



Escola de Educação Básica Municipal Madre Leontina

Professora: Eliane Trevisol

Turma: MATERNAL I

Período de execução das atividades: 06 a 10 de abril de 2020

Disciplina: Educação Física

COORDENAÇÃO MOTORA

Coordenação motora é a capacidade de usar de forma mais eficiente os músculos esqueléticos (grandes músculos), resultando em uma ação global mais eficiente, prática e econômica. Este tipo de coordenação permite a criança ou adulto dominar o corpo no espaço, controlando os movimentos mais rudes.

Na Educação Física temos a preocupação de trabalhar o corpo como um todo, para o bom desenvolvimento da coordenação motora de cada aluno. Para a prática das nossas experiências vamos iniciar com a coordenação motora fina ou motricidade fina, pois o desenvolvimento da motricidade, em especial dos pequenos músculos, pode ser desenvolvido e aprimorado diariamente de diversas formas, e algumas dessas formas são bem simples e práticas. Muitas vezes temos ferramentas muito proveitosas ao nosso alcance e não sabemos. As revistas entram nesse rol de ferramentas que os pequenininhos adoram!

Trabalhar movimentos de rasgar desde os primeiros anos de vida contribui e muito para a futura aquisição da escrita. Estimular os músculos das mãos garante que a criança tenha mais facilidade em realizar os movimentos necessários para se desenvolver integralmente no momento em que for aprender a escrever.

Nossos pequenos amam rasgar as folhas das revistas, e são estimulados a rasgarem pedaços cada vez menores, aumentando o grau de dificuldade, mas em contrapartida aumentando também o desenvolvimento e as habilidades manuais além da coordenação viso-motora.

O que o aluno poderá aprender com esta aula

Recuperar brinquedos infantis atualmente em desuso.

Desenvolver e estimular a coordenação motora.

Estimular a cooperação entre alunos e pais.

Trabalhar com materiais recicláveis.

Estratégias e recursos da aula

As experiências propostas para nossos alunos como trabalho a ser desenvolvido na disciplina de Educação Física para semana que vem, é confeccionar uma ou várias bolas (as) de meia utilizando jornais

velhos e meias que apresentem algum problema (podem estar sem elasticidade, desfiadas ou até mesmo sem par). Estas bolinhas de meia serão utilizadas para o desenvolvimento de outras atividades.

1ª Atividade – Confeccionando a Bola de Meia

Material: meia, jornal ou folhas de revistas

O aluno (a) deverá fazer com o auxílio dos pais uma bola de jornal amassando bem e sobrepondo cada uma das folhas de jornal que lhes foram entregues, de modo a fazer uma grande bola de jornal.

Como fazer bolas de meia



É muito comum perderem-se pés de meia, ou se descartarem meias velhas pelo seu aspecto, porém justamente estas meias podem servir para confecção de divertidas bolas de meia.

É fácil e divertido fazê-las, e mais ainda brincar com elas, pois não machucam, nem quicam.

Amasse uma folha dupla de jornal, ou revista, no formato de uma bola e a insira dentro da meia. Deixem que a criança rasgue, amasse e tente formar a bola.



Torça a meia bem apertado, de maneira a ir dando o formato de bola.



Repita a torção tantas vezes quantas necessárias para chegar ao limite da meia.



Com uma agulha e um fio de linha forte e duplo costure as bordas da meia com um ponto alinhavo, repuxando bem para ficar firme. Não se esqueça de ir modelando o formato da bola enquanto faz as



torções.

Se desejar uma bola maior, coloque mais uma meia por cima, repetindo o processo, ou coloque já no início uma bola de papel jornal maior.

Também o comprimento da meia e sua textura podem ajudar a fazer bolas maiores.



2ª Atividade

De posse da Bola de Meia confeccionada por ele próprio (com ajuda dos pais) cada aluno será estimulado a fazer alguns movimentos com sua bola de meia.

O primeiro movimento será de lançar a bola para cima e agarrar sem deixar cair, tanto o lançamento quanto o agarre serão feitos com as duas mãos. Os pais deverão determinar se a bola será lançada alta, baixa ou média, perto ou longe.

Dica

1 - Objetivando criar novos desafios e motivar os alunos (filho) deverá solicitar que após lançar a bola para cima o aluno bata uma palma antes de agarrá-la, quando a maioria da turma estiver dominando bem esse exercício poderá ser, sucessivamente, aumentado o número de palmas. Para conseguir executar

corretamente essa atividade os alunos deverão coordenar a altura do lançamento com a necessidade do número de palmas a serem executadas.

2 –Os pais poderão variar ainda mais essa atividade solicitando que o lançamento da bola de meia para cima seja feito com pé e a bola seja agarrada com as mãos.

Obs: explore o máximo de possibilidades possíveis, use a criatividade, brinque e estimule seu filho (a)

3ª Atividade

Utilizando um balde ou cesto de roupa, o aluno será posicionado a uma distância que ele seja capaz de arremessar suas bolas (utilizar as bolinhas de meia, e bolas de vários tamanhos se tiver) em direção ao cesto os pais deverão participar com seu filho e computar os pontos.

O segundo exercício dessa atividade será feito com os pés em um chute o aluno deverá acertar o balde ou cesto que deverá estar deitado representando uma trave (gol) e também serão computados os pontos conquistados.

Aguardo as fotos e vídeos das atividades realizadas.

E divirtam- se muiiiitoo!!!!

Um beijão para meus pequeninos. Saudades de vocês