

JOCS TRADICIONALS			
BLOC: El joc	Cicle: Inicial	Curs: 1r	Núm. de sessions: 7

Competències Bàsiques	
1. Competència comunicativa lingüística i audiovisual	5. Competència d'aprendre a aprendre
2. Competències artística i cultural	6. Competència d'autonomia i iniciativa personal
3. Tractament de la informació i competència digital	7. Competència en el coneixement i la interacció amb el món físic
4. Competència matemàtica	8. Competència social i ciutadana

Objectius	
1. Conèixer, acceptar i valorar el propi cos i l'activitat física com a mitjà d'exploració per l'elaboració de l'autoimatge, l'autoestima i l'autoconfiança.	6. Regular i dosificar l'esforç, assolint un nivell 'autoexigència d'acord amb les pròpies possibilitats i les característiques de la tasca.
2. Apreciar els efectes beneficiosos envers la salut de l'exercici físic i de l'adquisició d'hàbits higiènics, alimentaris i posturals.	7. Explorar les possibilitats i recursos expressius del propi cos per comunicar sensacions, emocions i idees.
3. Utilitzar el coneixement del propi cos, les capacitats físiques i les habilitats motrius per resoldre i adaptar el moviment a les necessitats o circumstàncies de cada situació.	8. Compartir i gaudir de l'exercici físic i de l'expressió i comunicació corporal en col·lectivitat mitjançant el joc, la dansa i qualsevol activitat física que comporti el desenvolupament de la persona.
4. Seleccionar i aplicar de forma eficaç i autònoma, principis i regles per resoldre problemes motors en la pràctica d'activitats físiques.	9. Participar en activitats físiques compartint projectes, establint relacions de cooperació per assolir objectius comuns sense discriminacions, per mitjà de la participació solidària, tolerant, responsable i respectuosa i resolent els conflictes mitjançant el diàleg.
5. Participar en jocs com a element d'aproximació als altres, seleccionant les accions i controlant l'execució de les mateixes, prèvia valoració de les pròpies possibilitats.	10. Conèixer i valorar la diversitat d'activitats físiques, lúdiques i esportives com elements culturals, propis i d'altres cultures, mostrant una actitud crítica tant des de la perspectiva de participant com d'espectador/a.

Continguts del bloc	
Apreciació del joc com activitat comú a totes les cultures.	Experimentació dels diferents rols en el joc actuant amb comprensió i compliment de les normes del joc.
Valoració, reconeixement i respecte cap a les persones que participen en el joc.	Confiança en les pròpies possibilitats i esforç personal en els jocs.
Valoració del joc com a mitjà de relació amb els altres i de divertiment.	

Criteris d'avaluació de cicle	
Orientar-se a l'espai en relació a la pròpia persona utilitzant les nocions topològiques bàsiques.	Equilibrar el cos adoptant diferents postures, amb control de la tensió, la relaxació i la respiració.
Desplaçar-se i saltar de forma diversa, variant les posicions corporals i la direcció i sentit dels desplaçaments.	Identificar com accions saludables les normes d'higiene personal associades a la realització d'activitats físiques i prendre consciència del risc de les mateixes.
Sincronitzar els moviments corporals mitjançant estructures rítmiques senzilles i conegudes.	Reaccionar davant els estímuls auditius o visuals que arriben de l'entorn, tot utilitzant el moviment o els gestos.
Representar personatges i situacions mitjançant el cos i el moviment amb desinhibició.	Participar i gaudir en els jocs ajustant la pròpia actuació, tant pel que fa a aspectes motrius com de relació amb els companys i les companyes.
Col·laborar activament en el desenvolupament dels jocs col·lectius, mostrant responsabilitat i cooperació.	

Objectius didàctics	Criteris d'avaluació
<ul style="list-style-type: none">• Conèixer diversos jocs tradicionals.• Utilitzar aquest jocs tradicionals a l'hora de l'esbarjo.• Implicar les famílies perquè col·laborin.• Respectar les normes.• Participar gaudint en diferents tipus de jocs.	<p>L'alumne ha de ser capaç de:</p> <ul style="list-style-type: none">• Saber explicar un joc dels que hem treballat (a nivell oral o amb una fitxa). • Conèixer i respectar les normes durant el joc. • Participar activament

Activitats d'aprenentatge	Activitats d'avaluació
<p>Inici:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fer una xerrada amb els/les alumnes explicant la justificació de la unitat. • Jocs de presentació: <ul style="list-style-type: none"> • En Dic i em Pica: En rotllana i asseguts. La persona que comença diu “Em dic... (diu el seu nom) i em pica... (Diu una part del cos i se'l rasca). Llavors tots fan l'acció. La següent persona no pot repetir la part del cos i així fins que passin tots. • La gepa/ peus quiets: Tots en rotllana i un al mig amb una pilota. Diu el nom d'un/a company/a i llença la pilota enlaire. Mentre aquest va a recollir la pilota la resta s'escampa corrent. Quan agafa la pilota diu “stop” i tots s'han d'aturar. Llavors pot fer tres passes i llençar la pilota per tocar a algú. • El pare carbasser: Un dels jugadors fa de Pare Carbasser. Dóna un número a cada un dels participants. El Pare Carbasser comença el joc tot dient: <i>“El Pare Carbasser quan va morir em va deixar... cinc carbasses!”</i> Immediatament el jugador que té el número cinc ha de 	<ul style="list-style-type: none"> • Per tal de poder fer l'avaluació al llarg de les sessions es realitzarà una graella d'observació amb els tres criteris d'avaluació citats anteriorment. • També es pot realitzar un registre anecdòtic s'anotaran especialment les conductes contràries a la cooperació com poden ser: fer trampes, no col·laborar, queixar-se dels companys, voler guanyar sempre...

respondre:

“Com cinc, tres! (qualsevol dels números assignats)”.

I així es va fent fins que un dels jugadors diu:

“Què..., el Pare Carbasser!”

Lavors es torna a començar el joc.

Si un dels jugadors està distret i no contesta, paga penyora.

• **Jocs de triar:**

- **Pedra, paper i tisores:** Els dos jugadors, encarats, mantenen el puny clos a l'esquena i diuen a l'hora: un, dos, tres, pedra, paper, tisora. En acabar treuen les mans. El puny tancat és la pedra, la mà plana el paper i els dits separats la tisora.

El paper guanya la pedra perquè l'embolica.

La tisora guanya el paper perquè el talla.

I la pedra guanya la tisora perquè l'espatlla.

- **Parells o senars:** S'escull qui vol ser parell o senar i sumant el total de dits que treuen, tria primer el que l'ha encertat.
- **Or/Plata:** Dos nens/nenes es posen a una certa distància, un davant de l'altre. Per ordre, han d'anar posant un peu cadascú fins que un no té espai per posar el peu. Tria l'últim que ha tingut espai per posar el peu.

Desenvolupament:

- **Joc d'incertesa:**
 - **La gallina cega:** Un nen es tapa els ulls i ha d'agafar els altres. Quan ho fa, per mitjà del tacte va descobrint coses del que ha agafat i intenta endevinar de qui es tracta. Si no hi ha prou elements l'agafat pot preguntar "qui soc", i llavors per la veu ho ha de descobrir. Una variant és que agafi objectes i pel tacte descobreixi de que se tracta.
 - **El vampir:** S'estiren tots de panxa a terra, sense mirar. El mestre toca l'esquena de dos o tres alumnes i a la senyal aquests han de tocar a la resta de participants. Quan et toquen has de seure a terra.
 - **Passar l'anell (anell picapedrer):** En rotllana, asseguts al terra, un o una té un anell (pedra) i va passant per totes les mans dels companys i la deixa en alguna ma. Quan ha passat per tots, es cantarà la cançó "*Qui té l'anell de Montserrat*" i a qui li toqui ha d'intentar d'endevinar qui té l'anell. Si ho encerta, la passarà ell/a.
- **Jocs de córrer:**
 - **La llauna o el pot:** *(Com a l'amagada, però el punt de partida, és la llauna (o pilota).* Un o una para. Es col·loquen

tots darrera la llauna, un s'encarregarà de xutar-la.

Mentrestant, el que para la recull i el torna al seu lloc, la resta s'amaguen. Si veu algú o alguna diu el nom i estarà atrapat; si algú aconsegueix arribar a la llauna sense ser vist, pot xutar-la i es trona a iniciar el joc.

- **Jocs d'habilitat:**

- **Bales:** Ens posem en grups reduïts i fem un forat al terra i dibuixem una línia a uns 5-10 metres. Per començar el que s'apropi més des del forat fins a la línia serà el primer o últim a llençar. Llençant per l'ordre establert han de ficar la bala a dins del forat.
- **Tabes** (pedretes): Cada participant ha de disposar de 5 pedres rodones. Per començar posem quatre pedres al terra i una a la mà. Es tira enlaire la que tens a la mà i, al mateix temps, has de recollir una pedra del terra i recollir la que has llençat. Variants: Agafar dues, tres o les quatre pedres.
- **Xapes:** Per aquest joc proposem utilitzar taps d'ampolles de plàstic. Els i les alumnes construeixen un circuit amb diferents dificultats (forats, giravolts, bonys, etc) i es tracte d'anar donant cops al tap amb l'ungla i arribar a la meta.
- **Gomes:** Dos nens o nenes fan de torre amb les cames obertes i aguanten les gomes una mica tensades.

- **Escalfamans:** Dos jugadors/es. Un posa les mans amb els palmells enlaire i l'altre col·loca les seves mans amb els palmells cap per avall al damunt de les de l'altre. Qui te les mans a sota ha d'intentar picar les mans de l'altre. Quan no ho aconsegueix es canvien els papers.
- **Saltar Corda:** A l'apartat d'observacions hi ha un enllaç on es poden trobar cançons tradicionals de saltar a corda.
- **Xerranca:** Es marca a terra la xerranca. Per torns cada jugador tira una pedra plana a la casella que toca. Es comença per la 1 i es va pujant. Cal que la pedra caigui dins de la casella, sense tocar les vores. Aleshores es fa el recorregut de la xerranca de la següent manera: cal passar per totes les caselles, successivament, saltant-se la casella que té la pedra, a peu coix, sense trepitjar les línies ni tocar amb l'altre peu el terra. Si el recorregut és dels que tenen caselles en creu i si cap de les dues caselles no és la que té la pedra, en arribar a aquestes es posa un peu a cadascuna. En arribar a l'última casella es gira i torna fins al principi. Quan s'està a la casella anterior a la que té la pedra cal ajupir-se i agafar-la i tornar amb ella al principi. Si durant aquest recorregut en algun moment el jugador toca amb l'altre peu al terra o trepitja una ratlla o en llençar la pedra no encerta bé la casella

corresponent li passa el torn. Si es fa tot el recorregut es continua amb la següent casella fins que s'han fet totes. Guanya qui primer fa tot el recorregut.

- **Pica-paret:** Un nen de cara a la paret i la resta a certa distància, darrere d'una línia. El nen que està a la paret ha de dir en veu alta "1-2-3 pica paret" i girar-se. Mentre la resta del grup avança fins on pugui sense ser vist pel que atrapa. Si el nen quan es gira veu algú bellugar-se el fa recular fins la línia. Quan un del grup toca el nen que està d'esquena tots corren a la sortida, perseguits pel que atrapa. L'atrapat para a la següent partida.
- **"La raieta".** Es marquen dues línies a terra. Des d'una línia, es llança una moneda intentant que s'apropi al màxim a l'altra.
- **Jocs cooperatius:**
 - **Paquets:** Els i les alumnes han de seguir les ordres donades pel mestre o un alumne/a (paquets de 3, 4, etc). Variant: Igual però a més d'agrupar, afegeixes una altra ordre (grups de 3 amb xandall vermell, grups de 5 i formem una H, grups de 4 i fem una canoa, etc).
 - **Els embolics:** Tots s'agafen de les mans formant una cadena i sense deixar-se s'han d'entortolligar. Un nen o nena haurà de

desfer l'embolic.

- **Jocs d'oposició:**

- **Pepets i pepetes:** Dos equips enfrontats i col·locats separats a certa distància darrere d'una línia. Uns són els "pepets" i els altres són les "pepetes". Comença un un equip i es dirigeix al camp dels altres que esperen rere la línia, amb la mà oberta. El nen toca les mans de tots i només pica la mà d'un contrari que l'haurà de perseguir. Si l'atrapa abans d'arribar al seu territori quedarà eliminat. Ara li tocarà a l'altre equip.
- **Mocador:** Dos equips numerats i enfrontats separats a una distància i col·locats darrere d'una línia. Entre els dos grups es col·loca un nen amb un mocador gran. El nen del mocador diu en veu alta un número. Els nens que tinguin aquell número es dirigiran cap al mocador amb la intenció d'agafar-lo i portar-lo al seu camp. El nen que no agafi el mocador pot atrapar el seu portador. Té moltes variants:
 - Podem eliminar els atrapats o els que no agafin el seu rival.
 - Podem permetre que aquests es puguin salvar per un company del seu equip quan té el mocador a la mà.
 - Podem eliminar si trepitgen una línia situada al mig del camp abans d'agafar el mocador.

- Podem jugar amb una pilota en comptes d'un mocador. (Fent-la botar, passar, encistellar, llançar a porteria, ...)
- Podem cridar a 2 o 3 números i permetre passar-se la pilota, perquè arribi abans al camp propi ("Mocador adaptat").
- Etc.
- **Xapes:** Cada nen/a amb una xapa. Es fa un circuit a terra i els nens van llençant per torns la seva xapa. Si la xapa surt del circuit torna a començar. La primera xapa que acabi el circuit guanya.
- **Cadires:** Es posen en cercle tantes cadires menys una com participants siguin. Sona la música i tothom donarà voltes a les cadires. Si la música para tothom seurà, qui es quedi sense cadira estarà eliminat. Cada vegada s'anirà treient una cadira fins que guanyi una persona. Es pot fer igual però amb cercles.
- **Jocs de força:**
 - **Estirar la corda.** Fem dos equips, es posa un mocador al mig de la corda i dibuixem dues ratlles que faran de límit. A la senyal els dos equips han d'estirar la corda.

Síntesi-repte:

- **Activitat TAC:** Per parelles buscar un joc per Internet, amb l'ajuda del mestre i apuntar el nom per fer-lo a l'hora d'Educació Física.
http://www.bcn.es/infancia/catala/jocs/jocs_cat.html
 - **A partir de l'activitat TAC** o dels jocs que els nens/es puguin conèixer, (o els hagin explicat els pares, mares o avis, ...) hauran d'explicar-lo a la resta del grup i jugar-hi. (És possible que algun alumne/a no sigui capaç de fer-ho).
 - **Avis - àvies; una sessió especial.** Al principi de la unitat, farem una nota informativa demanant la col·laboració dels avis perquè ens expliquin algun joc d'abans i en una sessió seran convidats a participar-hi.
 - A partir del llistat dels jocs recollits animar i potenciar que es practiquin a l'hora d'esbarjo de forma autònoma.
- **L'explicació del joc a la resta del grup.**
El mestre avaluarà l'esforç i participació dels alumnes.

Observacions

- A part d'aquests joc exposats, existeixen una altre tipus de jocs que pel risc de lesió ens hem estimat més no posar-ho (arrancar cebes, cavall fort, etc).
- Voldríem destacar d'aquesta unitat que donarem molta importància a l'autonomia, participació i col·laboració dels alumnes, per aquest motiu s'avaluaran bàsicament aspectes actitudinals a través de l'observació diària de les sessions.
- En aquesta unitat hi ha una sola activitat d'avaluació ja que té un gran component lúdic.
- Enllaç on hi ha cançons per saltar a corda: <http://blocs.xtec.cat/musicaidansa/2009/02/19/4t-cancons-de-saltar-a-corda/>