



Brincar a jogar para exercitar....

Os jogos serão dinamizados na última sexta-feira de cada mês no período da tarde, no Dia da Família (16 de maio) e no Dia da Criança (3 de junho).

No dia da Família, as famílias foram convidadas a participar, podendo cada aluno ser acompanhado por dois familiares.

Regras Gerais:

- Os docentes serão responsáveis por uma das várias atividades.
- Os alunos serão sempre acompanhados por uma docente ou assistente operacional;
- Desta forma, os grupos estarão em atividade livre pelas várias atividades;
- Em cada atividade, o grupo inicia a mesma após ter ouvido as instruções dos responsáveis;
- Os docentes que se encontram em cada atividade terão a função de explicar as regras básicas da mesma aos alunos participantes e assegurar a gestão e a sua correta realização.

Os objetivos da atividade são:

- Desenvolver a socialização, estimular relações interpessoais;
- Envolver a comunidade escolar;
- Que todos os alunos realizem o maior número de jogos;
- Desenvolver o nível funcional das capacidades motoras;
- Fomentar a aquisição de hábitos e comportamentos de estilos de vida saudáveis que se mantenha na idade adulta;
- Tomar consciência de que o jogo é um meio de diversão, colaboração e de trabalho;
- Desenvolver a cooperação;
- Desenvolver o sentido de grupo;
- Desenvolver o sentido e respeito pelo adversário.

➤ **Atividade 1: Corrida de sacos**

- Cada aluno tem um saco e terá de saltar até à meta.

➤ **Atividade 2: Just Dance**

- Nesta atividade os participantes imitam a coreografia que está a ser reproduzida.

➤ **Atividade 3: Jogo do Limbo**

- Ao som da música passar por baixo da corda sem tocar na mesma. O grau de dificuldade vai aumentando consoante se vai baixando a corda.

➤ **Atividade 4: Jogo do Arremesso com Argolas**

- Cada equipa (aluno) deverá estar em fila com uma argola na mão. Após sinal, de uma forma ordenada lançam as argolas. Após os lançamentos de todos os elementos da equipa, vão buscar as argolas, para reiniciar o jogo.

➤ **Atividade 5: Bowling**

- Os alunos organizados em fila executam 1 lançamento, tentando derrubar as garrafas todas.

➤ **Atividade 6: Circuito de obstáculos**

Os alunos devem realizar a prova passando por todos os obstáculos sem derrubar nenhum.

➤ **Atividade 7: Jogo da Corda de Tração**

- As equipas deverão ser equilibradas e tentar que as crianças não ultrapassem a marca estabelecida 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. Não é permitido enrolar a corda no corpo ou fazer buracos no solo para fincar os pés.

➤ **Atividade 8: O rei/rainha manda**

- É mostrado um cartão aos participantes que têm de imitar o solicitado.

No espaço do recreio estão pintados “Jogo da macaca” e “Jogo da Glória”; O “Jogo dos quatro em linha”, em material manipulável, é também disponibilizado em todos os recreios.