

### Início da Gincana

- Receção das famílias e explicação das regras gerais.
- Divisão em equipas (pais e filhos juntos).
- Cada equipa realiza o percurso completo por ordem.
- Informar que a Gincana estará disponível um dia por semana (4ª feira) para as famílias que desejarem participar.

### Percurso da Gincana:

#### 1. Saltar nos pneus



- Objetivo: Saltar de pneu em pneu a pé juntos.
- Material: Pneus velhos dispostos em linha no chão.
- Regras: Todos os membros da equipa devem saltar com os dois pés, caso contrário, volta ao início do obstáculo.

#### 2. Passar no túnel de cartão

- Objetivo: Passar por dentro de um túnel feito com caixas de cartão.
- Material: Caixas de papelão reforçadas.
- Regras: Todos os membros da equipa devem passar de joelhos, a rastejar ou de cócoras.



#### 3. Fazer rolar o pneu pelo percurso

- Objetivo: Levar um pneu a rolar com as mãos até ao final do trajeto marcado.
- Material: Pneu e percurso demarcado com fita cola velha.
- Regras: O pneu não pode sair do percurso.



#### 4. Subir a corda e retirar uma bola

- Objetivo: Um membro da equipa sobe até metade da corda e retira uma bola do cesto.
- Material: Corda, cesto com trapilho e bolas reutilizadas.
- Regras: Só pode tentar uma vez. Se não conseguir, outro membro pode tentar.



#### 5. Atirar a bola para a caixa

- Objetivo: Acertar com a bola dentro de uma caixa de cartão.
- Material: Caixa de papelão.
- Regras: Cada membro tem uma tentativa. Se errar, passa ao próximo.



#### 6. Fazer o jogo do limbo com a corda

- Objetivo: Passar por baixo de uma corda sem tocar nela, ida e volta.
- Material: Corda presa numa árvore e numa estaca.
- Regras: Não se podem ajoelhar nem apoiar as mãos no chão.



#### 7. Percurso dos troncos com trotinete

- Objetivo: Fazer um percurso com obstáculos, usando uma trotinete.
- Material: Troncos reutilizados e trotinete usada.
- Regras: Criança faz o percurso; o adulto pode ajudar com apoio verbal e físico.



#### 8. Fazer tocar a pandeireta

- Objetivo: Tocar a pandeireta para marcar o fim da prova.
- Material: Pandeireta reutilizada.
- Regras: Toda a equipa em conjunto faz tocar a pandeireta como sinal de união.



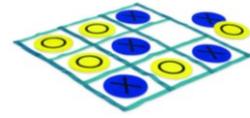
### Fim da Gincana

Agradecimentos e reforço da importância do tempo em família, da reutilização de materiais e como é tão fácil criar brincadeiras com materiais reutilizados.

## Atividades Paralelas à Gincana:

Para além da gincana, as equipas podem também participar noutras atividades livres e criativas:

- Construção da parede musical – pintura e colocação de materiais metálicos reutilizados.
- Pintura da cozinha de areia, feita com paletes.
- Jogar o nosso jogo do galo, construído com cartão reutilizado.



- ✓ Estas atividades decorrem em simultâneo e podem ser realizadas ao ritmo de cada família, promovendo a colaboração, a criatividade e a reutilização.
- ✓ Todos estes materiais estarão disponíveis para utilizar e brincar no recreio para as posteriores visitas e equipas.

## Descrição dos Materiais Utilizados na Gincana:

- Pneus velhos – para saltar e rolar no percurso: doados por uma oficina de carros da localidade.
- Caixas de papelão reforçadas – para construir o túnel de cartão e a caixa: doadas por uma loja de eletrodomésticos da localidade.
- Fita cola – para demarcar trajetos: fita cola já não utilizada e doada ao Jardim de Infância por um pintor de construção civil da freguesia.
- Cordas – para trepar à árvore e para o jogo do limbo: cordas reutilizadas.
- Cesto feito com trapilho velho – feito pelas crianças e com colaboração de algumas avós.
- Bolas – reutilizadas da piscina de bolas.
- Troncos reutilizados – para compor o percurso com trotinete: doados por um encarregado de educação.
- Trotinete usada – pertencente ao Jardim de Infância.
- Pandeireta reutilizada – doada por uma banda filarmónica da freguesia.
- Estaca – reutilizada das aulas de expressão motora.
- Árvores do recreio – usadas como apoio para a corda do limbo e para pendurar a corda.

"Cada gargalhada ao ar livre é um passo rumo a um mundo mais verde!"