

Área	Blocos	Conteúdos	Objetivos/Atividades	Avaliação
Expressão e Educação Dramática	BLOCO 1 — JOGOS DE EXPLORAÇÃO	<p>CORPO</p> <ul style="list-style-type: none"> ☑ Movimentar-se de forma livre e pessoal: sozinho , aos pares ☑ Explorar as atitudes de: imobilidade-mobilidade, contração-descontração, tensão-relaxamento ☑ Explorar a respiração torácica e abdominal ☑ Explorar o movimento global do seu corpo ☑ Explorar o movimento global do seu corpo da menor à maior amplitude ☑ Explorar os movimentos segmentares do corpo <p>VOZ</p> <ul style="list-style-type: none"> ☑ Experimentar maneiras diferentes de produzir sons ☑ Explorar sons orgânicos ligados a ações quotidianas ☑ Reproduzir sons do meio ambiente ☑ Aliar a emissão sonora a gestos/movimentos ☑ Explorar a emissão sonora fazendo variar: a forma de respirar, a altura do som, o volume da voz, a velocidade, a entoação. <p>ESPAÇO</p> <ul style="list-style-type: none"> ☑ Explorar o espaço circundante Explorar deslocações simples seguindo trajetos diversos. ☑ Explorar diferentes formas de se deslocar: de diferentes seres (reais ou imaginados) em locais com diferentes características ☑ Orientar-se no espaço a partir de referências visuais, auditivas, tácteis. ☑ Deslocar-se em coordenação com um par ☑ Explorar diferentes níveis (baixo, médio, alto) ☑ Explorar mudanças de nível: individualmente, aos pares, em pequenos grupos. <p>OBJETOS</p> <ul style="list-style-type: none"> ☑ Explorar as qualidades físicas dos objetos ☑ Explorar as relações possíveis do corpo com os objetos ☑ Deslocar-se com o apoio de um objeto: individualmente em coordenação com um par. ☑ Explorar as transformações de objetos: imaginando-os com outras características, utilizando-os em ações. ☑ Utilizar máscaras, fantoches 	<ul style="list-style-type: none"> • Registo da expressividade e criatividade dos alunos perante as atividades propostas. 	

Área	Blocos	Conteúdos	Objetivos/Atividades	Avaliação
Expressão e Educação Dramática	BLOCO 2 — JOGOS DRAMÁTICOS	<p>LINGUAGEM NÃO VERBAL</p> <p>LINGUAGEM VERBAL</p> <p>LINGUAGEM VERBAL E GESTUAL</p>	<p>☑ Utilizar espontaneamente, atitudes, gestos, movimentos</p> <p>☑ Reagir espontaneamente, por gestos/movimentos a: sons, palavras, ilustrações, atitudes, gestos</p> <p>☑ Improvisar individualmente atitudes, gestos, movimentos a partir de diferentes estímulos: sonoros ou verbais, um objeto real ou imaginado, um tema.</p> <p>☑ Participar na elaboração oral de uma história</p> <p>☑ Improvisar um diálogo ou uma pequena história: a dois , a partir de uma ilustração</p> <p>☑ Improvisar palavras, sons, atitudes, gestos e movimentos ligados a uma ação precisa: em interação com o outro.</p>	<p>• Registo da expressividade e criatividade dos alunos perante as atividades propostas.</p>

Área	Blocos	Conteúdos	Objetivos/Atividades	Avaliação
Expressão Musical	BLOCO 1 — JOGOS DE EXPLORAÇÃO	<p>VOZ</p> <p>CORPO</p> <p>INSTRUMENTOS</p>	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Dizer rimas e lengalengas <input type="checkbox"/> Entoar rimas e lengalengas <input type="checkbox"/> Cantar canções <input type="checkbox"/> Reproduzir pequenas melodias <input type="checkbox"/> Experimentar sons vocais (todos os que a criança é capaz de produzir). <input type="checkbox"/> Experimentar percussão corporal, batimentos, palmas,... <input type="checkbox"/> Acompanhar canções com gestos e percussão corporal <input type="checkbox"/> Movimentar-se livremente a partir de: <ul style="list-style-type: none"> . sons vocais e instrumentais, . melodias e canções . gravações <input type="checkbox"/> Associar movimentos a: <ul style="list-style-type: none"> . pulsação, andamento, dinâmica . acentuação, divisão binária/ternária, dinâmica <input type="checkbox"/> Fazer variações bruscas de andamento (rápido, lento) e intensidade (forte, fraco) <input type="checkbox"/> Fazer variações graduais de andamento («acelerando», «retardando») e de intensidade (aumentar, diminuir) <input type="checkbox"/> Participar em coreografias elementares inventando e reproduzindo gestos movimentos, passos. <input type="checkbox"/> Experimentar as potencialidades sonoras de materiais e objetos <input type="checkbox"/> Construir fontes sonoras elementares introduzindo modificações em materiais e objetos <input type="checkbox"/> Construir instrumentos musicais elementares seguindo indicações ordenadas de construção <input type="checkbox"/> Utilizar instrumentos musicais 	



Área	Blocos	Conteúdos	Objetivos/Atividades	Avaliação
Expressão Musical	BLOCO 2 — EXPERIMENTAÇÃO, DESENVOLVIMENTO E CRIAÇÃO MUSICAL	DESENVOLVIMENTO AUDITIVO	<ul style="list-style-type: none">☐ Identificar sons isolados: do meio próximo☐ Identificar ambientes/texturas sonoras: do meio próximo☐ Identificar e marcar a pulsação e/ou ritmo de: lengalengas, canções, melodias e danças, utilizando percussão corporal, instrumentos, voz, movimento.☐ Reproduzir com a voz ou com instrumentos: sons isolados, motivos, frases, escalas, agregados sonoros, canções e melodias (cantadas ou tocadas, ao vivo ou de gravação)☐ Dialogar sobre:<ul style="list-style-type: none">. meio ambiente sonoro, audições musicais, produções próprias e do grupo, encontros com músicos☐ Participar em danças de roda, de fila,..., tradicionais, infantis	

Área	Blocos	Conteúdos	Objetivos/Atividades	Avaliação
Expressão e Educação Plástica	BLOCO 1 — DESCOBERTA E ORGANIZAÇÃO PROGRESSIVA DE VOLUMES	MODELAGEM E ESCULTURA	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Explorar e tirar partido da resistência e plasticidade: terra, areia , barro, massa de cores, pasta de papel. <input type="checkbox"/> Modelar usando apenas as mãos <input type="checkbox"/> Fazer e desmanchar construções 	<ul style="list-style-type: none"> • Registo da expressividade e criatividade dos alunos perante as atividades propostas. • Observação dos trabalhos executados individualmente ou em grupo
		CONSTRUÇÕES	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Ligar/colar elementos para uma construção <input type="checkbox"/> Desmontar e montar objetos <input type="checkbox"/> Inventar novos objetos utilizando materiais ou objetos recuperados <input type="checkbox"/> Construir: brinquedos, jogos, máscaras, adereços, fantoches, instrumentos musicais elementares. 	
	BLOCO 2 — DESCOBERTA E ORGANIZAÇÃO PROGRESSIVA DE SUPERFÍCIES	DESENHO	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Desenhar na areia, em terra molhada <input type="checkbox"/> Desenhar no chão do recreio <input type="checkbox"/> Desenhar no quadro da sala <input type="checkbox"/> Explorar as possibilidades técnicas de: dedos, paus, giz, lápis de cor, lápis de grafite, carvão, lápis de cera, feltros, tintas, pincéis,... Utilizando suportes de diferentes tamanhos, espessuras, texturas, cores. <input type="checkbox"/> Desenhar jogos no recreio <input type="checkbox"/> Ilustrar de forma pessoal <input type="checkbox"/> Criar frisos de cores preenchendo quadrículas <input type="checkbox"/> Contornar objetos, formas, pessoas 	
		PINTURA	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Pintar livremente em suportes neutros <input type="checkbox"/> Explorar as possibilidades técnicas de: mão, esponjas, trinchas, pincéis, rolos, guaches, aguarelas... <input type="checkbox"/> Fazer digitinta 	

Área	Blocos	Conteúdos	Objetivos/Atividades	Avaliação
Expressão e Educação Plástica	BLOCO 3 — EXPLORAÇÃO DE TÉCNICAS DIVERSAS DE EXPRESSÃO	RECORTE, COLAGEM, DOBRAGEM IMPRESSÃO TECELAGEM E COSTURA	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Explorar as possibilidades de diferentes materiais: elementos naturais, lãs, cortiça, tecidos, objetos recuperados, jornal, papel colorido, ilustrações... rasgando, desfiando, recortando, amassando, dobrando... procurando formas, cores, texturas, espessuras <input type="checkbox"/> Fazer dobragens <input type="checkbox"/> Estampar a mão, o pé,... <input type="checkbox"/> Estampar elementos naturais <input type="checkbox"/> Imprimir com carimbos (feitos em vegetais, cortiça,...) <input type="checkbox"/> Utilizar, em tapeçarias, diferentes materiais: tecidos, tiras de pano, lãs, botões, cordas, elementos naturais <input type="checkbox"/> Tecer em teares de cartão 	<ul style="list-style-type: none"> • Registo da expressividade e criatividade dos alunos perante as atividades propostas. • Observação dos trabalhos executados individualmente ou em grupo

Área	Blocos	Conteúdos	Objetivos/Atividades	Avaliação
EXPRESSÃO E EDUCAÇÃO FÍSICO-MOTORA	BLOCO 1 - PERÍCIA E MANIPULAÇÃO	PERÍCIA E MANIPULAÇÃO	<p>1. Em concurso individual:</p> <p>1.1. LANÇAR uma bola em precisão a um alvo fixo, por baixo e por cima, com cada uma e ambas as mãos.</p> <p>1.2. RECEBER a bola com as duas mãos, após lançamento à parede, evitando que caia ou toque outra parte do corpo.</p> <p>1.3. RODAR o arco no solo, segundo o eixo vertical, saltando para dentro dele antes que finalize a sua rotação.</p> <p>1.4. Manter uma bola de espuma no ar, de forma controlada, com TOQUES DE RAQUETE, com e sem ressalto da bola no chão.</p> <p>1.5. DRIBLAR com cada uma das mãos, em deslocamento, controlando a bola para manter a direção desejada.</p> <p>2. Em concurso individual:</p> <p>2.1. LANÇAR uma bola em distância com a «mão melhor» (a mão mais forte) e com as duas mãos, para além de uma marca.</p> <p>2.2. LANÇAR para cima (no plano vertical) uma bola (grande) e RECEBÊ-LA com as duas mãos acima da cabeça (o mais alto possível) e perto do solo (o mais baixo possível).</p> <p>2.3. ROLAR a bola, nos membros superiores e nos membros inferiores (deitado) unidos e em extensão, controlando o seu movimento pelo ajustamento dos segmentos corporais.</p> <p>2.4. PONTAPEAR a bola em precisão a um alvo, com um e outro pé, dando continuidade ao movimento da perna e mantendo o equilíbrio.</p> <p>2.5. PONTAPEAR a bola em distância, para além de uma zona/marca, com um e outro pé, dando continuidade ao movimento da perna e mantendo o equilíbrio.</p> <p>2.6. Fazer TOQUES DE SUSTENTAÇÃO de um «balão», com os membros superiores e a cabeça, posicionando-se no ponto de queda da bola.</p> <p>3. Em concurso a pares:</p> <p>3.1. CABECEAR um «balão» (lançado por um companheiro a «pingar»), posicionando-se num ponto de queda da bola, para a agarrar a seguir com o mínimo de deslocamento.</p> <p>3.2. PASSAR a bola a um companheiro com as duas mãos (passe «picado», a «pingar» ou de «peito»), consoante a sua posição e ou deslocamento.</p> <p>RECEBER a bola com as duas mãos, parado e em deslocamento.</p> <p>4. Em concurso individual ou estafeta, ROLAR O ARCO com pequenos «toques» à esquerda e à direita, controlando-o na trajetória pretendida.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Observação dos exercícios e jogos executados individualmente ou em grupo.

Área	Blocos	Conteúdos	Objetivos/Atividades	Avaliação
EXPRESSÃO E EDUCAÇÃO FÍSICO-MOTORA	BLOCO 2 — DESLOCAMENTOS E EQUILÍBRIOS	DESLOCAMENTOS E EQUILÍBRIOS	1. Em percursos que integram várias habilidades: 1.1. RASTEJAR deitado dorsal e ventral, em todas as direções, movimentando-se com o apoio das mãos e ou dos pés. 1.2. ROLAR sobre si próprio em posições diferentes, nas principais direções e nos dois sentidos. 1.4. SALTAR sobre obstáculos de alturas e comprimentos variados, com chamada a um pé e a «pés juntos», com receção equilibrada no solo. 1.5. SALTAR para um plano superior (mesa ou plinto), após chamada a pés juntos, apoiando as mãos para se sentar, ou apoiar os pés, ou os joelhos. 1.6. CAIR voluntariamente, no colchão e no solo, partindo de diferentes posições, rolando para amortecer a queda (sem apoiar as mãos para travar o movimento). 1.7. SALTAR de um plano superior com receção equilibrada no colchão.	<ul style="list-style-type: none"> • Observação dos exercícios e jogos executados individualmente ou em grupo.
	BLOCO 4 — JOGOS	JOGOS	1. Praticar jogos infantis, cumprindo as suas regras, selecionando e realizando com intencionalidade e oportunidade as ações características desses jogos, designadamente: <ul style="list-style-type: none"> ☑ posições de equilíbrio; ☑ deslocamentos em corrida com «fintas» e «mudanças de direção» e de velocidade; ☑ combinações de apoios variados associados com corrida, marcha e voltas; ☑ lançamentos de precisão e à distância; ☑ pontapés de precisão e à distância. 	