

## **Recreios com Vida**

### **Guião dos Jogos Tradicionais**

#### **Corrida de Sacos**

Inicialmente, as crianças devem vestir os sacos e esperar numa linha.

Para começar a corrida, as crianças deverão segurar o saco com uma mão para evitar que o saco caia abaixo dos joelhos, e manter o equilíbrio com a outra para poder saltar.

Durante todo o percurso da corrida as crianças devem manter ambas as pernas no saco até alcançar a linha de chegada. Perde quem cair pelo caminho e ganha quem chega primeiro à linha de meta.

Ao realizar este jogo, as crianças exercitarão a sua velocidade, o esforço e a resistência. É uma brincadeira em que as crianças podem fazer amigos, aprender a competir e aumentar a sua coordenação motora.

#### **Jogo da Macaca**

Inicialmente, desenhamos a macaca.

Para jogar, a criança atira a patela para a primeira casa e desloca-se até lá ao pé-coxinho apanhando a mesma e voltando para trás, seguidamente efetua o mesmo processo até chegar ao último patamar. Na casa 4 e 5 e 7 e 8 os dois pés devem ser colocados em simultâneo.

Por fim, depois de saltar as últimas casas é necessário fazer o percurso contrário.

Este jogo permite explorar o conceito de esperar pela vez, de respeitar o tempo e as capacidades do outro, para além de trabalhar o equilíbrio e a motricidade.

#### **Jogo do Berlinde**

Inicialmente faz-se uma cova no chão. Depois define-se a distância da qual se vai lançar o berlinde, com o objetivo que entre na cova. Em seguida é só lançar. Caso acerte, ganha um ponto e continua a jogar, mas, desta vez, contra o berlinde do jogador adversário para o afastar da cova e impedir que ele acerte. Caso consiga, volta a jogar para dentro da cova, e assim sucessivamente, até falhar uma delas: a cova ou o berlinde do adversário.

De seguida, joga o outro jogador, segundo as mesmas regras. Repete-se a sequência, até aos cinco (5) pontos e ganha o que atingir o maior valor.

Com este jogo, é possível explorar a coordenação motora fina, a percepção espacial e temporal, bem como, favorece a socialização entre pares.