

# **IV OLIMPIADAS RAYANAS**

**3 ABRIL 2025**

## **Guía de actividades recreativas libres**



**Olimpiadas  
Rayanas**



# CAMPEONATO INDIVIDUAL MOLKKY

GUÍA DE ACTIVIDADES  
RECREATIVAS LIBRES

EL MOLKKY ES UN JUEGO DE LANZAMIENTO DE PRECISIÓN DE ORIGEN FINLANDÉS, LLAMADO TAMBIÉN "BOLOS FINLANDESES". ESTRATEGIA, AZAR Y PRECISIÓN DEFINEN A ESTE JUEGO. EL OBJETIVO ES **CONSEGUIR 50 PUNTOS** DERRIBANDO LOS BOLOS QUE ESTÁN NUMERADOS DEL 1 AL 12.

1

## El juego

LOS BOLOS SE SITÚAN INICIALMENTE DE 3 A 4 METROS DEL LUGAR DE LANZAMIENTO. **HAY 12 BOLOS NUMERADOS DEL 1 AL 12** Y SE SITÚAN AL COMIENZO DE JUEGO SIEMPRE DE LA MISMA MANERA. TODOS LOS ELEMENTOS SON DE MADERA, DENOMINÁNDOSE EL CILINDRO CON EL QUE LANZAMOS "**MOLKKY**" O "**TIKKU**"

2

## Material

- 1 En esta actividad recreativa habrá **DOS** miembros del STAFF (junto con KUBB)
- 2 Nos centraremos en la **PARTICIPACIÓN INMEDIATA** y el **APRENDIZAJE**, por lo que evitaremos al máximo las esperas

SE JUGARÁ DE MANERA INDIVIDUAL; EL "MÖLKKY" SIEMPRE ES LANZADO CON LA MANO POR ABAJO; **SI CAE SÓLO "1 BOLO", LOS PUNTOS CORRESPONDEN AL NÚMERO DEL BOLO CAÍDO; CUANDO CAEN MÁS DE UN BOLO, SE ANOTAN EL NÚMERO DE BOLOS CAÍDOS**; DESPUÉS DE CADA LANZAMIENTO, DEBEMOS PONER LOS BOLOS EN EL LUGAR EXACTO EN DONDE CAYERON (SE IRÁN DISPERSANDO POR EL TERRENO DE JUEGO)

3

## Reglas

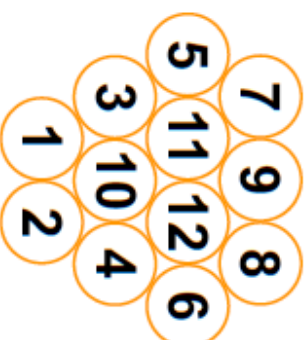
EN LAS IV OLIMPIADAS RAYANAS JUGAREMOS UN CAMPEONATO INDIVIDUAL, DONDE EL OBJETIVO ES CONSEGUIR LA **MÁXIMA PUNTUACIÓN MEDIANTE 10 LANZAMIENTOS DEL "TIKKU" EN DOS RONDAS O PARTIDAS**. SE REALIZARÁN DOS PARTIDAS DE 5 LANZAMIENTOS, DENOMINADAS **MOLKKY 1** Y **MOLKKY 2**. EN CADA UNO DE ELLOS EL OBJETIVO ES **CONSEGUIR 50 PUNTOS** EXACTOS, EN CUYO CASO EL JUGADOR OBTENDRÁ UN **\*PLUS**. DURANTE LA DURACIÓN DE LAS OLIMPIADAS, SE IRÁ ACTUALIZANDO EL RANKING DE LAS MEJORES PUNTUACIONES

4

## Olimpiadas



## IV OLIMPIADAS RAYANAS. TORNEO INDIVIDUAL DE MOLKRY



El objetivo es conseguir la máxima puntuación mediante 10 lanzamientos del Tikku en dos rondas o partidas. Se realizarán dos partidas de 5 lanzamientos, denominadas **MOLKRY 1** y **MOLKRY 2**. En cada uno de ellos el objetivo es conseguir 50 puntos exactos, en cuyo caso el jugador obtendrá un \*Plus. Los lanzamientos se harán desde una distancia de 3,5 metros.

Nombre: \_\_\_\_\_

Centro Educativo: \_\_\_\_\_

MOLKRY 1						
Tirada	1	2	3	4	5	plus*
	X					+10 p
Total						Total

MOLKRY 2						
Tirada	1	2	3	4	5	Plus*
	X					+10 p
Total						Total

\* Plus de 10 puntos si se consiguen 50 puntos en las 5 tiradas.



# AJEDREZ VIKINGO KUBB

GUÍA DE ACTIVIDADES  
RECREATIVAS LIBRES

EL KUBB ES UN JUEGO CONOCIDO COMO EL AJEDREZ VIKINGO. SE TRATA DE UN JUEGO DE LANZAMIENTO Y PUNTERÍA. EL OBJETIVO DEL JUEGO ES **DERRIBAR AL REY** PERO PARA HACERLO ANTES HAY QUE TIRAR LOS KUBBS DEL EQUIPO CONTRARIO. LA PARTIDA PUEDE DURAR DESDE 5 MINUTOS HASTA MÁS DE UNA HORA

1

## El juego

PARA JUGAR A ESTE JUEGO SE NECESITAN:  
**1 REY:** ES UN PRISMA RECTANGULAR DE MADERA. **10 KUBB:** SON PRISMAS RECTANGULARES DE MADERA MÁS PEQUEÑOS. **6 TESTIGOS:** SON CILINDROS DE MADERA PARA LANZAR. **4 PALOS ESQUINEROS:** SON LOS QUE MARCAN EL CAMPO (NOSOTROS UTILIZAREMOS UN DELIMITADOR ELÁSTICO)

2

## Material

EL JUEGO SE LLEVA A CABO ENTRE **DOS EQUIPOS** (EQUIPO A Y EQUIPO B), CON CUALQUIER NÚMERO DE JUGADORES. CADA EQUIPO TIENE SU PROPIA LÍNEA BASE, Y ES DUEÑO DE LA PORCIÓN DE LA CANCHA QUE VA DESDE LA LÍNEA BASE HASTA EL REY. LOS TESTIGOS DEBEN SER LANZADOS POR DEBAJO DEL BRAZO, Y DEBEN ESTAR PERPENDICULARES A LA TIERRA. HACERLOS ROTAR COMO UNA HÉLICE ESTÁ PROHIBIDO. EL JUEGO SE REALIZA POR TURNOS. AL COMENZAR, EL EQUIPO A LANZA LOS **6 TESTIGOS** DESDE SU LÍNEA BASE HACIA LOS **KUBBS** EN LA LÍNEA BASE DEL EQUIPO B, CON LA INTENCIÓN DE DERRIBARLOS. LUEGO, EL EQUIPO B LANZA LOS KUBBS DERRIBADOS AL ÁREA DEL EQUIPO A (ESTOS SE LLAMAN **KUBBS DE CAMPO**). SON LUEGO COLOCADOS POR SU BASE CUADRADA. LUEGO ES EL TURNO DEL EQUIPO B, QUE REPITE LOS PASOS ANTERIORES. A PARTIR DE ESE MOMENTO, EL EQUIPO DE TURNO DEBE PRIMERO DERRIBAR LOS KUBBS DE CAMPO ANTES QUE LOS KUBBS EN LA LÍNEA BASE, PERO PUEDE REALIZAR LOS LANZAMIENTOS DESDE CUALQUIER PUNTO DETRÁS DE LOS KUBBS DE CAMPO QUE ESTÉN EN SU CANCHA. CUANDO UN EQUIPO DERRIBA TODOS LOS KUBBS DEL EQUIPO CONTRARIO, PUEDE DERRIBAR AL REY, REALIZANDO EL LANZAMIENTO DESDE SU LÍNEA BASE. EL EQUIPO QUE DERRIBE AL REY ES CONSIDERADO EL GANADOR. SIN EMBARGO, SI EL REY ES DERRIBADO ANTES QUE ALGÚN KUBB, EL EQUIPO PIERDE AUTOMÁTICAMENTE

3

## Reglas

- 1 En esta actividad recreativa habrá **DOS** miembros del STAFF (junto con MOLKKY)
- 2 Nos centraremos en la **PARTICIPACIÓN INMEDIATA** y el **APRENDIZAJE**, por lo que evitaremos al máximo las esperas



# INICIACIÓN A LA ESCALADA **ROCÓDROMO**

GUÍA DE ACTIVIDADES  
RECREATIVAS LIBRES

EN EL IES LOUSTAU-VALVERDE (VALENCIA DE ALCÁNTARA) DISPONEMOS DE UNA PARED CON UN **ROCÓDROMO HORIZONTAL**, DONDE ENCONTRAMOS PRESAS DE VARIOS COLORES.

EN ESTA ACTIVIDAD LIBRE VAMOS A DINAMIZAR JUEGOS UTILIZANDO ESTE ESPACIO

**1**

## Espacio

**NO ESTAMOS PRACTICANDO ESCALADA EN UN ENTORNO VERTICAL** QUE SUPONE LA UTILIZACIÓN DE MATERIAL DE ESCALADA, DE MODO QUE UTILIZAREMOS TAN SOLO COLCHONETAS PARA ASEGURAR QUE NO HAYA ACCIDENTES E INTRODUCIREMOS EL MATERIAL QUE ESTIMEMOS OPORTUNO (PAÑUELOS, AROS, ETC.) DEPENDIENDO DEL JUEGO QUE PROPONGAMOS

**2**

## Material

**1** En esta actividad recreativa habrá **DOS** miembros del STAFF

**2** Nos centraremos en la **PARTICIPACIÓN INMEDIATA** y el **APRENDIZAJE**, por lo que evitaremos al máximo las esperas

EN LAS IV OLIMPIADAS RAYANAS REALIZAREMOS, SEGÚN VUESTRA PREFERENCIA, "CRONOMETRADAS", "1CONTRA1", "EL JUEGO DEL PAÑUELO", "EXCLUIR COLOR DE PRESAS", ETC.

**CUALQUIER JUEGO QUE SE OS OCURRA TIENE CABIDA EN ESTA ACTIVIDAD RECREATIVA LIBRE**

**3**

## Olimpiadas

AUNQUE NO SUPONE UN GRAN PELIGRO, CONTAMOS CON UNA SERIE DE **MEDIDAS DE SEGURIDAD PARA EVITAR ACCIDENTES**. TRATAREMOS DE ASEGURARNOS DE QUE LOS PARTICIPANTES **NO SOBREPASEN LA LÍNEA ROJA CON SUS PIES**, ALGO QUE PUEDE LLEARNOS A UNA CAÍDA PELIGROSA. TAMBIÉN DEBEMOS CONTROLAR QUE **NO HAYA VARIOS PARTICIPANTES UTILIZANDO EL ROCÓDROMO**, TAN SOLO LOS QUE ESTIMEMOS OPORTUNO. DEL MISMO MODO, ESTABLECEREMOS UN **PERÍMETRO DE SEGURIDAD PARA QUE NO HAYA CAÍDAS DE PERSONAS ENCIMA DE OTRAS**

**4**

## Seguridad



## **ESCALADA EN CAJAS**

GUÍA DE ACTIVIDADES  
RECREATIVAS LIBRES

EN EL ENTORNO CERCANO AL IES LOUSTAU-  
VALVERDE (VALENCIA DE ALCÁNTARA)  
TENDREMOS INSTALADA UNA POLEA CON  
CUERDA Y ARNESES, DONDE PODREMOS  
REALIZAR ESCALADA CON CAJAS (DE  
BEBIDAS.)

**1**

## **Espacio**

TENDREMOS QUE **MANEJAR ARNÉS Y CASCO  
(PARA MÍ Y PARA EL PARTICIPANTE QUE  
ESCALE), CUERDA, GRIGRI Y MOSQUETONES.**  
SE TRATA DE UNA ACTIVIDAD MONTADA PARA  
QUE LOS ALUMNOS REALICEN UNA PRUEBA DE  
HABILIDAD ESCALANDO EN LAS CAJAS A LA  
VEZ QUE LAS VAN APILANDO UNAS ENCIMA DE  
OTRAS

**2**

## **Material**

**1** En esta actividad recreativa habrá **DOS**  
miembros del STAFF

**2** Nos centraremos en la **PARTICIPACIÓN  
INMEDIATA** y el **APRENDIZAJE**, por lo  
que evitaremos al máximo las esperas

ES IMPORTANTE **ASEGURAR BIEN A LOS  
PARTICIPANTES, CONTROLAR QUE LAS  
ESPERAS NO SEAN DEMASIADO GRANDES Y  
ANIMARLES PARA QUE PRUEBEN LA  
ACTIVIDAD.** NOS ENCONTRAREMOS CON  
ALUMNOS DE 6º DE PRIMARIA DE COLEGIOS,  
POR LO QUE TENDREMOS QUE TENER  
**PACIENCIA** Y DEBEMOS **ACOMPañAR** EN  
TODO MOMENTO PARA **DARLES SEGURIDAD**

**3**

## **Olimpiadas**

EN ESTA ACTIVIDAD RECREATIVA LIBRE  
TENEMOS QUE SER MUY ESCRUPULOSOS A LA  
HORA DE ADOPTAR LAS **MEDIDAS DE  
SEGURIDAD** PERTINENTES: **CASCO Y ARNESES  
BIEN COLOCADOS, ZONA DESPEJADA DE  
ALUMNOS QUE NO ESTÉN PARTICIPANDO  
DADO QUE LAS CAJAS SE VAN A CAER SÍ O  
SÍ; ASEGURAR BIEN LA ASCENSIÓN,  
CONTROLAR BIEN LA BAJADA DEL  
PARTICIPANTE... ES MUY IMPORTANTE ESTAR  
MUY CONCENTRADOS.**

**4**

## **Seguridad**



Olimpiadas  
Rayanas

# INICIACIÓN A LA ESCALADA **RAPEL BOMBEROS**

GUÍA DE ACTIVIDADES  
RECREATIVAS LIBRES

EL PARQUE COMARCAL DE BOMBEROS TRASLADA SU UBICACIÓN EN EL DÍA DE LAS OLIMPIADAS RAYANAS Y NOS OFRECE VARIAS ACTIVIDADES DE EXHIBICIÓN. TAMBIÉN HEMOS EQUIPADO UN **RAPEL**, DONDE UTILIZAREMOS **MATERIAL ESPECÍFICO** PARA ASEGURAR A LOS PARTICIPANTES

1

## Espacio

TENDREMOS QUE **MANEJAR ARNÉS Y CASCO (PARA MÍ Y PARA EL PARTICIPANTE), CUERDA, GRIGRI Y MOSQUETONES**. SE TRATA DE UNA ACTIVIDAD MONTADA PARA QUE LOS ALUMNOS REALICEN UN PEQUEÑO RAPEL EN UN MURO DE PIEDRA CON DIFICULTAD MEDIA-BAJA.

2

## Material

**1** En esta actividad recreativa habrá **DOS** miembros del STAFF

**2** Nos centraremos en la **PARTICIPACIÓN INMEDIATA** y el **APRENDIZAJE**, por lo que evitaremos al máximo las esperas

ES IMPORTANTE ASEGURAR BIEN A LOS PARTICIPANTES, CONTROLAR QUE LAS ESPERAS NO SEAN DEMASIADO GRANDES Y ANIMARLES PARA QUE PRUEBEN LA ACTIVIDAD. NOS ENCONTRAREMOS CON ALUMNOS DE 6º DE PRIMARIA DE COLEGIOS, POR LO QUE TENDREMOS QUE TENER PACIENCIA Y DEBEMOS ACOMPAÑAR EN TODO MOMENTO PARA DARLES SEGURIDAD. SIEMPRE TENDRÉIS EL APOYO DE LOS BOMBEROS DE LA LOCALIDAD.

3

## Olimpiadas

EN ESTA ACTIVIDAD RECREATIVA LIBRE TENEMOS QUE SER MUY ESCRUPULOSOS A LA HORA DE ADOPTAR LAS **MEDIDAS DE SEGURIDAD PERTINENTES: CASCO Y ARNESES BIEN COLOCADOS, ZONA DESPEJADA DE ALUMNOS QUE NO ESTÉN PARTICIPANDO, ASEGURAR BIEN EL DESCENSO... ES MUY IMPORTANTE ESTAR MUY CONCENTRADOS.**

4

## Seguridad





## ACTIVIDADES DIRIGIDAS CON **BASE MUSICAL**

GUÍA DE ACTIVIDADES  
RECREATIVAS LIBRES

EN LA CELEBRACIÓN DE LAS IV OLIMPIADAS  
RAYANAS HABILITAREMOS UN ESPACIO  
CONCRETO PARA LLEVAR A CABO DE  
MANERA PUNTUAL ACTIVIDADES DIRIGIDAS  
CON BASE MUSICAL

**1**

### **Espacio**

**PROFESORES Y ALUMNOS DE CICLOS  
FORMATIVOS** SERÁN LOS ENCARGADOS DE  
DIRIGIR ESTA ACTIVIDAD RECREATIVA LIBRE,  
REALIZANDO VARIOS PASES EN LA MAÑANA  
DEPENDIENDO DE LA AFLUENCIA DE  
PARTICIPANTES.

EN LA EDICIÓN DE ESTE AÑO, VARIOS  
ALUMNOS DEL IES LOUSTAU-VALVERDE  
QUIEREN ACOMPAÑAROS Y APRENDER DE  
VOSOTROS

**2**

### **Organización**

**1** En esta actividad recreativa habrá  
**CUATRO** miembros del STAFF

**2** Nos centraremos en la **PARTICIPACIÓN  
INMEDIATA** y el **APRENDIZAJE**, por lo  
que evitaremos al máximo las esperas

CUALQUIER ALUMNO/PROFESOR/VISITANTE  
PARTICIPANTE EN LAS OLIMPIADAS, TANTO DE  
LOS CENTROS DE ENSEÑANZA SECUNDARIA,  
DE LOS CENTROS DE PERSONAS CON  
DIVERSIDAD FUNCIONAL O DE LOS CENTROS  
DE EDUCACIÓN PRIMARIA, PODRÁ PARTICIPAR  
DE MANERA LIBRE EN EL ESPACIO HABILITADO.

TRATAREMOS DE **MOVILIZAR A UN GRAN  
NÚMERO DE PARTICIPANTES, INCLUIDOS  
PROFESORES Y PROFESORAS  
ACOMPAÑANTES DE LOS CENTROS**  
ANTERIORMENTE CITADOS

**3**

### **Olimpiadas**

EL DÍA DE LAS OLIMPIADAS QUEDARÁ  
PERFECTAMENTE DELIMITADA LA FRANJA  
HORARIA A LA QUE SE LLEVARÁ A CABO ESTA  
ACTIVIDAD, PUDIENDO **AMPLIAR EL NÚMERO  
DE VECES QUE SE REPITA EN FUNCIÓN DE LA  
PARTICIPACIÓN.**

COMO EN LA EDICIÓN DEL AÑO PASADO, ESTA  
ACTIVIDAD **CONTINUARÁ POR LA TARDE EN EL  
CAMPO MUNICIPAL DE DEPORTES**, DONDE SE  
REUNIRÁ CASI LA TOTALIDAD DE ATLETAS  
PARTICIPANTES

**4**

### **Horario**





## MODALIDAD RECREATIVA DE **SPIKEBALL**

GUÍA DE ACTIVIDADES  
RECREATIVAS LIBRES

EN LA ZONA DEL CAMPO DE FÚTBOL MUNICIPAL, DONDE SE JUGARÁ LA COMPETICIÓN DE ESTA MODALIDAD EN EL CUADRIATLÓN RAYANO, SE PODRÁ PRACTICAR DE MANERA RECREATIVA ESTE DIVERTIDO JUEGO DEPORTIVO

**1**

### **Espacio**

PARA DINAMIZAR ESTA ACTIVIDAD RECREATIVA LIBRE **PLANTEAMOS PARTIDOS DE 2 CONTRA 2 E INTENTAREMOS ENSEÑAR LA DINÁMICA DE JUEGO Y LAS PRINCIPALES REGLAS DEL SPIKEBALL.** PODEMOS PLANTEAR PARTIDOS A 15 PUNTOS O A 21 PUNTOS EN FUNCIÓN DE LA AFLUENCIA DE PARTICIPANTES.

**2**

### **Organización**

**1** En esta actividad recreativa habrá **DOS** miembros del STAFF

**2** Nos centraremos en la **PARTICIPACIÓN INMEDIATA** y el **APRENDIZAJE**, por lo que evitaremos al máximo las esperas

LA MEJOR MANERA DE EXPLICAR LA DINÁMICA DEL SPIKEBALL ES HACIENDO UNA COMPARACIÓN CON EL VOLEIBOL. EN VEZ DE SOBREPASAR UNA RED, EN EL SPIKEBALL LA PELOTA TIENE QUE REBOTAR EN UNA SUPERFICIE ELÁSTICA. SE JUEGAN PARTIDOS DE 2 CONTRA 2, EN LOS QUE LOS JUGADORES PUEDEN MOVERSE EN LOS 360° ALREDEDOR DE LA SUPERFICIE DE REBOTE. CADA PAREJA TIENE 3 TOQUES PARA CONSTRUIR EL ATAQUE. SE CONSIGUE PUNTO CUANDO EL EQUIPO CONTRARIO NO PUEDE DEVOLVER LA PELOTA, CUANDO LA PELOTA REBOTA DOS VECES EN LA SUPERFICIE O CUANDO EL BALÓN TOQUE EL BORDE Y CAMBIE DE TRAYECTORIA

**3**

### **El juego**

EN EL IES LOUSTAU-VALVERDE **JUGAMOS AL SPIKEBALL UTILIZANDO TRES ELEMENTOS FUNDAMENTALES: UNA CAMA ELÁSTICA REDONDA, UN NEUMÁTICO DE CAMIÓN Y UNA PELOTA DE ESPUMA.**

EN REALIDAD EL SET DE JUEGO DE SPIKEBALL CONSTA DE UNA SUPERFICIE EN LA QUE REBOTAR LA PELOTA, QUE SUELE SER UN ARO CON UNA RED TENSA

**4**

### **Material**



## JUGAMOS CON FRISBEE AL **KANJAM**

GUÍA DE ACTIVIDADES  
RECREATIVAS LIBRES

PARA ESTA ACTIVIDAD RECREATIVA LIBRE  
DISPONDREMOS DE UN ESPACIO AMPLIO.  
DISTRIBUIREMOS DOS CESTAS DE JUEGO  
ENFRENTADAS Y SEPARADAS POR UNOS 15  
METROS

1

## Espacio

PLANTEAREMOS **EL APRENDIZAJE DEL KANJAM**  
**Y LA PARTICIPACIÓN CON PARTIDAS**  
**RÁPIDAS.** EL JUEGO SE PRACTICA CON UN 2  
CONTRA DOS EN LOS QUE UNO DE LA PAREJA  
ESTÁ SIEMPRE EN LA CESTA CONTRARIA, ES  
DECIR, LOS MIEMBROS DE UNA MISMA PAREJA  
ESTÁN CADA UNO EN UNA CESTA DEL JUEGO

2

## Organización

**1** En esta actividad recreativa habrá **DOS**  
miembros del STAFF

**2** Nos centraremos en la **PARTICIPACIÓN**  
**INMEDIATA** y el **APRENDIZAJE**, por lo  
que evitaremos al máximo las esperas

PARA JUGAR A KANJAM SE NECESITA TAN  
SOLO UN PAR DE CESTAS Y UN FRISBEE

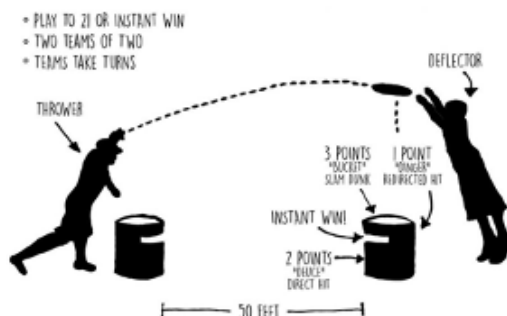


3

## Material

EL JUEGO SE BASA EN EL LANZAMIENTO DE UN  
FRISBEE EN DOS EQUIPOS DISTRIBUIDOS  
COMO HEMOS COMENTADO ANTERIORMENTE.

EL OBJETIVO ES CONSEGUIR 21 PUNTOS  
EXACTOS (O HACER UN LANZAMIENTO DE  
"VICTORIA INSTANTÁNEA"); LOS EQUIPOS  
JUEGAN POR TURNOS. HAY 3 MANERAS DE  
PUNTUAR: 1.TOCAR EL CUBO CON EL FRISBEE,  
TRAS UNA REDIRECCIÓN DE TU COMPAÑERO  
(SUMAS 1 PUNTO). 2.TOCAR DIRECTAMENTE EL  
CUBO CON EL FRISBEE, SIN QUE TU  
COMPAÑERO LO TOQUE (SUMAS 2 PUNTOS).  
3.METER EL FRISBEE EN EL CUBO, TRAS UNA  
REDIRECCIÓN DE TU COMPAÑERO (SUMAS 3  
PUNTOS). 4."VICTORIA INSTANTÁNEA"  
INTRODUCIENDO EL FRISBEE POR UNA RANURA  
EN EL LATERAL DEL CUBO



4

## El juego



## HABILIDADES FÚTBOL-PÁDEL

GUÍA DE ACTIVIDADES  
RECREATIVAS LIBRES

EN LAS IV OLIMPIADAS RAYANAS LOS PARTICIPANTES PODRÁN MOSTRAR SU HABILIDADES FUTBOLÍSTICAS JUGANDO A UNA MODALIDAD DE PÁDEL MUY ESPECIAL: EL FÚTBOL-PÁDEL. **DISPONEMOS DE UNA PISTA CUBIERTA DE PÁDEL EN LA QUE JUGAR**

1

### Espacio

A LA HORA DE DINAMIZAR LA ACTIVIDAD, TENEMOS QUE **ORGANIZAR PARTIDOS DE 2 CONTRA 2 EN LA MITAD DE LA PISTA DE PÁDEL**, ES DECIR, QUE **PUEDA HABER DOS PARTIDOS SIMULTÁNEOS SI ES PRECISO**, AUNQUE COMPROBAREMOS SI ES POSIBLE Y NO HAY MUCHAS INTERFERENCIAS. PODEMOS ESTABLECER PARTIDOS A 21 PUNTOS

2

### Organización

**1** En esta actividad recreativa habrá **DOS** miembros del STAFF

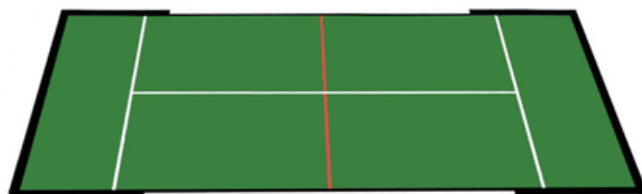
**2** Nos centraremos en la **PARTICIPACIÓN INMEDIATA** y el **APRENDIZAJE**, por lo que evitaremos al máximo las esperas

UNA PISTA DE PÁDEL, CON UNA RED AL MEDIO Y UN BALÓN, NO ES NECESARIO NADA MÁS

3

### Material

JUGAREMOS AL **FÚTBOL-TENIS**, CON RED, PERO EN UNA PISTA DE PÁDEL. PARA ELLO TAN **SOLO UTILIZAREMOS LOS CUADROS DE SAQUE**. SE PODRÁ JUGAR EN **PAREJAS** O DE MANERA **INDIVIDUAL**. ESTABLECEREMOS LA NORMA DE UN TOQUE POR PERSONA, UN BOTE Y COMO MÁXIMO TRES TOQUES ENTRE LOS DOS MIEMBROS DE LA PAREJA



4

### El juego



## PARQUE INFANTIL DE TRÁFICO **SEGURIDAD VIAL**

GUÍA DE ACTIVIDADES  
RECREATIVAS LIBRES

EN ESTA EDICIÓN CONTAMOS CON EL  
**PARQUE INFANTIL DE TRÁFICO MUNICIPAL**,  
LUGAR DONDE PODREMOS DESARROLLAR  
VARIAS ACTIVIDADES SIMULTÁNEAS EN  
**COLABORACIÓN CON CRUZ ROJA  
EXTREMADURA.**

**1**

## **Espacio**

EN TODO MOMENTO **VELAREMOS POR LA  
SEGURIDAD DE LOS PARTICIPANTES Y  
TRATAREMOS DE VIGILAR CUALQUIER  
COMPORTAMIENTO QUE SE EXTRALIMITE.**

NO PERMITIREMOS UN MAL USO QUE  
SUPONGA EL DETERIORO DEL MATERIAL  
(KARTS) O UN USO TEMERARIO DE LOS  
MISMOS

**2**

## **Seguridad**

**1** En esta actividad recreativa habrá  
**CUATRO** miembros del STAFF

**2** Nos centraremos en la **PARTICIPACIÓN  
INMEDIATA** y el **APRENDIZAJE**, por lo  
que evitaremos al máximo las esperas

CONTAREMOS CON **KARTS A PEDALES**  
(PROPIEDAD DE CRUZ ROJA EXTREMADURA) Y  
CABE LA POSIBILIDAD DE **USAR PATINES EN  
LINEA** (EL ALUMNADO LLEVARÁ SUS PROPIOS  
PATINES, CON SUS CORRESPONDIENTES  
PROTECCIONES OBLIGATORIAS)

**3**

## **Material**

AL TRATARSE DE UN CIRCUITO, PODEMOS  
ORGANIZAR LA ACTIVIDAD DE VARIAS  
MANERAS:

**\* CIRCUITO CONTRARRELOJ CON LOS KARTS  
A PEDALES**

**\* PARTICIPACIÓN SIMULTÁNEA DE  
PATINADORES Y KARTS DE FORMA LIBRE**

**\* MEJORA DE ASPECTOS TÉCNICOS BÁSICOS  
DE PATINAJE Y DINAMIZACIÓN LÚDICA A  
TRAVÉS DE JUEGOS**

**4**

## **Organización**



## ACTIVIDAD LÚDICA TENIS DE MESA

GUÍA DE ACTIVIDADES  
RECREATIVAS LIBRES

EN EL PABELLÓN POLIDEPORTIVO MUNICIPAL  
CONTAMOS CON **DOS MESAS DE PING PONG**  
**QUE SE SITUAN EN LA PARTE ALTA DE LA**  
**GRADA**

1

### Espacios

PODEMOS DINAMIZAR ESTA ACTIVIDAD DE  
VARIAS MANERAS, DEPENDIENDO LA  
AFLUENCIA DE PARTICIPANTES QUE  
TENGAMOS. UNA POSIBILIDAD ES ESTABLECER  
UN **“REY DE LA PISTA”** A UN SOLO JUEGO DE  
11 PUNTOS O REALIZAR PARTIDOS DE DOBLES  
(EN PAREJAS)

2

### Organización

**1** En esta actividad recreativa habrá **DOS**  
miembros del STAFF

**2** Nos centraremos en la **PARTICIPACIÓN**  
**INMEDIATA** y el **APRENDIZAJE**, por lo  
que evitaremos al máximo las esperas

SEREMOS **MUY CUIDADOSOS CON EL**  
**MATERIAL** QUE UTILIZAMOS (BÁSICAMENTE  
LA MESA, LAS PALAS Y PELOTAS DE TENIS DE  
MESA)

3

### Material

EL OBJETIVO PRINCIPAL DE ESTA ACTIVIDAD  
ES OFRECER UN **ESPACIO DE CONVIVENCIA**  
**A LOS ATLETAS Y PARTICIPANTES EN LAS IV**  
**OLIMPIADAS RAYANAS**. COMO SABÉIS, NOS  
ENCONTRAREMOS CON ATLETAS DE  
DIFERENTES CENTROS DE ENSEÑANZA  
SECUNDARIA DE ESPAÑA Y PORTUGAL,  
CENTROS DE PERSONAS CON DISCAPACIDAD  
Y PARTICIPANTES QUE PROCEDEN DE  
COLEGIOS DE EDUCACIÓN PRIMARIA DE LA  
ZONA

4

### Olimpiadas



## EXHIBICIÓN PARTICIPATIVA JUGGER

GUÍA DE ACTIVIDADES  
RECREATIVAS LIBRES

LAS IV OLIMPIADAS RAYANAS CONTARÁN CON  
ALUMNOS DEL IES LOUSTAU VALVERDE  
PRACTICANDO Y ENSEÑANDO EL DEPORTE  
ALTERNATIVO DE **JUGGER**

1

## Espacios

AL TRATARSE DE UNA ACTIVIDAD QUE SE  
PRACTICA CON **IMPLEMENTOS**, **DEBEMOS**  
**SER MUY CUIDADOSOS A LA HORA DE**  
**CONTROLAR EL USO QUE SE REALIZA DE LOS**  
**MISMOS, YA QUE PUEDEN OCASIONAR**  
**DAÑOS IMPORTANTES EN LA INTEGRIDAD DE**  
**LOS PARTICIPANTES**

2

## Seguridad

**1** En esta actividad recreativa habrá  
**DOCE** miembros del STAFF

**2** Nos centraremos en la **PARTICIPACIÓN**  
**INMEDIATA** y el **APRENDIZAJE**, por lo  
que evitaremos al máximo las esperas

LOS IMPLEMENTOS DE JUGGER ESTÁN  
PERFECTAMENTE ESTANDARIZADOS Y EL DÍA  
DE LAS IV OLIMPIADAS RAYANAS  
CONTAREMOS CON EL MATERIAL DEL IES  
LOUSTAU-VALVERDE. PODREMOS PRACTICAR  
Y ENSEÑAR A PRACTICAR A TODO AQUEL  
PARTICIPANTE QUE DESEE

3

## Material

AL TRATARSE DE UN DEPORTE ALTERNATIVO  
CON UNAS NORMAS Y REGLAMENTACIÓN  
MUY DELIMITADAS, LOS ENCARGADOS DE  
DINAMIZAR ESTA ACTIVIDAD RECREATIVA  
LIBRE **REALIZARÁN UNA EXHIBICIÓN DEL**  
**JUEGO, PERMITIENDO A LOS**  
**PARTICIPANTES QUE SE ACERQUEN A**  
**CONOCER EL JUGGER ENTRAR A JUGAR UNA**  
**VEZ QUE ASIMILEN LA DINÁMICA Y LAS**  
**NORMAS DEL JUEGO.**

PARA ELLO, NECESITAMOS QUE ALTERNÉIS  
LAS FUNCIONES DE JUGADOR Y DE  
DINAMIZADOR (EXPLICANDO DESDE FUERA LA  
DINÁMICA DEL JUEGO) DURANTE LA PUESTA  
EN MARCHA DE ESTA ACTIVIDAD.

ES IMPROBABLE QUE PODÁIS ESTAR  
PRACTICANDO EL DEPORTE DURANTE HORAS,  
POR LO QUE VAIS A NECESITAR ENCONTRAR  
UN EQUILIBRIO ENTRE LAS FUNCIONES,  
PERSIGUIENDO EL OBJETIVO DE INVOLUCRAR  
A LOS PARTICIPANTES QUE SE ACERQUEN A  
CONOCER EL JUGGER DE CERCA.

4

## Organización



## CIRCUITO DE ORIENTACIÓN **LABERINTO**

GUÍA DE ACTIVIDADES  
RECREATIVAS LIBRES

EL IES SANTIAGO APÓSTOL (ALMENDRALEJO) NOS AYUDA CON EL MONTAJE DE UN CIRCUITO DE ORIENTACIÓN ESTILO "MAZE" O "LABERINTO". EN UN ESPACIO ABIERTO DEL CENTRO DELIMITAREMOS CON MATERIAL DE SEÑALIZACIÓN UN CIRCUITO CERRADO

**1**

### **Espacio**

LA UTILIZACIÓN DE MAPAS, BALIZAS ELECTRÓNICAS Y CRONÓMETRO ES LA PRINCIPAL CARACTERÍSTICA DE ESTA ACTIVIDAD RECREATIVA LIBRE.

**2**

### **Material**

**1** En esta actividad recreativa el STAFF será personal de **ÍTACA AVENTURA**

**2** Nos centraremos en la **PARTICIPACIÓN INMEDIATA** y el **APRENDIZAJE**, por lo que evitaremos al máximo las esperas

EL OBJETIVO SERÁ REALIZAR EL RECORRIDO ORIENTÁNDOSE EN EL MENOR TIEMPO POSIBLE.

**3**

### **Olimpiadas**

SE TRATA DE UNA OPORTUNIDAD IDEAL DE CONOCER UNA MODALIDAD RECREATIVA DE ORIENTACIÓN, UTILIZANDO MEDIOS ELECTRÓNICOS DE LOS QUE NORMALMENTE NO DISPONEMOS. DEL MISMO MODO PODREMOS APRENDER A ORGANIZAR UN CIRCUITO DE ORIENTACIÓN CON DIFERENTES MAPAS.

**4**

### **Aprendizaje**





## DEPORTE DIVERTIDO HINCHABLES LÚDICOS

GUÍA DE ACTIVIDADES  
RECREATIVAS LIBRES

LAS IV OLIMPIADAS RAYANAS CONTARÁN CON  
ALGUNOS HINCHABLES LÚDICOS DISTRIBUIDOS  
EN LAS ZONAS DE JUEGO, QUE SERÁN 3

1

### Espacios

NOS DEBEMOS CENTRAR EN EL CONTROL DE  
ACCESO Y DEL USO DE LOS HINCHABLES  
LÚDICOS PARA QUE NO HAYA  
AGLOMERACIONES NI SE HAGA UN USO  
INADECUADO DE LOS MISMOS,  
ESTABLECIENDO TIEMPOS Y CUIDANDO LA  
ORGANIZACIÓN

2

### Organización

**1** **SEIS** miembros del STAFF (bachillerato  
IES Loustau-Valverde) se harán cargo

**2** Nos centraremos en la **PARTICIPACIÓN  
INMEDIATA** y el **APRENDIZAJE**, por lo  
que evitaremos al máximo las esperas

CONTAREMOS CON 3 HINCHABLES LÚDICOS:

- VOLEIBOL
- FÚTBOL BALONCESTO
- MULTICANASTAS

3

### Material

EL OBJETIVO ES QUE LOS PARTICIPANTES QUE  
NO TENGAN QUE DISPUTAR PARTIDOS DE SUS  
RESPECTIVAS MODALIDADES DEPORTIVAS  
PUEDAN DISFRUTAR DE ACTIVIDADES COMO  
ESTA. POR OTRO LADO, LOS ALUMNOS Y  
ALUMNAS QUE NOS VISITAN DE LOS CENTROS  
DE EDUCACIÓN INFANTIL Y PRIMARIA (DE 6º DE  
PRIMARIA) TAMBIÉN PODRÁN HACER USO DE  
ESTA Y DE LAS DEMÁS ACTIVIDADES  
RECREATIVAS LIBRES PROPUESTAS POR LA  
ORGANIZACIÓN

4

### Olimpiadas