Jogo Ruas de Esporte

Pratique essa ideia!

Programa de Desenvolvimento Humano pelo Esporte

CEPEUSP

Sobre o Jogo...
O Esporte já faz parte da sua vida? Que locais você destina para essa prática? O Jogo Ruas de Esporte convida você a refletir enquanto brinca, de forma lúdica e prazerosa, sobre o uso que fazemos da cidade no nosso dia-a-dia. É um material pedagógico do Festival Ruas de Esporte, promovido pelo ***Programa de Desenvolvimento Humano pelo Esporte - Prodhe –*** com a finalidade de estimular a prática espontânea de atividades físicas e esportivas nos espaços públicos. Jogando você irá perceber que as ruas podem se tornar um grande espaço de diversão e convivência. Basta solucionar os desafios e aproveitar as oportunidades. Divirta-se!

Como Jogar:
1.Convide amigos e familiares para jogar com você. Quanto mais gente melhor.
2. Escolha um bom espaço para jogar. Pode ser o quintal, sua rua ou a praça do bairro. Talvez você precise de uma bola, uma corda. E com certeza de muita disposição.
3. Os participantes podem se dividir em duas equipes ou jogar individualmente.
4.Cada equipe ou jogador escolhe um objeto diferente para representá-lo no jogo. Pode ser, por exemplo, uma tampinha, uma moeda ou um botão.
5.Peguem um dado ou construam um de papelão.
6.Decidam quem começa.
7.O jogo inicia com o primeiro participante que rola o dado e anda no tabuleiro o número de casas sorteadas.
8.Prestem atenção nas instruções e informações contidas no percurso.O jogo possui desafios de habilidades e de jogos que determinarão as ações dos jogadores.
9.A partida acaba quando todos percorrerem as Ruas de Esporte, que é o objetivo do jogo.

Conheça mais sobre nossas atividades e sobre o Festival Ruas de Esporte no Blog: www.educandopeloesporte.blogspot.com

SAÍDA

Cansado de ficar em casa assistindo TV? Vá ao Centro Esportivo e inscreva-se para praticar algum esporte.

Domingo haverá uma caminhada no parque e você levará toda a família. Prepare-os ensinando como fazer um alongamento e todos avançam 1 casa.

Centro Esportivo

É domingo e você acaba de ganhar uma bicicleta. Vá para a Ciclofaixa fazer um passeio, mas não esqueça dos equipamentos de segurança.

O Centro Esportivo é um espaço público que oferece atividade física para todas as idades. Você divulgou esta informação para o pessoal da rua. Avance 2 casas.

Você vai com os amigos ao parque. Organize o grupo para uma partida de handebol e ganhe o direito de jogar mais 1 vez.

Praça

A rua da sua casa tem uma turma que sempre se envolve em confusão. Você está louco para entrar nessa turma porque acha que ser bagunceiro é legal. Será que é mesmo? Fique 1 vez sem jogar para pensar sobre isso.

Você teve aula de Educação Física na escola hoje. Ao invés de participar ficou bagunçando com os colegas. Fique uma vez sem jogar e repense sua atitude

Você costuma xingar e mal tratar as outras pessoas quando está perdendo um jogo. Muita gente já não quer jogar com você. Organize um pega-pega corrente e aprenda a ajudar o grupo para atingir o objetivo do jogo. Quando todos forem pegos o grupo avança 2 casas.

Parque

Você não conhece locais para a prática esportiva perto de sua casa. Discuta com o grupo como vocês irão descobrir esses locais e todos avançam 1 casa.

Você tem uma bola de basquete, mas falta companhia para jogar. Convide a turma. Depois da partida todos avançam 2 casas.

Andar de skate é uma brincadeira gostosa e saudável. Que tal procurar um local seguro no seu bairro para brincar? Enquanto você procura, treine seu equilíbrio disputando a brincadeira da briga de galo. Quem ganhar avança 3 casas.

Ciclofaixa

Futebol não é só para homens! Proponha adaptações na regra e favoreça a participação de todos numa partida de futebol. Quando o 1º gol for marcado todos avançam 3 casas.

As regras são importantes para que um jogo funcione. Organize uma corrida de revezamento entre o grupo e todos avançam 1 casa.

Assistindo TV você descobriu uma modalidade nova e quer praticá-la. Como você vai fazer isso? Responda e avance 2 casas.

Campo de Futebol

O campo de futebol é um espaço muito grande para só uma modalidade. Você é muito criativo e vai contar aos amigos outros jogos que podem ser feitos neste espaço. Comece brincando de pega-pega por alguns minutos e todos avançam 3 casas.

É bom bater bola com os amigos na rua! Além de praticar exercícios, ajuda a integrar a turma. Desafie os colegas a brincarem de pique bandeira. Quem marcar o ponto primeiro avança 2 casas.

Os pais costumam não deixar seus filhos brincarem nas ruas porque tem medo da violência. Ensine um jogo que os adultos podem brincar com as crianças e jogue o dado mais 1 vez.

A quadra do seu bairro está mal cuidada. Você organizou um mutirão com os moradores para melhorá-la. Avance 1 casa.

Jogando bola na rua você quebrou a janela do vizinho. Toque a campainha e resolva com ele como dar conta do prejuízo. Aproveite também para treinar as habilidades do grupo fazendo algumas embaixadinhas. Fique 1 vez sem jogar.

O dia está bonito e você resolveu empinar pipa. Foi fazer isso perto da rede elétrica e usando cerol. Não pensou na sua segurança e nem na das outros. Volte 3 casas.

Seu primo vive apanhando na rua e na escola. Agora quer aprender jiu-jitsu para poder bater. Escolha com o grupo uma maneira melhor de resolver este problema e avance 3 casas.

Você encontrou jovens fazendo Parkour nos muros e escadas da cidade e ficou interessado em praticar. Comece entrando em forma pulando corda, com a brincadeira do zerinho e avance 1 casa.

O Esporte contribui para a educação de crianças e jovens, desenvolvendo competências para jogar e conviver com outras pessoas. Se você pratica esporte 3 vezes ou mais por semana, avance 4 casas.

Trânsito e poluição na cidade. Que tal estimular as pessoas que você conhece a caminhar mais e usar transporte público? Realize uma disputa de cabo de guerra e avance 1 casa.

Jogos e esportes novos lhe causam insegurança. Proponha-se a enfrentar novos desafios. Comece disputando um braço de ferro com outro jogador e veja como é simples fazer algo diferente.

Escola

CHEGADA

Sua rua se transforma em uma rua de lazer aos domingos. A vizinhança anda sem imaginação para aproveitar o espaço. Organize uma roda para jogar vôlei. Se a turma fizer 10 toques consecutivos todos avançam 1 casa.

Vai assistir uma partida do seu time mas não sabe como chegar ao estádio. Conte como vai descobrir e jogue o dado mais uma vez.

Academias não são os únicos locais para a prática da natação. Como você pode descobrir outros locais de prática? Responda para o grupo e avance 1 casa.

Consulte seu médico antes de começar a prática de atividade física.

A cidade oferece várias corridas de rua nos finais de semana. Avance 1 casa para fazer um check-up e comece a correr!

A atividade física é um hábito para você, mas na sua família ninguém faz nada há muito tempo. Dê dicas para que eles deixem de ser sedentários e avance 2 casas.

Este trabalho está licenciado sob uma Licença Creative Commons Atribuição-NãoComercial-CompartilharIgual 3.0 . Para ver uma cópia desta licença, visite http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0/.