# Proposta de Atividade: Jogos e brincadeiras individuais

**Autor(res)**

Rodrigo Martins Pereira
Vinicius Dos Santos Ornelas

**Categoria do Trabalho**

1

**Instituição**

FACULDADE ANHANGUERA

**Resumo**

Os jogos e brincadeiras individuais têm seu próprio valor e benefícios. Eles são aqueles que podem ser apreciados e praticados por uma única pessoa, proporcionando momentos de entretenimento, aprendizado e diversão solitária. Esses jogos individuais podem incluir quebra-cabeças, jogos de cartas, palavras cruzadas, jogos eletrônicos, entre outros. Eles oferecem uma oportunidade para a pessoa desenvolver habilidades cognitivas, como resolução de problemas, concentração, pensamento estratégico e criatividade. Além disso, os jogos individuais também podem ser uma forma de relaxamento, ajudando a aliviar o estresse e a distrair a mente. Eles oferecem autonomia e independência, permitindo que a pessoa se divirta e se desafie no seu próprio ritmo. Os jogos individuais são uma forma valiosa de entretenimento e desenvolvimento pessoal. PROPOSTA: • Caça ao tesouro
Uma brincadeira bastante tradicional, pode ficar mais divertida de uma forma bastante simples: com objetos espalhados pelo ambiente. Dessa forma você usa o ambiente ao seu redor para brincar e também ensina sobre observação. É possível escolher outras qualidades dos objetos para a brincadeira, como as cores, tamanho. Para uma criança um pouco mais velha, um cronometro pode deixar a brincadeira um pouco mais interessante.

- Pula corda

É um ótimo exercícios tanto para crianças quanto para adultos. Ele trabalha inúmeras habilidades motoras e na infância pode ser tornar uma brincadeira com o auxílio de músicas e desafios. Pode-se pular com dois pés, com pés alternados ou com um pé só. Além disso, é possível brincar cruzando a corda ou com alguém batendo a corda enquanto a criança pula. Cada desafio se torna uma nova brincadeira e trabalha habilidades físicas.

Agradecemos à FUNADESP (#68-1210/2022) pelo indispensável suporte.