

SE DIVERTINDO COM BOLAS!

Tema: Dê uma chance

Visão Geral: Nesta série de atividades, os alunos vão nomear as coisas que eles gostam de fazer com uma bola, experimentar e documentar diferentes tipos de movimentos com bola, e criar um móbil que exiba imagens e informações sobre o seu jogo com bola.

Vocabulário:

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

Atividade 1: Igual e Diferente

Tipo de Atividade: Energia para Descobrir

Domínio: Cognitivo, Linguístico, Físico

Os Alunos vão:

- Desenvolver vocabulário relacionado com ações com bolas, tais como saltar, jogar, driblar, bem como outros termos descritivos relacionados, tais como grandes, pequenos, coloridos, etc.
- Identificar semelhanças e diferenças de várias bolas.

Materiais:

- Uma variedade de bolas em várias formas, tamanhos e texturas. Se você não tiver bolas disponíveis, você pode substituir por bolas de lã, bexigas, bolas de meia, e buchas de banho de nylon
- Cavalete com folhas

Tempo: 20-30 minutos

Instruções:

1. Peça aos alunos que se sentem em círculo.
2. Mostre aos alunos uma bola. Peça para compartilharem algo que eles sabem sobre a bola. Diga que eles vão pegar uma bola para segurar. Eles não devem jogar ou chutar. Eles só têm que segurá-la. Em seguida, passe uma bola para cada criança.
3. Pergunte às crianças o que sabem sobre as bolas que estão segurando.

4. Dependendo das respostas, peça aos alunos que respondam a uma ou mais das seguintes perguntas sobre as bolas em suas mãos. As perguntas podem ser:
 - A sua bola é pequena ou grande?
 - A sua bola é dura ou macia?
 - A sua bola é lisa ou áspera? (Os alunos podem precisar de alguma ajuda com estes adjetivos)
 - Qual a cor da sua bola?
 - Qual o formato da sua bola?
 - Você já brincou com a bola que você está segurando?
5. Pergunte aos alunos se eles sabem o que significa quando duas coisas são iguais. Se não, explique que o mesmo significa que um é como o outro. Mostre aos alunos duas bolas que são exatamente as mesmas para ajudar os alunos a entenderem este conceito. Em seguida, mostre aos alunos duas bolas diferentes que são iguais em todos os sentidos, exceto um. Exemplifique para os alunos um exemplo de algo que é o mesmo sobre essas duas bolas. Por exemplo, a bola amarela pequena é igual a bola azul pequena porque ambas são pequenas. A bola pequena vermelha é igual a bola grande vermelha, porque ambas são vermelhas. Permitir que vários alunos voluntários compartilhem características que são iguais sobre diferentes bolas.
6. Então, pergunte aos alunos se eles sabem o que significa quando duas coisas são diferentes. Explique que é quando uma coisa não é como outra. exemplifique para os alunos como duas das bolas são diferentes. Por exemplo, a bola azul pequena é diferente da bola vermelha pequena porque são de cores diferentes. Permita que vários alunos voluntários compartilhem características diferentes.

Atividade 2: Como você sente?

Tipo de Atividade: Energia para Descobrir, Energia para Mover

Domínio: Cognitivo, Linguístico, Físico

Os Alunos vão:

- Usar habilidades motoras para pegar, arremessar, chutar, driblar e manter uma bola no ar.
- Descrever como uma série de movimentos fez eles sentirem seus corpos de forma diferente.
- Ajudar o professor a documentar como os movimentos os fazem sentir.

Materiais:

- Uma de cada das seguintes bolas: bola de praia, bola pequena (tênis, baseball), bola média (vôlei, futebol). Se você não tiver bolas disponíveis, você pode substituir por bolas de lá, bexigas, bolas de meia, e buchas de banho de nylon
- Cavalete com folhas
- Papel e lápis

Tempo: 20-30 minutos

Instruções:

1. Diga aos alunos que agora é hora de se divertirem um pouco com suas bolas.
2. Pegue a bola de praia. Peça aos alunos que formem um círculo.
3. Explique que você vai tocar a bola no ar e chamar o nome de alguém. Quando você chamar seu nome, eles devem tentar tocar a bola no ar e chamar o nome de um aluno diferente. Continue até que todos os alunos tenham tido a oportunidade de tocar a bola.
4. Pergunte aos alunos se eles observaram alguma mudança em seu corpo quando estavam correndo. Respiravam mais? Sentiram como se seu coração estivesse batendo mais rápido? (Você pode querer mostrar aos alunos como sentir seus corações batendo).
5. Desenhe a bola de praia na folha do cavalete e desenhe ou escreva qualquer uma das observações do aluno.
6. Pegue a bola de futebol. Peça a dois alunos voluntários para correrem no lugar e depois virem para a frente da sala e chutarem a bola de futebol suavemente para trás e para frente uns aos outros. Novamente, pergunte aos alunos como eles se sentiram enquanto chutavam a bola. Será que eles respiraram mais forte? Sentiram como se seus corações estivessem batendo mais rápido? Explique aos alunos que quando nos movemos, nossos corpos usam mais oxigênio (ar) e respiramos com mais força. Quando nos movemos, também estamos fazendo com que nossos corações trabalhem duro já que estão batendo mais rápido. Diferentes movimentos usam diferentes quantidades de energia.
7. Documente as respostas dos alunos na folha, mostrando marcas de registro para uma ou mais das perguntas. Por exemplo, você pode optar por documentar o número de alunos que respiram com mais dificuldade versus o número de alunos que não.
8. Continue este processo com várias atividades de bola diferentes, como driblar uma bola de basquete, rolar uma bola de praia para frente e para trás, segurar uma bola entre os joelhos e pular ao redor da sala, e tentar manter uma bola no ar.
9. Depois de cada atividade, peça aos alunos para perceberem como seus corpos estão diferentes.

10. Explique aos alunos que se mover com bolas nos faz trabalhar e usar energia. Depois de todas as atividades, pergunte aos alunos qual movimento de bola fez seus corpos trabalharem mais pesado.

Atividade 3: Faça uma bola

Tipo de Atividade: Energia para Descobrir, Energia para Mover, Energia para Criar

Domínio: Físico

Os alunos vão:

- Seguir as instruções para fazer suas próprias bolas de quicar
- Praticar movimentos motores brincando com as bolas que fizeram.

Materiais:

- Cola branca
- Corante de alimentos
- Bórax em pó
- Amido de milho
- Água morna
- Copos pequenos
- Colheres de medida
- Palito de picolé ou colheres de plástico para mexer
- Papel toalha

Tempo: 20-30 minutos

Instruções:

1. Peça aos alunos que idealizem o que poderiam fazer se quisessem brincar com uma bola, mas não tivessem uma. Aceite todas as respostas possíveis. Em seguida, orientar os alunos a dizerem que eles poderiam fazer sua própria bola!
2. Coloque três xícaras na frente de cada aluno.
3. Direcione os alunos a fazerem o seguinte para fazer suas bolas. Você pode precisar ajudar os alunos mais jovens com a medição. Certifique-se de que os alunos sabem que nenhum dos ingredientes pode ir em suas bocas.
 - No primeiro copo, coloque quatro colheres de sopa de água morna, três colheres de sopa de amido de milho e $\frac{1}{2}$ colher de chá de bórax em pó. Mexa bem.
 - No segundo copo, despeje a cola. Adicione várias gotas de corante alimentar. Mexa bem.

- despeje a mistura de água na mistura de cola. Certifique-se de que cada uma tenha sido bem misturada. Misturar a mistura combinada. Ela vai começar a aglomerar. Continue mexendo até que você tenha uma grande bolota!
 - Tire a bolota do líquido e comece a rolar usando apenas as palmas das mãos para formar uma bola. Ela pode ser pegajosa no início, então você pode precisar limpar as mãos com uma toalha de papel molhada.
 - Deixe a sua bola de borracha alguns minutos para secar.
4. Convide os alunos para praticar quicar a bola, jogando e pegando suas bolas com um parceiro.

Modificações:

Aprimore para Alunos Mais Velhos

- Para alunos mais velhos, você pode variar o tamanho e textura das bolas que eles usam na Atividade 2, assim como a distância que eles estão jogando/chutando as bolas.

Simplifique para Alunos Mais Novos

- Você pode ter que medir os ingredientes da Atividade 2 antes de começar.

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.E.05** As crianças têm oportunidades diárias de escrever e ditar suas ideias.
- **2.G.03** Várias oportunidades e materiais são fornecidos para estimular as crianças a usarem os 5 sentidos para observar, explorar, e experimentar os fenômenos científicos.
- **2.G.06** Várias oportunidades e matérias são fornecidos para estimular as crianças a pensarem, questionarem e racionalizarem sobre fenômenos observados e demonstrados.



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 se divertiu com bolas! Os alunos compararam vários tipos diferentes de bolas e nomearam as maneiras delas serem iguais e diferentes. Eles praticaram chutes, jogar, pegar e driblar bolas. Eles também falaram sobre como sentiram seus corpos diferentes após o exercício e após brincar com essas bolas. Finalmente, eles fizeram suas próprias bolas usando cola, bórax, amido de milho e água.

Brincar com bolas é uma ótima maneira para crianças pré-escolares desenvolverem habilidades motoras importantes finas e grossas. Deixe o seu filho te mostrar como ele ou ela pode passar, saltar, chutar e driblar uma bola. Se você não tem bolas em casa, você pode fazer uma com lã, meias, ou mesmo uma bucha de banho de nylon.