

Educação Física Pré I

Aula 05

Professora Jeane

Data: 04/05/2020

Prezados Pais,

Nesta semana a proposta é estimular as crianças a desenvolverem o equilíbrio. Na escola utilizamos o banco sueco. Imagino que não seja difícil improvisar em casa, qualquer mureta ou banco pode ser utilizado. A tarefa é caminhar andando em cima e equilibrando-se. Pedir para que a criança respire fundo, abra os braços, pode ter a ajuda de alguém, ou sozinha, o importante é dar segurança para a criança. Para os mais corajosos criar desafios com eles, perguntando sobre novas maneiras de caminhar, como por exemplo, caminhar lateralmente, de costas ou girando. Divertir, dialogar, desafiar são verbos que os pequenos adoram.

Outra proposta é uma descontração, as crianças devem “pisar nos pés” de um adulto e os dois devem caminhar pela casa. A criança fica desestabilizada e precisa se equilibrar, ela com certeza vai segurar no corpo do adulto. O objetivo é brincar e dar umas boas risadas.

Abraço

Profe Jeane

