



## GINCANA AZUL

Percurso total: 50 metros – 2 equipas (máximo 10 por equipa)

### PARTIDA

#### SALTAPOCINHAS

**Posto 1: colocar questão → percurso 1:** saltar num saco até ao posto 2



#### CARANGUEJO

**Posto 2: colocar questão → percurso 2:** andar à caranguejo com um colega (costas com costas a segurar uma bola nas costas sem ajuda das mãos e a progredir de lado) até ao posto 3



#### ENGUIA

**Posto 3: colocar questão → percurso 3:** passar por dentro do túnel como a enguia ou então saltar à corda como a rã (2 pés juntos) até ao posto 4



#### COLHER DE PAU

**Posto 4: colocar questão → percurso 4:** andar com a bola em cima da colher de pau sem a deixar cair até ao posto 5



#### CARRINHO DE MÃO

**Posto 5: colocar questão → percurso 5:** com um colega andar em posição de carrinho de mão (um agarra nas pernas do outro que progride em braços) até ao posto 6



#### ABAIXO OS MAUS HÁBITOS

**Posto 6: colocar questão → percurso 6:** escolher o mau hábito na garrafa e tentar com ajuda de uma bola derrubar esse mau hábito. Explicar a razão/consequência do mau hábito. Até ao posto 7.



#### SENTE O QUE SE ESCONDE...

**Posto 7: colocar questão → percurso 7:** sentir com as mãos (tactear) os objectos que estão dentro de sacos.

