

APRENDA A APLICAR ATIVIDADES NEUROPSICOMOTORAS PARA CRIANÇAS DE 5 A 6 ANOS

Professora Juliana Montenegro

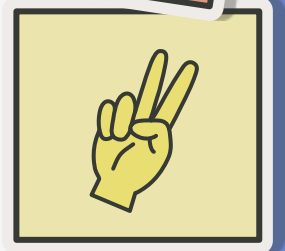
@profjumontenegro

Siga nossas Redes Sociais





DESENVOLVIMENTO PSICOMOTOR NA PRIMEIRA INFÂNCIA



A primeira infância é caracterizada por um período marcado pela preocupação com o desenvolvimento da criança em relação ao **tempo** e ao **espaço**, sempre concentrando maior atenção para a aquisição da **coordenação** e do **equilíbrio motor**.

Quando nasce, o desenvolvimento da criança ocorre de forma **constante** e **gradual**, de maneira que todos os movimentos utilizados ao longo do processo pós-natal indicam sua **maturidade**.

As etapas de maturidade “[...] obedecem ao que se compreende como processo de **maturação**, que ocorre no **interior do cérebro** e tem uma relação estreita com a evolução do **controle postural** e do **autocontrole motor**”.



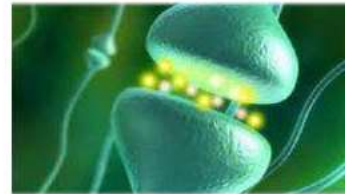


Desenvolvimento integral na primeira infância



Envolve o amadurecimento do cérebro, o crescimento físico, a aquisição motora, o desenvolvimento da **cognição**, **afetivo** e **socioemocional**. Cada um desses aspectos será influenciado pela qualidade do desenvolvimento dos outros aspectos.

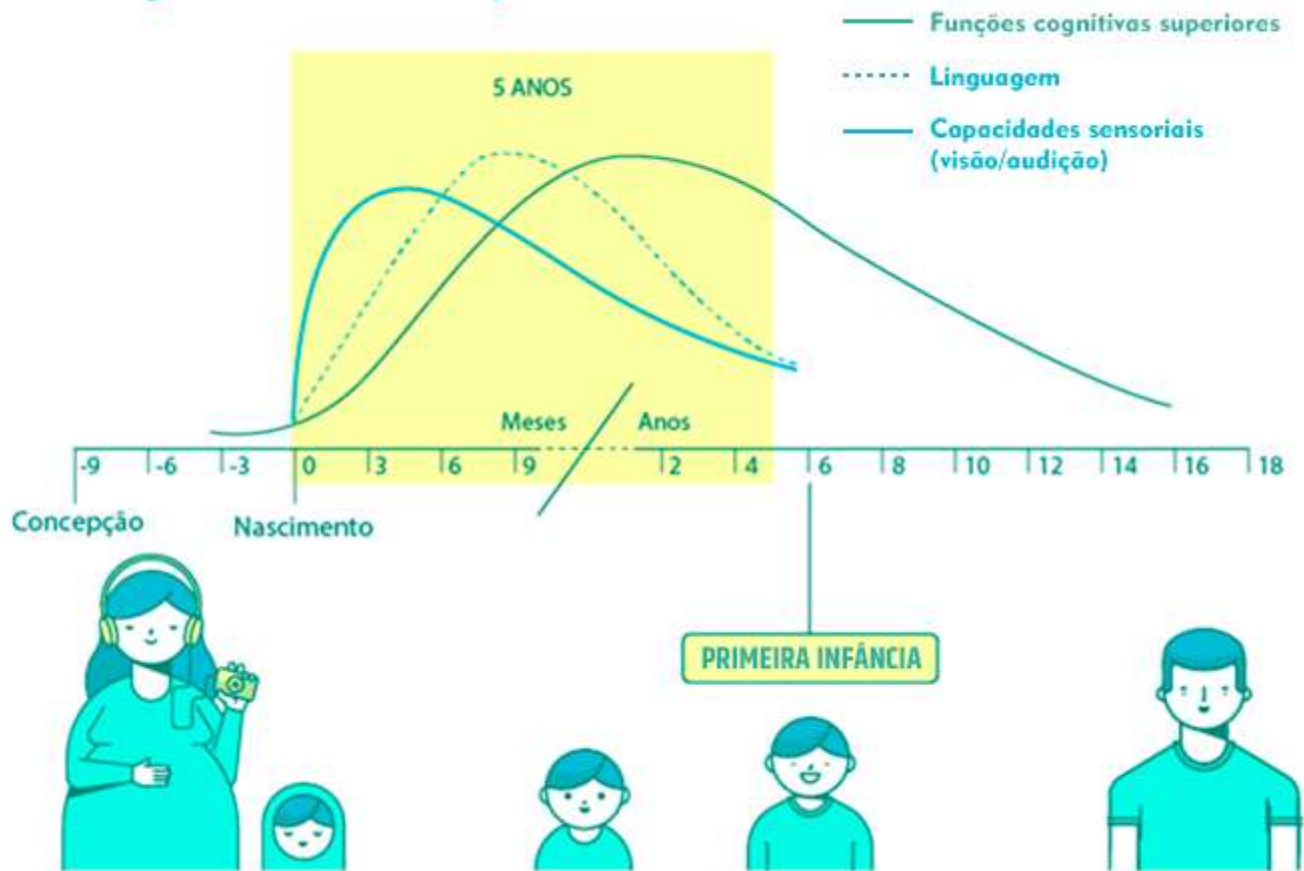
Sinapses + usadas: se fortalecem e carregam informações com mais eficiência



Menos usadas: gradualmente enfraquecem e desaparecem (poda sináptica).



Formação de novas sinapses



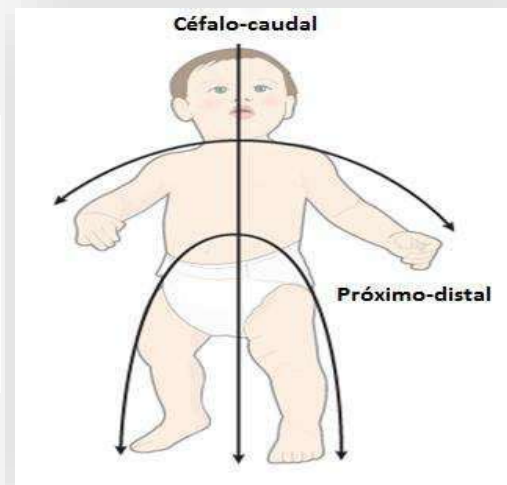
Fonte: Modificado de Charles A. Nelson, From Neurons to Neighborhoods, 2000.





Leis da evolução psicomotora

O desenvolvimento psicomotor é um processo que ocorre de forma contínua e envolve a aquisição de novas funções e **habilidades (intelectuais, sociais e motoras)**. Através do crescente **domínio corporal** que ocorre em uma sequência esperada. Dessa forma, o desenvolvimento psicomotor obedece a duas importantes leis:



MOTRICIDADE HUMANA

Le Boulch (1982) sustenta em sua teoria que há uma **evolução** no **desenvolvimento psicomotor** que ao longo ele passa por **estágios**, que equilibram o desenvolvimento gradual do ser humano.

PRIMEIRO ESTÁGIO

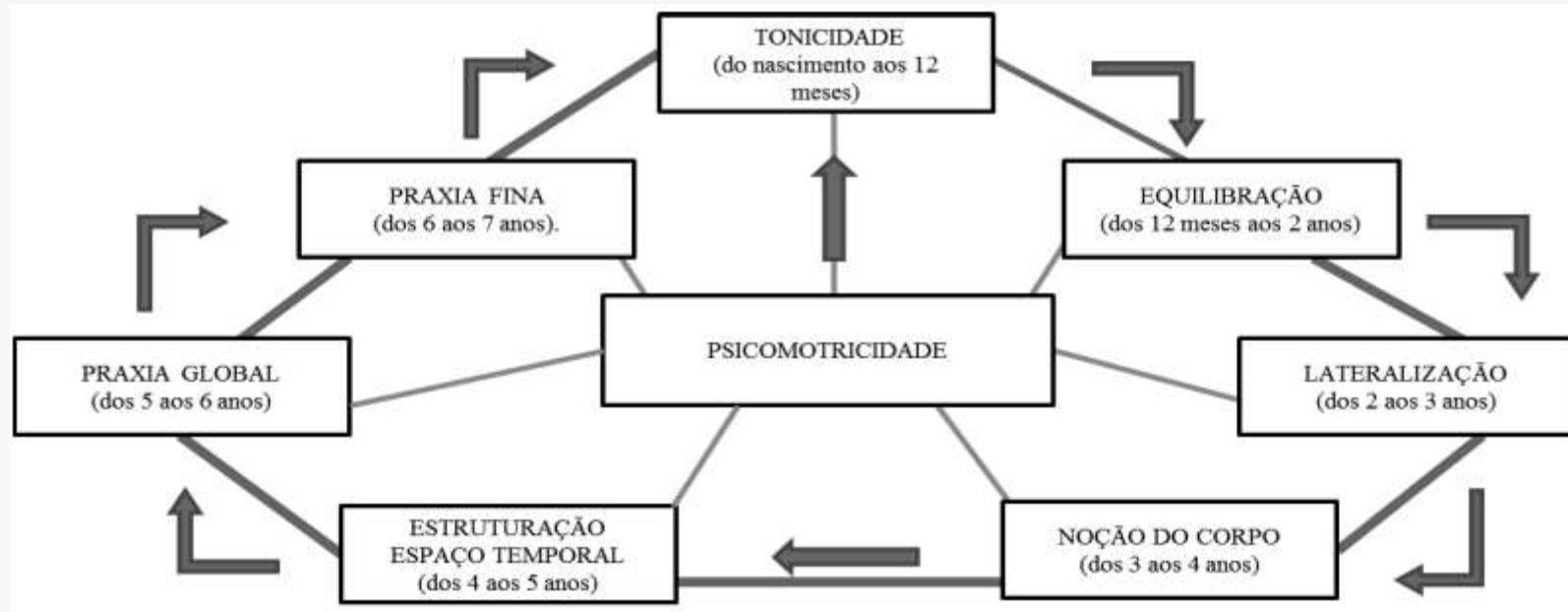
Corpo vivido ocorre entre
0 a 3 anos de idade

Equilíbrio do comportamento tônico-emocional. Características principais: **experiência vivida** através da **exploração do meio**

SEGUNDO ESTÁGIO

Corpo percebido ocorre
entre 3 a 7 anos

Evolução gradual da linguagem verbal
Capacidade de utilizar símbolos
Imagem visual do corpo e sensações táteis





MOVIMENTOS BÁSICOS

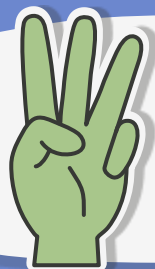




ESTABILIZADORES



LOCOMOTORES



MANIPULATIVOS
PROPULSORES e AMORTECEDORES



ATIVIDADES PSICOMOTORAS

Pular corda

A primeira dica é a mais básica: pular corda do jeito tradicional. Saiba sobre benefícios de pular corda para as crianças e onde ela ensina até trovas para a hora de brincar.

Reloginho

Uma criança fica no centro da roda com a corda e os outros participantes da brincadeira ficam em redor, formando um círculo. Quem está no meio gira a corda bem rente ao chão e os demais precisam pular a corda sem deixá-la encostar na perna ou pés.

Laçar o bezerro

O pegador usa a corda para “laçar” os outros participantes do pique. Fica ainda mais divertido se os adultos entram na onda também.



Equilíbrio

Esta vale para as crianças a partir de dois a três anos: brincar de equilíbrio. O desafio é ir colocando um pé na frente do outro, sem cair. Se estiver fácil, experimente fazer a brincadeira andando de costas.

Cabo de Guerra

Essa é outra brincadeira com corda que é clássica. Caso você não conheça, é a atividade em que os participantes (mínimo de 2) são divididos em times e cada um pega uma das extremidades da corda. No chão é feita uma marca que identifica o meio da corda. Ganha o time que conseguir puxar o outro até atravessar a marcação no chão.





Bobinho

Aqui as crianças devem formar um círculo, e uma delas deve ser escolhida para ficar no meio para ser o “**bobinho**”. Vale ressaltar que quanto mais gente, melhor pra brincar!

O **objetivo** é jogar a bola entre os participantes sem que o bobinho consiga pegá-la. Caso a criança que está no meio da roda agarre a bola, outra deve substituí-la.

Bola no balde

Essa dinâmica é uma **versão mais simples** do basquete, especialmente para os menores. Além da bola, é necessário um balde para a brincadeira, que irá funcionar como a cesta.

O objetivo é que as crianças se dividam em dois times enfileirados e **arremessem** a bola, com o intuito de acertarem o balde. A equipe que acertar mais vezes leva mais pontos e vence o jogo.

Alerta

Essa é uma boa opção para testar a **agilidade** dos pequenos! Primeiramente, as crianças devem escolher um **tema**, por exemplo: nome de cores, frutas, carros, etc. Em seguida, um participante deve ser colocado **de costas** para os outros com a bola na mão, e ele será responsável por **escolher** um dos nomes que serão falados pelos outros participantes. Quando a escolha for feita, a criança grita a palavra e joga a bola para trás. O jogador que teve a palavra escolhida deve ir atrás da bola para pegá-la, enquanto os outros correm. Quando a bola é pega, todos da brincadeira devem parar de correr, e o participante com a bola deve dar apenas três passos do lugar onde está e tentar acertar alguém com o objeto.

Batata quente

Está afim de **esquentar** a recreação da criançada? Brincar de batata quente é uma boa ideia. As crianças se sentam formando um **círculo** no chão e começam a cantar “batata quente, quente, quente, quente...” continuamente, enquanto passam uma bola de mão em mão.

Um participante é escolhido para ficar levantado e de costas para a roda, o qual será responsável por gritar "queimou" no momento que quiser. Sai da **dinâmica** quem estiver com a bola na mão quando gritarem.

Comando

Entre as brincadeiras com bola, essa deve ser feita em um local que tenha a **parede livre**. Os participantes lançam a bola na parede e obedecem a um **comando** enquanto o item bate e volta para suas mãos.

Por **exemplo**, o comando pode ser agachamento. Então, a criança deve tacar a bola na parede, agachar e depois conseguir segurá-la com a mão. Quem deixar a bola cair ou não obedecer ao comando está fora da brincadeira.

Montanha Russa

Aqui os pequenos estarão praticando a **coordenação motora** e **velocidade**. Para o exercício ser realizado é necessário que as crianças se dividam em times enfileirados um ao lado do outro e cada equipe ganhe uma bola.

O objetivo da atividade é que os pequenos passem a bola para o coleguinha de trás por **cima da cabeça** e por baixo **entre as pernas**, de forma **alternada** de acordo com a fila.

Quando a bola chegar no último membro, ele deve correr para o começo da fila e novamente iniciar a passagem de bola. Isso ocorre **sucessivamente**, até que o primeiro integrante retorne a seu posto. Vence a brincadeira quem completar primeiro o ciclo.

Boliche

Com a bola também é possível brincar de uma versão um pouco **mais simples** de boliche.

Além do objeto redondo, são necessárias também **garrafas PET** cheias de areia para a brincadeira, que serão os cones.

As garrafas devem ser empilhadas próximas umas das outras no chão, e as crianças devem formar uma fila um pouco distante. Uma de cada vez deve tacar a bola e tentar **derrubar** o máximo dos cones improvisados. Vence o jogo quem derrubar mais.



Canguru

Essa dinâmica garante muitas **risadas** e **diversão**. Ela lembra um pouco a “corrida de sacos”, entretanto, o diferente é que agora o que atrapalha os participantes a correrem é uma bola colocada **entre** as pernas.

Os pequenos devem ser divididos em times enfileirados um ao lado do outro, e por causa da bola entre as pernas fazem o percurso **saltando**. Vence a brincadeira o time que ganhar a corrida.

Palavras Cruzadas

É hora de **praticar o alfabeto**! Para a realização dessa atividade, as crianças devem sentar no chão e formar uma **roda**. Quanto mais participantes, melhor! A dinâmica se inicia com a letra A: jogando a bola uma para outra, cada criança deve dizer uma palavra que comece com a letra A a cada arremesso.

O participante que errar a palavra está fora do jogo e então passa-se para a próxima letra sucessivamente. Vence a brincadeira quem sobrar na roda!

Tá com quem?

O ideal dessa brincadeira é ter **bastante participantes** e uma bola de **tamanho um pouco menor**. Os jogadores devem se posicionar **lado a lado** e uma criança deve ser selecionada para ficar com a bola e de **costas** para todos.

A criança escolhida taca a bola, alguém pega e todos na fileira devem colocar as **mãos para trás**. O objetivo é que o jogador selecionado adivinhe qual pessoa está com a bola, mas essa tarefa não é tão simples, já que todos os jogadores estarão com as mãos atrás do corpo.

Toquinho

"Toquinho" pode variar o nome de acordo com o lugar, mas de modo geral ela se baseia no **toque**, um dos movimentos feitos no esporte **vôlei**.

Para brincar, os participantes podem se distribuir em **círculo**, onde cada um vai dando toques na bola, sendo que depois do terceiro toque alguém deve dar uma manchete. O objetivo da dinâmica é que o time **não deixe** a bola cair no chão, assim como no vôlei.



ALGUNS MATERIAIS

- . BASTÃO
- . TACO
- . CONES
- . OBJETOS SONOROS –
APITOS
- . BANCO



Siga nossas Redes Sociais



www.rhemaeducacao.com.br