



Cofinanciado pela
União Europeia



NOME DA ACTIVIDADE	<u>Atividade - andar num percurso</u>
PARCEIRO	Escola D. Carlos I - Portugal
IDADE	Todas as idades
DURAÇÃO	60 minutos
INSTRUÇÕES PARA A ACTIVIDADE	Na sala de estar ou no quarto, estabeleça um percurso com almofadas, cadeiras, por exemplo, rastejar para debaixo da cadeira, andar saltar sobre a cadeira sem lhe tocar, saltar com os pés juntos na almofada. No final, deve haver um brinquedo que a criança deve apanhar e trazer de volta para o adulto. 1º - Explorar o caminho 2º - Seguir o caminho numa ordem / sequência pré-definida (para os mais experientes) 3º Atravessar a ponte de almofadas (diferentes tamanhos e texturas) 4º Outras opções, seguir as pegadas ou a linha!
MATERIAIS, IMAGENS E LIGAÇÕES RELEVANTES	Com papel, fita-cola, giz, outros materiais em casa ou no formas no chão! Linhas retas, curvas e ziguezagues! Pegadas para saltar, andar em todas as direções, pés juntos, pés afastados! Pode fazer o molde com o pé do seu filho num papel Escolha a atividade que melhor se adapta ao seu filho e à sua família. Usa a tua imaginação! Tudo é válido, desde que se divirtam.



Cofinanciado pela
União Europeia





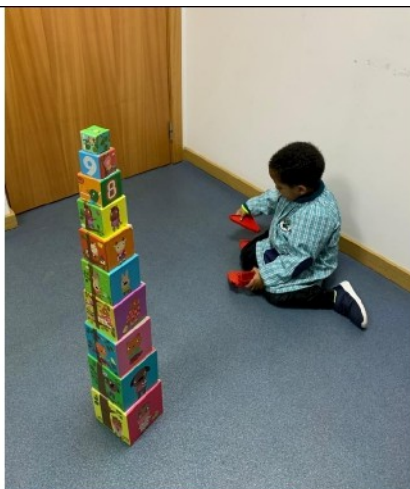
Cofinanciado pela
União Europeia



NOME DA ACTIVIDADE	Atividade - Construir uma torre de 5-6 cubos
PARCEIRO	Escola D. Carlos I - Portugal
IDADE	2-3 anos
DURAÇÃO	45 minutos
INSTRUÇÕES PARA A ACTIVIDADE	1. Coloque seis cubos (pacotes de leite) à frente da criança. Peça-lhe para construir uma torre. a) Felicita-o por cada cubo que coloca na torre; b) Se pararem no terceiro, levante outro cubo e peça-lhes que o coloquem na torre. Se necessário, guie a mão dela. Felicite-o pelo seu sucesso; c) Retirar gradualmente a ajuda (pistas verbais e ajuda física). 2. Deixe a criança desmontar a torre, como recompensa. 3. Leve a criança a praticar o empilhamento, utilizando outros materiais como esponjas, latas, caixas de plástico ou livros. 4. Para os mais velhos, faça um modelo e peça à criança para o copiar. Ex: uma ponte, um castelo...
MATERIAIS, IMAGENS E LIGAÇÕES RELEVANTES	seis cubos (pacotes de leite) 



Cofinanciado pela
União Europeia





Cofinanciado pela
União Europeia



NOME DA ACTIVIDADE	Atividade - Atirar uma bola a um adulto que se encontra a 1,5 metros de distância
PARCEIRO	Escola D. Carlos I - Portugal
IDADE	2-3 anos
DURAÇÃO	50 minutos
INSTRUÇÕES PARA A ACTIVIDADE	1. Comece por se sentar à frente da criança, atirando-lhe a bola e encorajando-a a devolvê-la. Aplaudir e reforçar. 2. jogar um jogo com um cesto grande e um saco de feijões ou uma bola, tentando atirar a bola ou o saco para dentro do cesto. 3. Sente-se a cerca de 0,5 metros de distância da criança. Atire ou faça rolar a bola para ela ou coloque-a nas suas mãos. Diga-lhe que atire a bola para si. Mantenha-se perto dela, com as suas mãos perto das mãos dela, para lhe facilitar a captura. Aplauda-o pelo seu comportamento. Repita isto muitas vezes e aumente gradualmente a distância. 4. Sente-se atrás da criança, pegue-lhe em cada braço enquanto segura a bola e oriente o seu lançamento da bola. Elogiar e recompensar a criança. Retirar gradualmente a ajuda à medida que a criança aprende a técnica. 5. Aumentar o grau de dificuldade para as crianças mais velhas.
MATERIAIS, IMAGENS E LIGAÇÕES RELEVANTES	cesto grande e saco de feijões ou bola



Cofinanciado pela
União Europeia





Cofinanciado pela
União Europeia



NOME DA ACTIVIDADE	Atividade - Transportar a bola
PARCEIRO	Escola D. Carlos I - Portugal
IDADE	Todas as idades
DURAÇÃO	50 minutos
INSTRUÇÕES PARA A ACTIVIDADE	Utilize duas taças ou baldes e encha um deles com bolas ou outros objectos pequenos. Depois, utilizando apenas os pés, tente transportá-los de um para o outro. Para crianças mais velhas: Pode encher o primeiro balde com água para aumentar a dificuldade da tarefa. Pode também colocar os dois baldes afastados e transportar as bolas com a ajuda de uma colher. Pode utilizar objectos muito pequenos, como berlindes, pompons ou elásticos e fazer o desafio da água com a ajuda de dois paus. Objectivos: melhorar a agilidade, a motricidade global, o equilíbrio e a coordenação.
MATERIAIS, IMAGENS E LIGAÇÕES RELEVANTES	2 baldes, bolas ou outros objectos pequenos 



Cofinanciado pela
União Europeia



NOME DA ACTIVIDADE	Atividade - Motricidade fina
PARCEIRO	Escola D. Carlos I - Portugal
IDADE	Todas as idades
DURAÇÃO	50 minutos
INSTRUÇÕES PARA A ACTIVIDADE	1 - Numa folha de papel, desenha alguns contornos ou formas diferentes. 2 - Dê à criança algum material para colocar em cima das formas, feijões, grãos, botões, pedaços de papel, plasticina... o material pode ser utilizado durante vários dias, ou se forem pedaços de papel podem também colá-los. Faça formas diferentes de cada vez que realizar a atividade. 3 - Para os mais pequenos, utilize um jarro de água (vazio) e bolas de pingue-pongue ou pompons. A criança tem de tirar as bolas de um cesto e colocá-las no jarro.
MATERIAIS, IMAGENS E LIGAÇÕES RELEVANTES	2 baldes, bolas ou outros objectos pequenos 



Cofinanciado pela
União Europeia

