

# FICHA DE ATIVIDADE

## Pebolim Humano

### Informações

**Duração:** 10 min por partida

**Local:** Quadra, pátio externo ou campo de futebol

**Participação:** 2 equipes com 4 a 7 jogadores

### Objetivo

Exercitar o trabalho em equipe e a cooperação, desenvolvendo coordenação motora, resistência, agilidade e percepção espacial, por meio de uma versão corporal e cooperativa do tradicional jogo de pebolim.

### BNCC

- EF89EF10

### Ramos



FILHOTES



LOBINHOS



ESCOTEIRO



SÊNIOR



PIONEIRO

### ODS

### Objetivos de Desenvolvimento Sustentável



### EIXOS E BLOCOS

### Programa Educativo

FILHOTES



Habilidades para a Vida



Saúde e Bem-estar



criatividade e inovação

cuidado com o corpo

## Sobre o Pebolim

Pebolim (também conhecido como Totó ou Matraquilhos, dependendo da região) é um jogo de mesa inspirado no futebol. Ele é formado por uma mesa retangular, com pequenas traves nas extremidades e barras de metal atravessadas de lado a lado. Nessas barras ficam fixados bonequinhos, que representam os jogadores de cada time.

Cada participante (ou dupla) controla as barras girando ou movimentando-as para frente e para trás, com o objetivo de chutar a bolinha em direção ao gol adversário e defender o próprio.

O jogo exige reflexo rápido, coordenação motora e estratégia, sendo muito popular em clubes, bares, escolas e casas de lazer. A partida termina quando um dos lados atinge o número de gols combinado ou quando o tempo definido acaba.

## Materiais

- Campo de futebol pequeno ou quadra marcada com cones
- Bola de futebol (ou bola de espuma, para maior segurança)
- Fitas ou cordas para delimitar faixas laterais de movimento
- Coletes ou camisetas coloridas para diferenciar times
- Placas ou cones para marcar os gols
- Opcional: 6 varas de bambu com 4 metros (versão com barras)

## Preparação

- Montar o campo de jogo com suas linhas laterais demarcadas;
- Definir área de gol com cones ou placas;
- Opcional para Escoteiro, Sênior e Pioneiro: montar as barras de pebolim humano.

## Pebolim Humano

### Divisão em campo por equipe

- Linha de defesa (1 ou 2 jogadores)
- Linha do meio (2 a 3 jogadores)
- Linha de ataque (1 ou 2 jogadores)

### Descrição da atividade

- Cada linha deve permanecer dentro do espaço da sua faixa, movendo-se apenas para esquerda e direita, simulando o movimento dos bonecos do pebolim;
- O goleiro pode se mover por toda a largura do gol;
- A bola pode ser tocada apenas com os pés (exceto goleiro);
- Cada gol vale 1 ponto;
- Opcional: Cada jogador só pode tocar na bola uma vez antes que outro jogador da mesma linha toque.

O jogo termina após o tempo ou pontuação definida.

## Pebolim Humano com Barras

Variação para Ramos Escoteiro, Sênior e Pioneiro.

### Materiais adicionais

- Bambu ou bastões resistentes;
- Cordas ou fitas acolchoadas;
- Colchonetes ou grama;
- Bola leve.

### Posicionamento

- Um bambu por linha (defesa, meio, ataque);
- Espaço seguro entre linhas;
- Goleiro pode ser livre ou ter barra própria;

### Regras adaptadas

- Movimento apenas lateral com o bambu;
- Jovens sempre com as mãos no bambu;;
- Bola chutada normalmente;
- Gol = 1 ponto.