

Realização:



Apoio:



Parceiro estratégico:



## VIVÊNCIA EM FAMÍLIA



### CIRCUITOS MOTORES

#### VOCÊ SABIA QUE...

- Os circuitos motores permitem que as crianças desenvolvam habilidades como equilíbrio, agilidade, coordenação motora e senso espacial.
- Ao se depararem com obstáculos típicos das brincadeiras de circuitos, as crianças ampliam a percepção do próprio corpo, testam suas habilidades e entendem seus limites.

#### DICAS

- Convide as crianças a participarem da montagem dos circuitos.
- Para a construção dos obstáculos que serão usados na brincadeira, utilize objetos e materiais disponíveis em casa, como almofadas, cordas, tecidos e sucatas.
- Durante a brincadeira, estimule a competição saudável e a cooperação entre as crianças;
- Os circuitos motores ficam ainda mais divertidos quando os adultos participam junto das crianças.



## PRA FAZER JUNTO

- Escolha o espaço onde a brincadeira será realizada (sala, quarto, quintal?).
- Com a ajuda das crianças, monte um circuito motor com uma sequência de desafios que os participantes deverão cumprir. Definam juntos as regras da brincadeira.
- As atividades poderão ser feitas numa sequência ou não, e a duração de cada uma dependerá do interesse dos participantes.
- Algumas ideias para os desafios:
  - ✓ Espalhar bichinhos de pelúcia ou garrafas pets para as crianças zigzaguearem entre esses objetos.
  - ✓ Passar por cima ou por baixo de cadeiras.
  - ✓ Traçar uma linha no chão ou utilizar uma corda para caminhar sobre ela ou pulando de um lado e de outro.
  - ✓ Lançar bolinhas de papel dentro de um balde.
  - ✓ Pendurar e retirar meias ou outras peças leves de roupa no varal, utilizando pregadores.
  - ✓ Rolar, engatinhar ou “nadar” no tapete, colchão ou colchonete.
  - ✓ Equilibrar bolinhas em uma colher.
  - ✓ Engatinhar com uma almofada nas costas, sem deixá-la cair.



**NOME:** \_\_\_\_\_

**GRUPO:** \_\_\_\_\_

**DATA:** \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

Usando relato escrito, desenho ou foto, conte-nos como foi a experiência do circuito motor. Procure registrar a expressão das crianças e dos adultos enquanto brincam.

A large, empty rectangular box with a pink border, intended for students to write or draw their experience with the motor circuit activity.