

BRINCAR

ATIVIDADES MOTORAS PARA OS MAIS PEQUENOS



Vamos dar alguns exemplos de como brincar usando materiais que facilmente se tem em casa, para crianças na fase sensório motora, entre os 0 e os 2 anos.

Esta é uma fase de várias aquisições motoras globais importantes (sentar, rolar, gatinhar, andar), sendo muito importante promover uma atividade que estimule todas estas mudanças de posição.

Isto é facilmente conseguido colocando a criança brincar no chão.

Porquê :

Estas atividades exigem que a criança se mova livremente no espaço de forma a interagir com os objetos. A criança tem de libertar, pelo menos, uma das mãos para poder alcançar e agarrar os objetos, estando assim a desenvolver a **coordenação motora global, fina e óculo-manual**:

- Colar, com fita adesiva, objetos numa superfície vertical (parede, porta do frigorífico ou outra) e pedir à criança que os retire;
- Numa superfície de metal, tipo radiador (desligado!) ou porta do frigorífico, colar fitas adesivas de várias cores e pedir à criança que as retire;
- Utilizar brinquedos leves como bolas, cubos, miniaturas de animais, pompons, tampas ou rolhas de cortiça;
- Num vão entre dois móveis ou duas paredes, passar fita adesiva de um lado ao outro e colar objetos ao longo dela;



Esta segunda atividade exige maior coordenação, uma vez que os objetos estão mais soltos e irão movimentar-se, portanto, adequa-se a crianças um pouco mais velhas (a partir de 1 ano)



Saiba mais aqui:

[Exemplo 1](#)

[Exemplo 2](#)