

# Movimento, uma necessidade própria da adolescência

Atividades que propiciem movimento aos alunos.

TAGS: #Adolescencia | #Corpo | #BemEstar

## EXPLICAÇÃO

A movimentação é uma necessidade própria da adolescência, que pode vir pela liberdade de se locomover quando quiser, ter atividades físicas ou exercícios que os levem a se mexer, ou simplesmente por haver muitas coisas acontecendo ao mesmo tempo em um ambiente de aprendizagem dinâmico. Um espaço de aprendizagem rígido que não permite a movimentação pode desmotivar o aluno e muitas vezes causar uma agitação desfoca toda a classe. É importante pensar em uma rotina escolar que contemple essa necessidade de se movimentar.

