

## EXPERIMENTAR E BRINCAR

### PESSOA

#### IDADE APROXIMADA: DO NASCIMENTO A +/- 8 ANOS

- Crescimento e desenvolvimento dos sistemas ósseo, muscular e cardiorrespiratório.
- Desenvolvimento do cérebro e de funções motoras de controle voluntário que favorecem coordenação e desenvolvimento de ações motoras básicas.
- Desenvolvimento de linguagem.
- Ganhos em autonomia e criatividade.
- Início do desenvolvimento de autoconceito e autoestima.
- Baixa capacidade de sustentar a concentração por longos períodos.
- Em estágio egocêntrico, interagem com o mundo (pessoas e objetos) pela via da imaginação.
- A família é grande influenciadora da construção de hábitos de prática de atividades corporais.

### ESPORTE

FREQUÊNCIA	VIVÊNCIAS	COMPETIÇÃO
<ul style="list-style-type: none"><li>• 1 a 2 duas sessões por semana.</li><li>• 20-60 minutos de atividades estruturadas.</li><li>• Horas diárias para prática livre de jogos e brincadeiras sem mediação adulta.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Inclusivas, seguras, divertidas, desafiadoras e mistas.</li><li>• Jogos e brincadeiras infantis que promovam letramento corporal em ambientes diversos (água, mar, grama, areia, pista, quadra etc.).</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Informais e vivenciadas a partir dos jogos infantis sem interferências adultas.</li></ul>

### GESTÃO

AÇÕES	INDICADORES
<ul style="list-style-type: none"><li>• Divulgação da modalidade, promovendo letramento corporal das crianças e um estilo de vida ativo para as famílias.</li><li>• Apoio ao desenvolvimento profissional (gestoras/es e professoras/es) para atuação em programas esportivos estruturados na infância.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Popularidade da sua modalidade junto ao público infantil e suas famílias.</li><li>• Qualidade dos programas estruturados de vivência esportiva.</li></ul>