

Educação Física Pré II
Aula 24
Professora Jeane
Data: 28/09/2020

Olá Famílias!!

Espero que todos estejam bem!

Depois de muitos saltos e maneiras diferentes de saltar vamos fazer uma experiência para desenvolver a força dos membros superiores, (os braços) das crianças.

Lembrando que as experiências aqui enviadas são propostas. Cada criança tem sua fase de desenvolvimento. Para algumas a proposta é muito difícil, para outras adequada e outras, porém muito fácil.

Preciso muito da colaboração e sensibilidade dos pais ou responsáveis para adaptar a atividade. Gostaria muito que a proposta de educação física fosse um momento de diversão e possível superação da criança, e que sempre fosse motivada para superar suas dificuldades.

Vou sugerir dois níveis de dificuldade, cada família adapta conforme suas possibilidades de materiais e interesse da criança.

Vamos precisar de uma corda ou um lençol enrolado imitando uma corda. O adulto fica distante da criança sentado segurando uma ponta da corda. A criança fica deitada no chão em cima de uma almofada (apoiando a barriga para que não se machuque) com a corda esticada, segurando a outra ponta da corda e vai deslocando as mãos fazendo força para se arrastar em direção ao adulto que está na outra ponta da corda até chegar nele. Vou enviar um vídeo motivador no grupo de WhatsApp.

A outra sugestão um pouco mais difícil pois a criança vai precisar de força para suspender o seu peso; é a brincadeira do “Tarzan”. O adulto vai pendurar a corda em algum lugar que for possível aí na casa de vocês. Não deve ficar muito alto para a criança soltar a corda. Pode ser um galho de árvore, ou qualquer outra possibilidade. **Muita atenção na queda da criança**, sempre orientar para que a criança caia e fique equilibrada nos dois pés na medida do possível.

Muito obrigada pelo empenho de vocês para nos mantermos em contato. Grande abraço

Profe Jeane