

## 25ª e 26ª Aulas

### Estafetas e Jogos Rápidos

### Jogos, Atividades e Brincadeiras

### Ambientes Externos e Internos

---

---

---

---

---

---

---

---

## Estafetas

São jogos de revezamento onde todas as pessoas de cada equipe fazem o mesmo percurso, cumprindo as mesmas tarefas e ou objetivos. Podemos usar diversos materiais para incrementar o jogo ou apenas os componentes das equipes. Podem ser aplicadas em ambientes externos e/ou internos.

---

---

---

---

---

---

---

---

## Jogos Rápidos

São jogos de integração e descontração onde todas as pessoas podem participar. São jogos fáceis de serem produzidos com pouco ou nenhum material. Podemos utilizar todas as pessoas das equipes ou parte delas.

Muitas vezes não temos vencedores e usamos estas atividades apenas para divertir os participantes.

Podem ser aplicadas em ambientes externos e/ou internos.

---

---

---

---

---

---

---

---

## Splash

Jogo para ambiente externo usando bexigas com água. Para participar é preciso formar duplas que jogam como equipe.

O objetivo do jogo é arremessar/jogar a bexiga com água para o companheiro aumentando a distância a cada rodada. Quem deixar a bexiga cair é eliminado. Ganha a atividade a dupla que ficar mais tempo na brincadeira sem deixar a bexiga cair.

Obs.: A bexiga pode estourar quando cair no chão ou em algum participante.

---

---

---

---

---

---

---

---

## Bolinha no pescoço

Usando uma bolinha de tênis ou alguma similar, o objetivo desta brincadeira, bastante usada como variante nos intervalos de algum outro jogo maior, é divertir os participantes e quebrar o gelo entre o grupo.

Coloca-se a bolinha no pescoço do participante segurando-a com o queixo. Cada membro da equipe tem que passar a bolinha para o outro membro com as mãos nas costas. Quem deixar a bolinha cair, coloca no pescoço e começa de novo.

---

---

---

---

---

---

---

---

## Fut-Caranguejo

As equipes jogam futebol em posição similar a do caranguejo, com os pés e as mãos no chão. Usando uma bola de futebol comum ou similar, as equipes jogam uma contra a outra e vence quem marcar mais pontos.

---

---

---

---

---

---

---

---

## Vassorobol

Essa atividade pode ser feita em qualquer espaço grande, mas o ideal é numa quadra poliesportiva. Joga uma pessoa de cada equipe por vez. Cada um com uma vassoura fica na sua base. Quando o monitor dá o sinal de início, cada jogador corre até o local onde está a bola e tenta fazer o ponto usando apenas a vassoura para movimentar a bola. Pode ser feito por tempo ou quantidades de pontos.

---

---

---

---

---

---

---

---

## Circuito Maluco

Essa atividade pode ser feita numa quadra poliesportiva ou em uma sala espaçosa. Quem prepara a atividade pode usar vários objetos que tiver a disposição para montar seu circuito maluco. Pode colocar obstáculos usando cadeiras, bancos, bambolês, bolas, cordas etc. Depois marca o tempo que cada participante faz ao cumprir a sequência do circuito.

---

---

---

---

---

---

---

---

## Base 4

Essa atividade deve ser feita ao ar livre, numa quadra ou gramado. É bem parecido com o jogo de beisebol. Enquanto uma equipe ataca, a outra equipe defende. Só quem estiver atacando pode marcar pontos. Pode-se usar uma bola de futebol ou similar. O monitor lança a bola para a equipe que está atacando, que chuta a bola. A equipe que defende tenta pegar a bola antes que a equipe que ataca complete uma volta no circuito e marque um ponto. O circuito pode ser montado com bambolês ou algo similar. São colocados 04 (quatro) arcos sendo que no último arco da volta quem fica dentro é um membro da equipe que está atacando. Quando todos os integrantes da equipe que ataca fizerem sua volta, trocam de lugar e a equipe que defendeu, agora ataca.

---

---

---

---

---

---

---

---

## Basquete Sabonete

Essa atividade deve ser feita ao ar livre numa quadra ou gramado.

É bastante parecida com o basquete, mas a diferença é que, ao invés da bola de basquete, usamos um sabonete e as cestas são baldes cheios de água.

A regra é que quem está com o sabonete na mão não pode andar ou correr com ele.

Marca ponto quem acertar o sabonete no balde adversário.

---

---

---

---

---

---

---

---

## Pac Man

O melhor lugar para fazer esta atividade é numa quadra poliesportiva, mas pode-se prepará-la num salão fechado espaçoso.

A idéia é que os participantes andem pelas linhas da quadra como se estivessem no jogo do Pac Man. Uns pegam e os outros fogem.

Cabe ao monitor incrementar a atividade usando a criatividade.

---

---

---

---

---

---

---

---

## Passa arco

Os participantes ficam em roda de mãos dadas e colocamos um arco ou bambolê entre eles. Os participantes tem que passar dentro do arco que fica dando a volta pela roda. Para dificultarmos e tornarmos a brincadeira mais divertida, colocamos um ou mais arcos para que os participantes acelerem o ritmo e quem ficar com dois arcos paga uma prenda.

---

---

---

---

---

---

---

---

## Olha a bola

Os participantes ficam em roda com as pernas abertas.

O objetivo é passar uma bola de futebol ou similar por debaixo das pernas de outro participante.

Usamos apenas uma das mãos para bater ou empurrar a bola e a outra mão fica nas costas.

---

---

---

---

---

---

---

---

## Cartolabol

Atividade usada como variante dentro de um Game Show ou outra atividade.

O objetivo é acertar uma bola de tênis ou similar arremessada com uma raquete dentro de uma cartola ou similar segurada por outro componente da equipe em cima de sua cabeça.

Cada equipe tem um minuto para tentar acertar e ganha a equipe que fizer mais pontos dentro do tempo.

Uma terceira pessoa fica responsável por pegar as bolas e devolver para o arremessador.

---

---

---

---

---

---

---

---

## Olho Vivo

Atividade para crianças e adolescentes.

O objetivo é colocar vários objetos dentro de uma sala ou em cima de uma mesa e dar um tempo pré-determinado para todos olharem.

Todos são retirados do espaço e alguns objetos são trocados de lugar e outros objetos podem ser acrescentados ou retirados.

O grupo retorna e aponta as diferenças.

---

---

---

---

---

---

---

---

## Dança da Cadeira

Muito conhecida por todos. Com as cadeiras em roda, coloca-se uma cadeira a menos do que o número de participantes da atividade. Enquanto a música toca, as pessoas dançam e andam em volta das cadeiras e quando a música pára, todos tem que sentar e quem fica sem cadeira é eliminado da brincadeira.

---

---

---

---

---

---

---

---

## Um na Cadeira

Coloca-se uma cadeira no centro da sala e enquanto todos cantam a música da brincadeira, chama-se uma pessoa de cada vez para ficar em cima da cadeira. Vence a equipe que colocar mais pessoas em cima da mesma cadeira.

---

---

---

---

---

---

---

---

## Leão, Caçador e Espingurada

Dividi-se o grupo em duas equipes que ficam de costas uma para a outra.

As equipes escolhem entre as 3 opções qual movimento irão fazer para derrotar a equipe adversária.

Após o comando do animador, as equipes se viram e fazem o movimento que escolheram. A equipe que vencer a rodada marca ponto e todos se preparam para a próxima rodada.

A atividade continua enquanto tiver motivação ou quando uma das equipes atingir os pontos estipulados no começo do jogo.

---

---

---

---

---

---

---

---