

## **- REGULAMENTO -** **RECREIOS COM VIDA**



### **JOGO DA CORRIDA DE SACOS**

Trata-se de uma prova pedestre de resistência e que requer alguma agilidade.

O Jogo da Corrida de Sacos é um jogo com origem incerta e jogado em várias partes do mundo com sacos de tecido ou serapilheira.

- ✓ Marca-se no chão uma linha de partida e, a distância, a meta;
- ✓ Com o corpo metido no saco, de modo a que este fique pela altura da cintura, segurando bem o saco com ambas mãos;
- ✓ Os jogadores têm de saltar de modo a realizar o percurso até à meta o mais rapidamente possível;
- ✓ Ganha o primeiro que atingir a meta.

↳ Material necessário: sacos de serapilheira.

### **JOGO DAS LATAS**

Prática comum nas feiras por toda a Europa, a introdução deste jogo no país é desconhecida.

- ✓ São dispostas as latas em castelo e em cima de uma mesa;
- ✓ Os jogadores, individualmente ou em equipa, devem realizar 3 lançamentos consecutivos com as bolas de trapos, a uma distância mínima de 5 metros do alvo;
- ✓ Cada lata vale 1 ponto e quanto maior o número de latas derrubadas, maior a pontuação atingida;
- ✓ Pode ser definida pontuação superior para as latas que caem ao chão e inferior para as latas que tombam na mesa;
- ✓ Após confirmada a pontuação, as latas são novamente dispostas em castelo para o seguinte jogador efectuar a sua jogada;
- ✓ Ganha quem atingir a maior pontuação.

↳ Material necessário: latas de refrigerantes reutilizadas e uma bola de esponja.

### **JOGO DA CORDA**

Jogado com duas equipas, equilibradas em número de jogadores, num terreno plano e livre de obstáculos e à mesma distância do lenço (que se encontra no meio da corda).

- ✓ É traçada uma linha no chão;
- ✓ Cada equipa puxará a corda para o seu lado, ganhando aquela que conseguir arrastar a outra equipa, fazendo com que o primeiro participante da equipa adversária ultrapasse a linha marcada no chão;
- ✓ Não é permitido enrolar a corda ou fincar os pés no chão através da realização de buracos;
- ✓ Se alguma equipa largar a corda ou algum dos elementos cair ao chão, é imediatamente considerada derrotada.

↳ Material necessário: uma corda e um lenço.

## JOGO DOS ROLOS

Trata-se de um jogo imaginado pelos alunos que consiste em jogar individualmente ou em equipa.

- ✓ São dispostos os diferentes rolos que têm uma enumeração, correspondendo a pontos;
- ✓ Cada jogador ou cada equipa posiciona-se atrás da linha e lança uma tampa e tenta alcançar um dos rolos;
- ✓ Ganha o jogador ou a equipa que alcançar mais pontos.

↳ Material necessário: rolos pintados com números e tampas de plástico.

## JOGO DO GALO

Este jogo tradicional é do conhecimento de quase todos os alunos, que envolve 2 jogadores.

- ✓ São dadas cinco tampinhas com o mesmo motivo/ cor a cada jogador;
- ✓ Cada um coloca, alternadamente, uma tampinha num quadrado;
- ✓ O primeiro a fazer uma linha de três tampinhas na vertical, horizontal ou diagonal, ganha o jogo.

↳ Material necessário: tabuleiro de cartão e tampinhas com dois motivos/cor diferentes.