

# PSICOMOTRICIDADE PARA ALUNOS COM TDAH

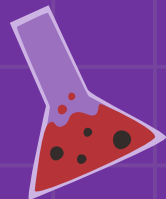
Professora JULIANA MONTENEGRO

Graduada e Mestre em Educação Física, Psicomotricista, Docente do Grupo Rhema, Coordenadora Educacional

@profjumontenegro

Siga nossas Redes Sociais





# TRANSTORNO DE DEFICIT DE ATENÇÃO E HIPERATIVIDADE




## Alguns aspectos:

- hiperatividade,
- desorganização,
- agitação,
- falta de atenção,
- impulsividade,

- Dificuldade em manter a atenção e o esforço;
- Fracasso em inibir respostas impulsivas;
- Incapacidade de modular a excitação em níveis apropriados (ficar superexcitado em algumas situações, mas sem motivações em outras);
- Inclinação para procurar recompensa imediata.



An illustration of art supplies: a paintbrush with a black handle and a yellow tip, a white paint bottle with a black cap and a yellow label, and a yellow artist's palette with several colored wells (blue, red, yellow, cyan). The background is a dark purple grid with small white stars.

A psicomotricidade contribui de maneira significativa para o desenvolvimento e estruturação do esquema corporal e tem como finalidade principal incentivar a prática do movimento em todas as etapas da vida de uma criança.

Por meio das atividades, as crianças, além de brincarem, criam, interpretam e se relacionam com o mundo em que vivem.

O jogo é um fator de libertação e de formação, que não pode faltar à criança em desenvolvimento, dado que além da satisfação catártica que permite, implica também uma subestimação dos instintos e tendências antissociais.

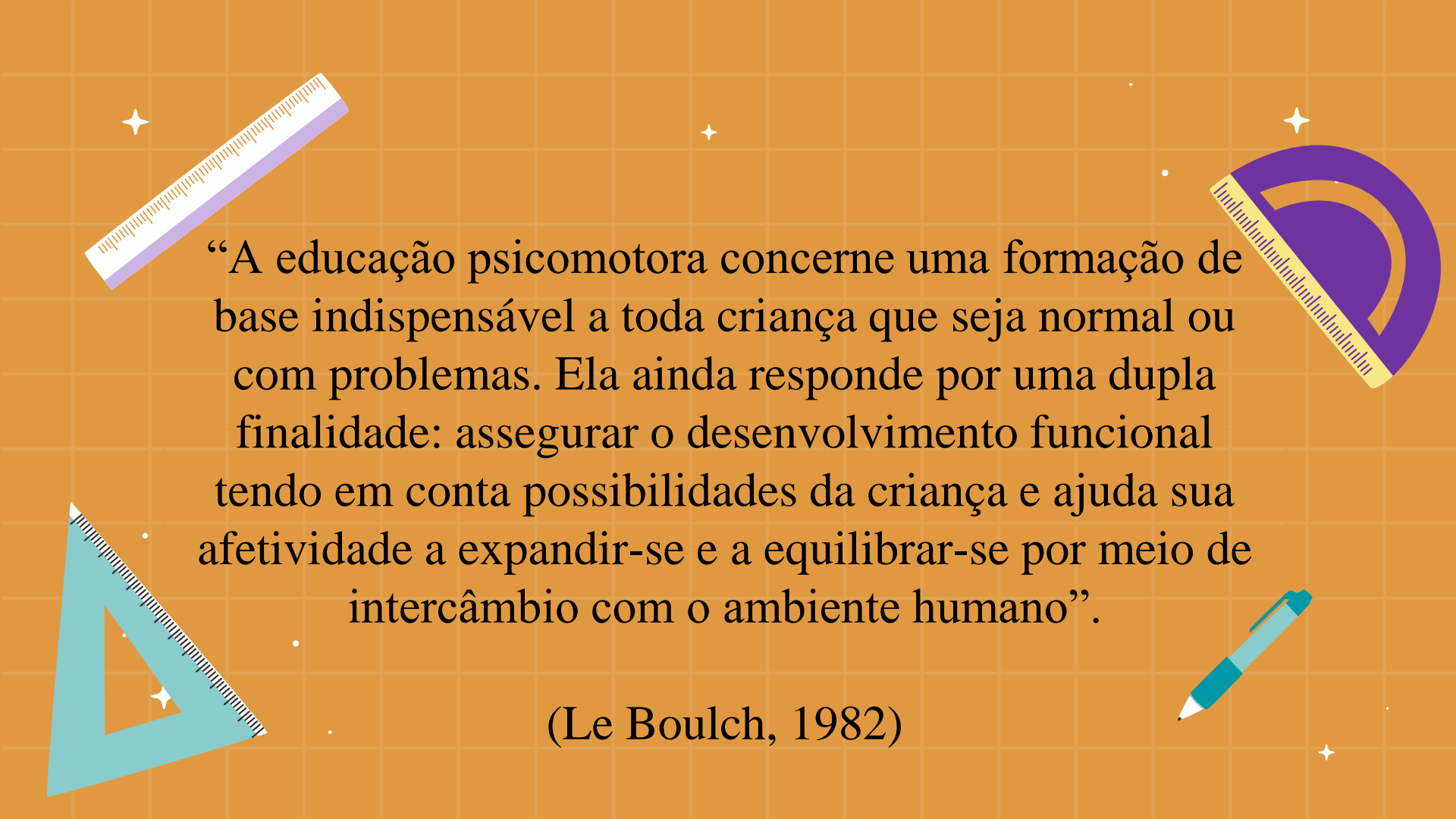
Através do jogo é que acontece a mielinização dos nervos e as conexões que interligam estas comunicações multiplicam-se, favorecendo o enriquecimento das estruturas cerebrais.

Por isso, o jogo também é um fator de desenvolvimento orgânico e funcional. O brincar é maneira pela qual a criança busca elementos lúdicos para desenvolver-se.

Assim, a educação psicomotora, para ser trabalhada, necessita de que sejam utilizadas as funções, perceptivas, afetivas e sociomotoras, pois, assim, a criança explora o ambiente, passa por experiências concretas, indispensáveis ao seu desenvolvimento intelectual, sendo capaz de tomar consciência de si mesma e do mundo que a cerca.

*As intervenções motoras em uma criança com sintomas do TDAH podem influenciar positivamente na motricidade fina, no equilíbrio, no esquema corporal e na organização temporal.*





“A educação psicomotora concerne uma formação de base indispensável a toda criança que seja normal ou com problemas. Ela ainda responde por uma dupla finalidade: assegurar o desenvolvimento funcional tendo em conta possibilidades da criança e ajuda sua afetividade a expandir-se e a equilibrar-se por meio de intercâmbio com o ambiente humano”.

(Le Boulch, 1982)



# ATIVIDADES PARA TRABALHAR COM CRIANÇAS COM TDAH



- Com o bebê sentado ou em pé, cruze os braços dele em volta do próprio peito, sempre se lembrando de relaxar os ombros da criança. Mantenha-o nesta posição por cerca de dez segundos. Isso ajuda no desenvolvimento da confiança e no equilíbrio e postura corporal;
- Nesta faixa etária os pequenos precisam experimentar. Então, realize atividades com muito movimento como: engatinhar, rolar, dar cambalhotas, balançar, correr, pular, andar para trás, se equilibrar e caminhar sobre uma linha no chão e materiais variados (passeios ao ar livre), subir e descer escadas, soprar bolas de sabão, entre outras, são bem-vindas e facilitarão o processo de reconhecimento e corpo do mundo;
- Leve as crianças a terem contato com materiais como areia, grama, cordas, água. Assim como pinturas com tintas caseiras e confecção de massinha de modelar artesanal.
- Aproveite para trabalhar com ritmos diferentes, que é um atrativo à parte.
- Utilize sons bruscos como buzinas e de bichos para imitação, que farão sucesso, bem como diferentes estilos de música para ouvir e sentir com o corpo;



- Ensine as crianças a nomear partes do próprio corpo, do corpo dos colegas e de bonecos, jogando beijos para os colegas, soprando apitos e língua de sogra;
- Leve-os a experimentarem coisas que têm ou não gosto, provando alimentos em diferentes temperaturas, assim também como fritos, assados, cozidos e crus. E alimentos sólidos, líquidos, crocantes, macios, duros, tendo o devido cuidado com as restrições alimentares;
- Trabalhe também o sentido corporal utilizando desenhos da seguinte forma: com o colega sobre uma folha de papel pardo, oriente para que outro aluno desenhe seu perfil e depois juntos formem um boneco, podendo utilizar materiais diversos: lã, papéis coloridos, areia, cola, tesoura.

- Com tesoura apropriada para uso infantil, peça para os alunos efetuarem recortes de letras, gravuras de bichos, tipos de casa. Cole estes recortes em outra folha e peça para os pequenos continuarem o desenho;
- Realize exercícios cardiovasculares como correr, pular, saltar e outros que utilizem bola. Estes ajudam ao desenvolvimento da resistência;
- Estimule os alunos a soprarem tinta em caixa de plástico ou caixas de papelão. Além de uma obra de arte, o trabalho ajuda na respiração e concentração;
- Faça uma brincadeira de abraçar-se e abraçar o colega. Ajuda a aumentar a flexibilidade e tolerância.



BRINQUEDOS E  
BRINCADEIRAS QUE  
AJUDAM NA ATENÇÃO E  
NO AUTOCONTROLE



# BRINCADEIRAS

- FUI À LUA
- GATO MIA
- MARCO POLO
- AMARELINHA
- ALERTA
- MÍMICA
- DESCUBRA A FRASE
- ESTÁTUA/JOGAR A FOLHA





- FEIJÃO NO ALGODÃO
- INSTRUMENTO FORA DO RITMO
- BOIA FLUTUANTE/MACARRÃO DE PISCINA
- DESENHO DE OBSERVAÇÃO
- LEITURA – TÉCNICA SHERAZADE
- TREM DA FAMÍLIA
- CHUTE AO GOL COM ALVO
- ASSISTIR FILMES – ENCONTRAR IMAGENS QUE CORRESPONDAM AO FILME ASSISTIDO
- CORRIDA CORPORAL
- LIVROS PARA COLORIR

# JOGOS E BRINQUEDOS

- GENIUS
- LINCE
- PULA MACACO
- UNO
- TAPA CERTO
- CARA A CARA
- BARALHO
- FOCO
- DAMA

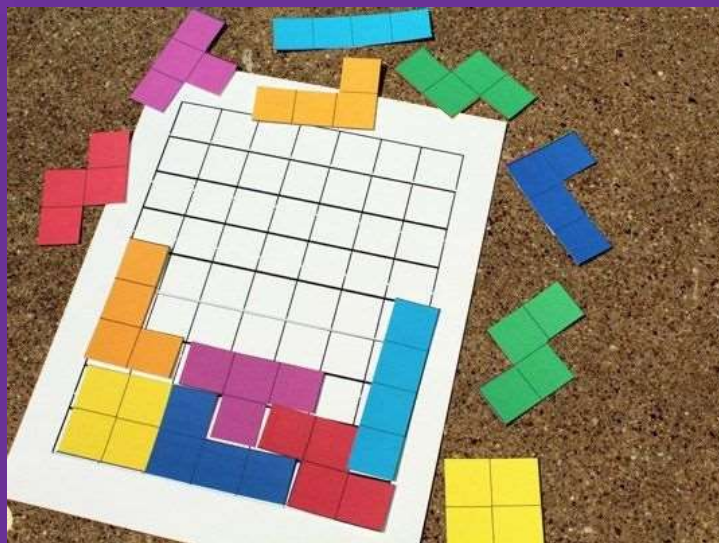


**XADREZ**

**CADÊ?**

**TETRIX**

**DETETIVE**





# MAIS ALGUMAS IDEIAS..

- JOGO DOS ERROS
- LABIRINTO
- QUEBRA-CABEÇAS
- JOGO DA MEMÓRIA
- LIGUE OS PONTOS
- BLOCOS DE MONTAR
- PEQUENO ENGENHEIRO



**RHEMA**  
*Educação* 

Siga nossas Redes Sociais



[www.rhemaeducacao.com.br](http://www.rhemaeducacao.com.br)