



Colégio Dom Barreto

Campinas, março de 2020

Os professores de Educação Física Jane e Maurício – Educação Infantil e Ensino Fundamental I – apresentam abaixo sugestão de link e brincadeiras que poderão ser desenvolvidas em casa, nesse período de suspensão de aulas, dentro de uma proposta de ludicidade e interação em família, fortalecendo vínculos e propiciando bem-estar e alegria no aconchego do lar.

Link:

<https://lunetas.com.br/25-brincadeiras-para-fazer-em-familia/>

Brincadeiras:

Esconda o objeto

Peça a todos que abaixem as cabeças e fechem os olhos. Encontre um objeto como uma borracha, um copo ou um grampeador e esconda-o em algum lugar da sala. Peça que as crianças abram os olhos. O primeiro aluno que achar o objeto pode lhe ajudar a esconder um novo item. Para crianças da educação infantil, esconda os objetos em lugares fáceis de serem vistos e não muito longe do nível dos olhos deles. Para as mais velhas, torne a procura mais desafiadora.

Batata quente

Instrua as crianças a se sentarem no chão em círculo. Use um objeto macio como uma bola de borracha ou um bichinho de pelúcia. Prepare um cronômetro para contar 30 segundos e peça às crianças para começarem a passar o objeto umas para as outras. Encoraje-as a se livrarem da "batata" assim que a pegarem, pois ela está "quente". Quando o cronômetro disparar, a última pessoa que tocou o objeto sai do círculo e o jogo continua até só restar uma pessoa.

Minibolichinho de garrafa no corredor

Materiais: 6 garrafas pet de tamanho médio (as de 600 ml são mais adequadas a espaços reduzidos), vazias, limpas e secas, com as tampas; canetinhas próprias para plástico ou fitas adesivas coloridas; uma bola pequena de plástico ou borracha que não seja muito leve; lápis e papel (ou lousa com giz).

Como fazer: com as canetinhas ou as fitas adesivas, decore as garrafas e numere-as de 1 a 6.

Como brincar: arrume as garrafas em três fileiras, formando um triângulo: na frente, fica a garrafa número 1. Na segunda fileira, a 2 e a 3. Na terceira, as três finais. Posicione as crianças a uma distância que represente um mínimo de desafio (o que pode variar conforme a idade). Estabeleça as regras do jogo – pode ser o número de jogadas a que cada um tem direito ou uma pontuação mínima a ser alcançada – e registre, no papel ou na lousa, os pontos equivalentes às garrafas derrubadas (a garrafa 1 rende 1 ponto; a número 2, 2 pontos; assim por diante). Crianças já alfabetizadas podem ser convidadas a fazer a conta.

Campo de laser

Materiais: 1 novelo grande de lã ou linha de cor bem forte; lápis e papel (ou lousa com giz).

Como fazer: use a varanda. Se o espaço for pequeno demais ali, reserve um canto da sala ou do quarto. Se escolher a varanda, prenda a lã ou a linha no guarda-corpo e na esquadria da porta, no lado oposto. Se quiser montar a brincadeira na sala ou no quarto, use uma estante e outro móvel firme no lado contrário para criar os “raios laser”. Amarre a lã (ou linha), passando-a de um lado a outro em várias direções e alturas, de modo a fazer um caminho todo cortado por raios laser de mentirinha. Tenha o cuidado de deixar os fios bem esticados, mas nunca juntos demais.

Como brincar: determine quem será responsável pelo “cronômetro” e desafie as crianças a atravessar, uma a uma, o campo de laser, passando por cima ou por baixo dos fios e esgueirando-se entre eles, no menor tempo possível. Registre o tempo de cada jogador no papel ou lousa.

Crie uma história

Jogue esse jogo ou verbalmente com crianças pequenas ou com palavras escritas no quadro com crianças mais velhas. Faça com que todos façam uma fila. Comece com a primeira criança da fila, pedindo a ela que comece a contar uma história dizendo ou escrevendo uma palavra. A próxima criança adiciona outra palavra, continuando a fila. Quando a última pessoa disser ou escrever sua palavra é a vez da primeira pessoa novamente. Encoraje as crianças a criarem uma história criativa e engraçada.

Corrida de obstáculos em lugar fechado

Arrume a sala em 10 estações para a corrida de obstáculos -- as crianças podem ajudar a montar o percurso. Amarre fios coloridos entre as pernas de duas cadeiras para as crianças rastejarem por baixo. Faça uma amarelinha no chão com fita. Coloque cones no chão para as crianças desviarem. Seja criativo com as estações espalhadas pela sala. Conte o tempo que cada criança leva para passar pelo percurso de obstáculos, e as encoraje a torcerem umas pelas outras enquanto competem.

Pular corda

A primeira dica é a mais básica: pular corda do jeito tradicional. (Importante ter paciência para aprender ou aprimorar)

Relojinho

Uma criança fica no centro da roda com a corda e os outros participantes da brincadeira ficam em redor, formando um círculo. Quem está no meio gira a corda bem rente ao chão e os demais precisam pular a corda sem deixá-la encostar na perna ou pés.

Cabo de Guerra

Essa é outra brincadeira com corda que é clássica. Em equipes, segurando a ponta da corda, tentar “puxar” a corda e o adversário, tentando trazê-lo para seu lado e vice-versa. Ganha quem ultrapassar determinada distância.

Obstáculos de corda

E se você tiver um bocado de corda e um quintal, pode fazer um circuito de obstáculos.