

Agrupamento de
Escolas
de
Vila Velha de Ródão



Memória descritiva

Este projeto consistiu na dinamização de jogos tradicionais e atividades lúdicas no recreio através da criação de uma brigada que apoiou na dinamização do recreio do 1º ciclo.

Estas atividades e jogos tradicionais foram adaptadas, introduzindo uma componente pedagógica relacionada com o tema da alimentação saudável.

Na criação destas atividades/jogos da autoria da escola, valorizou-se os jogos coletivos, nomeadamente o jogo da pesca, o jogo da colher e do ovo, jogo da corrida de sacos, e o jogo do tiro à lata onde maioritariamente foram utilizados componentes reutilizáveis.

Foram envolvidos neste projeto os 132 alunos que frequentam o 1º ciclo, sendo que os alunos das duas turmas de quarto ano constituíram rotativamente a brigada que dinamizou as atividades semanalmente com cada turma, do 1º ao 4º ano rotativamente (uma turma por semana), os cinco professores do 1º ciclo, 5 assistentes operacionais, uma educadora social e uma animadora sociocultural.

Nesta atividade foram envolvidos também os encarregados de educação que participaram nas atividades/jogos mensalmente.



A group of children are participating in an outdoor activity. In the foreground, a boy in a blue hoodie is kneeling and looking at a boy in a red shirt who is holding a ball. Another boy in a red shirt is standing next to him. In the background, several other children are standing near a wooden fence, and some are wearing yellow safety vests. The ground is paved with hula hoops in various colors (red, green, blue) arranged in a pattern. The overall scene is outdoors and appears to be a school or community event.

JOGO DA COLHER E DO OVO

Objetivos: Equilíbrio, coordenação e orientação.

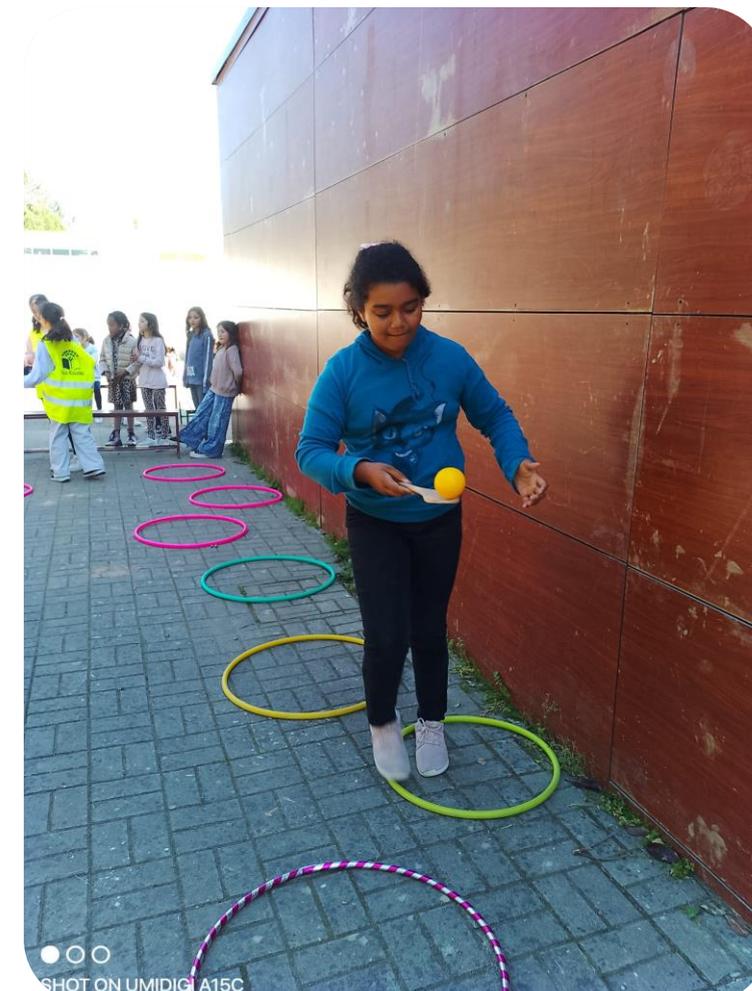
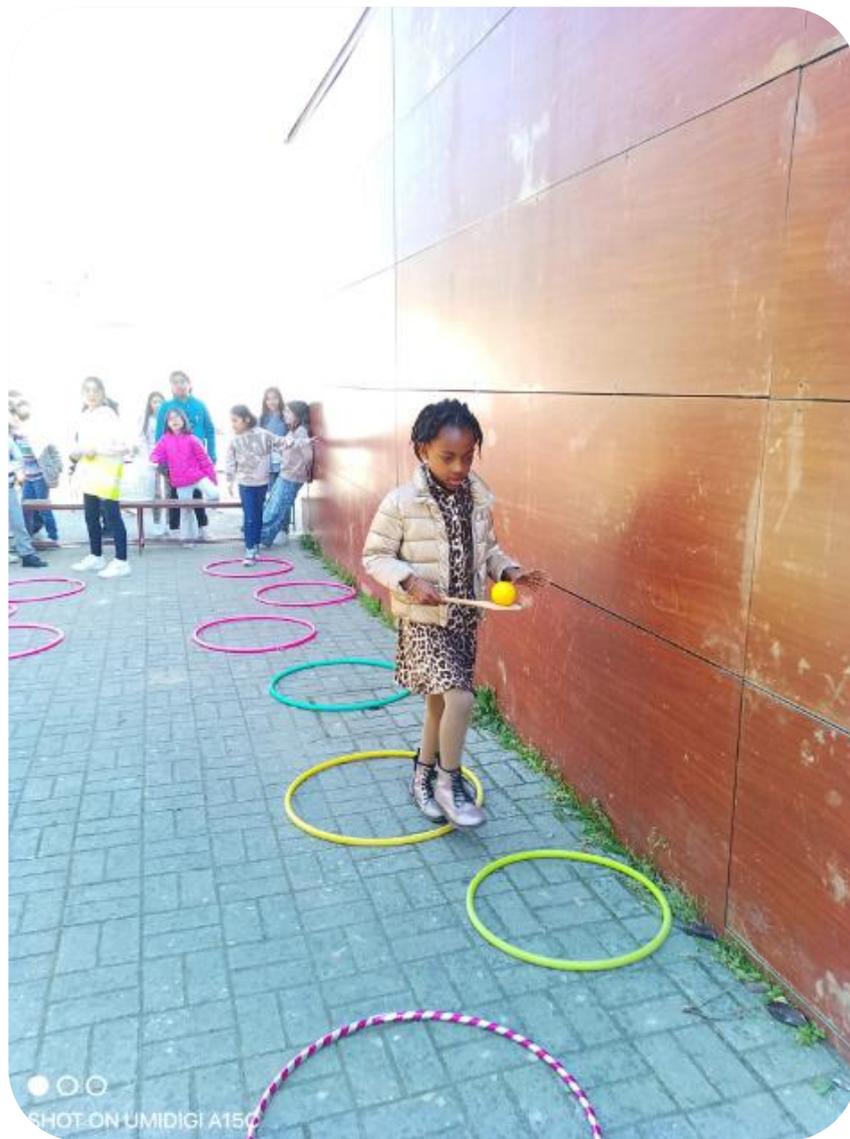
Número de jogadores e Material necessário

Número de jogadores

Número par sempre, independentemente do número de jogadores.

Material necessário

- Bola pequena
- Arcos
- Colheres de pau



Descrição do Jogo

Ambas as equipas compostas por números pares de elementos ficam alinhadas em dois lados opostos do terreno, orientados por arcos coloridos no chão.

Um dos elementos de cada equipa começa o jogo colocando na mão uma colher com a bola e tenta levá-la até ao seu parceiro de equipa que se encontra do outro lado, tentando equilibrar a bola o melhor possível sem a deixar cair.

No final do percurso têm de responder a perguntas sobre alimentação saudável.



Regras do Jogo

1

Queda da bola

Se deixar cair a bola fica automaticamente fora do jogo.

2

Entrega ao parceiro

Quando chega junto do parceiro de equipa, tem de responder a perguntas sobre alimentação saudável, entrega-lhe a colher com a bola. Por sua vez, o parceiro tem de fazer o percurso de volta, e assim sucessivamente, até terem concluído o percurso.

3

Comportamento desportivo

Se algum dos membros da equipa adversária dificultar ou atrapalhar os outros participantes é desclassificado.





Conclusão do Jogo

Término

O jogo termina quando todos os elementos tiverem terminado o percurso.

Vitória

Ganha a equipa que conseguir terminar o percurso sem deixar cair a bola, no menor tempo possível responder ao maior numero de perguntas corretamente

A photograph of children participating in a sack race in a schoolyard. The scene is dimly lit, possibly at dusk or dawn. In the foreground, three children are seen from behind, each wearing a large white sack over their legs. They are standing on a paved area. In the middle ground, another child wearing a yellow safety vest is walking towards the camera. In the background, a metal railing separates the foreground from a higher level where other children and adults are watching. The overall atmosphere is quiet and focused.

JOGO DA CORRIDA DE SACOS

Objetivo e Participantes



Objetivo

Rapidez, destreza física e competição.

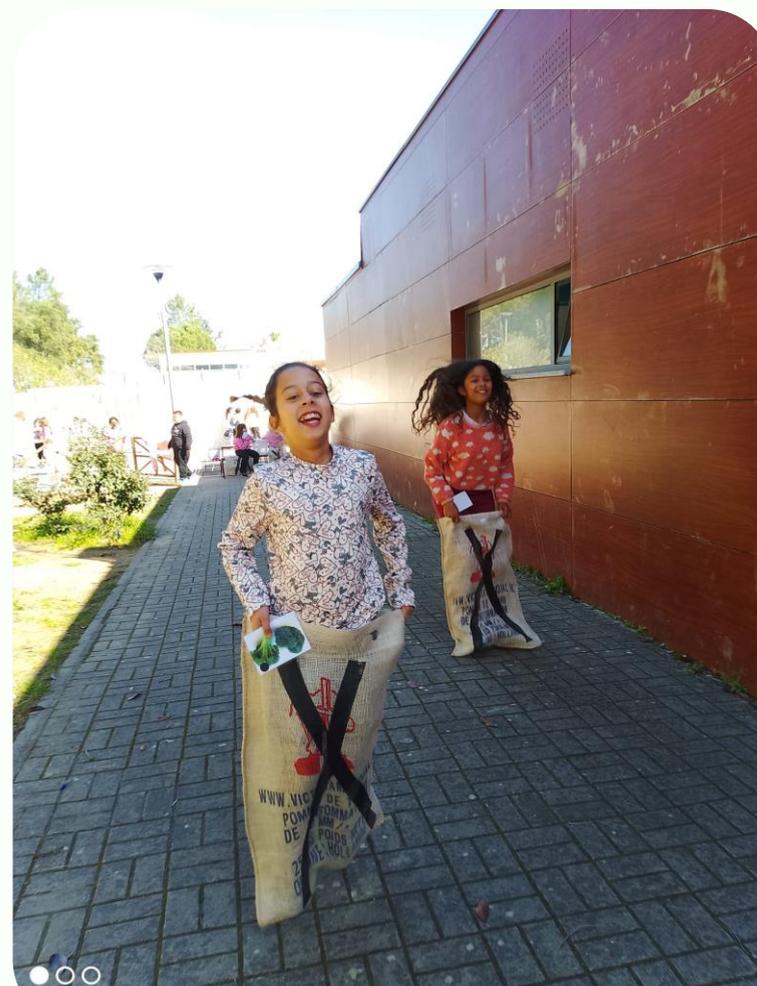
Número de Jogadores

Quatro jogadores, no mínimo (dois em cada equipa).

Descrição do Jogo

Demarca-se um percurso no terreno, com um ponto de partida e uma meta. As equipas colocam-se nas suas posições e o primeiro elemento de cada equipa escolhe de um cesto um alimento saudável e a correr pega no saco e prepara-se para o início do jogo.

Depois de os organizadores darem a partida, os primeiros participantes "vestem" os sacos começam a corrida. Ao chegarem junto dos seus companheiros de equipa, "despem" o saco e passam-no para o próximo participante que vai correr e assim sucessivamente até ao fim do jogo.



Regras e Vencedor



Início da Corrida

Os primeiros participantes "vestem" os sacos escolhendo dentro alimentos não saudáveis (intruso) e um saudável. Começam a corrida após o sinal de partida.



Passagem de Testemunho

Ao chegarem junto dos seus companheiros de equipa, "despem" o saco e passam-no para o próximo participante.



Determinação do Vencedor

A equipa que conseguir colocar primeiro todos os jogadores na meta apenas com alimentos saudáveis e depois de fazer a corrida dentro dos sacos, é a vencedora.

Material Necessário



Latas

20 latas vazias, decoradas com imagens plastificadas de alimentos saudáveis e não saudáveis



Bolas

Várias bolas de plástico



Marcação

Giz ou fita para marcar a linha de arremesso.



Montagem do Jogo

Preparar as Latas

Decorar as latas com imagens de alimentos saudáveis e alimentos não saudáveis

Montar a Pirâmide

Base com 7 latas, depois 6, 5, 4 e 1 no topo.

Marcar a Distância

Faça um risco no chão a aproximadamente um metro das latas.



Regras e Pontuação



Posicionamento

Cada jogador posiciona-se atrás da linha marcada.



Arremesso

Lançar a bola tentando derrubar o maior número de latas com imagens de alimentos saudáveis .



Contagem

Contar quantas latas foram derrubadas com alimentos saudáveis contabilizando 20 pontos, por cada alimento derrubado não saudável desconta 10 pontos. Anotar no painel.



Vencedor

Ganha quem derrubar mais latas no total.



Jogo da Pesca

“Pesca dos Alimentos”



Materiais Necessários

Equipamentos

- Vara de pesca com íman na ponta;
- Cabos de vassoura;
- Fio ou cordel ;
- Piscina feita de papelão pintado;

Elementos do Jogo

- 24 imagens de alimentos plastificadas;
- 12 saudáveis e 12 não saudáveis;
- Íman para fixar nos alimentos;



Objetivos do Jogo



Pescar Alimentos

Capturar 20 alimentos saudáveis usando a vara de pesca.



Responder Perguntas

Testar os conhecimentos sobre alimentação saudável.



Contra o Tempo

Completar o desafio no menor tempo possível.





Regras do Jogo



Preparação

Distribuir as fichas entre os jogadores. Coloque todos os alimentos na piscina.



Fase da Pesca

Cada jogador usa a sua vara para pescar apenas os alimentos saudáveis.



Fase das Perguntas

Após a pesca, respondem às perguntas sobre alimentação saudável.



Pontuação Final

Vence quem pescar mais alimentos saudáveis e responder corretamente às perguntas.