

## Atividades complementares para os alunos da Educação Especial (Inclusão)

**Escola:** EMEF Villagio Ghiraldelli

**Professor/AEE:** Elivania Souza Silva (MANHÃ) e Lílian Danezi (TARDE)

**ATIVIDADE 1:** YOGA (de 12 a 16/07)

**Objetivo:** Estimular a coordenação motora, consciência corporal, noção de espaço, foco e atenção.

**Materiais:** Tapete, colchonete ou tatame e cartões com imagens das posturas.

**Desenvolvimento:** A Yoga é uma prática milenar, originária da Índia que trabalha o corpo e a mente, unindo exercícios de alongamento e meditação; trazendo vários benefícios para a saúde física e mental. **Atenção**, não somos profissionais de yoga, por isso, vamos fazer desse momento uma brincadeira divertida, respeitando os limites e o tempo da criança.

1º- Reserve um espaço onde o adulto e a criança possam sentar, levantar e se deitar no chão, sem risco de machucar. Se possível coloque uma música calma e relaxante.

2º- Selecione os cartões com as posturas que a criança consiga realizar, faça uma demonstração para ela e depois ajude-a a fazer. Caso a criança tenha dificuldades motoras, pode mantê-la deitada ou utilizar almofadas para auxiliar.



**DICA:** UTILIZE O ENCARTE ABAIXO PARA FAZER OS CARTÕES DE POSTURA.

# POSTURAS DE YOGA PARA CRIANÇAS



ÁRVORE



MONTANHA



CACHORRO



AVIÃO



TATU



PINÇA



LOTO



ESQUILO



BARCO



VELA



ARCO



ARADO



PONTE



LEÃO



RELAXADO



GUERREIRO

## ATIVIDADE 2: BRINCANDO COM CAIXA DE PAPELÃO (de 12 a 16/07)

**OBJETIVOS:** Estimular a coordenação motora global, noção espacial e os conceitos de dentro fora, perto e longe.

**MATERIAIS:** Caixa de papelão que caiba a criança sentada dentro. (caso não tenha caixa, pode-se substituir por banheira ou bacia)

**DESENVOLVIMENTO:** Você pode utilizar a “caixa” para brincar de DENTRO e FORA, conforme o vídeo do Link: <https://www.youtube.com/watch?v=4tRl9WOa6jA>

Em outro momento, você pode aproveitar para amarrar uma cordinha na “caixa” e empurrar a caixa com a criança dentro para LONGE e depois puxar para PERTO. Lembre-se de sempre reforçar os conceitos, por exemplo: Você está perto da mamãe! Agora está longe!

**DICA:** Use a imaginação e faça desse momento de aprendizagem, uma grande diversão.

Dica de vídeo: [https://www.youtube.com/watch?v=uxr3oV\\_sXTI](https://www.youtube.com/watch?v=uxr3oV_sXTI)



imagem retirada do Google.