



A LÉBRE (marchar)

Dispostas as crianças no terreno, sem formação, procuram imitar a lèbre, colocando as mãos no chão à frente do corpo e dando impulso com os pés, unindo estes às mãos, executando este movimento sucessivamente.

O CARANGUELJO (marchar)

Dispostas as crianças no terreno, com as mãos e os pés no chão (barriga para cima), deslocam-se para a frente, para os lados e para trás, imitando deste modo os movimentos do carangueijo.

AS BANANEIRAS (trepar)

As crianças ao longo de uma parede (muro, grade, etc.), com as costas voltadas para a mesma, colocam as mãos no chão e procuram subi-la com os pés. O instrutor mandará executar este movimento de 4 a 8 vezes, conforme o grau e intensidade da lição.

O DOMADOR (trepar)

Dispostas as crianças em círculo (roda), com a frente voltada para o interior e mãos no solo, o instrutor designará uma para ser o *domador*, que correrá ao redor do círculo com um pequeno objeto (lenço, cinto, etc.), procurando tocar uma delas. Todas, à passagem do *domador*, levantam os pés do solo. Aquela que for tocada substituirá o *domador*, continuando assim até o sinal de cessar.

O SAPO (saltar)

Colocadas as crianças no terreno, de cócoras, procuram imitar o sapo, colocando as mãos no joelho, executando uma série de saltamentos.

OS PERNETAS (saltar)

Disposta a turma em coluna por 2 ou mais, ao sinal do instrutor todos levantam a perna (dir. ou esquerda), conforme for ordenado, entregando o pé ao que fica atrás, que o segurará, fazendo o mesmo mecanismo toda a turma. Ao sinal dado, todos, assim ligados, procurarão caminhar, saltitando, até um ponto determinado. Executar este movimento ora com a perna direita ora com a esquerda.

(Obs. — Havendo grande número de instruendos poderá ser executado em caráter de competição.)

O JACARE' (lev. e trans.)

Estando as crianças deitadas (barriga para baixo, as mãos colocadas junto aos ombros, os pés em extensão, ao sinal do instrutor, todas procurarão levantar e baixar o busto com extensão completa dos braços e apoio das mãos.

A PENEIRA (lev. e transp.)

O instrutor de posse de uma lona, aberta no solo, determina que a turma fique ao redor da mesma. A um sinal todos seguram a extremidade da lona esticando-a. O instrutor a seguir designará uma criança para colocar-se na posição de pé, dentro da lona,

começando as demais a fazer um vai e vem (peneirar), de modo que a criança perca o equilíbrio. Substituir por outra, até passarem todas.

SEU LOBO E' SOPA (correr)

Conduzindo as crianças para uma região no terreno, o instrutor designará uma delas para ser o "seu Lobo", ficando a uns 10 ou 15 passos à frente da turma. Ao sinal do instrutor o "seu Lobo" se deslocará para um ponto determinado (árvore, poste, etc.), seguido pelas demais crianças, que dirão em coro: Seu Lobo é canja! de galinha! Quando "seu Lobo" tocar o ponto indicado (árvore, poste, etc.), vira-se e procura agarrar uma delas, as qua's evitarão correndo para o ponto de partida. A criança que for agarrada passará a ser o "seu Lobo".

CAVALO E CAVALEIRO (correr)

O instrutor indica um determinado ponto no campo, pátio, etc., conforme o espaço desejado, a seguir grupa as crianças duas a duas, sendo que uma ficará sendo o cavalo e a outra o cavaleiro. O cavaleiro, segurará o cavalo com uma das mãos à altura da cintura nas costas. Ao sinal dado pelo instrutor todas partem em direção a um ponto previamente indicado, procurando ver quem o atinge primeiro. O instrutor mandará mudar trocando as crianças de função. O cavaleiro não poderá soltar seu cavalo.

O DIABOLO (lançar)

Os meninos imitam jogar o *diabolo*, oscilando os braços à frente do corpo e distendendo-os num plano oblíquo à frente. O instrutor deverá executar este movimento de 6 a 8 vezes.

CERCANDO FRANGO (lançar)

A turma disposta em círculo, com três ou quatro ficam na parte interior, as demais passarão a bola entre si, lançando, rolando ou "quicando", enquanto que as de dentro (3 ou 4 conforme indicação), procurarão pegá-la. A que conseguir apanhar a bola será substituída, vindo outra para o interior.

A PALMADINHA (atacar e defender)

Dispõe-se a turma em duas fileiras com a distância de dois metros, mais ou menos, uma da outra, com a frente voltada para o interior. Ao sinal dado pelo instrutor, a criança que estiver na extremidade direita passará correndo entre as duas fileiras, no que é lincada pelas demais, colocando-se em último lugar e assim sucessivamente até que toda a turma tenha passado.

Nota — Deve-se evitar que uma das fileiras fique com maior número de crianças.

A BOMBA (atacar e defender)

Forma-se um círculo, todas as crianças ligadas fortemente pelas mãos, depois marcham em direção ao centro do círculo com as mãos dadas e ao sinal do instrutor, todas voltam rapidamente para retornar ao círculo, procurando arrebentar a cadeia.

Aquelas que soltarem ficarão fora do círculo e assim sucessivamente.