

Jogos do nosso recreio

Jogo do elástico

Material: elásticos

Jogadores: número variável.

Jogo: dois jogadores ficam um de frente para o outro a uma distância de cerca de dois metros, segurando um elástico fechado nos tornozelos. Os restantes jogadores colocam-se em fila, aguardando a sua vez de saltar.

A colocação do elástico vai aumentando de altura com o avanço no jogo (os mesmos movimentos são realizados com o elástico no tornozelo, canela, joelho, coxa e cintura).

As sequências de movimentos vão exigindo saltos diferentes (com um pé, com os dois, dentro, fora,...), sendo combinada a sequência nas diferentes etapas.

Pretende-se que os próprios alunos criem sequências, conforme se forem adaptando ao jogo. Está prevista a participação dos adultos da escola (professoras e funcionárias) e de algumas mães para exemplificar e ensinar pormenores e possibilidades do jogo.

Inicialmente serão apresentadas estas sequências:

Etapa 1: Simples (Posição Inicial: De lado para o elástico. 1) Coloca-se um pé dentro do elástico e depois tira.);

Etapa 2: Dentro e gira (Posição Inicial: De lado para o elástico. 1) Coloca-se um pé dentro do elástico; 2) Roda e inverte a posição; 3) Salta para fora.

Etapa 3: Cruzado (Posição Inicial: De frente para o elástico. 1) Salta com os dois pés para dentro do elástico ; 2) Salta para dentro descruzando-as; 3) Salta para fora com as pernas afastadas deixando o elástico entre elas; 4) Salta-se para fora.

Macaca

Material: 1 pedra lisa ou um objeto semelhante, e tintas para desenhar a macaca no chão.

Jogadores: número variável.

Jogo: atira a pedra/objeto para a primeira casa e começa a avançar ao pé-coxinho, saltando a casa onde está a pedra, seguindo esta ação por ordem para todas as casas até ao fim da macaca. Quando a pedra sair fora da macaca, muda-se de jogador. Este jogo tem como objetivo deitar a pedra

dentro de cada casa da macaca, saltando a casa onde está a pedra sem a pisar, saltar as casas ao pé-coxinho e apanhar a pedra sem cair e não pisar as linhas. Ganha o jogador que primeiro acabar o percurso completo de uma macaca.

Saltar à corda

Materiais: corda

Jogadores: número variável.

Jogo1 (livre): Cada jogador salta, enquanto se canta uma lengalenga. Os jogadores podem saltar com um pé de cada vez ou a pés juntos.

Jogo 2: Dois jogadores rodam a corda. Os restantes colocam-se em fila para jogar.

Com a corda em movimento os jogadores entram e saltam enquanto durar uma canção/lengalenga, saindo no final. Se um jogador calcar a corda ou a impedir de rodar, sai do jogo e entra o seguinte.

Criação de dois jogos

Jogos dos paraquedas

Materiais: bolas; “paraquedas” (retângulo de pano obtido com o corte em 4 das antigas bandeiras do Eco Escolas, onde foram cosidas umas pegas).

Jogadores: número variável, jogando a pares.

Jogo1: Cada par de jogadores atira a bola e apanha-a no paraquedas, numa sucessão de etapas

Etapa 1: atirar a bola ao ar e apanhá-la na queda

Etapa 2: atirar a bola ao ar, deixá-la bater no chão e apanhá-la depois.

Jogo 2: Os pares formam uma coluna. A bola é enviada de uma ponta à outra dos paraquedas, seguindo o esquema do jogo a pares (na primeira etapa direta e depois batendo no chão antes de ser apanhada pelo par seguinte).

Jogo das rãs e das moscas

Materiais: rãs feitas com rolos de papel higiénico

Jogadores: número variável, um para cada rã.

Jogo1: Cada jogador tenta que a rã apanhe a mosca que é atirada ao ar.

Vence quem conseguir apanhar mais moscas num determinado tempo.