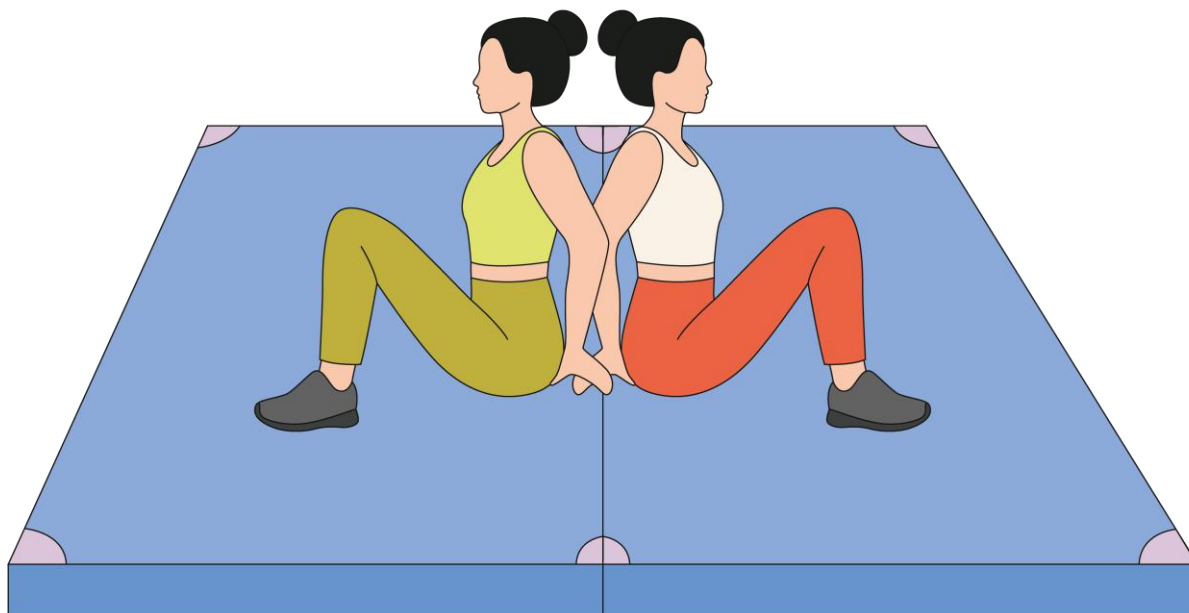


Estación 1 - Espalda con espalda

Inicio: Se sientan espalda con espalda.

Objetivo: Quien empuje primero a la otra persona fuera de la colchoneta gana un punto.

Importante: Se debe tratar de solo apoyar los pies en la colchoneta, si se caen empieza de nuevo.

**Material:**

Dos pequeñas colchonetas de
dispuestas en un cuadrado.

Estación 2 – El sandwich

Inicio: Un niño se tumba en la colchoneta. El compañero se tumba encima e intenta mantenerse por encima de él.

Objetivo: Si el estudiante inferior consigue escapar, recibe un punto.

Importante: No se debe poner de pie.



Material:

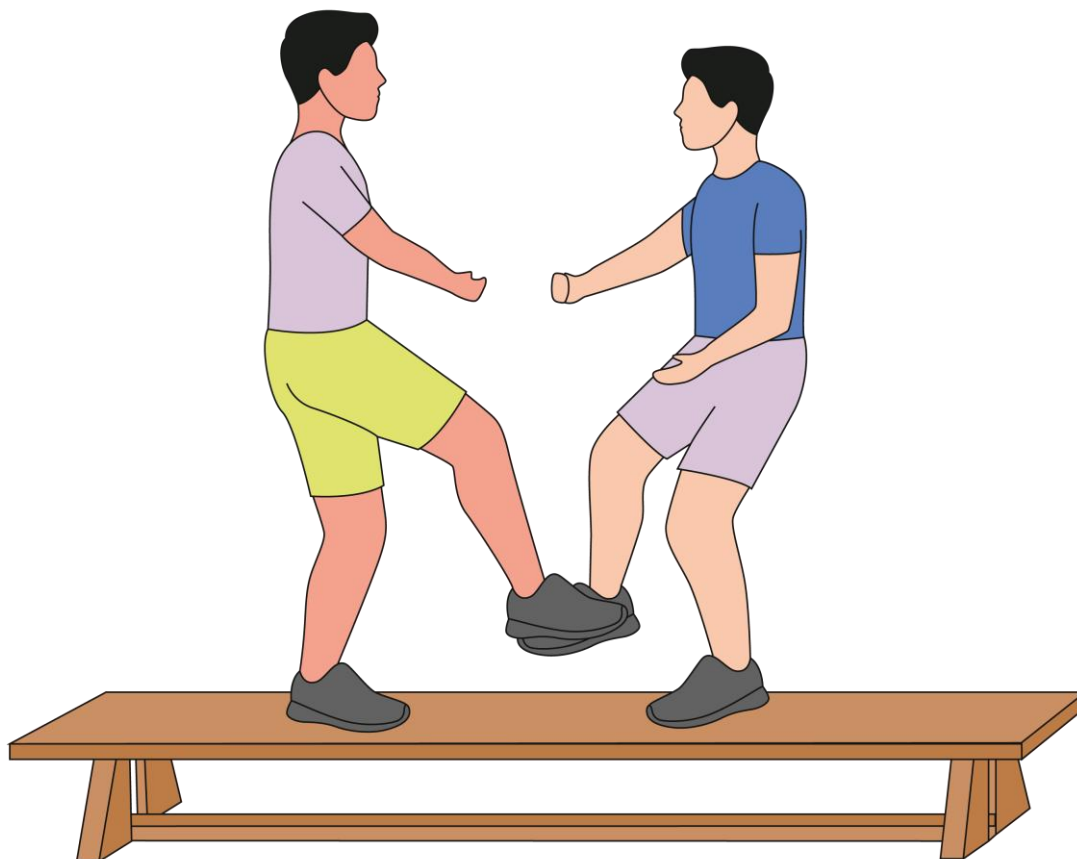
Dos pequeñas colchonetas de
dispuestas en un cuadrado.

Estación 3 - El pasillo

Inicio: Se colocan uno frente al otro en el banco.

Objetivo: en cuanto un jugador se cae del banco, el otro recibe un punto.

Importante: No está permitido empujar.



Material:

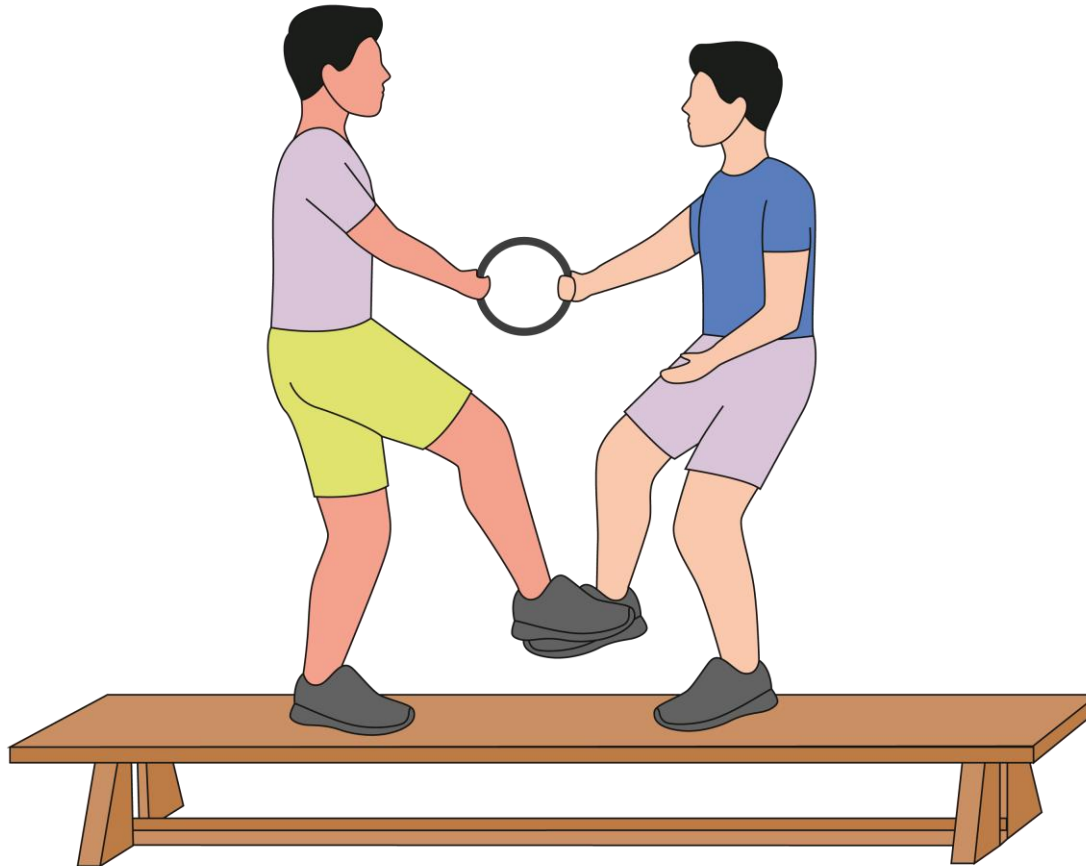
Un banco sueco. Podría
dificultarse con el banco al revés.

Estación 4 - Batalla de agarre

Inicio: Se colocan uno frente al otro en el banco y ambos sujetan un aro.

Objetivo: en cuanto un jugador abandona el banco, el otro recibe un punto.

Importante: No debe soltarse la cinta del anillo/parte.



Material:

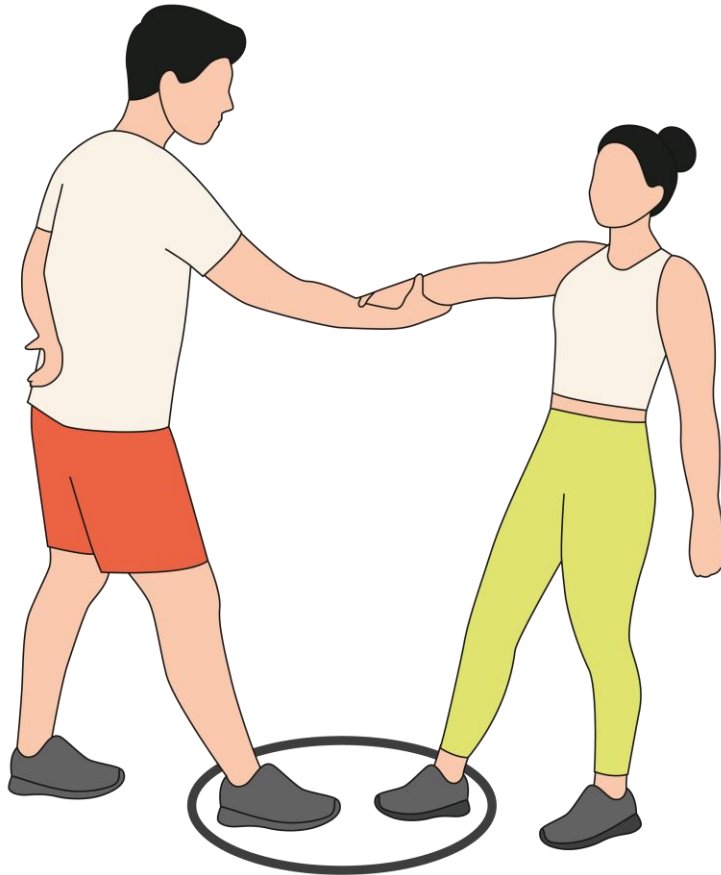
Un banco sueco y un aro.

Estación 5 - Sal del círculo

Inicio: Se colocan uno frente al otro y se cogen de la mano. Cada uno tiene un pie en el aro.

Objetivo: Si el compañero es sacado fuera del aro, la otra persona recibe un punto.

Importante: No lo sueltes.



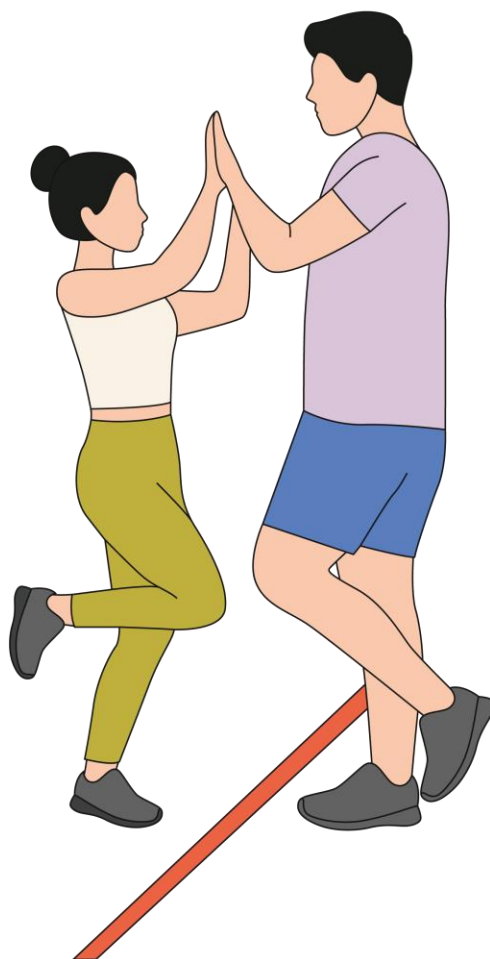
Material:

1 aro

Estación 6 - Lucha a una pierna

Inicio: Te colocas sobre una pierna frente a la otra. Las palmas de las manos se tocan.

Objetivo: Si alguien consigue desequilibrar a la otra persona para que su segundo pie toque el suelo, recibe un punto.



Material:

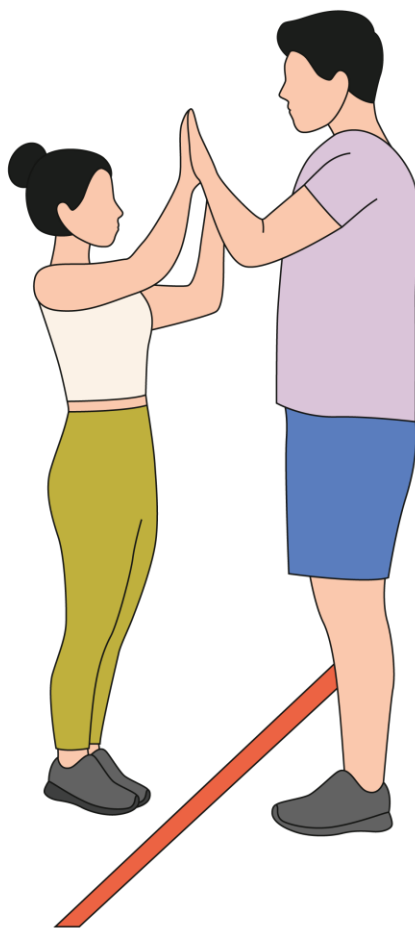
Línea del campo o cuerda.

Estación 7 - Empuje sobre la línea

Inicio: Están uno frente al otro. Las palmas de las manos se tocan.

Objetivo: Si alguien consigue empujar a su compañero más allá de la línea divisoria, recibe un punto.

Importante: Sólo puede empujar.



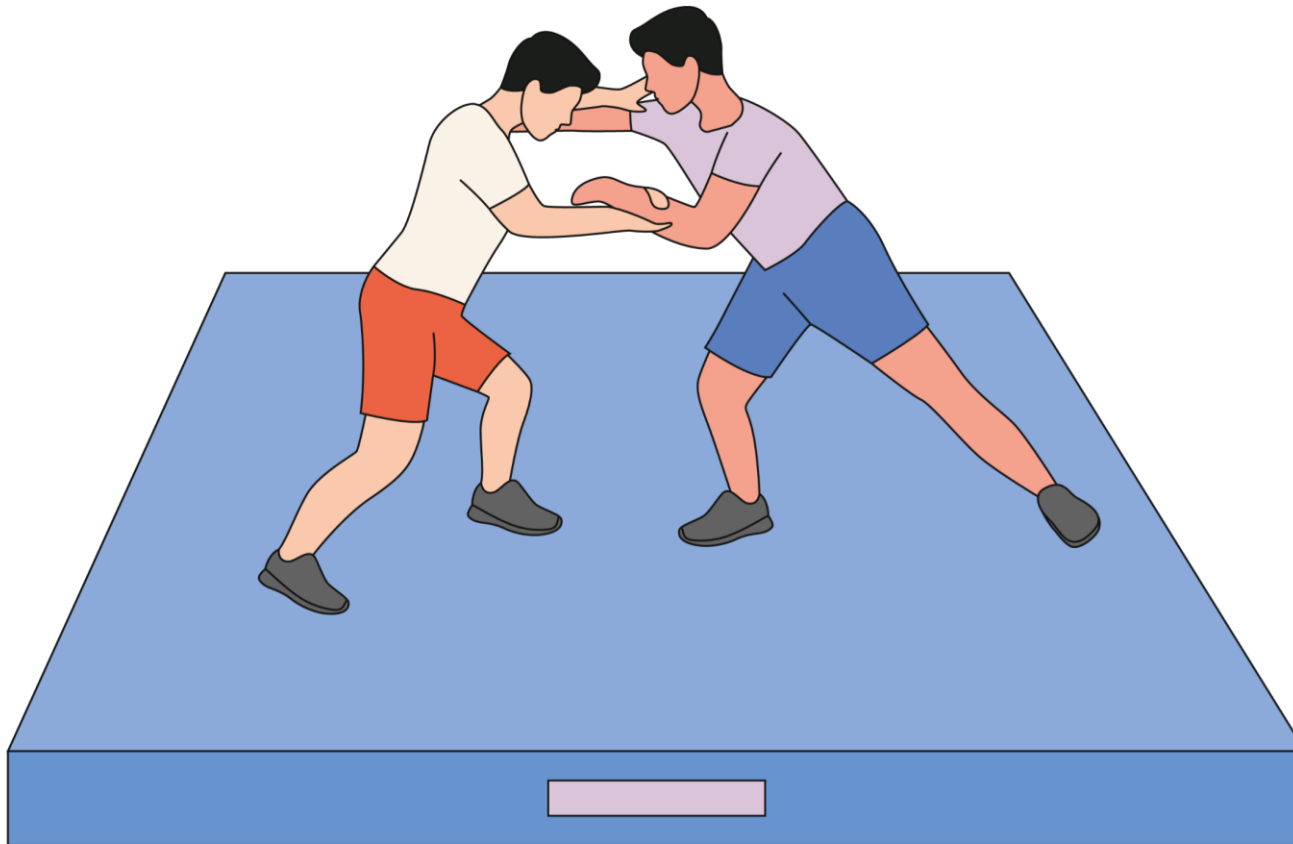
Material:

Línea del campo o cuerda.

Estación 8 - Mini sumo

Inicio: Se colocan uno frente al otro en la alfombrilla blanca.

Objetivo: Si alguien consigue empujar a su compañero fuera de la colchoneta tirando o empujando, recibe un punto.



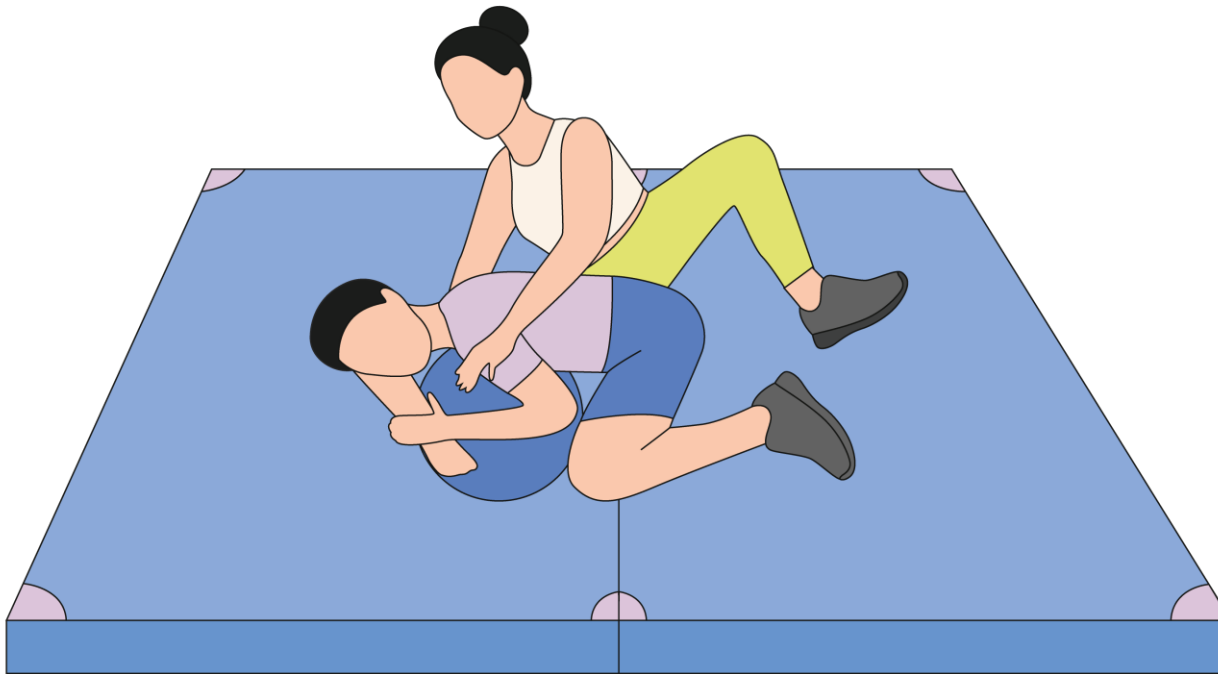
Material:

1 colchoneta quitamiedos

Estación 9 - Robar el tesoro

Inicio: Un compañero recibe el tesoro (pelota) y lo agarra.

Gol: Si el compañero consigue capturar la pelota, recibe un punto.



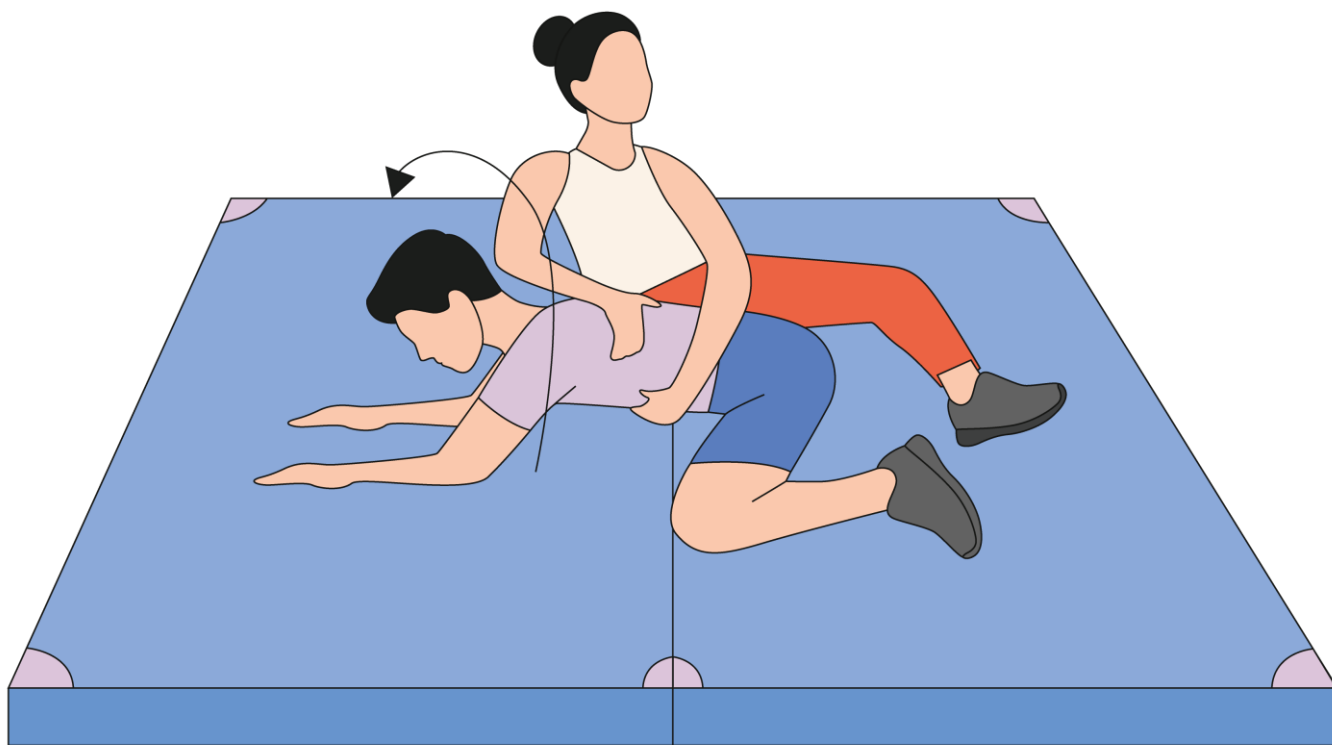
Material:

Dos pequeñas colchonetas de
dispuestas en un cuadrado y una
pelota.

Estación 10 - Tortugas giratorias

Inicio: Un compañero se coloca en posición de cuadrupedia (tortuga).

Objetivo: Si el compañero consigue poner la tortuga boca arriba, recibe un punto.

**Material:**

Dos pequeñas colchonetas de
dispuestas en un cuadrado.

Inicio: Se colocan de rodillas uno frente al otro.

Objetivo: Un compañero debe escapar de la colchoneta. El otro intenta impedirlo.

Si la pareja consigue escapar de la colchoneta, recibe un punto.

Importante: Una rodilla debe estar siempre en contacto con la colchoneta.



Material:

1 colchoneta quitamiedos