


## PEP - Programa de Educação Psicomotora

	Programa muito útil, quer na prevenção, quer no desenvolvimento das capacidades psicomotoras da criança em idade pré-escolar.
---	---

### Ficha

<b>Versão:</b>	Espanhola
<b>Autor:</b>	M <sup>ª</sup> V. de la Cruz e M <sup>ª</sup> C. Mazaira
<b>Idades:</b>	4 a 5 anos
<b>Aplicação:</b>	Individual / Colectiva
<b>Duração:</b>	Variável
<b>Classificação:</b>	A

### Descrição

Consiste em exercícios para desenvolver a flexibilidade, a tonicidade, a coordenação, a agilidade e o equilíbrio.

O programa encontra-se dividido em três fases:

- Desenvolvimento da Consciência Corporal, da Imagem Corporal e do Conceito Corporal
- Desenvolvimento da Orientação Espacial
- Desenvolvimento da Orientação Temporal

### Correcção

Manual

### Material

O programa **PEP** é constituído pelo seguinte material:

- Guia e Exercícios