

SUGESTÃO DE ATIVIDADES PARA A EDUCAÇÃO INFANTIL

Educação Física





**PREFEITURA MUNICIPAL DE CAMPO GRANDE
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO – SEMED
SUPERINTENDÊNCIA DE POLÍTICAS EDUCACIONAIS – SUPED
DIVISÃO DE EDUCAÇÃO INFANTIL - DEINF**

**ADRIANE BARBOSA NOGUEIRA LOPES
Prefeita de Campo Grande**

**LUCAS HENRIQUE BITENCOURT DE SOUZA
Secretário Municipal de Educação**

**MARIA LÚCIA DE FÁTIMA DE OLIVEIRA
Secretária Adjunta Municipal de Educação**

**ANA CRISTINA CANTERO DORSA LIMA
Superintendente de Gestão das Políticas Educacionais**

**LEUSA DE MELO SECCHI
Chefia da Divisão da Educação Infantil**

EQUIPE TÉCNICA DA DIVISÃO EDUCAÇÃO INFANTIL

ANA LUCIA DO ESPÍRITO SANTO
ANDREIA ASSIS DOS SANTOS
APARECIDA COSTA DE MELLO SILVA
CÁSSIA APARECIDA POMPEU MULLER
DANIELY RODRIGUES ARAUJO
DAYANI SILVA DA CRUZ
EDUARDO RELLYSON MENEZES ARAÚJO
IRMA ESPÍNDOLA DE CAMARGO
JULIANA PEREIRA DA SILVA
KELLY MENDES FERREIRA
LARÊSSA CINTRA DE ALMEIDA
LAURA SIMONE MARIM PUERTA
MAIARA DE OLIVEIRA NOGUEIRA KLAVA
MÁRCIA SEBASTIANA XAVIER
MÁRCIO LUIZ LOMBA
MAUREEN CRISTIANE GERALDELLI ALMEIDA
PRISCILLA CASAL CANDIA
VANIA CRISTINA BREGANHOLI
VILAUTA TEODORA DA SILVA
WILCELENE PESSOA DOS ANJOS DOURADO MACHADO

APRESENTAÇÃO

Olá, professor/a.

Este documento é um compilado de atividades compartilhadas pelos professores de Educação Física da Rede Municipal de Educação (REME), que participaram como ministrantes na formação oferecida pela equipe técnica de Educação Física da Divisão de Educação Infantil (DEINF) “1º FORMAÇÃO ESPECIFICA DE EDUCAÇÃO FÍSICA PARA GRUPOS 2 E 3 DA EDUCAÇÃO INFANTIL” e no curso “EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR INCLUSIVA”, organizado pela equipe técnica de Educação Física da Divisão de Ensino Fundamental e Médio (DEFEM) em parceria com a equipe técnica de Educação Física da DEINF e técnicos do Centro Municipal de Educação Especial Inclusiva (CMEEI), ambas ações no ano de 2024.

O intuito é apresentar sugestões afim de contribuir com a pesquisa dos professores de Educação Física em atividades voltadas para a educação infantil, ampliando o acervo de propostas e aprimorando suas práticas. Sabemos que no planejamento das aulas, deve-se levar em consideração a realidade do espaço para trabalho que cada professor vivencia, a comunidade que a escola está inserida, os saberes e conhecimentos das crianças. Assim, esperamos que as sugestões de atividades auxiliem e incentive na busca de inovações e desafios cada vez mais pertinentes no planejamento para cada grupo.

Reiteramos que as atividades aqui apresentadas são **sugestões**, cabendo ao professor decidir utilizá-las ou não, de acordo com os objetos de conhecimento e os objetivos de aprendizagem e desenvolvimento, articulando os campos de experiências e os direitos de aprendizagem, a fim de propiciar experiências significativas a todas às crianças.

Equipe técnica de Educação Física
Dayani Silva da Cruz, Lidiane de Casia, Márcio Luiz Lomba

Campo Grande, 2025.

Nome da atividade 1: Atividades rítmicas de roda.

Materiais necessários:

Descrição: Primeiro todos formarão uma roda de mãos dadas, todos cantam abre a roda tindolelê, eu vou dando comandos e todos realizam, primeiro abre a roda, depois fecha a roda, roda para direita e roda para esquerda, sobe, desce, abre novamente, repete-se duas vezes e depois eu mudo os comandos, abre, bate palma, bate o pé, dar as mãos, abre, fecha, repete-se duas vezes, para finalizar esse momento abre a roda uma última vez, todos soltam as mãos e se sentam no chão.

Nesse momento todos fazem pernas de borboleta fazendo o movimento das asas com as pernas, e fazendo os gestos da música, cantamos borboletinha duas vezes normal e uma do borboletão e depois inicia a roda de conversa sobre as atividades do dia. Aproveitando o final da borboletinha, todos mostram os pés, sentados no chão, colocam as mãos ao lado do quadril, para dar apoio e erguem os pés para cima, fazem algumas vez e eu mostro a bicicleta, fazendo o mesmo movimento, mas pedalando no ar com as pernas para cima.

Em seguida todos deverão esticar as pernas, para fazermos uma brincadeira da aranha, a aranha será representada pelas nossas mãos, eu vou falando e as crianças repetem, a aranha está no joelho, foi andando para o pé, pulou para a cabeça, desceu para o ombro, passou pela barriga, voltou para o joelho, de forma bem lúdica, brincamos um pouco e cantamos cabeça, ombro joelho e pé. Para finalizar a atividade faremos a respiração do balão.

Nome da atividade 2: No meio da lagoa.

Materiais necessários:

Descrição: A primeira atividade será “No meio da lagoa” para isso iremos conversar sobre as lagoas do Pantanal e os animais que vivem nelas. Todos ficarão sentados em roda com as pernas esticadas para o meio da roda, quando cantarem no meio da lagoa elas irão mexer as pernas imitando passos, quando a música disser eu vi o jacaré elas farão o movimento da boca do jacaré com as mão, quando a música disser ele olhou pra mim assim elas farão o movimento imitando um binóculos com as mão e olhando de um lado para o outro, quando a música disser o que ele queria era pegar o meu pé as crianças esconderão os pés cruzando as pernas. Em um segundo momento as crianças além de esconderem os pés terão que levantar-se e correr fugindo do jacaré até chegarem no pique que serão quadrados desenhados no chão. Depois a música irá trocar o animal e a parte do corpo:

“no meio da lagoa eu vi um sapão 2x,

*ele olhou pra mim assim 2x,
o que ele queria era pegar minha mão”*

repete o processo da primeira música trocando os pés pelas mãos.

Nome da atividade 3: Cantigas em roda

Materiais necessários: Pandeiro (opcional).

Descrição: O primeiro momento será bem lúdico, farei uma roda e falar que para a atividade do dia eu trouxe um companheiro, e vou estimulando as crianças a descobrirem o que é, depois farei minha mágica para tirar o pandeiro da mochila. Em seguida deixo todas as crianças baterem no pandeiro nas minhas mãos, uma a uma na roda, depois me sentarei na roda e tocarei o pandeiro e cantarei peixe vivo, depois todos cantarão e dançarão ao som do pandeiro tocado por mim, as músicas serão: “cara de que” onde as crianças são estimuladas a representarem as emoções através de expressões faciais; peixe pulou na maré, onde as crianças devem pular, abaixar e levantar conforme os comandos da música.

Nome da atividade 4: Caixa musical.

Materiais necessários: Caixa musical com fichas musicais dentro.

Descrição: Organize as crianças em roda. Então, diga que trouxe uma caixa surpresa e faça suspense cada vez que for tirar uma ficha da caixa. A professora irá fazer de conta que tem um bicho lá dentro, que quer morder sua mão, quando for tirar a figura, por exemplo, do jacaré ou poderá “miar” fazendo de conta que dentro daquela caixa tem um gato, quando for cantar a música “Atirei o pau no gato”. Observação: Mostrar as fichas antes de cantar!

Nome da atividade 5: Carneirinho, carneirão.

Materiais necessários: Aparelho de som.

Descrição: Em círculo, os participantes cantarão e farão os movimentos com a cabeça que surgem nas frases: “*olhai para o céu; olhai para o chão*”. Além disso, após cada estrofe as crianças devem se movimentar da seguinte maneira.

- Após a primeira estrofe, elas se sentam e continuam cantando;
- Após a segunda estrofe, elas se levantam e continuam cantando;
- Após a terceira estrofe, elas se ajoelham e cantam.
- Na última estrofe, a mais agitada de todas, há os movimentos de olhar para cima e para baixo, além de se levantarem e se ajoelharem novamente.

Letra da música:

*“Carneirinho, carneirão-neirão-neirão,
Olhai pro céu, olhai pro chão, pro chão, pro chão,
Manda o Rei, Nosso Senhor, Senhor, Senhor,
Para todos se sentarem.*

*“Carneirinho, carneirão-neirão-neirão,
Olhai pro céu, olhai pro chão, pro chão, pro chão,
Manda o Rei, Nosso Senhor, Senhor, Senhor,
Para todos se levantarem.*

*Carneirinho, carneirão-neirão-neirão,
Olhai pro céu, olhai pro chão, pro chão, pro chão,
Manda o Rei, Nosso Senhor, Senhor, Senhor,
Para todos se ajoelharem.”*

Nome da atividade 6: Fui à Espanha.

Materiais necessários: Aparelho de som.

Descrição: Em círculo, os participantes irão cantar a cantiga realizando os movimentos que a música solicitar.

Letra da música:

*“Fui à Espanha
Buscar o meu chapéu,
Azul e branco,
Da cor daquele céu.
Olha a palma, palma, palma.
Olha pé, pé, pé.
Olha roda, roda, roda.
Caranguejo peixe é.
Caranguejo não é peixe.
Caranguejo peixe é.
Caranguejo só é peixe
Na enchente da maré.
Samba, crioula,
Que veio da Bahia,
Pega a criança
E joga na bacia.
A bacia é de ouro
Areada com sabão*

*E depois de areada
Enxugada com um roupão.
O roupão é de seda,
Camisinha de filó.
Cada um pegue seu par
Para dar bênção a vovó.
A bênção, vovó!*

Nome da atividade 7: Aram sam sam.

Materiais necessários: Aparelho de som.

Descrição: Sentados em círculo, os participantes terão que imitar os movimentos que a professora irá realizar. Aram sam sam (bater as mãos nas pernas), Guli guli guli, guli (girar os braços) e Aravi, aravi (unir as palmas das mãos e mover para os dois lados da cabeça).

Letra da música:

*“Aram sam sam,
Aram sam sam
Guli guli guli guli guli
Ram sam sam 2x
Aravi, aravi
Guli guli guli guli guli
Ram sam sam” 2x*

Nome da atividade 8: Brincadeira da Estátua, imitando a figura/ desenho.

Materiais necessários: Caixa de som, microfone. Cartões de movimentos corporais e emoções.

Descrição: A professora trará já impresso vários cartões de movimentos desenhados em que a criança deverá usar a imaginação para reproduzi-los.

Execução: A professora colocará algumas músicas infantis para “as crianças” dançarem livremente pelo espaço, quando esta parar todos deverão ficar parados. Dessa forma a professora mostrará a figura em que todos deverão reproduzir o movimento sugerido.

Variação/ Sugestão 1: Estátua das emoções. Utilizando da mesma brincadeira a professora apresentará agora alguns cartões com diferentes tipos de emoções em que as crianças poderão reproduzir de acordo como é mostrado.

Variação/ Sugestão 2: Estátua das cores: a professora colocará uma música para tocar, quando a música parar pedirá que as crianças encontrem a cor solicitada por ela.

Nome da atividade 9: Dança das cores

Materiais necessários: Bolinhas coloridas.

Descrição: A professora desenhará um círculo no chão no qual as crianças deverão ficar em pé, sobre a linha. Dentro do círculo será colocado uma caixa com várias bolinhas coloridas ou alguns brinquedos de encaixes coloridos.

Execução: As crianças dançarão livremente ao som de uma música do lado de fora do círculo (como na dança da cadeira). Ao sinal quando a música parar, a professora solicitará uma cor de bolinha para as crianças pegarem no centro da roda e voltarem para o seu lugar de origem rapidamente. Não há vencedores nessa brincadeira.

Variação apenas para sugestão 1: Dança da cadeira com cores: A professora colocará um cone ao centro na qual as crianças deverão dançar em volta. A uma certa distância estarão várias cadeiras como na dança da cadeira que habitualmente realizamos e do outro lado perto do cone, bolinhas coloridas espalhadas. A brincadeira consiste nas crianças dançarem ao som de uma música ao redor do cone e quando a música parar percorrerão o caminho, pegarão a cor sugerida pela professora e sentarão em alguma cadeira vazia na roda. A criança que ficar em pé ou pegar uma cor que não foi solicitada, espera a próxima vez para retornar a brincadeira. A atividade consiste em restar apenas uma criança.

Nome da atividade 10: Dança da cadeira das figuras

Materiais necessários: Cadeiras ou arcos coloridos.

Descrição: A brincadeira é igual a dança da cadeira que é normalmente feita, a diferença é quando a música parar a figura que estiver na cadeira/ arco que a criança “sentar” ou parar na frente é a que deverá fazer.

Nome da atividade 11: Bambolê uê, bambolê ua

Materiais necessários: Aparelho de som; Bambolês coloridos.

Descrição: A brincadeira consiste em reproduzir os movimentos e comandos sugeridos na música com os bambolês conforme a explicação da professora.

https://youtu.be/x5_vdqxYSjw?si=6602k_imcm6dZVrf

Nome da atividade 12: Enquanto seu lobo não vem.

Sugerir que os professores contem previamente a história do lobo bonzinho, pois geralmente nessa idade eles têm medo do lobo e não querem participar a princípio.

Materiais necessários: Aparelho de som; Máscara do Lobo.

Descrição: (Sugestão de música (<https://www.youtube.com/watch?v=Ge3T3ziW5Ks>))

Uma criança escolhida será o lobo e deverá ficar escondida dentro de uma “casinha”.

As demais crianças, começam a dialogar com o lobo:

– Vamos passear na floresta, enquanto o seu lobo não vem! Está pronto, seu lobo? (crianças)

O lobo responde:

– Estou ocupado lavando o rosto.

E a canção se repete:

– Vamos passear na floresta, enquanto o seu lobo não vem! Está pronto, seu lobo?

– Estou escovando os dentes.

E, então, o lobo vai inventando muitas desculpas até sentir que é o momento de começar o pega-pega.

Quando as crianças perguntam novamente, e o lobo estiver preparado grita:

– Estou preparado!

Sai do esconderijo e começa a correr atrás das crianças. A primeira que o lobo pegar será o próximo lobo.

Nome da atividade 13: Dança da raposa.

Materiais necessários: Aparelho de som.

Descrição: A professora ensinará a brincadeira e à medida que a música tocar as crianças farão os movimentos sugeridos por ela. (https://www.youtube.com/watch?v=INuLDXLxg&list=RD_INuLDXLxg&start_radio=1)

Nome da atividade 14: Senhor caçador

Materiais necessários: Venda para os olhos

Descrição: As crianças se sentam em roda, a professora escolhe alguém para ser o caçador, que deve ficar com os olhos fechados, a turma canta: " Senhor caçador, preste muita atenção! Não vá se enganar quando o gato miar! mia gato.

Em seguida aponta-se para outra criança que deve miar como um gato e o caçador, de olhos fechados, tem que acertar quem miou.

Nome da atividade 15: Esse cone vai virar.

Materiais necessários: Mini carretéis de barbantes

Descrição: Em roda a professora entregará a cada aluno um carretel, e explicará que ele é um cone mágico e tudo que pudermos imaginar ele pode virar. Ex: Um microfone, um tambor, um sorvete, um traveseiro, etc... Deixar as crianças manusearem o cone. Depois da explicação ela colocará a música em que as crianças reproduzirão os movimentos sugeridos nela, juntamente com a professora.

Nome da atividade 16: Pano Encantado

Materiais necessários: Pedacos de TNT ou grande lençol (Levarei) **Descrição:** Primeiramente a professora explicará que ela tem um pano encantado e que este pano pode virar várias coisas que ela imagina: Ex: cavalo, ponte, trio elétrico, etc. Fará uma pequena demonstração para as “crianças”. Na sequência convidará as crianças a brincarem também. Cada criança receberá um pedaço de pano. Assim a partir desse momento todos terão seu próprio pano encantado e com a música realizará as mais diversas expressões explorando sua criatividade e expressão.

Sugestão: No grande pedaço de pano todas as crianças realizarão a atividade com o mesmo pano encantado da professora.

Nome da atividade 17: Lavando a roupa com sabão

Materiais necessários: Grande lençol ou TNT. Aparelho de som.

Descrição: Em roda cada criança pegará na extremidade do lençol. A brincadeira consiste em utilizar-se da imaginação a partir da música para todos lavarem o grande lençol e dessa forma ampliar repertório musical, integração e socialização das crianças de forma lúdica.

Lavando a roupa com sabão

Lavando a roupa com sabão

Esfrega, esfrega, esfrega

Esfrega, esfrega, esfrega

Bate, bate, bate

Bate, bate, bate

Passa a mão, passa a mão

Passa a mão pra ficar bom

Eu vou me esconder

Estou escondido, estou escondido

Me escondi, me escondi

Apareci, apareci

Olha eu aqui

Nome da atividade 18: Bandinha musical sensorial

Materiais necessários: Bandinha musical

Descrição: Em roda a professora apresentará alguns instrumentos musicais, deixando que as crianças manuseiem. Após cada criança aprender o som de cada instrumento a professora escolherá uma por vez que ficará com os olhos vendados. A brincadeira consiste na criança ouvir o toque de cada instrumento e tentar adivinhar qual seria.

Nome da atividade 19: A baleia

Materiais necessários: Nenhum.

Descrição: A professora cantará a música enquanto as crianças reproduzem os movimentos; Brincadeira semelhante ao morto e vivo na qual, Tibum (crianças ficam agachadas) e Chuá (levantam)

Música: *Levanta (9X) Levantou*

Pula (9x) Pulou

Olha quem está chegando!!!!

A Baleia, a baleia

É amiga da Sereia

Olha o que ela faz, olha o que ela faz

Tchibum Chuá, Tchibum Chuá

Brincadeira exemplificada: <https://www.youtube.com/watch?v=5a-PFEVfymI>

Nome da atividade 20: Que animal estou ouvindo?

Materiais necessários: Aparelho de som.

Descrição: A professora colocará alguns ruídos e sons de diversos animais para que as crianças adivinhem qual é. cantará a música enquanto as crianças reproduzem os movimentos.

Nome da atividade 21: Levantar o braço, levantar o outro (Bamboleio).

Materiais necessários: Aparelho de som.

Descrição: A professora colocará a música na qual as crianças deverão reproduzir os movimentos de acordo com a sugestão da professora.

Sugestão: Essa brincadeira pode ser utilizada sem o aparelho de som, aumentando apenas a velocidade do ritmo da música para que as crianças acompanhem.

Levantar um braço,

Levantar o outro,

Fazer bamboleio e mexer o pescoço.

*Olhar para o teto,
Olhar pro sapato,
Escolher um amigo e dar um abraço.*

Nome da atividade 22: Pode correr, pode andar...(ritmos rápido, devagar)

Materiais necessários: Aparelho de som

Descrição: A professora colocará a música na qual as crianças deverão reproduzir os movimentos de acordo com a sugestão oferecida ora pela música, ora pela professora.

<https://www.youtube.com/watch?v=tLH9nGIZSzE>

Sugestão: Esta brincadeira pode ser utilizada também para atividades de comando e equilíbrio.

Sugestões de músicas para brincadeiras rítmicas e expressivas:

Mulher do sapo: <https://www.youtube.com/watch?v=IBwtB9wHkpo>

Estátua diferente: <https://www.youtube.com/watch?v=QAGphdpM8a4&t=94s>

Samba sentado: <https://www.youtube.com/watch?v=tbbRR97zf9E>

Enrola, enrola: <https://www.youtube.com/watch?v=FbUI8m-OvIB>

Zumba la lumba: <https://www.youtube.com/watch?v=2XFdTZTL72E>

Ze bochecha: <https://www.youtube.com/watch?v=uHlMvVykGc4>

Dança do desafio: <https://www.youtube.com/watch?v=O9A404PG9Rc>

BRINCADEIRAS E JOGOS

Nome da atividade 1: exercícios que servem para aquecimento e para a parte principal.

Materiais necessários:

Descrição: mão no pé, mão pra cima, mão no joelho, mão pra cima e mão na cabeça, mão pra cima: durante esse exercício é feita uma avaliação da corporeidade e do conhecimento prévio da criança, depois cria-se um ponto de partida para o acesso neural e suas novas conexões.

- Polichinelo: fazendo a posição da estrela e da estátua trabalhando a coordenação motora geral.

- Pular como o coelho: com os pés juntos pular para frente e percorrendo um espaço pré determinado e depois para trás.
- Pular como um canguru: pulando com as pernas abertas por um espaço pré determinado e depois para trás.
- Andar como o cachorro: andar em quatro apoios sem encostar o joelho no chão fortalecendo principalmente costas, abdome e quadril, ajudando a ficar sentado por mais tempo entre outras coisas.
- Aviãozinho: com os braços abertos e uma das pernas levantadas devem manter o equilíbrio por um tempo e depois trocar o pé de apoio. Depois para dificultar pode-se adicionar a inclinação de tronco.

Nome da atividade 2: Carneirinho no cercado.

Materiais necessários:

Descrição: Para a brincadeira do carneirinho no cercado, todos farão uma roda dando as mãos o professor vai contar a estória do carneirinho que estava preso e queria fugir para brincar no campo, depois o professor irá escolher uma criança para ser o carneirinho que ficará no meio da roda (cercado). O carneirinho vai tentar fugir do cercado passando pelo vão da roda, as crianças da roda não podem deixar o carneirinho fugir, para isso podem abrir ou fechar as pernas, abaixar ou levantar os braços, mas sem desfazer o cercado.

Nome da atividade 3: Desafio das cores e formas

Materiais necessários: circuito pré fabricado.

Descrição: haverá três placas de E.V.A com cores diferente(azul, laranja e rosa) e cada uma com um recorte geométrico no centro, que serão um círculo, um quadrado e um triângulo, na frente de cada placa haverá uma trilha formada com a forma geométrica e com a cor respectiva então a atividade pode ser desenvolvida de duas formas; pedir para a criança escolher uma forma geométrica e então achar a trilha correspondente, pular por essa trilha e encaixar a forma na placa de E.V.A ou o professor escolher um forma e a criança tem que adivinhar qual forma é falando a forma e a cor, depois pulando pela trilha e encaixando na placa de E.V.A.

Nome da atividade 4: Fundo do mar

Materiais necessários:

Descrição: O primeiro momento deve ser lúdico, falando do fundo do mar dos bichos que existem no fundo do mar, isso é para criar o interesse, no meio da estória eu explico

a brincadeira do fundo do mar. Primeiro as crianças movimentam os braços como se estivessem nadando, depois imitarão o movimento de mergulhar com o corpo todo, depois começa o desafio das crianças, o professor irá ensinar três posições que representarão animais do fundo do mar, tartaruga (agachados bem encolhidos), estrela do mar (de pé com braços abertos e as pernas também representando a estrela) e tubarão (em pé com os pés juntos e as mão unidas acima da cabeça simulando as barbatanas). O professor irá alternar os animais falando o nome deles e as crianças farão as posições alternando a ordem e a velocidade. Depois faremos uma roda e faremos um caranguejo diferente, na posição de quatro apoio, mas com a barriga voltada para cima, iremos explorar esse movimento. Para finalizar nos sentaremos em roda e faremos a respiração do mergulhador.

Nome da atividade 5: Ponte perigosa

Materiais necessários: fita colorida

Descrição: será montada uma trilha irregular com quinas em angulo de 90° para criança percorrer. Então será contada a história que foi escondido um tesouro no fim da trilha e que para pegar o tesouro tem que atravessar uma ponte muito perigosa e não pode cair pois embaixo da ponte tem muitos jacarés, após o conto o professor conduzirá a criança pela mão mostrando a linha colorida e colocando um pé à frente do outro como exemplo, mostrando também as quinas pra a criança se concentrar na mudança de direção (fato importante pra criar novas conexões neurais e ampliar o conceito de espaço para criança).

Nome da atividade 6: Cores em equilíbrio

Materiais necessários: Três cones ou chapéu chinês coloridos e três bolas coloridas com as mesmas cores dos itens anteriores

Descrição: os cones serão alinhados e as bolas ficarão a frente de forma desordenada, então a criança deve equilibrar as bolas em cima dos cones ordenando suas respectivas cores. (essa atividade pode ser feita separada ou em conjunto com outra como a ponte perigosa).

Nome da atividade 7: Obstáculos com a mão cheia

Materiais necessários: dois obstáculos que os participantes possam passar por cima tendo que tirar o pé do chão e dois que possibilitem passar por baixo, um cone ou chapéu chinês e uma bola

Descrição: Após os obstáculos alinhados o primeiro participante deve passar por cima do primeiro, por baixo do segundo, por cima do terceiro e por baixo do quarto obstáculo,

pegar a bola e voltar fazendo o mesmo percurso com a bola em mãos sem soltar, entregar para o próximo da fila que fará o percurso da mesma forma deixando a bola novamente no cone e assim por diante até que todos participem.

Nome da atividade 8: Brincando com bolinhas de papel

Materiais necessários: muito papel e um balde

Descrição: Cada participante receberá uma folha de papel para amassar e fazer uma bolinha e depositar no balde, quando o balde estiver com uma boa quantidade de bolinhas cada participante ficará com uma, então irão passar a bola em volta do tronco passando de uma mão para outra, em volta da cabeça, com uma mão circundar a outra, depois trocar de mão e fazer o mesmo, então com as duas mãos jogar a bolinha para cima e pegar novamente com as duas mãos, jogar para cima e aparar com a cabeça, jogar para cima e aparar com o joelho e por último o professor pegará o balde e jogará todas as bolinhas em direção aos participantes para que brinquem de guerra de bolinhas. Após a brincadeira todos devem juntar as bolinhas novamente dentro do balde.

Nome da atividade 9: Pega-pegas

Materiais necessários: espaço limitado

Descrição: O professor explicará o combinado de que quando o participante for pego ele deve sentar-se com a professor a auxiliar e esperar começar novamente, então ao dar o sinal todos devem correr. O professor deve evitar correr diretamente para a criança sempre correndo na perpendicular ou cercando os participantes de uma forma que eles consigam ver uma saída e não decidam se entregar.

Nome da atividade 10: Bola no lençol.

Materiais necessários: Um lençol e uma bola ou balão.

Descrição: Com uma bola ou balão no meio do lençol, recita-se uma parlenda (minha mãe mandou, adoleta, hoje é domingo, etc.) ou também pode ser cantado uma música do repertório infantil. Enquanto recita-se os versos da parlenda ou canta-se a música, os participantes terão que sacudir o lençol sem parar e sem deixar a bola/balão cair. Quando acabar a parlenda/música, todos se abaixam e num impulso levantam e jogam o objeto para o alto com o lençol.

Nome da atividade 11: Floresta Encantada.

Materiais necessários: Imagens de animais, colchonetes, bambolê, corda, giz e banco ou mesa.

Descrição: Organize as crianças em roda. Apresente imagens de animais que vivem na floresta e conte a história: “Era uma vez uma floresta encantada e nela viviam muitos bichos que tinham movimentos que os fazia muito especiais”. Após a história a professora irá propor aos participantes que realizem os movimentos dos animais, por meio de um circuito de atividades:

- Tatu bola: Rolar para frente no colchonete.
- Sapo: Pular dentro de um bambolê.
- Gato: Quadrupedar entre linhas.
- Cobra: Se arrastar embaixo do banco/mesa.
- Tigre: Andar, correr em cima de um risco no chão.

Nome da atividade 12: Circuito de bambolês.

Materiais necessários: Bambolês, cones e cadeiras.

Descrição: A atividade será desenvolvida com quatro bambolês em média. A professora irá organizar o espaço com cadeiras e alguns bambolês enfileirados em forma de túnel, de modo que os participantes, um de cada vez, terão que passar engatinhando por dentro do bambolê. Depois deverão passar por cima e depois por baixo.

Variação: Ao final do circuito a professora poderá colocar um desafio como arremessar um bambolê em um cone a uma pequena distância. Após todos os participantes terem feito o percurso, deixe que eles explorem o circuito passando por cima e por baixo, sem interferência.

Nome da atividade 13: Caminho do pinguim.

Materiais necessários: Cones, balão ou bola.

Descrição: Iniciar demonstrando o movimento do pinguim. E depois encher um balão ou bola e colocar entre os joelhos dos participantes, estipule um caminho para que andem sem deixar o objeto cair. Deixe a brincadeira mais interessante com obstáculos. Exemplo: em zigue-zague entre cones.

Nome da atividade 14: Atividade de precisão com circuito

Materiais necessários: Cones, bolas, corda, bambolês, caixa.

Descrição: Os alunos percorrem um circuito que pode incluir diferentes tipos de exercícios e obstáculos como corrida, saltos e agachamentos. Ao final do Circuito, eles são desafiados a acertar a bola no alvo.

Nome da atividade 15: O jogo da combinação das bolinhas

Materiais necessários: Fita dupla face, bolinhas coloridas, cartolina ou papel pardo.

Descrição: Coloque em uma fileira uma sequência de bolinhas de plásticos uma de cada cor. Nas fileiras seguintes coloque bolinhas alternando as cores. Peça aos alunos que façam colunas com a mesma sequência de cores.

Nome da atividade 3: Detetive

Materiais necessários: Espaço amplo

Descrição: Divida a turma em duplas, coloque-os de frente para o outro e peça-os que observe o colega atentamente. Depois de alguns segundos, as crianças precisam virar de costas umas para as outras e alterar algo em sua aparência. Ao ficarem frente a frente novamente, ambos precisam identificar o que tem de diferente em sua dupla.

Nome da atividade 16: Corrida Jokenpo

Materiais necessários: Bambolês ou cones

Descrição: Organize a turma em duas equipes, posicionadas em colunas. O campo de jogo é delimitado por um caminho feito com bambolês ou cones, ao sinal os alunos devem gritar JOKENPO e fazer imediatamente um dos gestos com as mãos: pedra, papel ou tesoura. Para saber quem ganhou, basta comparar os símbolos. Quem perder permanece no lugar e quem ganhou avança para o próximo bambolê e o processo se repete até que alguém alcance a linha de chegada.

Nome da atividade 17: Desafio do bambolê

Materiais necessários: Bambolês e apito.

Descrição: Organizar um círculo de bambolês com a quantidade de alunos na turma. Colocar um aluno do lado de cada bambolê, ao sinal irão rodar como se fosse uma dança das cadeiras. Quando a professora apitar terão que entrar dentro do bambolê quem entrar por último irá sentar. E assim sucessivamente até todos sentarem e haver um vencedor.

Sugestão: Pode ser feito com música.

Nome da atividade 18: OLHA O DADO

Materiais necessários: Um dado confeccionado tamanho “grande” e cones.

Descrição:

- Em sala de aula com os alunos sentados, o professor irá pegar o Dado e mostrar para as crianças que cada lado do dado tem uma quantidade de bolinhas que indica um número.

- Logo após, o professor irá organizar a sala para ter um espaço adequado, determinando um local onde a criança vai ficar para realizar a atividade.
- Nesse local pré-determinado, será colocado dois cones, um do lado direito e outro do lado esquerdo, a uma distância de 5 metros do local onde a criança está.
- O professor irá jogar o dado que quando cair e parar vai determinar um certo número (1, 2, 3, 4, 5 ou 6).
- O número que estiver na face de cima será a quantidade de pulinhos que a criança irá dar até chegar no cone que o professor irá dizer (cone do lado direito ou do lado esquerdo).

Nome da atividade 19: BOLINHA

Materiais necessários: Uma bolinha, podendo ser confeccionada de papel.

Descrição: Uma atividade adaptada da brincadeira “Chapéu Chinês”, esta atividade pode ser feita na própria sala de aula (observando a individualidade do aluno em questão para conseguir elaborar atividades com os outros coleguinhas)

- O professor irá pegar uma mesa da sala e colocar na frente. No centro dessa mesa será colocada uma bolinha.
- Serão escolhidos dois alunos (as), os quais precisam estar bem atentas e serem rápidas, observando o comando do professor.
- O professor irá dizer “mãos na cabeça”, “mãos no alto”, “mãos no pescoço”. “BOLINHA” – neste momento, a criança tem que pegar a bolinha que está na mesa, assim sucessivamente até a todos terem participado.

Disponível em: <https://rochaxavier.com.br/exibe.asp?id=1903>

Nome da atividade 20: ROLAR PELO CHÃO

Materiais necessários:

Descrição:

- Primeiramente, o professor irá mostrar a atividade para as crianças.
- Logo após as crianças irão ficar uma longe da outra no espaço da quadra.
- Em seguida, o professor pede para todas elas deitarem na quadra da escola.
- Ao comando do professor, elas irão ROLAR PARA BAIXO; ROLAR PARA CIMA; ROLAR PARA A DIREITA; ROLAR PARA A ESQUERDA.
- Essa atividade pode ser executada por uns 5 minutos.

Disponível em: <https://br.pinterest.com/pin/82753711895426158/>

Nome da atividade 21: Espelho de imagens.

Materiais necessários: Sulfites e caneta.

Descrição: A professora fará desenhos de posições e os alunos deverão reproduzi-las.

Sugestão: Trazer os desenhos das posições já impressas. Proporcionar que as crianças desenhem também.

Nome da atividade 22: Movimento do guarda-chuva.

Materiais necessários: Um guarda-chuva.

Descrição: Os alunos em roda, a professora fará movimentos com o guarda-chuva e os alunos imitarão. Combinar previamente com as crianças quais movimentos serão executados quando “abrir o guarda-chuva, fechar o guarda-chuva, movimentar para cima e para baixo, para a direita e para esquerda”.

Nome da atividade 23: Bola no caracol.

Materiais necessários: Corda e bolas pequenas.

Descrição: No chão, será formado um espiral com uma corda, e os alunos deverão passar bolinhas por todo o “caracol”, ora com as mãos, ora com os pés.

Sugestão: O percurso pode ser feito empurrando a bolinha com um cabo de vassoura, abanando com um pedaço de papelão ou outro material de fácil acesso.

Nome da atividade 24: Locomoção com obstáculos.

Materiais necessários: TNT com cortes de círculos.

Descrição: Em um TNT grande, fazer círculos com tamanho que as crianças possam caminhar entre eles. Com o auxílio de cadeiras, amarrar o TNT em uma altura que permita às crianças realizarem o percurso. Serão acrescentadas demandas ao final de cada percurso, tais como: carregar bolinhas em cima de pratos descartáveis; lançar e receber bolas de diferentes tamanhos.

Nome da atividade 25: Trilho de trem.

Materiais necessários: Duas cadeiras, barbantes e lápis.

Descrição: Dois barbantes paralelos amarrados às pontas em cadeiras. Os alunos deverão equilibrar os lápis um a um.

Nome da atividade 26: Carregar bambolês em duplas.

Materiais necessários: Bambolês e cones.

Descrição: Em duplas, os alunos deverão equilibrar um bambolê na barriga e transpor para o local indicado pela professora.

Nome da atividade 27: Bolinhas na fita.

Materiais necessários: Bolas pequenas de plástico, fita crepe e duas cadeiras.

Descrição: As bolinhas coloridas estarão presas com fita crepe e os alunos deverão usar os pés para removê-las da fita. Em seguida, deverão colocá-las com as mãos nos discos esportivos correspondentes às suas respectivas cores.

Sugestão: Pegar as bolinhas com os pés e levá-las para trás com uma meia cambalhota, colocando-as no disco ou em um círculo desenhado no chão.

Nome da atividade 28: Carregando argolas.

Materiais necessários: Argolas, barbante e duas cadeiras.

Descrição: Dois barbantes paralelos amarrados às pontas em cadeiras. Os alunos deverão carregar as argolas sem deixá-las tocar no barbante, uma de cada vez, para o outro lado.

Nome da atividade 29: Transpor argolas em duplas.

Materiais necessários: Cones e argolas.

Descrição: Um cone com argolas e outro sem. Em duplas, deitados um de frente para o outro, os alunos passarão as argolas de um cone para o outro, realizando movimento abdominal.

Nome da atividade 30: Circuito com os “pés”.

Materiais necessários: Pés e mãos feitos em E.V.A, discos e bolinhas coloridas.

Descrição: Os alunos seguirão o caminho feito pela professora e encaixarão as bolinhas nos discos, realizando pareamento de cores.

Nome da atividade 31: Pega-pega caçador

Materiais necessários: bola

Descrição: uma pessoa ficará com a bola e essa será o caçador, os outros serão os coelhinhos. O caçador deve perseguir os coelhinhos e jogar a bola, quem for pego está fora da brincadeira e só poderá voltar quando recomeçar. O último a ficar será o novo caçador. A brincadeira pode evoluir nas regras servindo para crianças mais velhas.

Variação: queimada individual- dentro de um espaço delimitado a bola começa com um caçador que deve lançar a bola nos colegas, se a bola acertar e cair no chão a criança está fora, mas se ela segurar quem jogou está fora e está passa a ser o próximo caçador porém se o caçador jogar a bola e está tocar o chão quem pegar primeiro pode ser o próximo caçador.

Nome da atividade 32: Pega-pega correntinha

Materiais necessários:

Descrição: o pegador correrá atrás de seus colegas e quem for pego deve dar a mão e torna-se pegador também. A cada pessoa pega a corrente ficar maior até que todos sejam pegos. O último que ficar vence e a corrente não pode soltar as mãos se não a pega não vale.

Variação de dificuldades: quem for pego deve dar a mão para quem o pegou tornando-se a ponta da corrente, ou seja, se for pego por um lado da corrente será a ponta daquele lado e não pode trocar de lado ou ir para o meio. Apenas as pontas podem pegar, então passar por baixo dos braços da corrente ou por baixo das pernas está permitido.

Nome da atividade 33: pega-pega muralha

Materiais necessários: fita ou giz ou corda ou qualquer coisa que sirva para fazer uma linha no chão onde será a muralha

Descrição: o pegador ficará em cima da linha e pode mover-se apenas em cima da linha enquanto os colegas tentam passar de um lado para o outro, quem for pego torna-se parte da muralha, o último que ficar ganha. Não pode passar por fora da linha demarcada.

Sugestão: o pegador pode mover-se apenas lateralmente

Nome da atividade 34: Circuito cego

Materiais necessários: tecido para fazer uma venda, barbante

Descrição: um barbante será amarrado de uma forma que passe por obstáculos, faça voltas, passe por cima e por baixo de obstáculos, então o aluno vendado deve segurar com uma mão no barbante e com a outra tentar adivinhar o que está a sua frente seguindo o barbante e transpondo os obstáculos. Serve para dessensibilização sobre medo do escuro, o fato de não enxergar, mas saber onde está o que ajuda a suportar melhor a ausência dos pais ou figura de afeto e segurança, além de trabalharmos outros sentidos.

Nome da atividade 1: Dança de Gana

Materiais necessários: Aparelho de som.

Descrição: KYE KYE KULE" OU CHE CHE KU LEYÉ cantada em muitos países da África e em todo o mundo. É uma música de chamada e resposta com ações. O líder canta uma linha e o grupo a repete. Todas as linhas são cantadas, ao mesmo tempo em que executam ações de acordo com a batida. É melhor caracterizada como uma rima, mas rima na língua de Gana. É uma forma de ensinar ritmo e continuidade durante o desenvolvimento de habilidades linguísticas em crianças. Esta música se enquadra nessa categoria, pois, quase todas as pessoas que frequentaram a escola primária em Gana vivenciaram essa brincadeira.

PARA REALIZAR A ATIVIDADE: O líder, executa as seguintes ações enquanto canta a linha do verso correspondente da música. Em seguida, você repete as mesmas ações enquanto repete a mesma linha do verso cantada pelo líder.

1. LÍDER: CHE CHE KU LEYÉ

* GRUPO: CHE CHE KU LEYÉ

(TOQUE NA CABEÇA COM AS MÃOS 4 VEZES NO RITMO.)

2. LÍDER: CHE CHE KOFI SA

GRUPO: CHE CHE KOFI SA

(TOQUE SEUS OMBROS 4 VEZES NO RITMO)

3. LÍDER: KOFI SA LANGA

GRUPO: KOFI SA LANGA

(COLOQUE AS MÃOS NA CINTURA E BALANCE NO RITMO)

4. LÍDER: KAKA SHI LANGA

GRUPO: KAKA SHI LANGA

(TOQUE OS JOELHOS 4 VEZES NO RITMO).

5. LÍDER: KUM ADEN NDE **

GRUPO: KUM ADEN NDE

(CURVE-SE E TOQUE SEUS PÉS E OMBROS NO RITMO)

<https://www.youtube.com/watch?v=eGl3WaMFGkY&t=1s>

Outras versões da Canção:

https://www.youtube.com/watch?v=hldp_Nj0tgk

<https://www.youtube.com/watch?v=RD4lBAXF1JA>

Nome da atividade 2: Eu sou o índio chefe.

Materiais necessários: Aparelho de som.

Descrição: Esta brincadeira é semelhante ao “Mestre mandou”, é uma atividade de comandos onde é preciso que a criança entenda a ordem que está sendo pedida e

cumpri-la. Com essa brincadeira vamos criar um senso rítmico, ampliar o vocabulário do aluno, desenvolver a imaginação, coordenação motora, lateralidade, e conhecer partes do corpo. Inicialmente o adulto/ professor será o índio chefe e fala as ordens a serem cumpridas. Na brincadeira, podemos acrescentar novos comandos, como, por exemplo: bater os pés, dar um pulinho, mandar um beijo, gritar, ficar em silêncio, colocar as mãos pra cima, etc.

Letra da música:

*Fantoche: Ai, ai, o índio chefe chegou. Postura, perna de índio, braço cruzado, vamos
fazer tudo que ele*

mandar. Combinado? Ai, ele chegou.

Adulto: Eu sou o índio chefe.

Crianças: Sim, senhor.

Adulto: Fazem tudo que eu mandar?

Crianças: Sim, senhor.

Adulto: Índio chefe manda todo mundo bater palma. (Criança deve bater palmas)

Adulto: Muito bem.

Adulto: Eu sou o índio chefe. Crianças: Sim, senhor.

Adulto: Fazem tudo que eu mandar?

Crianças: Sim, senhor.

Adulto: Índio chefe manda todo mundo estalar a língua. (Criança deve estalar a língua)

Adulto: Muito bem. E assim por diante...

Sugestão: Para variação da brincadeira, as crianças que quiserem podem tornar-se o índio Chefe e solicitar algum comando.

Nome da atividade 3: Banyoka.

Materiais necessários:

Descrição: Banyoka, é uma brincadeira africana. As crianças podem ser separadas em duplas ou trios. Irei demarcar uma linha de partida e outra de chegada. Cada grupo deve sentar-se no chão e colocar as mãos nos ombros da criança à sua frente, formando assim uma “cobra” (significado da palavra banyoka no Zaire e Zâmbia). Cada “cobra” deve se movimentar sem se soltar até chegar na linha de chegada, quem chegar mais rápido vence.

Nome da atividade 4: Amarelinha Africana

Materiais necessários: Giz, fita crepe, quadra ou espaço cimentado e caixa de som.

Descrição: Desenhar com giz ou fita um quadrado de 2X2, 4X4, 6x6, 8x8 ou 16x16, conforme o grupo. Introduzir o tema mostrando as diferenças no formato da amarelinha.

Perguntar se eles conhecem a amarelinha africana? Colocar a música da amarelinha africana. Trabalhar o ritmo da música. Mostrar a sequência que será trabalhada.

*Minuê, minuê,
Me gusta lá dance,
Me gusta lá dance,
Lá dança minuê*

Sugestão: <https://youtu.be/SfGfBoPlo0w?si=nRCtFNyv9g5W745O>
<https://youtu.be/a0GmqI6Mkfk?si=rcGQyXXKk-8Q1NsQ>

VOLTA A CALMA E RELAXAMENTO

Nome da atividade 1: Músicas que podem ser usadas na volta a calma e continuar o desenvolvimento.

Materiais necessários: voz

Descrição: Serão cantadas músicas com coreografias adaptadas para faixa etária e que contribuam para o desenvolvimento da oralidade, interação entre o ver e o fazer, e coordenação motora fina.

- “no meio da floresta morava uma coruja”
- “lá vai o velho trem”
- “à janelinha fecha quando está chovendo”
- “à dona aranha”

Nome da atividade 2: Volta à calma “Boneco de massinha”.

Materiais necessários: Aparelho de som.

Descrição: A professora irá cantar e fazer os gestos da música “Boneco de massinha”. Em pé, com os participantes afastados um do outro, terão que fazer o que a música solicitar. Quando a música disser “*respiro bem fundo*” os participantes farão uma inspiração pelo nariz enchendo bem os pulmões e soltando o ar lentamente pela boca. Letra e música: Sara do Vale

*“Boneco de massinha
Um dia endureceu
Respirou bem fundo
E amoleceu
Braços, pernas, pescoço relaxou*

*Respirou bem fundo
E depois sentou!"*