



ALCAZARÉN
ESCUELA DE PROFESIONALES

FD **aspasia**
LA FORMACIÓN DE TU FUTURO

Experiencia de Calidad

“Convivencia escolar: Gymkanas en entornos naturales de Valladolid”

Escuela de Profesionales Alcazarén

Bienvenido

3

Gymkana Fuente el Sol

4

Funcionamiento: Localización/Recursos

5

- Desarrollo

6

- Normas de las pruebas

8

Imprimibles

9

Gymkana Parque de la Ribera

16

Funcionamiento: Localización/Recursos

17

- Desarrollo

18

- Normas de las pruebas

21

- Pruebas grupales

22

Imprimibles

26

Gymkana Parque de Las Contiendas

33

Funcionamiento: Localización/Recursos

34

- Desarrollo

35

- Normas de las pruebas

36

- Desarrollo de las pruebas

37

Imprimibles

41

Gymkana PRAE

54

Introducción

55

Funcionamiento: Localización/Recursos

56

- Desarrollo

57

- Normas de las pruebas

58

Imprimibles

59

Anexos

68

Bienvenido

Estimado docente:

Tiene usted en sus manos una guía que pretende ser un instrumento para guiarle en la entrañable tarea de generar cohesión entre personas y grupos escolares en entornos naturales. Esperamos que encuentre en ella una herramienta que le sea de utilidad para fomentar la convivencia en su centro educativo.

Esta guía contiene las instrucciones y todos los elementos fungibles que le permitirán poner en práctica una gymkana en diferentes entornos de la ciudad de Valladolid aprovechando los espacios naturales que nuestra ciudad nos ofrece.

Todas las actividades han sido diseñadas pensando en alumnos de todas las etapas desde la educación infantil, hasta la edad adulta y adaptadas a personas con alguna necesidad especial. Desde la escuela Alcazarén queremos agradecerle su tiempo y colaboración, ya que como usted, compartimos el interés por el bienestar de nuestros alumnos y el deseo de que entre compañeros se fomenten valores como el compañerismo, la solidaridad, la sostenibilidad o la inclusión, lo que conlleva a hacer de nuestra sociedad una sociedad mejor.

Parque de Fuente el Sol

Localización

La gymkana se desarrolla en el parque **Fuente el Sol**, en los alrededores del aparcamiento.

Recursos

Para el buen desarrollo de la gymkana es necesario contar con los siguientes recursos::

Humanos:

- 8 personas. Es necesario contar con al menos dos supervisores por prueba.

Materiales incluidos:

- Pistas impresas. (Imprimible 1)
- Pruebas impresas. (Imprimible 2)
- Cartones de puntos. (Imprimible 3)
- Mapa del terreno. (Imprimible 4)

Materiales necesarios:

- Cuerda lo más larga posible.
- Bolígrafos (para anotar puntuaciones)
- Pañuelos de tela u otro objeto para la carrera de relevos (uno por cada equipo participante).

Desarrollo

Antes de salir del centro o en el punto de reunión (sugerencia: explanada de aparcamiento).

Un grupo de supervisores en avanzadilla habrá de colocar en cada emplazamiento de prueba tantas copias de las pruebas como equipos participantes (Hoja 10).

Ejemplo: Participan 8 grupos y el emplazamiento del supervisor es la prueba "S" (zona de mesas con forma de S) se esconderán 8 papeles con la prueba nº 1 que se corresponde con el emplazamiento.

Después se distribuirán en parejas de supervisores por emplazamiento de prueba. Cada supervisor llevará una copia de la hoja de pistas 9.

Mientras la avanzadilla coloca las pruebas, se harán agrupamientos de un máximo de 8 personas

y mínimo de 4 (si se desea fomentar la convivencia escolar se recomienda mezclar alumnos de distintos cursos o ciclos).

A continuación se les entregará un cartón de puntos (uno por equipo) y se les recordará que el respeto al entorno es una norma de funcionamiento.

El número total de pruebas es 5, denominadas "1º", "2º", "3º", "4º" y "5º o última".

Los emplazamientos de las pruebas se corresponden con el nombre de las pistas (solo conocido por los supervisores): "S", "sauce llorón/árbol", "fuente", "puente" y "encrucijada".

A tener en cuenta: si se desea aumentar el nivel de complejidad y la duración se le asignará a cada grupo un color (se les escribe a modo recordatorio en el cartón de puntos) y cada equipo solamente podrá coger del emplazamiento la prueba de su color.

Para esto, la organización deberá imprimir la hoja 10 en folios de colores, tantos como grupos (se podrán repetir colores).

<https://www.alcazarenformacion.es/>

Desarrollo

Comienzo de la gymkana

Desde el punto de partida que se establezca (sugerimos la explanada de aparcamiento) se entrega una pista (1-4) a cada grupo que conduce a un emplazamiento dentro del parque.

Cada pista describe de manera original una característica física reconocible del entorno que será el emplazamiento de la prueba asignada.

Ejemplo: Es un ser vivo y llora, pero cuando sopla el viento parece una mecedora.

Para agilizar la gymkana, se recomienda que los grupos empiecen por pistas diferentes de la 1-4 (la 5º/última pista siempre se reservará para el final cuando las cuatro previas estén realizadas).

Ejemplo: Un equipo recibe la pista 2, acude a la prueba del sauce llorón. Después la 4º, realiza la prueba del puente, A continuación recibe la pista 3, hace la prueba de la fuente. Después la 1º y hace la prueba de la "S" y cuando ha completa-

do las cuatro primeras pruebas ya puede recibir la 5º/última pista que le llevará a la prueba de la encrucijada, dónde deberá esperar al resto de equipos.

En cada emplazamiento de prueba, los grupos encontrarán a dos supervisores que velarán por:

- El cumplimiento de las normas cívicas.
- Que los grupos encuentren la prueba que les corresponde.
- Explicar la prueba más detalladamente.
- Supervisar el desarrollo de la prueba.
- Valorar numéricamente cada prueba y anotar dicha puntuación en el cartón de grupo en el apartado que corresponda (en el apartado 2º si se trata de la 2ª prueba).

La puntuación máxima será de 6 puntos por prueba a criterio de los supervisores o según establezca cada prueba.

Normas de las pruebas

- La primera pista (1-4) se entrega en el parking donde comienza la gymkana.
- La pista nº 1 se encuentra bajo las mesas con forma de S.
- Primera prueba: batalla con cuerda. Dos equipos: puntos 4-2.
- La pista nº 2 se encuentra en el Sauce Llorón.
- Segunda prueba: figuras humanas o coreografía para el canto de guerra: puntos de 0-6.
- La pista nº 3 se encuentra en a la altura de un escalón cercano (nº 14) a la fuente.
- Tercera prueba: buscar algo de color: Rojo, verde, azul, amarillo, blanco y marrón. 1 Punto si es un elemento natural: puntos de 0-6.
- La pista nº 4 se encuentra en el puente.
- Cuarta prueba: Nudo humano. Los componentes deben colocarse unos muy cerca de los otros y formar un círculo. Después, deberán estirar el brazo derecho para coger la mano de alguien de enfrente y repetir la misma acción con el brazo izquierdo. El objetivo, será desenredarse sin soltar las manos: puntos de 0-6.
- La pista nº 5/ última se encuentra en la bifurcación de caminos.
- Quinta prueba: Se esperan a todos los equipos. Carrera de relevos: 6 puntos el primer equipo, 5 puntos el segundo equipo...

Gymnkana Parque de Fuente el Sol

IMPRIMIBLES

¡¡BIENVENID@S!!

Bienvenidos a la nº_ convivencia escolar deportiva.

Vamos a explicar las normas de funcionamiento de la gymkana en la que vais a participar.

A continuación os dividiremos en grupos de unas ocho personas. Estaréis mano a mano con compañeros de otros cursos que junto con vuestras propias habilidades os ayudarán a alcanzar la ansiada victoria. (HACER AGRUPACIONES)

Cada equipo tendrá asignado un color y deberá reunirse para empezar con la primera prueba, escoger un nombre o "canto de guerra".

Además deberéis escoger un capitán que llevará un cartón de puntos dónde os anotarán la puntuación que va obteniendo cada equipo.

Cada equipo irá pasando pruebas que le permitirán ir sumando puntos, un máximo de 6 por prueba que no siempre recibiréis todos los equipos. Para ello tenéis que ir siguiendo las pistas que os llevarán de prueba en prueba.

Todas las pistas escondidas por zonas estarán unificadas, por lo que al encontrar el escondite de la pista que os toque deberéis escoger un único papel de vuestro color, dejando el resto de papeles para los equipos que lleguen después. Por ejemplo, el equipo verde puede encontrar pistas de otros colores e incluso verdes, pero solamente cogerá un ejemplar.

Otras normas básicas son:

- No correr.
- Celebrar las victorias con "canto de guerra".

Es hora de que os reunáis y comencéis con el primer reto: crear un "canto de guerra".

Cuando lo tengáis, dirigíos a la profesora más cercana y, si os da el visto bueno y los respectivos puntos, estaréis listos para salir.

¡Suerte!

Imprimible 2 : Pruebas recortables

Estas pistas son para encontrar los puntos de las gymkana. Se deben imprimir las pistas tantas veces como grupos haya.

Ej: si hay 4 equipos, se imprime la pista 1, cuatro veces. Para que todos los grupos tengan pista.



Pista nº 1.

Con la S de senderismo y de sobrasada, encuentra la primera prueba sin darla por ganada.



Pista nº 2.

Es un ser vivo y llora, pero cuando sopla el viento parece una mecedora.



Pista nº 3.

En este parque manda el astro rey, si le preguntas te dirá $12+8 - 6$.



Pista nº 4

Encima tú, debajo algún pato y si te equivocas te mojas los zapatos.



Pista nº 5 (última).

Sin duda Machado se inspiró en esta encrucijada cuando con su pluma "Campos de Castilla" quedó reflejada.



Imprimible 3 : Pruebas grupales.

Estas pruebas son por equipos. Esta hoja deben tenerlas los supervisores de las pruebas para poder organizar los juegos.

Ej: La pista 1 te lleva al punto S. Se hace la prueba S.



Pista 1 Prueba S:
Batalla con cuerda. Dos equipos.



Pista 2. Prueba árbol:
Figuras humanas o coreografía para el canto de guerra.



Pista 3. Prueba sol:
Consigue algo de color: Rojo, verde, azul, amarillo, blanco y marrón.



Pista 4. Prueba puente:
Nudo humano. Los componentes deben formar un círculo. Después, deberán estirar el brazo derecho para coger la mano de alguien de enfrente y repetir la misma acción con el brazo izquierdo. Objetivo: desenredarse sin soltar las manos.



Pista 5. Prueba encrucijada:
Carrera de relevos.



Imprimible 4 : Cartones de grupo

Cada equipo llevará una tarjeta donde se contabilizarán los puntos que vayan consiguiendo.
(imprimir las necesarias para cada equipo)

✂

1º	2º	3º
4º	5º ÚLTIMA PISTA A RECIBIR	Color:

✂

1º	2º	3º
4º	5º ÚLTIMA PISTA A RECIBIR	Color:

✂

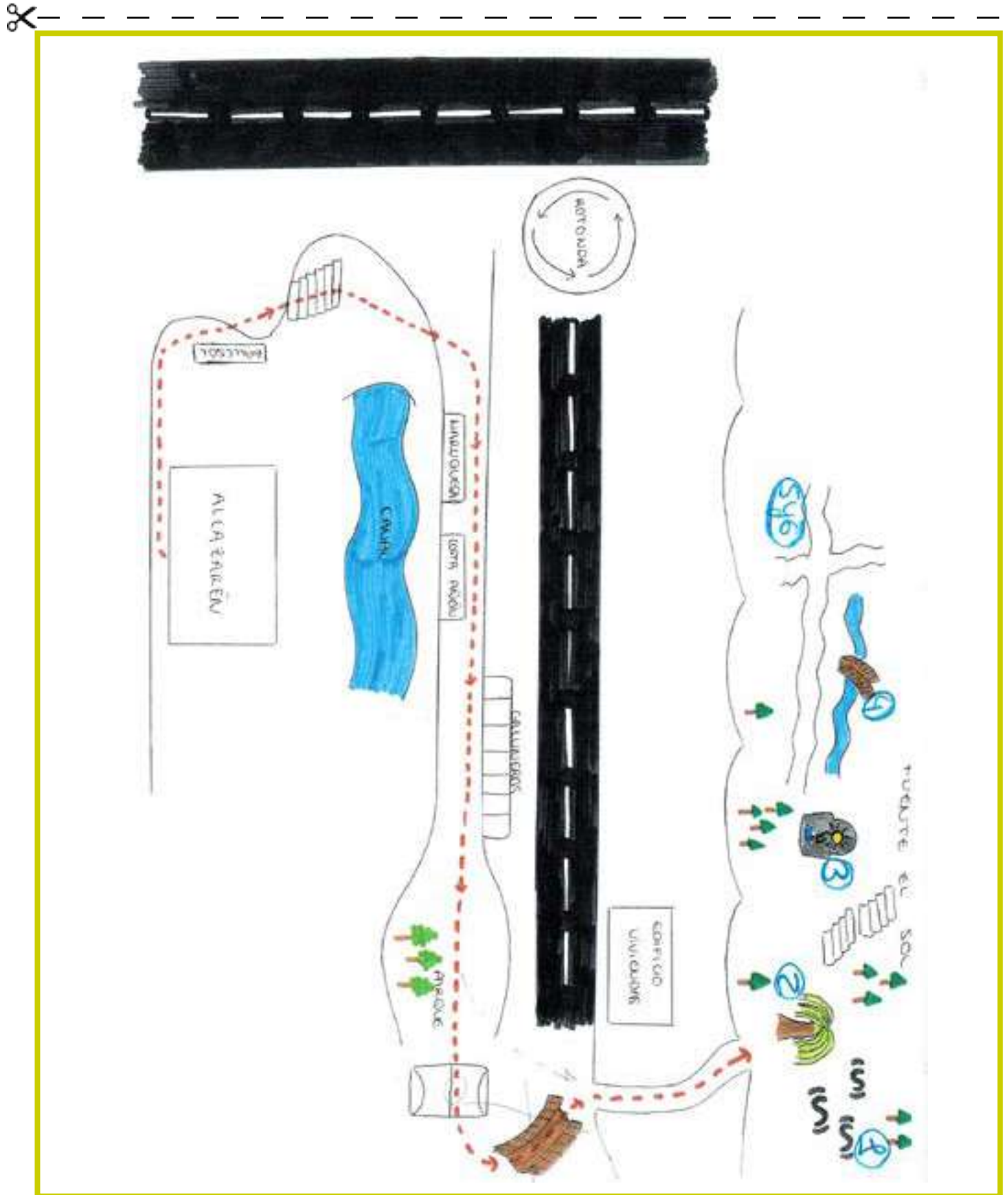
1º	2º	3º
4º	5º ÚLTIMA PISTA A RECIBIR	Color:

✂

1º	2º	3º
4º	5º ÚLTIMA PISTA A RECIBIR	Color:

Imprimible 5: Mapa

Cada equipo tendrá un mapa. En él podrán localizar los puntos con las pistas y donde tienen que superar las pruebas correspondientes.



Parque de la Ribera de Castilla

Localización

La gymkana se desarrolla en el **Parque de la Ribera**, en C/ Rábida, 4, 47010 Valladolid.

Recursos

Para el buen desarrollo de la gymkana es necesario contar con los siguientes recursos::

Humanos:

- 1 persona por punto de encuentro en prueba
- 8 personas (2 supervisores por prueba grupal)

Materiales incluidos:

- Pruebas impresas.
- Cartones de puntos
- Diploma de participación
- Brazaletes de colores (opcional)
- Medallas/insignia equipo ganador
- Mapa del terreno

Materiales necesarios:

- 5 cubos
- 4 vasos de plástico
- 4 sacos o lazos
- 2 pelotas de baloncesto
- 8 bolsas transparentes (1 por equipo)
- 4 aros o 4 cuerdas de un metro (se puede utilizar ropa atada también)
- Pañuelos de tela u otro objeto para la carrera de relevos (uno por cada equipo participante).

Desarrollo

Antes de salir del centro

Los grupos serán hechos por los profesores atendiendo a las características del alumnado. Se aconseja mezclar alumnos de otros cursos procurando que coincidan con alguien de su clase para evitar que se sientan aislados.

Las agrupaciones serán mínimo de 6 personas y como máximo de 10 personas. Ideal 8.

Ej: vamos a hacer 8 grupos de 10 personas: dos de 4A, dos de 4B, dos de 5A, dos de 5B y 2 de 6A.

Equipos: cada equipo se diferenciará por un color. Cuando vayan a las pistas, tendrán que resolver las pruebas que contengan los sobres de su color (opcional llevar brazaletes de colores).

([imprimible 2](#)).

Cada equipo dispondrá de una cartilla donde el supervisor les sellará la consecución de la prueba ([imprimible 4](#)).

Un grupo de supervisores en avanzadilla se colocarán en los puntos clave con los sobres numerados de las pruebas.

Cada supervisor tendrá un plano igual que el de los alumnos pero con el orden de las pruebas marcadas. Tendrán que supervisar que los gru-

pos han cumplido el orden que les corresponde para sellar su prueba ([Imprimible 3](#)).

Los emplazamientos de las pruebas se corresponden con las pruebas que hay en los sobres. La primera prueba se les facilitará en el punto de encuentro o partida.

Los alumnos solo conocen el punto de partida. El resto de emplazamientos los irán descubriendo en las pruebas. En el mapa solo estarán señalados, pero los tienen que descubrir por orden.

Hay unas pruebas de recorrido, y unas pruebas finales (los supervisores que acompañen hasta el entorno a los grupos, mientras estos hacen el recorrido, irán preparando las pruebas finales).

Allí los supervisores tendrán una ficha para anotar las puntuaciones de todos los alumnos.

([imprimible 5](#)). Se repartirán diplomas de participación y a los ganadores ([anexo 1](#)).

Se hará una jornada previa informativa: "Cómo acercarnos a espacios naturales de forma respetuosa) explicando las normas de convivencia y respeto al medio ambiente ([anexo 2](#)).

Desarrollo

Comienzo de la gymkana

Desde el punto de partida que establecido se entrega una pista a cada grupo (color correspondiente) que conduce a un emplazamientos dentro del parque.

Cada pista contiene un puzzle con una foto del próximo entorno o punto clave que tienen que encontrar. En cada punto habrá un supervisor que sellara la consecución de la prueba.

Los puzzles o pistas variaran de dificultad según el nivel del grupo ([imprimible 2](#)).

Para agilizar la gymkana y evitar las aglomeraciones y que se sigan unos a otros, la primera pista mostrará lugares diferentes, para que los grupos hagan sus propios recorridos (este orden lo conocerán los supervisores con un mapa).

Ejemplo: el sobre rojo contiene la foto del punto 3. El sobre amarillo del punto 2. El sobre azul del punto 4.

En cada emplazamiento de prueba, los grupos encontrarán a 1 supervisor que velará por:

- El cumplimiento de las normas cívicas.
- Dar la prueba que corresponde y explicarla.
- Supervisar el desarrollo de la prueba.
- Sellar cada prueba (la consecución de la prueba se puntúa con 1 punto).

La última pista nos llevará a todos a un lugar común donde se realizarán juegos competitivos por equipos.

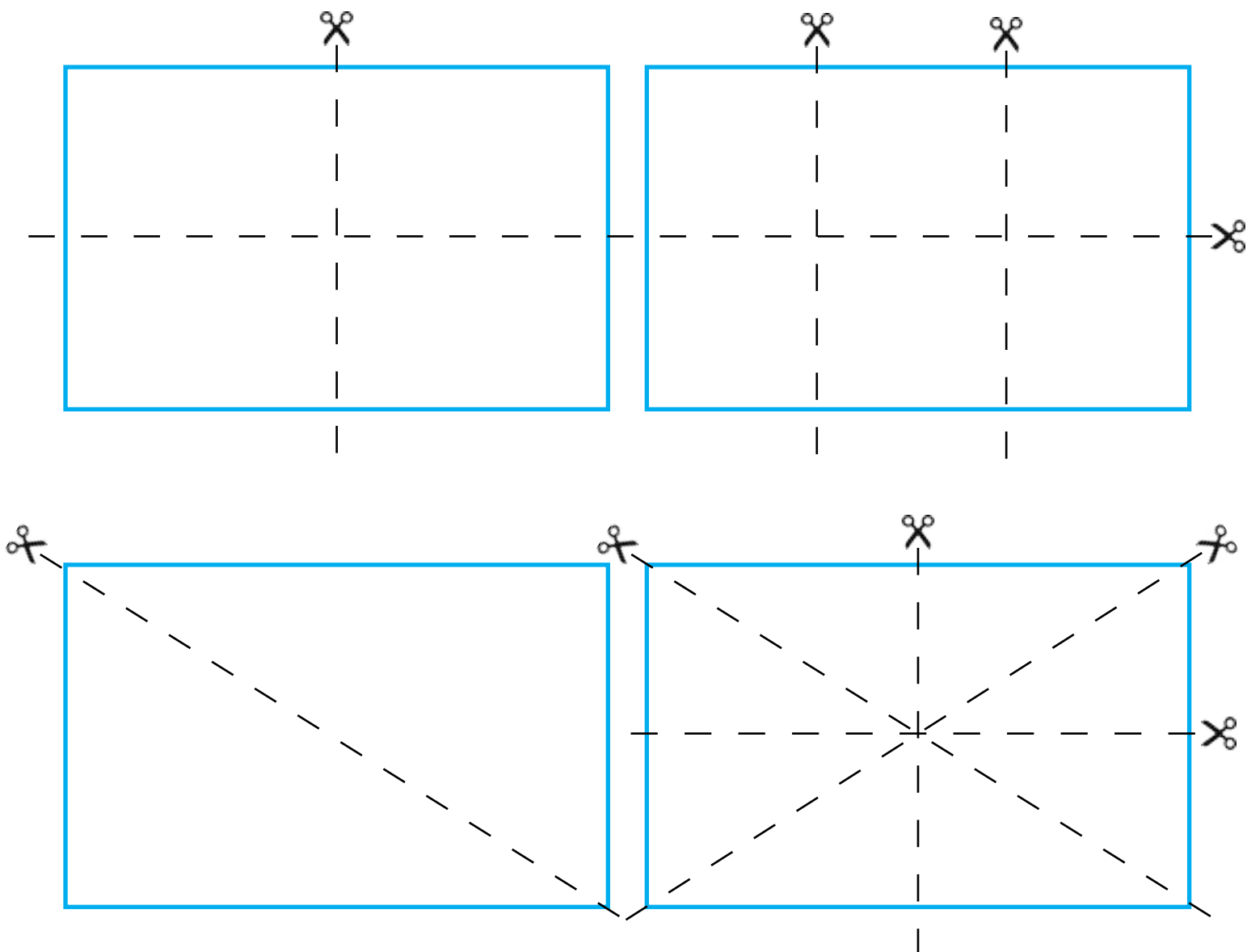
Se realizarán de forma simultánea y se anotará la puntuación la cual se sumará a los puntos conseguidos en el recorrido por pistas.

Desarrollo

Las pistas que irán en los sobres son puzzles. El profesorado, con los grupos hechos debe valorar el nivel de dificultad y una vez impresos, cortarlos pensando en que estén adaptados al nivel del grupo.

A continuación se muestran opciones para construir los puzzles.

Si hubiese mucha dificultad, se podría adjuntar una plantilla numerada para facilitar su montaje.



Normas de las pruebas

- La primera pista se entrega en el punto de inicio de la gymkana. Punto de Inicio. Aquí se les entregara a cada equipo un sobre con el color de su equipo.
- Cada sobre contiene la fotografía del siguiente sitio que tienen que encontrar. Cada equipo tendrá un punto diferente para evitar aglomeraciones.
- Los puzzles pueden varias dependiendo del nivel del equipo (valoración educadores).
- Los diferentes niveles se encuentran en las hojas de imprimibles.

Punto de Inicio.

Grupo Rojo y Azul.....	Punto A
Grupo Verde y Amarillo.....	Punto B
Grupo Rosa y Marrón.....	Punto C
Grupo Naranja y Morado.....	Punto D

Punto C

Grupo Rojo y Azul.....	Punto D
Grupo Verde y Amarillo.....	Punto A
Grupo Rosa y Marrón.....	Punto B
Grupo Naranja y Morado.....	Punto C

Punto A

Grupo Rojo y Azul.....	Punto B
Grupo Verde y Amarillo.....	Punto C
Grupo Rosa y Marrón.....	Punto D
Grupo Naranja y Morado.....	Punto A

Punto D

Grupo Rojo y Azul.....	Punto FINAL
Grupo Verde y Amarillo.....	Punto FINAL
Grupo Rosa y Marrón.....	Punto FINAL
Grupo Naranja y Morado.....	Punto FINAL

Punto B

Grupo Rojo y Azul.....	Punto C
Grupo Verde y Amarillo.....	Punto D
Grupo Rosa y Marrón.....	Punto A
Grupo Naranja y Morado.....	Punto B

Pruebas grupales

- Una vez en el punto de reunión se organizarán juegos grupales. Competirán unos contra otros.
- Todos los grupos pasarán por todas las pruebas. Estas pruebas son puntuables, no eliminatorias.
- Al final, el equipo que más puntos tenga, será el ganador.
- Los juegos se harán de dos en dos equipos, o de cuatro en cuatro pudiendo realizar juegos simultáneamente en las diferentes pistas de juegos.
- Se realizarán un total de 4 juegos grupales. En la descripción de las pruebas hay más opciones. el centro escogerá las más indicadas para sus alumnos y el clima.
- Cada prueba tiene una adaptación para poder flexibilizar las pruebas.

Pruebas grupales

Relevos

Desarrollo del juego:

En filas, hay que llenar un vaso de agua y llevarlo hasta el barreño vacío y vaciarlo allí.

Hay un tiempo determinado.

Cuándo acaba el tiempo, gana el equipo que más lleno tenga el barreño.

Adaptación:

Vasos con asas.

Sin tiempo (hasta que todos los integrantes del grupo hayan llegado).

Material necesario

Vasos (1 por equipo).

Cubos (2 por equipo).

Puntos Juegos de 4 en 4 equipos

Primer equipo.....3 puntos

Segundo equipo..... 2 puntos

Puntos Juegos de 2 en 2 equipos

Primer equipo.....2 puntos

Carreras de sacos

Desarrollo del juego:

Jugarán todos los miembros del grupo.

En filas y dentro de un saco tendrán que llegar a un punto y volver. Allí cambiarán el saco con el compañero y este hará el mismo recorrido hasta que todos finalicen el recorrido.

Adaptación:

Recorrido solo de ida (4 jugadores de cada equipo en cada extremo).

Con un globo en las piernas en lugar de saco.

Material necesario

1 saco por equipo.

1 globo por equipo.

Puntos Juegos de 4 en 4 equipos

Primer equipo.....3 puntos

Segundo equipo..... 2 puntos

Puntos Juegos de 2 en 2 equipos

Primer equipo.....2 puntos

Pruebas grupales

Baloncesto

Desarrollo del juego:

En filas, los componentes del equipo tendrán 2 lanzamientos a canasta por persona. No hay un tiempo límite. Todos los alumnos deberán lanzar la pelota. Cada canasta será 1 punto.

Adaptación:

No será imprescindible encestar, basta tocar un punto indicado con la pelota: el tablero, llegar al área.

2 lanzamientos o 1 lanzamiento por persona.

Material necesario

1 pelota.

Puntos

1 punto por canasta.

Máximo que se puede conseguir.....16 puntos

Cadena de paso

Desarrollo del juego:

Se organiza el grupo en fila agarrados de las manos. El aro debe de dar llegar al final pasando sus cuerpos por dentro de esta. Ningún participante debe soltarse de las manos.

Adaptación:

Pueden ayudarse entre ellos. Un jugador queda fuera del circulo para ayudar.

Material necesario

1 aro grande o cuerda por equipo.

Puntos Juegos de 4 en 4 equipos

Primer equipo.....3 puntos

Segundo equipo..... 2 puntos

Puntos Juegos de 2 en 2 equipos

Primer equipo.....2 puntos

Pruebas grupales

Juego del zorro

Desarrollo del juego:

Los participantes se pondrán el pañuelo a la espalda, apoyado en el pantalón. A la señal, los equipos deben tratar de quitar la cola al zorro del otro equipo.

En un tiempo determinado, ganará el equipo que más colas haya conseguido del equipo contrario.

Adaptación:

No será imprescindible encestar, basta tocar un punto indicado con la pelota: el tablero, llegar al área.

2 lanzamientos o 1 lanzamiento por persona.

Material necesario

Bufanda, pañuelo o similar. cada equipo de su color.

Puede hacerse con papel celofán de colores.

Puntos

1 punto por cola de zorro.

Máximo que se puede conseguir.....8 puntos

<https://www.alcazarenformacion.es/>

Botella creativa

Desarrollo del juego:

Se les dará una lista de materiales que tienen que encontrar por el parque (suelo, no arrancar nada) tales como piedra, tapén, botella, hoja, papel...

Adaptación:

Bolsa para meter los elementos. Así amplias el tamaño.

Material necesario

Material transparente como botellas recicladas.

Puntos

Puntos primero en completar la lista.....2 puntos

Gymnkana Parque de la Ribera de Castilla

IMPRIMIBLES

¡¡BIENVENID@S!!

Bienvenidos a la nº..... convivencia escolar deportiva.

Vamos a explicar las normas de funcionamiento de la gymkana en la que vais a participar.

(AGRUPACIONES en el punto de inicio) A cada uno de vosotros se os ha asignado un color. Debeis buscar a los compañeros de vuestro equipo según el color asignado. Estaréis mano a mano con compañeros de otros cursos. Juntos, con vuestras propias habilidades y capacidades alcanzareis la ansiada victoria.

(Los colores deben ser repartidos en el aula antes de salir).

Cada equipo tendrá un mapa para poder encontrar las pruebas que tendrá que ir superando.

También tendrá una cartilla donde se le irá sellando la superación de las pruebas.

Cada prueba tendrá la pista sobre el siguiente punto. Al final nos reuniremos en el punto común para demostrar, a través de juegos deportivos, quién es el equipo ganador.

En cada punto habrá un supervisor que os facilitará un sobre con vuestro color el cual contiene la pista para ir al siguiente punto. Ej.: el equipo verde debe resolver el enigma del sobre verde.

Otras normas básicas son:

- No correr, ni hacer trampas.
- Respetar el entorno y a los compañeros.

Podeis comenzar...

¡Suerte!



Punto de inicio: Escuela universitaria Fray Luis de León.



Punto de encuentro: Juegos grupales
<https://www.alcazarenformacion.es/>



Punto A



Punto B
<https://www.alcazarenformacion.es/>

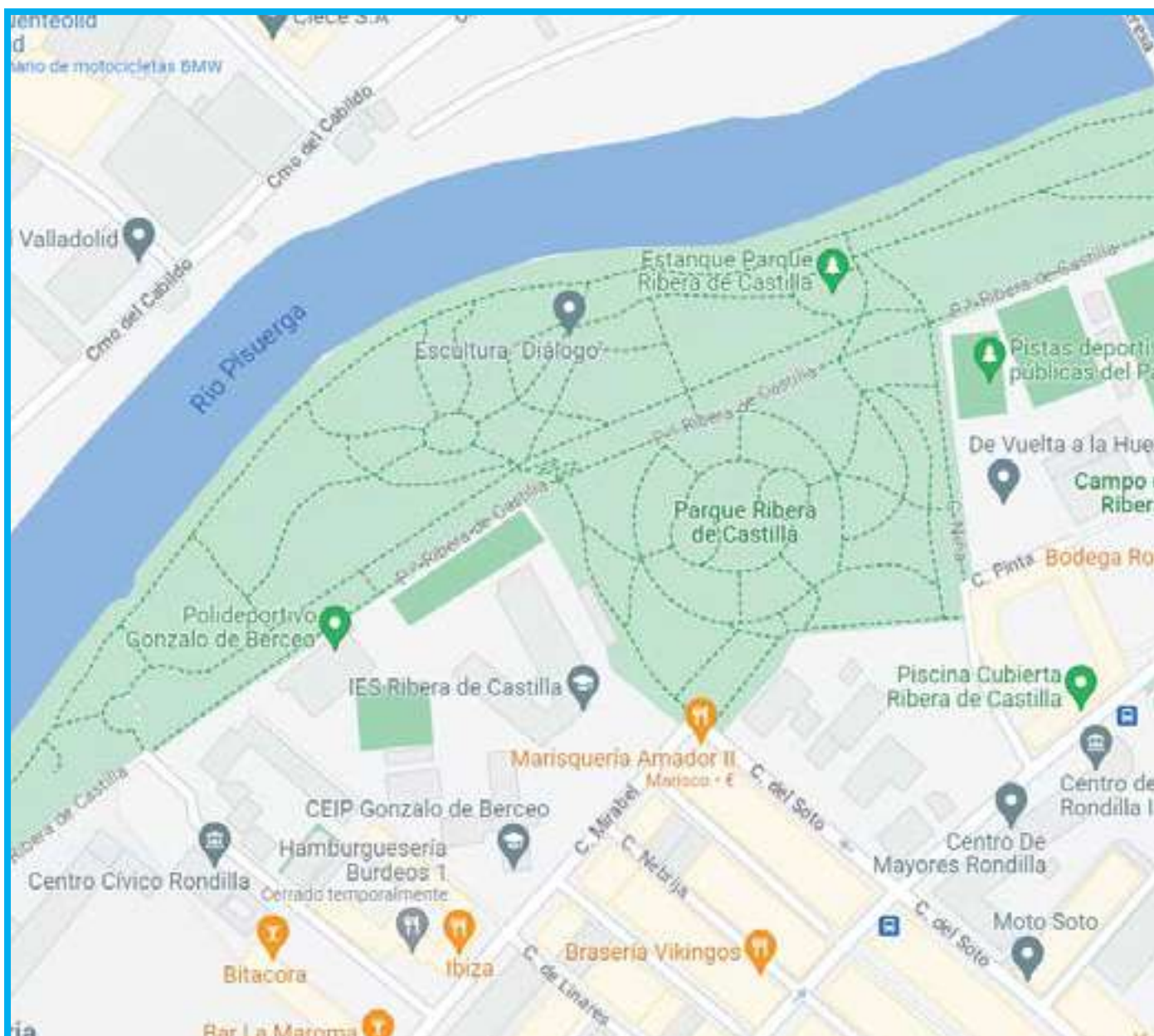


Punto C



Punto D
<https://www.alcazarenformacion.es/>

Imprimible 3 : Mapa supervisores



Punto de Partida: todos los grupos. Cada sobre contiene la imagen de un punto en concreto.

Punto A Grupo Rojo y Azul

Punto B Grupo Verde y Amarillo

Punto C Grupo Rosa y Marrón

Punto D Grupo Naranja y Morado

Punto de Encuentro

Imprimible 4: Cartones de grupo pistas

Equipo rojo 	1º	2º
3º	4º	5º (última pista)
TOTAL PUNTOS:		

Equipo azul 	1º	2º
3º	4º	5º (última pista)
TOTAL PUNTOS:		

Equipo verde 	1º	2º
3º	4º	5º (última pista)
TOTAL PUNTOS:		

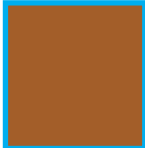


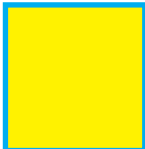
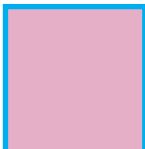
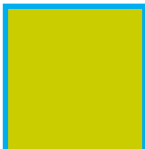


Equipo amarillo 	1º	2º
3º	4º	5º (última pista)
TOTAL PUNTOS:		

Equipo morado 	1º	2º
3º	4º	5º (última pista)
TOTAL PUNTOS:		

Equipo morado 	1º	2º
3º	4º	5º (última pista)
TOTAL PUNTOS:		

Equipo morado 	1º	2º
3º	4º	5º (última pista)
TOTAL PUNTOS:		

Equipo marrón 	1º	2º
3º	4º	5º (última pista)
TOTAL PUNTOS:		

PUNTUACIÓN							
							
							
							
							
							
							
							
	PRUEBAS						
Pistas							
Prueba 1							
Prueba 2							
Prueba 3							
Prueba 4							
TOTAL							

Parque de Las Contiendas

Localización

La gymkana se desarrolla en el parque **Las Contiendas**, detrás del final de la C/ La Palma.

Recursos

Para el buen desarrollo de la gymkana es necesario contar con los siguientes recursos::

Humanos:

- 5-10 personas (para supervisar las pruebas)

Materiales incluidos:

- Pruebas impresas (Hoja nº7)
- Cartones de puntos (Hoja nº 15)
- Mapa del terreno (Anexo)

Materiales necesarios:

- Cuerda lo más larga posible
- Pinturas de cera o palo (para pintar en los cartones)
- Pañuelo
- Balón
- Bits de las imágenes
- Folio con números para colocarlos en cada prueba o gomet/ pintura de cera o madera.

Desarrollo

La gymkana consta de seis pruebas:

- Se explicará en el punto de reunión el funcionamiento de toda la gymkana (sugerencia: explanada de césped que se encuentra al lado del parque infantil).
- Un grupo de los supervisores de cada prueba en avanzadilla tendrá que colocar en cada lugar la hoja con el número de prueba que corresponde. (Hoja: pruebas para recortar).
- Se realizarán agrupamientos de un máximo de 25 personas y un mínimo de 6/8 personas (si se desea fomentar la convivencia escolar se recomienda mezclar los participantes).
- A continuación, entregaremos un cartón de puntos (uno por equipo) y se recordará que el respeto al entorno es una norma de funcionamiento.
- El numero total de pruebas son 6, con la siguiente denominación: "1º", "2º", "3º", "4º", "5º" y "6º" o última.

Normas de las pruebas

- Se formula por 5 pruebas concluyendo en una 6 que se formula por juegos. Las pruebas consisten en trabajar las habilidades psicomotoras, sociales, artísticas y sociales.
- Para agilizar la gymkana, se recomienda que se formule por grupos, los grupos comienzan en el mismo lugar de partida y irán pasando las pruebas, en las que obtendrán una recompensa que será un punto en forma de gomet de color u otro.
- En cada emplazamiento de prueba, los grupos encontrarán a dos supervisores que velarán por:
 1. El cumplimiento de las normas cívicas.
 2. Que los grupos encuentren la prueba que les corresponde.
 3. Explicar la prueba más detalladamente.
 4. Supervisar el desarrollo de la prueba.
 5. Valorar cada prueba y anotar dicha puntuación en el cartón de grupo en el apartado que corresponda (en el apartado 2º si se trata de la 2ª prueba). La puntuación será de 1 punto por prueba.
- A tener en cuenta: si se desea aumentar el nivel de complejidad y la duración se le deberá asignar a cada grupo un color (se les escribe a modo recordatorio en el cartón de puntos) y cada equipo solamente podrá coger del emplazamiento la prueba de su color.
- Para esto, la organización deberá imprimir la hoja 10 en folios de colores, tantos como grupos haya (se podrán repetir colores).

Desarrollo de las pruebas

- 0. Parque: esta pista es el punto de reunión. Se informará a los grupos sobre las normas de la gymkana así como la distribución de los grupos que se podrá competir entre clases, o una clase contra otra dependiendo del número de alumnos. También se repartirán los cartones para cada grupo dónde quedarán registradas las diferentes pruebas. Finalmente, harán un canto de guerra y se les dará paso a la primera prueba.
- 1. Césped: esta será la primera prueba que estará al lado del parque (prueba 0) en la que se llevará a cabo el juego "ninja", que consistirá en dos grupos diferentes colocados en círculo. Cada miembro del grupo por turnos, deberá hacer un movimiento con su cuerpo para intentar darle en una mano al compañero que tenga al lado, y este deberá realizar otro movimiento con su cuerpo para evitar el contacto del que intenta tocarle. El niño al que le hayan tocado una mano, eliminará la mano correspondiente y jugará con la restante y, se irá eliminado cuando no le quede ninguna mano. De este modo, el grupo que primero se quede sin jugadores será el perdedor y el otro el ganador obteniendo un punto.

Desarrollo de las pruebas

- 2. **Árbol:** en este espacio, se realizará el juego “tierra, mar y aire” en el que los niños se colocarán a un lado del banco, uno detrás de otro y en el mismo lado. La persona encargada de llevar a cabo el juego, explicará las indicaciones correspondientes, que serán: cuando diga tierra, los niños debéis permanecer en el lado derecho, cuando diga aire, los niños debéis permanecer encima del banco y cuando diga mar, los niños debéis permanecer en el lado izquierdo. El niño que falle, será eliminado de modo que sólo quedará un ganador. El grupo recibirá el punto correspondiente de la prueba. Algunas adaptaciones son:
 - Colores (azul, amarillo y rosa) en los que la persona asignada a esa prueba se colocará los colores en su cuerpo, azul en el brazo izquierdo, amarillo en el tronco y rosa en el brazo derecho que se pondrá delante de la fila y del banco para orientar a los niños.
 - Animales (perro, tiburón y mariposa) en la que la persona asignada se los pondrá en su cuerpo de la misma manera en que he explicado anteriormente con los colores.
 - Alimentos (leche, fresa y chocolate) en la que la persona asignada se los pondrá en su cuerpo de la misma manera en que he explicado anteriormente con los colores.
 - Transportes (coche, avión y barco) en la que la persona asignada se los pondrá en su cuerpo de la misma manera en que he explicado anteriormente con los colores.
 - Prendas (pantalón, camiseta y zapatos) en la que la persona asignada se los pondrá en su cuerpo de la misma manera en que he explicado anteriormente con los colores.

También puede haber otra variante en la que se mezclen todos los centros de interés nombrados anteriormente que podrán variar sus tipos.

Desarrollo de las pruebas

- 3. Troncos: en este espacio nos encontramos con unas mesas. En esta prueba se pondrán unos bits con diferentes imágenes con elementos de la naturaleza que tendrán que ser encontradas por los niños. Se les dará el punto correspondiente de la prueba.
- 4. Telaraña: en esta zona (en el camino), se realizará el juego tradicional del “pañuelo” en el que el grupo se dividirá en dos o competirán dos grupos uno contra otro, colocados uno enfrente del otro. La persona encargada de esta prueba, informará a los niños sobre las normas del juego. Cada niño tendrá asignado un número y la otra parte del grupo o el otro grupo también tendrá asignado un número (los mismos que el otro grupo) por persona. De este modo, la persona dirá en alto un número y los niños que tengan ese número correrán hacia el medio para coger el pañuelo y volver al sitio en el que estaba intentando que el otro niño no le pille. El grupo que gane tendrá el punto.
- 5. Pasarela: en ella se llevará a cabo “el túnel” en el que los niños se pondrán todos en fila y mirando a la misma dirección con las piernas abiertas. El primer niño de la fila se quitará de esta y pasará entre las piernas de los demás compañeros y ponerse el último, después seguirá el siguiente y así sucesivamente hasta que hayan pasado todos. Se les dará el punto a grupo por su participación.

Desarrollo de las pruebas

- 6. Explanada: en esta amplia zona se darán a elegir diferentes juegos como son, el balón prisionero, la soga, pasar la frontera, gatos y ratones o el pilla-pilla.
 - Balón prisionero: el grupo se dividirá en dos o se jugará un grupo contra otro. Se colocarán dos niños, cada uno a un extremo y los restantes se pondrán en el medio. Los niños que estén en el medio, intentarán evitar el balón que tiran los de los extremos. El jugador al que le de la pelota, se eliminará quedando un ganador que se llevará el punto a su grupo.
 - Soga: un grupo contra otro, colocados cada uno en un extremo de la soga que tendrán que tirar de ella cada uno para su lado. El equipo que consiga que el grupo contrincante pase una línea en el suelo ganará el punto.
 - Pasar la frontera: el grupo se dividirá en dos o se jugará un grupo contra otro colocados uno enfrente a otro y, un niño en el medio. El grupo que está en un lado tendrá que pasar al otro lado y viceversa sin que les pille el jugador que esté en medio. El equipo ganador se llevará el punto.
 - Gatos y ratones: el grupo se dividirá en dos o se jugará un grupo contra otro y se nombrarán a unos niños gatos y a otros ratones. El responsable del juego gritará o gatos o ratones. Si nombra a Los gatos, los niños que sean gatos irán a pillar a los ratones y viceversa. El grupo que gané se llevará el punto.
 - Pilla-pilla: el juego consistirá en que un equipo intente pillar al equipo contrario eliminándole. Puede haber variantes que pueden ser que pillen en parejas a los demás, en grupos de 3 o de 5.

Gymnkana Parque de las Contiendas

IMPRIMIBLES

¡¡BIENVENID@S!!

Bienvenidos a la n^o_ convivencia escolar deportiva.

Vamos a explicar las normas de funcionamiento de la gymkana en la que vais a participar.

A continuación os dividiremos en grupos de unas n^o personas. Estaréis mano a mano con compañeros de otros cursos que junto con vuestras propias habilidades os ayudaran a alcanzar la ansiada victoria. (AGRUPACIONES)

Cada equipo tendrá asignado un animal (según los cartones) y deberá reunirse para empezar con la primera prueba, escoger un nombre o "canto de guerra".

Además, deberéis escoger un capitán que llevara un cartón de puntos donde colorear las pruebas superadas por el equipo o poner un gomet.

Cada equipo ira pasando pruebas que le permitirán ir sumando puntos, los puntos serán asignados mediante un gomet, para ello tenéis que ir siguiendo las pistas que os llevarán de prueba en prueba.

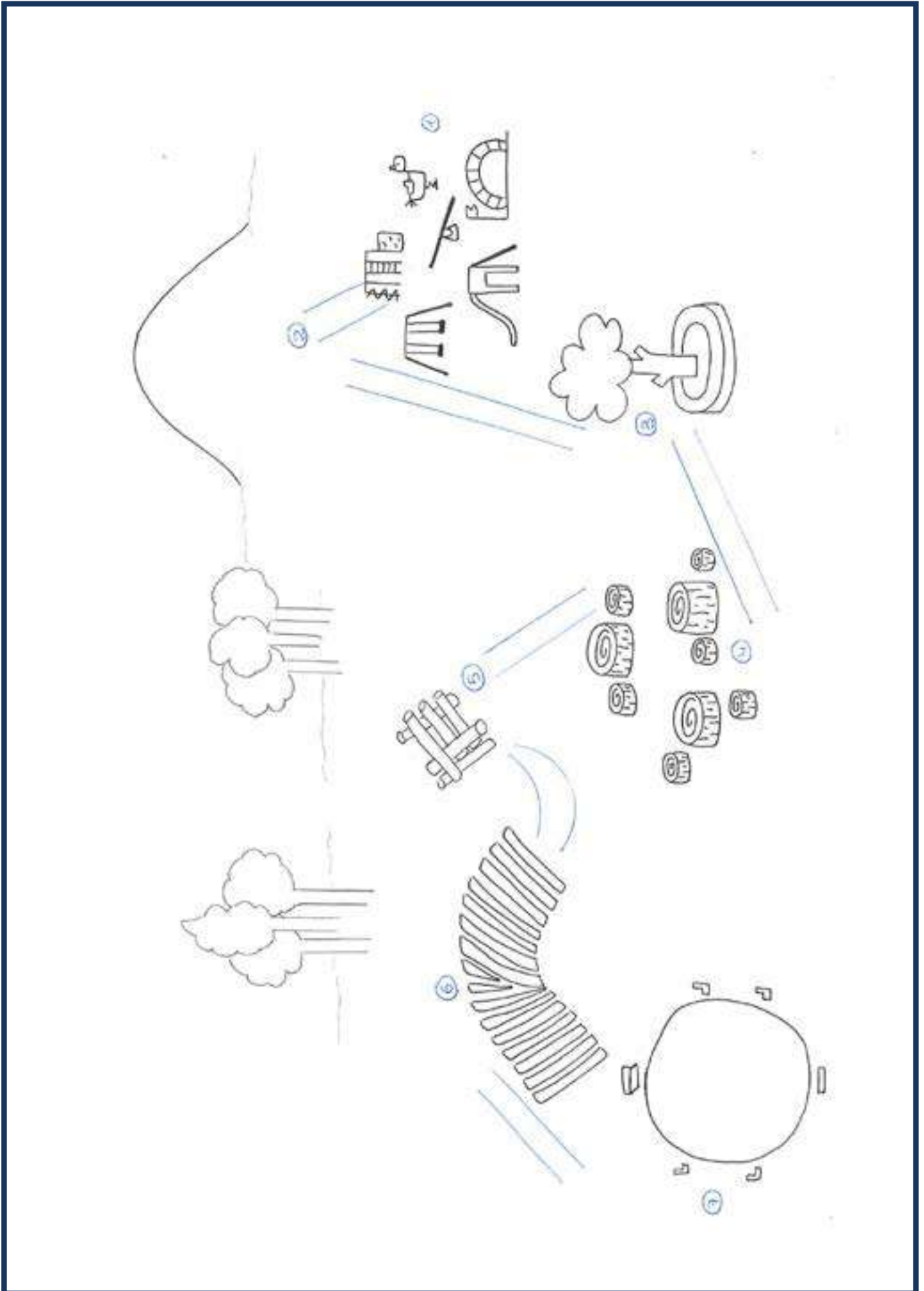
Todas las pruebas estarán indicadas en el mapa que os daremos al finalizar la bienvenida.


Otras normas básicas son:

- No correr
- Celebrar las victorias con el nombre o "canto de guerra" que habéis escogido.


Es hora de que os reunáis y comencéis con el primer reto: crear un "canto de guerra". Cuando lo tengáis, dirigíos al profesor más cercano y si os da el visto bueno y el respectivo gomet, ¡estaréis listos para salir!

¡Suerte!







1. PRUEBA NINJA: esta prueba consiste en que los jugadores se paran en un círculo, juntan sus manos y cada jugador debe hacer una pose.




2. PRUEBA MAR, AIRE Y TIERRA: la persona que dirige el juego irá diciendo en voz alta las palabras: agua, tierra y aire de forma aleatoria. Los jugadores irán colocándose en el lugar correspondiente.




3. PRUEBA OBJETOS: deben encontrar la imagen que hay en la foto ([imprimible 3](#)).




4. PRUEBA DEL PAÑUELO: los equipos intentan atrapar un pañuelo (bandera u otro elemento) sin ser pillados.



5. PRUEBA DEL TÚNEL: a la voz de salida, el último de cada hilera deberá pasar por debajo de las piernas de todos los compañeros de su equipo hasta colocarse el primero de la fila, también con las piernas abiertas.



6. MIX DE PRUEBAS: en esta prueba se realizan varios juegos en los que cada grupo se dividen por juego para ir intercambiando.



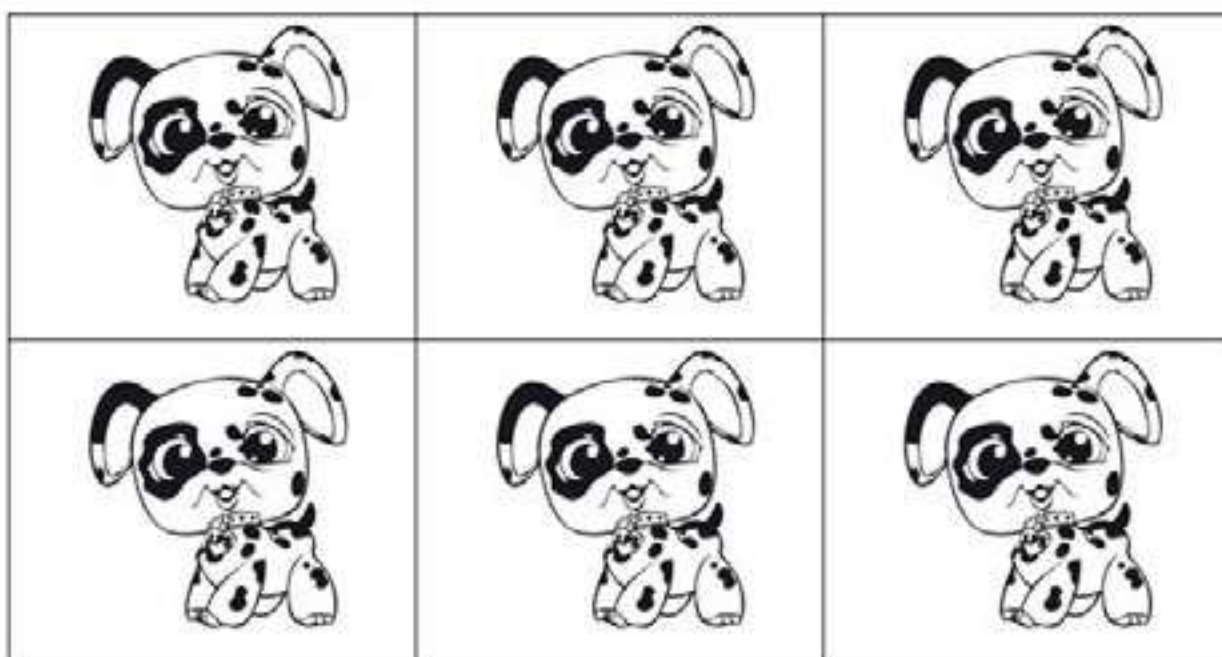
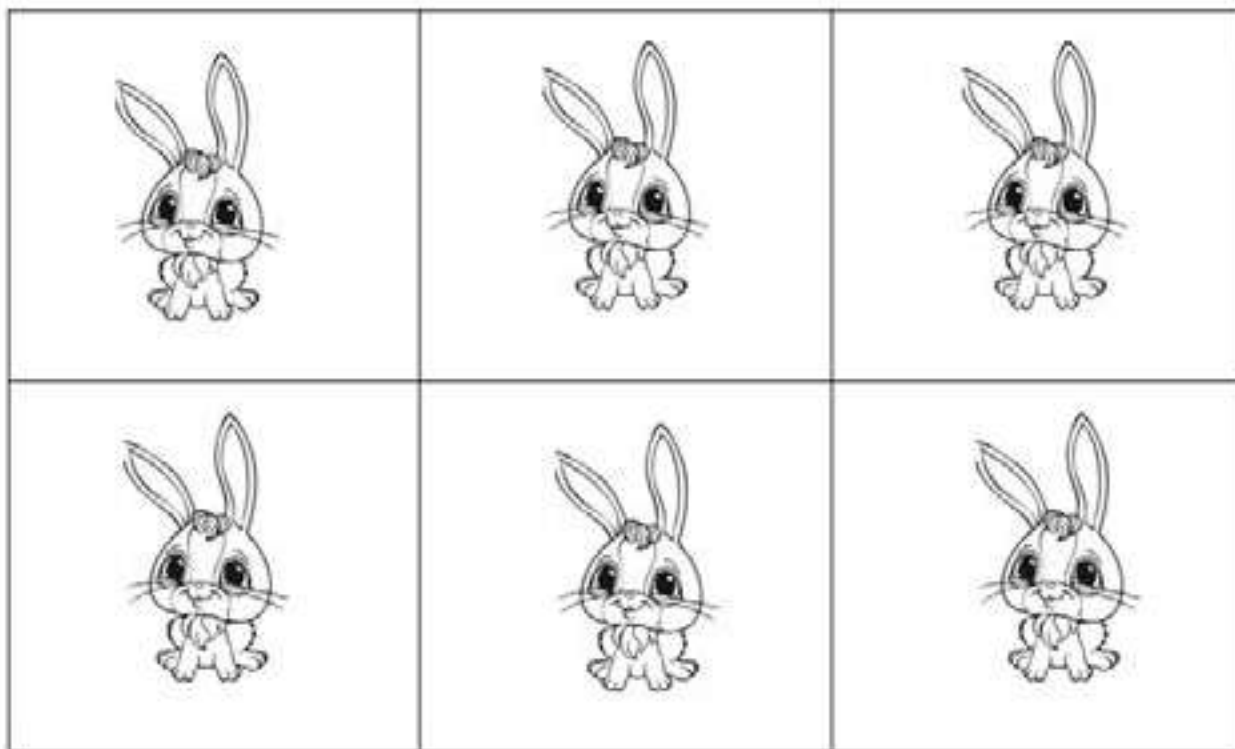
Imprimible 4: Prueba objetos.

Se entregará un cartón a cada grupo para que a medida que vayan completando las pruebas, se coloree la casilla correspondiente a la numeración de dicha prueba. Los animales de los diferentes cartones son para hacerlos atractivos para los niños, no tienen relevancia en la gymkana.



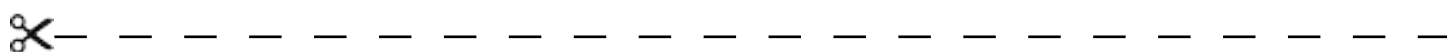
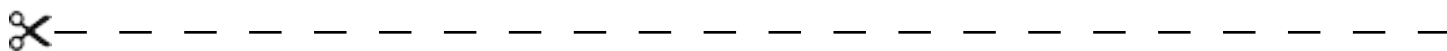
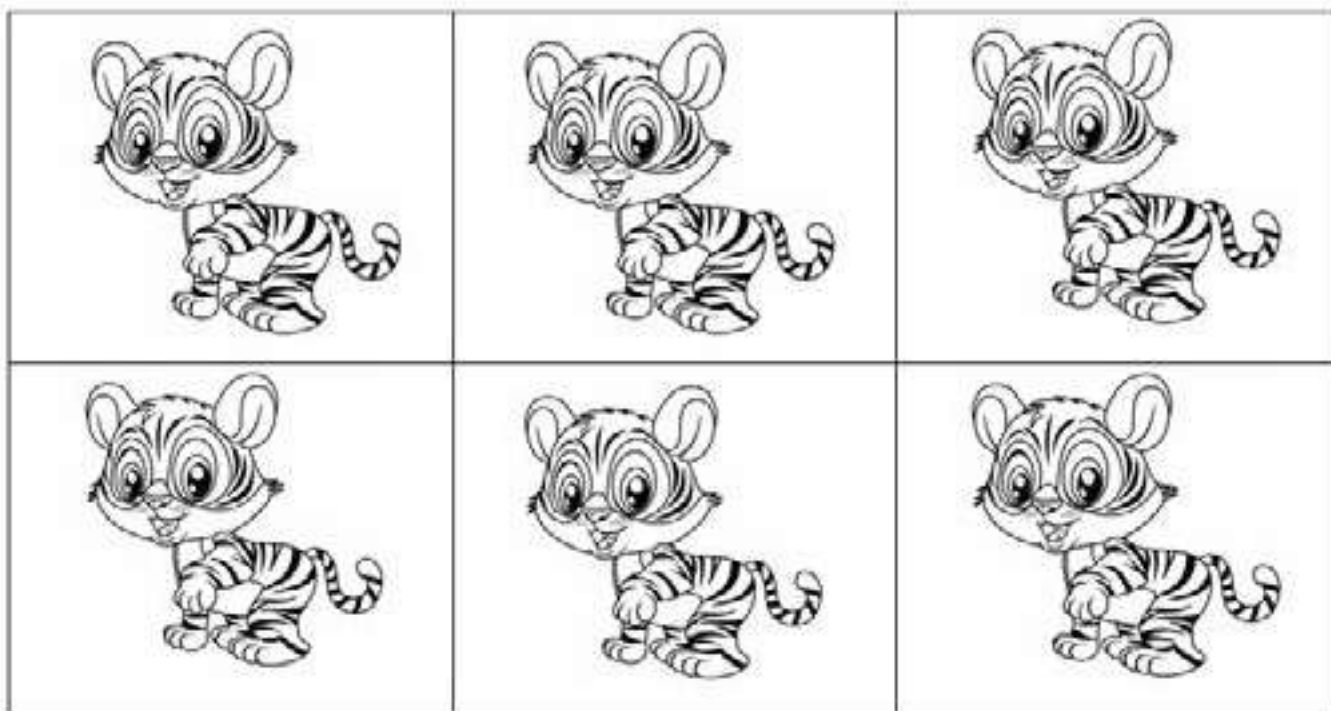
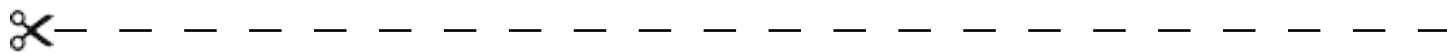
Imprimible 5.1: Cartones para colorear.

Se entregará un cartón a cada grupo para que, a medida que vayan completando las pruebas, se coloree la casilla correspondiente a la numeración de dicha prueba. Los animales de los diferentes cartones son para hacerlos atractivos para los niños, no tienen relevancia en la gymkana.



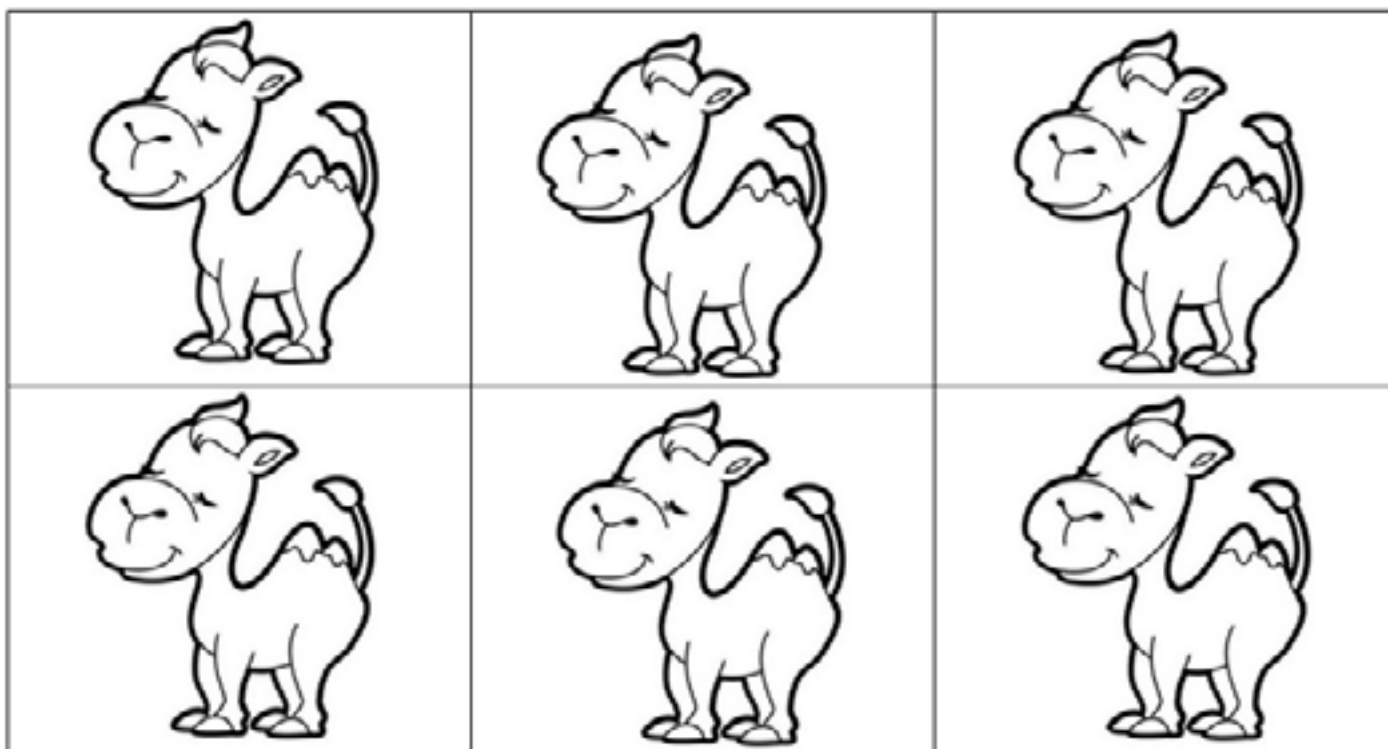
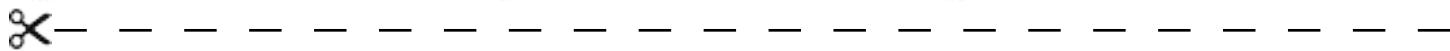
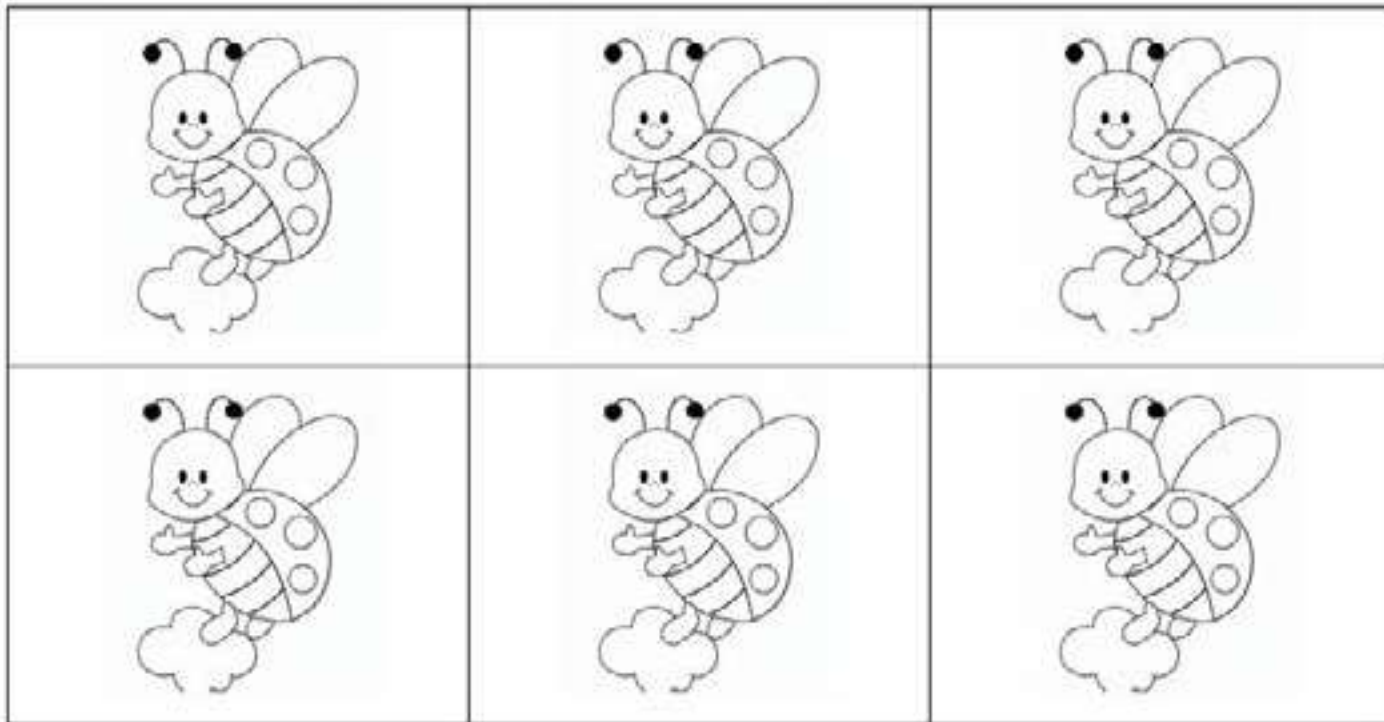
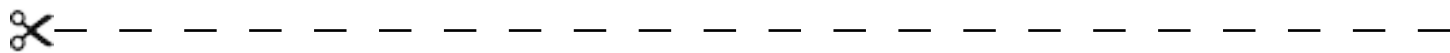
Imprimible 5.2: Cartones para colorear.

Se entregará un cartón a cada grupo para que, a medida que vayan completando las pruebas, se coloree la casilla correspondiente a la numeración de dicha prueba. Los animales de los diferentes cartones son para hacerlos atractivos para los niños, no tienen relevancia en la gymkana.



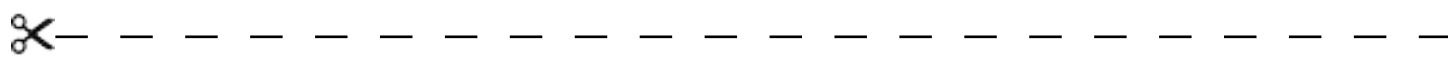
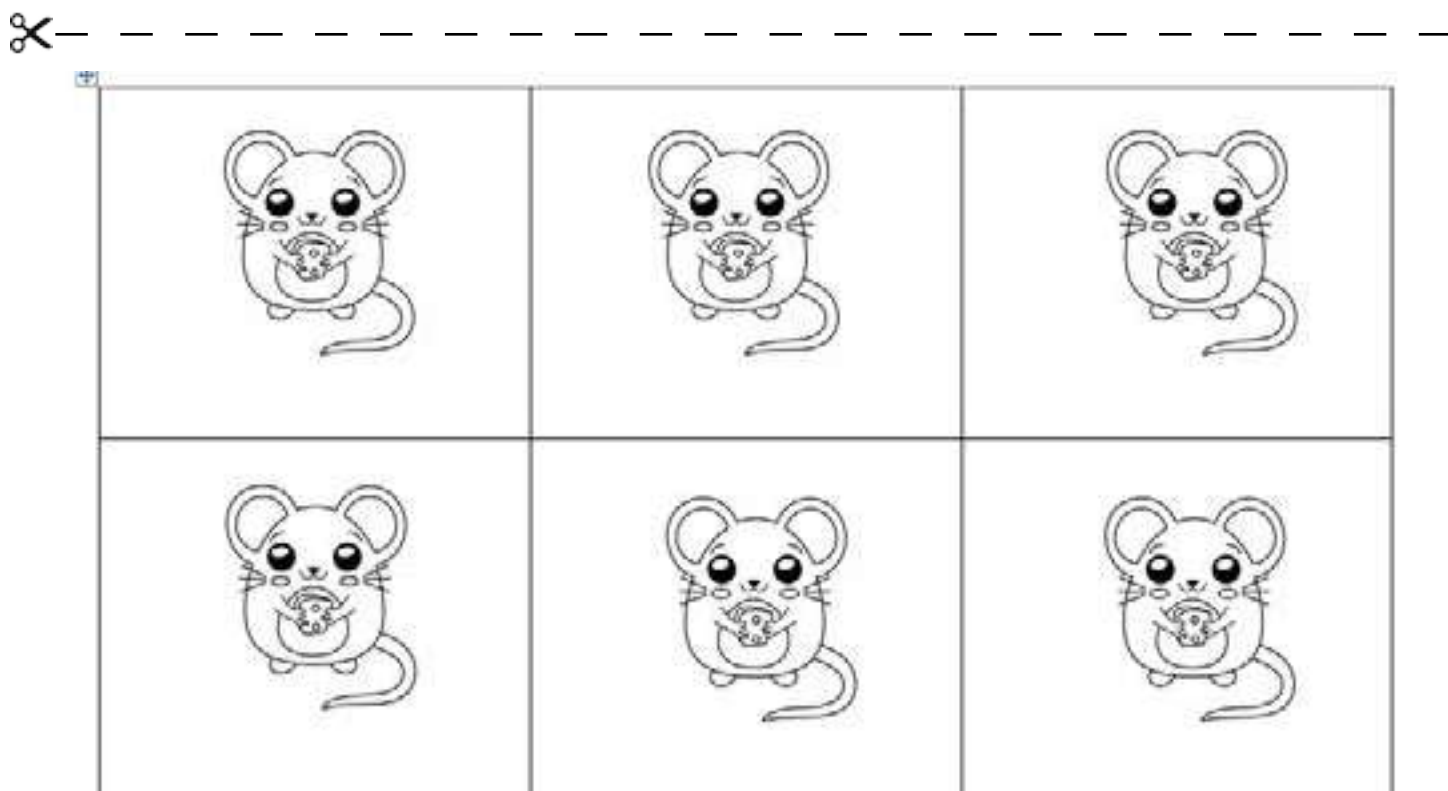
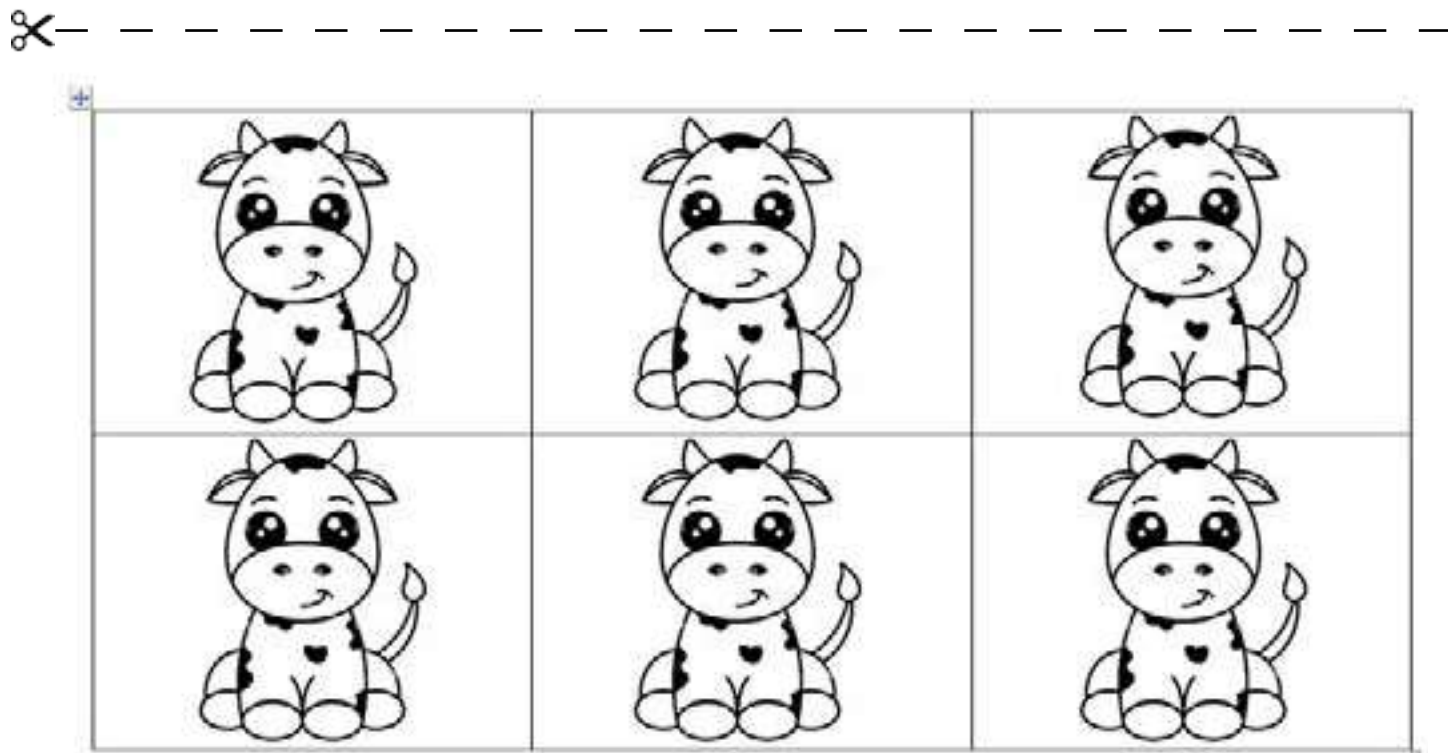
Imprimible 5.3: Cartones para colorear.

Se entregará un cartón a cada grupo para que, a medida que vayan completando las pruebas, se coloree la casilla correspondiente a la numeración de dicha prueba. Los animales de los diferentes cartones son para hacerlos atractivos para los niños, no tienen relevancia en la gymkana.



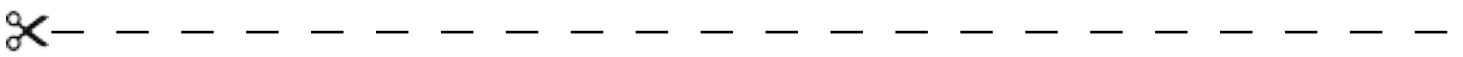
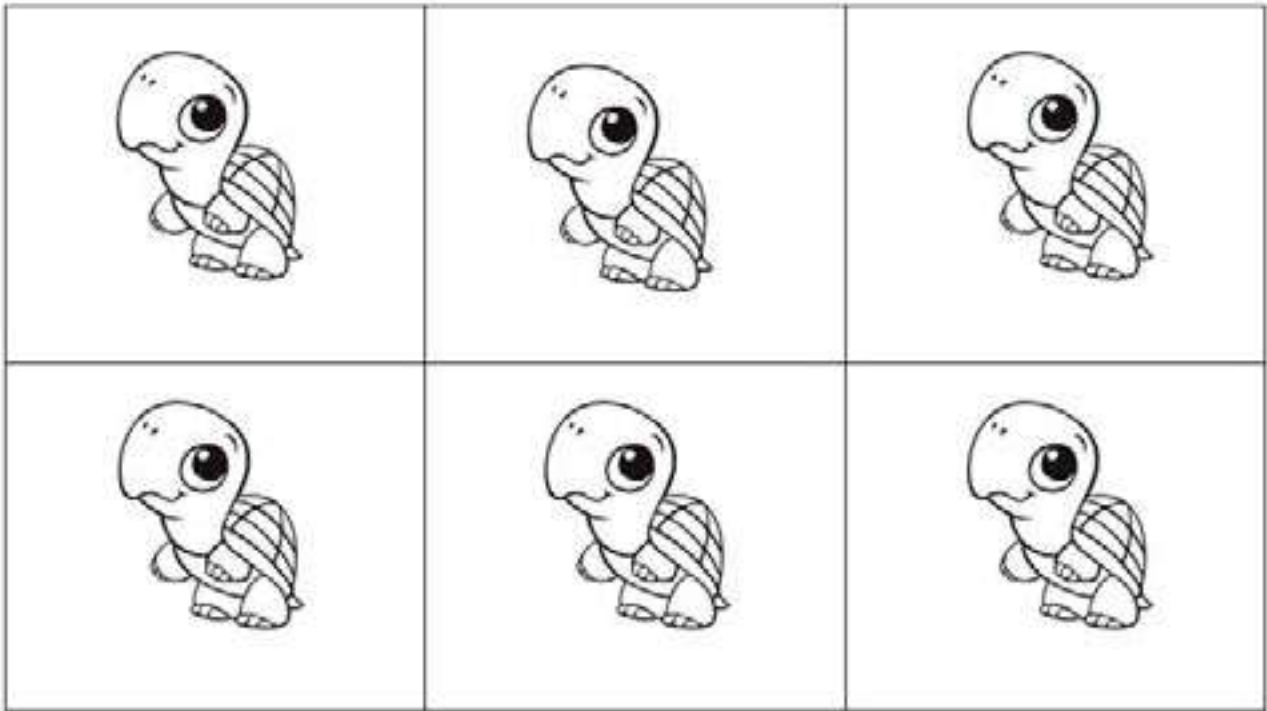
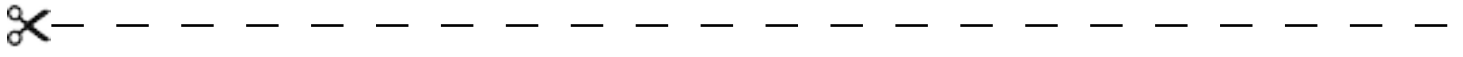
Imprimible 5.4: Cartones para colorear.

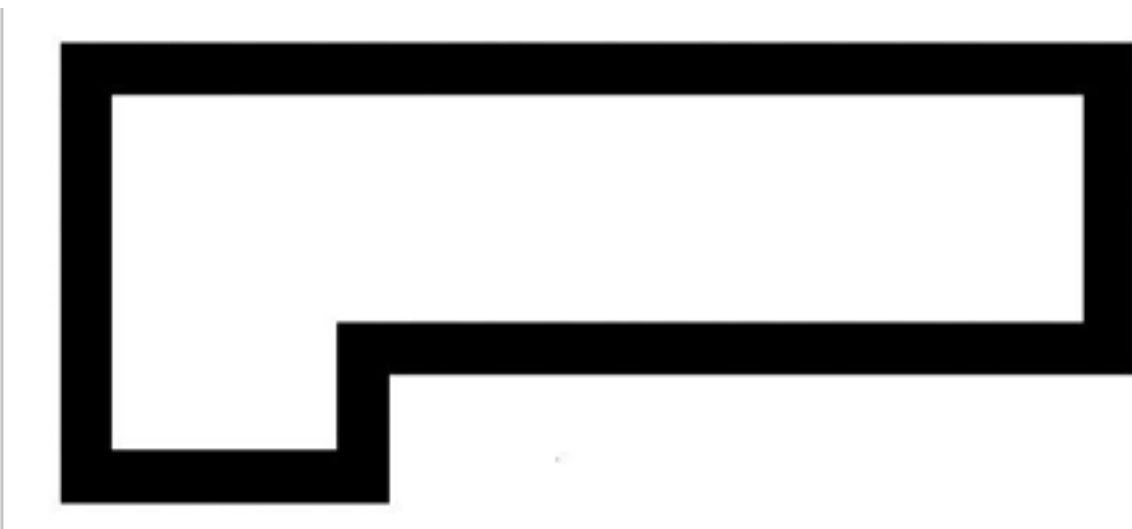
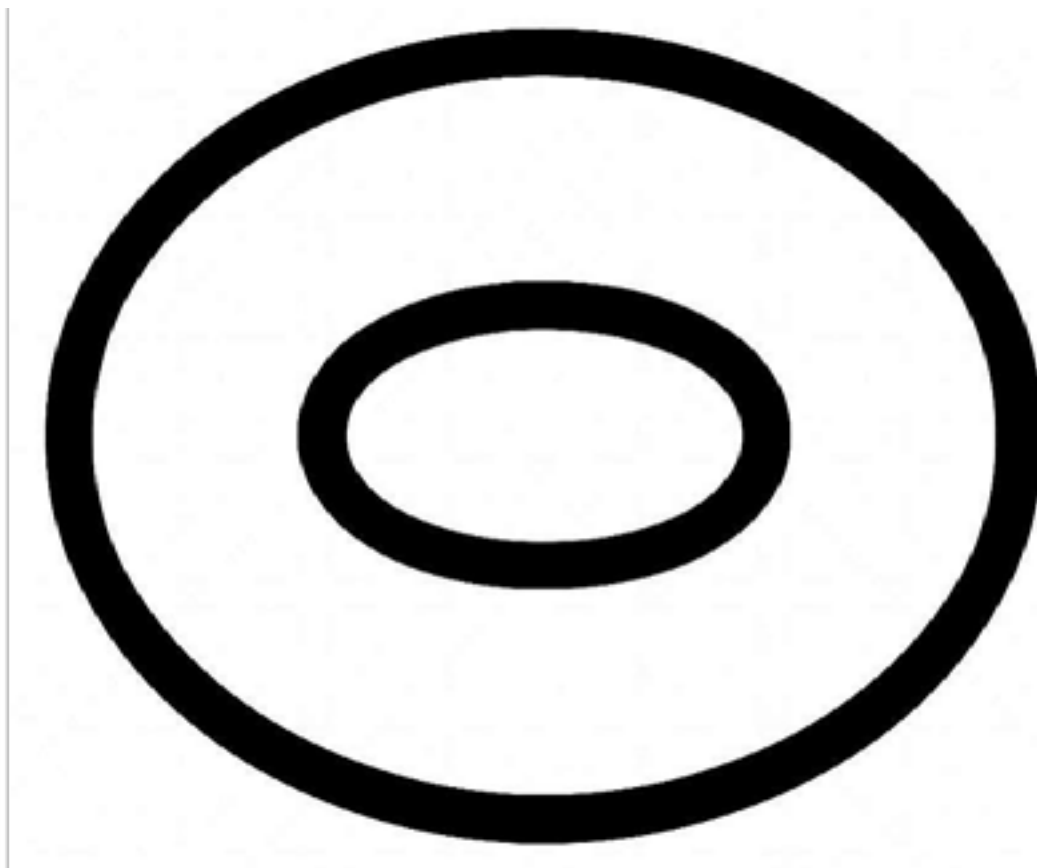
Se entregará un cartón a cada grupo para que, a medida que vayan completando las pruebas, se coloree la casilla correspondiente a la numeración de dicha prueba. Los animales de los diferentes cartones son para hacerlos atractivos para los niños, no tienen relevancia en la gymkana.

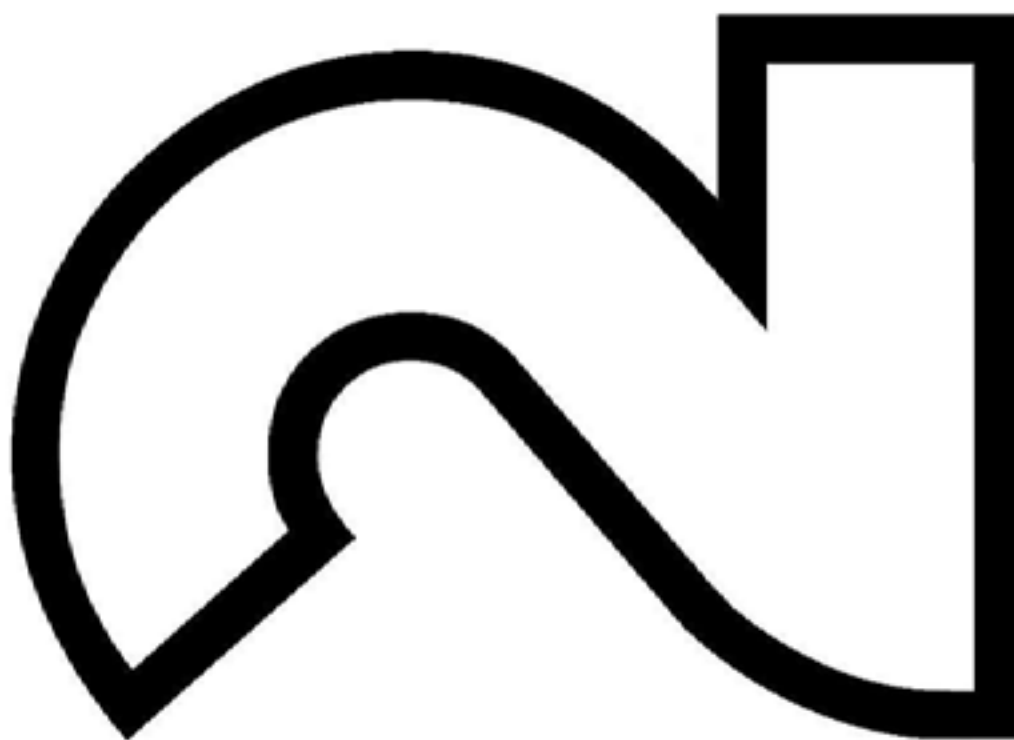


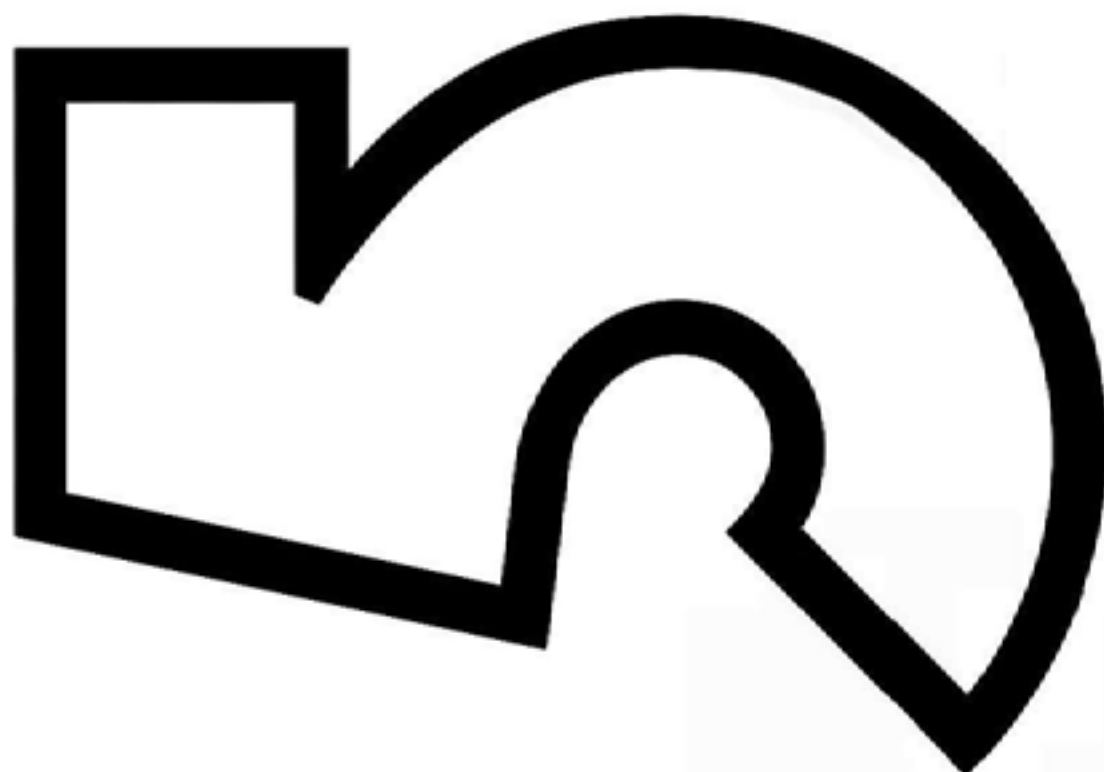
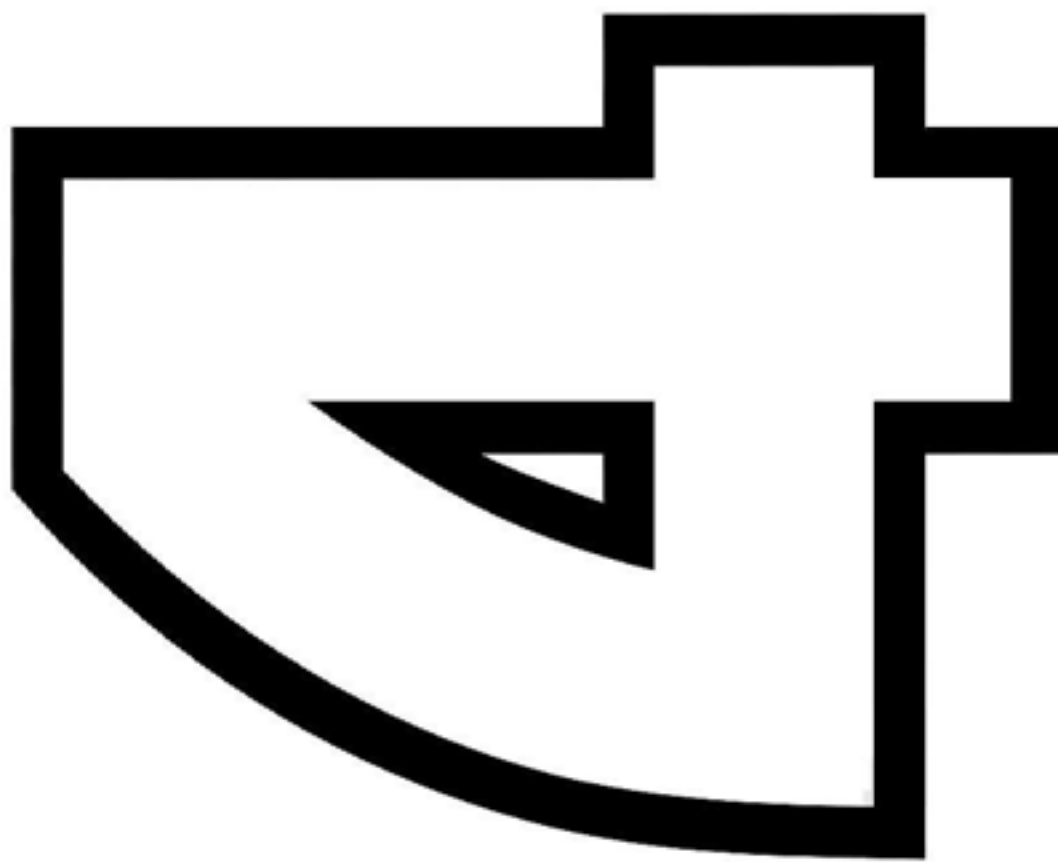
Imprimible 5.5: Cartones para colorear.

Se entregará un cartón a cada grupo para que, a medida que vayan completando las pruebas, se coloree la casilla correspondiente a la numeración de dicha prueba. Los animales de los diferentes cartones son para hacerlos atractivos para los niños, no tienen relevancia en la gymkana.









PRAE

¿Que es el PRAE?

El complejo PRAE (Propuestas Ambientales Educativas) es un equipamiento De la Junta de Castilla y León compuesto por un Centro de Recursos ambientales y un Parque Ambiental que nace con la vocación de contribuir a la cultura de la sostenibilidad en nuestra comunidad.

En este sentido, el PRAE es un conjunto de uso social, técnico y educativo, de disfrute, experimentación y sensibilización ambiental que pretende transmitir a toda la sociedad los conocimientos y valores necesarios para alcanzar un presente de sostenibilidad.

Además, el funcionamiento del PRAE está adaptado a la II Estrategia de educación Ambiental de Castilla y León, aprobada mediante Acuerdo 35/2016 de 9 junio de 2016.

Todas las instalaciones son accesibles a personas con movilidad reducida y todas las actividades propuestas están adaptadas al alumnado con necesidades educativas especiales (Praecyl.es).

Existe la opción de realizar esta gymkana dirigida por el equipo del PRAE, dentro de su propuesta de visita de educación ambiental o de realizarla de forma anónima.

Localización

La gymkana se desarrolla en el PRAE, C. Cañada Real, 306, 47008 Valladolid

Destinatarios

De acuerdo con el dossier de propuestas ambientales del PRAE, que podréis encontrar en el siguiente enlace: [Diapositiva 1 \(praecyl.es\)](https://www.praecyl.es). La Gymkana que hemos denominado PRAE o actividad como se refleja en dicho documento bajo el nombre de "Tesoros efímeros" está dirigida a niños de segundo ciclo de educación infantil.

Recursos

Para el buen desarrollo de la gymkana es necesario contar con los siguientes recursos::

Humanos:

- 2 personas. Al menos dos adultos por grupo clase. Recomendándose una ratio superior por la amplitud del espacio.

Materiales necesarios:

- Cartulinas DIN-A4 o DIN-A3.
- Bolsas de tela u otro contenedor por alumno.

Desarrollo

Esta actividad se podrá llevar a cabo siguiendo el guion para el director que recoge las directrices de la gymkana.

La gymkana consta de dos fases:

1º Recogida de elementos naturales de forma individual bajo las directrices de un supervisor.

2º Elaboración de una obra artística sobre una cartulina.

Si se desea se puede añadir un factor competitivo o de concurso a la actividad.

Las directrices que aparecen en el guion de director, son un ejemplo para tomar de referencia, pero se pueden dar tantas y tan variadas como se desee.

En los imprimibles encontrareis un mapa de las instalaciones y un mapa conceptual de la actividad. Ambos anexos están extraídos de la página del PRAE, con la única actualización de este último de las áreas curriculares de la etapa (2022).



Ejemplos

Normas de las pruebas

- Para llevar a cabo esta gymkana se recomienda:
- Seguir las instrucciones del responsable del grupo.
 - Conservar todos los elementos naturales hasta el final de la actividad.
 - No interferir con el entorno (animales y plantas).
 - No tomar elementos de la naturaleza que causen un impacto negativo en el entorno (ejemplo: arrancar vegetación).

PRAE IMPRIMIBLES

Bienvenidos todos:

A continuación, vamos a llevar a cabo un paseo por la naturaleza. La actividad/ gymkana consiste en ir encontrando y recogiendo a lo largo de nuestro paseo pequeños tesoros que iremos encontrando en la naturaleza o que deberéis buscar Sin alterar el estado del entorno.

El primer objeto es:


- Uno o varios elementos de color blanco.
- Uno o varios elementos de color rojo.
- Un objeto con olor agradable.
- Un objeto más largo que la palma de vuestra mano.
-

¡Hemos terminado!

Ahora nos vamos a ir a un lugar llano, nos sentaremos en el suelo con nuestra bolsa que contiene nuestros "tesoros" y una cartulina en frente.

El reto consiste en colocar nuestros "tesoros" de manera artística para crear un Paisaje, imagen u obra abstracta.

¡Buena suerte!



propuestas ambientales educativas

A Parque Ambiental
Superficie: 40.000 m²

B Centro de Recursos Ambientales
Superficie: 3.500 m²

1 Laguna
Un espacio que permite conocer el ciclo del agua, la vida que en él habita y su función.

2 Huertos
Desarrolla actividades educativas con referencia a los trabajos hortícolas y de viverismo.




3 Invernadero
Cuenta con las estructuras adecuadas para la producción de semillas y actividades de viverismo en invierno.

4 Aula
Es un edificio semi-enterrado destinado a Aulas, talleres educativos.

5 Jardín 3 R
El espacio del reciclaje por excelencia, creado exclusivamente con materiales reutilizados.



6 Fitoalendario
12 parcelas que exponen plantaciones de especies vegetales destacables en el mes que representarían.

7 Ecosistemas
Espacios destinados a la representación vegetal de distintos paisajes de Castilla y León.







Parque Ambiental
Superficie: 40.000 m²

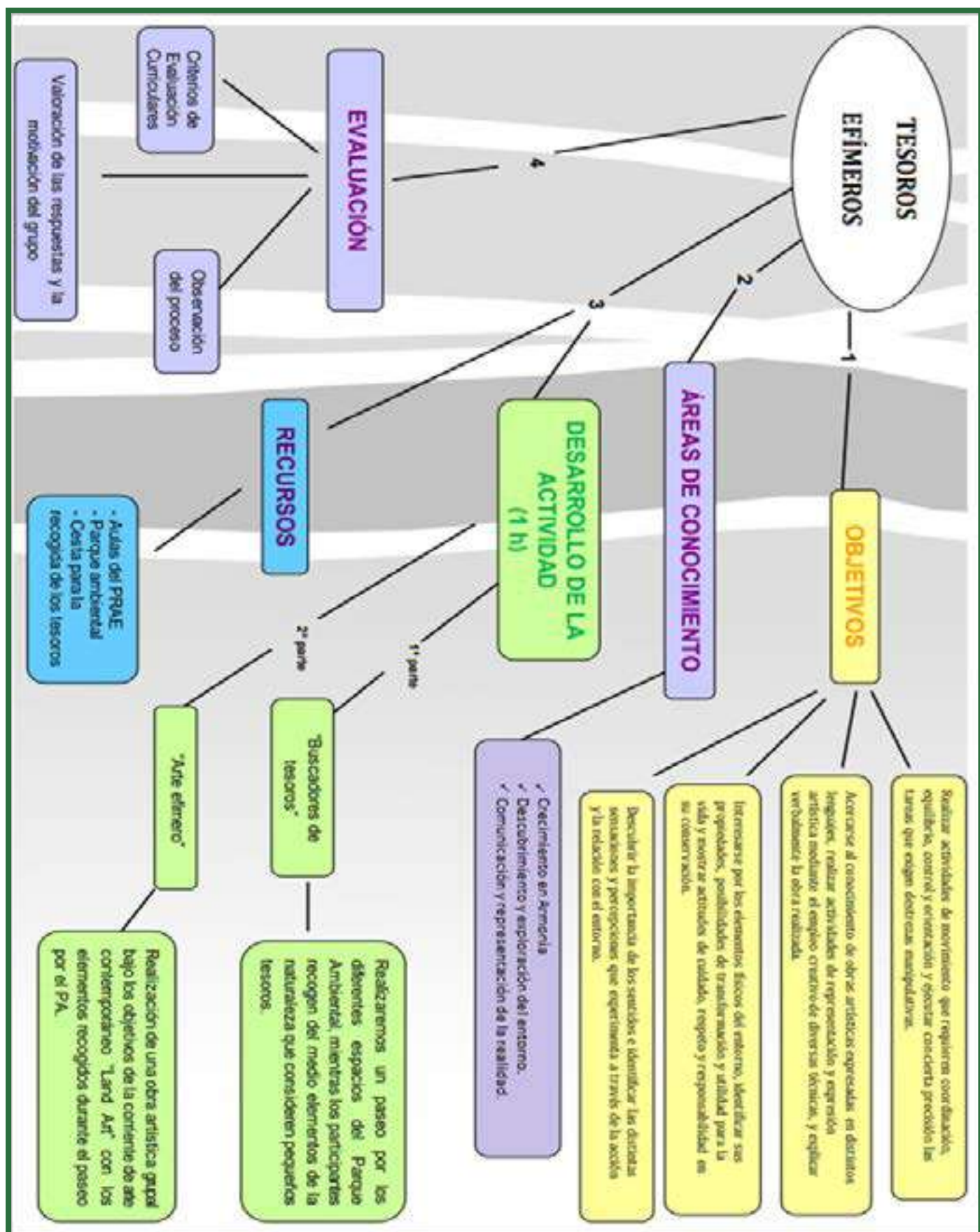
Centro de Recursos Ambientales
Superficie: 3.500 m²

Junta de Castilla y León







ALCAZAR EXPOS

DIPLOMA
de participación:

Este diploma acredita la participación del alumno en la jornada de
convivencias deportivas del colegio.....

realizada en

Fecha



Firma

DIPLOMA
de participación:

Este diploma acredita la participación del alumno en la jornada de
convivencias deportivas del colegio.....

realizada en

Fecha



Firma

Este diploma acredita la participación del equipo formando por

en lajornada de convivencias deportivas
del colegio realizada en
..... resultando ganadores.

Ganadores



/ /
Fecha

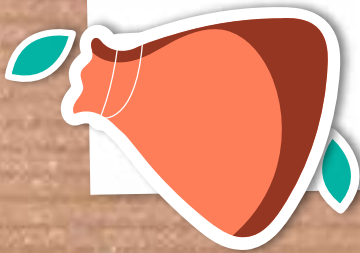
Lee
Firma

Acercándonos al entorno

NATURAL

“Convivencia escolar: Gymkanas en entornos naturales de Valladolid”





ORGANIZACIÓN

01

¿Qué sabemos?

Punto de partida.

02

TIPS

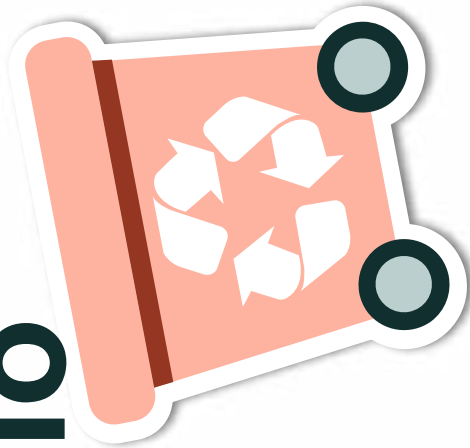
¿ Cómo intervenir sin interferir?

03

OBJETIVOS

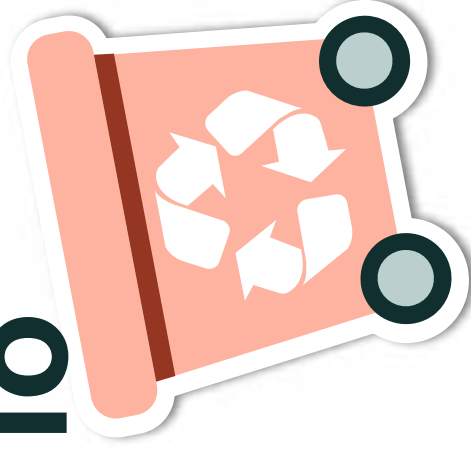
Plan de acción

¿Qué es el medio ambiente?

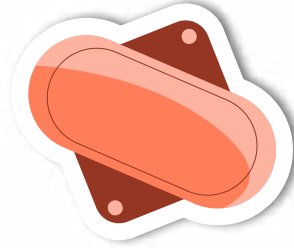
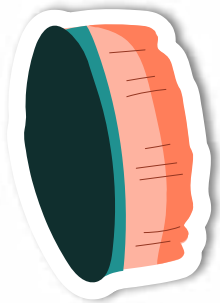


¿Qué es el medio ambiente?

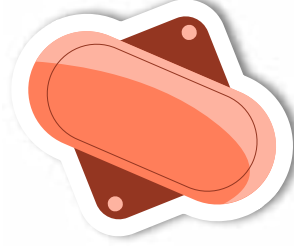
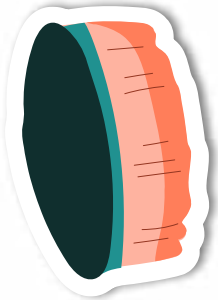
El medioambiente es el espacio en el que se desarrolla la vida de los distintos organismos favoreciendo su interacción. En él se encuentran tanto **seres vivos** como **elementos sin vida** y otros **creados** por la mano del hombre.



¿Son estas imágenes parte del medio ambiente?



¿Son estas imágenes parte del medio ambiente?



¿Qué elementos forman parte del medio ambiente?



FLORA

La vegetación de una zona



FAUNA

Las diferentes especies animales



OTROS

Suelo
Agua
...



RESPETO ENTORNO



FLORA



FAUNA

OTROS
ELEMENTOS

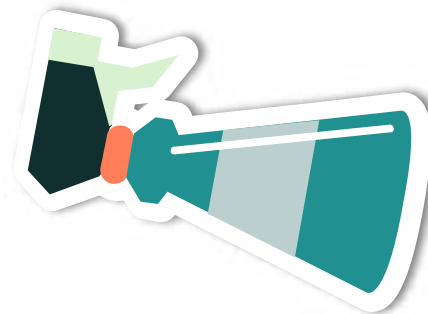
OTROS
USUARIOS

“ Todos somos
agentes de paso en
el medio natural”

Let's go



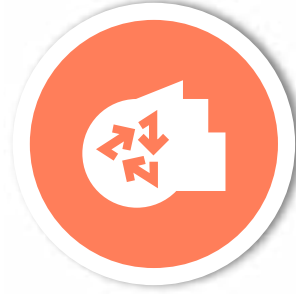
TIPS



¿Qué podemos hacer?

WHAT SETS US APART?

**Utiliza las
papeлерas.**



**Cuidar las
áreas
verdes.**



Respetar los jardines y los parques, no arrancar las plantas y respetar a los animales, son seres vivos.

**Respetar el
mobiliario
urbano.**



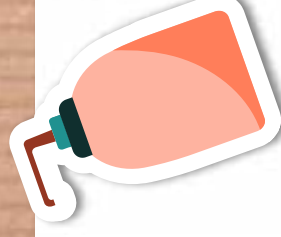
Es de todos

**No alimentos a
los animales.**



Para evitar su desequilibrio alimentario y su proliferación.

MÁS TIPS



Contribuir a la convivencia.

- Respetar a los demás visitantes del parque.
- Usar aparatos de sonido con volumen bajo.
- Denuncia a la policía cualquier acto delictivo que observes en el parque.



Avisar de los desperfectos.

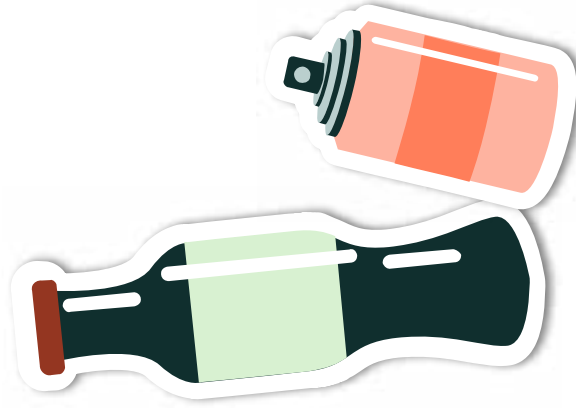
Comunica a los servicios municipales cualquier incidencia



¡Participa!

Sé una persona activa ambientalmente y promueve acciones que vayan en beneficio del planeta, ganamos todos.

OBJETIVOS



¿Os suena?

Presta atención



¿OS SUEÑA?



Objetivos



Visita a los entornos

Registro de toda la información

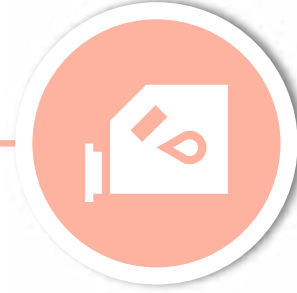


Disfrutar el tiempo la aire libre

Trabajo en equipo



Puesta en practica de las competencias del título

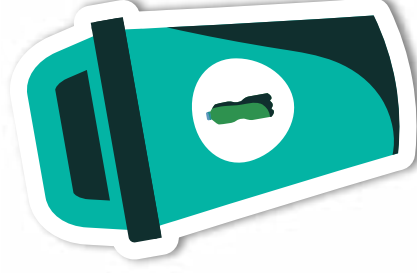


Somos responsables de...

- Diseñar pruebas respetuosas con el entorno.
- Utilizar el entorno como potenciador de capacidades.
- Hacer respetar a los demás las normas.
- Recoger nuestros deshechos al finalizar.

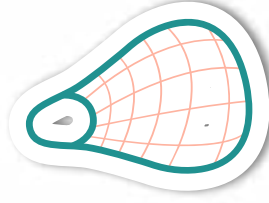
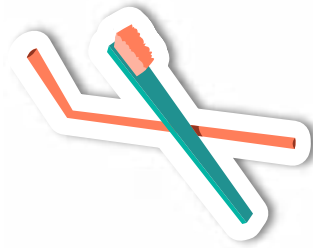
“Me siento más confiado que nunca de que el poder para salvar el planeta descansa en el consumidor individual.”

— *Denis Hayes*



¡GRACIAS!

Do you have any questions?



CREDITS: This presentation template was created by Slidesgo, including icons by Flaticon, infographics & images by Freepik