

APÊNDICE B – PRODUTO EDUCACIONAL

Recreação e Desenvolvimento Motor



Patricia Tamiasso de Oliveira
José Roberto Gonçalves de Abreu



Prezado professor,

Este guia de atividades, consolidado com professores de educação física que atuam na educação infantil, busca apresentar atividades que desenvolvam uma aprendizagem ativa centrada no aluno, levando em consideração elementos e estratégias que as pesquisas têm comprovado como eficazes para o desenvolvimento de habilidades motoras.

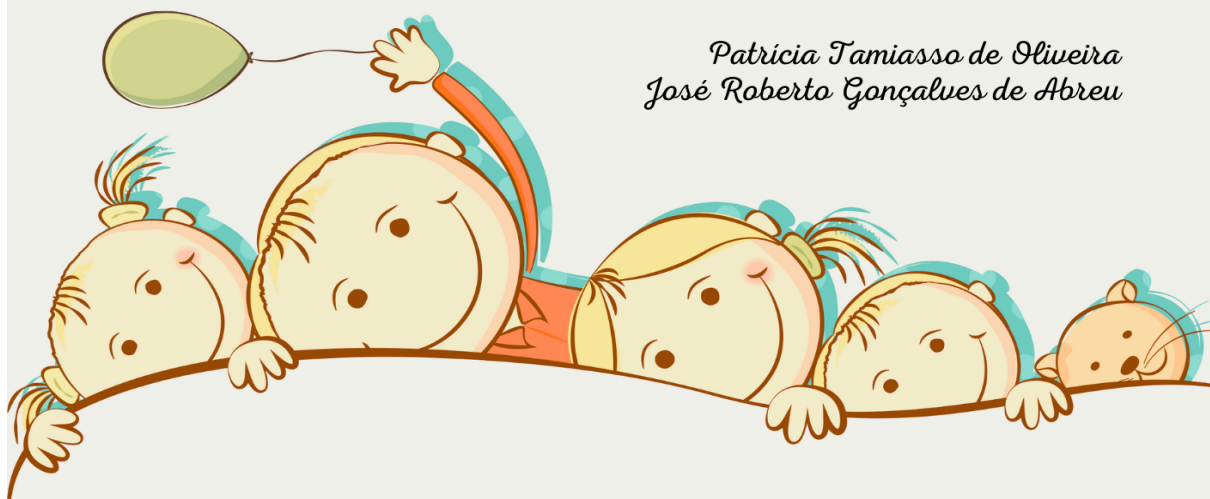
A relevância deste guia reside nos benefícios que pode trazer para a criança e o professor da educação infantil. Em primeiro lugar, os benefícios para a criança se referem ao favorecimento do seu desenvolvimento motor, já que a atenção a essa área deve começar desde o momento em que nasce e fortalecida no sistema educacional, pois outras aprendizagens dependerão do controle de seu corpo.

Beneficiará também o professor, uma vez que este tem a responsabilidade de proporcionar atividades que promovam a formação de indivíduos aptos para a vida, utilizando de forma adequada as ações pedagógicas de acordo com cada um deles. Assim, um plano de atividades para potencializar o desenvolvimento motor de crianças em idade pré-escolar oferece ao professor ferramentas que lhes permitirão cumprir o compromisso de desenvolver esta área, para alcançar uma aprendizagem efetiva.

Pelas razões expostas, os professores da pré-escola devem promover atividades significativas para a criança de uma forma dinâmica, atraente e interessante, permitindo-lhe vivenciar e conhecer seu mundo exterior e assim expressar e enriquecer seu mundo interior, pois será a base para a criação de muitas outras situações de aprendizagem se for levado em consideração que essas atividades são fundamentais para o desenvolvimento das habilidades motoras, permitindo a recreação e a plena fruição da criança.

Nesse sentido, surge a necessidade de propor atividades didáticas para o fortalecimento do desenvolvimento motor no nível pré-escolar, tendo como objetivo central oferecer ao professor um recurso pedagógico atualizado de forma a atingir os objetivos que se propõem a serem alcançados no seu cotidiano.

*Patrícia Tamiasso de Oliveira
José Roberto Gonçalves de Abreu*



Estrutura da proposta

Fase Introdutória

Esta fase está orientada para a informação, motivação e organização das atividades dos professores, sensibilizando-os para todos os aspetos relacionados com o conjunto de atividades didáticas para o fortalecimento do desenvolvimento motor no nível pré-escolar, apresentando os objetivos e conteúdos sobre a importância das habilidades motoras no desenvolvimento integral da criança.

Fase Operativa

Nesta fase, são apresentadas atividades didáticas para fortalecer o desenvolvimento motor em nível pré-escolar, que podem ser desenvolvidas pelos professores de acordo com as necessidades de aprendizagem e interesses dos alunos.



Objetivo

Oferecer atividades didáticas para fortalecer o desenvolvimento motor de nível pré-escolar para professores que atuam na educação infantil.

Desenho da proposta

Para trabalhar as habilidades motoras, algumas estratégias devem ser pensadas, tais como:

- Conteúdo de aprendizagem por imitação (dos professores ou dos colegas);*
- Uso de transferência de conteúdo;*
- Processo de socialização da atividade física, onde os protagonistas são as crianças e o grupo, enquanto o professor é o regulador e supervisor da atividade;*
- Ir do conteúdo mais simples ao mais complexo;*
- Apresentar atividades acessíveis para as crianças*



Modelos metodológicos

Além das estratégias que contribuem para o processo de ensino-aprendizagem, modelos metodológicos podem ser usados para trabalhar as habilidades motoras e que são utilizados na educação infantil, como as brincadeiras, canções e contos ou fábulas.

Todos os aspectos metodológicos, bem como os modelos metodológicos a serem desenvolvidos, viabilizados e assumidos pelo professor, devem levar em conta as possibilidades motoras dos alunos. Por este motivo, é conveniente identificar algumas características motoras das crianças de três a seis anos, faixa etária da educação infantil.

3 anos

a globalidade do gesto diminui; aperfeiçoa a execução da caminhada; muda a velocidade e para com alguma eficiência; sobe as escadas com pés alternados sem apoio ou assistência; transporta e arrasta objetos; salta de determinadas alturas; lança sem controle sobre a cabeça ou por baixo; recebe uma bola com as pernas juntas; tente correr e chutar uma bola.



4 anos

maior fluência nas habilidades motoras gerais; força e facilidade de uso das pernas; move-se habilmente, freando e esquivando, apropriadamente; escala, trava e balança facilmente; carrega e arrasta objetos individual e coletivamente; salta coordenando a queda; a corrida é coordenada; o lançamento é adequado e boa mira ao nível dos olhos e a cerca de 2 metros de distância; começa a trabalhar em colaboração com outros; pode quicar a bola e transferi-la com os pés.

5 anos

controla o corpo e os movimentos são mais econômicos e eficazes; sabe orientar-se facilmente no espaço; correr com velocidade e coordenação; desviar e mudar de direção de forma adequada; sobe, suspende e balança com segurança total e alturas elevadas; salto de comprimento de um metro; lança com segurança e poder; coordena corrida e lançamento; recebe com as duas mãos e pode devolver o passe; antecipa a trajetória dos objetos.



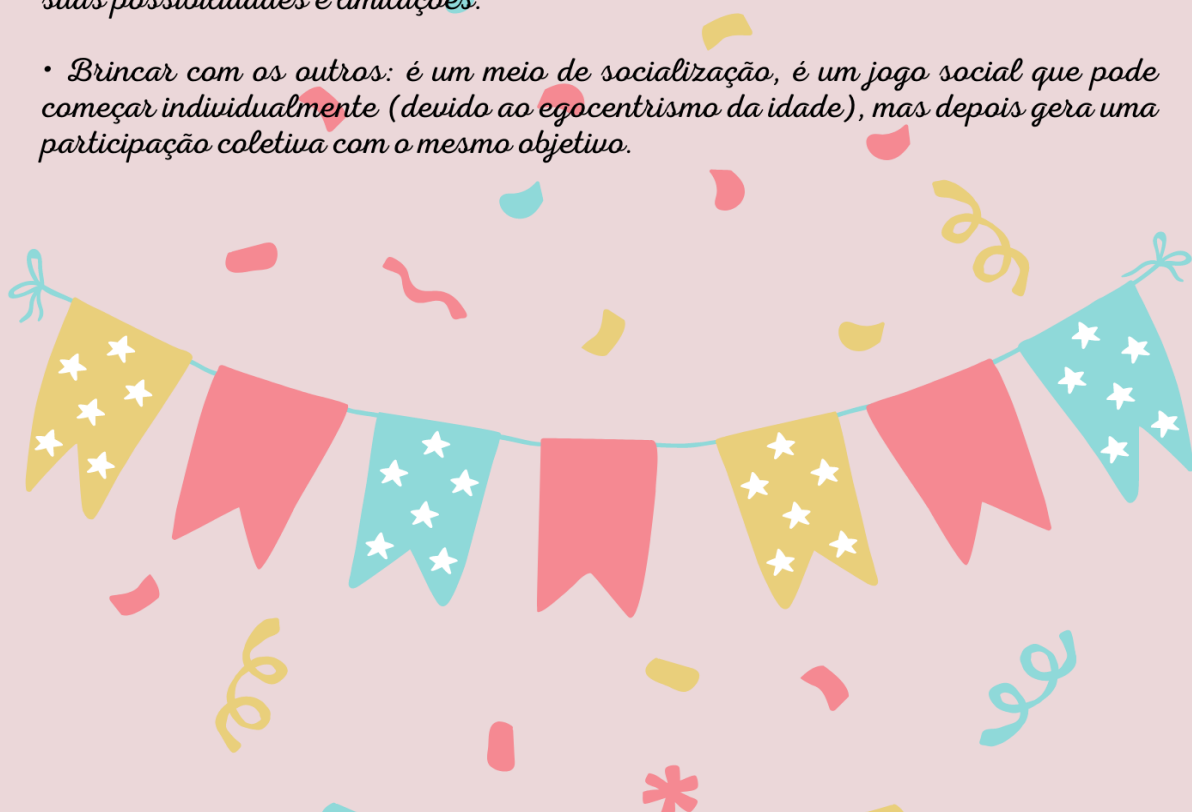
A identificação desses parâmetros e possibilidades motoras da criança na educação infantil permite um trabalho mais específico e adequado às suas necessidades a partir das propostas metodológicas, com base nas habilidades motoras.

Brincadeiras

O brincar é a base existencial da infância, porque a atividade tem características formativas e está sempre em jogo de uma forma especial e peculiar. As brincadeiras, nesta fase da Educação Infantil, são um meio que contribui para o desenvolvimento de quatro áreas evolutivas do ser humano: desenvolvimento cognitivo, social, afetivo-emocional e motor.

As brincadeiras são compostas por vários ingredientes que tornam possível uma aplicação educacional, pedagógica e didática.

- *Brincadeira livre:* como modelo de resolução de problemas, onde o professor é um observador ativo da situação.
- *Brincadeira espontânea:* como meio de fortalecimento pessoal e autonomia, uma vez que a criança brinca se expressando.
- *Jogo de descoberta:* onde o processo de desenvolvimento individual da criança é respeitado, além da aprendizagem significativa que a exploração e descoberta por si mesmo.
- *Brincadeira criativa:* envolve descoberta e espontaneidade.
- *Jogo integrado e integrador de realidades:* é um globalizador e integrador das muitas possibilidades que o jogo pode oferecer, dependendo das crianças, das suas possibilidades e limitações.
- *Brincar com os outros:* é um meio de socialização, é um jogo social que pode começar individualmente (devido ao egocentrismo da idade), mas depois gera uma participação coletiva com o mesmo objetivo.



Considerações didáticas

Flexibilidade no uso do tempo na aplicação de uma brincadeira.

As crianças possuem um tempo próprio e, portanto, devemos propor atividades e jogos sem pressa ou estresse com o tempo.

Uso do modelo pedagógico

O professor pode oferecer possibilidades de brincadeiras ou jogo diversificados, onde as crianças podem ir para onde mais gostam e se sentem mais motivadas. Posteriormente, um protocolo de revezamento pode ser combinado, dependendo do interesse do professor e das próprias crianças.

O tamanho do grupo não é um obstáculo para o planejamento de qualquer atividade recreativa. É uma questão de adaptação de regras e materiais.

Respeito pelas necessidades individuais de meninos e meninas (fisiológicas, afetivas, motora, de expressão, socialização, descoberta, manipulação, criatividade, etc.)

O material usado deve ser atraente para convidar à ação.

O professor deve combinar atividades ou jogos que envolvam mais atenção e esforço intelectual com atividades motoras e manipulativas

Envolver as crianças na concepção e montagem de jogos e brincadeiras

Tal situação gera maior motivação na hora de brincar e se envolver. Pode-se perguntar a opinião das crianças sobre a organização, as regras, as variações possíveis.

Uso de diferentes espaços e superfícies

Procurar a máxima participação para evitar espera ou mudanças de ação.

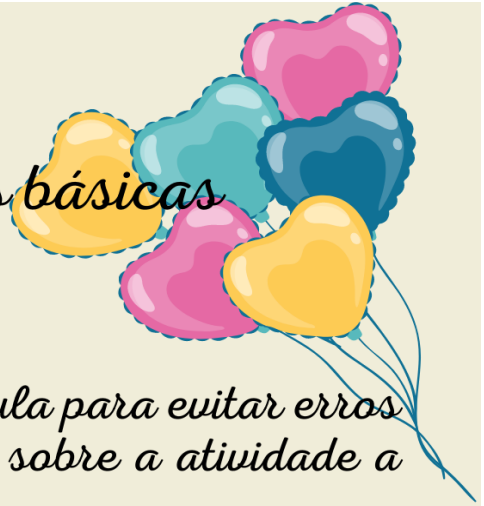


Papel do professor no desenvolvimento das habilidades motoras

- *Propor planos de ação: objetivos, conteúdo, uso de metodologias, explicação, avaliação, apresentação de materiais, proposição de normas e regras.*
- *Organizar e estruturar a aula*
- *Estabelecer um ambiente agradável, com atenção pessoal, estímulo e motivação.*
- *Favorecer as relações socioafetivas, reforçando comportamentos positivos e facilitando as relações entre as crianças.*



Considerações didáticas básicas



- Preparar convenientemente a aula para evitar erros na transmissão das informações sobre a atividade a ser realizada.
- Durante a atividade, verificar visualmente todas as crianças do grupo.
- Na explicação da atividade, falar olhando para todas as crianças.
- É fundamental gerar uma conexão emocional com as crianças.
- Defina as regras muito bem para evitar lesões, acidentes, confusão ou interpretações errôneas por parte das crianças.
- Em jogos ou atividades motoras nenhuma criança deve ser eliminada, mas mudar de função ou atividade, mas nunca deve ficar parada e isolada.



- *Competição. Pensar que as crianças já são competitivas e se forem propostas atividades de competição, gera-se mais expectativas.*
- *Usar o menor número de palavras e enfatizar as ideias principais.*
- *Com demonstração e recursos visuais sobre a demonstração. Sobretudo em Brincadeiras e jogos com explicação difícil ou com grande quantidade de explicação, é conveniente fazer uso didático da demonstração como modelo para as crianças visualizarem a atividade.*
- *A motivação contínua dos alunos é importante, como garantia de atividades ativas e dinâmicas, além de uma linguagem positiva e motivadora em todos os momentos.*
- *Considerar a possibilidade dos alunos darem orientações, variantes e possibilidades nas atividades propostas. Então, em muitas ocasiões, os próprios alunos são capazes de gerar, com criatividade, possibilidades de movimento que o próprio professor não havia levado em consideração.*
- *Evitar jogos altamente organizados para crianças na Educação Infantil. Atividades com poucas regras e simples em suas abordagens devem ser consideradas.*





Atividades didáticas para o desenvolvimento motor na educação infantil





1 Movimento.

Individual.

O professor propõe três premissas para o deslocamento de crianças. Quando bate palmas, as crianças têm que caminhar; Quando bate palmas duas vezes seguidas, têm que engatinhar; e quando apita, as crianças têm que se arrastar. Quando o professor diz “pare”, as crianças param.

Variantes: adicionar novas premissas de ação à atividade, dependendo da idade. Por exemplo: dois assobios, ande para trás; três palmas, rastejar para trás; etc.



2 Trajetórias.

Individual.

Meninos e meninas correm pelo espaço, traçando trajetórias de acordo com as instruções do professor: reto, ondulado, ziguezague, etc.

Variantes: andar para a frente e para trás, correr para trás, engatinhar, mover-se lateralmente, etc.



5 As pulgas.

Individual.

Todos devem pular por todo o espaço e o professor vai marcando diferentes premissas como: nós pulamos com as duas pernas juntas; saltamos com uma perna; saltamos com a outra perna; saltamos lateralmente com as duas pernas juntas; estamos pulando com as duas pernas juntas, mas muito rapidamente; saltamos com as duas pernas juntas, mas bem devagar; nós fazemos saltos com as duas pernas juntas, mas muito compridas; agora salto com as pernas juntas, mas muito baixo..



6 Somos dançarinos, somos croquetes.

Individual.

As crianças vão se mover livremente pelo espaço e quando o professor diz "somos dançarinos", eles executam duas ou três voltas em torno de seu eixo longitudinal (primeiro para um lado e depois para o outro), a partir da posição de pé. Quando o professor diz "somos croquetes", eles deitam-se no chão e rolam em seu eixo longitudinal, duas ou três voltas (primeiro para um lado e depois para o outro).

Variantes: quando são dançarinos, dão as mãos ao parceiro mais próximo e fazem as duas ou três voltas.



7 Policia e Ladrão.

Grupos.

A turma é dividida em duas equipes.

Alguns vão brincar de policial e outros vão ser os ladrões. O objetivo do jogo é os policiais pegarem os ladrões. Para a realização, é aconselhável usar um espaço amplo e aberto para as crianças correrem livremente e evitar possíveis lesões.

O grupo de policiais vai usar babador e quando o professor indicar, vão correr para pegar os ladrões. Uma vez que um policial pega um ladrão, ele o leva para a área determinada pelo professor, que será a delegacia de policia e o jogo termina quando os policiais capturam todos os ladrões. Depois de atingir o objetivo, os policiais se tornam ladrões e vice-versa, reiniciando o jogo.



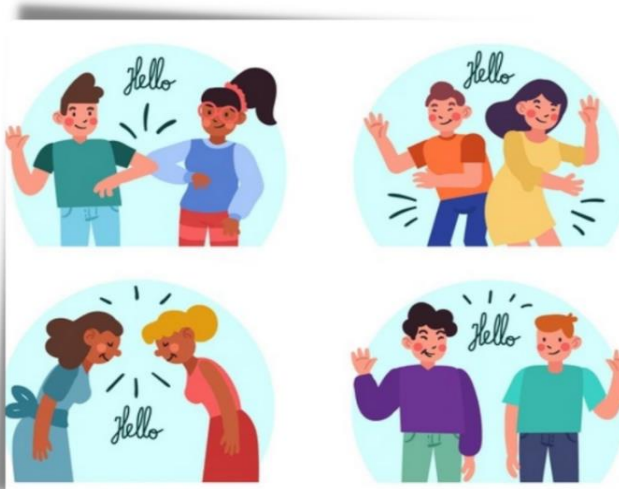
8 O paraquedas.

Grupos.

Todos são posicionados ao redor de um círculo grande feito com tecido ou TNT, com um pequeno buraco em alguma parte, e que o professor estendeu previamente no chão. Quando instruídos, todos se abaixam para pegar o paraquedas e, uma vez que o pegam, se levantam, dando alguma tensão. Naquele momento, o professor coloca uma bola de tênis sobre o tecido e todos, por meio de movimentos, tentam passar a bola através do buraco. Quando conseguem, largam o paraquedas e aplaudem.

Variantes: todos evitam que a bola escorregue pelo buraco; um grupo tenta passar a bola furtivamente pelo buraco e outro tentam evitar.





1 Saudações corporais.

Individual.

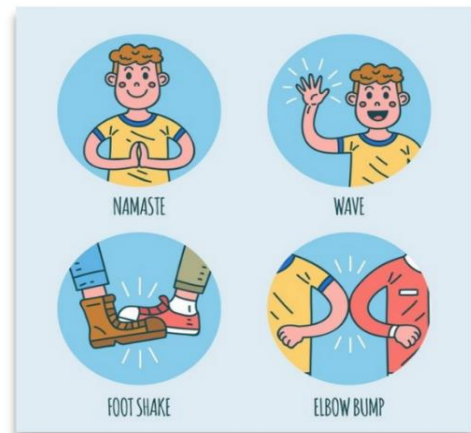
As crianças caminham por todo o espaço e devem cumprimentar fisicamente seus colegas de classe, com as partes do corpo indicadas pelo professor (mãos, pés, ombro, cabeça, etc.).

2 Toque-me.

Em pares.

Um parceiro toca uma parte do corpo do outro parceiro e este move a parte tocada como quiser. Depois vão mudando de posições.

Variação: o professor vai dizendo as partes do corpo ou os movimentos.



3 Estátuas dirigidas.

Em pares.

Um aluno coloca o parceiro em uma posição de estátua e diz o que ela representa. Depois os dois trocam de posição.

4 Movimentos.

Individual.

Todos devem se mover pelo espaço e caminhar na direção indicada pelo professor. Para fazer isso, o professor usará os braços para indicar (sem voz) para onde devem ir. As crianças não podem perder de vista o professor, que mudará constantemente de direção.

Variantes: alterar os tipos de movimentos (correr, engatinhar, caminhar em direção ao professor, voltar).



5 Pouco trem.

O grupo é dividido em subgrupos de cinco.

Cada subgrupo faz um trenzinho, colocando uma criança atrás da outra, segurando o companheiro pelas laterais da blusa. Todos, exceto o primeiro, têm os olhos fechados e o primeiro menino conduz o trenzinho, movendo-se pelo espaço. Trens pequenos não podem colidir. Quando o professor indica, a primeira criança de cada trem vai ficar no final do trem, para que a próxima criança conduza o trenzinho. E assim por diante, até que todos tenham dirigido.



6 Sequências de som.

Individual.

O professor faz uma sequência de sons com um pandeiro e os alunos convertem em movimentos corporais sem sair do local.

Variante: mesma conversão de sequências sonoras em movimentos corporais, mas também com deslocamentos.



7 Dança.

Individual.

Uma variedade de músicas com ritmos diferentes é proposta e os alunos se movem ao ritmo da música, com ou sem deslocamento.



8 Crianças aeróbicas.

Individual.

O professor seleciona uma música animada e rítmica e, de frente para as crianças, realiza movimentos corporais de forma coordenada. Os alunos devem imitar os movimentos do professor.

Deve-se começar com movimentos simples dos segmentos corporais (braços e pernas) individualmente e, aos poucos, segmentos vão sendo acrescentados aos movimentos, até finalizar com os movimentos corporais globais. Não se trata de fazer coreografia, mas de atuação e mobilização dos segmentos corporais para alcançar a interdependência segmentar, junto com a atividade física que essa prática acarreta.



9 Relaxamento.

Individual.

Fase de relaxamento muscular progressivo de Jacobson, indicada para relaxar as partes do corpo. A indicação do tempo de tensão e relaxamento é definida pelo professor (geralmente 3-4 segundos de tensão e 3-4 segundos de relaxamento). Começamos com os pés, continuamos com tornozelos, pernas (do joelho ao tornozelo), coxas (do quadril ao joelho), quadril, área lombar, área dorsal, área cervical, braço (do ombro ao cotovelo), antebraço (do cotovelo ao pulso), mãos, dedos, rosto, boca, olhos (fechamos as pálpebras com força e depois relaxamos) e testa. Esta atividade deve ser realizada com música de relaxamento.



Roteiro para o relaxamento

Rosto

Você conhece o emoji de rosto enrugado, bem, esse é o seu look-a-like. Amasse o máximo possível. Segure por 5-10 segundos. Relaxe e inspire ... depois expire. Repita até que as crianças estejam calmas.



Ombros

Imagine uma tartaruga ninja voltando ao seu casco. Puxe os ombros para cima como se quisesse entrar em seu corpo. Segure por 5-10 segundos. Relaxe e inspire ... depois expire.



Braços

Agora, flexione esses músculos. Mostre-os. Segure por 5-10 segundos. Relaxe e inspire ... depois expire.



Mãos

Imagine apertar uma laranja para tirar todo o suco. Ou você pode fazer isso apertando uma bola anti-stress. Segure por 5-10 segundos. Relaxe e inspire ... depois expire.

Abdomen

Imagine um cachorro pulando de bruços. Curve-se para se proteger e tensionar os músculos do estômago. Segure por 5-10 segundos. Relaxe e inspire ... depois expire.



Pernas

Imagine um boneco de corda sendo puxado para cima. Tensione as pernas puxando os dedos dos pés para cima. Segure por 5-10 segundos. Relaxe e inspire ... depois expire.



Dedos dos pés

Imagine que você está em uma praia e quer enterrar os dedos dos pés na areia. Tensione os dedos dos pés enrolando-os. Segure por 5-10 segundos. Relaxe e inspire ... depois expire.



*Expressão corporal e
dramatização*

1 Caretas.

Individual.

Todas as crianças em frente a um espelho da sala de aula. Elas devem fazer caretas e deformar o rosto com as mãos, procurando investigar todas as possibilidades do seu rosto. Caso não haja espelho, a atividade é realizada por pares, onde um mostra seu rosto ao colega.



2 Fantoches vivos.

Individual.

As crianças ficam na frente do espelho e buscam investigar as possibilidades corporais de movimento das partes do seu corpo. Caso não haja espelho, a atividade é realizada em duplas.



3 Expresse seus sentimentos.

Individual.

Na frente do espelho, as crianças expressam com o rosto e o corpo os sentimentos e estados de espírito propostos pelo professor. Por exemplo: felicidade, tristeza, raiva, surpresa, atencioso, entediado, medo, inseguro, irritado, medroso... No caso de não ter espelho, a atividade é feita aos pares, onde as crianças mostram seus sentimentos e humores aos seus colegas.



4 Figuras de gelo.

Individual.

As crianças fingem ser figuras de gelo que estão derretendo pouco a pouco. À medida que derretem, o professor finge oferecer frio e então as figuras voltam a estar congeladas. O professor finge oferecer calor e eles continuam derretendo. O professor deve alternar quente e frio.



5 Estátuas.

Individual.

As crianças caminham ou correm pela sala enquanto a música toca e, quando o professor para a música, as crianças ficam paradas na posição em que estavam, como estátuas.

Variante: o professor propõe temas e as crianças fazem estátuas com seus corpos, dependendo dos temas, por exemplo: árvores, animais, equipamentos esportivos.

6 Metamorfose.

Individual.

O professor coloca vários materiais psicomotores pelo chão (anéis, lanças, cordas, cones, etc.) e as crianças se movem pelo espaço correndo entre os objetos, enquanto a música toca. Quando a música para, as crianças precisam transformar seus corpos no material mais próximo a elas. Quando a música retorna, eles continuam se movendo pelo espaço.



7. O jornal.

Individual.

Uma folha de jornal é distribuída a cada criança e elas devem, seguindo o comando do professor:

- Obter som da folha, sem enrugá-la.
- Extrair som da folha sem amassá-la e movendo-a no espaço.
- Fazer som ao amassar a folha.
- Extrair sons da folha usando a respiração.
- Descobrir maneiras de extrair sons da folha.



8 Formulários abertos - fechados.

Individual.

Forma aberta significa que todo o corpo é estendido em sua amplitude máxima e ocupando o máximo de espaço possível em qualquer uma das dimensões do espaço. É a forma fechada significa que o corpo ocupa o mínimo de espaço possível. Os alunos vão correr pelo espaço e quando o professor indicar aberto, as crianças tentarão ocupar o máximo de espaço possível com seu corpo (em pé, deitado) e quando o professor indicar fechado, as crianças vão tentar ocupar o mínimo de espaço possível com seu corpo.

Variante: todos de mãos dadas, formando um círculo e fazendo formas abertas ou fechadas de todo o grupo, sem largar as mãos.



9. Somos animais, somos coisas.

Individual.

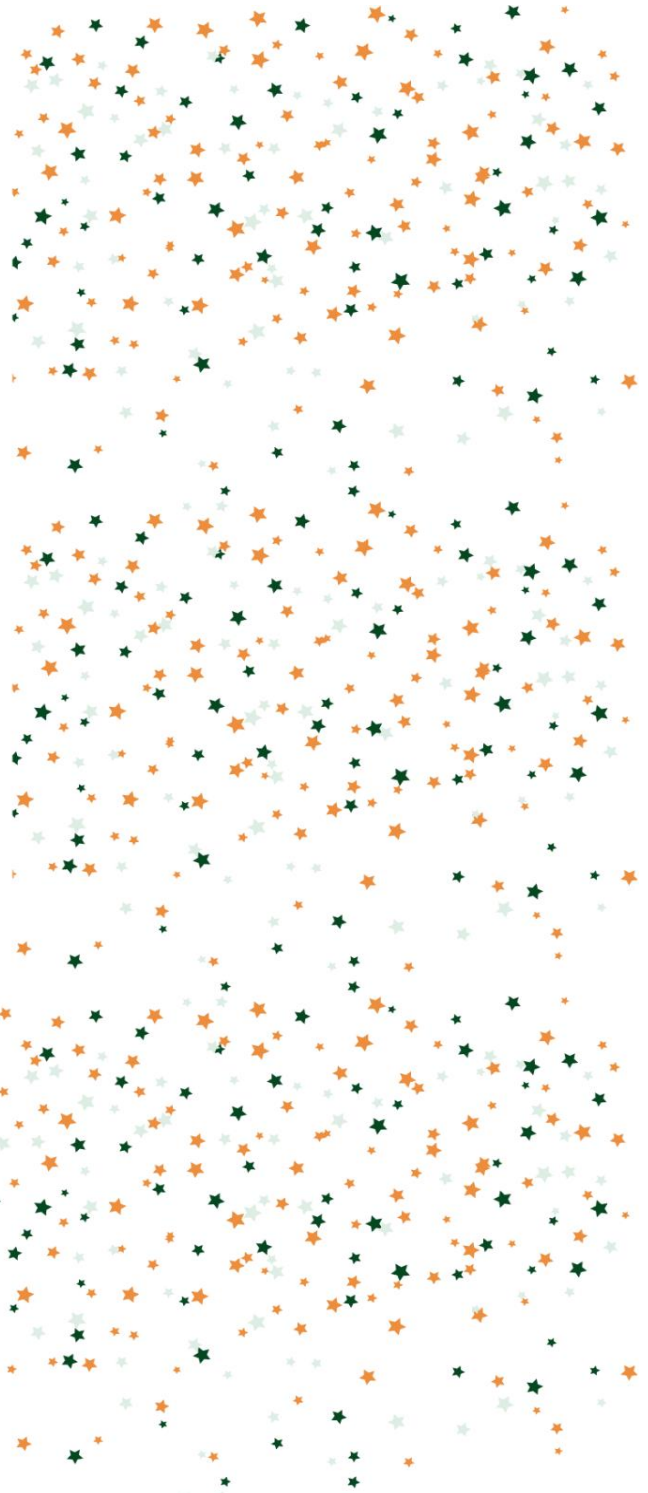
Representar com o corpo e vocalmente os diferentes animais ou coisas nomeadas pelo professor. Para fazer isso, os alunos se moverão pelo espaço ao mesmo tempo em que executam as ações. Exemplos de animais: cachorro, gato, lagarto, urso, elefante, camelo, tigre, etc. Coisas: secador de cabelo, panela de pressão, motosserra, carro, motocicleta, faca, bola, máquina de lavar, sapatos, etc.



10. Contação de histórias

Individual.

O professor vai contar a história e crianças vão dramatizar, com base nas instruções dadas. A dificuldade da história vai depender da complexidade das ações que serão propostas. Entre parênteses e em itálico, algumas propostas



Este produto educacional é parte integrante da Dissertação de Patrícia Tamiasso de Oliveira, "Contribuições da recreação no desenvolvimento motor de alunos da educação infantil", desenvolvido no Mestrado Profissional em Ciência, Tecnologia e Educação da Faculdade Vale do Cricaré, sob a orientação do Prof. Dr. José Roberto Gonçalves de Abreu.

*São Mateus
2021*