

Escolas Multisseriadas

Disciplina: Educação física

Professora: Claudete D.Dall acosta

Turmas: pré escolar

O líder diz

Um jogo clássico que funciona bem em quadras e salas de aula. O líder diz pode ser jogado sem adereços ou equipamentos. Neste jogo, uma pessoa – geralmente o professor – é responsável por dar comandos de movimento que os alunos seguem.

Você deve se mover somente quando o professor diz “O líder diz” antes da instrução. Se você se mover quando o professor não diz, você está fora e deve retornar ao seu lugar. É recomendado transformar essa atividade em um jogo com exercícios.

Para fazer isso, dê comandos como “O líder diz para dar 10 pulos” ou “O líder diz para fazer cinco flexões”.

Bola no balde

Mais uma brincadeira inspirada em um esporte, dessa vez, no basquete. No lugar da tradicional cesta, fixe um balde a uma altura razoável e determine uma distância limite para o arremesso. Em fila, as crianças vão fazendo suas tentativas de acertar a bola no balde. O ganhador será aquele que marcar o maior número de pontos.

Bola na parede

Ideal para melhorar a coordenação motora e atenção, pode ser feita com uma criança de uma vez, ou com todas ao mesmo tempo, dependendo da quantidade de bolas e do espaço disponível. O organizador fica responsável por dar os comandos, e tudo que ele disser as crianças devem fazer com a bola:

- “Seu lugar” – joga a bola na parede e a pega sem se movimentar;
- “Sem falar” – mesmo procedimento, mas sem conversar;
- “Uma mão” – na hora de jogar é permitido usar as duas mãos, mas para pegá-la somente uma poderá ser usada;
- “Palmas” – joga a bola e antes de pegá-la é necessário bater palmas;
- “Pirueteta” – joga a bola com as duas mãos e antes de pegá-la é necessário cruzar e descruzar os braços.