

JUEGOS TRADICIONALES ARAGONESES

5-10 minutos

SALTO A PIES JUNTOS

Infantil 1º ciclo 2º ciclo 3º ciclo

3. Es una modalidad del salto de longitud. Se realizaba de la siguiente manera: Los participantes se colocaban tocando con la punta de los pies la línea de partida marcada en el suelo con yeso o con cal, haciendo tres saltos que deben realizarse sin interrupción, sucesivamente, como una rana. El ganador es el saltador que cubra la mayor distancia en los 3 saltos. Se realizan 3 intentos.



Alta intensidad.



Deportivo.

4. NORMAS

- La caída de cada uno de los tres saltos debe ser en posición de pies juntos, teniéndolos a la misma altura, sin tener uno más adelantado que el otro.
- Los pies no deben estar excesivamente separados, con el cuerpo equilibrado, pudiendo inclinarlo hacia delante.

5-6 participantes

10-12 participantes

GRAN GRUPO

6. MATERIAL:

- Una línea o marca de salida.
- Tiza o similar para indicar la distancia alcanzada.



7. VARIANTES:

- 7.1. El juego se realiza sin carrera previa.
- 7.2. Podemos dejar dos pasos de carrerilla.
- 7.3. Empezaríamos haciendo un solo salto a pies juntos y ver hasta dónde llegan.
- 7.4. Podéis hacer saltos similares al triple salto, apoyando un pie cada vez de forma alternativa.

8. HANDICAP:

-

9. PREGUNTAS PARA LA REFLEXIÓN:

- ¿Cuál será la posición inicial en el salto?
- ¿Los brazos pueden ayudaros? Si es así, ¿Cómo vais a moverlos?

10. OBSERVACIONES:

- Cuidado con las caídas, que sean de forma equilibrada y haciendo los saltos controlados.
- Prestar atención a que no haya excesiva parada entre un salto y otro.