

Escolas multisseriadas

Diretora: Adriana Tonial

Disciplina: Educação física

Professora: Claudete D. Dall Acosta

Aluno: _____

Turma: 1º ano 04-05-2020

O equilíbrio

A aula será concentrada em atividades que visem trabalhar o equilíbrio dos alunos. Para isso, eles assumirão os papéis dos personagens equilibrista e malabarista.

Para o malabarista, é necessário fazer traços de diferentes formas geométricas no chão, com círculos, curvas, ondulados, retos e outros. Depois, a ideia é que os alunos brinquem e tentem permanecer em cima do risco, ademais, eles precisam fazer algumas ações enquanto estão na posição.

Sob as pontas dos pés, só com os calcanhares, com as mãos na cabeça e/ou na cintura, segurando um copo com água, jogando bolinhas de tênis, todos os atos devem ter como objetivo o equilíbrio.

Outra atividade para essa aula é a do equilibrista. Fazer uma linha no chão com fita crepe ou uma corda, onde a criança tem que andar com um pé na frente do outro se equilibrando para não cair fora da linha.

Desenvolvimento cognitivo e coordenação motora

Essa aula é de extrema importância para o desenvolvimento corporal das crianças, além do desenvolvimento das habilidades cognitivas e motoras.

A ideia é dispor de um colchonete no chão e treinar cambalhotas com a ajuda se necessário, Espalhe também bambolês pela sala ou desenhe círculos no chão e permita-os brincar pulando de dentro para fora e assim sucessivamente.

Realize um circuito de brincadeiras e atividades, em ordem. Deixe-os brincar com um pé só, plantar bananeiras e fazer estrelinhas.

Boa aula e se cuidem lembrem-se de lavar as mãos sempre!