

# Trabalho de educação física

Geovanna Leandro Felix  
1ºE- Segurança do trabalho

# JOGOS COOPERATIVOS

## Vôlei Infinito

Material necessário: passes e/ou passes Bola, quadra de vôlei por jogador. O e cronômetro.

Desenvolvimento do

jogo: O vôlei infinito é como um jogo normal de voleibol. Entretanto, o objetivo não é fazer pontos na equipe adversária, e sim, manter a bola no alto realizando o maior número de passes possíveis.

Para isso, pode ser estabelecido um limite de tempo pré-estabelecido, como meta do número de

passes e/ou passes por jogador. O mesmo pode ser feito com o futevôlei.

Número de Participantes: seis jogadores de cada lado da rede, podendo este número ser ampliado de acordo com os objetivos do facilitador.

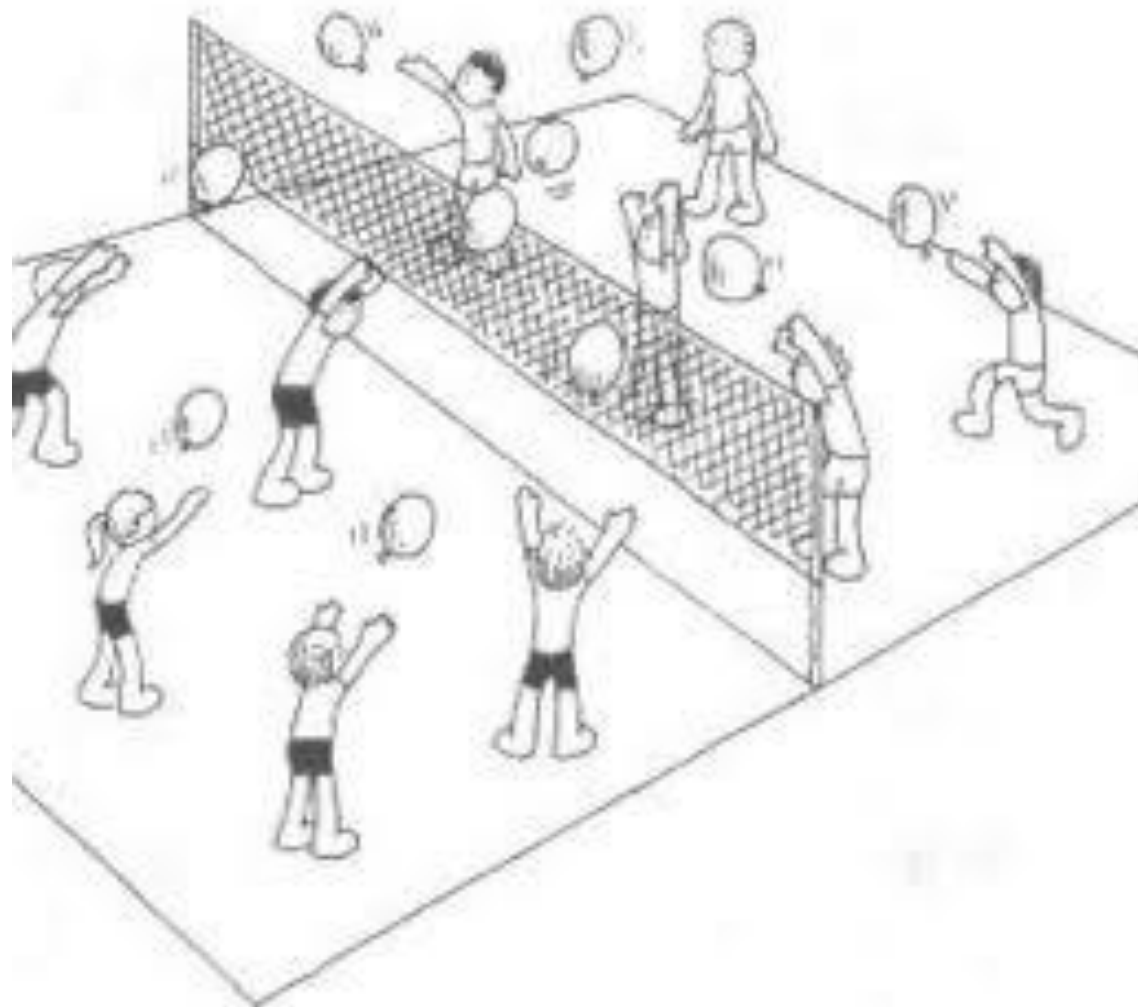
Posição inicial dos participantes: Os seis titulares do vôlei são distribuídos nas seguintes posições: levantador, líbero, pontas (esquerda e

direita), central e oposto.

Duração: indefinida, enquanto os jogadores estiverem se divertindo e/ou enquanto o facilitador verificar ser importante continuar.

Idade dos participantes: qualquer idade

Local: quadra de vôlei



# JOGOS RECREATIVOS

## Pega-pega

Desenvolvimento do jogo: Antes de começar o jogo, um participante deve ser designado como o “pegador” (“perseguidor”). O “pegador” fecha os olhos enquanto conta até dez e os outros jogadores se dispersam.

A brincadeira começa quando o “pegador” corre atrás dos outros, que tentam evitar serem apanhados. O primeiro a ser tocado torna-se o “pegador” e o jogo continua.

O Pega-pega também pode ser realizado como um jogo de eliminação, no qual cada participante que é apanhado sai da brincadeira, e o

“pegador” continua nesse papel durante todo o jogo. O último jogador, que não foi apanhado, é o vencedor e substitui o “pegador” no próximo jogo.

Número de participantes: 5 ou mais, além de um adulto ou criança mais velha para supervisionar.

Duração: o tempo do pegador pegar o outro participante e começar uma nova partida.

Idade dos participantes:

3 a 14 anos.  
Local: Ao ar livre, em gramado ou calçada.

Material necessário:  
Nenhum.

Posição inicial dos participantes: o pegador fica mais distante dos outros participantes, enquanto o outro corre para longe.



# JOGOS ADAPTADOS

## Vôlei sentado

Desenvolvimento do jogo: o objetivo dos times é passar a bola por sobre a rede e fazê-la tocar o chão da quadra adversária. Para isto, os atletas devem sempre manter a pélvis encostada no chão.

mesma regra da diferença.

Idade dos participantes: 14 anos para cima.

Local: quadra adaptada de vôlei.

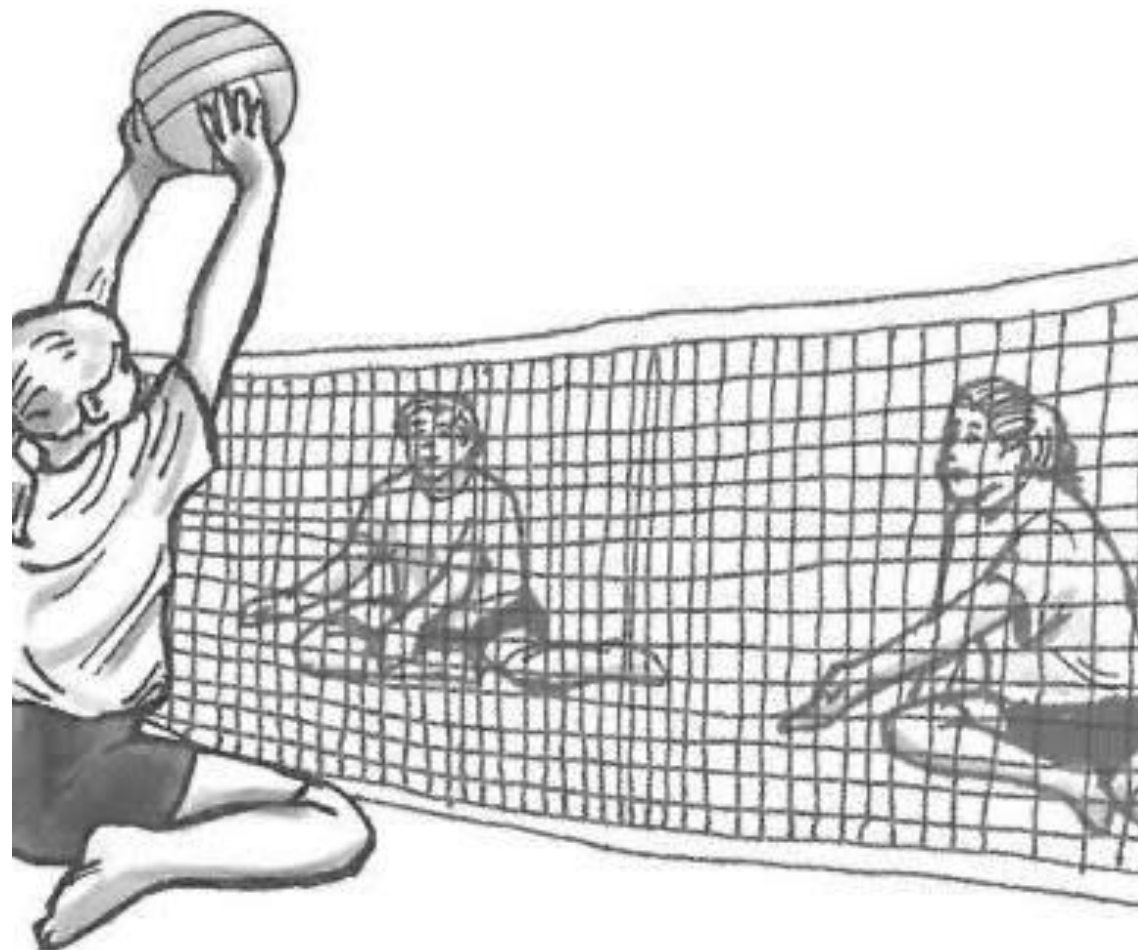
Número de participantes: Seis atletas

Duração: A partida tem cinco sets e ganha o time que primeiro vencer três sets. É necessário atingir 25 pontos para ganhar o set, com, ao menos, dois pontos de vantagem. No quinto set, é necessário atingir 15 pontos, com a

Material necessário: quadra adaptada, rede e a bola

Posição inicial dos participantes: As posições dos jogadores em quadra são

determinadas e controladas pelas posições dos seus glúteos. Isto significa que a(s) mão(s) e / ou perna(s) dos jogadores podem estender-se na zona de ataque (jogador da linha de fundo no golpe de ataque), na quadra (sacador durante o golpe do saque), ou na zona livre do lado de fora da quadra (qualquer jogador durante o golpe de saque).



# JOGOS DE TABULEIRO

## Xadrez

Desenvolvimento do jogo: A partida de xadrez é disputada em um tabuleiro de casas claras e escuras, sendo que, no início, cada enxadrista controla dezesseis peças com diferentes formatos e características. O objetivo da partida é dar xeque-mate (também chamado simplesmente de mate) no rei adversário.

Número de participantes: 2

Duração: Tempo de montagem: 1 minuto

Tempo de jogo: Rapid, Bullet, Blitz, Lightning e Armageddon

Idade dos participantes: acima de 5 anos

Local: tabuleiro de xadrez

Material necessário:

tabuleiro e as peças.

Posição inicial dos participantes: as peças brancas são posicionadas na fileira 1, protegidas pela fileira de peões em 2, enquanto as peças pretas ficam na fileira 8, e seus peões na 7.





# JOGOS DE MESA

## Tênis de mesa

**Desenvolvimento do jogo:** A bola deve ser jogada para cima pela sua mão livre, verticalmente, na altura mínima de 16 cm e depois deve ser golpeada com a raquete de modo que ela bata primeiro no seu lado da mesa uma vez, passe por cima da rede e bata na mesa do lado do seu adversário. Depois de um saque a bola pode ser devolvida sobre ou ao redor da rede para qualquer lugar da mesa do adversário. A bola deve ser devolvida depois que ela quicar uma vez no seu lado da mesa, mas antes que ela quique duas vezes, caia no chão ou bata em qualquer outro objeto fora da mesa.

**Número de participantes:** pode ser jogado individual ou em dupla, ou seja, 1 ou 2 de cada lado da mesa.

**Duração:** Usualmente, torneios nacionais são disputados em melhor de 5 sets e torneios internacionais em melhor de 7 sets, o que significa que o jogador ou dupla que vencer, respectivamente, 3 ou 4 sets vence a partida. Para vencer um set, o jogador ou dupla precisa somar 11 pontos ou, em caso de empate em 10 pontos, somar dois pontos de vantagem em relação ao seu adversário.

**Idade dos participantes:** acima de 5 anos

**Local:** qualquer mesa de tênis de mesa.

**Material necessário:** uma mesa, uma rede, uma bola e duas raquetes.

**Posição inicial dos participantes:** Cada participante deve ficar do seu lado da mesa, ou seja, cada um em uma ponta da mesa.



# JOGOS DE CARTAS

## Uno

Desenvolvimento do jogo: Para começar o jogo, são distribuídas sete cartas a cada jogador, e a carta que ficou em cima do baralho é virada para cima, sendo esta a primeira. Em cada oportunidade, o jogador pode jogar uma carta de sua mão que seja igual à cor ou ao número sendo que se tiver mais de uma carta desse número pode jogá-las ou o símbolo ou uma carta idêntica da última carta apresentada, ou então jogar um coringa ou coringa comprar quatro. Se a pessoa não possuir carta para jogar na ocasião, deve comprar e, caso ainda continue sem a carta precisa continuar

a comprar, repetindo o processo até sair uma carta jogável. O jogador que jogar todas as suas cartas e não ficar com nenhuma ganha a partida.

Número de participantes: 2-10

Duração: Até um jogador jogar todas as cartas.

Idade dos participantes: acima de 7

Local: qualquer lugar.

Material necessário: um barulho do uno.

Posição inicial dos participantes: de preferência em uma roda, jogando em sentido anti horário.



# JOGOS PRÉ DESPORTIVOS

## Bobinho (Futebol)

Desenvolvimento do jogo: Trata-se de um jogo muito conhecido 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 passá-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”.

Número de participantes: Local: quadra ou um lugar espaçoso

Duração: a “partida” acaba quando o bobinho pega a bola e em seguida começa uma nova partida quando troca de bobinho.

Material necessário: uma bola de futebol

Posição inicial dos participantes: em roda

Idade dos participantes: acima de 6 anos.





# JOGOS PRÉ-DESPORTIVOS

## Mini-Golf

Desenvolvimento do jogo: Consiste então no arremessar uma bola por ação de um taco a partir de uma marca de saída, para que essa se desloque e ultrapasse um obstáculo ou série de obstáculos até permanecer estática num pequeno buraco. O objetivo principal prende-se na colocação da bola no buraco com o mínimo de ações criadas pelo taco, designadas tacadas.

Número de participantes:  
5 participantes em cada time.

Duração: o tempo dos participantes conseguirem passar por toda a pista e acertar a bolinha no buraco.

Idade dos participantes:  
6 a 12 anos.

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

Material necessário:  
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.

Posição inicial dos participantes: O primeiro do time deve se posicionar na primeira pista e os outros ficam aguardado a sua vez.



# JOGOS DE LÓGICA/MEMÓRIA

## Sudoku

Desenvolvimento do jogo: O objetivo do jogo é a colocação de números de 1 a 9 em cada uma das células vazias numa grade de 9x9, constituída por 3x3 subgrades chamadas regiões. O quebra-cabeça contém algumas pistas iniciais, que são números inseridos em algumas células, de maneira a permitir uma indução ou dedução dos números em células que estejam vazias. Cada coluna, linha e região só pode ter um número de cada um dos 1 a 9.

Número de participantes: 1

Duração: o tempo que o participantes demoram para completar todos os espaços.

Idade dos participantes: acima de 10

Local: pode ser pelo celular ou em um papel

Material necessário: a tabela e uma caneta, e se for online apenas o aparelho eletrônico

Posição inicial dos participantes: opcional

5	3	4	6	7	8	9	1	2
6	7	2	1	9	5	3	4	8
1	9	8	3	4	2	5	6	7
8	5	9	7	6	1	4	2	3
4	2	6	8	5	3	7	9	1
7	1	3	9	2	4	8	5	6
9	6	1	5	3	7	2	8	4
2	8	7	4	1	9	6	3	5
3	4	5	2	8	6	1	7	9

## JOGOS POPULARES; TRADICIONAIS(DE RUA).

### Cabra cega

---

Desenvolvimento do jogo: um dos participantes, de olhos vendados, procura adivinhar e agarrar os outros. Aquele que for agarrado, passará a ficar com os olhos vendados.

participante vendado consegue pegar algum, logo em seguida iniciando uma nova partida.

Idade dos participantes: acima de 5.

Número de participantes: mais de 4

Local: lugar espaçoso

Duração: a partida acaba quando o

Material necessário: uma

venda ou um pano para tampar os olhos.

Posição inicial dos participantes: o participante vendado começa no centro contando até dez enquanto os outros correm.



## JOGOS ELETRÔNICOS.

### Pac-man

Desenvolvimento do jogo: o jogador era uma cabeça redonda com uma boca que se abre e fecha, posicionado em um labirinto simples repleto de pastilhas e 4 fantasmas que o perseguiram. O objetivo era comer todas as pastilhas sem ser alcançado pelos fantasmas, em ritmo progressivo de dificuldade.

Número de participantes: até dois jogadores, alternadamente.

Duração: até o Pac-Man comer todas as pastilhas e passar para o próximo nível.

Idade dos participantes: acima de 5 anos

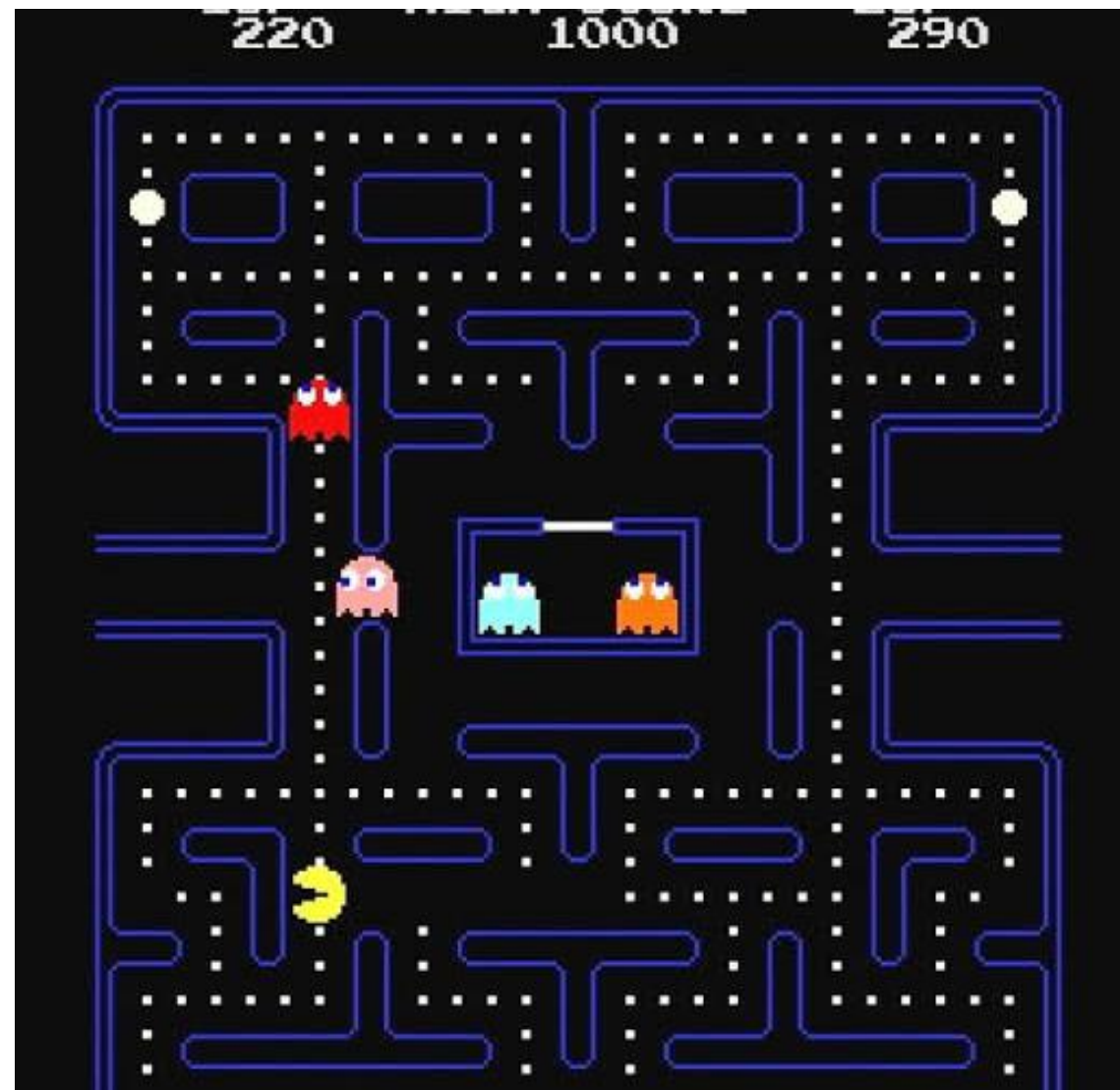
Local: fliperama, celular,

computador, tablet e etc

Material necessário: um

aparelho eletrônico.

Posição inicial dos participantes: no começo do labirinto.





# JOGOS DE ADIVINHAÇÃO

## Forca

---

Desenvolvimento do jogo: o jogador tem que acertar qual é a palavra proposta, tendo como dica o número de letras e o tema ligado à palavra. A cada letra errada, é desenhada uma parte do corpo do enforcado. O jogo termina ou com o acerto da palavra ou com o término do preenchimento das partes corpóreas do enforcado.

lugar.

Material necessário: um aparelho eletrônico, ou uma caneta e um papel, ou um giz e uma lousa.

Posição inicial dos participantes: opcional

Número de participantes: 2 ou mais.

Duração: até um dos participantes acertaram a palavra, assim iniciando outra partida.

Idade dos participantes: acima de 7

Local: pode ser jogado pelo celular ou manualmente, ou seja, em qualquer

