



NOMBRE DEL JUEGO

BRINCAR CUICA

Objetivo: El jugador dará vuelta a la cuica para saltar coordinadamente en varias ocasiones.



¿CÓMO SE JUEGA?

El participante sostendrá la cuica con ambas manos y la hará rodear su cuerpo por arriba y por abajo y al mismo tiempo realizará diversos saltos coordinados y consecutivos. Se pueden realizar diversas modalidades de saltos. Algunos de estos son: salto sencillo, alternado (cambiando de pie), con una pierna, hacia atrás, salto doble, salto triple y en pareja. Otras prácticas variadas son “tocineta” (bien rápido) y el reloj. También se puede añadir algún implemento como por ejemplo una bola. Además se puede realizar el salto con la cuica doble y hasta con tres cuicas al mismo tiempo.

REGLAS

- Las normas serán impuestas por el líder de acuerdo a la actividad que se vaya a realizar. Si el salto es individual, se debe recomendar no halar la cuerda ni enrollarla en las manos o pies.

VARIANTES

- Se puede saltar cuica individual o grupalmente.
- Si no tienes una cuica se puede utilizar un pedazo de sogá o cable.

RECOMENDACIONES

- Debe haber disponibles varias cuicas.
- Las cuicas pueden ser cortas para salto individual y largas para juego grupal.
- Se pueden organizar varios grupos de salto al mismo tiempo.
- Ofrecer refuerzo positivo.

ÁREAS DE DESARROLLO

- **Desarrollo de los procesos de pensamiento:** crear estrategias para ganarle al adversario.
- **Aptitud física:** se tonifican los músculos, mejora la resistencia, la flexibilidad y la velocidad.
- **Psicomotora:** equilibrio y coordinación.
- **Socioafectiva:** respeto a las normas y a los demás mediante el juego grupal.