

AGRUPAMENTO de ESCOLAS de PEDRÓGÃO GRANDE
CONSELHO de DOCENTES
Planificação Trimestral - 1.º Ano - 2015/2016
Expressões Artísticas e Físico-Motoras – 3.º Período – 48 dias letivos

Área	Blocos	Conteúdos	Objetivos/Atividades	Avaliação
Expressão e Educação Dramática	BLOCO 1 — JOGOS DE EXPLORAÇÃO	CORPO VOZ ESPAÇO OBJETOS	☑ 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 • 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. ☑ 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. ☑ 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	• Registo da expressividade e criatividade dos alunos perante as atividades propostas.

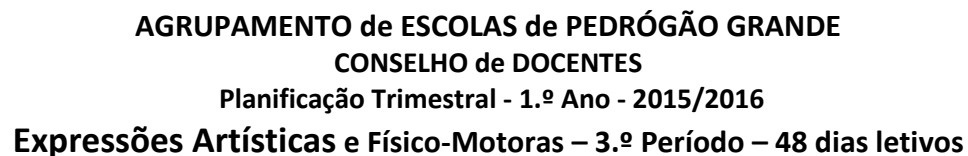
AGRUPAMENTO de ESCOLAS de PEDRÓGÃO GRANDE
CONSELHO de DOCENTES
Planificação Trimestral - 1.º Ano - 2015/2016
Expressões Artísticas e Físico-Motoras – 3.º Período – 48 dias letivos

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

Área	Blocos	Conteúdos	Objetivos/Atividades	Avaliação
Expressão Musical	BLOCO 1 — JOGOS DE EXPLORAÇÃO	VOZ	☐ Dizer rimas e lengalengas ☐ Entoar rimas e lengalengas ☐ Cantar canções ☐ Reproduzir pequenas melodias ☐ Experimentar sons vocais (todos os que a criança é capaz de produzir).	
		CORPO	☐ Experimentar percussão corporal, batimentos, palmas,... ☐ Acompanhar canções com gestos e percussão corporal ☐ Movimentar-se livremente a partir de: . sons vocais e instrumentais, . melodias e canções . gravações ☐ Associar movimentos a: . pulsação, andamento, dinâmica . acentuação, divisão binária/ternária, dinâmica ☐ Fazer variações bruscas de andamento (rápido, lento) e intensidade (forte, fraco) ☐ Fazer variações graduais de andamento («acelerando», «retardando») e de intensidade (aumentar, diminuir) ☐ Participar em coreografias elementares inventando e reproduzindo gestos movimentos, passos.	
		INSTRUMENTOS	☐ Experimentar as potencialidades sonoras de materiais e objetos ☐ Construir fontes sonoras elementares introduzindo modificações em materiais e objetos ☐ Construir instrumentos musicais elementares seguindo indicações ordenadas de construção ☐ Utilizar instrumentos musicais	

AGRUPAMENTO de ESCOLAS de PEDRÓGÃO GRANDE
CONSELHO de DOCENTES
 Planificação Trimestral - 1.º Ano - 2015/2016
Expressões Artísticas e Físico-Motoras – 3.º Período – 48 dias letivos

Área	Blocos	Conteúdos	Objetivos/Atividades	Avaliação
Expressão Musical	BLOCO 2 — EXPERIMENTAÇÃO, DESENVOLVIMENTO E CRIAÇÃO MUSICAL	DESENVOLVIMENTO AUDITIVO	☐ 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: . meio ambiente sonoro, audições musicais, produções próprias e do grupo, encontros com músicos ☐ Participar em danças de roda, de fila,..., tradicionais, infantis	

**CONSELHO de DOCENTES - 1.º Ciclo**

AGRUPAMENTO de ESCOLAS de PEDRÓGÃO GRANDE
CONSELHO de DOCENTES
Planificação Trimestral - 1.º Ano - 2015/2016
Expressões Artísticas e Físico-Motoras – 3.º Período – 48 dias letivos

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	☐ Explorar as possibilidades de diferentes materiais: elementos naturais, lã, cortiça, tecidos, objetos recuperados, jornal, papel colorido, ilustrações... rasgando, desfiando, recortando, amassando, dobrando... procurando formas, cores, texturas, espessuras ☐ Fazer dobragens ☐ Estampar a mão, o pé,... ☐ Estampar elementos naturais ☐ Imprimir com carimbos (feitos em vegetais, cortiça,...) • Utilizar, em tapeçarias, diferentes materiais: tecidos, tiras de pano, lã, botões, cordas, elementos naturais ☐ Tecer em teares de cartão	• Registo da expressividade e criatividade dos alunos perante as atividades propostas. • Observação dos trabalhos executados individualmente ou em grupo

AGRUPAMENTO de ESCOLAS de PEDRÓGÃO GRANDE
CONSELHO de DOCENTES
Planificação Trimestral - 1.º Ano - 2015/2016
Expressões Artísticas e Físico-Motoras – 3.º Período – 48 dias letivos

Área	Blocos	Conteúdos	Objetivos/Atividades	Avaliação
EXPRESSÃO E EDUCAÇÃO FÍSICO-MOTORA	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: ☐ 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.	• Observação dos exercícios e jogos executados individualmente ou em grupo.
	BLOCO 6 — ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS (DANÇA)	DANÇA	1. Em situação de exploração individual do movimento, de acordo com a marcação rítmica do professor e ou dos colegas: 1.1. Deslocar-se em toda a área (percorrendo todas as direções, sentidos e zonas), nas diferentes formas de locomoção, no ritmo-sequência dos apoios correspondente à marcação dos diferentes compassos simples (binário, ternário e quaternário), combinando «lento-rápido», «forte-fraco» e «pausa-contínuo»: 1.1.1. Combinar o andar, o correr, o saltitar, o deslizar, o saltar, o cair, o rolar, o rastejar, o rodopiar, etc., em todas as direções e sentidos definidos pela orientação corporal. 1.1.2. Realizar saltos de pequena amplitude, no lugar, a andar e a correr em diferentes direções e sentidos definidos pela orientação corporal, variando os apoios (dois-dois, um-dois, dois-um, um-mesmo, um-outro). 1.1.3. Utilizar combinações pessoais de movimentos locomotores e não locomotores para expressar a sua sensibilidade a temas sugeridos pelo professor (imagens, sensações, emoções, histórias, canções, etc.), que inspirem diferentes modos e qualidades de movimento.	
	BLOCO 7 — PERCURSOS NA NATUREZA	PERCURSOS NA NATUREZA	1. Realizar um percurso na mata, bosque, montanha, etc., com o acompanhamento do professor, em corrida e em marcha, combinando as seguintes habilidades: correr, marchar em espaço limitado, transpor obstáculos, trepar, etc., mantendo a perceção da direção do ponto de partida e indicando-a quando solicitado.	