

Pula sela



Uma brincadeira para estimular a agilidade, a coordenação motora, equilíbrio, resistência, força, expressão corporal e a socialização.

Brincando

Os participantes saltam uns sobre os outros, apoiando a mão sobre as costas dos jogadores agachados, ou seja, "selando" as costas do amigo.

Eles formam uma fila, exceto um, deixando uma distância de cerca de 2 metros entre uma pessoa e outra. Quem estiver na fila, fica com as costas curvadas apoiando as mãos sobre os joelhos. Quem fica de fora começa saltando sobre as costas de cada participante, até passar por toda a fila. Ao pular o último participante, o primeiro saltador também colocará as mãos no joelho e depois dará um sinal para quem está no fim da fila. Esse passa a ser o saltador e pula por toda fila até chegar no começo dela e voltar a posição inicial, dando sinal para o saltador seguinte.

Assim a brincadeira segue até que a fila chegue de novo ao primeiro saltador.

