

10

ATIVIDADE ANIMAÇÃO FÍSICA

BOWLING



primesenior

OBJETIVO



Trabalhar a concentração e coordenação óculo-manual.

MATERIAIS

Cinco garrafas de plástico de 1/2 l, ou de 1,5l, pintadas e cheias de areia;
Uma bola pequena;
Fita-cola colorida.

INSTRUÇÕES

Delimitar a área de jogo com fita cola colorida, no chão;
Colocar as garrafas de plástico a uma distância considerável (dependendo da condição dos jogadores);
Cada jogador deve de atirar a bola para tombar os pinos (garrafas) que estão em pé;

As garrafas podem ser preparadas antes numa atividade de expressão plástica, pode-se usar vários materiais para a decoração das mesmas.

Os prémios para os vencedores podem ir de coisas mais simples, como chocolates, rebuçados a coisas mais complexas, como a oportunidade de liderar algo. Tudo dependerá do grupo de idosos com quem se está a trabalhar.