

Regulamento Atividades Recreios com vida

EB Heróis do Ultramar

Tração da corda

Nº jogadores: duas equipas com o mesmo número de jogadores.

Material: uma corda e um lenço (deverá estar atado no meio da corda)

Normas: As equipas deverão ser equilibradas e tentar que as suas crianças não ultrapassem a marca estabelecida no chão.

Não é permitido enrolar a corda no corpo ou fazer buracos no solo para fincar os pés.

Descrição do jogo:

Num terreno plano e livre de obstáculos, duas equipas com forças equivalentes seguram, uma de cada lado, e à mesma distância do lenço, uma corda. Entre as equipas, antes de começar o jogo, traça-se ao meio uma linha no chão.

Cada equipa tenta puxar a corda para o seu lado, ganhando aquela que conseguir arrastar a outra equipa, fazendo com que a primeira criança do grupo adversário ultrapasse a linha marcada no chão. É derrotada a equipa se os elementos caírem ou largarem a corda.

Corrida de sacos

Material: Sacos de serapilheira ou plástico grosso, em número igual ao dos participantes.

Terreno: Terreno livre de obstáculos.

Objetivo: Chegar primeiro à linha da meta

Desenvolvimento: É marcado um percurso no chão com uma linha de partida e uma meta. Todos os concorrentes se colocam atrás da linha de partida. Ao sinal de partida, cada um entra para dentro do seu saco, segura as abas com as mãos e desloca-se em direção à meta. Ganha aquele que chegar primeiro.

Jogo das latas

Jogadores: podem participar vários jogadores.

Material: latas de refrigerantes (ou rolos de papel higiénico) bolas de pequena dimensão (borracha, trapos, etc.), mesa de madeira ou plástico.

Local: pode ser praticado em espaço interior (casa/sala) ou exterior (quintal, jardim, etc.), de preferência liso e amplo.

Como se joga: cada jogador ou equipa, atrás de uma linha demarcada, lança (em precisão) a bola em direção às latas dispostas em pirâmide em cima de uma mesa, tentando derrubá-las. O jogo termina quando um jogador ou equipa tiver alcançado o maior número de pontos no tempo pré-estabelecido. Pode ser atribuído um sistema de pontuação: latas na base (cinco pontos); latas do meio (três pontos) e latas do topo (dois pontos).