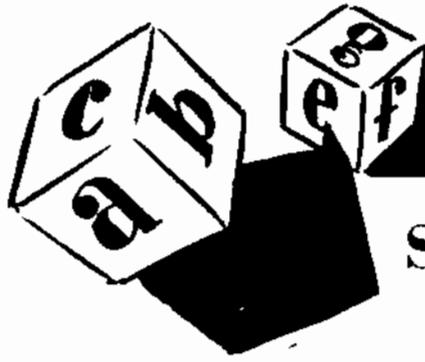


# SUGESTÕES PARA UMA SESSÃO DE



# Educação

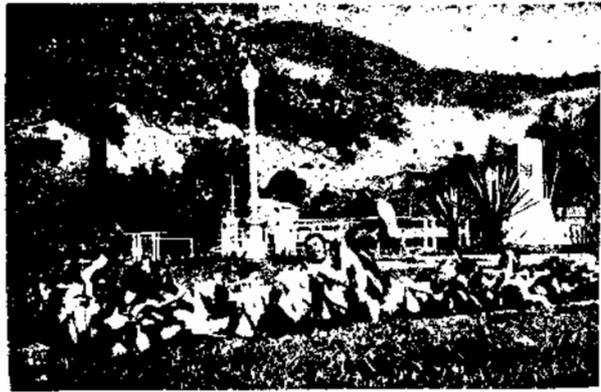
## SESSÃO PREPARATÓRIA ( 5 MINUTOS )



Ainda estava escuro quando o galo nos despertou com o seu matinal "cô-corô-côô!..."



(1) ... o trem apitou na curva... (revoluções)



(3) ... alugamos bicicletas e fomos passelar... (pernas)



(2) ... os patos fugiram batendo as asas... (braços)

# gimnasia infantil

## “UM PASSEIO AO CAMPO”

CICLO: Jardim da Infância (4 a 6 anos)

DURAÇÃO: 20 Minutos

MODALIDADE: Ginástica Historiada



4) ... um vento forte começou a soprar... (tronco)



5) ... as agulhas pousaram no pico da montanha... (equilíbrio).

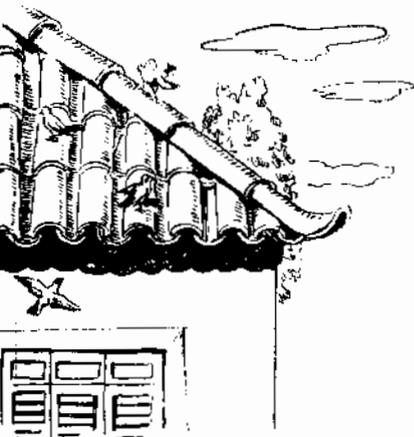


# SESSÃO PROPRIAMENTE DITA

(11 MINUTOS)



(7) ... as formiguinhas saíam do formigueiro... (marchar).



(8) ... o jacaré estava com fome... (jôgo de trepar).



(9) ... os pardais saltitavam no telhado... (saltar).

**A**TUALMENTE a Educação Física infantil está muito difundida no Brasil. Nossas remessas de documentação especializada têm aumentado consideravelmente e inúmeras pessoas têm pedido orientação para o trabalho físico dos filhos. Uma delas queixou-se da impossibilidade de manter o interesse do filho na ginástica diária; outra, disse-me que "a garota" (4 anos) não levava nada a sério, pois só queria brincar.

No primeiro caso, o aconselhado foi variar ao máximo as modalidades de trabalho físico, escolhendo atividades compatíveis com o interesse da criança, não se cogitando de ensinar exercícios (Revista #4 "A Psicologia e o Ensino da Educação Física Infantil"). São indicadas para crianças em idade pré-escolar (3 a 6 anos) as seguintes atividades: brincadeiras de roda e canto, flexionamentos por imitação, exercícios mimicos, pequenos jogos, jogos respiratórios, excursões pelos arredores, banhos de mar e de sol e recreação em aparelhos e mples.

No segundo caso, nada há de anormal, pois toda criança anseia por recrear-se livremente, restando-nos apenas, "participar" dessa recreação, ora sugerindo, ora incentivando e ora sofrendo.

A maneira de preparar a sessão de ginástica infantil não deve ser rígida, devendo, no entanto obedecer na medida do possível, a uma seqüência lógica. A realidade nos ensina que nem sempre se pode seguir o plano pré-estabelecido, havendo necessidade de mudança na ordem e, por vezes, de improvisação de exercícios. Assim, se na ocasião em que deveríamos dar um exercício de saltar, uma tropa com lambores, que passe por perto atirará toda a atenção das crianças, logo o único recurso de não fazer solução de continuidade, é aproveitá-las para executar o exercício de marchar: se é um aeroplano que passa, executar-se-á uma corrida de braços abertos, e assim teremos a certeza de não contrariar as tendências naturais da criança.

A ginástica historizada é uma forma recreativa que se dá à sessão de ginástica e apresenta uma série de vantagens entre as quais a de explorar a faculdade de imitação. Sua organização consiste em contar uma história infantil, de antemão preparada, que abranja os exercícios de uma sessão de ginástica comum e, sempre que possível, que inclua ensinamentos de bons hábitos.

O conto deve ser imaginado de tal modo que a sua realização independa de local, de material ou do numero de crianças (nunca superior a 20).

Neste trabalho, sob a forma de desenhos com legendas incompletas (para não padronizar), são apresentadas sugestões para os diversos exercícios do conto. Utilizando-se os exercícios apresentados, o conto varia de acordo com a imaginação do instrutor.

Entretanto, convém pesquisar o gosto da maioria, pois há crianças cuja atenção depende da maneira de iniciar o conto. Assim, não daria resultado iniciar o conto com o "Agora vou contar para VV. a história dos dois ursinhos..." se a criança está acostumada ao "Era uma vez uma fada..." ou, contar as peripecias dum "Passeio ao Campo" se a criança prefere ouvir uma "história de anões".

Pode-se conciliar tudo isso, iniciando o conto de acordo com o interesse geral, intercalando-se com geito os mesmos acontecimentos que dão ocasião aos exercícios escolhidos.

ALBINO M. COSTA

CAP. INSTRUTOR DA F. E. F. E.



110) ...o rato quando viu o gato... (jogo de correr)



111) ... atirei o pau no gô-t-ô-tô!... (roda com canto)

**VOLTA A CALMA**  
(2 minutos)

...marcha soldado!

