

## OLIMPÍADAS DO MOVIMENTO

**Tema: Dê uma chance**

**Visão Geral:** Nesta série de atividades, os alunos participam de um simulado de olimpíadas de movimento. Na primeira sessão, eles aprendem sobre o que significa ser um bom companheiro de equipe, criam uma bandeira dos Jogos Olímpicos e marcham ao redor da sala. Na segunda atividade, eles se juntam a uma equipe, criam uma bandeira para sua equipe e trabalham juntos para completar jogos de movimento com seus companheiros de equipe. Finalmente, eles aprendem que todo mundo é um vencedor quando eles se movem todos os dias.

### **Vocabulário:**

- Energia: Aquilo que precisamos para nos mover, trabalhar e brincar. Algumas atividades requerem mais energia que outras

### **Atividade 1: Junte-se ao Time!**

**Tipo de Atividade:** Energia para Criar, Energia para Ler, Energia para Mover

**Domínio:** Cognitivo, Linguístico, Social Emocional

### **Os alunos vão:**

- Discutir sobre os Jogos Olímpicos e o que eles representam.
- Nomear as características de ser um membro de equipe
- Criar uma bandeira dos Jogos Olímpicos.
- Desenvolver habilidades motoras físicas marchando.

### **Materiais:**

- Bandeira Olímpica – incluída no final desta lição
- Giz de Cera
- Tesouras
- Palitos, Palito de sorvete ou canudo
- Grampeador ou fita crepe
- Cavalete com folhas
- Material para fazer uma tocha (Cartolina marrom e amarela, papel celofane vermelho e laranja) - Opcional

**Tempo:** 20-30 minutos

## Instruções:

1. Peça aos alunos que se sentem em círculo.
2. Peça aos alunos para nomearem esportes e jogos que eles gostam de jogar. Liste os jogos e esportes em uma folha no cavalete. Explique que existe um grupo muito especial de jogos e esportes chamado Olimpíadas. Durante as Olimpíadas, pessoas de diferentes lugares ao redor do mundo se reúnem para jogar jogos e celebrar a amizade. Diga aos alunos que eles terão seus próprios Jogos Olímpicos!
3. Pergunte aos alunos se eles sabem o que significa ser parte de uma equipe. Explique que uma equipe é um grupo que trabalha em conjunto e se ajuda a fazer o seu melhor. Eles torcem por seus companheiros ao longo do caminho. Peça aos alunos para chegarem a algumas regras que devem seguir para ser um bom companheiro de equipe durante os Jogos Olímpicos da classe. Escreva uma palavra ou imagem que represente cada regra na folha do cavalete.

Exemplos:

- Ser gentil
  - Esperar a sua vez
  - Se divertir
  - Fazer o seu melhor
  - Torcer por todos
4. Distribua o folheto da bandeira olímpica para cada aluno. Explique que esta é uma bandeira muito especial. Os círculos (chamados anéis) estão todos conectados para mostrar como as pessoas jogam e trabalham juntos como amigos.
  5. Peça que os alunos se levantem e entrelacem os braços exatamente como os anéis na bandeira para mostrar sua amizade.
  6. Conte os anéis com os alunos. Mostre aos alunos os nomes das cores em cada círculo. Direcione-os para colorir cada círculo com a cor que eles veem. Dê a cada aluno um giz de cera azul, preto, vermelho, amarelo e verde. Convide-os para colorirem suas bandeiras com as cores indicadas. Os círculos de cores diferentes mostram como pessoas diferentes se reúnem para jogar nos Jogos Olímpicos.  
Nota: Você pode ter que conduzir os alunos para eles usarem a cor correta em cada anel.
  7. Quando os alunos tiverem terminado, ajude-os a gravar ou grampear suas bandeiras olímpicas nos palitos ou nos canudos.
  8. Finalmente, peça aos alunos para marcharem pela sala segurando suas bandeiras como se estivessem entrando nas Olimpíadas. Se disponível, toque a canção-tema dos Jogos Olímpicos ou o Tema da Vitória, enquanto os alunos marcham.

**Enriquecimento Opcional:** Se o tempo permitir, convidar os alunos para fazerem uma tocha olímpica para cuidar de seus jogos. A tocha pode ser feita de várias maneiras. Uma maneira é fazer um cone com cartolina marrom e preencher com papel celofane para parecer o fogo. Use a cartolina amarela para decorar. Uma segunda maneira é contornar as mãos dos alunos na cartolina amarela e recortar e coloca-las em um cone feito com a cartolina marrom.

## Atividade 2: Hora do Jogo!

**Tipo de Atividade:** Energia para Mover

**Domínio:** Cognitivo, Linguístico, Social Emocional, Físico

### **Os Alunos vão:**

- Desenvolver as habilidades motoras finas colorindo e decorando uma bandeira para sua equipe.
- Seguir instruções de um a três passos.
- Usar a coordenação corporal e desenvolver habilidades motoras com uma série de movimentos.
- Aprender as cores primárias.

### **Materiais:**

- Papel
- Tintas
- Diversos materiais e equipamentos para jogos (bolas, cones, cadeiras, saquinhos de areia/arroz/feijão, argolas, etc.)
- Cartolina amarela, furador, corda (opcional)

**Tempo:** 20-30 minutos

### **Instruções:**

*Nota: Antes que os alunos entrem na sala, monte os jogos. Você pode fazer um circuito de obstáculos para as equipes completarem ou vários jogos diferentes para eles concluírem, um de cada vez.*

Ideias para atividades apropriadas para cada idade, acesse:

[www.aahperd.org/headstartbodystart/activityresources/activities3\\_5/index.cfm](http://www.aahperd.org/headstartbodystart/activityresources/activities3_5/index.cfm).

1. Reveja as cores nas bandeiras olímpicas.
2. Divida os alunos em equipes que representem as diferentes cores na bandeira. Uma equipe pode ser a equipe azul, outra a equipe vermelha, etc. O número de equipes

depenará do número de alunos em sua classe. Tente dividir meninos e meninas e alunos de diferentes habilidades uniformemente entre as equipes.

3. Reveja as regras para ser um bom companheiro de equipe que os alunos desenvolveram na Atividade 1.
4. Peça aos alunos que se sentem em uma mesa com seus companheiros de equipe.
5. Distribua uma grande folha de papel para cada equipe, juntamente com pincéis e tintas que correspondam às cores da equipe. Convide as equipes a criarem uma bandeira que vocês irão pendurar na sala de aula durante os Jogos Olímpicos. A bandeira deve ser pintada com as cores da equipe. Eles podem simplesmente cobrir a bandeira com a sua cor ou incluir círculos, formas e linhas. Convide todos os alunos a trabalharem juntos para pintar a bandeira.
6. Enquanto as bandeiras estão secando, mostre aos alunos os jogos em que eles estarão competindo.
7. Lembre aos alunos que os jogos são sobre amizade e diversão. Todo mundo que joga é um vencedor.
8. Enquanto os alunos competem nos jogos, lembre-os das regras que desenvolveram.
9. Depois de terem jogado todos os jogos, convide os alunos a sentarem em um círculo. Explique que eles são todos vencedores. Eles tem que se movimentar, se divertir e brincar com seus amigos.

**Enriquecimento opcional:** Se o tempo permitir, faça medalhas para cada aluno com círculos de cartolina amarela. Fure um buraco em cada círculo e coloque uma corda através do buraco. Amarre a corda para fazer um colar. Quando os alunos terminarem seu último jogo, colocar uma medalha em torno de seus pescoços!

## Modificações:

### Aprimore para Alunos Mais Velhos

- Os alunos mais velhos podem te ajudar a fazer os obstáculos do circuito ou planejar os jogos.

### Simplifique para Alunos Mais Novos

- Os alunos mais novos podem ficar todos na mesma equipe e simplesmente jogarem juntos.

## Alinhamento de Padrões NAEYC

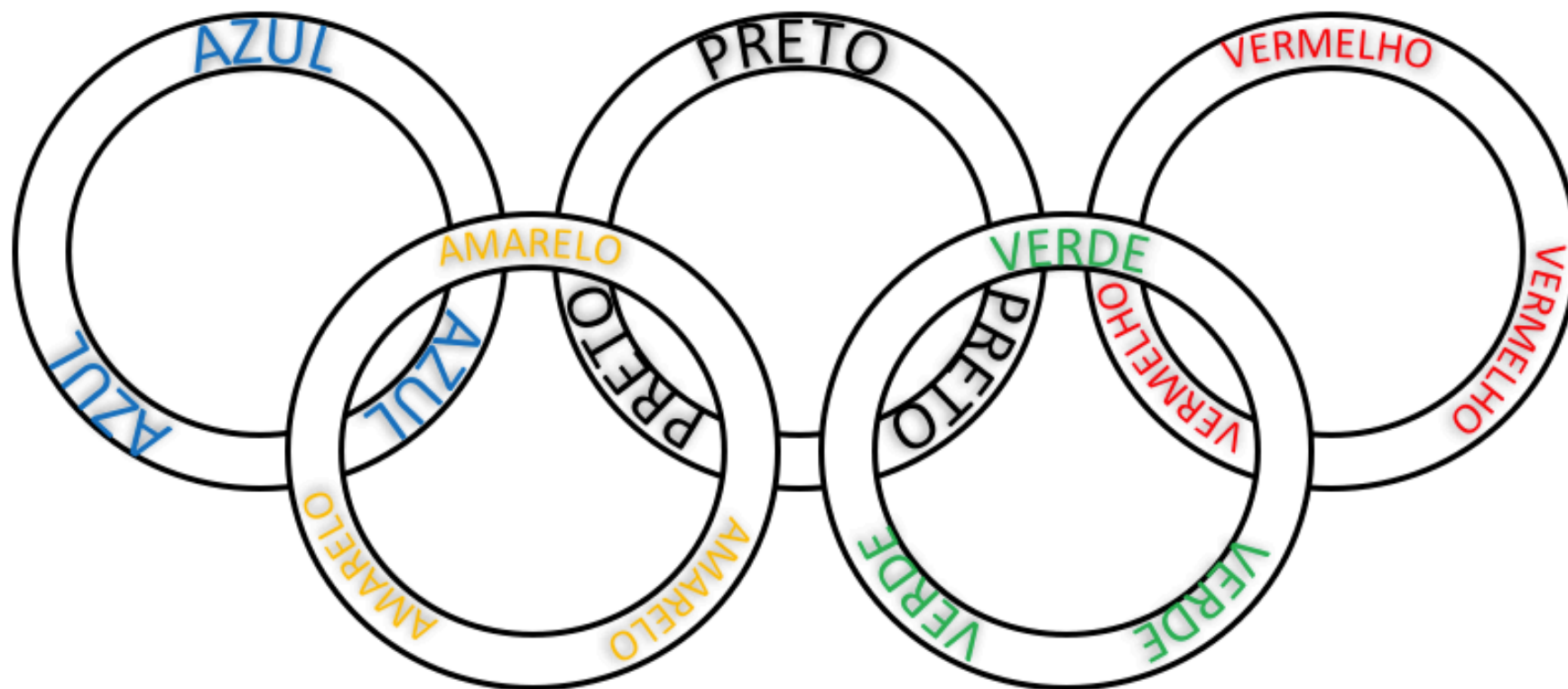
- **2.A.10** O currículo orienta os professores a incorporarem conteúdo, conceitos e atividades que promovam o desenvolvimento social, emocional, físico, linguístico e cognitivo e integrem áreas-chave de conteúdo, incluindo alfabetização, matemática, ciência, tecnologia, expressão criativa e artes, saúde e segurança, e estudos sociais.

- **2.K.01** Várias oportunidades e materiais são fornecidos para incentivar boas práticas de saúde nas crianças, tais como se servir e se alimentar, descansar, ter boa nutrição, fazer exercícios, lavar as mãos e escovar os dentes.
- **2.C.04** Várias oportunidades e equipamentos são fornecidos para as crianças participarem em grandes experiências motoras que estimulam uma variedade de habilidades; melhoram a integração sensório-motor; desenvolvem o movimento controlado; permitem que crianças com habilidades variadas tenham experiências motoras de grande porte semelhantes às dos seus colegas; variam de familiar a novo e desafiador; ajudam a aprender jogos físicos com regras e estrutura.
- **2.J.06** Várias oportunidades abertas e materiais são fornecidos para as crianças se expressarem de forma criativa através de (a) música e (d) arte bi e tridimensional.
- **2.L.06** Várias oportunidades são fornecidas para as crianças se engajarem em discussões sobre justiça, amizade, responsabilidade, autoridade e diferenças.

## Seja Esperto desde o Início em Casa!

As crianças em idade pré-escolar não devem entender as calorias ou como seus corpos usam energia, mas podem começar a aprender informações fundamentais para ajudá-los a tomar decisões saudáveis a respeito da dieta e do exercício. As aulas Esperto desde o Início são um conjunto de atividades flexíveis projetadas para introduzir e reforçar esses conceitos, e nós incentivamos você a integrar o resto das atividades do Eu e Minhas escolhas e Dê uma chance! no seu currículo. Ao longo dessas atividades, as crianças aprenderão sobre a energia que precisam para trabalhar e brincar; fazer escolhas saudáveis sobre o que comem e bebem em uma variedade de grupos de alimentos; e como se mover ao longo do dia com atividades divertidas que ajudam a manter seus corações fortes e saudáveis.

À medida que seus alunos progredem para o ensino médio, o currículo Contamos Juntos Decisões Saudáveis, Hábitos Saudáveis™ pode ajudá-los a se concentrarem em conceitos mais rigorosos relacionados à autoestima, tomada de decisão, nutrição saudável e atividade física regular.



## Energia em Casa

Esta semana, seu filho participou das Olimpíadas do Movimento. Aprendemos sobre esportes e jogos e aprendemos a ser um bom companheiro de equipe.

Seu filho fez uma bandeira olímpica e marchou em torno da sala de aula para abrir os jogos. Todos os alunos participaram de atividades divertidas de movimento. Eles aprenderam a se revezar, torcer para todos, e fazer o seu melhor. Eles também aprenderam que eles são todos vencedores porque eles se movimentaram e se divertiram.

Você pode planejar uma pista de obstáculos em seu quintal, no parque do bairro, ou mesmo dentro de sua casa ou apartamento. Tudo que você precisa é algo para pular, algo para subir, e algo para jogar e pegar. Seu filho pode mostrar o que eles fizeram para te dar algumas ideias. Que comecemos os jogos!