



AGRUPAMENTO de ESCOLAS de PEDRÓGÃO GRANDE

CONSELHO de DOCENTES

Planificação Trimestral – 3.º Ano - 2016/2017

Expressões Artísticas e Físico-Motoras – 1.º Período – 63 dias letivos

Área	Blocos	Conteúdos	Objetivos/Atividades	Avaliação
Expressão Plástica	<p>BLOCO 1 Descoberta e Organização Progressiva de Volumes</p> <p>BLOCO 2 Descoberta e Organização Progressiva de Superfícies</p> <p>BLOCO 3 Exploração de Técnicas Diversas de Expressão</p>	<p>Modelagem e Escultura</p> <p>Construções</p> <p>Desenho</p> <p>Pintura</p> <p>Recorte</p> <p>Colagem</p> <p>Dobragem</p>	<ul style="list-style-type: none"> Realizar trabalhos sobre a estação do ano outono, Dia da Alimentação. Realizar trabalhos sobre o Magusto e o Natal. Explorar as possibilidades técnicas dos dedos, paus, giz, lápis de grafite, de cera, tintas, pincéis, feltros, ... Ilustrar de forma pessoal; Pintar livremente em suportes neutros ou, em grupo, em papel de cenário; Explorar a possibilidade de diferentes materiais, rasgando, desfiando, recortando, dobrando. Fazer composições colando materiais cortados e recortados; Construir cartazes com fim comunicativo, cortando e colando elementos, desenhando e escrevendo, imprimindo e estampando. Pintura de painéis, utilizando materiais diversos; Desenho de paisagens recorrendo a várias técnicas: colagem de areia, elementos naturais, mosaicos de papel...; Elaboração de desenhos livres; Realização de estampagens de elementos naturais; Construção de diversas figuras com diferentes materiais; Descoberta de vários objetos através do tato; Elaboração de cartazes relacionado com os conteúdos das outras áreas; Execução de composições com recorte e colagem; Construção da roda dos alimentos. Trabalhos sobre o Magusto. Pintura de um grande cenário. Dobragens e construções. Aplicação de técnicas de pintura, utilizando materiais diversos e desenhando em suportes variados, diferentes espessuras, texturas e cores (fazer um cartaz sobre o Natal, postais de natal, pintar o presépio, presentes para idosos...). Modelagem das figuras do presépio. 	<ul style="list-style-type: none"> Diagnóstica Formativa Autoavaliação Heteroavaliação Registos de observações Trabalhos dos alunos Fichas formativas e sumativas Observação do trabalho individual Fichas de trabalho Trabalho de grupo Pesquisas

**AGRUPAMENTO de ESCOLAS de PEDRÓGÃO GRANDE**

CONSELHO de DOCENTES

Planificação Trimestral – 3.º Ano - 2016/2017

Expressões Artísticas e Físico-Motoras – 1.º Período – 63 dias letivos

Área	Blocos	Conteúdos	Objetivos/Atividades	Avaliação
Expressão e Educação Musical	BLOCO 1 Jogos de Exploração	Voz Instrumentos	<ul style="list-style-type: none">• Dizer e entoar rimas e lengalengas, cantar canções e reproduzir pequenas melodias.• Experimentar sons vocais.• Experimentar percussão corporal (batimentos, palmas,...).• Acompanhar canções com gestos e percussão corporal.• Ensaiar canções alusivas ao Magusto.• Ensaiar canções alusivas ao Natal.• O professor sugere um ritmo feito com batimentos de pés, mãos, estalinhos, palmas...e pede aos alunos que o repitam; este jogo deve continuar, com o professor a aumentar gradualmente a dificuldade do ritmo e acompanhar, com eles, canções.• Criação de coreografias e mímicas adequadas às canções.• Utilização de objetos para acompanhar as canções.• Entoação de rimas, lengalengas e canções.• Acompanhamento com batimentos de palmas, com gestos, com instrumentos.• Entoação de rimas, lengalengas e canções fazendo variações bruscas de andamento (lento, rápido) e intensidade (forte/fraco).• Experimentar as potencialidades sonoras de madeiras, plásticos, esferovites, metais...• Tentar que a criança, de costas, identifique sons da natureza que os outros alunos tentam reproduzir, por sugestão própria ou do professor.• Ensaio do Hino Nacional e ensaio de canções alusivas ao Magusto e Natal.	<ul style="list-style-type: none">• Registo da expressividade e criatividade dos alunos perante as atividades propostas.



AGRUPAMENTO de ESCOLAS de PEDRÓGÃO GRANDE

CONSELHO de DOCENTES

Planificação Trimestral – 3.º Ano - 2016/2017

Expressões Artísticas e Físico-Motoras – 1.º Período – 63 dias letivos

Área	Blocos	Conteúdos	Objetivos/Atividades	Avaliação
EXPRESSÃO E EDUCAÇÃO DRAMÁTICA	BLOCO 1 Jogos de Exploração	Corpo Voz Espaço Objetos	<ul style="list-style-type: none"> • Movimentar-se de forma livre e pessoal, sozinho ou aos pares; • Explorar diferentes maneiras de produzir sons; • Reproduzir sons do meio ambiente aliados 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; • Inventar e utilizar máscaras, fantoches, marionetas; • Mimar, a dois ou em pequeno grupo, gestos, movimentos, e atitudes ligados a uma ação isolada ou a uma sequência de atos. • Dramatizar situações relacionadas com a época natalícia. • Deixar que a criança escolha algo para imitar e fazer com que o imite da melhor forma: carro, comboio, vento, animais diversos; o som produzido deve ser também o mais próximo possível da realidade. • Tentar que uma criança reproduza um som do meio ambiente e que os outros o identifiquem). • Execução de um jogo simbólico (faz de conta que és ...) • Dramatizar, após a leitura de um texto, a chegada dos portugueses a terras desconhecidas, inventando um diálogo e situações que poderiam ter-se, eventualmente passado. • Jogos de orientação no espaço. • Recriar personagens. • Representar cenas relacionadas com o Natal. • Explorar diferentes personagens reais ou imaginárias. 	<ul style="list-style-type: none"> • Observação direta • Registos de incidentes críticos



AGRUPAMENTO de ESCOLAS de PEDRÓGÃO GRANDE

CONSELHO de DOCENTES

Planificação Trimestral – 3.º Ano - 2016/2017

Expressões Artísticas e Físico-Motoras – 1.º Período – 63 dias letivos

Área	Blocos	Conteúdos	Objetivos/Atividades	Avaliação
Atividade Física Motora	BLOCO 3	Ginástica	<ul style="list-style-type: none"> • Realizar habilidades gímnicas básicas em esquemas ou sequências no solo e em aparelhos, encadeando e/ou combinando as ações com fluidez e harmonia de movimentos. • Participar em jogos, ajustando a iniciativa própria e as qualidades motoras na prestação às possibilidades oferecidas pela situação de jogo e ao seu objetivo, realizando habilidades básicas e ações técnico – táticas fundamentais, com oportunidade e correção de movimentos. • Participar em jogos, ajustando a iniciativa própria e as qualidades motoras na prestação às possibilidades oferecidas pela situação de jogo e ao seu objetivo, realizando habilidades básicas e ações técnico – táticas fundamentais, com oportunidade e correção de movimentos. <p>2.8. SUBIR E DESCER o espaldar e DESLOCAR-SE para ambos os lados de costas para o espaldar.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Salto ao eixo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Observação dos exercícios e jogos executados individualment e ou em grupo e registos incidentes
	BLOCO 4	Jogos	<ul style="list-style-type: none"> • Exercícios com arcos gímnicos (rodar, rolar, saltitar por dentro ao pé coxinho e/ou de pés juntos...) <p>1.5. COMBINAR posições de equilíbrio estático, com marcha lateral, para trás e para a frente, e «meias-voltas».</p> <p>1.6. LANÇAR E RECEBER O ARCO na vertical, com cada uma das mãos, evitando que toque no solo.</p> <p>1.7. LANÇAR O ARCO para a frente, no solo, fazendo-o voltar para trás, seguido de salto para que o arco passe por entre as suas pernas, agarrando-o atrás do corpo com uma das mãos.</p> <p>2.11. SALTAR À CORDA em corrida e no local (a pés juntos e pé coxinho), com coordenação e fluidez de movimentos.</p> <p>2.12. SALTAR À CORDA, movimentada pelos companheiros, entrando e saindo sem lhe tocar.</p> <p>2.13. LANÇAR E RECEBER O ARCO com as duas mãos, no plano horizontal, posicionando-se para ficar dentro do arco na receção.</p> <p>2.14. ROLAR A BOLA sobre diferentes superfícies do corpo, controlando o seu movimento pelo ajustamento dos segmentos corporais.</p>	



AGRUPAMENTO de ESCOLAS de PEDRÓGÃO GRANDE

CONSELHO de DOCENTES

Planificação Trimestral – 3.º Ano - 2016/2017

Expressões Artísticas e Físico-Motoras – 1.º Período – 63 dias letivos

Área	Blocos	Conteúdos	Objetivos/Atividades	Avaliação
Atividade Física Motora	BLOCO 3	Ginástica	<ul style="list-style-type: none"> • Executar posições de flexibilidade variadas. • Jogos em equipa (mata, futebol humano) • Futebol. Noções básicas de: passe / receção; condução de bola / remate • Jogo simples e posterior discussão sobre o procedimento dos jogadores. • Realização de diferentes jogos na sala e no espaço exterior • Prática de jogos em equipa (mata, futebol humano). • Futebol – noções básicas de: <ul style="list-style-type: none"> • passe/receção. <p>Condução de bola/remate.</p> <p>2. Nos jogos coletivos com bola, tais como: RABIA, JOGO DE PASSES, BOLA AO POSTE, BOLA AO CAPITÃO, BOLA NO FUNDO, agir em conformidade com a situação:</p> <p>2.1. Se tem a bola, PASSAR a um companheiro que esteja liberto, respeitando o limite dos apoios estabelecidos.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Observação dos exercícios e jogos executados individualmente e ou em grupo e registos incidentes
	BLOCO 4	Jogos	<p>2.2. RECEBER ativamente a bola com as duas mãos, quando esta lhe é dirigida ou quando a interceptar.</p> <p>3. Em concurso/exercício individual e ou a pares:</p> <p>3.1. Fazer TOQUES DE SUSTENTAÇÃO para o companheiro, com as mãos, antebraços e ou cabeça, posicionando-se no ponto de queda da bola, para a devolver.</p> <p>3.2. IMPULSIONAR uma bola de espuma para a frente e para cima, posicionando-se para a «BATER» com a outra mão acima do plano da cabeça, e ao nível dos joelhos, numa direção determinada.</p> <p>3.3. Realizar BATIMENTOS de bola de espuma com raquete, contra a parede, à esquerda e à direita, num plano à frente do corpo, posicionando-se consoante o lado, para devolver a bola após um ressalto no solo.</p> <p>4. Em situação de exercício de Futebol — contra um guarda-redes:</p> <p>4.1. CONDUZIR a bola progredindo para a baliza, com pequenos toques da parte interna e externa dos pés, mantendo a bola controlada, e REMA-TAR acertando na baliza.</p> <p>4.2. Com um companheiro, PASSAR E RECEBER a bola com a parte interna dos pés, progredindo para a baliza e REMATAR, acertando na baliza.</p> <p>7.1. PONTAPEAR a bola, parada e em movimento, com a parte ântero-superior e ântero-interna do pé, após duas ou três passadas de balanço, colocando corretamente o apoio, imprimindo à bola uma trajetória alta e comprida, na direção de um alvo.</p>	