentro da área delimitada por ese perímetro.

O material necesario está composto de dous paos: un, cilíndrico, duns 30 centímetros de longo, chamado *palán*, ó que se lle fai un escabe nun dos seus extremos; e un segundo máis pequeno, a *billarda*, de non máis de 15 centímetros, coas puntas agudas.

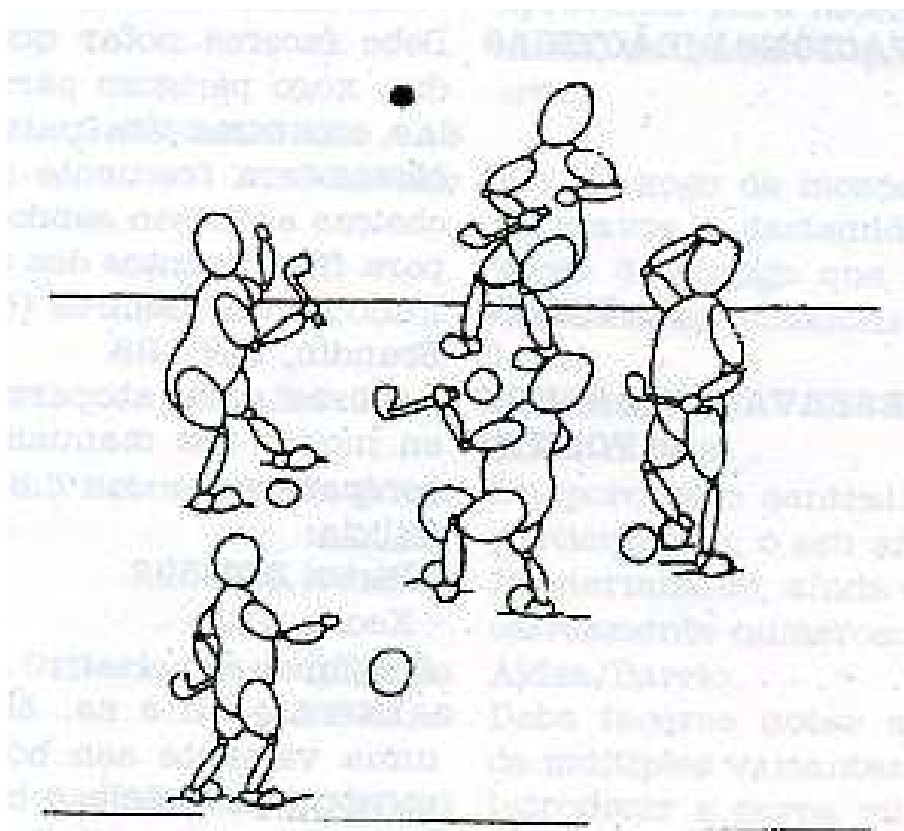
O regulamento pode resumirse tendo en conta que o obxectivo do xogo consiste en lanzar a billarda o máis lonxe posible, ou pillala no aire e tentar de introducila no cadro de saída. Para empezar a xogar o que compre facer é decidir os grupos. Para iso debuxamos unha raia no chan do mesmo tamaño que a billarda. Despois medimos seis ou sete pasos e trazamos unha marca no chan. Comeza a partida o / a que deixe a marca máis preto da billarda. A partires dese momento, lanza sempre o mesmo xogador / a ata que os contrincantes metan a billarda no cadro ou a collan no ár.



A PORCA

A porca é un xogo popular que mestura golf e hockey. Precisa dun espazo aberto e bastante amplo polo número de xogadores / as que interveñen e polo xogo en si. Cada xogador / a ten que facer un buraco pequeno chan, dispoñéndose o conxunto arredor dun burato central moito máis grande, defendido por outro xogador / a. O material necesario consiste nun pao coa forma dos de golf ou dos sticks de hockey chamado *cacheira*, que orixinalmente se facía de codeso ou de uz. Xunto ao pao había que dipor dunha bola, a *porca*, feita cun anaquiño de madeira dura para evitar que rachase cos golpesos. O fin do xogo é meter a bola no furado do porqueiro central, que ten que estar a dirixir o xogo. Este / a lanza a porca ó ár e debe mirar se cae no seu burato. Cando acontece deste xeito, inmediatamente ten que berrar: “ Hai trocos ! ”. Mesmo nese punto, todos os demais xogadores / as deben intercambiar os seus nichos. Se nese momento o porqueiro logra introducir o seu mazarico nun dos nichos dos seus contrincantes, pasa a ocupar ese posto, mentres que o outro / a pasará a ser porqueiro / a.

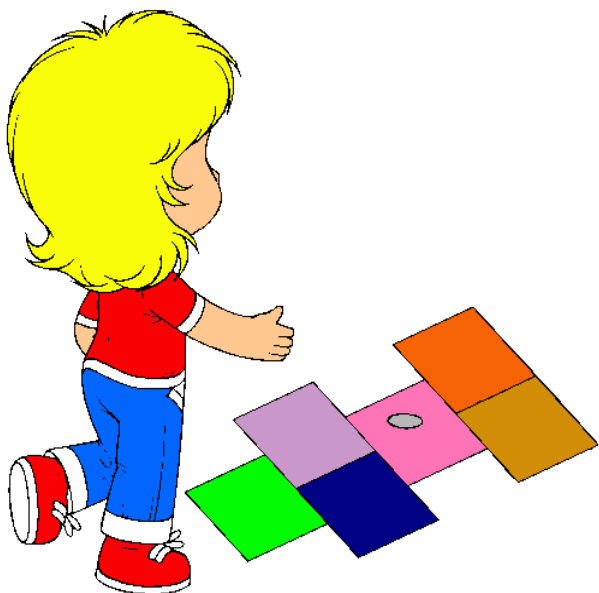
Cando a porca cae fóra do nicho central, o curral, o porqueiro / a tratará de introducila en calquera dos outros nichos. Nese caso, tamén tentará de intercambiar o seu posto co dono do nicho en cuestión. Cando alguén consegue meter a porca no nicho do porqueiro / a, este dirá de novo: “ Dálle á porca e muda ! ”. Producirase de novo o rebumbio e unha vez máis, o porqueiro / a deberá aproveitar para facerse dono dun nicho. Noutras variantes deste xogo, tras un partido de dous tempos (15 minutos cada un), gaña o xogador / a que meta máis veces a porca no burato do porqueiro / a.



A MARIOLA

A mariola (tamén chamada *tella*, *pedra*, *raía*, *peleire* ou *truco*, segundo a zona na que se xogue) é un xogo popular datado na Europa do século XII. Para practicalo precisamos dun espazo aberto ó aire libre; cun pao ou xiz facemos un debuxo con varios cadros e formas. Cómpre facer unha figura no chan que, en función do nome do xogo, terá máis ou menos cadrados. En cada un deles se escriben números consecutivos ou palabras. Tamén necesitamos unha tella, pedra ou fito que deberá ser lanzada e empurrada por todos os recadros da figura. O que deixe a pedra máis preto dunha liña será o primeiro en probar sorte e comezar o xogo.

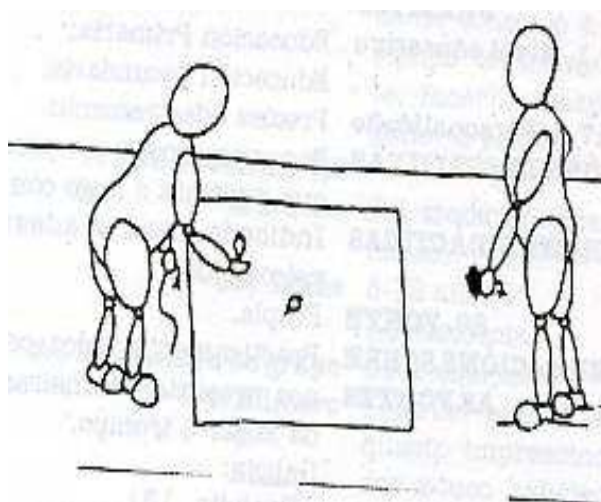
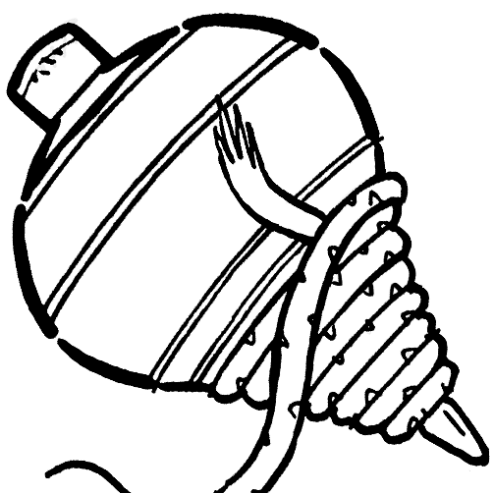
Cada xogador / a comeza tirando a tella ó primeiro recadro que leva marcado o número un. Sen tocar as raías, irá saltando á pata coxa e empurrando a tella por cada un dos cadros ata chegar ó último. Cando o participante comete un erro, ben pousando o pé no chan ou saíndo dos límites, a quenda pasa ó seguinte. Hai que seguir a orde do percorrido sen saltarse ningún recadro. Nin o pé nin a tella poden pisar as liñas. Perdemos a quenda no momento en que apoiamos o pé que está no aire. Gaña o primeiro que complete a figura.



A BUXAINA

A buxaina (tamén chamada *peón* ou *trompo*) é unha peza feita xeralmente de madeira que se utiliza para ser bailada. É case tan antiga coma a humanidade, posto que hai exemplares en Tebas datados no ano 1250 antes de Cristo. En todas as súas variantes e de todos os xeitos o esencial é dar bailada a buxaina amarrando o cordel ó seu arredor e lanzándoo con mestría. Normalmente é un xogo que aparecen en outono. O terreo de xogo ten debuxadas tres liñas: unha central e dúas laterais. Estas últimas serán as metas dos equipos e deben separarse da raia central a unha distancia dun metro ou metro e medio aproximadamente. Son obxectos, como xa dixemos, feitos de madeira dunha forma moi semellante a unha pera. Na vertical do eixo de rotación levan unha punta ou cravo dun centímetro de lonxitude. Usaremos un cordel delgado para facela bailar. O fío ten que esfiañar algo nunha punta, mentres na outra se pon unha rodela de cartón, coiro ou metal, á que se lle chama “ zapatilla ”.

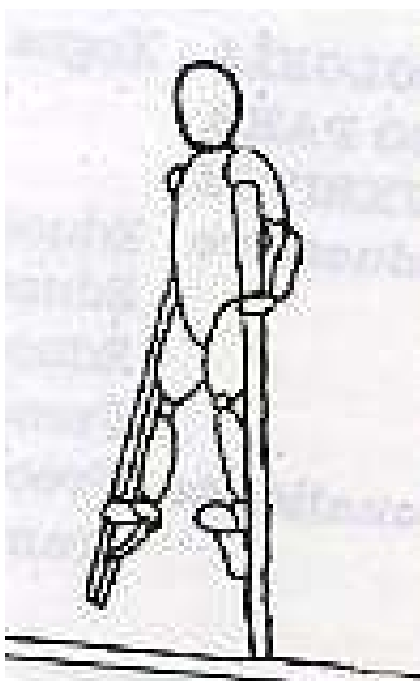
Para xogar dividimos aos participantes en dous equipos; o obxectivo consiste en tratar de lanzar cada un / unha a súa buxaina, collela ca man e, sen deixar que pare, volvela lanzar para darlle golpes á buxaina sen dono. Quen consiga achegala á liña de meta do equipo contrario, gaña a partida. Para bailar a buxaina hai que collela ca man. O pico debe saír por entre os dedos polgar e índice, e o fío por entre o anular e o mainiño. Hai que tiralo ben forte, mais non cebar o cordel para que a buxaina xire. As buxainas, o mesmo que as bolas, poden cambiar de dono nunha partida e pasar a formar parte da colección da persoa que gaña a partida. Nesta variante proposta precisamos unha buxaina máis que o número de xogadores / as que van participar, pero por regra xeral cada participante ten o seu trompo.



OS ZANCOS

Os zancos son un xogo popular que, ademáis de fomentar o valor lúdico, traballan o equilibrio corporal. Orixinariamente, foron empregados para superar regueiros ou zonas con lama. Reciben, segundo a zona, o nome de *zancos*, *andas*, *tamancas* ou *tamancos*. Non hai unha regra básica que obrigue a facer uso dos zancos nun terreo de xogo determinado. Máis ben, precisa de diferentes superficies e alturas para ser lúdico e educativo a un tempo.

Os zancos soen estar feitos de madeira (aínda que agora empezan a aparecer algúns de PVC e materiais similares) e cuns topos para pousar os pés – dúas alturas de 15 e 45 centímetros aproximadamente – que poden ser axustables ou non. Hai que tratar de movelos coas mans e os pés simultaneamente, compensando a acción de brazos e pernas, e tratando de non perder o equilibrio. Podemos facer percorridos por zonas determinadas ou facer circuitos con diferentes obstáculos (conos, picas, aros, colchonetas, ...).



A RÁ

Xogo de precisión, especialmente tranquilo, consistente no lanzamento duns discos metálicos (chamados *pellos*), desde unha distancia marcada, para introducilos pola boca dunha rá, sentada, de ferro. A rá ten a carón diferentes buratos, e todos estes elementos están marcados nunha mesa que dispón dun caixón inferior no que se recollen os pellos. Sexa por uns ou outros ocos, o xogador / a que consiga introducir os pellos recibirá diferente puntuación, en partidas acordadas a un certo número de puntos.



Licenzas por estudos 2009 – 10

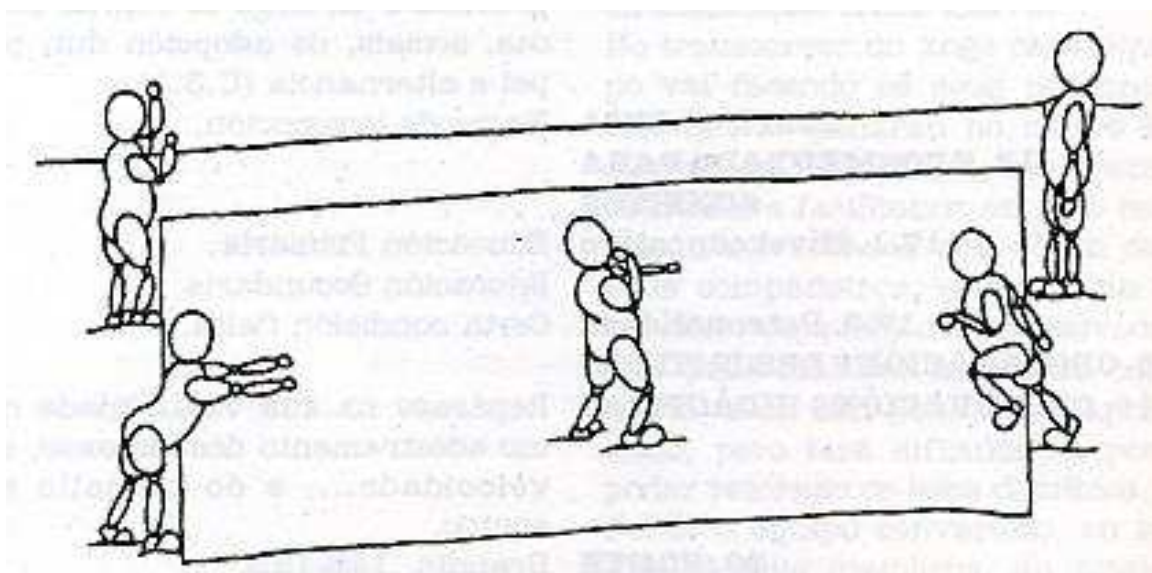
Proxecto “ As actividades no medio natural na área de Educación Física: Elaboración de materiais curriculares e de materiais multimedia interactivos ” (2º Cuadrimestre)

O MARRO

É un xogo predeportivo no que participan dous equipos co mesmo número de xogadores / as. Para xogar é preciso delimitar un campo con dúas liñas paralelas, duns 15 metros aproximadamente, separadas entre sí arredor de 40 metros.

Cada equipo estará situado nunha das liñas, estando a salvo detrás dela. Un xogador / a dos equipos sae ó medio do campo a facer parvadas, burlándose dos membros do equipo contrario. Neste momento pode ser tocado por algún xogador / a do outro equipo que saia a pillalo, e facelo prisioneiro. Se se ve apurado, pode correr a situarse no seu propio *marro*, detrás da liña do seu equipo. Cando escapa, suponemos que é perseguido por un xogador / a do equipo contrario que pode, á súa vez, ser perseguido por outro xogador / a do primeiro equipo.

Terá a condición de perseguidor / a o último / a en abandonar o seu *marro*. No transcorrer do xogo cada equipo vai facendo os seus prisioneiros / as, que se sitúan no marro do equipo que os prendeu, cos brazos estirados, facilitando en todo momento ser tocados por algún dos seus compañeiros / as, que acoden a salvarlos. Calquera destes xogadores / as que salvan poden situarse no *marro* contrario, e alí non poderá ser apreixado, pero terá serias dificultades para retornar co seu equipo. Gaña o equipo que converte a todos os xogadores / as do equipo contrario en prisioneiros.

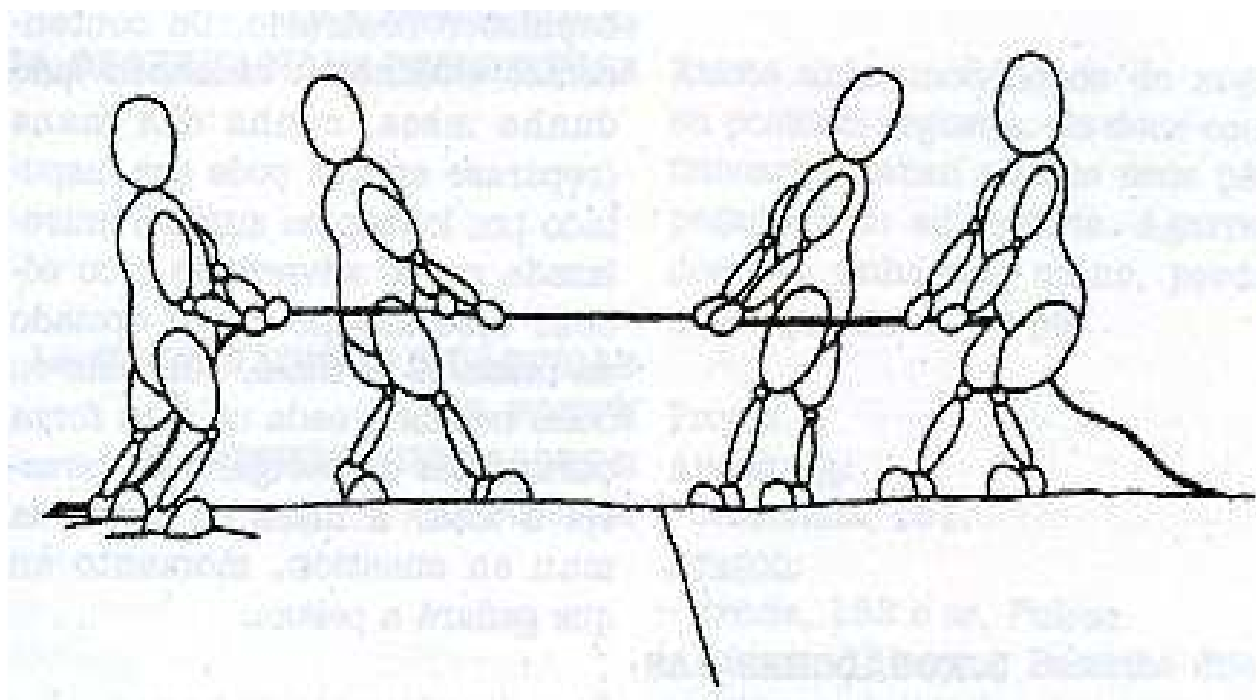


TIRO DE CORDA

Xogo común a varias das culturas peninsulares. O tiro de corda consiste nunha competición por equipos, cada un deles cun determinado número de xogadores / as. Os equipos se sitúan fronte con fronte e cunha liña central de por medio.

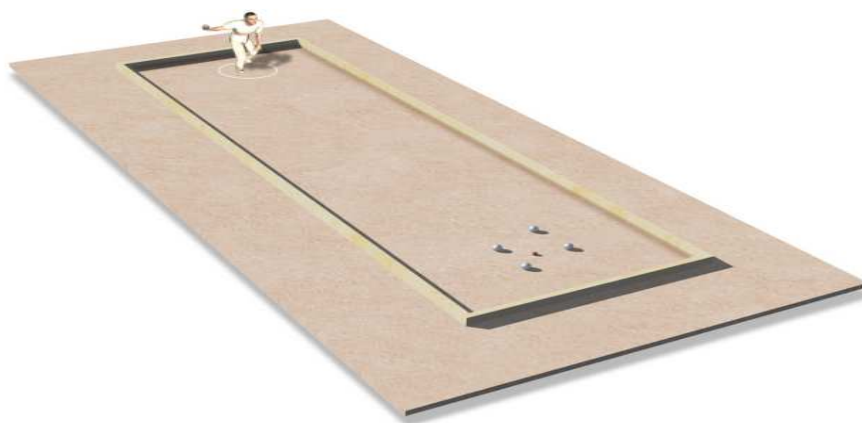
Cada participante ten asida a corda da que se tira. A un sinal do que fía de xuíz , cada equipo tira para o seu lado, tratando de que o primeiro elemento do equipo contrario traspase a liña central, momento no que gaña a tirada.

Tamén está a variedade de facer tres liñas (unha central e dúas paralelas a cada lado da central) e atar un pano no medio da corda; despois tiramos ata que o pano traspasa liña paralela do noso equipo.



PETANCA

É un xogo importado de Francia baseado no lanzamento de precisión. Para xogar usamos varias bolas metálicas, duns 7 cm de diámetro, e un *boliche* (bola moito máis pequena similar a unha canica, que soe ser de madeira). Podemos practicalo de xeito individual ou por equipos. Escollido o equipo que empeza, facen unha tirada, o xogador / a escolle lugar de lanzamento e traza arredor del un círculo dus 50 cm de diámetro. Lanza, entón, o *boliche*. A continuación, o mesmo xogador / a ou alguén do seu mesmo equipo, lanzará a primeira bola, tratando de arrimala ó *boliche* (este xogador / a recibe o nome de arrimador). Seguidamente, os xogadores / as do outro equipo lanzan tantas veces como sexa necesario ata que conseguen situar unha das súas bolas máis preto do *boliche* que a bola lanzada en primeiro lugar. Volve, entón, o equipo orixinal a lanzar. Gaña punto aquel equipo que consiga situar unha das súas bolas máis preto do *boliche*. O xogador / a gañador será o encargado de iniciar o novo tanto lanzando o boliche cara o lado contario do campo.



Licenzas por estudos 2009 – 10

Proxecto “ As actividades no medio natural na área de Educación Física: Elaboración de materiais curriculares e de materiais multimedia interactivos ” (2º Cuadrimestre)

CARREIRA DE SACOS

É un xogo no que se pode participar de xeito individual ou facendo relevos. Combina velocidade con habilidade. Cada xogador / a pon viste un saco polos pés e agarra a parte aberta cas dúas mans. Cando se fai o sinal de saída, irá saltando co saco percorrendo unha distancia determinada, procurando evitar choques e caídas. Se a carreira é de relevos, percorrerá a distancia marcada ata pasarlle o testigo ó seguinte compañeiro / a de equipo. É recomendable realizalo en superficies brandas (terra, herba, ...)

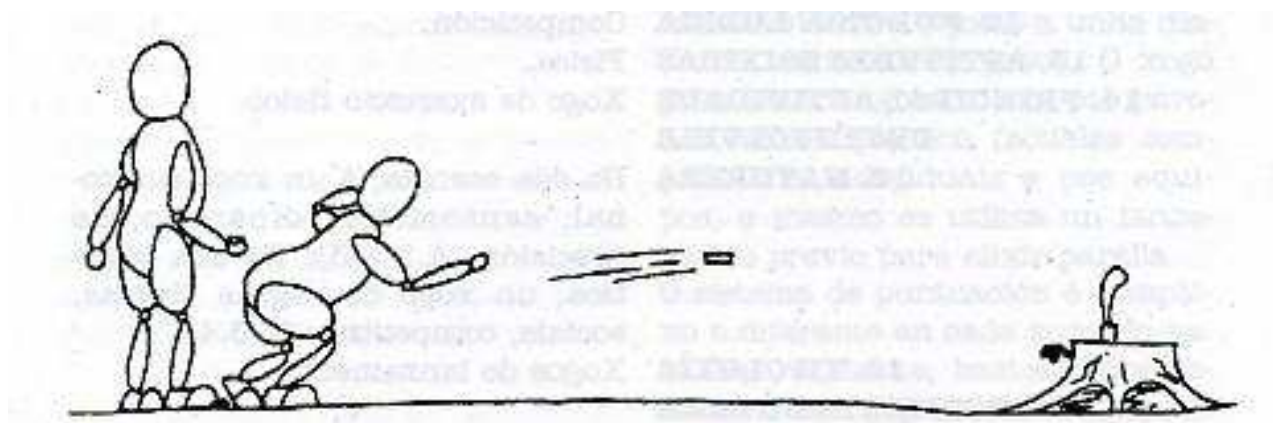


Licenzas por estudos 2009 – 10

Proxecto “ As actividades no medio natural na área de Educación Física: Elaboración de materiais curriculares e de materiais multimedia interactivos ” (2º Cuadrimestre)

A CHAVE

Trátase dun xogo xenuinamente galego (incluíndo as áreas culturalmente galegas que limitan con Asturias e León), aínda que semellante a outras prácticas de lanzamento e de precisión doutras culturas peninsulares. Para practicar este xogo abonda cunha chave (de diferentes tipos segundo a zona de Galicia na que se xogue) e un fichas ou moedas gordas (chamadas *pellos*), que son lanzados contra a chave a unha distancia duns 20 – 30 pasos. O xogo practícase singularmente por parellas, aínda que son factíbles competicións individuais e por equipos, e mesmo podemos utilizar un lanzamento previo para decidir as parellas. O sistema de puntuación é diferente en cada zona do país. Aínda así, basicamente obtemos oito puntos por cada pello que toque a chave, ou incluso un punto para o máis próximo se ninguén atinou. Cando a tirada ten igual éxito nas dúas parellas, nungunha delas anota puntos. De todos xeitos, sempre é aconsellable consultar en cada zona as normas, regras e puntuacións que rexen á hora de xogar.



SORTES

As sortes son o sistema que temos nos xogos para designar que panda ou para facer equipos. Para elixir ó xogador / a que panda soe facerse algún tipo de recitado (“ *Era, era, ...* ”, “ *Rabo de boi, rabo de besta, ...* ”, ...), mentres que para a elección de equipos eliximos dous xogadores / as que fan de capitáns e escollen equipos (na sorte dos pés, cada xogador / a avanza sucesivamente un pé ata achegarse ó outro / a; cando un deles ocupa a parte final do espazo e xa non se pode poñer o pé, comeza a elixir)

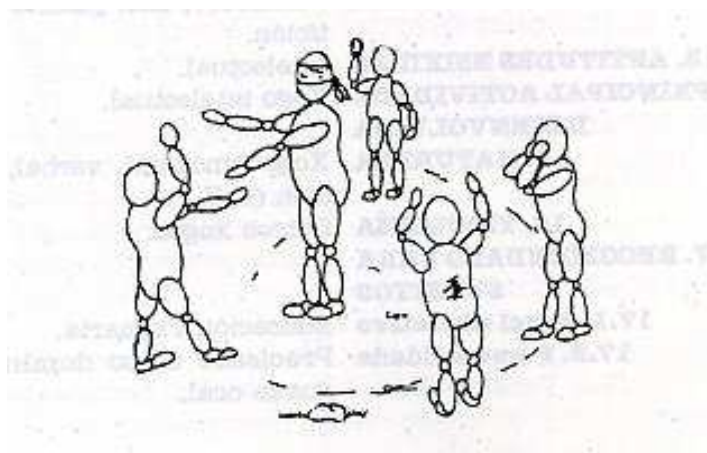
CORDA

A corda é un xogo que esixe resistencia, salto e coordinación. Aínda que nos seus inicios era basicamente feminino, hoxe en día é moi utilizado por todos e todas. A súa esencia radica en dúas persoas que fan xirar a corda rítmicamente (os que *dan*) e outra / s que saltan ó ritmo marcado por esa corda. Podemos facer tamén este tipo de xogo con diferentes cancións que marque ese ritmo (“ *Rei, rei, ...* ”, ...).



A PITA CEGA

Os xogadores / as fan un corro. A un deles / as, no centro do corro, tapámoslle os ollos. Unha vez que xa non ve, facemos que dea unhas voltas sobre si mesmo para desorientarse. Desfacemos o corro e a “ pita cega ” tratará de pillar algún dos outros participantes. O xogador / a que sexa pillado intercambiará o papel co que facía de cego.

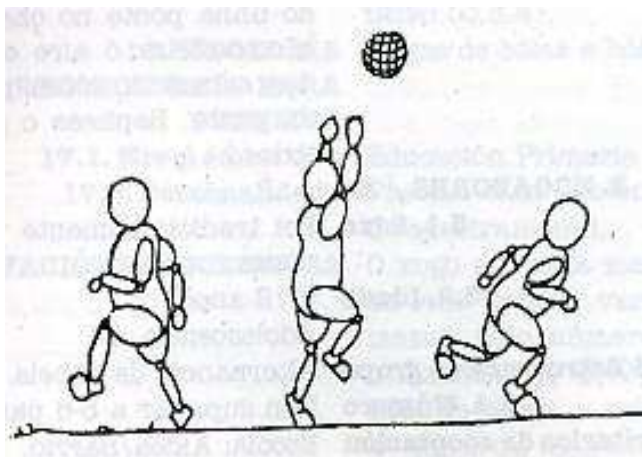


Licenzas por estudos 2009 – 10

Proxecto “ As actividades no medio natural na área de Educación Física: Elaboración de materiais curriculares e de materiais multimedia interactivos ” (2º Cuadrimestre)

PÉS QUEDOS

É un xogo que se realiza cunha pelota. Decidimos quen *panda* por medio dun xogo de sortes. O grupo se reúne no centro do espazo de xogo. Un xogador / a tira o balón ó aire, agás o momento no que todos os xogadores / as aproveitan para escapar a toda velocidade, agás o que *panda*, que debe recoller a pelota. Cando a ten suxeita, berra: “ ¡ *Pés quedos* ! ”. Nese intre, todos paran, incluído o propio que *panda*. Este, calculando o adversario que ten máis preto, lanzaralle a pelota, tratando de darlle e de que non a suxeite. En caso contrario, repetiremos a partida co mesmo xogador / a *pandando*.



O ARO

O xogo consistía, tradicionalmente, en facer rodar, en equilibrio, un aro (que antiguamente se fabricaba a partir dun caldeiro vello ou coa roda dunha bicicleta, aínda que hoxe en día, usamos máis os de diferentes plásticos e similares). Para suxeitar o aro, podemos usar unha guía, que é un pao con forma de gancho na punta (inicialmente era un arame, pero foi substituído polos mesmos materiais que usamos hoxe en día para os aros). Cando acadamos a habilidade necesaria, podemos facer xogos e competicións varias de velocidade, habilidade, realizar circuitos, ...

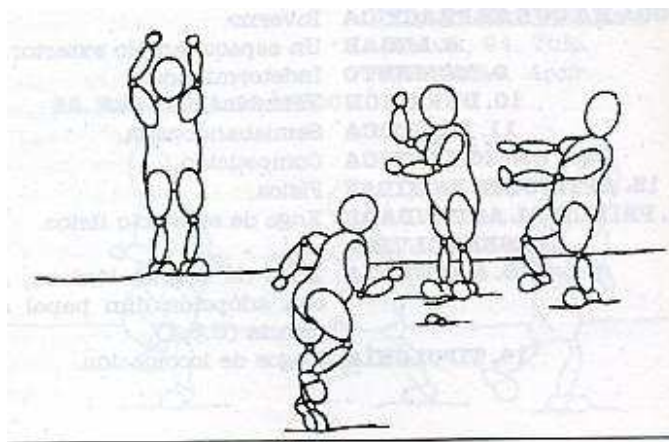


Licenzas por estudos 2009 – 10

Proxecto “ As actividades no medio natural na área de Educación Física: Elaboración de materiais curriculares e de materiais multimedia interactivos ” (2º Cuadrimestre)

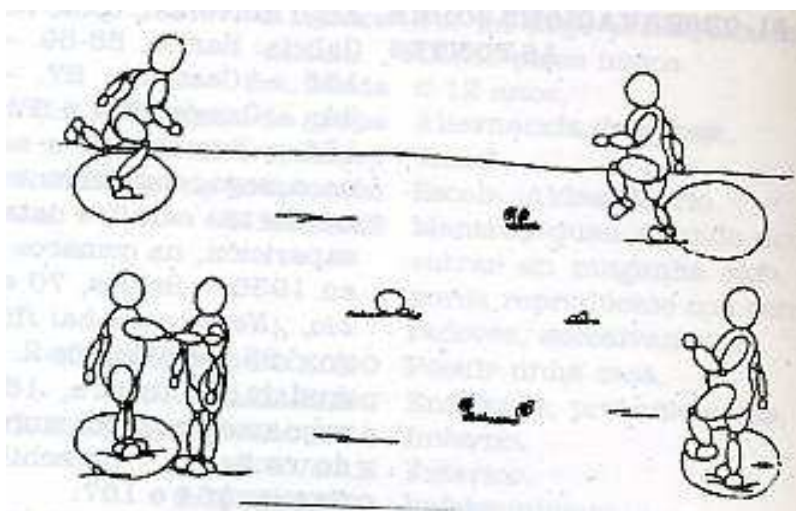
STOP

Modalidade típica de xogo de pilla. O perseguidor / a trata de pillar ó adversario para intercambiar o papel con el / a, só que neste caso o perseguido ten a opción, no momento en que vai ser pillado, de berrar “ ¡ Stop ! ” e de quedarse absolutamente parado. Neste caso, o perseguidor / a non poderá tocarle. Pode suceder no transcurso da partida que teñamos varios xogadores / as que estén quedos. Os que quedan ceibes, poderán tocar a algún dos conxelados para liberalalos, feito que debe impedir o perseguidor / a. O xogo remata cando todos / as están collidos ou cando pasa demasiado tempo. Podemos aumentar o número de perseguidores / as.



AS CATRO ESQUINAS

Precisamos dun espazo que, literalmente, dispoña de catro esquinas, para poder realizar o xogo. Se isto non ocorre, as esquinas poden ser substituídas por círculos debuxados, aros, ... que formen un cadrado ou rectángulo. Un xogador / a *panda* e se sitúa no medio. Cada un dos círculos ou esquinas é a casa dun dos participantes, que teñen que ir cambiando de sitio, evitando ser tocados polo que *panda*. Se iso sucede, o que *panda* ocupa unha esquina e o pillado / a pasa a *pandar*.



O PANO

Dividimos o grupo en dous equipos e cada un dos equipos se vai situar nun extremo do terreo de xogo, separados por unas liñas situadas a uns 15 metros aproximadamente. No punto central trazamos unha liña, na que se sitúa un xogador / a ou o mestre / a, cun pano na man disposto para que poida ser agarrado polos participantes. En cada equipo os xogadores / as están numerados. O que fai de árbitro berra en alto un número, e acoden a recoller o pano os xogadores / as de cada bando que teñan ese número. Aquel que, ou ben pola súa velocidade ou pola súa habilidade, agarre o pano, debe correr ata a liña do seu equipo antes de ser tocado polo xogador / a contrario. Se o consegue, anota un punto para o equipo e se é pillado, o punto vai para o equipo contrario. Se pode xogar por tempo ou por un número determinado de puntos.

