

PLANIFICAÇÃO ANUAL 2021/2022

Educação Física / Educação Artística

1º Ano

1º PERÍODO					
Meses	Blocos/ Conteúdos				Horas Previstas
	Educação Artística/ Educação Física				
setembro	Descoberta e organização progressiva de superfícies: Explorar o desenho livre e sugerido Recorte e colagem	Jogos de exploração: Desenvolver a musicalidade através da percursão corporal Acompanhar melodias com gestos e palmas	Jogos de exploração: Movimentar-se de forma livre e pessoal Jogos dramáticos: Explorar atitudes expressivas	Ginástica: Realizar ações motoras básicas de lançamento e recepção de bolas	7h
outubro	Descoberta e organização progressiva de superfícies: Desenvolver a destreza sensorial e motora, modelagem Exploração de técnicas diversas: Explorar sensorialmente materiais e objetos: pintura livre e sugerida	Jogos de exploração: Corpo Voz Reproduzir pequenas melodias Batimentos de palmas...	Jogos de exploração: Utilizar espontaneamente atitudes, gestos... Jogos dramáticos Reagir espontaneamente por gestos /movimentos, a sons, palavras, atitudes...	Ginástica: Realizar habilidades gímnicas básicas em esquemas/sequências no solo Jogos Jogos com bolas	14h
novembro	Descoberta e organização progressiva de superfícies: Desenvolver a destreza manual e a criatividade Recorte e colagem, pontilhismo desenho e pintura	Jogos de exploração: Identificar e marcar a pulsação e /ou o ritmo de lengalengas, canções, melodias...	Jogos de exploração: utilizar espontaneamente atitudes, gestos... Jogos dramáticos: Desenvolver a capacidade de relação e comunicação com os outros	Jogos Praticar jogos infantis com posição de equilíbrio	14h

dezembro	Exploração de técnicas diversas: Inventar e construir adereços e cenários Desenho, recorte, colagem, dobragem, modelagem e contorno	Jogos de exploração: Participar em coreografias elementares, inventando e reproduzindo, gestos, movimentos e passos	Jogos dramáticos: Participar na elaboração de uma história Improvisar um diálogo ou uma pequena história relacionada com o Natal	Jogos Praticar jogos infantis, cumprindo as suas regras, seleccionando e realizando diversas ações.	7h
2º PERÍODO					
janeiro	Exploração de técnicas diversas: Desenvolver a motricidade fina Fazer dobragens Estampar elementos naturais Ilustrar de forma pessoal	Jogos de exploração: Desenvolver a capacidade de escutar, relacionar e organizar sons	Jogos de exploração: Dramatizar regras elementares de trânsito em situações reais Explorar o espaço circundante	Jogos Jogos com bolas e arcos	14h
fevereiro	Exploração de técnicas diversas: Criar objetos de comunicação/expressão Aprender a utilizar o espaço de pintura Construir mascaras e adereços	Experimentação, desenvolvimento e criação musical: Identificar e utilizar instrumentos musicais	Jogos de exploração: Desenvolver as possibilidades de orientação no espaço a partir de referências visuais e táteis	Jogos: Praticar jogos infantis cumprindo as suas regras Ginástica: Explorar movimentos de acordo com a marcação rítmica	14h
março	Exploração de técnicas diversas: Expressar-se, livre e criativamente, utilizando técnicas e materiais diversos Desenvolver a sensibilidade estética	Jogos de exploração: Identificar sons do meio ambiente desenvolver a musicalidade através da percussão corporal	Jogos dramáticos: Dramatização de textos Inventar e recriar personagens	Ginástica: Combinar deslocamentos adequados de acordo com a estrutura rítmica e melódica Jogos: Realizar jogos de controlo da orientação espacial	14h
3º PERÍODO					
abril	Exploração de técnicas diversas: Explorar diferentes técnicas Ilustrar de forma pessoal	Jogos de exploração: Identificar e marcar a pulsação e /ou o ritmo de lengalengas, canções, melodias...	Jogos dramáticos: Improvisar palavras, sons, atitudes, gestos e movimentos	Ginástica: Desenvolver o sentido de equilíbrio Jogos: Realizar jogos de deslocamentos com equilíbrio	7h
maio	Exploração de técnicas diversa: Imprimir com carimbos Estampar elementos naturais Pintar em superfícies limitadas com diferentes materiais.	Jogos de exploração: Dizer rimas e lengalengas Relacionar e organizar sons	Jogos dramáticos: Adquirir progressivamente o domínio do espaço Explorar diferentes maneiras de se deslocar	Ginástica: Realizar ações motoras de deslocamento em percursos da natureza Jogos: Jogos com bolas	16h

<p><i>junho</i></p>	<p>Exploração de técnicas diversas: Imprimir com carimbos naturais Estampar elementos naturais Aprofundar as capacidades de expressão</p>	<p>Jogos de exploração: Participar em canções e danças de roda, fila... (tradicionais e infantis) Reproduzir pequenas melodias</p>	<p>Jogos dramáticos: Desenvolver a capacidade de relação e de comunicação com os outros</p>	<p>Ginástica: Desenvolver qualidades motoras</p>	<p>14h</p>
---------------------	---	--	---	--	------------