

**ATIVIDADES
PRÁTICAS DE**
psicomotricidade



Tonicidade

1.

Atividades que envolvam massa de modelagem (animais, números, letras, objetos).



2.

Brincadeira do morto-vivo.



3.

Guardar brinquedos na caixa e depois retirar.



4.

Fazer um contorno de uma letra com os dedos dos pés, na caixinha de areia ou farinha.



5.

Brincadeira do passa -bola.



6.

Futebol.



7.

Bola na cesta.



8.

Bambolê.



9.

Chutar a bola no gol.



Equilíbrio

Estático

Brincadeira de estátua, pular amarelinha.



Dinâmico

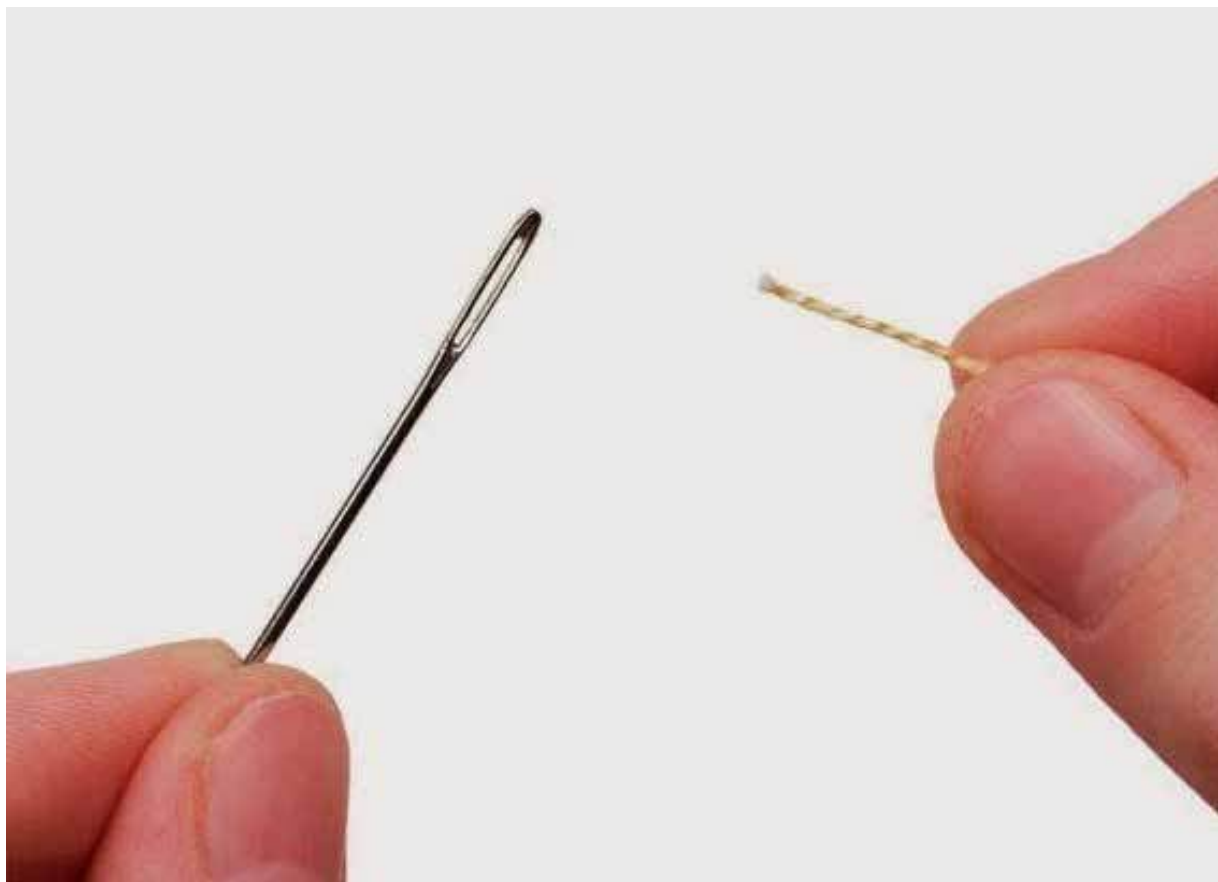
Atividades que envolvam correr, pular, escalar, subir e descer, pular com um pé só, andar em uma linha reta pé ante pé.



Lateralização

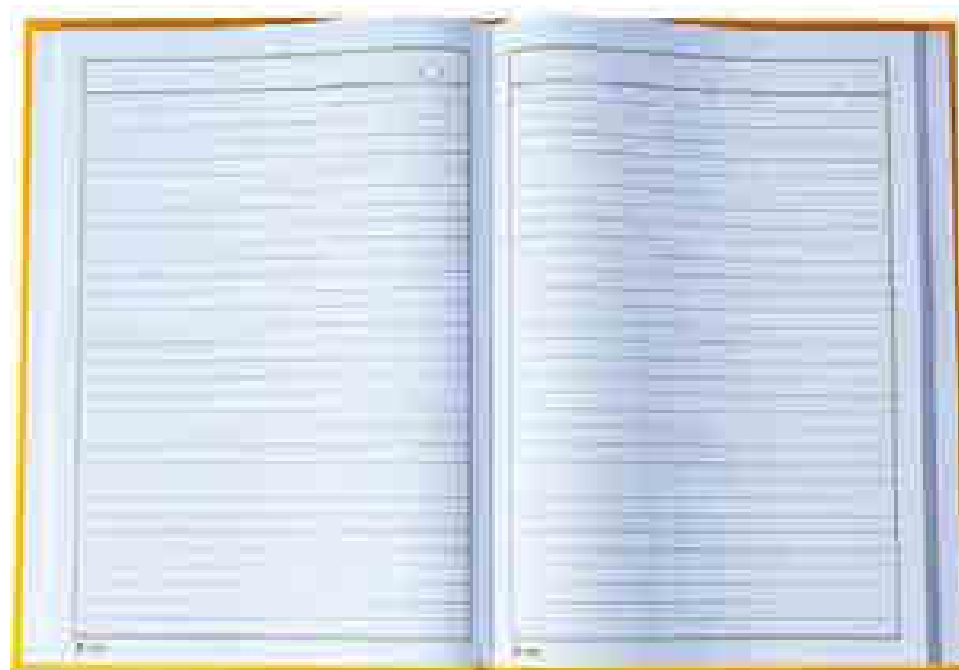
1.

Enfiar a linha na agulha (plástico).



2.

Riscar uma folha com a régua (fazer margem no caderno).



3.

Dar as cartas de um baralho.



5.

Olhar no buraco da fechadura.



6.

Pentear o cabelo.



7.

Recortar figuras.



8.

Retirar objetos de uma caixa.



Estrutura Espacial

1.

Atividades que envolvam os blocos lógicos: cores, tamanhos, espessuras. Colocar uma figura em relação a outro objeto em cima de outra, ao lado de outra, abaixo de outra, na frente, atrás, classificar as figuras por cores, tamanhos e espessuras.



2.

Jogos de boliche.



3.

Argola na garrafa.



4.

Brincadeiras de roda.



5.

Pintura de desenhos.



6.

Pular corda.



7.

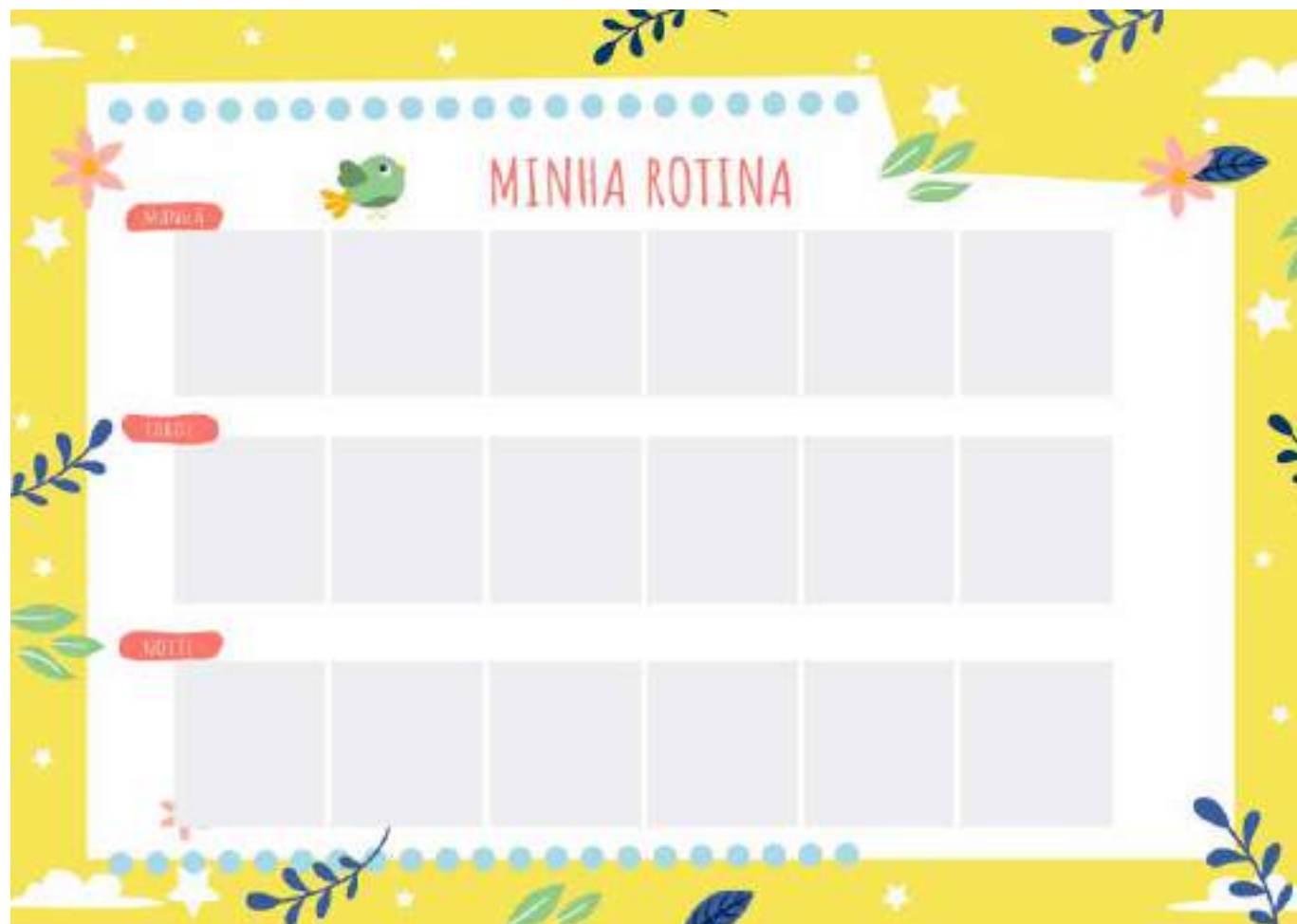
Cabra cega.



Estrutura Temporal

1.

Quadro de rotinas.



2.

Calendário semanal e mensal.



3.

Aniversariantes do mês.



4.

Organizar uma história em sequência (ex: cortando o cabelo; acordando; indo para a escola, etc).



Praxia Global

1.

Chutar a bola no gol.



2.

Colocar uma blusa e retirar uma blusa.



3.

Cambalhota.



4.

Pular corda.



5.

Circuitos psicomotores.



Praxia Fina

1.

Alinhavo.



2.

Abotoar.



3.

Amarrar cadarços.



4.

Colagem.



5.

Recortar figuras.



6.

Fazer laço.



7.

Pintura .



8.

Passar um clip no outro fazendo uma corrente.



9.

Colar de macarrão.



10.

Pegar pequenos objetos com um pregador de roupa.



11.

Separar bolinhas por cores e colocar nos palito que estão colados numa prancha de madeira.



12.

Colocar grãos em um pote com abertura estreita.



13.

Colocar botões dentro de um pote, com abertura bem estreita.



REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

PAPATERRA, L. F. Treinamento de Memória, atenção, criatividade, compreensão, expressão e raciocínio lógico Manual Papaterra – branco. Treinamento de Memória, atenção, criatividade, compreensão, expressão e raciocínio lógico. São Paulo: LP books, 2012.

PEDRO, W. Guia prático da Neuroeducação: Neuropsicopedagogia, Neuropsicologia e Neurociência. Rio de Janeiro: Wak, 2017.

Gostou do
conteúdo?
Compartilhe!



Siga nossa Redes Sociais

