

## **Juegos motores 2–3 años**

**Nombre:** El gavilán y las gallinas

**Tipo:** Juego motor

**Edad:** 2 a 3 años

**Lugar:** Patio o gimnasio

**Desarrollo:** El gavilán (docente) está durmiendo y las gallinas pasean sin darse cuenta de su presencia. Cuando se despierta despliega sus alas y las gallinas asustadas comienzan a correr para que no las toque, intentando llegar a los corrales. El que no llega a hacerlo, pasa a ser gavilán y así sucesivamente (y el que fue gavilán se convierte en gallina al atrapar a otros compañeros)

**Observaciones:** Por tratarse de un juego de persecución es necesario tener en cuenta, que el perseguido se debe tocar, no agarrar.

### **2. Nombre: Empujando**

**Tipo:** Juego motor. Coordinación psicomotor, nociones espaciales

**Edad:** 1 a 2 años

**Participantes:** adulto y niño

**Materiales:** Caja, banqueta o vehículo de juguete

**Desarrollo:** El niño empuja el objeto (vehículo) de un lado al otro. Otra variante es que el niño pueda meterse adentro y el adulto lo empuje.

### **3. Nombre: Jugando con la pelota, ir y volver**

**Tipo:** Juego motor. Coordinación, nociones espaciales

**Edad:** 2 a 3 años

**Materiales:** Pelota grande, liviana y de colores

**Desarrollo:** El niño tira la pelota y va a buscarla repetidas veces. Se le pide que la tire más lejos, más cerca, para un lado y otro. Hacerla rodar, volar, cambiarla por la del compañero. Estas propuestas se realizan una por vez.

### **4. Nombre: Los Bastones**

**Tipo:** Juego motor. Coordinación, simbolización

**Edad:** 2 a 3 años

**Materiales:** Bastones de plástico, uno por cada niño.

**Desarrollo:** Cada niño juega con un bastón, explorando sus posibilidades libremente. También se les puede sugerir andar a caballo subir una montaña apoyados o desfilan como soldados con el fusil al hombro.

## **5. Nombre: Pegando patitas**

**Tipo:** Capacidad física, equilibrio, velocidad, fuerza

**Edad:** 2 a 3 años

**Lugar:** Patio

**Cantidad de participantes:** 15 a 20

**Material:** Patitas de goma o cartulina

**Desarrollo:** Se forman dos equipos, sentados como indios, se les reparte a cada uno patitas, en el otro extremo se coloca 2 pies más grandes. Deberán pegar su patita en el pie que les corresponde, pero ojo deberán ir caminando sobre la línea y volver corriendo, gana el equipo que haya pegado todas sus patitas.

## **Juegos motores 4–5 años**

### **1. Nombre: Carrera de tortugas**

**Tipo:** Juego motor

**Edad:** 4 a 5 años

**Materiales:** Almohadón o almohada pequeña para cada participante

**Participantes:** 10 chicos en adelante

**Lugar:** Patio o Parque

**Desarrollo:** Se debe delimitar el trayecto de la carrera. Todos los participantes deben tener un almohadón o una almohada pequeña. Se ubican todos en la línea de partida, en cuatro patas, y se colocan el almohadón sobre la espalda (como si fuese el caparazón de una tortuga). Al dar la orden de partida las tortugas comienzan a avanzar. Si se les cae el almohadón de la espalda deben regresar al punto de partida y comenzar nuevamente. Por lo tanto deberán avanzar muy despacio para llegar más rápido. La tortuga que primero llega es la ganadora.

### **2. Nombre: Jirafa y sapitos**

**Tipo:** Juego motor

**Edad:** 4 a 5 años

**Lugar:** Patio o gimnasio

**Desarrollo:** Los niños se ubican detrás de una línea trazada en el suelo, lejos de ella se marca la línea de llegada. A la señal del docente, parten corriendo sobre la punta de los pies, teniendo los brazos estirados hacia arriba. Los seis primeros en alcanzar la línea de llegada ganan el juego. Es necesario que los niños hagan todo el recorrido en la posición combinada; estando permitido sólo dar un salto para trasponer la línea final. En la

repetición del juego, la carrera se hace con todos los niños agachados, manteniendo las rodillas flexionadas durante todo el recorrido.

### **3. Nombre: Malavaristas**

**Tipo:** Juego motor

**Edad:** 4 a 5 años

**Lugar:** Patio o gimnasio

**Materiales:** Un borrador, libro o regla y una señal para cada grupo

**Desarrollo:** Cada jugador va hasta la señal, da una vuelta a su alrededor y vuelve a la línea de salida equilibrando siempre un borrador en la cabeza (un libro o sino una regla en la palma de la mano). Al llegar a la vuelta de la línea de salida el jugador siguiente le quita el borrador y lo coloca en su cabeza, saliendo para repetir el recorrido. Quien deja caer el objeto, debe detenerse y volver a colocarlo, antes de continuar con el juego. Durante la carrera ningún jugador puede retener el borrador con las manos para que no se caiga.

### **4. Nombre: Sacarle la cola al burro**

**Tipo:** Juego motor

**Edad:** 4 a 5 años

**Participantes:** 10 chicos en adelante

**Materiales:** Una soga

**Lugar:** Patio o parque

**Desarrollo:** Un niño corre llevando la soga mientras el resto de los niños lo persiguen tratando de pisar la soga. El primero que lo logra pasará a llevar la soga.

### **5. Nombre: El lobo y las ovejas**

**Tipo:** Juego motor

**Edad:** 4 a 5 años

**Participantes:** 10 chicos en adelante

**Materiales:** Un refugio y una soga

**Lugar:** Patio o parque

**Desarrollo:** Las ovejas son traviesas y se escapan del corral, en cuatro patas, por debajo de la soga. El lobo espía detrás de un árbol, esperando para atraparlas. Cuando éstas se acercan las persigue y las ovejas corren hacia el refugio. La oveja que es atrapada ocupa el lugar del lobo.

### **6. Nombre: Explotando globos**

**Tipo:** Capacidades físicas, equilibrio, fuerza, velocidad

**Edad:** 2 a 3 años

**Cantidad de participantes:** Más de 20

**Material:** Globos

**Desarrollo:** Se formarán 2 equipos, arrodillados, uno detrás de otro. Del otro lado estarán los globos, inflados. Cuando den la señal, saldrán uno de cada equipo saltando, tomar el globo con la mano y deberán reventarlo con la cola. Gana el equipo que primero termine.

## **7. Nombre: Jugamos con el cuerpo**

**Tipo:** Capacidad física, equilibrio, velocidad, fuerza

**Edad:** 4 años

**Lugar:** Patio

**Cantidad de participantes:** 6 por equipo

**Material:** Tarjetas

**Desarrollo:** Dos equipos, sentados en fila india, el docente tendrá en un sobre las tarjetas que indican que hacer. Se paran dos de cada equipo y sacan una tarjeta y deberán cumplir lo que dice la tarjeta, por ejemplo: pies con rodilla, otro de cada equipo y deberá sumarse hasta que gana el equipo que mantuvo más el equilibrio.

## **8. Nombre: El anillo travieso**

**Tipo:** Desarrollo de la motricidad

**Edad:** 4 y 5 años

**Espacio:** Al aire libre o espacio cerrado

**Cantidad de participantes:** Limitada por ronda

**Material:** Soga y un anillo que se deslice por esta y pueda ocultarse en la mano de un niño.

**Desarrollo:** Todos los niños menos uno deben sentarse en ronda tomando la soga. Uno se oculta el anillo en su mano, sin que lo vea el niño que va al centro. Cuando el niño del centro descubre quien tiene el anillo, tomará su lugar. Será ganador aquel niño que nunca fue descubierto.

## **Juegos motores 6–7años**

### **1. Nombre: El chivo perdido**

**Tipo:** Juego motor. Desarrollo de la capacidad física, velocidad y resistencia.

**Edad:** 6 años en adelante

**Espacio:** Amplio

**Materiales:** Ninguno

**Organización Dinámica:** Número impar de chicos

**Desarrollo:** Se colocan en el suelo, sentados, un número determinado de chicos. De pie se sitúa la misma cantidad más uno. El coordinador da la señal de inicio con palmadas, entonces los jugadores corren alrededor de la ronda. Cuando se detienen las palmadas, cada uno de los jugadores debe buscar un compañero sentado. El que queda sin compañero es el chivo perdido que vuelve a correr en el siguiente turno con los que estaban sentados.

## **2.- bote quemado**

**Tipo :** reacción

**Edad :** 6 a 12

**Material :** bote de plástico y una pelota de goma o vinil

**Lugar :** amplio y sin obstáculos

**Desarrollo :** Se enumeran los botes de plástico de acuerdo a los niños o niñas que hubiesen, los botes se acomodan en una sola hilera paralela a los jugadores. Cada niño es dueño de su bote y su número

Un niño o niña elegida por el grupo, avienta desde un área o línea predispuesta cualquier tipo de pelota de vinil.

El bote que sea tirado, de acuerdo al número, el niño dueño del bote correrá y tomará la pelota tratando de pegarle a cualquier de los demás niños que corren a una base, (un poste, un árbol, etc.) si no quemó (pego) a algún niño esta aventará la pelota al aire, los demás niños correrán tratando de esquivar la pelota y correrán hasta su bote agarrándolo y salvándose. Cada niño quemado se le pondrá una piedrita al lado de su bote a cierto número de acumulaciones de piedritas se le pondrá un castigo.

observaciones = como mínimo de jugadores 6 como máximo 15

## **Juegos motores 8–9 años**

### **1. Nombre: Pluma al Viento**

**Tipo:** Juego motor. Competencia y resistencia

**Edad:** 8 a 9 años

**Lugar:** Patio

**Materiales:** 5 ó 6 plumas

**Organización Dinámica:** 5 grupos de 5 ó 6 chicos. 25–30 participantes.

**Desarrollo:** Los grupos se ubican en fila detrás de la línea de salida. El primero de cada grupo debe lograr que su pluma pase la línea de llegada. Únicamente soplándola, no se puede tocar con las manos. Cuando llega a la meta, la toma, corre hacia su grupo y se la da al que sigue en la fila. Gana el primer grupo que termine.

### **2. Nombre: Yasketball**

**Tipo:** Juego motor. Iniciar a los niños en los deportes reglados.

**Edad:** 8 a 9 años

**Lugar:** Amplio. Patio, cancha.

**Materiales:** Dos aros de mimbre y una pelota de goma.

**Organización:** Dos equipos de 9 jugadores. El arquero tiene la tarea de cuidar el aro que se mueve, ya que está sostenido por dos compañeros del equipo contrario, ubicados detrás de él.

**Desarrollo:** Se comienza el juego con un salto en el centro de la cancha, mediante pases se trata de hacer llegar la pelota a la zona del aro móvil para poder convertir un tanto. El arquero tratará de interceptar la pelota. El aro se desplazará para facilitar el juego de sus compañeros. Si el defensor invade el área del arquero, comete penal y el atacante ejecuta la pena desde 5 metros; si es el atacante quien invade el área, saca el arquero desde el lugar de la infracción. Gana el equipo que convierte más goles.

### **3.-Nombre: Bandera**

**Tipo:** motriz

**Edad:** 9 a 30 años

**Material:** dos objetos visibles.

**Lugar :** terreno amplio y si es posible con algunos obstaculos

**Desarrollo :** el grupo es dividido en dos (A Y B).Cada grupo tiene un terrero (A Y B) donde deben ubicar la bandera y un lugar determinado como carcel. el terreno general debe tener limites claros y debe existir un limite en la mitad del terreno donde se divide en dos el terreno.

Cada equipo esta seguro en su propio terreno, cuando transpasa el limite del terreno contrario puede ser cogido y llevado a la carcel, para los dos equipos.

quien sea cogido puede ser liberado por un compañero del mismo equipo, al ser liberado a ninguno de los dos puede cogerse y se les debe dejar pasar a su propio terreno.

el equipo que se apodera de la bandera es el ganador y se le da un punto. y luego se cambia de terrero.

las reglas se deben poner de acuerdo al grupo, al tiempo y a lo que se desea conseguir con este juego.

observaciones: si hay alguna duda favor comunicarse.

### **4.-Nombre del juego: PELOTA SENTADA**

**Tipo:** DINÁMICO

**Edad:** + DE 8

**Material:** BALONES

**Lugar:** EXTERIOR, O INTERIOR EN PISTA.

**Desarrollo:** Juegan todos contra todos. Se sueltan unos balones por el campo previamente marcado, no demasiado amplio, los que consiguen el balón deben intentar golpear con el mismo a los otros jugadores lanzándoselo, si lo golpean con el balón, el golpeado deberá sentarse. Cualquier otro jugador puede hacerse con la posesión del balón y continuar con el juego. Los jugadores tocados(que se encontrarán sentados) pueden volver a la vida recogiendo uno de los balones que pasen por sus alrededores. Se aconseja poner un balón por cada 6 jugadores.El juego finalizaría cuando solo un

jugador permanece de pie y el resto están sentados.  
No está permitido pasarse el balón, salvo entre los que están sentados.  
Se puede jugar en dos equipos.  
observaciones:

## **Juegos motores 10–12 años**

### **1. Nombre: Agacharse**

**Tipo:** Juego motor. Incentiva agilidad, reflejos, coordinación

**Edad:** 10 años en adelante

**Participantes:** 10 a 40

**Materiales:** Grabador o radio

**Lugar:** Amplio

**Desarrollo:** Los jugadores formarán un círculo en parejas, los varones adentro y las mujeres afuera. Al compás de la música o de las palmas las mujeres marcharán en dirección opuesta a los varones. Cuando suena el silbato o la campana, la música se detendrá y los compañeros correrán una hacia otro lado, tomándose de la mano y agachándose. La pareja que se agache en último termino será la perdedora y tendrá que salir del juego. Quizás sea más conveniente que las mujeres queden paradas y los varones corran hacia ellas. Luego la música comenzará y en lugar de música se puede cantar una canción.

### **2. Nombre: Carrera con pelota**

**Tipo:** Juego motor

**Edades:** 10 a 12 años

**Participantes:** limitado

**Materiales:** 1 pelota por grupo

**Lugar:** no es necesario un lugar en particular

**Desarrollo:** Se dividen en dos grupos y se sientan en fila dejando distancia entre cada uno, el primero de la fila deberá pasar la pelota al de atrás y así sucesivamente. Cuando llega al último éste tomará la pelota y se sentará adelante y volver a pasar la pelota para atrás. El primero que llega a la meta gana.

**Observaciones:** Si la pelota se va deberán ir a buscarla y continuar. Otra variante es hacer lo mismo pero pasando la pelota por debajo de las piernas.

### **3. Nombre: El canguro**

**Tipo:** Juego motor. Incentiva agilidad física.

**Edades:** 10 a 12 años

**Participantes:** 10 a 20

**Materiales:** Ninguno

**Lugar:** Amplio

**Desarrollo:** Los jugadores forman un círculo y toman doble distancia. Se enumeran, siendo los pares un equipo (rojos) y los impares otro equipo (azules). Luego tomarán la posición de tronco flexionado, cabeza y manos apoyadas sobre las rodillas (posición de rango), se designan dos jugadores, uno por cada equipo, que ocuparán los extremos de uno de los diámetros del círculo y serán los que inician el juego. A la señal los jugadores designados comienzan a saltar a los compañeros, corriendo en el mismo sentido y persiguiéndose para pasarse. Cuando el rojo, consiga pasar al azul o al revés, el equipo al cual pertenece habrá ganado un punto. Logrado esto, otros dos jugadores repetirán la acción y el juego continuará hasta que todos hayan competido, ganando el equipo que haya logrado mayor número de tantos.

#### **4. Nombre: Lucha en el cuadrado**

**Tipo:** Juego motor. Incentiva la agilidad y el equilibrio

**Edad:** 10 a 12 años

**Participantes:** 2 a 10

**Materiales:** Lo necesario para marcar un cuadrado en el suelo

**Lugar:** Amplio

**Desarrollo:** Se marca un cuadrado de 3 mts. de lado. Dos jugadores se colocan uno frente al otro en ángulos opuestos al cuadrado. Estos jugadores tendrán una pierna levantada y los brazos tomados atrás. A la señal se acercan y tratan de empujarse con el pecho. Pierde el que es arrojado fuera del cuadrado o el que apoya el otro pie en el suelo. Pueden estar en cuclillas y se empujan saltando, el que se levanta, se sale del cuadrado o se cae, pierde.

#### **5. Nombre: Vuelta al mundo**

**Tipo:** Juego motor

**Edades:** 10 – 12 años

**Participantes:** sin límite

**Materiales:** una pelota

**Lugar:** amplio

**Desarrollo:** se dividen en 2 grupos y se colocan en fila detrás de una línea. El primero de la fila del grupo que tiene la pelota la pateará lo más lejos posible y comenzará a dar vueltas alrededor de su grupo, mientras el primero de la otra fila tendrá que ir a buscar la pelota y volver a su fila. Cuando llega el otro dejará de correr y anotará la cantidad de vueltas que dio. Luego el primero de la otra fila pateará la pelota y el primero de ésta fila tendrá que ir a buscar. Cuando todos hayan participado se contarán la cantidad de vueltas que dio cada equipo. Gana el que más vueltas dio.

**Observaciones:** El lugar tiene que ser amplio para que se tarde más en ir a buscar la pelota. Otra variante es que todo el equipo irá a buscar la pelota y tendrán que volver y sentarse en fila.

**6– Nombre juego: comecocos**

**Tipo:** Juego motor

**Edad :** 8–10 años

**Material :** pista deportiva

**Lugar :** idem

**Desarrollo :** sobre las líneas dibujadas en la pista deportiva un comecocos ira pillando a todos los demás que solo pisan las líneas.

**7 Nombre del juego: pie que veo pisotón que arreo**

**Tipo :** calentamiento articular rodillas

**Edad :** 5–10

**Material :** ninguno

**Lugar :** espacio delimitado

**Desarrollo :** consiste en correr libremente por el espacio intentando pisar al resto de los compañeros intentando a la vez que no pisen nuestros pies

**Observaciones :** advertir a los niños que deben ser respetuosos con los compañeros y no hacerse daño

**Enviado por:** Desirée Ruiz Bergillos

**Profesión:** técnico sup en animación act. físico deportivas

**8.– Nombre del juego: Ven o vete**

**Tipo:** velocidad de reacción

**Edad:** 10–12 años

**Material:** aros

**Lugar:** patio gimnasio

**Desarrollo:** Cada niño con su aro en el piso dentro de él. Uno o dos fuera preguntan al de dentro. ¿Ven o vete?. Si el de dentro dice Ven entonces cede el lugar al otro, pero si dice vete, tendrán que tocar algún punto distante y regresar al centro del aro.

**observaciones:** Se puede hacer variante de tal modo que cuando se hace la carrera el que estaba fuera debe hacer lo que hace el otro antes y durante la carrera