



Atividade 15.09 – Mini Maternal

Eixo e Campo de Experiência: Movimento – Corpo, gestos e movimentos.

Objetivo: Explorar formas de deslocamento no espaço (pular, saltar, dançar), combinando movimentos e seguindo orientações.

Didática/Justificativa: Ensinar as crianças a relaxar, a respirar corretamente e a praticar afirmações positivas faz parte das técnicas da Yoga. Tudo isso as ajuda a aquietar a mente. Dessa forma, elas aprendem a mudar o foco de seus pensamentos, tornando-os mais calmos, puros e positivos. Assista ao vídeo, YOGA para crianças e façam as posições, com esse vídeo as crianças vão aprender a relaxar fazendo exercício. Recorte o monstrinho e faça um furo na barriga dele formando um círculo vazado. Use o buraco da barriga do monstro para encontrar a cor verde no ambiente.

