

## Desafios corporais para bebês

*Como incluir na rotina da creche situações em que os pequenos sejam estimulados a desenvolver novos movimentos e a aprender mais sobre o próprio corpo*



### Introdução

O que significa ser inteligente? Muitas pessoas consideram Albert Einstein uma pessoa inteligentíssima. Mas é provável que, durante a cobrança de um pênalti, ele não fosse capaz de acertar o gol. Diante dessa afirmação, alguém poderá dizer que não é necessário ter a mesma inteligência de Einstein para bater uma falta no futebol – e essa pessoa estará certa. Não existe apenas um tipo de inteligência: aquela que é desenvolvida para cálculos matemáticos complexos é diferente da que se requer nos esportes. A Psicopedagogia moderna reconhece que tanto Einstein quanto Zico, por exemplo, foram pessoas inteligentes, cada qual em sua área de atuação.

Em [entrevista à revista Superinteressante](#), o psicólogo Howard Gardner, da Universidade de Harvard, explicou que existem ao menos oito tipos de inteligência. O importante é que elas sejam corretamente estimuladas durante a infância. Ou seja, desenvolver o raciocínio lógico, manipular objetos, saltar, escrever palavras, entre outras habilidades, requer estímulo para o desenvolvimento integral da criança.

O desafio colocado na Educação moderna é justamente como instigar esses diferentes tipos de inteligência. É certo que cada criança terá habilidades mais apuradas em determinadas áreas do que em outras, mas é preciso oferecer contato com possibilidades variadas. Houve um tempo em que, se um aluno não soubesse solucionar expressões algébricas complexas, logo recebia o rótulo de não ser lá muito inteligente. E aquele que gostasse de escrever poesias podia ser considerado menos capaz do que colegas muito bons em Ciências ou Matemática.

A verdade é que, para elaborar um texto coeso, bem estruturado e que faça sentido ao leitor, é preciso dedicação e inteligência. Escrever poemas não é para qualquer um. Da mesma forma, arremessar uma bola na cesta de basquete, lançar um saque no vôlei ou fazer a rede balançar no futebol são ações que exigem habilidade e, novamente, inteligência! Quanto mais cedo essa inteligência corporal for desenvolvida, tanto melhor para o desempenho da criança. Já existem, inclusive, estudos que comprovam a influência das atividades físicas no desenvolvimento escolar global da garotada.

De acordo com tais pesquisas, o comportamento exigido na prática esportiva é o mesmo necessário ao aprendizado. Em [reportagem da revista SAÚDE](#), Ricardo Barros, membro da Sociedade Brasileira de Pediatria e coordenador de estudos de Medicina Esportiva, cita a ginástica rítmica como exemplo: “É preciso concentração, habilidade de postura, coordenação e equilíbrio para aprender movimentos como estrela ou cambalhota. Repare que são todos requisitos também atrelados à aprendizagem”.

Depois que aprendem a andar, os pequenos precisam ser instigados a correr, pular, saltar – tudo sob a orientação cuidadosa do educador. A proposta desta atividade permanente é mostrar como montar circuitos variados, dentro e fora da sala de atividades, para trabalhar desafios corporais com os bebês. De quebra, esse aprendizado contribuirá para desenvolver um estilo de vida ativo, que também será essencial pelo resto da vida

## **Objetivos**

- Inserir atividades físicas regulares na rotina das crianças.
- Desenvolver habilidades corporais variadas.

## **Material necessário**

Bolas, cordas, escorregador, colchonetes e imagens de animais.

## **Desenvolvimento**

Na maioria das vezes, as crianças são muito ativas e estão sempre se movimentando. Contudo, é importante que a Educação Física seja feita de modo sistemático durante, por exemplo, dois períodos de 30 minutos, um de manhã e outro pela tarde. É certo que qualquer atividade física proporciona benefícios, mas a organização ajuda a criança a perceber a importância desses momentos.

Outro fator importante é a presença do adulto. Ainda que simples, certas atividades podem paralisar uma criança que sinta medo ou dificuldade em realizá-las – e o educador ajuda tanto a evitar acidentes quanto a dar mais confiança aos pequenos. Além disso, o adulto deve ficar atento às etapas do desenvolvimento das crianças: se as propostas forem fáceis demais, não estimulam os pequenos a contento e, se forem muito difíceis, não despertam o interesse em superar limites. Portanto, as atividades até podem ser as mesmas para as diferentes faixas etárias da creche, mas pequenas variações em seu planejamento e execução são muito bem-vindas.

### **Atividade 1**

Uma proposta interessante é enfileirar bolas e auxiliar as crianças a passar os pés por cima delas – primeiro o direito, depois do esquerdo e assim por diante. Em seguida, as cordas podem servir como outro obstáculo a ser ultrapassado, por cima ou por baixo, de acordo com a regulagem de altura. Exercícios como esses exigem concentração, estratégia, preparo e, ao mesmo tempo, são estímulos divertidos.

### **Atividade 2**

No pátio, o escorregador costuma ser usado como um brinquedo para descida. Estimular a subida por onde se escorrega também pode ser interessante. Para isso, segure na mão esquerda de cada criança e ajude-as, uma a uma, a subir. Depois, repita a proposta segurando na mão direita de cada criança. Com essa atividade, é possível perceber com qual das mãos os pequenos têm mais habilidade e força e, a partir daí, trabalhar novos estímulos à outra mão.

### **Atividade 3**

Propostas que envolvem cooperação são ferramentas importantes para o desenvolvimento físico e intelectual das crianças. Ficar em fila, passar uma bola embaixo das pernas e entregá-la nas mãos do próximo colega envolve não apenas estímulos corporais como também noções de respeito e trabalho em equipe.

### **Atividade 4**

Aproveite que as crianças costumam gostar muito de imitar animais e mostre imagens de bichos cujos movimentos elas possam copiar. Por exemplo, minhocas e cobras rastejam, sapos e cangurus pulam, cavalos e guepardos correm. Até o caminhar dos gorilas e chimpanzés pode ser interessante reproduzir: o corpo desses animais acompanha o andar, o que ajuda as crianças a desenvolver noções de lateralidade.

### **Atividade 5**

Bolas variadas (de tênis de mesa, tênis de quadra, futebol de salão, handebol, vôlei, basquete, entre outras) são ótimas para organizar uma competição de arremesso, sempre com os dois braços para essa faixa etária. O tamanho e o peso de cada bola estimulam os músculos do tronco e dos membros superiores. Nesse sentido, confeccionar bolas de meia pode incrementar ainda mais o trabalho.

## **Avaliação**

Faça anotações sobre o desempenho dos pequenos sempre que possível, não para compará-

los, mas para aumentar gradativamente a dificuldade das atividades em que eles se saem melhor. Se alguma criança não conseguir realizar determinada proposta, procure auxiliá-la, dentro das possibilidades dela, até que consiga superar seus limites. Vale ainda orientar os pais a fazer algumas dessas propostas em casa, a fim de também contribuírem para a melhoria do desenvolvimento corporal dos filhos.

**Quer saber mais?**

NA INTERNET

[Desafios corporais e atividades no ateliê na Educação Infantil](#)

[Atividade física melhora o desempenho escolar](#)

Fonte: Revista Nova Escola