

# PEDDY PAPER

## - Hábitos de Vida Saudável II -



6ºanos

Horas de Descanso/  
Sono e Hidratação



↓  
Saúde

Atividade desenvolvida nas aulas de Ed Física  
- 14 a 18 de fevereiro e 7 a 11 de março -

**A atividade é dividida em três componentes:**

- Conhecimentos sobre a temática "Hidratação, Hora de descanso/Sono",
- Atividade Física (Jogos Tradicionais Portugueses);
- Pesquisa sobre os Jogos Infantis e Jogos Tradicionais que os pais e avós dos alunos jogavam quando eram jovens / Apresentação dos Jogos nas respetivas turmas.

Disciplina de Educação Física

Tema: **SAÚDE** (articulação com  
Cidadania e DEsenvolvimento

Profª Isabel Peralta





# PEDDY PAPER

# Regulamento

- 1 - O jogo é realizado em equipa pelo que todos os membros do grupo devem andar juntos. Cada turma participa com duas equipas.
- 2 - As tarefas apresentadas devem ser realizadas pela ordem indicada (A,B,C,D,E,F,G) e não podem saltar tarefas. O Peddy Paper inicia-se na Letra que sair no Sorteio.
- 3 - Cada estação apresenta uma Tarefa que tem duas componentes, uma de conhecimentos sobre o Tema "Hidratação /Horas de Descanso, Sono" e outra de atividade física (Jogos Tradicionais Portugueses). As tarefas motoras serão realizadas dentro do pavilhão, após terminarem a componente de conhecimentos.
- 4 - Cada grupo deverá nomear um "espião" que acompanha o grupo adversário e regista as faltas.
- 5 - O grupo, após consulta do envelope em cada estação da componente dos conhecimentos, tem de deixar o envelope no local que o encontrou. Se não cumprir será retirado 10 pontos no final da prova dos conhecimentos.
- 6 - A prova deverá ser feita com espírito de cooperação e respeito pelos colegas e professor.

PONTUAÇÃO de cada componente em cada estação	
Componente dos Conhecimentos	Componente da atividade física /Jogos Tradicionais Portugueses
Resposta certa ----- 10 pontos Resposta incompleta <u>---</u> 5 pontos Resposta errada <u>-----</u> 2 pontos	Vencedor ----- 10 pontos Derrotado ----- 5 pontos