



Prefeitura Municipal de Foz do Iguaçu

ESTADO DO PARANÁ

SECRETARIA MUNICIPAL DA EDUCAÇÃO

EDUCAÇÃO FÍSICA

SUGESTÕES DE ATIVIDADES PARA TRABALHAR COM O ENSINO FUNDAMENTAL I

JOGOS



Colaboração/pesquisa:

Coordenador Equipe Pedagógica: Prof. Theodorico M. dos Santos.

Coordenadora de área de Ed. Física: Profª Rosane A. B. Alves.

SMED / 2015



Prefeitura Municipal de Foz do Iguaçu

ESTADO DO PARANÁ

SECRETARIA MUNICIPAL DA EDUCAÇÃO

JOGOS

Dentro do universo de jogos e brincadeiras infantis, os jogos de corrida e perseguição constituem um segmento muito importante para o desenvolvimento da motricidade e também uma modalidade de atividade lúdica muito apreciada pelas crianças dessa faixa etária (6 a 8 anos).

Os três jogos propostos aqui mobilizam as habilidades de perseguir e fugir, em três contextos com características diferenciadas, a saber:

No pega-pega americano, a trajetória de corrida de pegador e fugitivos é multidirecional, ou seja, os deslocamentos acontecem em todas as direções possíveis.

Na mãe da rua, a trajetória do pegador é multidirecional, mas as trajetórias dos fugitivos acontecem apenas em um sentido, de uma calçada para a outra.

No fugi-fugi, a trajetória de corrida de pegador e fugitivos ocorre no mesmo sentido, mudando apenas a direção.

Objetivos

- ☐ Reconhecer a existência de regras nos jogos vivenciados.
- ☐ Obedecer as regras com o auxílio do professor.
- ☐ Explicar as regras dos jogos verbalmente para outras pessoas.
- ☐ Realizar os movimentos básicos de correr, desviar, frear e equilibrar-se.

Conteúdos específicos

- ☐ Jogos de corrida e perseguição.
- ☐ Habilidades motoras de correr, desviar, frear, equilibrar, além de capacidades físicas de velocidade, flexibilidade e resistência.



Desenvolvimento das atividades

Inicie a aula mostrando aos alunos como o jogo vai se desenvolver. Desenhe um diagrama simples na lousa, mostrando os limites de espaço a serem utilizados e o posicionamento das crianças. É interessante dar referências do espaço e representar os tipos de movimentos possíveis na atividade. Explique também as regras.



Prefeitura Municipal de Foz do Iguaçu

ESTADO DO PARANÁ

SECRETARIA MUNICIPAL DA EDUCAÇÃO

Pega-pega americano

Regras

Um jogador é escolhido como pegador, e os demais fogem dentro dos limites estabelecidos previamente. Quando um jogador é pego, ele deve ficar parado no lugar em que foi pego até ser salvo por algum outro jogador. Para salvar um colega pego, o jogador deve agachar e engatinhar por entre as pernas desse jogador. É importante esclarecer que nenhum jogador pode ser pego pelo pegador enquanto estiver salvando algum colega. O vencedor do jogo é aquele pegador que conseguir imobilizar todos os fugitivos, numa mesma rodada.

Atenção: É importante orientar os alunos sobre a forma segura de pegar os fugitivos, utilizando apenas o toque de mão em alguma parte do corpo do colega, evitando tocar a região do rosto e dos cabelos ou agarrar e segurar os jogadores fugitivos, o que poderá causar acidentes. Periodicamente, interrompa a partida e troque o pegador, para garantir que ao longo das duas aulas todos os alunos passem pelas funções básicas do jogo: pegador e fugitivo/salvador.

Mãe da Rua

Regras

O espaço em que será realizado é delimitado por duas linhas paralelas com a distância de mais ou menos 8 metros entre elas, simulando o espaço de uma rua com duas calçadas. As crianças se posicionam atrás de uma das linhas e ficam voltadas na direção do espaço entre elas. Um jogador é escolhido como pegador e se posiciona no centro do espaço de jogo. O desafio para os fugitivos é atravessar o campo de jogo entre uma calçada e outra sem ser tocado pelo pegador, caso isso aconteça o jogador pego assume essa função, e o pegador passa a ser fugitivo.

Você pode propor uma regra que torna o jogo mais desafiante para todos os participantes: os jogadores fugitivos que deixarem uma das calçadas em direção ao campo não podem mais retornar para a calçada de onde saíram, tendo que tentar a travessia do campo. Essa regra é um pouco difícil de ser seguida de pronto por crianças dessa idade pois envolve um controle corporal e uma leitura das velocidades e das distâncias entre os jogadores que é um pouco complexa. No entanto, é justamente a



Prefeitura Municipal de Foz do Iguaçu

ESTADO DO PARANÁ

SECRETARIA MUNICIPAL DA EDUCAÇÃO

construção dessas noções de distância e velocidade o objeto principal de aprendizagem que o jogo promove nos jogadores.

Um desdobramento do grau de complexidade do jogo pode ser proposto na segunda aula de vivência do jogo, com a alteração de um detalhe da regra: o jogador que é pego se transforma em pegador, mas quem o pegou continua exercendo essa função, ou seja, a cada jogador pego, aumenta o número de pegadores. Consequentemente, o espaço de fuga vai se tornando cada vez menor e o desafio para os fugitivos vai se tornando cada vez mais complexo. Também aqui, cuide para que todos os jogadores possam vivenciar as funções de pegador e de fugitivo.

Fugi-fugi

Regras

O espaço para o jogo é delimitado num retângulo de 15 x 10 metros, aproximadamente. Essa medida pode variar um pouco em função do número de alunos e do espaço físico disponível. Se no início da atividade o educador perceber que o espaço está muito congestionado ou que os jogadores estão ficando muito distantes entre si, faça um ajuste nas medidas. Um jogador é escolhido pegador e se posiciona atrás de uma das linhas do lado menor do retângulo. Os demais jogadores (os fugitivos) se posicionam atrás da linha, do lado oposto do campo onde está o pegador. O desafio dos fugitivos é atravessar correndo o campo de jogo sem serem pegos, até a extremidade oposta do campo, a cada rodada. No início de cada rodada, o pegador, de sua posição inicial, grita a todos: "Lá vou eu". Ao que os fugitivos respondem em coro: "Fugi-fugi" e imediatamente partem para a travessia do campo de jogo. Também aqui, ao jogador que entra no campo não é mais permitido voltar para trás da linha de fundo. Os jogadores que forem pegos se transformam em pegadores fixos, na posição do campo em que foram pegos, tornando-se auxiliares do pegador principal. A cada rodada, repetem-se os avisos de "Lá vou eu" e "Fugi-fugi" antes de cada período de fuga e perseguição. Ao longo da partida, o espaço vai sendo ocupado por um número maior de pegadores fixos, e é declarado vencedor o jogador que conseguir se manter ileso até a rodada final. Fique atento para o caso de um pegador escolhido não conseguir realizar seu propósito, tornando o jogo desinteressante para si e para o grupo. Nesse caso, escolha um segundo pegador para auxiliar o pegador principal.



Prefeitura Municipal de Foz do Iguaçu

ESTADO DO PARANÁ

SECRETARIA MUNICIPAL DA EDUCAÇÃO

Avaliação

Ao final de cada aula, reúna os estudantes numa roda de conversa para vocês avaliarem juntos os avanços conquistados e as dificuldades que foram enfrentadas durante a vivência dos jogos. Embora exista a possibilidade de um vencedor final, é pouco provável que isso ocorra nessa faixa etária. Atenção: saber quem foram os vencedores também é pouco eficiente, uma vez que a sensação mais efetiva é vivida pela criança a cada êxito alcançado no ato de conseguir pegar ou conseguir escapar.



OUTRAS SUGESTÕES DE JOGOS DE CORRIDA:

PEGA – PEGA CONGELA

Apenas um aluno como pegador, objetivo é tentar congelar os outros alunos. Para o aluno congelado ficar livre novamente, um dos alunos livres deve passar por baixo das pernas do aluno congelado.

COELHINHO SAI DA TOCA

Arcos ou bambolês espalhados pela área onde se desenvolverá a brincadeira. Um arco a menos que o nº de participantes. Ao sinal "coelhinho sai da toca" que é dado pelo participante que não tem nenhum arco, os demais alunos e também a criança que deu o sinal deverão procurar um novo arco, ou seja, uma nova toca. Este procedimento deverá se repetir até que as crianças não estejam mais concentradas na brincadeira, neste momento uma nova brincadeira deve ser iniciada.



Prefeitura Municipal de Foz do Iguaçu

ESTADO DO PARANÁ

SECRETARIA MUNICIPAL DA EDUCAÇÃO

ROUBA BANDEIRA

Separa-se dois grupos de crianças de igual número, sendo admitida uma criança a mais em um dos grupos, no caso do total ser ímpar. Dispostos na linha central, cada grupo no seu campo, devem tentar no momento oportuno, burlando a vigilância dos adversários, roubar a bandeira do grupo contrário e trazê-la para o seu campo. Quem invadir o campo do adversário e for tocado, deve ficar imóvel ("colado") no lugar, só podendo sair dali se for "salvo", isto é, se algum dos seus companheiros vier tocá-los. Se o jogador for "colado" quando estiver com a bandeira do outro time, esta deve voltar para o seu local de origem. Ganha o jogo, a equipe que primeiro trouxer a bandeira do grupo adversário para seu campo.

CARIMBA AMEBA

Jogo individual como uma queimada. Existe uma bola e os jogadores se espalham pela quadra. Quem está com a bola, não pode andar, tendo o objetivo de queimar os outros; ao ser queimada, a pessoa (ameba) deve sentar no lugar, tendo ainda a chance de levantar novamente, tocando alguém que ainda esteja de pé - gritando "AMEBA" (a pessoa que estava de pé senta-se e a que a tocou, levanta-se) ou pegando uma bola que possa vir na sua direção. Segue a brincadeira e pode-se acrescentar - no decorrer do tempo - o número maior de bolas, deixando o jogo mais divertido.

PEGA O RABO DO MACACO

Cada criança possuirá um rabinho feito de fita ou papel. Tendo o objetivo de arrancar o rabinho do colega e ao mesmo tempo proteger o seu (dentro de um espaço restrito, como um salão). Não é permitido qualquer tipo de toque, como agarrar partes do corpo do colega, fora o rabinho ou mesmo esconder este com as mãos, no bolso, etc. Quem tiver o seu rabinho pego, formará um círculo para diminuir o espaço dos participantes.

PEGA-PEGA DA PALAVRA SECRETA

Material: Papel (folhas), pincel atômico, relação de "palavras secretas" e fita adesiva.

Dividir o grupo em duplas e pedir que os pares fiquem de frente um para o outro. Colar, nas costas de cada um, uma folha com uma palavra e cada um deverá procurar ler nas costas do companheiro a palavra secreta escrita, sem deixar que ele leia a sua antes. A brincadeira termina quando todos souberem as palavras secretas de seus parceiros.



Prefeitura Municipal de Foz do Iguaçu

ESTADO DO PARANÁ

SECRETARIA MUNICIPAL DA EDUCAÇÃO

PIQUE-VOLTA

Espécie de pega-pega, brincado em um espaço muito amplo e que tenha paredes nas duas extremidades. Quem for pego, deverá pegar a pessoa que lhe pegou antes que ela corra e toque no muro. Se o participante conseguir tocar no muro antes de ser pego, ele é quem pega, o que fará com que o pegador se transforme em vítima. Mas se ele for pego, deverá pegar quem lhe pegou antes que ele toque no muro e vire pegador.

ARRASTÃO

Pode ser chamado de pega-pega corrente. Nesse pega-pega começa com um pegador, quando ele tocar em outro participante eles devem dar as mãos e correrem juntos, não podendo soltar as mãos, cada pessoa que for pega vai se juntando ao grupo, sempre de mãos dadas.

ESTOURO DE BALÃO

Escolhem-se de oito a dez voluntários e todos recebem um balão atado no tornozelo ou na cintura. Cada um deverá cuidar do seu e ao mesmo tempo tentar estourar o balão do outro. Termina a atividade quando ficar somente um ou dois alunos que conseguiram permanecer com o balão sem estourar.

ELEFANTE COLORIDO

Uma criança fica no centro da quadra, o restante das crianças ficam em dentro da área. A criança no centro da quadra fala: __Elefante colorido! Os outros perguntam: __ De que cor ele é? A criança deverá escolher uma cor e as outras deverão tocar em algo que tenha esta cor. Se não achar esta cor o elefante irá pegá-lo.

GATO- E -RATO

O Professor espalhara por toda quadra alguns cones depois os alunos serão separados em dois grupos, um grupo será o gato e o outro o rato. O grupo dos ratos começam a brincadeira derrubando os cones e os gatos devem levantar os cones, ao apito do professor o grupo troca de nome, quem era o gato vira rato, quem vira rato deve ser gato.



Prefeitura Municipal de Foz do Iguaçu

ESTADO DO PARANÁ

SECRETARIA MUNICIPAL DA EDUCAÇÃO

NUNCA TRÊS

Os alunos serão separados em duplas, cada dupla escolhe um local da quadra para ficar sentado com sua dupla, dois alunos começam a correr um será o pegador e o outro deve tentar escapar, o aluno que estiver tentando escapar deve tocar em algum aluno que esteja sentado com sua dupla, quando ele for tocado ele virá o pegador e o antigo pegador vira a pessoa a ser pega, o jogo acaba quando todos tenham participado.

POLÍCIA E LADRÃO

Parecido com o pega-pega. Há dois grupos: o da polícia e o dos ladrões. O papel da polícia é pegar os ladrões e prendê-los em uma “cadeia”. O papel dos ladrões é salvar os companheiros (abrindo a porta da “cadeia”) e se proteger da polícia. Se a polícia prender todos, invertem-se os papéis.

TRAVESSIA DA FLORESTA

Riscar no chão um círculo ou um quadrado bem grande para ser a floresta. Dentro dela vão ficar três crianças que são os pegadores. As outras ficam de fora. Dado um sinal, as crianças que estão de fora tentam cruzar a floresta. As três que estão dentro da floresta tentam pegá-las. Quem for pego passará a ajudar os pegadores. A brincadeira pode terminar quando todas as crianças forem pegadas ou quando se cansarem de brincar.

DÊ 5 PASSOS E FUJA

Orientar-se no espaço em relação a objetos e pessoas. Os alunos formaram grupos de 3. Organização: três alunos sentados: 1 fugitivo e 2 pegadores. O fugitivo levantar-se-á, dará 5 passos e correrá sendo perseguido pelos outros que tentarão toca-lo. Tocando o perseguido, os 3 sentar-se-ão e reiniciarão a atividade trocando os papéis.

PEGA-PEGA BRUXA

O grupo escolhe quem vai ser a bruxa (o pegador). Quando a bruxa pegar alguém, essa pessoa deve falar uma das seguintes palavras: pedra, árvore, ponte ou extintor.

A criança que foi pega fica na posição do objeto escolhido pela bruxa até que outro participante a salve. Quem for extintor deve ficar em pé com as mãos estendidas; só será salvo quando alguém bater em suas mãos. Quem for ponte deve fazer uma ponte (barriga para cima, mãos e pés no chão, costas encurvadas); só será salvo quando alguém passar embaixo dele. Quem for árvore deve ficar em



Prefeitura Municipal de Foz do Iguaçu

ESTADO DO PARANÁ

SECRETARIA MUNICIPAL DA EDUCAÇÃO

pé, com as pernas abertas; só será salvo quando alguém passar por entre as suas pernas. Quem for pedra deve ficar sentado no chão, abaixado; só será salvo quando alguém pular por cima dele.

ACORDA LEÃO

O grupo define quem será o leão, que é o pegador da brincadeira. Todas as crianças têm uma toca, que pode ser debaixo de uma cadeira, de um travesseiro, de uma cama etc. O leão está dormindo, e os participantes vão acordá-lo dizendo: "Acorda leão!". Ele levará um susto e sairá correndo atrás de quem o acordou. Se o participante for pego, ele ficará preso na toca do leão. O objetivo é contar quantos jogadores o leão prendeu em sua toca. Ganha quem for para a sua toca sem ser pego pelo leão.

PEGA-PEGA CORPO HUMANO

Brincadeira de pegador, um aluno é escolhido para ser o pegador, o restante se movimenta livremente para fugir do pegador. Quando o pegador encostar-se a uma parte do corpo do outro aluno, este deverá virar o pegador, porém terá que colocar a mão no local onde foi tocado e se movimentar desta forma até conseguir tocar outro aluno.

PEGA-PEGA VARIANDO LOCOMOÇÃO

Brincadeira de pega-pega com variações de movimentos de locomoção: só pode pegar e fugir do pegador: andando, correndo, saltando, num pé só, quadrupedando, de costas, de lado, etc.

BOLA DO CAÇADOR

Livres na quadra, um aluno de posse da bola será o caçador vai sair para caça e começa a perseguir procurando tocar com a bola um colega. O que for pego, será o cão de caça e ajudará o caçador fazendo trocas de passes a fim de chegar mais perto da caça. O jogo prosseguirá até que todos sejam caçados.



Prefeitura Municipal de Foz do Iguaçu

ESTADO DO PARANÁ

SECRETARIA MUNICIPAL DA EDUCAÇÃO

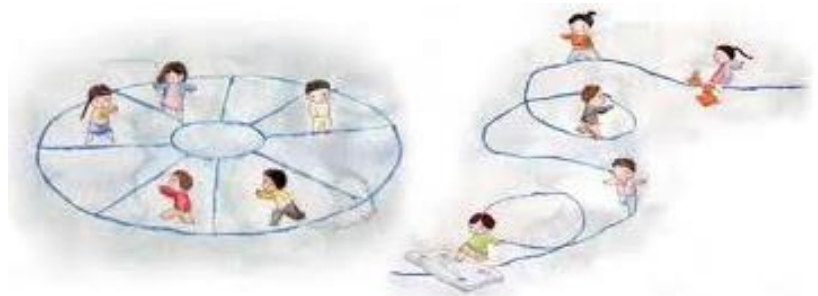
JOGOS EM LINHA

Revisando a classificação dos jogos que estamos adotando nesta proposta de trabalho onde o objetivo principal é a orientação espaço-temporal:

jogos de corridas variadas –
exploração espacial ampla.

jogos em linha – exploração de
direções e sentidos.

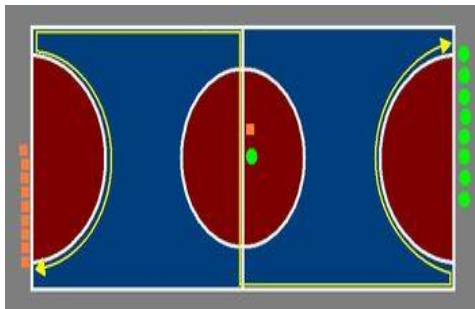
jogos em círculo - exploração de
espaços fechados.



PEGA-PEGA SOBRE A LINHA

É um pega-pega em cima da linha riscada no pátio ou quadra. Variações: Inicialmente andando rápido, depois pode liberar os alunos para correr, mas não podem sair linha ou pular de uma linha para outra. Pode estipular um pega-pega ajuda-ajuda.

CORRIDA JO-KEN-PO



Os participantes são divididos em grupos, cada grupo fica na linha de fundo (linha de escanteio) da quadra, ao sinal do professor um aluno de cada lado sai correndo em cima das linhas laterais e linha do meio de quadra, quando os alunos se encontrarem eles realizam a brincadeira de jo-ken-po (pedra, papel e tesoura), quem ganhar a disputa continua correndo, quem perdeu volta para o fim da fila e o aluno que estiver na fila deve sair correndo e assim sucessivamente, ganha quem conseguir chegar na linha de fundo adversária.

Em aulas mais tradicionais não é raro que o professor conceda um ponto à equipe de cada aluno que atingir o final do percurso. Mas isso simplesmente não é necessário. Nesta proposta, ao chegar ao final do percurso o aluno tem a fila da outra equipe à sua frente e deve jogar jo-ken-po com cada um deles até que seja superado, voltando para a sua fila. Assim o jogo se torna mais cooperativo e focado no processo e não no resultado, tornando o aprendizado mais significativo para todos.



Prefeitura Municipal de Foz do Iguaçu

ESTADO DO PARANÁ

SECRETARIA MUNICIPAL DA EDUCAÇÃO

Para a definição do vencedor devem ser consideradas as relações entre os três elementos. A pedra supera a tesoura, pois a quebra. A tesoura supera o papel, pois o corta. O papel supera a pedra, pois a embrulha. E se aparecerem dois elementos iguais, fica empatado e se repete o processo.

BARRA - MANTEIGA

As crianças devem ser divididas em duas equipes, sendo que uma equipe fica de frente para a outra. Os participantes de cada equipe ficam um ao lado do outro e com a palma de uma das mãos virada para cima. As equipes ficam posicionadas em lados opostos do campo deixando um espaço para correr. A brincadeira começa quando um participante vai até a equipe adversária e bate com uma mão na mão de um dos participantes da outra equipe. A criança que bateu sai correndo para a sua equipe enquanto é perseguida pelo adversário. Caso o que bateu seja pego passa a jogar na outra equipe. Vence o time que pegar todos os adversários.

CORRIDA DO OVO

Os participantes saem de uma linha determinada, com uma colher na boca e na colher um ovo. As mãos devem permanecer para trás. Será vencedor quem primeiro atingir a linha de chegada com o ovo na colher, sem derrubá-lo.

CORRIDA DO SACO

De uma linha de partida a um sinal determinado, os jogadores sairão pulando dentro do saco. Serão eliminados os que caírem. Será vencedor quem primeiro atingir a linha de chegada.

CORRIDA DO SACI

A partir de uma linha riscada no chão demarcando a área, as crianças em fila, sairão correndo e pulando em pé só, após o sinal dado. Será vencedor o competidor que primeiro atingir a linha de chegada.

CORRIDA DE REVEZAMENTO

Os jogadores são organizados em 2 filas. A partir de uma linha de saída, a um sinal determinado, o primeiro jogador de cada fila deve correr, contornar um obstáculo, retornar e bater na mão do segundo jogador, e assim sucessivamente. Será vencedora a fila em que o primeiro voltar a ser o primeiro.



Prefeitura Municipal de Foz do Iguaçu

ESTADO DO PARANÁ

SECRETARIA MUNICIPAL DA EDUCAÇÃO

CORRIDA DE SAPO

Os concorrentes estarão alinhados agachados em linha de partida. Ao sinal dado, todos devem partir em pulos agachados. Vence quem primeiro atingir a linha de chegada.

CORRIDA DAS TRÊS PERNAS

As duplas partem a um sinal determinado para uma linha de chegada, com os pés amarrados: o pé direito de um com o pé esquerdo do parceiro. Será vencedora a dupla que chegar primeiro.

BUSCA DE SAPATOS

O animador ordena que todos descalcem os sapatos, colocando-os amontoados no centro; todos retornam para os seus lugares, tomando cuidado para que todos estejam na mesma distância dos sapatos; a um sinal dado pelo animador, todos correm para o lugar a onde estão os sapatos, procurando seu par de sapatos, calçando-os; será vencedor quem por primeiro calçar seu par de sapatos.

CORRIDA DO CHAVEIRO

Forme um círculo bem espaçoso com as cadeiras, com os assentos voltados para dentro, com tantas cadeiras quantos forem os participantes, menos a sua. Você deve estar no centro do círculo segurando o chaveiro. Você começa a andar e pega uma pessoa; de mãos dadas, vocês continuam caminhando; a pessoa que está com você deve pegar outra pessoa sentada, e assim por diante, sempre dando as mãos e caminhando. Quando quiser, deixe cair o chaveiro e todos devem correr para uma cadeira. Quem ficar de pé recomeça a brincadeira. Para acrescentar suspense, finja deixar cair ou balance o chaveiro, fazendo barulho ou caminhe bem longe das cadeiras. Estipule "castigo" para quem se soltar ou correr antes que o chaveiro realmente caia.

ESCOLHA SEU RIVAL

Haverá duas equipes. Os jogadores estarão lado a lado, todos preparados para correr. As equipes estarão separadas uma da outra. Em cada rodada, um jogador de cada equipe irá participar. É uma corrida comum (50 metros rasos), mas o corredor pode escolher o seu rival. Ex.: É a vez da equipe A escolher. O corredor da equipe A é o Bruno. Bruno deverá gritar o nome de alguém da outra equipe (ex.: Caio). Imediatamente após a escolha, Bruno e Caio deverão correr até a linha de chegada. Quem



Prefeitura Municipal de Foz do Iguaçu

ESTADO DO PARANÁ

SECRETARIA MUNICIPAL DA EDUCAÇÃO

chegar primeiro elimina o outro. Agora, é a vez da equipe B escolher... E por aí vai. Vence a equipe que fizer a outra zerar o número de corredores.

CORRIDA DAS LATAS

Separe 2 latas de leite em pó vazias, 2 pedaços grandes de barbante, prego e martelo. Primeiro, faça dois furos, em cada lata. Eles devem ser feito perto de uma das extremidades, em posições opostas da lata. Depois, passe o barbante bem comprido pelos furos e dê um nó para prender na lata, como se fosse uma alça. Coloque as latas no chão, com a parte dos furos para cima e suba nelas. Segurando os barbantes, um representante de cada equipe deverá correr. Quem cruzar a linha de chegada primeiro, vence a prova.

CORRIDA DE BANDEIRA POR EQUIPE

Esta é uma brincadeira de muito movimento e vivacidade da parte dos participantes. As equipes podem ser unidades masculinas ou femininas, e podem ser diferenciadas por cores, em suas bandeirinhas: Vermelho e Azul. O número de participantes pode variar de acordo com a capacidade do pátio ou campo, podendo assim unir ou não mais unidades. Também terá que ser do mesmo número de participantes em cada equipe. A disposição dos participantes será como se indica na ilustração, ou seja: a metade de cada equipe frente a frente. Sob a ordem do juiz, (que se encontra no centro da área do jogo) por apito, sinal ou voz, as pessoas designadas para iniciar a corrida, sairão em sentido inverso, um de uma equipe e outro da contrária. A corrida deve ser realizada sem demora, entregar a bandeira pela haste na mão do companheiro oposto. Os participantes não deverão sair da linha para receber a bandeira. Logo que a receba correrá até seu companheiro em frente que espera recebê-la, e assim sucessivamente até terminar com todos os jogadores e o último que a receber correrá até o centro para plantá-la na meta ou entregá-la nas mãos do juiz. Este declarará equipe vencedora a que corresponde à bandeira recebida primeiro no término do jogo, a vermelha ou azul.

CORRIDA DO FEIJÃO

Coloquem no chão, dois copos por equipe um em cada extremidade da sala, em uma das extremidades, os copos devem estar cheios de grãos de feijão (verifique que o número de grãos seja igual para todos). O primeiro participante de cada time pega um canudo, corre até o copo que contém os grãos de feijão, aspira um grão no canudo e volta com ele até o copo vazio, onde deve depositá-lo. A



Prefeitura Municipal de Foz do Iguaçu

ESTADO DO PARANÁ

SECRETARIA MUNICIPAL DA EDUCAÇÃO

segunda pessoa só pode partir quando o grão de feijão trazido por quem a precedeu estiver no copo. A primeira equipe que transferir os grãos de feijão de um copo para o outro é a vencedora.

TÚNEL

Duas filas, os alunos estão em fila indiana, com as pernas bem afastadas, os braços estendidos e as mãos colocadas sobre os ombros do colega da frente. Coloca-se uma vara diante de cada fila, a uns dez metros. Dado o sinal, o primeiro de cada fila corre até à vara, contorna-a, volta e passa sob as pernas dos parceiros, levanta-se e bate no ombro do último, que transmite a batida, que vai passando um a um, até que o primeiro da fila parta novamente.

SALTO AO EIXO

Os alunos em fila, com um determinado alvo a 50 ou 60 metros da faixa de partida. Conforme o número de alunos por equipe, dispõem-se sinais intermédios de 3 em 3 ou de 5 em 5 metros. Dado o sinal o número 1 de cada fila coloca-se no primeiro marco, costas baixas e mãos nos joelhos, e o segundo começa a correr e, apoiando as mãos nas costas do parceiro, pula sobre ele, colocando-se no segundo marco, na mesma posição. O número 3 pula sobre os dois colegas e assim sucessivamente até que o último atinja o alvo.

ESTAFETA COM ARGOLAS

Diante de cada equipe, na linha de chegada traçada a uns dez a vinte metros de distância coloca-se uma argola de corda suficientemente grande para que todos os alunos consigam passar dentro dela, dentro de um quadrado um pouco maior que a argola.

O primeiro aluno de cada equipe corre até à argola, enfia-a pela cabeça, fá-la escorregar até aos pés e por fim coloca-a no quadrado. Em seguida vai tocar no segundo da fila que faz a mesma coisa com a argola e vai bater no terceiro, etc. Ganha a equipe mais rápida.

PASSE DE BOLA

Os alunos de cada equipe, em fila, a uma distância de dois braços uns dos outros, sentam-se com as pernas afastadas. O primeiro, deitando-se de costas, lança com as duas mãos e para trás a bola ao segundo. Assim, a bola vai de jogador em jogador até ao último. Aquele que deixar cair a bola, corre para apanhá-la, sentando-se antes de jogar. Ganha a equipe que for mais rápida a fazer com que a bola chegue ao último aluno ou que dê o número de voltas determinado pelo professor.



Prefeitura Municipal de Foz do Iguaçu

ESTADO DO PARANÁ

SECRETARIA MUNICIPAL DA EDUCAÇÃO

A PASSAGEM DA BOLA NO TÚNEL

É necessária uma bola por equipe que deve estar formada em coluna. É feito um risco na frente do primeiro aluno e outro atrás do último de cada equipe para que esta não altere a sua disposição. Os alunos devem estar de pernas afastadas e manter uma distância razoável entre si, a fim de poderem dobrar-se para a frente. O primeiro tem a bola e o último está de pés juntos e joelhos dobrados para não a deixar fugir. Ao sinal para começar, o primeiro aluno lança a bola por entre as pernas, procurando fazê-la rolar até ao último, podendo os outros alunos orientar o movimento da bola, impedindo que esta saia do túnel. O último apanha a bola e vem a correr colocar-se na frente da equipe, depois de todos os alunos terem recuado um passo para que não ultrapassem o espaço previamente delimitado. Se algum aluno deixar sair a bola para fora do túnel, só ele a pode ir buscar. O jogo continua depois de este ter regressado ao seu lugar. O mesmo jogo pode ser feito jogando a bola por cima da cabeça dos alunos, ou alternando por cima e por baixo.

CORRIDA DE CAMARÕES

Os alunos divididos em equipes vão até à meta e voltam, a andar com as mãos nos tornozelos. Aqueles que tirarem as mãos dos tornozelos deverão recomeçar o trajeto.

OS TÚNEIS

Formam-se tantas filas indianas conforme as equipes com mesmo número de alunos. A um sinal, o último da fila passa por baixo das pernas abertas dos seus companheiros, colocando-se à cabeça, na mesma posição dos outros. Um após outro, todos vão fazendo isto até voltarem à ordem inicial.

IDA E VOLTA

Colocam-se as equipes em filas, com cinco passos de intervalo. Traça-se uma linha diante do primeiro de cada fila: a linha de partida. É colocada uma vara, entre dez a vinte metros à frente das equipes. Dado o sinal, o primeiro de cada equipe corre em direção à vara que tem na frente, contorna-a pela direita, volta, toca na mão do seguinte, que parte a fazer o mesmo, e coloca-se no fim da fila.

Há que evitar os seguintes erros: partir antes de ter sido tocado pelo jogador que volta da corrida; tocar na vara ou deixá-la cair.



Prefeitura Municipal de Foz do Iguaçu

ESTADO DO PARANÁ

SECRETARIA MUNICIPAL DA EDUCAÇÃO

Podem fazer-se algumas variantes: ida num pé só e volta em corrida simples; ida de costas e volta a correr; ida em marcha atrás e volta num só pé; ida de gatas e volta em marcha atrás, etc. Outra variação consiste em pedir a cada jogador de cada equipe uma corrida diferente.

CORRIDA DOS CARRINHOS DE MÃO

Traçar uma linha de chegada a uns 4 metros da de partida. As crianças ficam aos pares, uma fica em pé e segura os pés de outra que está abaixada e fica apoiada só nas mãos. A um sinal as duplas de crianças começam a corrida até a linha de chegada. Quem chegar primeiro é a dupla vencedora. Depois trocam as posições e fazem nova corrida.

DONO OU DONA DA CALÇADA.

Traçar uma linha separando a calçada da rua. Uma criança é escolhida para ser a dona da calçada e fica no lado da calçada. As outras crianças que estão na rua começam a querer entrar na calçada provocando a dona, que defende seu espaço tentando pegar as invasoras. Quem ela conseguir pegar, vai ajudá-la a defender a calçada.

MAMÃE POSSO IR?

Riscar uma linha no chão. Uma criança vai ser escolhida para ser a mãe e vai ficar a uma certa distância da linha. As outras ficarão atrás da linha. As crianças perguntam para a mãe: “Mamãe posso ir”? A mãe responde: “Sim”. As crianças perguntam: “Quantos passos”? A mãe responde: “Dois para frente, como sapinho” (as crianças andam imitando o sapo). As crianças andam para tentar alcançar a mãe. A cada andada repetem as perguntas. Na pergunta sobre os passos, a mãe muda o tipo de passo. Por exemplo: cinco passos de formiguinha para trás (passos pequenos) ; dois passos de elefante para frente (passos grandes); um passo de canguru(saltando com os dois pés juntos). Os que chegarem primeiro na mãe, ganham.

RAPOSA E PINTINHOS

Riscar um círculo para ser o ninho e, distante dele uns sete metros, fazer uma linha. Num outro lugar fazer a toca. Atrás da linha ficarão os pintinhos, no ninho a galinha e, entre os dois, a raposa. Uma criança será a galinha, outra a raposa e as restantes serão os pintinhos. A galinha chamará os pintinhos: “Meus pintinhos venham cá”. Os pintinhos responderão: “Não vou não, tenho medo da raposa”. A galinha insistirá três vezes. Na terceira vez, os pintinhos sairão correndo, para tentar chegar



Prefeitura Municipal de Foz do Iguaçu

ESTADO DO PARANÁ

SECRETARIA MUNICIPAL DA EDUCAÇÃO

até o ninho. A raposa correrá atrás deles e pegará quantos puder e colocando na toca. A brincadeira continuará até a raposa pegar todos ou até quando as crianças quiserem trocar de papéis.

SIGA O CAMINHO

Riscar no chão vários tipos de caminho: em linha reta, curva, dando voltas . Convidar as crianças a andarem sobre o risco traçado de várias maneiras: devagar, depressa; com as mãos na cabeça, na cintura; na ponta dos pés, colocando um pé atrás do outro e de muitas outras maneiras que podem ser inventadas em cada local.

TERRA E MAR

Traçar uma linha dividindo o mar da terra. Colocar no lado do mar ondas ou escrever os nomes mar e terra para as crianças entenderem bem qual é o lado do mar e qual o da terra no jogo. Quando o professor disser terra, todas as crianças deverão saltar para o espaço da terra. Quando disser mar, todas as crianças saltam para o lado do mar. Quem errar pode ficar uma vez sem brincar ou pagar uma prenda, as crianças é que decidem antes como vai ser.

ESTAFETA COM BOLA

Organize os alunos em colunas, duas ou mais, sendo que o primeiro aluno de cada fila está com a posse de uma bola. O aluno com a posse de bola deverá, após o sinal, ir até uma cadeira circunda-la e ao retornar para a coluna, entregar a bola ao próximo aluno e se dirigir ao final da coluna. Todos os alunos devem repetir a ação, ganha a equipe que terminar primeiro.

Outras formas de trabalhar estafeta com bolas: passar por sobre a cabeça; passar pelo lado; passar por entre as pernas; quicar uma vez e passar para o colega.

ESTAFETA COM ARCO

Distribua os alunos em pequenos grupos organizados em fila e desafie-os a cada um na sua vez correr de uma marca até o arco e passa-lo pelo corpo e voltar correndo para o final da sua equipe. Formas de transpor o arco: dos pés á cabeça; da cabeça aos pés; em alturas diferentes.



Prefeitura Municipal de Foz do Iguaçu

ESTADO DO PARANÁ

SECRETARIA MUNICIPAL DA EDUCAÇÃO

ESTAFETA COM CORDA

Em organização de estafeta, o desafio será transpor a corda e retornar à sua equipe. Pode transpor a corda por cima, por baixo, de frente, de lado, de costas, etc.



ESTAFETAS COM PAPEL OU JORNAL

Em duplas devem correr até o ponto determinado, sendo que cada aluno deve segurar numa ponta do papel sem rasgar.

ESTAFETAS COM MATERIAIS RECICLÁVEIS

Com frascos de shampoo, amaciante, etc, encha-os de areia ou água e faça um caminho sinuoso no qual os alunos devem passar em estafeta.

ESTAFETAS COM COLCHONETES

Monte uma linha com sete colchonetes para cada equipe, e disponha-os em organização de estafeta, crie formas de locomoção como andar em 4 apoios (mãos e pés) imitando sapo, sentados, deitados, etc.

ESTAFETA DO ATA E DESATA

Distribua a fita presa a uma coluna ou cadeira e oriente para que um aluno de cada grupo siga a orientação: se chegar lá estiver atado, então desate, se estiver desatado, então a ate.

Sugestões:

Pode realizar mais de uma vez cada desafio, a empolgação é sempre garantida.

Mudar a forma de locomoção: de lado, pulando com os pés juntos, pulo de cavalo, etc.



Prefeitura Municipal de Foz do Iguaçu

ESTADO DO PARANÁ

SECRETARIA MUNICIPAL DA EDUCAÇÃO

JOGOS EM CÍRCULO



JÁ PARA CASA

Riscar, no chão, vários círculos próximos, dois ou três a menos do que o número de crianças que vão participar da brincadeira. As crianças ficam andando pelo espaço onde a brincadeira está acontecendo. O professor então diz:- “Já para casa”. Todas as crianças têm que procurar entrar em um círculo, as que sobraem pode pagar uma prenda. Na próxima vez as crianças escolhem quem vai comandar a brincadeira.

JOGO DA TOCA

Desenhar tocas no chão, que caibam duas crianças, em número menor que o número de crianças que vão brincar, para umas duas ficarem fora da toca. Cantar ou colocar para tocar uma música. As crianças vão ficar dançando em volta das tocas. Quando a música parar, tentam entrar, no máximo duas, em cada toca. As que não conseguem ficam fora e tentam entrar na próxima vez.

O GATO E O RATO

Os alunos formam uma roda e dão as mãos. Dois ficam de fora: Um é o gato e o outro é o rato. O gato persegue o rato por entre os intervalos das mãos dos companheiros, podendo entrar e sair precisamente pelos mesmos intervalos ou por outros. Se o gato apanhar o rato invertem-se os papéis ou escolhem-se outros rato e gato. Pode deixar-se passar o rato e fechar-se a passagem ao gato.



Prefeitura Municipal de Foz do Iguaçu

ESTADO DO PARANÁ

SECRETARIA MUNICIPAL DA EDUCAÇÃO

BOM DIA, BOA TARDE

Os alunos colocam-se numa roda, de mãos dadas, ficando um de fora, que corre em volta da roda, e toca nas costas de um companheiro; este foge em sentido contrário. Ao encontrarem-se, apertam-se as mãos dizendo «Bom dia, Boa tarde», continuando depois a corrida para ver quem chega primeiro ao lugar vago. Quem ficar de fora procede como aquele que iniciou o jogo.

A RODA DOS NÚMEROS

Quatro alunos estão numerados de um a quatro, três de mãos dadas, em círculo, e um de fora. O aluno que está de fora tenta agarrar o que lhe fica em frente. Por exemplo, se estiver de fora o número quatro, este tenta agarrar o número dois, que é o único que pode agarrar! Os outros o defendem fugindo ou andando em roda, sem largarem as mãos. Se o aluno de fora conseguir agarrar o de dentro, toma no jogo a posição dele e este passa para fora da roda, repetindo o jogo.

COELHOS PRISIONEIRO

Forma-se um círculo e numeram-se os alunos de três em três. Os números 1 e 3 dão as mãos. Os números 2 colocam-se na toca, formada pelos dois colegas e são os coelhos. Alguém fica de fora. Quando o professor dizer «troquem» todos os coelhos saem das tocas e procuram alcançar uma outra. O coelho sem toca ficará no meio. É proibido permanecer na toca quando é dada a ordem de mudança ou voltar para a mesma toda. O coelho que errou é preso e deve ir para o centro.

CACHORRO E GATO CEGO

Alunos em círculo, dois irão para o centro; um será o cachorro e outro o gato, veda-se os olhos de ambos. Toda vez que o cachorro latir o gato miará e o cachorro tentará pega-lo. Se conseguir, irão outros ao centro.

CÍRCULOS UNIFICADORES

Em círculos de pé, os alunos se deslocam ao som da música. Quando esta parar devem formar grupos de 5 ou 3, anteriormente determinados. Os que sobrarem ficam prisioneiros dentro do círculo. Termina quando fica somente um prisioneiro no círculo.



Prefeitura Municipal de Foz do Iguaçu

ESTADO DO PARANÁ

SECRETARIA MUNICIPAL DA EDUCAÇÃO

JACO E RAQUEL

Alunos em círculo, mãos dadas para limitar o espaço onde dois companheiros vão correr. Jacó com olhos vendados e Raquel com um sininho. Ao sinal de início, Raquel correrá dentro do círculo soando o sininho. Jacó levantará e tentará pega-la. Quando for apanhada, os dois escolhem os substitutos.

BOLA AO CENTRO

Os alunos fazem a formação de 2 círculos concêntricos. Os alunos do círculo central serão nº 1 e os de fora nº 2. Uma bola ao centro. Ao sinal, os números 2 correrão em círculo, e ao chegarem no seu par, passa por entre as pernas do companheiro e tentam pegar a bola. O que conseguir receberá 5 pontos e trocará de lugar.

MUDANÇA TRÍPLICE

Os alunos em círculo, serão numerados de 3 em 3, ficando um sozinho no centro do círculo. Ao sinal, ele dirá um dos três números (1, 2, 3) e todos os alunos correspondentes ao nº chamado deverão mudar rapidamente um ao outro. O aluno do centro durante essa mudança deverá ocupar um dos lugares. Aquele que não chegar ao lugar, sobra e irá ao centro.

COMPANHEIROS ÁGEIS

Organização: círculo A e B a uns 3 a 5 metros de distância um do outro. Alunos de mãos dadas (de cada círculo). Os alunos do círculo A terão seu par no círculo B, e vice-versa. Os alunos de mãos dadas se deslocarão saltando. Ao sinal os dois círculos se dissolvem a cada aluno procura o seu par e ambos tomam posição de cócoras. O último par a se encontrar pagará prenda.

CASA DO CACHORRO

Os alunos formam dois círculos concêntricos, sendo o de fora com um aluno a mais. Os círculos andarão em sentido contrário. Ao sinal os dois círculos param, os alunos afastam as pernas e os de trás colocam a cabeça entre as pernas dos que estão à sua frente. O aluno que sobrar pagará prenda no final.



Prefeitura Municipal de Foz do Iguaçu

ESTADO DO PARANÁ

SECRETARIA MUNICIPAL DA EDUCAÇÃO

PISCAR

O professor dispõe-se várias cadeiras em círculos, em cada uma, senta-se um aluno. Atrás de cada cadeira fica outro colega, tendo as mãos no encosto da mesma. Ao sinal, o aluno sem companheiro piscará a um dos sentados que tentarão mudar para a cadeira do que piscou, sendo que será impedida sua saída, se for tocada nos ombros. Se abandonar a cadeira, a brincadeira prosseguirá.

COCADA

Forma-se 2 círculos concêntricos. 2 a 2 frente, sendo 2 alunos de posse da bola. Passar a bola em zig-zag aos companheiros de sua equipe. Ao chegar ao ponto de partida marca um ponto. Numera-se os dois círculos, intercalam-se de forma que os nº pares fiquem dentro e os ímpares fora, passa-se a bola aos companheiros de equipe.

BATATA QUENTE

Utilizar um lenço com um nó ou uma bola de meia que representa uma batata quente . Os alunos sentam-se em círculo, ficando um em pé ao centro. Ao sinal, o aluno do círculo atira a batata quente ao outro e assim sucessivamente. Enquanto o fazem com a maior rapidez possível, o do centro procurará apanha-la. Se conseguir trocará de lugar com o aluno que arremessou.

PROCURA UM PAR

Dois círculos concêntricos sendo que os alunos do centro correrão para direita e os de fora correrão para a esquerda. O círculo do interior terá um aluno a menos que o círculo de fora e darão as mãos. O que sobrar pagará a prenda.

CARA COM CARA

Os alunos em círculos concêntricos, 2 a 2 um no meio. O aluno do centro dirá: cara a cara, ombro com ombro, frente com frente, costa com costa... trocar. Os alunos aos pares executarão a ordem dada no momento que o do centro falar: “trocar” os do círculo do centro trocarão e o que deu a ordem procurará se colocar no lugar de um companheiro.



Prefeitura Municipal de Foz do Iguaçu

ESTADO DO PARANÁ

SECRETARIA MUNICIPAL DA EDUCAÇÃO

A BOLA DO GUARDA

Alunos em círculos um ao centro com a bola. Ao sinal, o que está no centro, atira a bola para um do círculo que rapidamente deve colocar a bola no centro e sair ao seu encalço. Se conseguir pega-lo, passará ao centro e reiniciará o jogo. Correr apenas dentro do círculo.

BOLA FUGITIVA

Em círculos de pernas afastadas e mãos nos joelhos, tendo posse de bola. Ao sinal, o aluno do centro jogará a bola a um dos companheiros fazendo com que passe por entre as pernas. Este tentará impedir com as mãos a passagem da bola. Se a bola passar, este aluno sairá do círculo.

BOLA AO CÍRCULO

Dois círculos distantes 3 m um do outro. Será designado um aluno em cada círculo para serem os iniciantes do jogo, estando os mesmos com a bola na mão. Ao sinal, os alunos iniciantes passarão a bola ao colega da esquerda que dará prosseguimento aos passos. Quando a bola chegar novamente ao iniciante será marcado um ponto: Vencerá o círculo que primeiro fizer 10 pontos.



Prefeitura Municipal de Foz do Iguaçu

ESTADO DO PARANÁ

SECRETARIA MUNICIPAL DA EDUCAÇÃO

JOGOS DE OPOSIÇÃO



Os Jogos de Oposição aqui abordados tem como característica o ato de confrontação que acontece entre duplas, trios ou até mesmo em grupos. Seus objetivos são vencer o adversário, impor-se fisicamente ao outro, respeito às regras e acima de tudo assegurar a segurança do colega durante as atividades.

Durante a aplicação dos Jogos de Oposição precisamos levar em consideração alguns critérios de segurança para que não ocorram acidentes. Sendo assim devemos propor espaços delimitados que ofereçam segurança para a criança; tempos de jogo limitados e curtos (30seg, 1min, 1min30) com sinal de início e fim de jogo; durante o jogo não utilizar jóias ou qualquer objeto que possa ferir; retirar os sapatos (quando necessário); estabelecer com os alunos as regras de segurança que conduzem a atividade; fazer um aquecimento específico que recorra à ações elementares da oposição: tirar, levar, cair, rolar etc.

O jogo de oposição precisa de uma ação motora de ataque e defesa, ela transforma a briga em jogo com regras, onde as crianças podem expressar seu ímpeto em condições definidas e seguras não produzindo a derrota definitiva ou destruidora, mas para relativização da vitória, ajudam a dominar a incerteza no combate assistido por um professor árbitro, que garanta ao respeito, às regras e aos limites impostos.

No Ensino Fundamental, propõem-se às crianças situações motivadoras que possam permitir, a descoberta das ações fundamentais das disciplinas de combate, a aplicação do modo mais diversificado possível, considerando as possibilidades motoras do momento e reutilizando-as em condições diferentes.



Prefeitura Municipal de Foz do Iguaçu

ESTADO DO PARANÁ

SECRETARIA MUNICIPAL DA EDUCAÇÃO

Os jogos de oposições classificam-se em 6 tipos de atividades:

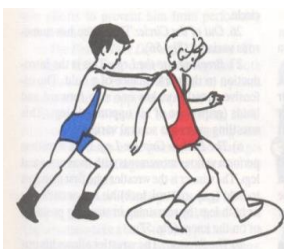
- Jogos para Desequilibrar - Trata-se de agir em direção contra o adversário, com o objetivo de desequilibrá-lo.
- Jogos de Rapidez e Atenção - São jogos de esperteza, alternando sempre a função de atacante e atacado. Sempre evitar contato próximo com o adversário.
- Jogos para Reter, Imobilizar e Livrar-se - Jogos que necessitam do corpo a corpo para, resistir e livrar-se.
- Jogos para Combate - Coordenação de todas as ações motoras de ataque e defesa, necessárias para o combate, propriamente dito.
- Jogos de Conquista de Objetos - São jogos de conquistas de objetos, onde as ações de oposição são feitas em direção do mesmo. Maior aproximação dos adversários.
- Jogos de Conquista de Territórios - Jogos onde o contato é inevitável, pois todas as ações motoras de ataque e defesa são utilizadas para sua realização.

BRIGA DE GALO

Alunos em duplas, uma de frente para outra de cócoras, sem colocar os joelhos no chão e de mãos dadas. Ao sinal do professor, os alunos devem fazer força e ter equilíbrio para derrubar o oponente ou fazer com que o mesmo coloque os joelhos no chão. O professor pode fazer essa atividade por pontuação e por tempo, o professor marca 2 minutos e ao final desse tempo vence quem fizer mais pontos. Outra forma de briga de galo é fazê-lo com os dedos, sendo que os alunos deverão ficar uma de frente para outra com a mão direita dada e deverão movimentar somente o dedo polegar. Vence quem imobilizar o dedo polegar mais vezes.



QUERO FICAR



(tirando o colega de dentro do círculo)

Material necessário: Placas de Tatame, arco, corda, giz, elástico.

Execução: Utilizando-se de uma pequena área determinada, o objetivo de um dos praticantes é permanecer dentro da área demarcada, enquanto o outro procura fazê-lo deixar a área. **Variação:** Em pé, sentado, de joelhos, deitado.



Prefeitura Municipal de Foz do Iguaçu

ESTADO DO PARANÁ

SECRETARIA MUNICIPAL DA EDUCAÇÃO

QUERO SAIR



(mantendo o colega dentro do círculo)

Material necessário: Placas de Tatame, arco, corda, giz, elástico.

Execução: Utilizando-se de uma pequena área determinada, o objetivo de um dos praticantes é sair da área demarcada, enquanto o outro procura impedi-lo.

PÉ COM PÉ

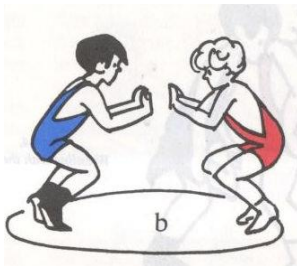


Material necessário: Placas de tatames.

Execução: Alunos sentados no chão com os pés unidos.

Objetivo: Fazer com que seu colega toque com as costas ou com as mãos no chão.

MINI SUMÔ



Material necessário: Placas de Tatame, arco (bambolê), corda, giz, elástico.

Execução: Dentro de área determinada, posição agachada (canguru), deve-se tentar desequilibrar o adversário ou movê-lo para fora da área.

A BOLA É MINHA



Material necessário: Bolas

Execução: Utilizando-se de uma bola de basquete ou similar, os dois competidores assumem posição com as duas mãos segurando a bola. Ao sinal, procura-se retirar a bola do adversário e reter a posse de bola

Objetivo: Conquista da bola.

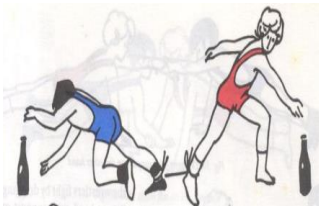


Prefeitura Municipal de Foz do Iguaçu

ESTADO DO PARANÁ

SECRETARIA MUNICIPAL DA EDUCAÇÃO

A GARRAFA É MINHA

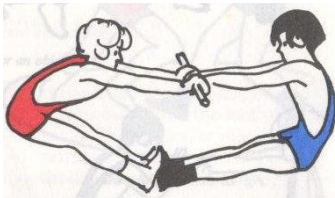


Material necessário: Garrafas, cones pequenos, faixa de judô, lenço, corda ou similar e placas de tatames.

Execução: Alunos amarrados pelo tornozelo através de uma faixa de judô, lenço, corda ou similar.

Objetivo: Tocar a garrafa antes do seu colega.

GANGORRA

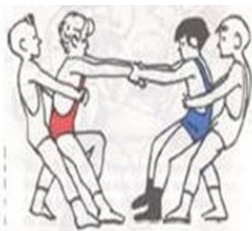


Material necessário: Bastão e Placas de tatame.

Execução: Alunos sentados no chão com as pernas estendidas, pés unidos e segurando em um bastão com as duas mãos.

Objetivo: tirar o colega da posição sentada ou deixá-lo na posição em pé.

CABO DE GUERRA HUMANO



Execução: Os cabos de guerra humanos em duplas os alunos irão agarrar no braço do colega e não podem soltar seu companheiro de equipe irá puxá-lo pela cintura quem puxar o adversário até o seu lado vence!

Objetivo: conquista do território.



Prefeitura Municipal de Foz do Iguaçu

ESTADO DO PARANÁ

SECRETARIA MUNICIPAL DA EDUCAÇÃO

JOGOS COOPERATIVOS

Todos juntos trabalhando em equipe com o mesmo objetivo.



CANETA AO CENTRO

Serão cortados alguns pedaços de barbante, uma das pontas fica amarrada na argola a outra fica na mão de uma das pessoas que estarão em círculo. O objetivo é colocar a caneta, que também estará presa com um barbante na argola, dentro de alguns recipientes. Podemos começar com um balde, passando por copos de diversos diâmetros até chegar a uma garrafa. As pessoas não podem andar apenas mover os braços, sem soltar o barbante, coloca-la dentro dos objetos.

COLUNAS NO ESCURO

Em colunas, com apenas o último sem vendas nos olhos. O professor deve explicar que cada coluna deve estabelecer um código de sinais para conduzir-se. Pode ser um toque, ou simplesmente falando. Só que o sinal deve passar do último até o primeiro da coluna.

KI-CAOS

Formar trios, um instrui, um executa e o outro "recebe". O desafio é pegar o maior número de pedaços de cartolina espalhadas pelo chão e entregar na mão do "recebedor". Porém: Cada trio terá que pegar uma cor determinada; Quem estiver executando estará de olhos vendados; Quem estiver orientando não pode entrar na área onde estão as cartolinas. Ninguém pode encostar em quem está



Prefeitura Municipal de Foz do Iguaçu

ESTADO DO PARANÁ

SECRETARIA MUNICIPAL DA EDUCAÇÃO

executando. Antes de entregar para o recebedor, o executor deve dar um abraço em outro executor de outro trio.

BOLA QUEIMADA QUATRO CANTOS:

Nesse jogo, todos os lados do campo podem ser utilizados para que os jogadores se posicionem quando forem “queimados”. O objetivo inicial do jogo é queimar os que estão ao centro, quando estes são queimados, se posicionam nos cantos da quadra. Ao finalizar o jogo vence a equipe que tiver menos jogador nos cantos da quadra e não a que queimar primeiro todos os integrantes da equipe. Cada jogador que for queimado e estiver fora tem o direito de retornar a quadra uma vez, para isso porém é preciso que este queime alguém da equipe adversária, ganhando assim uma nova possibilidade de retornar ao centro.

* Variação: **Bola-queimada Abelha Rainha:** A lógica do jogo permanece, no entanto, cada equipe escolhe um ou mais jogador para ser a/o abelha rainha. Este deve ser protegido pelas equipes em segredo, para que a outra equipe não descubra o escolhido. Vence o jogo quem consegue queimar a/o abelha rainha primeiro.

ATRAVESSAR A PONTE:

O grupo é dividido em dois times, o objetivo do jogo é atravessar a ponte, no entanto os dois grupos devem fazê-lo ao mesmo tempo. Para que o objetivo seja atingido é necessário que se organize uma estratégia, de preferência, que ocorra cooperação.

PALITINHOS

Formação de grupos com 3 componentes, cada um com uma função. Um observador (não pode interferir em nenhuma situação), o segundo é o orientador (não pode encostar no seu orientando, deve utilizar somente a voz) e o terceiro, com uma venda, monta uma fogueira com os palitos de fósforo. Antes da discussão sobre os sentimentos da dinâmica todos devem passar por todas as funções.

AJUDANDO SEUS AMIGOS

Utilizar um saquinho de areia ou feijão, cada participante com um saquinho em cima da cabeça mantendo o equilíbrio, todos devem passear pelo espaço destinado para o jogo. Quando um saquinho cair, a pessoa que não conseguiu equilibrá-lo deve ficar “congelada”. Outra pessoa então deve tentar



Prefeitura Municipal de Foz do Iguaçu

ESTADO DO PARANÁ

SECRETARIA MUNICIPAL DA EDUCAÇÃO

pegar o saquinho ajudando seu amigo a “descongelar-se” e seguir no jogo. Quando abaixar para pegar o saquinho do amigo, se o seu cair, também estará “congelado”.

BASQUETEBALDE

Utilizar bola e dois baldes, duas equipes com seis ou mais integrantes, cada equipe tem um representante segurando um balde, que pode correr pela linha lateral (direita e esquerda), sem entrar na quadra. Os integrantes da equipe devem passar a bola entre si, tentando jogar a bola dentro do balde. O jogador, de posse da bola, pode passá-la ou tentar acertar o balde, porém não pode andar segurando a bola. A outra equipe procura interceptar a bola (sem contato pessoal) e tenta acertar o seu balde. Cada vez que um jogador acerta o balde, converte ponto e deverá jogar um dado. Se cair número ímpar, o ponto vale 1, 3 e 5 pontos a favor... se tirar números pares, o ponto vale 2, 4 e 6 pontos contra a sua equipe.

FORMAR GRUPOS

Todos à vontade, pelo espaço destinado para o jogo. Os participantes andando livremente pelo espaço destinado ao jogo. O facilitador cria alguns critérios para formar novos grupos: cor dos cabelos, número dos sapatos que cada um calça, o mês do aniversário, a comida favorita, a cor dos olhos, etc. Conseguiremos vários novos grupos, se percebermos algumas características do grupo.

EVOLUIR

Os alunos estarão na posição de quatro apoios com vendas nos olhos. O facilitador deve escolher algumas pessoas para serem os seguranças. O objetivo dos seguranças é evitar que as pessoas batam nas paredes. O jogo começa com o facilitador dando um toque nas costas de alguém que está de quatro, este fica de pé com as pernas abertas (olhos abertos). O objetivo do grupo será achar a pessoa de pé e passar por entre as suas pernas (assim evoluirá). Quem vai passando levanta, abre as pernas e segura na cintura do primeiro. Continuar o jogo até que todos tenham evoluído.

O NÓ HUMANO

Todos os alunos formando um círculo. O facilitador explica que será formado um nó humano. Cada participante agarra uma das mãos de duas pessoas, cuidando para não pegar as mãos das pessoas que estão logo a seu lado, nem as duas mãos de uma mesma pessoa. Quando todas as mãos



Prefeitura Municipal de Foz do Iguaçu

ESTADO DO PARANÁ

SECRETARIA MUNICIPAL DA EDUCAÇÃO

estão agarradas, estará formado o nó humano. É preciso abrir o nó sem soltar as mãos. A ideia é todos ficarem num círculo, juntados pelas mãos.

VOLENÇOL

Formar pequenos grupos, a princípio em duplas. Cada grupo com um pequeno “lençol” (um tecido similar, como uma camiseta ou, um cobertor) e uma bola. O desafio é lançar e recuperar a bola utilizando o “lençol”. Os parceiros podem criar inúmeras formas para dinamizar a atividade: fazer uma cesta; arremessar numa parede; lançar a bola, correr até um ponto e voltar; lançar e rolar no chão e outras tantas. Depois de algum tempo as duplas são incentivadas a interagir umas com as outras, trocando passes de “lençol” para “lençol”. Pode ser com uma ou duas bolas, simultaneamente. O desafio pode evoluir para um “Volençol” (um jogo de voleibol com lençóis). Colocamos duplas com “lençóis” em cada lado da quadra de voleibol e desenvolvemos o jogo propondo a realização de metas comuns e respeitando o grau de habilidade que os participantes vão, gradualmente, alcançando. O uso de bolas com tamanho e peso variados, “lençóis” maiores para formação de grandes grupos, entre outros, são elementos que podem aumentar o grau de motivação e envolvimento no jogo.

DANÇA DAS CADEIRAS COOPERATIVAS

Todos em volta das cadeiras, dançando ao som da música. Quando a música para, todos devem sentar. Ninguém é eliminado, e quem sai é a cadeira. As pessoas devem sentar sobre os elementos existentes: cadeiras e colos. Cada vez que a música parar, uma cadeira deve ser eliminada. Então, à medida que o número de cadeiras diminui, os jogadores são levados a cooperar entre si, para que ninguém fique em pé.

FUTPAR

Uma bola de futsal, formação em duplas de mãos dadas. É um jogo de futebol normal, porém, cada equipe é formada por duplas ou trios que devem permanecer de mãos dadas. Joga-se sem goleiros e amplia-se ao máximo as dimensões do campo (ou quadra). Dependendo do número de participantes usamos mais de uma bola, simultaneamente. A cada gol estimulamos novas parcerias, o que propicia um constante desafio de “boa convivência”.



Prefeitura Municipal de Foz do Iguaçu

ESTADO DO PARANÁ

SECRETARIA MUNICIPAL DA EDUCAÇÃO

GRUPO AMARRADO

O grupo forma um círculo, com todos voltados para fora. O facilitador irá amarrar o grupo, e este terá como objetivo se deslocar por uma pista de obstáculos que deverá ser construída com alguns materiais como: corda, cones, pneus, etc.

MANTER O SONHO NO AR

O material utilizado é bexigas. Formar um círculo e junto com os alunos encher várias bexigas e deixa-las ao centro do círculo. O objetivo do jogo é manter as bexigas no ar sem encostar-se ao chão. Começa com um grupo grande, todos do círculo, depois de algum tempo, vai tirando alguns alunos e os que permanecem precisam manter os balões sem cair no chão. Depois pode aos poucos ir colocando novamente os alunos que foram retirados.

O BOTE SALVA-VIDAS

Utilizando folhas de jornais e aparelho de som. Todos à vontade pelo espaço destinado para o jogo, dançando em volta das folhas de jornais dispostas no solo. Quando a música para de tocar, os alunos devem se colocar sobre as folhas de jornais que representam os botes salva-vidas. A cada parada o professor retira uma folha de jornal, até que só reste uma em que todo o grupo terá que inventar uma solução criativa para abrigar todos.

PASSANDO PELO TÚNEL

Este é um jogo de pega-pega, em que todas as pessoas devem fugir de um pegador. O professor escolherá um pegador e o jogo começa. Aqueles que forem apanhados têm que ficar imóveis, e com as pernas abertas. Os que ainda não foram apanhados podem passar por baixo das pernas de quem está imóvel, e este estará salvo. Cada participante tem dupla missão, fugir e salvar seus parceiros de jogo.

PASSEIO DO BAMBOLE

Formação em círculo, cada jogador se coloca da seguinte forma: passar o braço direito por debaixo das suas pernas para que o de trás lhe agarre a mão com a sua mão esquerda, ao mesmo tempo em que dá ao seguinte sua mão direita, por debaixo de suas pernas. O professor introduzirá um bambolê entre os braços de duas pessoas. O objetivo final é passar o bambolê por todo o círculo, sem que os participantes soltem as mãos.



Prefeitura Municipal de Foz do Iguaçu

ESTADO DO PARANÁ

SECRETARIA MUNICIPAL DA EDUCAÇÃO

PULO GIGANTE

Cadeiras colocadas em fileiras, cada pessoa deverá sentar-se na sua cadeira, e o objetivo do jogo será levar as cadeiras até a linha demarcada no solo. O jogo possui algumas regras, tais como: não se podem colocar as mãos nem os pés no solo. Para que o objetivo seja alcançado é necessário que o grupo descubra uma estratégia cooperativa.

TODOS EM CIMA DAS CADEIRAS

Cada participante na frente de sua cadeira, o professor coloca uma música e todos os participantes devem dar voltas ao redor das cadeiras. Quando a música parar, todos devem subir em cima de alguma cadeira. Quando estiverem sobre as cadeiras, a música reinicia, todos descem e a música retorna. O facilitador retira uma cadeira. Ninguém poderá ficar com os pés no chão. O jogo segue e a cada parada o facilitador retira uma cadeira. O jogo acaba quando houver poucas cadeiras e os participantes não puderem mais se organizar para não pisar no chão.



Prefeitura Municipal de Foz do Iguaçu

ESTADO DO PARANÁ

SECRETARIA MUNICIPAL DA EDUCAÇÃO

JOGOS PRÉ-DESPORTIVOS



HANDEBOL DE BALIZA

Dois grupos na área de jogo, localizando os bancos sobre as metas (gols), colocar, sobre cada banco, um cone ou uma lata. O jogo tem início com a troca de passes e arremessos com as mãos entre os grupos, sendo o ponto marcado, a cada cone derrubado com o arremesso. Vence a equipe que conseguir derrubar todos os cones. O ponto só será validado com a queda total do cone. A defesa obedecerá a marcação da área de handebol.

HANDFUT

Dois grupos na área de jogo, definindo um participante para o gol. Os alunos trocam passes com as mãos entre sua equipe, mas só podendo realizar o gol com os pés ou com a cabeça, concluindo o lançamento.

CESTA NUMERADA

Os participantes deverão ser divididos em duas equipes. Cada equipe deverá estar disposta em fila um do lado do outro no final da quadra de basquete. O professor fala um número (não repetido na mesma equipe). Um aluno ficará no meio da quadra com duas bolas de basquete, quando este falar o número de um participante, ele deverá correr até o meio da quadra, pegar uma bola e correr em direção a cesta de basquete afim de fazê-la. Quando um dos participantes de uma das equipes fizer a cesta, os dois deverão recolocar a bola no centro da quadra e o monitor deverá falar outro número. Vence a equipe que fizer mais números de cestas.



Prefeitura Municipal de Foz do Iguaçu

ESTADO DO PARANÁ

SECRETARIA MUNICIPAL DA EDUCAÇÃO

JOGO DOS SETE PASSES

Após a divisão dos participantes em dois grupos, solicitar que os mesmos se espalhem pela área de jogo. O jogo terá início com a bola ao alto. A equipe de posse de bola deverá tentar efetuar sete passes, sem que haja interrupção da equipe adversária. A cada sete passes efetuados com êxito, a equipe marcará um ponto, reiniciando assim a contagem. A contagem dos passes deverá ser efetuada em voz alta e clara. A cada bola interceptada pela equipe adversária a contagem reinicia do zero.

MANTER A ÁREA LIVRE

Solicitar ao grupo que se posicionem, cada um em uma área de jogo, separados pela rede. Cada participante de posse de um balão deverá enchê-lo. Com o início da música, todos os participantes deverão passar o balão para o campo adversário, devolvendo os que passarem para o seu campo. A cada interrupção da música o monitor efetuará a contagem. No momento da interrupção o grupo que tiver menos balões em seu campo marca ponto. O monitor deverá ir construindo as regras junto com os alunos, no momento em que forem ocorrendo as infrações.

BAMBOBALL

Os participantes deverão ser divididos em duas equipes dispostas em fila. Cada aluno estará posicionado dentro de um bambolê. O primeiro aluno de cada equipe, fará um passe de peito (basquete) ao segundo e assim sucessivamente até o último, que deverá pegar a bola e sair batendo-a, até se posicionar no bambolê do primeiro aluno, os alunos devem sempre alterar suas posições. Vence a equipe que terminar primeiro.

MINA

Os grupos ocuparão a área de jogo, sendo cada lado dividido em quatro partes, numerando-as da seguinte forma: zona de ataque números três e quatro, e zona de defesa, números um e dois. O jogo seguirá a dinâmica do voleibol, sendo a pontuação realizada a partir da queda da bola nas zonas numeradas. Exemplo: a bola tocando o solo na zona de ataque três vale três pontos. O grupo deverá definir um número de pontos para a partida ser vencida, possibilitando as equipes a opção de ataques em determinadas zonas e dificultando o fechamento da partida pela necessidade de se atingir um número exato a partir dos pontos.



Prefeitura Municipal de Foz do Iguaçu

ESTADO DO PARANÁ

SECRETARIA MUNICIPAL DA EDUCAÇÃO

O grupo poderá, junto com o monitor, acrescentar regras como: a equipe que ultrapassar o número preestabelecido perderá dez pontos.

A equipe poderá ir somando os pontos de acordo com o recebimento da bola. Exemplo: o participante recebe a bola na zona de número quatro, passa a bola para o participante da zona de número três, nisso todos deverão gritar a soma desses números, no caso, sete. E assim sucessivamente. Ganha o ponto que conseguir fazer mais “pontos”.

BASQUETE VÔLEI

O jogo terá início com a bola ao alto. A equipe de posse de bola, trocará passes, usando somente os fundamentos do voleibol (toque, manchete, levantamentos, saques, cortadas), tentando como objetivo fazer cestas.

VÔLEI GUIADO

Os grupos formarão quartetos, sendo que dois participantes terão os olhos vendados. Cada quarteto com um pedaço de tecido. Os participantes de olhos vendados deverão estar em pontas opostas do tecido. O jogo seguirá a dinâmica do voleibol, sendo a bola lançada com o tecido. A bola poderá dar um toque no chão. Juntos, Professores e alunos poderão incluir critérios para a dinâmica em dupla com os olhos vendados de um participante, para outras modalidades.

VOLEIBOL COM REDE MÓVEL

Solicitar dois participantes, para, de posse do elástico, dinamizarem a rede móvel, os grupos deverão sempre ocupar lados opostos do elástico, independente do espaço de campo de jogo. Usar a dinâmica do jogo de voleibol, com os participantes trocando passes para o envio da bola para o campo adversário. A rede irá mover-se nas diversas direções da área de jogo, variando de tamanho e possibilitando grandes e minúsculas áreas de jogo para as equipes. Os participantes deverão ocupar sempre a extensão da área de jogo e o prolongamento do campo. O monitor deverá possibilitar a inclusão e retirada de regras por parte dos participantes.

VOLEIBOL DE APOIO

Dois grupos em cada área de jogo, sendo um dentro e o outro ocupando as laterais e fundo da área. Após o saque, a equipe que recebe, tenta devolver a bola para o campo adversário. O grupo



Prefeitura Municipal de Foz do Iguaçu

ESTADO DO PARANÁ

SECRETARIA MUNICIPAL DA EDUCAÇÃO

que se encontra fora da área de jogo (laterais e fundo da quadra) participa do jogo, devolvendo as bolas que forem para fora, para o seu campo, oportunizando, ao grupo, nova tentativa de passar a bola para o campo adversário. Caso a equipe que saca marque ponto, os participantes de fora da equipe se sofreu o ponto invertem os papéis com o grupo de dentro, ou seja, quem estava jogando dentro da quadra passará a jogar fora da quadra e vice-versa.

VOLEIBOL - PASSOU, DANÇOU

Dispor os dois grupos, cada um em uma área de jogo da quadra de voleibol. Música no ar começa o jogo com um saque. A equipe que recebe tenta passar a bola. A cada passagem de bola, toda a equipe executa movimentos de dança no ritmo da música, perdendo a posse da bola ou recebendo ponto, a equipe em que qualquer participante não dançar. O monitor poderá sugerir variações aos alunos.

Sugestão: Dançar em dupla, sair e entrar na área de jogo, deitar, de costas para rede, etc.

OS DEZ PASSES

A turma é dividida em dois grupos. Inicia-se a partida como no basquetebol, com uma disputa de bola ao alto entre dois oponentes. O objetivo do jogo é executar dez passes consecutivos sem que algum oponente intercepte a bola. Cada vez que uma equipe executar os dez passes, ela marcará um ponto. Pode haver algumas regras, como: não se pode correr com a bola, pode-se dar no máximo três passos com a bola, o jogador que está com a bola não pode ser tocado. Vence a equipe que somar mais pontos.

FUTEBOL EM CÍRCULO

Dispõem-se os alunos em círculos. Eles devem ficar de pernas abertas de maneira que os pés toquem nos pés dos companheiros ao seu lado. Em seguida, devem se agachar para tentar cobrir com as mãos a abertura formada pelas pernas. É jogada uma bola no círculo e todos os alunos devem tentar passar a bola por entre as pernas dos companheiros. Os jogadores não podem segurar a bola, mas apenas empurrá-la. Quem deixar passar a bola por entre as pernas, terá que virar e jogar de costas para o círculo. Vence aquele que ficar por último.



Prefeitura Municipal de Foz do Iguaçu

ESTADO DO PARANÁ

SECRETARIA MUNICIPAL DA EDUCAÇÃO

VOLEIBOL-TÊNIS

Divide-se a turma em dois grandes grupos, dispostos na quadra de voleibol. Inicia-se jogando a bola para cima. Para passar a bola para o outro lado, deve-se deixar quicar a bola uma vez no chão e, em seguida, jogá-la para o outro lado. Pode-se variar o número de vezes que a bola pode quicar e o número de toques antes de enviar a bola para o outro lado.

REDE HUMANA

Divide-se a turma em quatro grupos: Grupo 1: é a rede humana (um aluno ao lado do outro sobre a linha central da quadra) Grupos 2 e 3: equipes que estão jogando Grupo 4: equipe de espera As equipes que estão na quadra devem passar a bola para o outro lado sem que a "rede humana" encoste na bola. Acontecendo o toque pela rede humana, é feito o rodízio das equipes: a equipe que está na espera entra como rede humana; quem está na rede entra no lugar da equipe que errou e quem errou vai para a espera. Pode-se variar a maneira de passar a bola: Toque; Manchete; Recepção com manchete e passada com toque, etc.

CABEÇOBOL

Divide-se a turma em duas equipes, que devem se espalhar pela quadra. As trocas de bola devem ser feitas através de passes. Quem receber a bola deve segurá-la e imediatamente passá-la para o companheiro mais próximo ao gol adversário, que deve tentar marcar de cabeça. A equipe adversária deve tentar interceptar a bola, agarrando-a sem que haja contato com o adversário. Quem estiver com a bola não pode andar com ela, deve primeiro passar a bola para depois se deslocar. O gol só pode ser feito dentro da área e de cabeça.

PASSAR A BOLA PARA DENTRO DO CÍRCULO

Divide-se a turma em duas equipes (ou em mais grupos, com duas equipes em cada grupo). Em algum círculo da quadra (pode-se usar a marca da cabeça do garrafão da quadra de basquetebol), uma equipe tenta passar a bola para um companheiro que está no centro do círculo, enquanto a outra tenta impedir que isso aconteça, sem entrar no círculo. A bola não pode ser passada por cima dos defensores, apenas entre eles. Vários grupos podem jogar simultaneamente. Ganha a equipe que fizer o maior número de passes no tempo marcado pelo professor.



Prefeitura Municipal de Foz do Iguaçu

ESTADO DO PARANÁ

SECRETARIA MUNICIPAL DA EDUCAÇÃO

20 PASSES.

Duas equipes espalhadas pelo espaço tendo o objetivo de realizar 20 passes entre seus integrantes sem que ocorra a interceptação da equipe adversária. A cada toque dado à equipe que tem a posse da bola deve contar em voz alta o número de toques efetuados. Se a bola é roubada pela outra equipe, zera-se a contagem.

VÔLEI-PEGA

Regras e divisões do desporto voleibol (com exceção do número de participantes de cada equipe, sendo que quanto mais jogadores melhor). Utiliza-se uma bola maior e mais leve, para o jogo ficar um pouco mais lento e divertido. O diferencial, que por sua vez dá nome ao jogo é que: o time q marca ponto, deverá pegar o time adversário, e esse deverá fugir até o final de sua quadra. (sempre utilizando apenas a quadra de voleibol). Atenção: caso o time "A" erre um saque, é ponto do time "B", portanto, "B" tem que pegar "A". marcação dos pontos se da seguinte maneira: O time "A" errou. Ponto para o time "B", que conseguiu pegar 2 (duas) pessoas do time "A". TOTAL de pontos: 3 (três) para o time "B" X 0 (zero) para o time "A". Soma-se aos pontos do jogo, o número de pessoas que foram pegas. Material: Bola(s).

PESQUE A BOLA

Divide-se a turma em dois grupos. Cada um deles deverá sentar-se numa das linhas laterais da quadra. Em seguida, dá-se um número para os alunos de um grupo e repetem-se esses números no outro grupo. O professor coloca uma bola no centro da quadra e fala bem alto um desses números. Os dois alunos (um de cada equipe) que tiverem esse número sairão correndo para tentar pegar a bola. Quem conseguir alcançá-la antes marca um ponto para sua equipe.

FUTEBOL EM CIRCULO

Dispõem-se os alunos em círculos. Eles devem ficar de pernas abertas de maneira que os pés toquem nos pés dos companheiros ao seu lado. Em seguida, devem se agachar para tentar cobrir com as mãos a abertura formada pelas pernas. É jogada uma bola no círculo e todos os alunos devem tentar passar a bola por entre as pernas dos companheiros. Os jogadores não podem segurar a bola, mas apenas empurrá-la. Quem deixar passar a bola por entre as pernas, terá que virar e jogar de costas para o círculo. Vence aquele que ficar por último.



Prefeitura Municipal de Foz do Iguaçu

ESTADO DO PARANÁ

SECRETARIA MUNICIPAL DA EDUCAÇÃO

BASQUETE BAIXO:

É um basquete com alvos baixos, haverá uma área ao redor dos alvos onde ninguém pode entrar. Para marcar pontos, é necessário que um jogador arremesse a bola no alvo e que outro jogador da mesma equipe pegue a bola.

QUEIMADA GIGANTE:

É uma queimada cada um por si. Quem vai sendo queimado senta, e pode continuar queimando desde que sentado. O vencedor é o último a ser queimado

FUT - PÉGA

Os participantes devem formar duplas. É um péga - péga, onde a dupla de pegadores, terá uma bola e deve pegar outra dupla chutando a bola em cima do fugitivos. Será a nova dupla de pegadores em quem a bola encostar.

CARIMBA AMEBA:

Jogo individual como uma queimada. Existe uma bola e os jogadores se espalham pela quadra. Quem está com a bola, não pode andar, tendo o objetivo de queimar os outros; ao ser queimada, a pessoa (ameba) deve sentar no lugar, tendo ainda a chance de levantar novamente, tocando alguém que ainda esteja de pé - gritando "AMEBA" (a pessoa que estava de pé senta-se e a que a tocou, levanta-se) ou pegando uma bola que acabe vindo na sua direção. Segue a brincadeira e pode-se acrescentar - no decorrer do tempo - o número maior de bolas, deixando o jogo mais divertido.

VÔLEI-PEGA:

Regras e divisões do desporto voleibol (com exceção do número de participantes de cada equipe, sendo que quanto mais jogadores melhor). Utiliza-se uma bola maior e mais leve, para o jogo ficar um pouco mais lento e divertido. O diferencial, que por sua vez dá nome ao jogo é que: o time q marca ponto, deverá pegar o time adversário, e esse deverá fugir até o final de sua quadra. (sempre utilizando apenas a quadra de voleibol). Atenção: caso o time "A" erre um saque, é ponto do time "B", portanto, "B" tem que pegar "A" .A marcação dos pontos se da seguinte maneira: O time "A" errou. Ponto para o time "B", que conseguiu pegar 2 (duas) pessoas do time "A".TOTAL de pontos: 3 (três) para o time "B" X 0 (zero) para o time "A". Soma-se aos pontos do jogo, o número de pessoas que foram pegadas.



Prefeitura Municipal de Foz do Iguaçu

ESTADO DO PARANÁ

SECRETARIA MUNICIPAL DA EDUCAÇÃO

NÚMEROBOL:

Crianças sentadas paralelamente às linhas laterais da quadra formando uma fileira, divididas em 2 equipes de número de integrantes igual. Cada criança será numerada, na ordem da fileira, de "1" até "10" por exemplo. O mesmo para a outra equipe. No centro haverá uma bola e ao sinal do monitor, que gritará um número, por exemplo "7", as duas crianças - uma de cada equipe - que corresponderem ao número falado, devem sair da fileira e ambas tentarão marcar um gol ou fazer uma cesta, etc. E assim por diante. Pode-se utilizar também panos e as crianças, com cabinhos de vassoura, devem tentar marcar um "gol" por entre as pernas de uma cadeira.

CORRE QUE A BOLA É SUA!

Divisão por duas equipes (em colunas). A primeira pessoa da fila (equipe A) deve chutar a bola e dar o maior número de voltas possíveis ao redor de sua própria equipe, enquanto a equipe adversária (B) corre na direção da bola. Quando a equipe adversária (B) formar a fila novamente na frente da bola (sendo que esta já esteja parada!) encerra-se a contagem de voltas. A primeira pessoa da equipe (B), que correu atrás da bola num primeiro momento, agora, deverá chutá-la, invertendo os papéis das equipes. Quem chuta vai para o final da própria coluna e ao final de um determinado tempo (ou depois de todos terem chutado a bola), soma-se o número de voltas de todos os integrantes e vence a equipe que, logicamente, tiver mais voltas completadas. Uma variação, que deixa a atividade mais dinâmica, é fazer com que a primeira pessoa da equipe de "defesa", após o chute do adversário, agarre a bola o mais rápido possível. e não fique esperando que a bola, simplesmente, pare.

DERRUBE A TORRE (HANDEBOL)

Recursos

- Uma bola de borracha pequena (que os alunos consigam empunhar para arremessar)
- Uma mesa (carteira de sala de aula)
- Um cone
- Giz para marcação do piso

Descrição: coloca-se o cone sobre a mesa e marca-se um grande círculo a sua volta (num tamanho que possibilite deslocamentos em todas as direções). Um aluno é escolhido para ficar dentro do círculo com a missão de proteger o cone usando seus braços e pernas (defesa no handebol). Três alunos são escolhidos para ficar ao redor do círculo trocando passes e arremessos tentando derrubar o cone.



Prefeitura Municipal de Foz do Iguaçu

ESTADO DO PARANÁ

SECRETARIA MUNICIPAL DA EDUCAÇÃO

Quando a bola for interceptada pelo aluno do interior do círculo, este troca de lugar com o aluno que propiciou a perda da posse da bola.

Variação

- Podem ser colocados mais alunos ou no interior do círculo ou ao seu redor.
- Podem ser acrescentadas mais bolas ao jogo.

BOBINHO (FUTEBOL)

Recursos: uma bola de futebol ou similar

Descrição: trata-se de um jogo muito conhecidos entre as crianças. Uma roda é formada e um aluno é escolhido para ficar em seu interior. Os demais alunos ficam trocando passes entre si com os pés podendo dar três toques na bola antes de passa-la e sem deixar o “bobinho” tocar nela. Cada vez que o “bobinho” tocar na bola, ele troca de papel com aquele aluno que ocasionou o toque. Cada vez que o aluno ocasionar a saída da bola da formação do círculo também deve assumir o papel de “bobinho”.

Variações

- Aumentar o número de toques na bola.
- Diminuir o número os toques na bola.
- Colocar mais de um “bobinho” no interior da roda.
- Colocar mais de uma bola.

LIMPANDO SEU CAMPO (VOLEIBOL)

Recursos: bolas e rede de voleibol

Descrição: duas equipes irão de posicionar uma em cada lado da rede. Cada integrante das equipes estará com uma bola nas mãos, e ao comando inicial deverá jogar a bola por cima da rede para o outro campo, devendo ir buscar novas bolas que estejam em seu campo e jogar-las seguidamente por cima da rede. Ao comando final, a equipe vencedora será a que estiver com o menor número de bolas no seu campo.

Variações

- Colocar bolas de diferentes tamanhos e pesos no jogo.
- Colocar um número de bolas superior ao dos participantes.



Prefeitura Municipal de Foz do Iguaçu

ESTADO DO PARANÁ

SECRETARIA MUNICIPAL DA EDUCAÇÃO

MINI- GOLF

Recursos: tacos de madeira (quaisquer), bolinhas de plástico (aquelas coloridas das piscinas de bolinhas) e um buraco no chão, por exemplo: buraco na terra, areia ou no cimento, uma caixinha com entrada na lateral ou um sexto deitado, um pequeno espaço entre duas hastes, cones ou porta.

Espaço: pátio da escola, preferencialmente, locais com bastantes obstáculos, tais como grama, árvores, areia, quadra, parquinho infantil, etc.

Descrição: a turma será dividida em grupos. Os alunos de cada grupo jogarão entre si, um de cada vez em uma sequência pré-estabelecida. Para diferenciar, cada grupo jogará uma cor de bolinhas, por exemplo: 20 alunos no total à 4 grupos de 5 alunos cada à 5 bolinhas azuis, 5 amarelas, 5 vermelhas e 5 verdes. Ganha, quem do grupo, conseguir colocar a sua bolinha no buraco primeiro.

“É na escola, muitas vezes somente nas aulas de Educação Física, que as crianças têm a oportunidade de brincar, se movimentar, desenvolver habilidades, se tornar um cidadão do bem”.

