

## Regulamento do Jogo do testemunho

**Nome do Jogo:** Jogo do testemunho

**Duração:** Variável (cerca de 15 a 30 minutos)

**Local:** Campo ou pavilhão desportivo

### 1. Objetivo do Jogo

Cada equipa deve completar o percurso levando o testemunho até ao outro lado do campo e regressando, passando-o ao próximo colega até que todos os elementos tenham participado. Ganha a equipa que terminar o percurso em menor tempo, respeitando todas as regras.

---

### 2. Constituição das Equipas

- Cada equipa deve ter o mesmo número de participantes (ideal: 4 a 8 elementos por equipa).
  - Os participantes alinham-se atrás da linha de partida por ordem definida pelo grupo.
- 

### 3. Materiais Necessários

- 1 testemunho por equipa (pode ser um bastão leve, um rolo, ou objeto semelhante)
  - Cones ou marcadores para a zona de retorno
  - Coletes ou distintivos (opcional, para identificação das equipas)
  - Apito ou outro sinal sonoro para dar início ao jogo
- 

### 4. Regras do Jogo

1. O primeiro elemento de cada equipa parte ao sinal do professor, com o testemunho na mão.

2. Deve correr até ao cone/marcador, contornar e regressar ao ponto de partida.
  3. Ao chegar, entrega o testemunho em mão ao próximo colega da fila.
  4. O percurso repete-se até que todos os elementos da equipa tenham completado o trajeto.
  5. O testemunho não pode ser atirado – deve ser sempre passado diretamente de mão para mão.
  6. Se o testemunho cair, o aluno deve parar, apanhá-lo e continuar o percurso.
  7. Qualquer infração (ex. cortar caminho, não contornar o cone) pode levar à repetição do percurso ou penalização, a critério do professor.
- 

#### **5. Critérios de Vitória**

- A equipa vencedora será aquela cujo último elemento cruzar a linha de chegada com o testemunho em mão primeiro, tendo todos os colegas cumprido o percurso corretamente.
- 

#### **6. Adaptações Possíveis**

- Variar o tipo de deslocamento: corrida, salto, marcha rápida, corrida de costas, etc.
  - Introduzir obstáculos simples (ex: zig-zag entre cones).
  - Realizar o percurso com dois testemunhos ao mesmo tempo (para duplas).
  - Criar uma ronda extra com mudança de sentido.
- 

#### **7. Fair Play**

- É obrigatório respeitar os colegas e as regras do jogo.
- A cooperação, o incentivo e o respeito entre os membros da equipa são essenciais.
- A decisão do professor é final e deve ser respeitada.