

Regulamento do Jogo Terra-Mar

1. Objetivo do Jogo

O jogo **Terra-Mar** tem como objetivo desenvolver a atenção, a concentração, a rapidez de reação e a coordenação motora dos participantes.

2. Materiais Necessários

Cordas para colocar no chão

3. Preparação do Espaço

1. Colocam-se cordas no chão de forma a formar uma linha reta.
2. Define-se um dos lados da linha como **Terra**.
3. O lado oposto é definido como **Mar**.
4. Todos os jogadores começam em pé sobre a linha ou num dos lados indicados pelo orientador.

4. Número de Participantes

- Mínimo: 2 jogadores.
- Ideal: 5 a 30 jogadores.
- 1 orientador ou árbitro para dar os comandos.

5. Regras do Jogo

1. O orientador diz em voz alta um dos comandos:
 - **Terra** → os jogadores devem saltar para o lado da Terra.
 - **Mar** → os jogadores devem saltar para o lado do Mar.
2. Os jogadores devem reagir rapidamente ao comando.
3. Quem saltar para o lado errado ou hesitar excessivamente fica eliminado ou perde um ponto (consoante a modalidade escolhida).
4. O jogo continua até restar apenas um jogador ou até terminar o tempo definido.

6. Formas de Pontuação

Modalidade por Eliminação

- O jogador que errar é eliminado.
- Vence o último jogador em jogo.

Modalidade por Pontos

- Cada erro corresponde à perda de 1 ponto.
- Vence o jogador com mais pontos no final.

7. Vencedor

Será vencedor:

- O último jogador a permanecer em jogo (modo eliminação), ou
- O jogador com maior pontuação (modo pontos).

8. Variantes do Jogo

Comandos Enganadores

O orientador pode usar palavras parecidas ou frases para confundir os jogadores, por exemplo:

- "Maré"
- "Terramoto"
- "Margarida"

Nestes casos, os jogadores só devem mover-se quando ouvirem exatamente "Terra" ou "Mar".

Aumento da Dificuldade

- Dar os comandos cada vez mais depressa;
- Alternar o ritmo de forma imprevisível;
- Introduzir gestos contraditórios.

9. Regras de Segurança

- Garantir que o piso não é escorregadio;
- Manter distância suficiente entre os participantes;
- Usar calçado adequado;
- Evitar empurrões.

10. Competências Desenvolvidas

- Atenção e concentração;
- Rapidez de reação;
- Coordenação motora;
- Respeito pelas regras;
- Socialização.

11. Duração Recomendada

- Entre 10 e 20 minutos.

12. Faixa Etária Recomendada

- A partir dos 4 anos.