

28. Condução de varas ao pé coxinho

LED'S
Play

Valores

Cooperação, Automotivação, Disciplina e Perseverança.

Objetivo

Pedagógico: Favorecer a cooperação entre os alunos, sublinhando a importância de treinar valores como a paciência e disciplina para alcançar os objetivos.

Prático: Terminar o percurso sem deixar cair a vara.

Participantes

Mínimo: 2 participantes

Máximo: sem número limite de participantes

Indicado: 20 a 25 participantes

Tempo

30 a 45 minutos

Material

Varas

Briefing

Agrupam-se os alunos em pares.

Cada par tem uma vara na sua posse.

De forma a percorrer um trajeto determinado, cada par suporta a vara no dorso de um dos seus pés enquanto vão avançando ao pé coxinho através do apoio no solo do outro.

Notas

Os objetivos deste exercício contemplam a cooperação, no entanto, a competição entre pares poderá ser introduzida a fim de desafiar os alunos a desenvolver outras competências relacionadas com a performance e que incrementa a necessidade de cooperarem mais em situação de pressão com os colegas com quem fazem equipa. As varas podem ser aproveitadas a partir de paus de vassora.

Como alternativa, cada aluno tem também na sua posse uma vara. Assim, cada par tenta conduzir a vara que está no chão num percurso determinado, empurrando cada um dos alunos uma das suas pontas com a vara que têm em posse.

Debriefing

Que dificuldades sentiste ao realizar o jogo? Porquê?

Que estratégias utilizaram os pares para se coordenarem na condução da vara?

O que fizeram para conduzir a vara sem que esta se caísse?

O que aconteceu quando a vara caiu?

Seria possível realizar este jogo sozinho? Porquê?

Consideram que a cooperação é sempre importante? Porquê? Podem dar exemplos de situações no vosso dia-a-dia onde é igualmente importante cooperar?