

Regra do jogo «Saltos em sincronia»

Antes de iniciares o jogo, lê as regras com atenção e diverte-te.

Regras:

- 1º - Forma 2 equipas com o mesmo nº de elementos;
- 2º - De modo a formar uma fila, uma das equipas posiciona-se de um lado do jogo e a outra do lado oposto, posicionando-se de frente uma para a outra;
- 3º- O 1º jogador de cada fila salta a pés juntos da seguinte forma: de um lado salta para o círculo que fica do seu lado direito, do lado oposto salta para o círculo que fica do seu lado esquerdo, sempre em sintonia;
- 4º - Cada jogador, que está no 1º círculo, salta para o círculo do lado, de seguida para o da frente e novamente para o do lado e assim sucessivamente;
- 5º - Quando o 1º jogador salta para o 5º arco, entra o 2º jogador da mesma equipa, fazendo o mesmo percurso e assim sucessivamente;
- 6º -Os jogadores das 2 equipas fazem o mesmo percurso, mas em direcções opostas, cruzando-se;
- 7º - O jogo termina, quando chegares ao último patamar
- 8º - Se quiseres continuar a jogar, volta para a fila.

Benefícios do jogo:

Este é um bom jogo que permite trabalhar o conceito de esperar pela vez, ser rápido, estar atento a quando é a sua vez de entrar e respeitar as regras.

Permite também desenvolver diversas competências:

- Desenvolvimento motor (saltar, correr);
- Estimular a concentração/ atenção;
- Gastar energia (pelo próprio exercício do jogo);
- Jogar em equipa;
- Divertir-se.