

Actividad:

CARRERA DE VASOS

OBJETIVOS

- Colaborar y disfrutar del juego en relación con los demás
- Trabajar habilidades motrices básicas
- Desarrollar la coordinación y rapidez

DURACIÓN

45 minutos aproximadamente

EDAD ADECUADA

Actividad orientada para niñ@s a partir de 9 años

MATERIAL

- Vasos de plástico
- Globos
- Pajitas
- Celo
- Pelotas de plástico (de ping-pong)

DESARROLLO

¡OS PROPONGO UN JUEGO!

En esta sesión vamos a aprender diferentes juegos que son **SÚPER DIVERTIDOS** y solo vamos a necesitar unos vasos de plástico y muchas ganas de jugar. Los podéis hacer con más participantes, las personas con las que vivís en casa, seguro que es mucho más divertido, pero si queréis jugar solos y poner vuestras propias reglas del juego también puede ser una buena idea.

Como ya os he dicho estos juegos pueden ser una manera muy entretenida para jugar en casa, en los momentos en que hace más calor, no podemos salir a pasear y ya hemos acabado los deberes. Podéis preguntar a los herman@s o padres si quieren participar y así hacer una mini-competición. Eso sí, ya sabéis que hay que hacerlo solo para divertirse, sin enfadarse después.

¡EMPEZAMOS!

JUEGO I: VASO SIN MANOS

SÚPER JUEGO que os propongo para que hagáis contra cualquier persona o vosotros mismos como reto, incluso cronometrado.

Este juego es tan fácil como coger muchos vasos de plástico y ponerlos de uno en uno encima de una mesa, uno al lado de otro y así hasta poner al menos 20. Si jugamos con más personas tendremos que especificar bien cuales son los vasos que tiene que recoger cada uno y que sea el mismo número para jugar con las mismas condiciones.

Cuando los tengamos colocados cada jugado coge un globo y se lo pone en la boca, se agarra las manos por detrás de la espalda para no hacer trampa y... empezamos metiendo el globo dentro del vaso lo suficiente como para que lo podamos inflar un poco, el globo se pegará a los lados del vaso y, aguantando la respiración, levantamos el vaso y lo metemos dentro de otro. Así tendremos que ir inflando y desinflando el globo hasta que consigamos poner todos nuestro vasos haciendo una sola torre.

MUY IMPORTANTE: cada jugador tiene su propio globo, **NO** se comparte.

¿DIFÍCIL? Si quieres ver un vídeo de ejemplo sobre este juego y el juego número 2 [PINCHA AQUÍ](#)

JUEGO 2: CANASTA EN EL VASO

Seguro que habéis visto en algún sitio como se juega a *Canasta en el vaso* aun que se puede llamar de diferentes maneras.

Es súper fácil: primero tenemos que elegir un lugar donde podemos jugar sabiendo que aun que nos movamos no podemos romper nada, además, necesitaremos una mesa.

Para este juego necesitaremos ser por lo menos dos personas, si somos más, podemos hacer competición de dos en dos.

Dividimos la mesa en dos partes iguales, podemos poner un trozo de lana para marcar la mitad, un trozo de cinta de color o una fila de bolígrafos, como queráis.

En un lado y en el otro de la mesa ponemos el mismo número de vasos boca arriba, por ejemplo 6, los ponemos más o menos juntos para empezar.

Ahora cogemos una bola pequeña, por ejemplo las que se usan para jugar al ping-pong o alguna de tamaño parecido. Cada jugador se pone en un lado de la mesa, frente a sus vasos y empieza uno lanzando la pelota al otro lado.

No puede botar en tu propio campo primero y la finalidad es encestar en los vasos del contrario, cada vez que consigamos meter la pelota en uno de los vasos del contrincante, éste tendrá que quitar ese vaso del juego, y tendrá uno menos.

Ganará quien consiga eliminar todos los vasos del contrario antes.

IMPORTANTE: si queréis jugar en exterior, osea en un parque por ejemplo, podemos hacerlo en el suelo, así notenemos que tocar ningún objeto .

JUEGO 3: PELOTAS AL VASO

El último juego con vasos que os propongo es también muy fácil, solo necesitamos vasos de plástico, unas pelotas de ping-pong y una pajita.

Podemos jugar nosotros solos o con más personas, será muy divertido, eso sí, recordamos que si somos más de uno, cada uno utilizará su pajita y nadie se enfada al final del juego.

Elegimos una mesa, será en la que vamos a jugar, en uno de los bordes pegamos tres vasos con un trozo de celo o cinta adhesiva de manera que el borde del vaso quede justo con el borde de la mesa.

Ahora cada jugador se pondrá al otro lado de la mesa, con una pajita en la boca y las tres pelotas en la mesa.

La misión es ir soplando para empujar la bola hasta alguno de los vasos y conseguir que entre. ¿Fácil?

La pajita no se puede tocar con las manos, solo lo podemos dirigir con nuestra fuerza al soplar, las manos irán a la espalda. Si una de las pelotas no entra a la primera podemos cogerla y volver a intentarlo desde el principio. Ganará quien tarde menos tiempo en meter las tres bolas en los tres vasos.

Si queréis ver un vídeo explicativo para aprender a jugar [Pincha Aquí](#)

¿OS HA GUSTADO?

¿A QUE ESPERÁIS PARA EMPEZAR A JUGAR?

NO OLVIDÉIS QUE, CUANDO ACABEMOS DE JUGAR, LOS VASOS Y LAS PAJITAS SE TIENEN QUE RECICLAR

