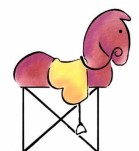


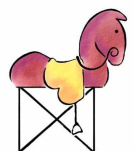
**MUSEO DEL JUEGO**  
**UNIDAD DIDÁCTICA: ZANCOS DE PIE**

David Taylor Serrano  
Alberto Román García  
Patricia Mur Martín



## Índice:

1. Definición
2. Historia de los Zancos
3. Objetivos
4. Taller de construcción
  - 4.1. Herramientas.
  - 4.2. Material necesario.
  - 4.3. Proceso de construcción.
5. Progresión didáctica
6. Evaluación
7. Bibliografía



## 1. DEFINICIÓN:

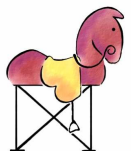


Los zancos son largos postes o pilares de madera u otro material, que se utilizan para permitir que una persona se sostenga sobre ellos a una cierta distancia del suelo. Además de sostenerse, la idea de los zancos es que la persona tenga también movilidad, y pueda desplazarse encima de ellos. Por ello, los zancos están equipados con unos escalones en los que colocar los pies, y sobre los que apoyarse o también se pueden utilizar correas para atarlos directamente a las piernas.



Durante los últimos 50 años se han desarrollado distintos tipos de zancos, variando algunos de sus aspectos. Entre las variables que conforman los distintos zancos distinguimos:

- Lugar de fijación y apoyo: Con apoyo en las manos o con apoyo en las piernas
- Tamaño de la base de sustentación: de base pequeña (3 a 5 centímetros de diámetro) o de base amplia (tamaño de un pie humano).
- Material de fabricación: Madera, plástico o aluminio.



## UNIDAD DIDÁCTICA: ZANCOS DE PIE

---

Los Zancos de pie son los más usados desde siempre, debido a que sus posibilidades de desarrollar movimientos son casi ilimitadas, realmente lo único que cambiamos es la longitud de la pierna, pero las manos y el resto del cuerpo quedan libres para poder realizar otras actividades.

Sus partes son:

- Los palos o tubos
- La plataforma
- La base de apoyo
- Las correas o sistemas de sujeción
- Las protecciones

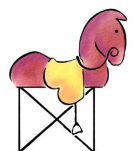
### **Los palos o tubos**

Hasta no hace mucho todos eran de madera noble, para evitar que se partieran con facilidad. Actualmente, la tendencia es construirlos de aluminio, que es más resistente y ligero. Si los Zancos son de mano, suelen tener una longitud entre 1,80 y 2 m. Si son de pie, la parte superior de la barra o tubo no superará nunca la altura de la rodilla. El diámetro del palo o tubo suele tener entre 3 y 5 cm. Los Zancos metálicos serán preferentemente circulares.

### **La plataforma**

Es una pieza, generalmente de madera, sujeta al tubo transversalmente, que sirve para apoyar los pies del zancudo. Marca realmente la altura, que suele variar entre los 40 cm (Zancos de iniciación) hasta los que sobrepasan el metro (Zancos para profesionales).

Podemos fabricar Zancos que tengan la posibilidad de colocar la plataforma a distintas alturas, y así adaptarlos a los diferentes niveles



## UNIDAD DIDÁCTICA: ZANCOS DE PIE

---

de aprendizaje. Recomendamos como material de escuela tener varios Zancos con distintas alturas, que pueden ir desde los 40 a los 60 cm.

### **La base de apoyo**

Es necesaria tanto para los Zancos de madera como para los de aluminio. Su función es evitar que el Zanco se resbale cuando se apoya en superficies húmedas o resbaladizas. Lo mejor es colocarles tacos de goma, sujetos fuertemente con abrazaderas metálicas. También pueden servir tapas de goma, clavadas con puntas sin cabeza en la base de los Zancos.

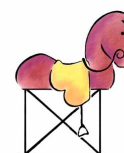
### **Las correas o sistemas de sujeción**

Se utilizan para sujetar firmemente el Zanco a la pierna. Es muy importante que la pierna y el Zanco formen un mismo bloque, pues en el caso de que la pierna se mueva algo, aumenta la inestabilidad y el peligro.

Podemos prescindir de las correas y utilizar nada más que cinta adhesiva de embalar para hacer la fijación, tanto del pie a la plataforma, como de la pierna al palo o tubo. Colocar botas o zapatillas fijas en la plataforma del Zanco es recomendable, siempre que los Zancos los use una sola persona. En el Zanco de escuela no se recomienda este procedimiento por higiene.

### **Las protecciones**

Son de dos tipos: la que se usa para proteger la pierna de la presión de la correa o de la cinta adhesiva; suelen ser de gomaespuma blanda, y las que sirven para protegerse de las caídas, como rodilleras o coderas.

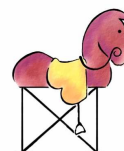


### 2. HISTORIA DE LOS ZANCOS

¿Para qué abandonaría alguien su natural equilibrio y se arriesgaría a explorar las alturas desde la precaria seguridad que le ofrecen dos estrechas vigas de madera? ¿Deseos de convertirse en gigante? ¿Un desafío a la gravedad? Lo cierto es que las más diversas razones debieron encaramar al hombre sobre los zancos e imposible resulta determinar sus orígenes.

Desde la antigüedad más remota fueron utilizados por tribus y civilizaciones que no se conocían entre sí. Una de las raíces de la tradición de los zancos nos lleva hasta Nueva Zelanda. Allí los Maoríes se establecieron a partir del 800 d.C. Entre ellos existía la creencia de que las cosas extraviadas eran responsabilidad de los Diablos Ladrones, seres míticos que se representaban sobre zancos. De este modo explicaban por qué las cosas desaparecían misteriosamente y sin dejar huellas. A ellos (a los Diablos Ladrones) invoco ahora para que me devuelvan algunas de las señales que evidencian el uso de los zancos de una punta a otra del planeta. Señales que han desafiado el paso del tiempo, raíces que han permanecido en la tierra del olvido.

En una pequeña biblioteca de Ciampinno, Italia, se encontró la réplica de un ánfora que muestra a varios hombres danzando o caminando sobre zancos. El ánfora data del siglo VI antes de Cristo, y da fe de esta antiquísima práctica en alguna región de Europa. Ya en la época de esplendor de la Roma Imperial, frecuentaban sus calles ciertos coloridos personajes que montaban zancos y proclamaban alabanzas a los Dioses. Hoy diríamos que eran zanqueros, pero en



## UNIDAD DIDÁCTICA: ZANCOS DE PIE

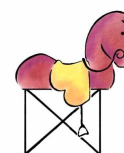
---

aquellos tiempos eran conocidos como los "grallae", término latino que actualmente sirve para designar a las aves de largas patas. También los romanos utilizaron los zancos como parte de los divertimentos y combates que habitualmente se realizaban en los grandes Coliseos. En unos vistosos mosaicos (preservados en el Museo Arqueológico de Argelia) puede verse a un gladiador sobre pequeños zancos peleando contra una bestia.

Durante muchos años esta tradición permaneció viva en Italia y fue retomada por los actores de la Commedia dell'Arte. Esta modalidad de representación tenía por base el trabajo sobre roles arquetípicos apoyándose en el uso de máscaras y los actores se tomaban ciertas libertades para improvisar durante las presentaciones. Prestaban gran atención a todos los recursos que ayudasen a dilatar su expresividad: de aquí la recurrencia frecuente a piruetas acrobáticas, las habilidades malabáricas y los zancos. Como género, la Commedia dell'Arte tuvo su auge en Italia desde el siglo XVI, y luego se expandió por toda Europa en los siguientes doscientos años. En mis archivos conservo la estampa de un arlequín sobre zancos. La reproducción es parte del Recueil Fossard, una colección de grabados de actores italianos que se encontraban de paso por las cortes francesas entre 1575 y 1593.

Otros antiguos grabados recuerdan la presencia de comediantes sobre zancos en los Campos Elíseos hacia 1822. Ninguno de estos alcanzó seguramente el virtuosismo del funambulista francés Charles Blondin, quien el 14 de septiembre de 1860 cruzó en zancos -sobre una cuerda tensa— las cataratas del Niágara.

En ningún lugar de Francia fueron más útiles que en el suroeste del país, donde con razón se dice que existió un pueblo de zanqueros.

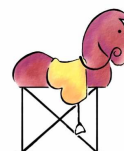


## UNIDAD DIDÁCTICA: ZANCOS DE PIE

---

Desde 1972 un grupo folklórico de las Landas se ha dedicado a retomar las danzas sobre zancos que eran patrimonio de sus antepasados. A pesar de que aquellos terrenos ya no son húmedos ni pantanosos como lo eran antes del siglo XIX, Lous Tchancayres (en español "los zancudos") mantienen vivo el recuerdo de aquellos pastores que pasaban la mayor parte de sus días sobre listones de madera. De este modo escapaban de la humedad del suelo, cuidaban sus rebaños de ovejas y caminaban con facilidad largas distancias. En las Landas los carteros también realizaban sus rondas sobre zancos, y las mujeres iban al mercado sobre zancos, y los niños solían ir a sus escuelas con sus zancos. A la posteridad pasó el empeño de Silvan Dornon, un panadero natural de la región que en 1891 tardó cincuenta y ocho jornadas para llegar en zancos hasta Moscú.

Echasseur es el vocablo francés para designar a los zanqueros, palabra que tiene su origen en el francés regional de Bélgica y del dialecto walon del término "chacheu", que significa el combatiente sobre zancos. En Namur, capital de Walonia, las pujas sobre zancos eran ya una práctica habitual entre los habitantes de la región hacia 1411, según consta en un bando municipal. Una leyenda de principios del siglo XIV nos cuenta del Conde Jehan de Flandes, dueño del Condado de Namur, que asedia la ciudad y decide no perdonar a un grupo de nobles aunque fueran a implorarlo en caballos, en barcos o carros. No esperaba el Conde que los namurenses apareciesen todos en zancos, ni que de este modo ganaran su perdón. ¡Así las cosas! Muy posiblemente el origen de esta costumbre en Namur data del Medioevo, tiempos en los que la crecida de los ríos Sambre y Meuse cubrían las calles de la ciudad, y sus habitantes, por necesidad, se habituaron al uso de las "patas de palo".





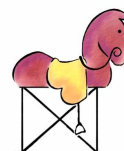
## UNIDAD DIDÁCTICA: ZANCOS DE PIE

---

“El zanco de oro” es el nombre que en la actualidad recibe el principal torneo para luchadores sobre zancos en la región, el cual se efectúa cada tercer domingo de septiembre, durante las fiestas de Walonia. Según la tradición, los contrincantes se dividen en dos grandes bandos: los Melans (zancos amarillos y negros) y los Avresses (zancos rojos y blancos). Durante el siglo XVI se celebraron combates de masas, entre ejércitos de hasta 800 hombres sobre zancos. Cada parte tenía su capitán y su bandera, y durante la pelea estaba prohibido el uso de las manos. El éxito consistía en tumbar a la mayor cantidad de adversarios con el uso de los codos y los zancos. En ocasiones, la alcaldía organizaba “combates de etiqueta” en honor a la visita de algún alto dignatario como Felipe el Bueno, Carlos V, Pedro el Grande, Luis XIV, Bonaparte o el rey Leopoldo I. Estas peligrosas macrobatallas dejaron de realizarse en 1814, pero se han retomado de manera estable desde 1951.

También en otros lugares de Europa se libraron batallas sobre zancos, pero no para el disfrute de ningún monarca, sino como parte de arriesgadas estrategias bélicas. Carl Hirsh rememora cómo en España (no precisa el lugar), una ciudad amurallada estuvo muy bien protegida de sus enemigos hasta que un inteligente comandante dispuso contra ella a todo su ejército sobre zancos.

En ese país los zancos han servido a lo largo de la historia para múltiples fines. Lo mismo para torear en una situación ventajosa, que como parte de algunas fiestas tradicionales. Cada 22 de julio en Anguiano (La Rioja), en ocasión de las fiestas de su patrona María Magdalena, ocho personas bailan sobre zancos de 45 cm., y se lanzan dando vueltas sobre sí mismos por una cuesta empedrada que une a la iglesia con la plaza del pueblo. Están confirmadas estas fiestas



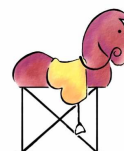
## UNIDAD DIDÁCTICA: ZANCOS DE PIE

---

desde 1603, pero su origen se pierde en el tiempo, relacionado con la costumbre de cruzar sobre zancos por terrenos encharcados.

Ahora bien, los zancos se conocen en América mucho antes del primer contacto con Europa. Así lo atestiguan algunas decoraciones de zanqueros en templos Mayas. "Se suponía que traían buena suerte". En el capítulo XIII del Popol Vuh se cuenta como Hunahpú e Ixbalanqué se presentan con la apariencia de dos pordioseros ante los sangrientos señores de Xibalbá, y logran engañarlos tras realizar varios prodigios: bailaron los bailes de la lechuza, de la comadreja, del armadillo, del ciempiés y el Chitic, baile del que anda en zancos.

Los españoles llegaron a lo que es hoy Guatemala hacia 1524, y el Popol Vuh (Libro del Consejo), tal y como llegó a nosotros, se transcribió en quiché poco después de la Conquista. El quiché se derivó del lenguaje maya durante el llamado período Post Clásico, pero se supone que el Popol Vuh sea mucho más antiguo. Los pergaminos originales fueron destruidos, así como miles de ídolos y objetos sagrados. Esto "gracias" a clérigos como Fray Diego de Landa, quien llegó a Yucatán en 1549 y a los pocos años tuvo que comparecer ante una audiencia de la Nueva España por los excesos y maltratos que había cometido. Para ser empleada durante su defensa, contradictoriamente escribe la que sería una de las crónicas más importantes sobre la Cultura Maya. En su Relación de Cosas Notables de Yucatán, Landa describe el uso de zancos en danzas que se efectuaban para celebrar el año nuevo cuando este coincidía con la letra dominical Muluc. Ese día, entre otros servicios religiosos, se adoraba al Dios Yaxcocahmut para evitar la falta de agua, de maíz u otras desgracias. La piedra del demonio Chacantun recibía la sangre de las orejas de muchos fieles y se acostumbraba a celebrar "una



## UNIDAD DIDÁCTICA: ZANCOS DE PIE

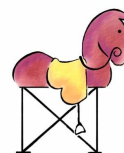
---

fiesta y en ella bailar un baile en muy altos zancos y ofrecerle cabezas de pavo y pan y bebidas de maíz”. Para los mayas, cada día de su calendario aludía a un deidad patrona, y así alcanzaba una enorme importancia ritual. Yaxcocahmut era uno de los aspectos celestiales de Itzamná, la divinidad que regía al cielo.

En el Códice Trocortesiano, uno de los cuatro únicos códices mayas que sobrevivieron a la Conquista, aparece el Dios del Maíz (Ahmun) montado sobre zancos que semejan los tallos de la planta. Gracias a la prosa poética de Miguel Ángel Asturias nos llega otra “evidencia” de los zancos en tierras guatemaltecas. Este escritor, a quien le fuera concedido el premio Nobel en 1967, estudió en La Sorbona de París en la década del veinte. Durante ese tiempo escribió Leyendas de Guatemala, una pieza de narrativa que es portadora de una mirada renovadora y apasionante sobre la mitología de su país. En este libro, al referirse al Dios Cuculcán, evoca directamente uno de los más desbordantes mitos americanos: Quetzalcoált<sup>4</sup>. Dice Asturias que el Dios Cuculcán (podríamos leer Quetzalcoált) monta zancos para parecerse al sol, y grita: “De la punta de mis pies a mi cabeza tengo una escalera de latidos para que subas conmigo las ramas en que se reparten los frutos y las semillas de los cinco sentidos”.

También los Aztecas conocieron el uso de los zancos. Ramiro Guerra sugiere que, en la majestuosa ciudad de Tenochtitlán, a Moctezuma II lo entretenían sus bufones con esta clase de diversiones. Moctezuma resultó uno de los últimos grandes monarcas de la civilización azteca. Nació en 1466 y fue asesinado en 1520. A pesar de todas las resistencias, su imperio fue conquistado por otra cultura.

Las tradiciones españolas se impusieron en América. Así, por ejemplo, los mexicanos presencian en junio desde 1526 una corrida



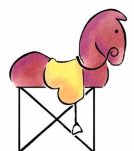
## UNIDAD DIDÁCTICA: ZANCOS DE PIE

---

de toros en honor al regreso de Hernán Cortés de las Higueras. Los toros habían sido traídos de España, donde hacerlos correr y burlarlos —desde un caballo— era una costumbre de la gente importante durante el siglo XVI. En México comenzaron a celebrarse corridas todos los años. En la historia taurina de ese país quedó registrado el valor de un hombre que en 1670 salió al ruedo sobre zancos para enfrentarse al toro. Una experiencia similar tuvo otro torero en España, en las fiestas de Pamplona, a finales de ese mismo siglo.

Como parte de su imposición cultural, España trasladó a América el calendario de sus celebraciones. En Santiago de Cuba se tienen noticias de una procesión del Corpus Christi en 1520. Estos festejos se celebraban habitualmente en todas las villas importantes de Cuba, y también en otros países de América; siempre los jueves siguientes a la octava de Pentecostés. Acompañando a la procesión marchaban carretones donde se iban representando autos, los cuales eran una modalidad del teatro medieval. Hacia el fondo, formando algarabía entre la gente, desfilaban grandes muñecos conocidos como Los Gigantes. En Cataluña han aparecido documentos del siglo XVI que sugieren que en sus orígenes estas enormes figuras estaban representadas por un hombre subido a unos altísimos zancos.

Cuando le fue necesaria mano de obra barata, España propició que toda la América fuese rellena con esclavos africanos. En 1517 el rey Carlos I de España expidió la licencia para la introducción de esclavos en las Antillas, a donde llegaron millones de personas desde África. Comenzaron así a ramificarse entre nosotros las tradiciones de este continente. Los zancos son parte de ese legado. En Jamaica, Haití, Trinidad Tobago y Cuba, por mencionar algunos ejemplos, los primeros bailarines sobre zancos provienen de África, donde eran



## UNIDAD DIDÁCTICA: ZANCOS DE PIE

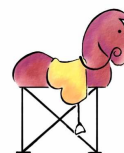
---

muy conocidos desde la antigüedad más remota.

Durante siglos las danzas sobre zancos han formado parte de diversos aspectos de la vida social africana: rituales agrarios para garantizar la abundancia de las cosechas, casamientos, ritos de iniciación y ritos funerarios. Todavía en algunas pequeñas tribus de Nigeria se realizan complejas danzas acrobáticas sobre zancos de más de diez pies de alto. Tradicionalmente estas danzas han sido entendidas como una mediación entre la vida y la muerte. También quien visite las aldeas del pueblo Punu, dispersas entre el Congo y Gabón, puede disfrutar de la presencia de altísimos bailarines durante las ceremonias fúnebres de personas importantes. Estos, además, usan exóticas máscaras de madera y sobresalen por encima de las casas representando así al "otro mundo".

Las máscaras constituyen uno de los elementos más recurrentes en las danzas rituales africanas, por la facilidad con que trastocan la identidad de quienes las utilizan. Aponos es una tribu que bebe vino de palma durante todo el año. Entre sus danzas está Ocuva, realizada por un zanquero que se oculta tras una enorme máscara de madera recubierta con pieles de mono y una larga falda de hierbas. El John Canoe, una danza procesional que los africanos trajeron a América y que se ejecutaba durante los festejos de navidad, también se realizaba con grandes y vistosas máscaras. Ocasionalmente se ejecutaba sobre zancos. Explica Ramiro Guerra en un ensayo sobre las tradiciones carnavalescas de Trinidad:

"Entre los Yorubas de la Costa de Marfil concretamente, el baile sobre zancos es propio de las sociedades de máscaras ceremoniales donde los acróbatas y bufones de la misma son los encargados de efectuar esas danzas fuera del ritual mágico religioso. Se sientan en



## UNIDAD DIDÁCTICA: ZANCOS DE PIE

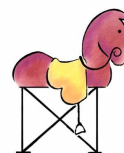
---

los techos de las casas con el propósito de hacer extrañas piruetas en un solo zanco, abriendo los brazos como alas, recorriendo las plazas en grandes zancadas para el disfrute de las comunidades de las aldeas.”<sup>6</sup>

Los zancos también han sido usados en las iniciaciones de los jóvenes a la edad adulta. En aldeas emplazadas donde hoy está Tanzania, un viejo rito estaba centrado en una danza conocida como “el hombre en la copa del árbol”, en la que un personaje sobre zancos rogaba porque las personas jóvenes de la tribu pudiesen crecer altas y sanas, y para que pudieran alcanzar la misma altura todas sus ambiciones.

A veces quienes suben a los zancos son hechiceros que trabajan haciendo el mal. Tal es el caso de los “Devoradores de Almas”, brujos y curanderos tradicionales que se cubren el cuerpo de plumas y ejecutan complejas acrobacias sobre zancos altísimos. Los Querzés son uno de los tantos pueblos que temen a estos personajes cuyas danzas pueden provocar grandes sugerencias, ya que algunos dan fe de su fuerza sobrenatural cargando asombrosas cantidades de peso sobre los zancos.

Refiriéndose a los bailes sobre zancos, Fernando Ortiz aclara que “son típicos del Camerún y otros pueblos próximos de la Costa Occidental”<sup>7</sup>: Ghana, Malí, Angola, Tanzania, Sudán, Zimbawe... Podrían agregarse a esta lista muchos otros países africanos donde está arraigada la tradición de los zancos, y no siempre vinculados a contextos sagrados o religiosos. Además han sido empleados como un simple divertimento o como herramienta útil para realizar ciertos trabajos. En la República de Benín se encuentra el gran lago Nokoue, a lo largo del cual muchas aldeas practican habitualmente la pesca



## UNIDAD DIDÁCTICA: ZANCOS DE PIE

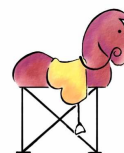
---

sobre zancos. Esta modalidad de pesca también es conocida en Viet Nam y en Weligama, Sri Lanka.

A Sri Lanka, (antigua Ceilán) la separan apenas 32 km de la India, un vasto territorio donde la costumbre de montar zancos se remonta a varios siglos atrás. En las provincias centrales del país perdura esta costumbre en el contexto de algunas ceremonias religiosas para asegurar el crecimiento de la cosecha. “Las subidas en zancos plasman la identificación del que danza, no con el que ejecuta el acto de plantar, sino con lo mismo que se planta, y así cuanto más alto sea el salto, mayor altura alcanzará el trigo”<sup>8</sup>. En la India se han usado los zancos con múltiples propósitos. Una colección de antiquísimas artesanías recuerda ciertas circunstancias históricas en las que los guerreros ricos marchaban al combate sobre elefantes, y los guerreros pobres sobre zancos. En la actualidad, quizás quienes los usan más frecuentemente —como en otros muchos países— son los comediantes y los niños, quienes siempre han tenido en alta estima a este juego tradicional.

Un cuadro de Peter Brueghel de 1560, y un grabado anónimo alemán de 1617 (preservado en Leipzig), demuestran que en la Europa Medieval mantener el equilibrio sobre zancos de distintas alturas era un juego muy conocido y aceptado. Lo mismo ha ocurrido en algunas Islas del Sur del Pacífico como Tahití, en Nigeria y en Japón, donde los zancos de bambú forman parte de un popular juego de invierno conocido como “el Caballo de bambú.”

En Japón los zancos fueron conocidos antes del siglo XIV, durante los Sarugatu, uno de los precedentes del refinado Nô. En las afueras de algunos templos de Kyoto y Yedo (antigua Tokio), el pueblo disfrutaba de gran cantidad de atracciones profanas que



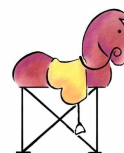
## UNIDAD DIDÁCTICA: ZANCOS DE PIE

---

tenían lugar una vez concluidas las solemnes ceremonias religiosas: acróbatas, juglares, titiriteros, mimos, corredores en zancos... Siendo un equivalente del carnaval europeo, este conjunto de regocijos recibió el nombre de Sarugatu, y en este participaban de modo activo todos los habitantes de la ciudad.

Las carreras en zancos también eran comunes entre los habitantes de las Islas Marquesas, un conjunto de diez islas volcánicas de la Polinesia, que a su vez constituye una de las principales zonas etnogeográficas de Oceanía. En el pasado, habitaban estas islas seres para los cuales estar completamente tatuados resultaba tan natural como ejecutar danzas acrobáticas de gran complejidad sobre zancos. Nueva Zelanda también forma parte de la Polinesia; allí el pueblo Maorí ha usado los zancos durante milenios, lo mismo en danzas tribales que en fiestas donde sobresalían como una peligrosa diversión. En algunas islas de la Polinesia existen lugares donde las casas están construidas sobre pilotes de madera llamados zancos, que permiten vivir sobre la superficie del agua. Pues bien, los habitantes de estas aldeas usan, además de canoas, largos zancos para desplazarse entre una casa y otra.

Independientemente de la profundidad, muy difícil resulta para un zanquero cruzar ríos, lagos o riachuelos. La inestabilidad de los suelos, las corrientes fluviales... Sin embargo, se sabe que en varios países esta fue una costumbre impuesta por la necesidad. En Oslo, Noruega, la estatua de un zanquero varado sobre la superficie de un canal rinde homenaje al servicio que los zancos le prestaban a quienes los llevaban para cruzar las zonas inundadas. Para fines similares fueron utilizados en algunas villas de Alemania, Bélgica y





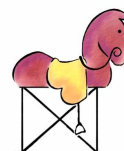
## UNIDAD DIDÁCTICA: ZANCOS DE PIE

---

Hungría, según consta en una antigua postal que conservo en mis archivos. En China, el río Liao contribuye al drenaje de una extensa llanura de Manchuria. Existió una época en que las crecidas de este río cubrían las calles y haciendas del pueblo Newchwang, circunstancia esta que hizo que sus habitantes, tribus nómadas del pueblo Mongol, caminaran habitualmente sobre zancos.

Estos se conocen en China desde hace varios siglos. Al igual que en Japón, los zancos de bambú son muy populares entre chicos y jóvenes, y forman parte de fiestas de invierno y de las celebraciones por la llegada de año nuevo. También han sido utilizados virtuosamente por los artistas circenses, llegando incluso a dar saltos mortales de espalda sobre zancos de una altura considerable. En el norte del país, un mural de la Dinastía Wei (220-265 D.C.) muestra claramente la figura de un actor subido a unos altísimos zancos.

Podrían contarse por miles a los actores que actualmente montan zancos en todo el planeta. En las últimas cinco décadas se han vuelto atributos asociados al teatro callejero, y también una imperante necesidad para incontables jóvenes que han redescubierto la posibilidad de expresarse en los espacios públicos. Aún cuando el Teatro de Calle existió desde mucho antes de edificarse el primer teatro, alcanzó un notable florecimiento a partir de 1960, y en no pocas ocasiones los zancos estuvieron vinculados a acciones de un marcado carácter político: en Estados Unidos, zanqueros del Bread and Puppet participan en manifestaciones de protesta contra la guerra de Viet Nam; el colombiano Juan Carlos Moyano burla con sus zancos los cordones de policías que cuidan al presidente de su país y se acerca amenazadoramente a su tribuna; en Chile Julia Varley, una actriz del Odin Teatret, encarnando a un personaje que anda sobre



## UNIDAD DIDÁCTICA: ZANCOS DE PIE

---

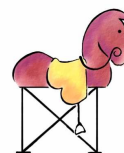
zancos es derribada por fuerzas paramilitares en los jardines del Palacio de la Moneda... Estos son apenas unos pocos ejemplos.

El Teatro de Calle alcanzó un gran esplendor en Estados Unidos, el país donde Bob Skaggs abrió la primera fábrica de zancos destinados a recolectores de frutas, albañiles, pintores de brocha gorda, electricistas. Los espectáculos callejeros se extendieron con notable éxito por Europa y por América del Sur, sobre todo en Colombia, Argentina y Chile, países donde la costumbre de andar sobre zancos está muy arraigada. Solo a partir de la década de los noventa, en Cuba se reconoce el trabajo estable de grupos teatrales que exploran asiduamente la técnica de los zancos.

Los zancos llegaron a Cuba de la mano de los esclavos africanos que cada 6 de enero sacudían la ciudad con su algarabía, sus danzas y cantos durante las fiestas del Día de Reyes, de las cuales ya se tienen noticias desde 1565. La presencia de Diablitos sobre zancos ya es comentada en periódicos habaneros de la primera mitad del siglo XIX. La tradición se mantuvo viva en el contexto de presentaciones folklóricas y de los Carnavales. Habría que reconocer que entre nosotros los zancos también fueron un juego tradicional y una herramienta de trabajo. Todavía en cooperativas de San Juan y Martínez o en Vuelta Abajo, Pinar del Río, numerosos campesinos montan zancos para realizar ciertas tareas dentro de las vegas tabacaleras. Ya en la actualidad, de la mano de artistas callejeros se ofrecen regularmente talleres de zancos en numerosos puntos de la isla.

### 3. OBJETIVOS

El movimiento moderno conocido con el nombre de Juegos y Deportes Alternativos se basa fundamentalmente en el concepto



## UNIDAD DIDÁCTICA: ZANCOS DE PIE

---

moderno del deporte para todos, donde de forma clara y precisa, se marcan las pautas a seguir para la conceptualización y divulgación del deporte popular, deporte de ocio o recreativo (Hernández Vázquez, 1997).

La actividad deportiva no se puede ni se debe ceñir exclusivamente a la impartición de una clase o a la organización de unos torneos deportivos. Debemos redescubrir nuevas fórmulas que incluyan de verdad todas las posibilidades de desarrollo que tiene el deporte (Hernández Vázquez, 1997).

Para llegar a presentar unos programas deportivos amplios y que abarquen, siempre que sea posible, todas las posibilidades que nos da el movimiento corporal, uno de los factores fundamentales a tener en cuenta es la búsqueda y diseño de nuevos materiales deportivos.

El objetivo es enriquecer y facilitar los recursos disponibles por parte de profesores y animadores. Para ello investigamos con materiales antiguos, poco o nada utilizados actualmente y también con materiales nuevos (Hernández Vázquez, 1997).

### **En relación con los objetivos de la Educación Secundaria:**

- Conocer y comprender los aspectos básicos del funcionamiento del propio cuerpo.
- Formarse una imagen ajustada de sí mismo, de sus características y posibilidades y actuar de forma autónoma valorando el esfuerzo y la superación de dificultades.
- Relacionarse con otras personas e integrarse de forma participativa en actividades de grupo con actitudes solidarias y tolerantes, libres de inhibiciones y prejuicios.

### **En relación con los objetivos de área:**



## UNIDAD DIDÁCTICA: ZANCOS DE PIE

---

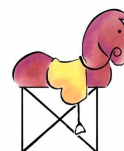
- Conocer y valorar su cuerpo, con el fin de contribuir a mejorar sus capacidades físicas básicas y sus posibilidades de coordinación y control motor, realizando las tareas apropiadas y haciendo un tratamiento discriminado de cada capacidad.
- Entender, valorar y utilizar las posibilidades expresivas y comunicativas del cuerpo como enriquecimiento personal, diseñando y practicando actividades físicas, rítmicas con y sin acompañamiento musical.
- Participar en actividades físicas y deportivas, estableciendo relaciones constructivas y equilibradas con los demás, independientemente del nivel de habilidad alcanzado, y colaborando en la organización de aquellas.

### **Objetivos didácticos**

- Realizar ejercicios especializados de habilidad manual, de forma progresiva mejorando la confianza en sí mismos aceptando el nivel propio de habilidad como medio para la mejora
- Identificar los mecanismos de percepción, decisión, ejecución y control de movimiento así como las cualidades coordinativas implicadas en las actividades de cordel para su mejora.
- Adaptar a cada situación concreta las acciones físicas aplicando de forma autónoma las habilidades adquiridas.
- Valorar la importancia de la cooperación, confianza en los compañeros, superación de miedos y una realización práctica con seguridad.

### **Objetivos de nuestra unidad didáctica:**

- Conocer los juegos y deportes alternativos, no habituales en nuestro entorno y de escasa presencia en la programación de la

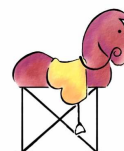


## UNIDAD DIDÁCTICA: ZANCOS DE PIE

---

educación física, con respecto a los deportes tradicionales.

- Aprender sus formas de juego (técnicas básicas, etc.), los materiales e instalaciones necesarias para su puesta en práctica, su historia...
- Búsqueda de actividades que no necesitan instalaciones o materiales muy costosos.
- Buscar situaciones donde se trabaje en grupo, sobre todo con jóvenes.
- Enseñar las técnicas básicas de los juegos seleccionados, de forma que una vez terminado el proceso de aprendizaje, todas las personas sean capaces de continuar con éxito y con cierta autonomía, asegurando una continuidad de la actividad.
- Adquirir diferentes destrezas:
  - Equilibrio.
  - Control corporal.
  - Coordinación dinámica general
  - Movimiento corporal y velocidad de desplazamiento
  - Dominio psico-motriz.
- Desarrollar e incentivar la creatividad.
- Ofrecer un medio de expresión individual y grupal.
- Conocer y valorar el cuerpo y la actividad física como medio de exploración y disfrute de sus posibilidades motrices, de relación con los demás y como recurso para organizar el tiempo libre
- Utilizar sus capacidades básicas y destrezas motrices y su conocimiento de la estructura y funcionamiento del cuerpo para la actividad física y para adaptar el movimiento a las



circunstancias y condiciones de cada situación.

- Resolver situaciones que exijan una percepción espaciotemporal más compleja mediante la introducción de elementos nuevos y en mayor movimiento.
- Mejorar las capacidades expresivas y creativas del propio cuerpo a nivel individual y grupal.
- Mejorar el dominio del equilibrio, el esquema corporal y orientación espacial
- Fabricar el propio material mediante la utilización de los recursos alternativos.
- Potenciar la práctica de estas actividades fuera del aula: recreo, tardes, etc.
- Participar activamente en situaciones colectivas de juego, con independencia del nivel alcanzado.
- Adquirir una correcta coordinación espacio-temporal.
- Aumentar el nivel de dificultad de una situación, introduciendo alguna variante perceptiva, de decisión o de ejecución motriz.
- Respetar y aceptar nuestras propias posibilidades y la de los demás.
- Participar activamente en las actividades en grupo.
- Potenciar actitudes de participación y autosuperación, ante nuevos retos.

### 5. TALLER DE CONSTRUCCIÓN

#### Herramientas y material necesario:

- 2 barras huecas de aluminio
- 2 tacos de goma
- Cinta de embalar (para fijar las piernas a la barra)
- Madera (4 piezas; una plataforma para el pie colocada perpendicularmente a la barra de aluminio, un triángulo



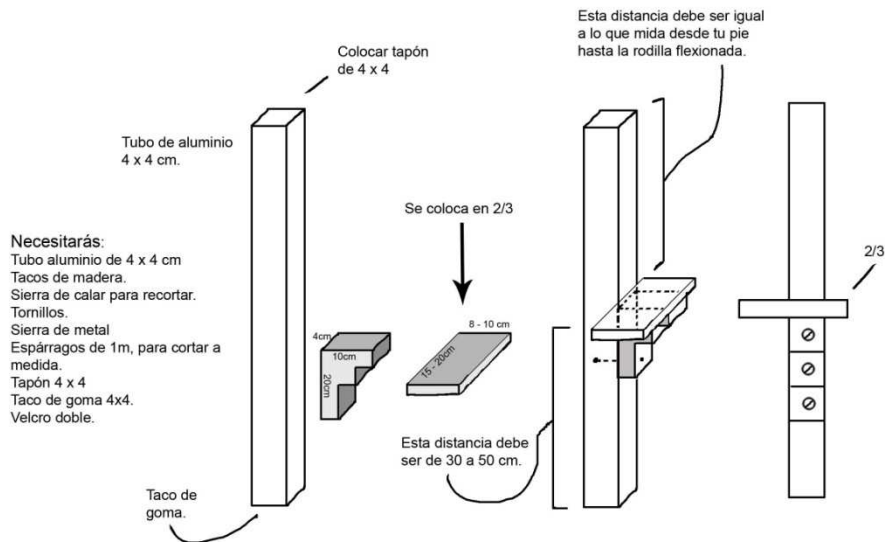
## UNIDAD DIDÁCTICA: ZANCOS DE PIE

colocado en la línea de la barra que soporta el peso fijado con los dos tornillos largos, y dos rectángulos en la base de la plataforma)

- 2 tornillos largos sin cabezal
- 4 tuercas
- 8 tornillos
- Taladro
- Sierra

### PROCESO DE CONSTRUCCIÓN:

#### Construcción de zancos



## UNIDAD DIDÁCTICA: ZANCOS DE PIE



1º Construye los pies para el armatoste, una vez montado el reposapiés lo encolamos y atornillamos a la barra fija de 62 cm de largo.

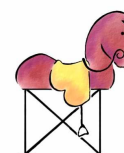
2º Practicamos dos agujeros en la barra mas o menos cerca de los extremos que servirán para unir a las patas con los tornillos. Deben estar a una distancia que sea múltiplo de 5 cm.

3º Ahora para hacer el apoyo de las pantorrillas podemos utilizar un tubo de Pvc de 10 cm cortándolo por la mitad, teniendo un semicírculo para cada zanco. Atornillamos este en la parte alta del engendro con un solo tornillo ya que debe ser giratorio.

4º Montamos las correas, puedes poner la parte fija de cierre cosiendo o con remaches. Has de tener dos correas finas y corredizas para el pie.

5º Marcamos los agujeros en la barra que harán de patas, con estos agujeros graduaremos la altura, hacemos uno cada 5 cm así podremos empezar desde muy poca altura.

6º Para no andar dando patinazos, ponemos dos trozos de cubierta de bicicleta en la punta, cortamos dos trozos para cada zanco que





cubrirán el extremo formando una cruz.

### **8. PROGRESION DIDÁCTICA.**

#### **1º Colocarse los zancos**

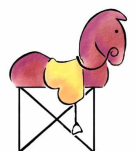
Lo más adecuado es sentarse en una mesa o algo de similar altura, de tal forma que la pierna-muslo, apoyada en el suelo, forme un ángulo recto. Los palos se deben situar en la parte exterior de la pierna.

A continuación, se sujeta fuertemente el pie con cinta adhesiva, procurando en ese momento no cambiar la posición lateral de la pierna con respecto al Zanco.

Si es correcta la posición, el palo del Zanco estará en línea con la pierna. Después, colocaremos la gomaespuma para proteger la pierna de la presión, de forma que el borde superior del Zanco quede apoyado en la gomaespuma y no roce la rodilla o la pierna. Por último, se aprietan las correas o se pone la cinta adhesiva, hasta que comprobemos que la pierna y el Zanco forman un mismo bloque.

#### **2º Ponerse en pie**

Al principio es conveniente ayudar a los zancudos a ponerse en pie. La forma más corriente es colocarlo con la parte inferior de los Zancos apoyada en la pared y, sujetándolos por las axilas, se les levanta. En ese momento, el zancudo debe flexionar las rodillas y extenderlas cuando los Zancos están en posición vertical. Una vez de pie es preciso apretar los Zancos de nuevo o, por lo menos, comprobar que están bien sujetos a la pierna. También debemos



## UNIDAD DIDÁCTICA: ZANCOS DE PIE

---

aprender a ponernos en pie sin ayuda de nadie; para ello, lo mejor es agarrarnos a una espaldera con las manos e ir trepando sobre ella hasta alcanzar la posición de pie.

### **3º Fase inicial: patear**

Cogidos a una espaldera o verja con las dos manos, y de cara a ella, empezar a patear, como si estuviéramos pisando uvas, sin movernos del sitio y elevando las rodillas todo lo que podamos. Este ejercicio es necesario para tomar conciencia de la altura y de los constantes reequilibrios que hay que hacer para poder mantener una posición dinámica.

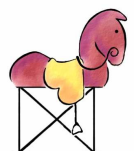
### **4º Primeros pasos**

En cuanto el zancudo cargue perfectamente el peso de su cuerpo en los Zancos, y no en los puntos de apoyo, y que levanta sin dificultad las rodillas hacia adelante, puede empezar a soltar una mano de la espaldera y después la otra. A continuación, y sin separarse de la espaldera, puede dar pequeños pasos hacia adelante. Posteriormente, se hará el mismo ejercicio pero con la ayuda de un compañero, que irá siempre a su lado pero sin tocarlo.

### **5º Aprender las habilidades básicas**

Conforme vamos cogiendo confianza, debemos hacer los ejercicios solos, al tiempo que probamos nuevos movimientos.

Por ejemplo:



## UNIDAD DIDÁCTICA: ZANCOS DE PIE

---

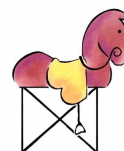
- Andar con pasos cortos alternados con pasos largos.
- Andar lateralmente, a derecha e izquierda.
- Girar sobre un Zanco en los dos sentidos, dando vueltas completas.
- Tocar alternativamente, con una y otra mano, los Zancos, que se elevan por el plano anteroposterior o bien lateralmente.
- Subir escalones o subir y bajar rampas.
- Pasar por encima de obstáculos.
- Caminar en fila india o cogidos de las manos por parejas.
- Saltar alternativamente con un pie y luego con el otro.
- Agacharse y pasar por debajo de un obstáculo.

### **6º Aprender a caerse**

En cuanto seamos capaces de mantenernos y desplazarnos solos, ejecutando con cierta soltura las habilidades básicas, debemos aprender la técnica de las caídas.

En primer lugar, practicaremos sobre colchonetas. La caída se inicia flexionando las piernas y a continuación se cae de costado o de frente, procurando rodar sobre la colchoneta. Cuando la caída se hace sin colchoneta, debemos tener la precaución de llevar puestas unas rodilleras. Mediante una flexión de piernas, bajaremos todo lo que podamos el centro de gravedad (sentarnos sobre el Zanco) o daremos un paso muy largo hacia adelante.

Si nos hemos agachado al tiempo que las piernas caen hacia adelante, haremos una extensión de tronco y caeremos de frente, apoyando primero los dedos de los pies y posteriormente las rodillas. Si lo que hacemos para caer es dar un paso largo, terminaremos la



caída de costado, apoyando en primer lugar el muslo correspondiente al lado de la caída.

### **7º Prácticas de actividades avanzadas**

En el momento que superamos los niveles de las habilidades básicas, podemos afrontar otras posibilidades más complejas. Ha llegado el momento de jugar con los Zancos formando un grupo de zancudos. Como ejemplos:

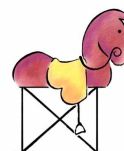
- El corro: formar un corro entre todos los zancudos, cogidos de la mano. Realizar los siguientes juegos: girar a derecha e izquierda; todos a la vez levantan una pierna hacia adelante, hacia atrás, saltan.
- El mismo corro pero, en este caso, intentar bailar al son de una melodía.
- Jugar con pelotas o balones de baloncesto sin que caigan al suelo.
- Hacer malabarismos con pompones, aros, mazas, etc.
  - Salir de excursión con Zancos y disfrazados por un entorno urbano o natural.

### **8º Quitarse los zancos**

Podemos hacerlo con la ayuda de un compañero, que nos cogerá por las axilas, o bien solos, sujetándonos en una espaldera o apoyándonos en una pared.

## **6. EVALUACIÓN**

Para evaluar a los/as alumnos/as nos basaremos fundamentalmente



## UNIDAD DIDÁCTICA: ZANCOS DE PIE

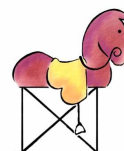
---

en la superación personal, partiendo de que no todos tienen el mismo nivel de manejo con el juego, por lo tanto, tendremos que hacer un seguimiento de sus habilidades iniciales, en el primer momento de relación con el juego hasta sus habilidades a la hora de la prueba de examen práctico, y a través de esta observación podremos evaluar el progreso y la superación personal de cada alumno en concreto.

En la evaluación, esta superación personal y esta progresión con el juego no solo lo mediremos con la simple consecución de objetivos sino que también contarán otros factores como son el compañerismo, la colaboración mutua, la corrección de fallos y ayuda a los compañeros, la asistencia a clase, puntualidad, elaboración del material etc....

Podemos evaluar a los alumnos fijando unos mínimos de ejecución básicos como los siguientes:

- Ponerse de pie con los zancos sin ayuda.
- Patear en un sitio fijo ayudándose de un compañero o agarrados a una espaldera o pared.
- Desplazamiento con los zancos sin ayuda marcando una distancia, por ejemplo andar con los zancos 5 metros sin caerse.
- Finalmente y si contamos con un grupo bastante avanzado podemos pedirles:
  - Andar con pasos cortos alternados con pasos largos.
  - Andar lateralmente, a derecha e izquierda.
  - Girar sobre un Zanco en los dos sentidos, dando vueltas completas.
  - Tocar alternativamente, con una y otra mano, los Zancos, que se elevan por el plano anteroposterior o bien lateralmente.



## UNIDAD DIDÁCTICA: ZANCOS DE PIE

---

- Subir escalones o subir y bajar rampas.
- Pasar por encima de obstáculos.
- Caminar en fila india o cogidos de las manos por parejas.
- Saltar alternativamente con un pie y luego con el otro.

### 7. BIBLIOGRAFIA.

DELGADO NOGUERA, M.A. (1991). *Los Estilos de Enseñanza en Educación Física*. Universidad de Granada. Granada.

[www.museodeljuego.org](http://www.museodeljuego.org)

<http://www.ensaimadamalabar.com/zancospie.htm>

[www.boskotaldea.org/descargar.php?doc=uploads/fseccion/22.pdf](http://www.boskotaldea.org/descargar.php?doc=uploads/fseccion/22.pdf)

