

Banco de pruebas de Yincanas



1 Pruebas para Yincanas

A continuación, os dejamos un banco de pruebas para poder realizar yincanas en vuestros centros:

- **Carrera de pelotas y cucharas**

Necesitarás unas cuantas pelotas de ping pong y tantas cucharas de plástico como niños. Fija un circuito que los jugadores deberán recorrer a gatas con la cuchara en la boca cargada con la pelota de ping pong. Salen los dos primeros que, al llegar a la meta, esperan a los dos siguientes. Estos entregan la bola de ping pong a los primeros en llegar, que corren a entregársela al tercero y así sucesivamente hasta que todo el equipo haya vuelto a su punto de partida. Si un niño deja caer la pelota, debe retroceder hasta la línea de salida y volver a iniciar la carrera.

- **A pescar**

Prepara un cubo de agua para cada equipo y deja que floten unas cuantas bolas de ping pong. Cada niño debe "pescar" una bola con la cuchara de plástico en la boca y las manos en la espalda. Gana el equipo que termina antes.

- **Carrera de cangrejos**

Los equipos se colocan de dos en dos en fila india. Los primeros de cada fila se atan los tobillos con una cuerda o un pañuelo (el derecho de uno con el izquierdo del otro). Corren de este modo hasta alcanzar la meta. Se desatan los tobillos y entregan el pañuelo a la pareja siguiente. Gana el equipo que termina antes.

- **Carrera de animales**

Se forman dos equipos. En cada equipo, habrá un elefante, un perro, un burro... que deberán moverse siguiendo las siguientes instrucciones:

- Burro: a cuatro patas, rebuznando.
- Pato: de cuclillas, con los pies en ángulo recto, haciendo "cua, cua".
- Perro cojo: con dos manos y un pie y ladrando.
- Oso: moviendo la pierna y el brazo del mismo lado a la vez que imita el sonido del oso.
- Cangrejo: de espaldas al suelo, se desplaza apoyando las manos y los pies en el suelo y andando de espaldas.
- Rana: de cuclillas, da saltitos con las manos apoyadas entre los pies.

- Elefante: las cuatro patas deben estar muy rígidas e imita el sonido del elefante.
- Gorila: las manos a la altura de las rodillas, camina, hace muecas, emite grititos y gesticula.

Gana el equipo que llega primero.

- **El gavián**

Delimita dos gallineros a una distancia de 20 metros. El gavián se coloca entre los dos y todos los demás jugadores, los "pollitos", se refugian dentro de su gallinero. Un pollito pregunta: "gavián, ¿estás listo?".

Al "sí" del gavián, todos los pollitos corren hacia el otro gallinero. Los pollitos que el gavián logra tocar lo ayudarán en su labor hasta que no quede ningún pollito libre. El último que quede libre, es el que consigue la victoria para su equipo.

- **Carrera de globos de agua**

Coloca a los niños de espaldas, uno contra otro, poniendo un globo de agua en medio. Prepara un circuito con distintos obstáculos. Los pequeños deberán correr juntos sin que el globo se caiga del hueco que hay entre sus espaldas. Si se cae y toca el suelo, vuelven a empezar. Gana el que complete el circuito en menos tiempo.

- **Mira cómo vuela**

Dibuja un círculo en el suelo, lo bastante grande para que todos los jugadores puedan situarse encima con los brazos abiertos. Sal del círculo y gira a su alrededor con la pelota. De repente, lanza la pelota al aire, cuanto más alto mejor, y grita el nombre de uno de los niños. El jugador debe coger la pelota antes de que toque el suelo para ganar un punto; si no, se le resta. En el turno siguiente es él quien lanza la pelota. Gana el que más puntos tenga al final de la partida.

- **Buscar el tesoro**

Dos palanganas llenas de arena, harina o similar y meter dentro objetos pequeños que los equipos tienen que encontrar (monedas, canicas...). El equipo que la encuentre en el menor tiempo posible gana.

- **Juego del teléfono roto**

Dividimos los concursantes en dos equipos y en dos filas. El primero de cada fila debe transmitir un mensaje al segundo, éste al de al lado y así sucesivamente hasta llegar al último concursante que repetirá la frase en voz alta. A continuación, el primero de la fila repetirá la frase que él ha transmitido. Ganará el equipo cuyo mensaje sea más similar al original.

- **Juego de carrera de sacos**

Por equipos o individualmente nos colocamos de pie en fila dentro de unos sacos que nos cubrirán las piernas. El juego consiste en hacer una carrera (o relevos) y el que llegue primero gana.

- **Estirar la cuerda**

Se trazaré una línea en el suelo que determine el punto central de la cuerda y cada equipo se pondrá en un extremo de la misma. El juego consiste en que los concursantes estiren a la vez la cuerda para superar la marca del suelo.

- **El juego de la silla**

La idea es colocar sillas en un círculo, pero siempre con menos sillas que participantes. Pondremos música de ambiente y cada vez que deje de sonar, los concursantes deberán correr a buscar una silla. El que se quede sin ella, será eliminado. Sucesivamente, quitaremos una silla por cada jugador que ha abandonado la prueba. Gana el último participante que consigue sentarse en la última silla.



UNIÓN EUROPEA
Fondos Europeo de Desarrollo Regional



Junta
de Andalucía

Consejería de Educación
y Deporte