

BÔNUS · ROTEIROS PRONTOS

12
ROTEIROS
COMPLETOS

Roteiros de Festa Prontos

Festas de 1h, 2h e 3h com a ordem exata das brincadeiras, o horário de cada uma e o material para separar. É só imprimir e seguir.

✓ 1h, 2h e 3h

✓ 4 perfis de turma

✓ Curva de energia

✓ Checklist de material

Material criado por

Renata Alves

Especialista em Recreação Infantil

KIT COMPLETO
**+150 Brincadeiras
Prontas**

Toda festa boa tem ritmo

Crianças não aguentam uma hora inteira só de correria, nem meia hora sentadas. O segredo de uma festa que flui é alternar a energia. Todos os roteiros deste material seguem esta curva:



As 6 regras dos roteiros

1

Comece com integração

Os primeiros 10 minutos servem para quebrar o gelo e aprender os nomes. Isso facilita o controle do grupo a festa toda.

2

Alterne alta e baixa energia

Depois de cada brincadeira agitada, encaixe uma de comando ou calma. A turma recupera o fôlego sem perder o interesse.

3

Pare antes de cansar

Troque de brincadeira enquanto as crianças ainda estão gostando. "Queremos mais!" é o melhor final possível.

4

Pausa no meio

Em festas de 2h ou mais, a pausa para água, lanche e banheiro evita choro, briga e cansaço.

5

Acalme antes do bolo

Use uma brincadeira de comando ou de respiração antes do parabéns: as crianças chegam à mesa organizadas.

6

Termine em alta

A última impressão é a que fica para os pais. Feche com dança, homenagem ou premiação.

Escolha o seu roteiro

São 12 roteiros: 4 perfis de turma, cada um com festa de 1, 2 e 3 horas. Escolha pela idade da maioria das crianças e pela duração contratada.

2 A 4 ANOS Pequenos	5 A 7 ANOS Turma de 5 a 7 anos	8 A 12 ANOS Turma de 8 a 12 anos	3 A 10 ANOS Turma mista
Festa de 1h pág. 4	Festa de 1h pág. 7	Festa de 1h pág. 10	Festa de 1h pág. 13
Festa de 2h pág. 5	Festa de 2h pág. 8	Festa de 2h pág. 11	Festa de 2h pág. 14
Festa de 3h pág. 6	Festa de 3h pág. 9	Festa de 3h pág. 12	Festa de 3h pág. 15

Como usar em 3 passos

1

Imprima o roteiro da festa

Cada roteiro cabe em uma página. Leve na prancheta e marque cada brincadeira concluída na coluna "Feito".

2

Separe o material na véspera

O quadro "Separe antes da festa" lista tudo o que as brincadeiras do roteiro usam. Marque conforme for colocando na mala.

3

Consulte a ficha no livro

Cada brincadeira traz o número e a página no Livro Principal. Na dúvida, abra a ficha e veja o passo a passo.

Atrasou? Choveu? Adiantou? Os horários são um guia. Se a festa atrasar, corte as brincadeiras de energia média. Se chover, troque as de área externa pelas do material Plano B.

Pequenos

2 a 4 anos

60 minutos

9 brincadeiras

CURVA DE ENERGIA DA FESTA



INÍCIO

BARRAS ALTAS = ENERGIA ALTA • CINZA = PAUSA

FIM

HORÁRIO	BRINCADEIRA (Nº E PÁGINA NO LIVRO)	TEMPO	ENERGIA	FEITO
0h00 – 0h05	Nº 2 Trenzinho de Boas-Vindas pág. 10	5 min	● ● ●	☐
0h05 – 0h10	Nº 34 Se Você Está Feliz pág. 28	5 min	● ● ●	☐
0h10 – 0h18	Nº 123 Caça às Bolhas pág. 80	8 min	● ● ●	☐
0h18 – 0h25	Nº 127 Bichos Andam Assim pág. 82	7 min	● ● ●	☐
0h25 – 0h30	Nº 130 Dona Aranha com Gestos pág. 83	5 min	● ● ●	☐
0h30 – 0h40	Nº 124 Paraquedas Colorido pág. 80	10 min	● ● ●	☐
0h40 – 0h48	Nº 136 Banho de Balões pág. 86	8 min	● ● ●	☐
0h48 – 0h55	Nº 131 Lenços Dançantes pág. 84	7 min	● ● ●	☐
0h55 – 1h00	Nº 154 Dança da Despedida pág. 97	5 min	● ● ●	☐

SEPARE ANTES DA FESTA

- | | |
|--|---|
| ☐ Música animada | ☐ Muitos balões, música |
| ☐ Bolhas de sabão | ☐ Lenços coloridos ou tiras de TNT, música |
| ☐ Paraquedas lúdico ou lençol grande... | ☐ Música |

💡 DICA DESTE ROTEIRO

Nesta idade, a atenção dura poucos minutos. Troque de brincadeira antes que o interesse acabe e convide os pais a participar.

Pequenos

2 a 4 anos

120 minutos

14 brincadeiras

CURVA DE ENERGIA DA FESTA



INÍCIO

BARRAS ALTAS = ENERGIA ALTA • CINZA = PAUSA

FIM

HORÁRIO	BRINCADEIRA (Nº E PÁGINA NO LIVRO)	TEMPO	ENERGIA	FEITO
0h00 – 0h05	Nº 2 Trenzinho de Boas-Vindas pág. 10	5 min	● ● ●	☐
0h05 – 0h10	Nº 34 Se Você Está Feliz pág. 28	5 min	● ● ●	☐
0h10 – 0h18	Nº 123 Caça às Bolhas pág. 80	8 min	● ● ●	☐
0h18 – 0h26	Nº 125 Cadê o Bichinho? pág. 81	8 min	● ● ●	☐
0h26 – 0h33	Nº 127 Bichos Andam Assim pág. 82	7 min	● ● ●	☐
0h33 – 0h48	Pausa: água, lanche e banheiro	15 min	–	☐
0h48 – 0h53	Nº 130 Dona Aranha com Gestos pág. 83	5 min	● ● ●	☐
0h53 – 1h03	Nº 126 Circuito do Explorador pág. 81	10 min	● ● ●	☐
1h03 – 1h11	Nº 128 Separa as Cores pág. 82	8 min	● ● ●	☐
1h11 – 1h19	Nº 124 Paraquedas Colorido pág. 80	8 min	● ● ●	☐
1h19 – 1h27	Nº 136 Banho de Balões pág. 86	8 min	● ● ●	☐
1h27 – 1h33	Nº 132 Achou! pág. 84	6 min	● ● ●	☐
1h33 – 1h40	Nº 131 Lenços Dançantes pág. 84	7 min	● ● ●	☐
1h40 – 1h45	Nº 147 Esquenta do Parabéns pág. 94	5 min	● ● ●	☐
1h45 – 1h55	Parabéns e bolo (com os pais)	10 min	–	☐
1h55 – 2h00	Nº 154 Dança da Despedida pág. 97	5 min	● ● ●	☐

SEPRE ANTES DA FESTA

- | | |
|---|---|
| ☐ Música animada | ☐ Paraquedas lúdico ou lençol grande... |
| ☐ Bolhas de sabão | ☐ Muitos balões, música |
| ☐ Bichos de pelúcia pequenos | ☐ Lenço ou pano leve |
| ☐ Almofadas, cadeiras, bambolês, cordas | ☐ Lenços coloridos ou tiras de TNT, música |
| ☐ Bolinhas coloridas, baldes ou caixas da... | ☐ Música |

💡 DICA DESTE ROTEIRO

Faça a pausa do lanche no meio: crianças pequenas cansam e ficam com fome rápido. Depois do lanche, comece com algo calmo.

Pequenos

3h

DE FESTA

2 a 4 anos

180 minutos

20 brincadeiras

CURVA DE ENERGIA DA FESTA



HORÁRIO	BRINCADEIRA (Nº E PÁGINA NO LIVRO)	TEMPO	ENERGIA	FEITO
0h00 – 0h05	Nº 2 Trenzinho de Boas-Vindas pág. 10	5 min	● ● ●	☐
0h05 – 0h10	Nº 34 Se Você Está Feliz pág. 28	5 min	● ● ●	☐
0h10 – 0h18	Nº 123 Caça às Bolhas pág. 80	8 min	● ● ●	☐
0h18 – 0h26	Nº 125 Cadê o Bichinho? pág. 81	8 min	● ● ●	☐
0h26 – 0h33	Nº 127 Bichos Andam Assim pág. 82	7 min	● ● ●	☐
0h33 – 0h43	Nº 133 Pintura com Água pág. 85	10 min	● ● ●	☐
0h43 – 0h58	Pausa: água, lanche e banheiro	15 min	–	☐
0h58 – 1h03	Nº 130 Dona Aranha com Gestos pág. 83	5 min	● ● ●	☐
1h03 – 1h15	Nº 126 Circuito do Explorador pág. 81	12 min	● ● ●	☐
1h15 – 1h23	Nº 128 Separa as Cores pág. 82	8 min	● ● ●	☐
1h23 – 1h33	Nº 134 Caixa Sensorial pág. 85	10 min	● ● ●	☐
1h33 – 1h41	Nº 129 Pula o Rio pág. 83	8 min	● ● ●	☐
1h41 – 1h51	Nº 124 Paraquedas Colorido pág. 80	10 min	● ● ●	☐
1h51 – 2h04	Nº 113 Desafio da Massinha pág. 74	13 min	● ● ●	☐
2h04 – 2h09	Nº 29 Ciranda Cirandinha pág. 26	5 min	● ● ●	☐
2h09 – 2h15	Nº 42 Estátua pág. 33	6 min	● ● ●	☐
2h15 – 2h23	Nº 136 Banho de Balões pág. 86	8 min	● ● ●	☐
2h23 – 2h30	Nº 131 Lenços Dançantes pág. 84	7 min	● ● ●	☐
2h30 – 2h35	Nº 147 Esquenta do Parabéns pág. 94	5 min	● ● ●	☐
2h35 – 2h50	Parabéns e bolo (com os pais)	15 min	–	☐
2h50 – 2h55	Nº 132 Achou! pág. 84	5 min	● ● ●	☐
2h55 – 3h00	Nº 154 Dança da Despedida pág. 97	5 min	● ● ●	☐

SEPRE ANTES DA FESTA

- | | |
|---|---|
| ☐ Música animada | ☐ 2 cordas ou fitas |
| ☐ Bolhas de sabão | ☐ Paraquedas lúdico ou lençol grande... |
| ☐ Bichos de pelúcia pequenos | ☐ Massinha de modelar |
| ☐ Pincéis, potes com água | ☐ Música |
| ☐ Almofadas, cadeiras, bambolês, cordas | ☐ Muitos balões, música |
| ☐ Bolinhas coloridas, baldes ou caixas da... | ☐ Lenços coloridos ou tiras de TNT, música |
| ☐ Caixa ou bacia com macarrão cru, grãos ou... | ☐ Lenço ou pano leve |

💡 DICA DESTA ROTEIRO

Em festas longas com pequenos, alterne sempre: uma brincadeira de movimento, uma sentada. Reserve os balões e as bolhas para levantar a energia quando o grupo cansar.

Turma de 5 a 7 anos

5 a 7 anos

60 minutos

10 brincadeiras

CURVA DE ENERGIA DA FESTA



INÍCIO

BARRAS ALTAS = ENERGIA ALTA · CINZA = PAUSA

FIM

HORÁRIO	BRINCADEIRA (Nº E PÁGINA NO LIVRO)	TEMPO	ENERGIA	FEITO
0h00 – 0h05	Nº 4 Olá com o Corpo pág. 11	5 min	●●●	☐
0h05 – 0h10	Nº 12 Nome com Gesto pág. 15	5 min	●●●	☐
0h10 – 0h18	Nº 15 Pega-Pega Zumbi pág. 18	8 min	●●●	☐
0h18 – 0h24	Nº 42 Estátua pág. 33	6 min	●●●	☐
0h24 – 0h32	Nº 18 Coelhoinho Sai da Toca pág. 19	8 min	●●●	☐
0h32 – 0h38	Nº 44 Dança das Cores pág. 34	6 min	●●●	☐
0h38 – 0h43	Nº 71 Balão no Ar pág. 50	5 min	●●●	☐
0h43 – 0h51	Nº 89 Batatinha Frita 1, 2, 3 pág. 60	8 min	●●●	☐
0h51 – 0h55	Nº 149 Respiração do Balão pág. 95	4 min	●●●	☐
0h55 – 1h00	Nº 154 Dança da Despedida pág. 97	5 min	●●●	☐

SEPRE ANTES DA FESTA

- ☐ Música
- ☐ Bambolês ou giz/fita para marcar tocas
- ☐ Folhas de papel colorido presas no chão...
- ☐ 1 balão por criança

💡 DICA DESTE ROTEIRO

É a idade que mais ama faz de conta. Conte tudo como uma aventura: o pega-pegas vira "fuga dos zumbis", a corrida vira "missão".

Turma de 5 a 7 anos

5 a 7 anos

120 minutos

15 brincadeiras

CURVA DE ENERGIA DA FESTA



INÍCIO

BARRAS ALTAS = ENERGIA ALTA · CINZA = PAUSA

FIM

HORÁRIO	BRINCADEIRA (Nº E PÁGINA NO LIVRO)	TEMPO	ENERGIA	FEITO
0h00 – 0h05	Nº 2 Trenzinho de Boas-Vindas pág. 10	5 min	●●●	☐
0h05 – 0h10	Nº 12 Nome com Gesto pág. 15	5 min	●●●	☐
0h10 – 0h16	Nº 85 Seu Mestre Mandou pág. 58	6 min	●●●	☐
0h16 – 0h24	Nº 15 Pega-Pega Zumbi pág. 18	8 min	●●●	☐
0h24 – 0h32	Nº 18 Coelhinho Sai da Toca pág. 19	8 min	●●●	☐
0h32 – 0h40	Nº 48 Baile dos Bichos pág. 36	8 min	●●●	☐
0h40 – 0h46	Nº 42 Estátua pág. 33	6 min	●●●	☐
0h46 – 1h01	Pausa: água, lanche e banheiro	15 min	–	☐
1h01 – 1h11	Nº 106 Expedição na Selva pág. 69	10 min	●●●	☐
1h11 – 1h19	Nº 26 Corrida do Ovo na Colher pág. 23	8 min	●●●	☐
1h19 – 1h29	Nº 72 Futebol de Balão Sentado pág. 50	10 min	●●●	☐
1h29 – 1h37	Nº 93 Ilhas Encantadas pág. 62	8 min	●●●	☐
1h37 – 1h45	Nº 103 Adivinha o Som pág. 68	8 min	●●●	☐
1h45 – 1h50	Nº 147 Esquenta do Parabéns pág. 94	5 min	●●●	☐
1h50 – 1h55	Nº 148 Túnel do Aniversariante pág. 94	5 min	●●●	☐
1h55 – 2h00	Nº 154 Dança da Despedida pág. 97	5 min	●●●	☐

SEPARE ANTES DA FESTA

- | | |
|---|---|
| ☐ Música animada | ☐ Colheres e bolinhas de pingue-pongue ou... |
| ☐ Bambolês ou giz/fita para marcar tocas | ☐ 1 balão, 2 caixas ou cadeiras como gols |
| ☐ Música, cartões com bichos | ☐ Bambolês ou folhas de papel |
| ☐ Música | ☐ Celular com sons |

💡 DICA DESTE ROTEIRO

Antes da pausa, use uma brincadeira de comando (Seu Mestre Mandou ou Estátua) para organizar o grupo e levá-lo até a mesa.

Turma de 5 a 7 anos

5 a 7 anos

180 minutos

17 brincadeiras

CURVA DE ENERGIA DA FESTA



HORÁRIO	BRINCADEIRA (Nº E PÁGINA NO LIVRO)	TEMPO	ENERGIA	FEITO
0h00 – 0h08	Nº 1 Bola do Nome pág. 10	8 min	● ● ●	☐
0h08 – 0h12	Nº 8 Chuva de Palmas pág. 13	4 min	● ● ●	☐
0h12 – 0h22	Nº 16 Pega-Pega das Cores pág. 18	10 min	● ● ●	☐
0h22 – 0h34	Nº 19 Gato e Rato pág. 20	12 min	● ● ●	☐
0h34 – 0h44	Nº 41 Dança da Cadeira pág. 33	10 min	● ● ●	☐
0h44 – 0h52	Nº 99 Mímica dos Animais pág. 66	8 min	● ● ●	☐
0h52 – 1h12	Pausa: água, lanche e banheiro	20 min	–	☐
1h12 – 1h22	Nº 61 Boliche de Garrafa PET pág. 44	10 min	● ● ●	☐
1h22 – 1h34	Nº 77 Balão Surpresa pág. 53	12 min	● ● ●	☐
1h34 – 1h39	Nº 86 Morto-Vivo pág. 58	5 min	● ● ●	☐
1h39 – 1h47	Nº 80 Limpa o Quintal pág. 54	8 min	● ● ●	☐
1h47 – 2h02	Nº 113 Desafio da Massinha pág. 74	15 min	● ● ●	☐
2h02 – 2h10	Nº 89 Batatinha Frita 1, 2, 3 pág. 60	8 min	● ● ●	☐
2h10 – 2h15	Nº 147 Esquenta do Parabéns pág. 94	5 min	● ● ●	☐
2h15 – 2h30	Parabéns e bolo (com os pais)	15 min	–	☐
2h30 – 2h41	Nº 84 Carinha no Balão pág. 56	11 min	● ● ●	☐
2h41 – 2h49	Nº 152 Desfile dos Campeões pág. 96	8 min	● ● ●	☐
2h49 – 2h55	Nº 153 Roda do Obrigado pág. 97	6 min	● ● ●	☐
2h55 – 3h00	Nº 154 Dança da Despedida pág. 97	5 min	● ● ●	☐

SEPRE ANTES DA FESTA

- | | |
|--|--|
| ☐ 1 bola macia | ☐ 30 balões ou bolinhas, fita para dividir... |
| ☐ Cadeiras | ☐ Massinha de modelar |
| ☐ Cartões com desenhos de animais | ☐ Balões cheios, canetinhas permanentes |
| ☐ 6 a 10 garrafas PET | ☐ Medalhas ou diplomas |
| ☐ Balões com papeizinhos dentro | ☐ Música |

DICA DESTE ROTEIRO

Em 3 horas, divida a festa em três atos: chegada e aquecimento, competição divertida e momento especial com o aniversariante.

Turma de 8 a 12 anos

8 a 12 anos

60 minutos

8 brincadeiras

CURVA DE ENERGIA DA FESTA



HORÁRIO	BRINCADEIRA (Nº E PÁGINA NO LIVRO)	TEMPO	ENERGIA	FEITO
0h00 – 0h08	Nº 7 Fila do Aniversário pág. 13	8 min	● ● ●	☐
0h08 – 0h16	Nº 10 Grito de Guerra pág. 14	8 min	● ● ●	☐
0h16 – 0h24	Nº 17 Rabo do Macaco pág. 19	8 min	● ● ●	☐
0h24 – 0h34	Nº 59 Jogo da Velha Humano pág. 43	10 min	● ● ●	☐
0h34 – 0h42	Nº 74 Estoura no Pé pág. 51	8 min	● ● ●	☐
0h42 – 0h52	Nº 100 Mímica em Equipes pág. 66	10 min	● ● ●	☐
0h52 – 0h55	Nº 8 Chuva de Palmas pág. 13	3 min	● ● ●	☐
0h55 – 1h00	Nº 153 Roda do Obrigado pág. 97	5 min	● ● ●	☐

SEPRE ANTES DA FESTA

- ☐ 1 lenço ou tira de TNT por criança
- ☐ 1 balão e 1 barbante de 50 cm por criança
- ☐ 9 bambolês
- ☐ Papéis com palavras

💡 DICA DESTE ROTEIRO

Os maiores querem desafio e competição. Crie equipes logo no início e mantenha um placar visível: o engajamento dobra.

CURVA DE ENERGIA DA FESTA



HORÁRIO	BRINCADEIRA (Nº E PÁGINA NO LIVRO)	TEMPO	ENERGIA	FEITO
0h00 – 0h11	Nº 5 Bingo de Pessoas pág. 12	11 min		☐
0h11 – 0h19	Nº 10 Grito de Guerra pág. 14	8 min		☐
0h19 – 0h27	Nº 14 Pega-Pega Corrente pág. 17	8 min		☐
0h27 – 0h37	Nº 56 Revezamento do Bastão pág. 41	10 min		☐
0h37 – 0h45	Nº 60 Torre de Copos pág. 43	8 min		☐
0h45 – 1h00	 Pausa: água, lanche e banheiro	15 min	–	☐
1h00 – 1h15	Nº 66 Caça ao Tesouro com Pistas pág. 46	15 min		☐
1h15 – 1h27	Nº 101 Detetive da Piscadela pág. 67	12 min		☐
1h27 – 1h37	Nº 73 Vôlei de Balão pág. 51	10 min		☐
1h37 – 1h45	Nº 90 Escuta e Pega pág. 60	8 min		☐
1h45 – 1h50	Nº 147 Esquentar do Parabéns pág. 94	5 min		☐
1h50 – 1h55	Nº 151 Pose da Foto Oficial pág. 96	5 min		☐
1h55 – 2h00	Nº 153 Roda do Obrigado pág. 97	5 min		☐

SEPRE ANTES DA FESTA

- ☐ Cartelas impressas
 - ☐ 1 bastão
 - ☐ 10 copos plásticos por equipe
 - ☐ Pistas escritas
 - ☐ Papéis
 - ☐ 1 balão, barbante ou fita como rede
 - ☐ 1 objeto
 - ☐ Câmera ou celular

 DICA DESTE ROTEIRO

Prepare as pistas da Caça ao Tesouro antes de a festa começar. É a brincadeira que mais marca essa faixa etária.

Turma de 8 a 12 anos

8 a 12 anos

180 minutos

15 brincadeiras

CURVA DE ENERGIA DA FESTA



HORÁRIO	BRINCADEIRA (Nº E PÁGINA NO LIVRO)	TEMPO	ENERGIA	FEITO
0h00 – 0h10	Nº 3 Teia de Barbante pág. 11	10 min	● ● ●	☐
0h10 – 0h18	Nº 10 Grito de Guerra pág. 14	8 min	● ● ●	☐
0h18 – 0h33	Nº 23 Polícia e Ladrão pág. 22	15 min	● ● ●	☐
0h33 – 0h41	Nº 55 Cabo de Guerra pág. 41	8 min	● ● ●	☐
0h41 – 0h51	Nº 25 Corrida de Três Pernas pág. 23	10 min	● ● ●	☐
0h51 – 1h03	Nº 102 Quem Sou Eu? pág. 67	12 min	● ● ●	☐
1h03 – 1h23	Pausa: água, lanche e banheiro	20 min	—	☐
1h23 – 1h38	Nº 63 Rouba-Bandeira pág. 45	15 min	● ● ●	☐
1h38 – 1h46	Nº 68 Lençol Virado pág. 47	8 min	● ● ●	☐
1h46 – 1h56	Nº 79 Foguete no Barbante pág. 54	10 min	● ● ●	☐
1h56 – 2h04	Nº 81 Senta e Estoura pág. 55	8 min	● ● ●	☐
2h04 – 2h16	Nº 116 Adedonha (Stop) pág. 75	12 min	● ● ●	☐
2h16 – 2h21	Nº 147 Esquentar do Parabéns pág. 94	5 min	● ● ●	☐
2h21 – 2h36	Parabéns e bolo (com os pais)	15 min	—	☐
2h36 – 2h50	Nº 54 Desfile de Talentos pág. 39	14 min	● ● ●	☐
2h50 – 2h55	Nº 153 Roda do Obrigado pág. 97	5 min	● ● ●	☐
2h55 – 3h00	Nº 154 Dança da Despedida pág. 97	5 min	● ● ●	☐

SEPRE ANTES DA FESTA

- | | |
|--|---|
| ☐ 1 rolo de barbante ou lã | ☐ 1 lençol ou toalha de mesa por equipe |
| ☐ Fita ou cones para marcar a prisão | ☐ Barbante, canudos, fita adesiva, balões... |
| ☐ 1 corda grossa, fita para marcar o meio | ☐ Balões |
| ☐ Lenços ou tiras de TNT | ☐ Papel com colunas |
| ☐ Papéis, fita adesiva, caneta | ☐ Microfone de brinquedo, música |
| ☐ 2 lenços ou bandeiras, fita | ☐ Música |

💡 DICA DESTE ROTEIRO

Mantenha o placar das equipes a festa toda e faça a premiação no Desfile de Talentos. Todos devem ganhar um título.

Turma mista

👤 3 a 10 anos

🕒 60 minutos

🎮 10 brincadeiras

CURVA DE ENERGIA DA FESTA



INÍCIO

BARRAS ALTAS = ENERGIA ALTA • CINZA = PAUSA

FIM

HORÁRIO	BRINCADEIRA (Nº E PÁGINA NO LIVRO)	TEMPO	ENERGIA	FEITO
0h00 – 0h05	Nº 2 Trenzinho de Boas-Vindas pág. 10	5 min	●●●	☐
0h05 – 0h10	Nº 4 Olá com o Corpo pág. 11	5 min	●●●	☐
0h10 – 0h16	Nº 42 Estátua pág. 33	6 min	●●●	☐
0h16 – 0h24	Nº 15 Pega-Pega Zumbi pág. 18	8 min	●●●	☐
0h24 – 0h30	Nº 71 Balão no Ar pág. 50	6 min	●●●	☐
0h30 – 0h38	Nº 18 Coelhoinho Sai da Toca pág. 19	8 min	●●●	☐
0h38 – 0h44	Nº 85 Seu Mestre Mandou pág. 58	6 min	●●●	☐
0h44 – 0h52	Nº 52 Dança do Chapéu pág. 38	8 min	●●●	☐
0h52 – 0h55	Nº 149 Respiração do Balão pág. 95	3 min	●●●	☐
0h55 – 1h00	Nº 154 Dança da Despedida pág. 97	5 min	●●●	☐

SEPRE ANTES DA FESTA

- ☐ Música animada
- ☐ Música
- ☐ 1 balão por criança
- ☐ Bambolês ou giz/fita para marcar tocas
- ☐ 1 chapéu ou boné, música

💡 DICA DESTE ROTEIRO

Com idades misturadas, escolha brincadeiras sem eliminação e peça aos maiores para serem "ajudantes do recreador". Eles adoram a responsabilidade.

Turma mista

3 a 10 anos

120 minutos

15 brincadeiras

CURVA DE ENERGIA DA FESTA



INÍCIO

BARRAS ALTAS = ENERGIA ALTA • CINZA = PAUSA

FIM

HORÁRIO	BRINCADEIRA (Nº E PÁGINA NO LIVRO)	TEMPO	ENERGIA	FEITO
0h00 – 0h05	Nº 2 Trenzinho de Boas-Vindas pág. 10	5 min	●●●	☐
0h05 – 0h11	Nº 6 Batata Quente do Nome pág. 12	6 min	●●●	☐
0h11 – 0h16	Nº 35 Cabeça, Ombro, Joelho e Pé pág. 29	5 min	●●●	☐
0h16 – 0h24	Nº 15 Pega-Pega Zumbi pág. 18	8 min	●●●	☐
0h24 – 0h32	Nº 93 Ilhas Encantadas pág. 62	8 min	●●●	☐
0h32 – 0h40	Nº 48 Baile dos Bichos pág. 36	8 min	●●●	☐
0h40 – 0h55	Pausa: água, lanche e banheiro	15 min	—	☐
0h55 – 1h03	Nº 61 Boliche de Garrafa PET pág. 44	8 min	●●●	☐
1h03 – 1h13	Nº 72 Futebol de Balão Sentado pág. 50	10 min	●●●	☐
1h13 – 1h21	Nº 70 Bola no Cesto pág. 48	8 min	●●●	☐
1h21 – 1h29	Nº 99 Mímica dos Animais pág. 66	8 min	●●●	☐
1h29 – 1h35	Nº 86 Morto-Vivo pág. 58	6 min	●●●	☐
1h35 – 1h45	Nº 124 Paraquedas Colorido pág. 80	10 min	●●●	☐
1h45 – 1h50	Nº 147 Esquenta do Parabéns pág. 94	5 min	●●●	☐
1h50 – 1h55	Nº 148 Túnel do Aniversariante pág. 94	5 min	●●●	☐
1h55 – 2h00	Nº 154 Dança da Despedida pág. 97	5 min	●●●	☐

SEPRE ANTES DA FESTA

- | | |
|--|---|
| ☐ Música animada | ☐ Baldes ou cestos, bolinhas ou meias... |
| ☐ 1 bola ou bicho de pelúcia, música | ☐ Cartões com desenhos de animais |
| ☐ Bambolês ou folhas de papel | ☐ Paraquedas lúdico ou lençol grande... |
| ☐ Música, cartões com bichos | ☐ Música |
| ☐ 6 a 10 garrafas PET | |
| ☐ 1 balão, 2 caixas ou cadeiras como gols | |

💡 DICA DESTE ROTEIRO

Monte equipes misturando idades, com um maior "capitão" em cada uma. Assim os pequenos participam de tudo e os maiores não se entediam.

Turma mista

3h
DE FESTA

3 a 10 anos

180 minutos

18 brincadeiras

CURVA DE ENERGIA DA FESTA



HORÁRIO	BRINCADEIRA (Nº E PÁGINA NO LIVRO)	TEMPO	ENERGIA	FEITO
0h00 – 0h05	Nº 2 Trenzinho de Boas-Vindas pág. 10	5 min	●●●	☐
0h05 – 0h11	Nº 6 Batata Quente do Nome pág. 12	6 min	●●●	☐
0h11 – 0h16	Nº 35 Cabeça, Ombro, Joelho e Pé pág. 29	5 min	●●●	☐
0h16 – 0h24	Nº 15 Pega-Pega Zumbi pág. 18	8 min	●●●	☐
0h24 – 0h34	Nº 19 Gato e Rato pág. 20	10 min	●●●	☐
0h34 – 0h44	Nº 41 Dança da Cadeira pág. 33	10 min	●●●	☐
0h44 – 0h52	Nº 123 Caça às Bolhas pág. 80	8 min	●●●	☐
0h52 – 1h12	Pausa: água, lanche e banheiro	20 min	–	☐
1h12 – 1h27	Nº 112 Mural do Aniversariante pág. 73	15 min	●●●	☐
1h27 – 1h37	Nº 61 Boliche de Garrafa PET pág. 44	10 min	●●●	☐
1h37 – 1h49	Nº 77 Balão Surpresa pág. 53	12 min	●●●	☐
1h49 – 1h57	Nº 26 Corrida do Ovo na Colher pág. 23	8 min	●●●	☐
1h57 – 2h05	Nº 80 Limpa o Quintal pág. 54	8 min	●●●	☐
2h05 – 2h11	Nº 86 Morto-Vivo pág. 58	6 min	●●●	☐
2h11 – 2h16	Nº 147 Esquenta do Parabéns pág. 94	5 min	●●●	☐
2h16 – 2h31	Parabéns e bolo (com os pais)	15 min	–	☐
2h31 – 2h41	Nº 84 Carinha no Balão pág. 56	10 min	●●●	☐
2h41 – 2h49	Nº 152 Desfile dos Campeões pág. 96	8 min	●●●	☐
2h49 – 2h54	Nº 151 Pose da Foto Oficial pág. 96	5 min	●●●	☐
2h54 – 3h00	Nº 154 Dança da Despedida pág. 97	6 min	●●●	☐

SEPRE ANTES DA FESTA

- | | |
|--|--|
| ☐ Música animada | ☐ Colheres e bolinhas de pingue-pongue ou... |
| ☐ 1 bola ou bicho de pelúcia, música | ☐ 30 balões ou bolinhas, fita para dividir... |
| ☐ Cadeiras | ☐ Balões cheios, canetinhas permanentes |
| ☐ Bolhas de sabão | ☐ Medalhas ou diplomas |
| ☐ Papel kraft grande, canetinhas, giz de... | ☐ Câmera ou celular |
| ☐ 6 a 10 garrafas PET | ☐ Música |
| ☐ Balões com papeizinhos dentro | |

💡 DICA DESTE ROTEIRO

Reserve uma atividade de mesa (mural, massinha, carinha no balão) para os pequenos enquanto os maiores fazem as brincadeiras mais agitadas.

Monte o seu roteiro

ANIVERSARIANTE / IDADE	DATA E HORÁRIO
LOCAL (SALÃO, CASA, ÁREA EXTERNA)	Nº DE CRIANÇAS / FAIXA DE IDADE

HORÁRIO	BRINCADEIRA	Nº	ENERGIA	MATERIAL

Fórmula rápida: 1h = 1 integração + 6 brincadeiras alternando energia + 1 encerramento. Para cada hora a mais, some 5 brincadeiras e uma pausa.