



Recreios com Vida

“Desdigitalizar as relações interpessoais durante os intervalos”

1. Introdução

Como resposta ao desafio lançado pela ABAE decidimos recriar este projecto, alterando-o em nosso favor, no sentido de dar resposta as necessidades sentidas na nossa escola:- A dependência dos alunos de redes sociais durante os intervalos das aulas.

Dado os jogos tradicionais serem uma ótima forma de entreter os jovens nos intervalos, permitindo ao mesmo tempo a sua socialização, agarramos esta oportunidade, partilhando-a ao mesmo tempo com os pais. O retorno desta iniciativa Eco-Escolas foi muito positiva, quer dos pais, quer por parte dos alunos e foi igualmente do agrado da Direção da escola. Teve início em meados do mês de abril e permitiu aplicar três jogos experimentais propostos pelos alunos e colocados em quatro sacos no PBX para poderem sere requisitados. O aluno delegado ambiental que requisita o jogo torna-se responsável por ele e veste o colete Eco-Escolas. individuais.

Desta forma potencia-se o convívio escolar e associamos a prática física co benefícios na coordenação muscular, melhorar as funções cerebrais, fortalecer os ossos e músculos, melhorar a saúde do coração e queimar calorias combatendo o excesso de massa corporal nos jovens.



JOGOS

1. Cabo de Guerra (Puxa)

Este é um dos jogos mais antigos da humanidade e terão sido criados ainda nas sociedades agrícolas / pastoris como forma de desafio guerreiro.

Regras. São colocadas duas equipas em cada extremidade da corda. O objectivo é fazer puxar a outra equipa para dentro da área proibida. A equipa a ser arrastada perde.

É preciso uma corda relativamente grande. Coloca-se um jogador em cada ponta da corda, que a devem fazer balouçar em movimento circular. Os jogadores restantes entram na corda, saltando segundo o seu ritmo. Perde quem pisar ou enrolar a corda. No final, ganha o jogador que tenha sido eliminado menos vezes.

2. Ponteiro do relógio

Neste jogo um aluno faz girar a corda 360º enquanto outros se dispõem em círculo à sua volta. A corda é girada e todos devem saltar à sua passagem. Quando um aluno toca na corda e impede a sua progressão vai coleccionando as letras da palavra NABO. Ao completar a palavra sai e vai substituir o aluno do centro do relógio que fazia girar a corda.

3. Saltar à corda

Este jogo consiste em colocar dois alunos em cada ponta da corda e fazê-la girar cotando o número de voltas dadas. Os alunos podem ir entrando e saindo da corda, saltando uma, duas, três vezes, saindo de seguida para dar lugar a outros colegas. O Objetivo é atingir o maior número de voltas possível.



Conclusão:

Esta actividade vai continuar a ser desenvolvida no próximo ano lectivo, permitindo integrar novos jogos e outras formas possíveis para desdigitalizar os intervalos.

A receptividade dos alunos foi muito interessaste e garante o sucesso para o próximo ano.