

**JOCS A REALITZAR A LA TROBADA**

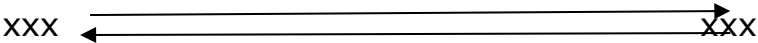
<b>NOM:</b> Els 3 pals - SALTS		
<b>ESSÈNCIA:</b>		
<b>Nº PARTICIPANTS:</b> 10 - 30	<b>DURADA:</b> 10'	<b>EDAT:</b>
<b>ESPAI:</b>	<b>MATERIAL:</b> 3 cordes (9 cordes per tot el grup)	
<b>DESCRIPCIÓ:</b> Es col·locaran 3 cordes paral·leles a la mateixa distància. Els alumnes hauran de passar posant només un peu entre corda i corda. Quan hagin passat tots es separaran una mica les dues cordes dels costats. La distància cada vegada serà més gran i obligarà als alumnes a saltar cada vegada més lluny. Qui trepitja una corda pot continuar saltant a les cordes de les altres files. (Dins el grup hi haurà 3 files que realitzaran la mateixa activitat alhora)		
<b>VARIANTS:</b> Cada vegada es pot separar només un a de les dues cordes, alternant-ne primer una i després l'altra.		
<b>GRÀFIC:</b>		
<b>OBSERVACIONS:</b>		

<b>NOM: Joc de l'stop picant i saltant - SALTS</b>		
<b>ESSÈNCIA:</b>		
<b>Nº PARTICIPANTS:</b> 10 - 30	<b>DURADA:</b> 5'	<b>EDAT:</b>
<b>ESPAI:</b>		<b>MATERIAL: 6 o 7 pitralls</b>
<p><b>DESCRIPCIÓ:</b>          Joc d'atrapar on pararan 6 o 7 alumnes, la resta de companys correran per l'espai per evitar ser tocats. Quan algú és tocat se li dona el pitrall i es posa a atrapar. Per evitar ser atrapat es pot dir "Stop" i quedar-se quiet amb els braços en creu. Per salvar-se, un company s'ha de posar davant i picar-se l'un a l'altre amb les mans a baix, a dalt i per últim, saltant i picant amb les mans enlaire. Per recordar els tres moviments que s'han de fer per salvar-se es pot dir "pim, pam, pum". Quan toquem a algú el pitrall no es pot llençar sinó que s'ha de donar a la mà. No podem tocar el que ens acaba d'atrapar. No s'hi val amagar-se el pitrall quan es para.</p>		
<b>VARIANTS:</b>		
<b>GRÀFIC:</b>		
<b>OBSERVACIONS:</b>		


<b>NOM Joc de cadires – CÈRCOLS</b>		
<b>ESSÈNCIA:</b>		
<b>Nº PARTICIPANTS:</b> 10 - 30	<b>DURADA:</b> 8'	<b>EDAT:</b>
<b>ESPAI:</b>		<b>MATERIAL:</b> 20 cèrcols
<p><b>DESCRIPCIÓ:</b>          Hi haurà cèrcols escampats per l'espai i els alumnes correran per fora. A la senyal del mestre tothom haurà de córrer i ficar-se dins d'un cèrcol. Cada cop se n'anirà traient un i els obligarà a posar-se més d'un nen o nena dins de cada aro. No es pot córrer entremig dels cèrcols sinó que s'haurà de passar per l'exterior. No es poden agrupar sempre els mateixos nens i nenes s'han de barrejar.</p>		
<p><b>VARIANTS:</b>          Es pot dir que només poden entrar en els cèrcols d'algun color determinat. Que hagin de col·locar alguna part del cos dins el cèrcol (dit, genoll, nas...)</p>		
<b>GRÀFIC:</b>		
<b>OBSERVACIONS:</b>		

<b>NOM: Passar el cercol – CÈRCOLS</b>		
<b>ESSÈNCIA:</b>		
<b>Nº PARTICIPANTS:</b> 10 - 30	<b>DURADA:</b> 8'	<b>EDAT:</b>
<b>ESPAI:</b>		<b>MATERIAL: 9 cercols</b>
<b>DESCRIPCIÓ:</b> Tot el grup en rotllana i agafats de la mà. Col·loquem uns quants cercol entre els braços dels nens/es i han d'intentar anar-se'ls passant de l'un a l'altre sense agafar-los ni deixar-se anar de les mans.		
<b>VARIANTS:</b> Un cercol ha d'atrapar a l'altre. Fer canvis de sentit. Fer-ho amb els ulls tancats...		
<b>GRÀFIC:</b>		
<b>OBSERVACIONS:</b>		

<b>NOM: Cursa 400m – CURSA</b>		
<b>ESSÈNCIA:</b>		
<b>Nº PARTICIPANTS:</b> 10 - 30	<b>DURADA:</b> 15'	<b>EDAT:</b>
<b>ESPAI:</b>		<b>MATERIAL: botzina, cinta perimetral</b>
<p><b>DESCRIPCIÓ:</b>          Es farà un escalfament previ i una volta de reconeixement del circuit.          Mentre es fa la volta de reconeixement al circuit s'aniran escalfant. Es poden fer trams amb diferents desplaçaments: aixecant genolls, de costat, tocant els talons al cul, fent petits salts...          Una vegada feta la volta i l'escalfament es donaran diferents sortides en grups de 10-12 alumnes. Mentre uns corren els altres poden animar. Quan un grup estigui per la meitat del circuit ja es donarà sortida a un altre grup.</p>		
<b>VARIANTS:</b>		
<b>GRÀFIC:</b>		
<b>OBSERVACIONS:</b>		

<b>NOM: Relleus – RELLEUS</b>		
<b>ESSÈNCIA:</b>		
<b>Nº PARTICIPANTS:</b> 10 - 30	<b>DURADA:</b> 15'	<b>EDAT:</b>
<b>ESPAI:</b>		<b>MATERIAL: 1 testimoni per grup, xinesos per marcar el lloc de col·locació dels alumnes.</b>
<p><b>DESCRIPCIÓ:</b>          Es faran grups de 5 o 6 i es col·locaran 3 a cada costat.          Sortirà el primer hi haurà de córrer fins a l'altre costat i passar el testimoni al primer de la fila que també haurà de córrer i entregar el testimoni al company de l'altre costat. Així successivament fins que ho hagin fet tots.          Sortiran els 3 primers corrent i agafats de la mà i hauran d'entregar el testimoni als 3 de l'altre banda que aniran corrents fins a l'altra posició.</p>		
<p><b>VARIANTS:</b>          Es correrà fent diferents tipus de desplaçaments.          Es col·locaran amb diferents posicions per fer la sortida (de genolls, asseguts, estirats...)          A mig recorregut hauran de fer un salt, asseure's a terra, fer un gir...</p>		
<p><b>GRÀFIC:</b></p> 		
<b>OBSERVACIONS:</b>		

<b>NOM: Activitats amb el paracaigudes – PARACAIGUDES</b>		
<b>ESSÈNCIA:</b>		
<b>Nº PARTICIPANTS:</b> 10 - 30	<b>DURADA:</b> 15'	<b>EDAT:</b>
<b>ESPAI:</b>		<b>MATERIAL: 2 paracaigudes</b>
<p><b>DESCRIPCIÓ:</b>  <b>"mar en calma i tempesta"</b> es comença movent suaument el paracaigudes i a mesura que arriben núvols es va augmentant la intensitat i fins que passa la tempesta i torna a estar la mar en calma.</p> <p><b>"Colors i canvi de lloc":</b> Quan es diu un color concret es puja el "paraca" i tots els que estan en aquest color es canvien de lloc. Els canvis tenen lloc per sota del globus.</p> <p><b>"Pilotes boges":</b> Els alumnes aixequen el paracaigudes amb les mans i tres voluntaris surten fora. Les pilotes són a sobre del paracaigudes i s'ha d'intentar que surtin fora bellugant amunt i avall el paracaigudes. Els companys han de tornar a posar les pilotes dins el paracaigudes.</p> <p><b>"El billar americà":</b> Mitjançant el moviment del paracaigudes, s'ha d'intentar posar la pilota al forat que hi ha al centre.</p> <p><b>"L'iglu":</b> S'alça el paracaigudes, es passa pel darrera l'esquena i s'asseu a dins de manera que quedés assegut a dins i sobre la lona, formant un iglú.</p>		
<b>VARIANTS:</b>		
<p><b>GRÀFIC:</b></p> 		
<b>OBSERVACIONS:</b>		

<b>NOM: Diana - LLANÇAMENTS</b>		
<b>ESSÈNCIA:</b>		
<b>Nº PARTICIPANTS:</b> 5 o 6	<b>DURADA:</b> 8'	<b>EDAT:</b>
<b>ESPAI:</b>		<b>MATERIAL: 1 cercol gran, 1 cercol petit i 1 disc volador.</b>
<p><b>DESCRIPCIÓ:</b> Un a un llançaran un disc volador intentant fer punteria dins uns cercols col·locats un a dins de l'altre (formant una diana) a una certa distància. Si s'encerta al cercol exterior sumaran 1 punt, si encerten al interior sumaran 3 punts. Si cau sobre el primer cercol es sumarà un punt i si cau sobre el cercol del mig es valorarà a quin costat hi ha més part del disc volador i sumaran 1 o 3 punts en funció d'això.</p>		
<b>VARIANTS:</b>		
<p><b>GRÀFIC:</b></p> 		
<p><b>OBSERVACIONS:</b> Per realitzar aquesta activitat es treballarà amb mig grup. L'altre mig estarà jugant a fer punteria al con.</p>		



<b>NOM: Punteria al con - LLANÇAMENTS</b>		
<b>ESSÈNCIA:</b>		
<b>Nº PARTICIPANTS:</b> 5 o 6	<b>DURADA:</b> 8'	<b>EDAT:</b>
<b>ESPAI:</b>	<b>MATERIAL: 1 saquet i un con</b>	
<b>DESCRIPCIÓ:</b> Per ordre, cada un llançarà un saquet intentant tocar un con col·locat a una certa distància. Cada vegada que algú de l'equip toca el con es suma un punt.		
<b>VARIANTS:</b> Es poden fer diferents tipus de llançaments (mà no preferent, dues mans, d'esquenes...)		
<b>GRÀFIC:</b>		
<b>OBSERVACIONS:</b> Per realitzar aquesta activitat es farà amb mig grup, l'altre meitat estarà fent el joc de diana amb els discs voladors.		