

FISIOTERAPIA E TERAPIA OCUPACIONAL

IDADE RECOMENDADA: DE 4 A 6 ANOS



Objetivo: Estimular a atenção, concentração, equilíbrio, coordenação motora, noção corporal e espacial.

Material: Precisamos para essa brincadeira de no mínimo 2 pessoas.

Como desenvolver a atividade:

1. Reserve o local para a atividade, longe de objetos que possa se machucar em caso de desequilíbrios.
2. Escolha inicialmente quem será o mestre e quem deve seguir os comandos. Essa ordem deve ser mudada durante a brincadeira, para que todos sejam uma vez mestre.
- 3.
4. Explique as regras para a criança, de forma clara e simples. Por exemplo:
 - Meu sou o mestre e tudo que eu fizer você também deve fazer. Combinado?
5. Comece por desafios fáceis, por exemplo, levantar a mãos. E continuem, com levantar um pé, pular para frente, pular para o lado, pular com um pé só....
6. Incentive que realize as atividades de forma independente e sempre valorize seu desempenho.



Fonte da foto: <http://.blogspot.com/2017/04/vamos-brincar-de-siga-o-mestre.html>

Fisioterapeuta
CREFITO-3: 215426-F

Terapeuta Ocupacional
CREFITO-3: 18709-TO

Elaborado por Fisioterapeuta e Terapeuta Ocupacional do NEP Global.