

Purzelbaum



Um projeto para mais movimento no Jardim de Infância

Movimento torna-nos hábeis.

Através de atividades regulares de movimento, as capacidades motoras e os sentidos de percepção são treinados e desenvolvidos.

Assim, o corpo pode reagir adequadamente aos vários desafios do dia a dia.

Com movimento tornamo-nos fortes.

Exercitando adequadamente a musculatura, os ligamentos e as articulações, o aparelho articular estabiliza-se e evita-se com isso o risco de danos de posturas e dores crônicas.

Movimento faz-nos mais felizes.

Através de movimentos e brincadeiras as crianças aprendem a fazer contato e comunicar-se com outras crianças. Isto é um fundamento importante para um desenvolvimento social e emocional saudável.

Movimento dá-nos saúde.

Através de movimentos podem ser evitadas doenças de coração, circulação e metabolismo.

Movimentos faz-nos espertos.

Através de movimentos as crianças vivenciam seu meio-ambiente físico. Estas experiências são fundamentais para a formação de capacidades cognitivas. Principalmente quando as crianças têm a chance de livremente conquistar espaços e formá-los de acordo com suas necessidades.

Movimento faz adultos ativos

Quem quando criança descobriu o prazer em movimentar-se, correrá menos perigo de em idade adulta torna-se passivo. Além disso, tem-se a chance de como pais (re)descobrir junto com seus filhos o prazer em movimentar-se.

Objetivos:

- As crianças movimentam-se mais no jardim de infância e através disto, aprendem a conhecer melhor seu próprio corpo.
- A pessoa responsável no Jardim de Infância sabe o significado, a forma e o efeito dos movimentos e pode assim transmitir às crianças o prazer dos mesmos.
- Os pais serão envolvidos no projeto. Em uma reunião serão informados como poderão realizar a idéia do projeto „Purzelbaum“ em suas casas e no tempo livre com as crianças.
- Movimentos acontecem a qualquer hora em qualquer lugar, dentro e fora do Jardim de Infância e não só nas aulas específicas de ginástica.

Elementos:

- Aperfeiçoamento dos professores
- Adequação física do Jardim de Infância de acordo com os objetivos do projeto
- Atividades de movimento diárias
- Trabalho em conjunto com os pais
- Avaliação do projeto

Equipe de apoio ao projeto:

- Bundesamt für Sport (Departamento nacional de esporte, BASPO)
- Panathlonclub-Bern
- Abteilung Sport POM (Secção de esporte POM)

Endereço para Contato:

PHBern, Instituto de formação contínua
Regula Nyffeler
regula.nyffeler.@phbern.ch, T 031 309 27 57
Alexandra Stuber
Alexandra.stuber@phbern.ch

www.phbern.ch/purzelbaum-bern

