



# COORDENAÇÃO MOTORA: ATIVIDADES PARA TRABALHAR NA ESCOLA

Professora JULIANA MONTENEGRO

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

@profjumontenegro

Siga nossas Redes Sociais



# Coordenação motora



# DEFINIÇÃO

CAPACIDADE DO NOSSO CORPO DE REALIZAR **MOVIMENTOS ARTICULADOS**;  
RESULTADO DA **INTERAÇÃO ENTRE OS SISTEMAS MUSCULAR, ESQUELÉTICO, NERVOSO E SENSORIAL**.

É GRAÇAS A ELA QUE SOMOS CAPAZES DE **ANDAR, CORRER, ESCREVER, PULAR, PINTAR E DESENHAR**.





# Coordenação motora global

Praxia global/Macropraxia



No estudo da **Praxia Global** observa-se a postura e a locomoção, isto é, a integração sistêmica dos movimentos do corpo com os estímulos ambientais.

(Fonseca, 1995)

Possibilidade de controle de movimentos amplos do corpo como, andar, correr, rolar, saltitar, rastejar, engatinhar, entre outros.



**COORDENAÇÃO ÓCULOMANUAL** – são movimentos manuais associados com a visão. Neste tipo de coordenação requer noção de distância e precisão do lançamento. Como exemplo podemos pedir que a criança jogue uma bola ao cesto.

**COORDENAÇÃO ÓCULOPEDAL** – diz respeito a coordenação dos pés com a visão. Podemos pedir a criança que chute uma bola num lugar preciso.

**DISSOCIAÇÃO** – refere-se a independência motora de vários segmentos corporais em função de um fim. É a independência bilateral dos membros inferiores e superiores, ou ainda das quatro extremidades em relação ao tronco.

Ou seja, é a capacidade de movimentar diferentes partes do corpo de formas diferentes, o que gera a capacidade de planificar e generalizar motoramente.

## **Subfatores da praxia global**



# **A Praxia Global depende:**

**Equilíbrio corporal;**  
**Noção do eixo corporal;**  
**Coordenação dos movimentos;**  
**Conscientização de seu corpo e das posturas;**  
**Economia de movimento;**  
**Dissociação de movimento;**  
**Resistência e força muscular;**



# Coordenação motora fina Praxia fina/Macropraxia



Refere-se aos movimentos precisos das mãos e dos dedos  
Evidência a velocidade e a precisão dos movimentos finos e a  
facilidade de reprogramação de ações, à medida que as  
informações tátil-perceptivas se ajustam às informações  
visuais.



As informações visuais participam como funções de detecção  
de limites, contornos, formas, pormenores, etc.



**Alcançar  
Agarrar  
Carregar/transportar  
Largar voluntário  
Uso bilateral das mãos  
Manipulação das mãos  
Destreza**



## ATIVIDADES - PRAXIA GLOBAL

- **BRINCADEIRAS COM BOLA**

Jogos com bola são excelentes para desenvolver os músculos dos braços e das pernas e ajudam a encontrar o equilíbrio. Em jogos de futebol, por exemplo, incentive os alunos a chutarem com os dois pés. Já em uma queimada (ou caçador), também é preciso instruir o aluno a fugir das boladas.

- **MÍMICA**

Jogos de mímica são excelentes para que o aluno desenvolva a coordenação motora na escola. Quando ele imita outros movimentos, ajuda a refinar a lateralidade, a coordenação espacial e a consciência corporal.

## **PARQUE**

Em escolas do jardim de infância que tenham parquinhos, usar esse recurso também é uma excelente opção. Qualquer brinquedo que exija que o aluno suba, desça, empurre, puxe, pule ou deslize é uma boa forma de praticar exercícios motores e adquirir habilidades cada vez mais complexas que tornarão a criança mais confiante e consciente do seu corpo.

## **AMARELINHA**

Para estimular o equilíbrio, nada mais divertido do que uma gostosa brincadeira de amarelinha.

## **ESTÁTUA**

Coloque uma música e os alunos devem ficar em posição de estátua quando ela parar. Assim, eles desenvolvem o equilíbrio e a consciência corporal.

# HABILIDADES LOCOMOTORAS E ESTABILIZADORAS



**ANDAR E CORRER**



**ESCALAR E ESCORREGAR**



**ROLAR E GIRAR**



**EQUILIBRAR**



**SALTAR E SALTITAR**



**FLEXIONAR E ESTENDER**

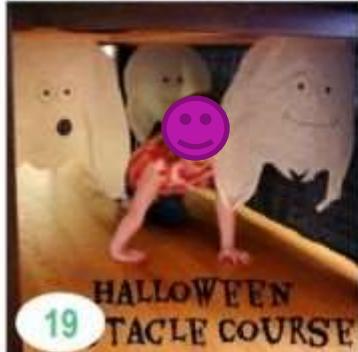




17



18



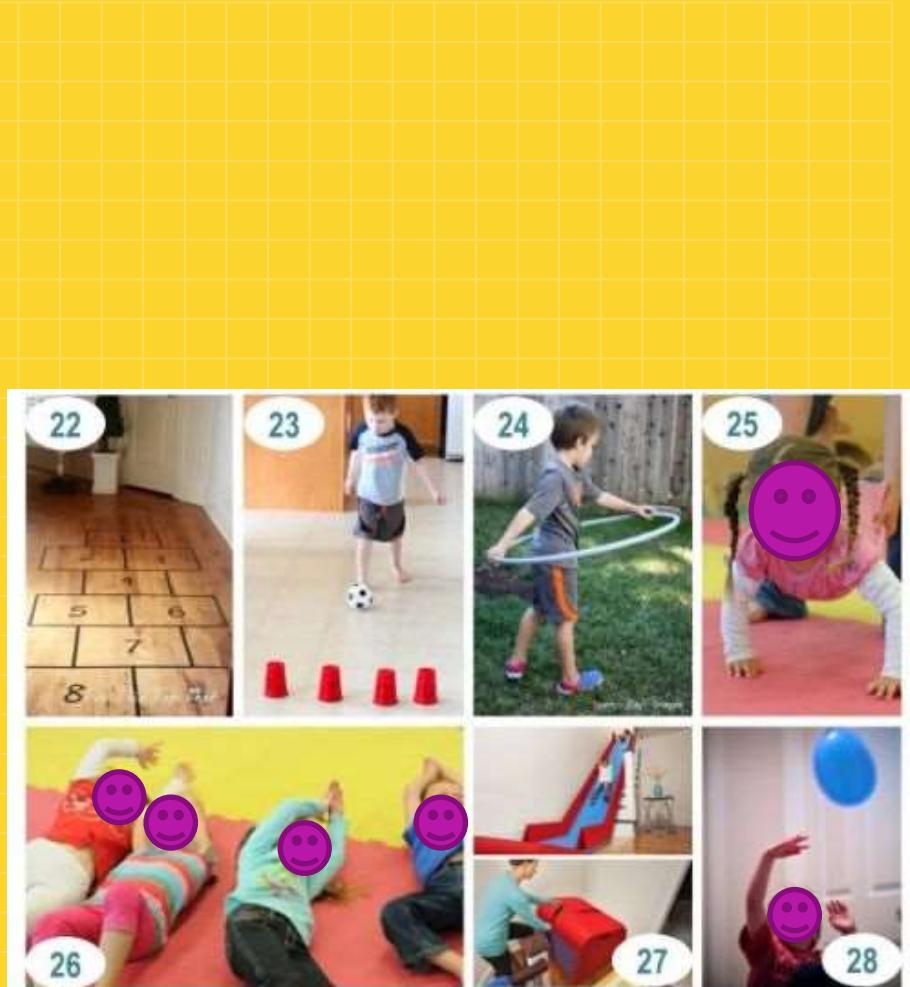
19



20



21



26

27

28





# Atividades – PRAXIA FINA



- **MASSA DE MODELAR**

Brincar de massa de modelar é uma maneira lúdica para a criança desenvolver a coordenação motora fina na escola. Com a massinha, o professor pode pedir ao aluno para criar personagens, por exemplo.

- **CORTE E COLAGENS**

Cortar e colar estão entre os exercícios mais adequados para estimular as habilidades manuais das crianças. Prepare a mesa com cola, tesouras próprias para crianças e uma grande quantidade de pedaços de papel e cartões. Deixe as crianças recortarem e colarem como quiserem, explorando a imaginação.



- **CLASSIFICAÇÃO DE OBJETOS**

Coloque vários pequenos objetos como botões, moedas ou brinquedos na frente de cada aluno. Faça com que ele use a pinça de polegar e indicador para classificar os objetos por categoria, como tamanho ou cor. Nessa brincadeira, lembre-se de sempre entregar objetos com tamanhos de acordo com a idade de cada criança.

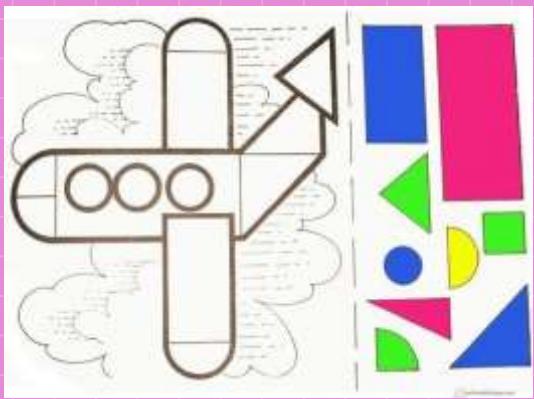
- **O SOL QUE NÃO BRILHA MAIS**

Corte um círculo de papelão e desenhe dois olhos, um nariz e uma boca. Peça para cada aluno pegar prendedores de roupa e colocá-los ao redor do sol para representar os raios.







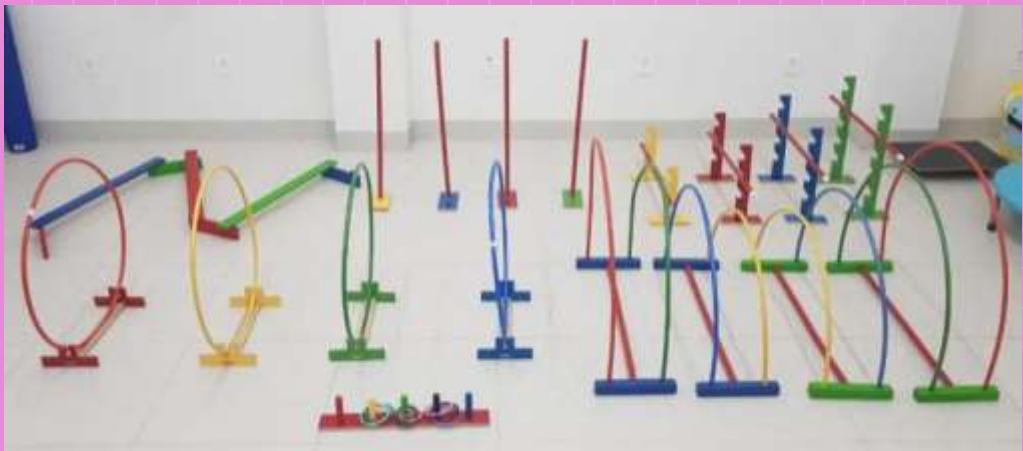
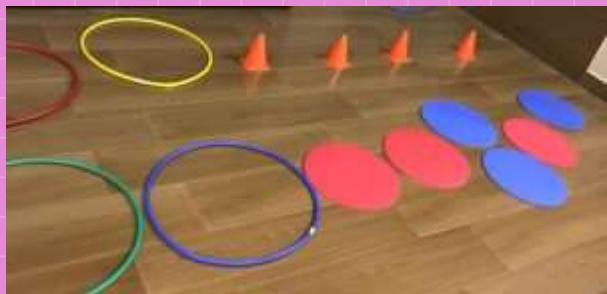




# Para fazer na escola









Siga nossas Redes Sociais



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