

Atividades de Enriquecimento Curricular

Ano Letivo 2016/2017



1- Introdução

As Atividades de Enriquecimento Curricular (AEC) no 1.º Ciclo do Ensino Básico (CEB) constituem-se como atividades por definição, pedagogicamente ricas e complementares às aprendizagens curriculares ligadas à aquisição de competências básicas e incidem nos domínios desportivo, artístico, científico, tecnológico e tecnologias de informação e comunicação, de ligação à escola e ao meio, de solidariedade e voluntariedade e da dimensão europeia da educação.

As AEC são de frequência gratuita, sendo a sua inscrição facultativa e decorrem sempre nos espaços escolares em horário extracurricular. Enquadram-se no conceito de escola a tempo inteiro e constituem um apoio às escolas, alunos e famílias, tendo em conta as realidades locais, permitindo a permanência dos alunos na escola devido às necessidades das famílias.

Reconhecendo a importância das AEC para o desenvolvimento e para o sucesso educativo das crianças que frequentam o 1.º CEB, o Agrupamento de Escolas Poeta Joaquim Serra pretende:

- Garantir a diversificação de aprendizagens aos alunos do 1.º CEB;
- Promover a aquisição e desenvolvimento de competências e novos centros de interesse pelas crianças, motivando-as para novos saberes enquanto produtores e usufrutuários, para os estilos de vida saudáveis e para o conhecimento;
- Rentabilizar os recursos da comunidade, no sentido do melhor desenvolvimento individual e coletivo das crianças;
- Contribuir para a implementação da escola, num espaço seguro e variado, a tempo inteiro.

2- Caracterização do contexto educativo

O Agrupamento de Escolas Poeta Joaquim Serra é constituído por onze estabelecimentos de educação e ensino, que integram todas as valências e níveis de ensino, desde o pré-escolar até ao ensino secundário, profissional e vocacional num total de 270 docentes, 98 funcionários (entre os assistentes técnicos administrativos e os assistentes operacionais) e uma previsão de 2810 alunos para o ano letivo 2016/2017, distribuídos da seguinte forma:

- Escola Secundária, com 3º Ciclo Poeta Joaquim Serra (Escola Sede) - 939 alunos;
- EBI do Esteval - 763 alunos (65 de pré-escolar, 97 de 1.º CEB, 430 de 2.º Ciclo e 153 de 3.º Ciclo);
- EB1/JI Rosa dos Ventos - 223 (65 do pré-escolar e 158 de 1.ºCEB);
- EB1/JI do Bairro do Areias - 240 (69 de pré-escolar e 171 de 1.º CEB);
- EB1/JI de Alto Estanqueiro - 105 (45 de pré-escolar e 60 de 1.º CEB);
- EB1 de Afonsoeiro - 191 alunos;
- EB1 de Sarilhos Grandes - 96 alunos;
- EB1 Novos Trilhos - 122 alunos;
- EB1 de Jardía - 33 alunos;
- Jardim de Infância de Atalaia - 50 alunos;
- Jardim de Infância de Sarilhos Grandes - 45 alunos.

3- Previsão do número de alunos a frequentar as AEC

Estabelecimento de Ensino	Anos a frequentar as AEC					Grupos (Previsão)
	1.º Ano	2.º Ano	3.º Ano	4.º Ano	Totais	
EB1 de Afonsoeiro	52	50	47	43	192	5
EB1/JI Alto Estanqueiro	17	25	8	10	60	2
EB1/JI Bairro do Areias	52	51	52	26	181	4
EBI do Esteval	26	25	18	34	103	3
EB1 de Jardã	2	4	11	8	25	1
EB1 Novos Trilhos	6	21	38	34	99	4
EB1/JI Rosa dos Ventos	40	26	46	41	153	5
EB1 de Sarilhos	15	23	22	23	83	4
Totais	210	225	242	219	896	27

4- Atividades e Condições de Implementação

As atividades de enriquecimento do currículo propostas para implementar nesta unidade educativa, em todos os estabelecimentos de ensino onde funciona o 1.º CEB, para o ano letivo 2016/2017 são:

- Expressões Artísticas
 - Atividade Física e Desportiva
- As referidas atividades irão ser dinamizadas por professores contratualizados pela entidade promotora;
 - A proposta da duração semanal das atividades, aprovada pelo Conselho Pedagógico e a fixar pelo Conselho Geral será a seguinte:
 - *Expressões Artísticas* - 120 minutos, para as turmas de 1.º e 2.º anos;
 - *Atividade física e desportiva* - 180 minutos para as turmas de 1.º, 2.º, 3.º e 4.º anos.
 - Dando cumprimento à alínea h do ponto 1 do art.º 13.º, Capítulo IV, do Despacho normativo n.º 4-A/2016, de 16 de junho de 2016, que atenta para o previsto no artigo 18.º, ponto 6 do Portaria 644-A/2015 de 24 de agosto, as AEC deverão ocorrer preferencialmente após o período curricular da tarde.
 - Assim, em Conselho Geral, irá ser proposto, pelo Conselho Pedagógico, a aprovação da flexibilização de horários (apenas no período da tarde), para a realização destas atividades.
 - As atividades são desenvolvidas nas escolas e em espaços desportivos das respetivas áreas de influência;
 - As Atividades de Enriquecimento Curricular desenvolvem-se apenas durante os períodos em que decorrem as atividades letivas, em conformidade com o calendário escolar aprovado pelos órgãos de gestão;
 - As especificidades dos diversos estabelecimentos de ensino e de cada turma devem ser tidas em conta aquando da realização das planificações mensais, no sentido de proporcionar aos alunos atividades que verdadeiramente enriqueçam o seu processo educativo.
 - A supervisão e o acompanhamento das AEC, preconizados no ponto 5, do art.º 18.º da Portaria supracitada, é realizada por equipas docentes organizadas por escola.

5- Planificações Anuais

Expressões Artísticas

OBJETIVOS

- Sensibilizar para a diversidade linguística e cultural;
- Promover o desenvolvimento integral do indivíduo, pondo em ação capacidade afetivas, cognitivas cinestéticas e provocando a interação de múltiplas inteligências;
- Mobilizar todos os saberes do indivíduo, ajudando-o a desenvolver novos saberes;
- Permitir afirmar a singularidade de cada um;
- Promover a socialização;
- Desenvolver a espontaneidade e a criatividade dramática individual;
- Incentivar a responsabilização individual no seio do grupo, e do grupo no grupo alargado;
- Desenvolver a postura, flexibilidade e mobilidade corporal;
- Utilizar a linguagem corporal e vocal para expressar sentimentos e ideias;
- Questionar a realidade a partir de improvisações, tendo como suporte as vivências pessoais, a observação e interpretação do mundo e os conhecimentos do grupo;
- Estimular o respeito pela diversidade cultural;
- Promover o respeito pelas regras estabelecidas e adequadas a cada atividade.

1.º e 2.º Anos de Escolaridade

Conteúdos	Objetivos Específicos	Estratégias/Atividades	Recursos	Avaliação
<ul style="list-style-type: none"> - Jogos de apresentação - Introdução à música: - Ritmo, melodia; - Som e silêncio - Expressão dramática: - jogos introdutórios 	<ul style="list-style-type: none"> -Descobrir o teatro; -Saber distinguir ritmo de melodia, perceber a versatilidade do ritmo; -Improvisar através do ritmo e do corpo. 	<ul style="list-style-type: none"> -Lança o nome; -Nomes com som; -Nomes com ritmo, -Jogo do novelo de lã; -Construção do “Guarda-drama” (Chapéus, cabeleiras, bigodes, cachecóis, vestidos, calças, pulseiras, colares, botas...). 	<ul style="list-style-type: none"> -Computadores -Internet -Leitor de CD -Material de desgaste - Novelos de lã - Caixa para o “Guarda-Drama” 	<p>Observação direta:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Interação - Iniciativa - Interesse - Empenho
<ul style="list-style-type: none"> -Introdução à música: sonoridade e expressão -Introdução ao teatro: jogos de introdução (movimento, emoções, expressão) 	<ul style="list-style-type: none"> -Perceber a importância do aquecimento na expressão dramática; -Desenvolver a capacidade de contacto visual, exposição corporal e emocionalidade; -Descobrir que a música apresenta diferentes emocionalidades de acordo com a sua sonoridade/ estilo; 	<ul style="list-style-type: none"> -Jogo das emoções; -Audição de várias peças musicais. 	<ul style="list-style-type: none"> -Computadores -Internet -Leitor de CD -Material de desgaste 	<ul style="list-style-type: none"> - Organização - Produto final
<ul style="list-style-type: none"> - Dia Mundial da Música Componentes musicais: - Pulsação, ritmo - Melodia e harmonia - Sons do corpo: Percussão corporal 	<ul style="list-style-type: none"> - Perceber a musicalidade do mundo, de criar som, de descobrir as diferentes formas de música e mostrar que ela é acessível a todos. 	<ul style="list-style-type: none"> -Vamos percu(r)tir! -Batalha musical; -Dj lengalenga; 	<ul style="list-style-type: none"> -Computadores -Internet -Leitor de CD -Material de desgaste 	

<p>- Conceitos de Expressão Musical básicos: - Andamento: adágio, presto, moderato - Altura dos sons: fino, grosso, médio - Audição ativa</p>	<p>-Saber distinguir diferentes Andamentos; -Perceber sons diferentes em termos de altura; -Descobrir a música clássica a partir do corpo associado ao ritmo, canção e estória.</p>	<p>-Audição ativa (ex: receita de panquecas); -Jogos dos sons finos e grossos: -Miscelânea de som.</p>	<p>-Computadores -Internet -Leitor de CD -Material de desgaste</p>	
<p>Intensidade do som: - p - piano(som fraco) - f - forte (som forte, muito intenso) - mf - meio forte (intensidade mediana) Tipos de sons - Sons humanizados: simples e mecânicos - Sons da natureza - Sons dos animais: selvagens e domésticos</p>	<p>-Perceber as diferentes intensidades sonoras, através da escuta ativa e do corpo; -Descobrir a capacidade da música estar presente em todos os contextos ambientais e as suas particularidades, no timbre e no tipo de som;</p>	<p>-Reprodução de ostinato rítmico com instrumentos Orff, explorando diferentes dinâmicas (Forte, piano); -Sons da natureza; -Sons de animais.</p>	<p>-Computadores -Internet -Leitor de CD -Material de desgaste -Audições de sons da natureza e de animais</p>	
<p>-Dia mundial da animação -O timbre: o que é? -Instrumentos Orff: o seu nome e a sua família.</p>	<p>-Conhecer os irmãos Lumière e o processo básico de construção de um filme; -Perceber a definição de timbre: -Saber identificar o nome dos instrumentos Orff e sua respetiva família.</p>	<p>-Animação em Festa: Visualização e construção de um pequeno vídeo em stop motion; -Jogo do timbre; -Canção do Timbre: “O Timbre é”; -Instrumentos Orff: apresentação e experimentação.</p>	<p>-Computadores -Internet -Leitor de CD -Material de desgaste -Data show ou retroprojektor -Instrumental Orff</p>	

			-“Canção do Timbre”
-Semana temática: Halloween -Instrumentos (revisão) -A casa da pauta musical	-Aprender a construir um instrumento de percussão definido a partir de material reciclável, aprendendo simultaneamente a escala diatónica; -Descobrir e aprender a construção de uma pauta musical e a sua escala diatónica.	-Construção de um instrumento em material reciclado; -A casa da pauta musical; -Audição Ativa: “O espetador constipado”; -Canção infantil com tema de Halloween.	-Computadores -Internet -Leitor de CD -Material de desgaste - Reutilizar vários recipientes -“O espetador constipado”- Niccollò Paganini “Paganini para o rock”
-S. Martinho -Dança e ritmo -Simbologia musical -Voz	- Descobrir a simbologia musical; - Aprender ritmos simples; - Desenvolver a capacidade rítmica; - Trabalhar percussão corporal associada à componente dramática.	-A simbologia musical: jogo de pauta humana; -O cadeirão musical; -Aprender uma lengalenga.	-Computadores -Internet -Leitor de CD -Material de desgaste
-Audição ativa -Cânone Verbal -Dança com música erudita	- Descobrir Beethoven: -Através da dança- trabalho de ritmo e forma da canção com o corpo; - Através da audição ativa;	-Dança com Beethoven: coreografia percutida com boomwhackers; -Cânone Verbal;	-Computadores -Internet -Leitor de CD -Material de desgaste

	- Trabalhar a técnica vocal e a capacidade rítmica.		- Boomwhackers -Música de Beethoven
-Expressividade emocional e corporal -Improviso -Exploração do espaço -Dança tradicional portuguesa: ritmo, dança e corpo	Desenvolver as potencialidades como ator/agente criativo; - Saber respeitar o seu espaço e o dos outros, utilizá-lo e reaproveitá-lo como cena dramática; - Aprender uma dança de pauliteiros sensibilizando para a música tradicional portuguesa e para o trabalho rítmico.	Jogos: - Imitar o chefe - O que estás a fazer? - A mala mágica - Jogo dos pauliteiros com boomwhackers.	-Computadores -Internet -Leitor de CD -Material de desgaste - Boomwhackers
- Pantomina - Corpo e espaço: expressividade - Improviso: construção coletiva	- Desenvolver as potencialidades como ator/agente criativo; - Saber respeitar o seu espaço e o dos outros, utilizá-lo e reaproveitá-lo como cena dramática; - Descobrir uma dança tradicional portuguesa trabalhando o ritmo.	Jogos mímicos: - O espelho - Isto é... - A escultura - Trabalhar uma dança típica portuguesa.	-Computadores -Internet -Leitor de CD -Material de desgaste -Música Tradicional Portuguesa
Expressividade emocional - Expressividade corporal - Improviso - Exploração do espaço	- Conhecer o próprio corpo; - Deixar-se entrar em contacto com outros, expor-se; - Trabalhar as sensações e	-Jogo de exploração de espaço: explorar andamento, explorar contacto, explorar música. -Jogo do espelho	-Computadores -Internet -Leitor de CD -Material de

	<p>perceções;</p> <ul style="list-style-type: none"> - Representar a árvore generosa num dos papéis artísticos: músico, ator, sonoplasta. 	<ul style="list-style-type: none"> -Conversação corporal -Representação do conto “A árvore generosa” 	<p>desgaste</p> <ul style="list-style-type: none"> -Conto “A árvore generosa” 	
<p>Natal</p> <p>Audição ativa</p> <p>Trabalho de coro</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Descobrir a música de origem Russa através da audição ativa; - Ser capaz de representar cantar e dançar simultaneamente; - Controlar o seu corpo e as suas emoções. 	<ul style="list-style-type: none"> -Jogo do andamento -Jogo “a escultura” -Caixinha dos brinquedos -Audição ativa com tema de Natal 	<ul style="list-style-type: none"> -Computadores -Internet -Leitor de CD -Material de desgaste -Música de natal 	
<p>Tema: Janeiras</p> <p>Músicas do Mundo:</p> <p>acompanhamento rítmico</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Perceber a tradição das janeiras; - Tocar e cantar em conjunto expondo-se aos colegas; - Descobrir diferentes estilos de música e tocar acompanhando a canção. 	<ul style="list-style-type: none"> -Audição da música de Zeca Afonso: “O Natal dos Simples”; -Exercício de Músicas do Mundo: francês, fado, jazz, bossa-nova, japonês, América latina, Grécia, Egito 	<ul style="list-style-type: none"> -Computadores -Internet -Leitor de CD -Material de desgaste -Músicas do Mundo 	
<p>Peça de teatro: os músicos de Bremen</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Ser capaz de construir uma peça de teatro através do trabalho de equipas nas suas várias vertentes. 	<ul style="list-style-type: none"> -Construir cenografia -Construir figurinos -Representar, cantar -Tocar e fazer sonoplastia 	<ul style="list-style-type: none"> -Computadores -Internet -Leitor de CD -Material de desgaste -“Músicos de Bremen” 	
<p>Construção de personagens</p> <p>- Criação de histórias</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Criar empatia entre alunos: confiança, contacto físico, 	<ul style="list-style-type: none"> - Construção de uma personagem explorando o “Guarda Drama” (Chapéus, 	<ul style="list-style-type: none"> -Computadores -Internet 	

<ul style="list-style-type: none"> - Expressividade corporal, oral e dramática - Indutores de dramatização 	<ul style="list-style-type: none"> movimento, ligação de grupo; - Promover a criatividade, à vontade e expressividade; - Usar o som e drama em interação. 	<ul style="list-style-type: none"> Cabeleiras e acessórios cachecóis, pulseiras, colares, botas...) e outros objetos 	<ul style="list-style-type: none"> -Leitor de CD -Material de desgaste -“Guarda-drama” -Outros materiais 	
<ul style="list-style-type: none"> - Corpo e expressão - Música e sombras - Pantomina 	<ul style="list-style-type: none"> - Saber utilizar o corpo, a voz, a expressão para se “transformar” em várias; -Entender as necessidades para a caracterização e construção de uma personagem. 	<ul style="list-style-type: none"> -Jogo com sombras -Criar personagens a partir de estímulos e indutores -Improvisar através de uma personagem 	<ul style="list-style-type: none"> -Computadores -Internet -Leitor de CD -Material de desgaste 	
<ul style="list-style-type: none"> - O indutor imagem - Criação de histórias e personagens a partir da criatividade do ator - Improvisação na relação com o outro 	<ul style="list-style-type: none"> - Conhecer e perceber o que é um indutor na expressão dramática; -Encontrar diferentes formas de para a construção coletiva. -Encontrar e descobrir diferentes estímulos e indutores para a construção de personagens. 	<ul style="list-style-type: none"> O indutor Imagem: - Trabalhar o desenho associado a música - Desenhar e construir história a partir da mistura dos desenhos - Construir uma personagem com a imagem - Construir um enredo/estória a partir do trabalho realizado e representar 	<ul style="list-style-type: none"> -Computadores -Internet -Leitor de CD -Material de desgaste 	
<ul style="list-style-type: none"> - O indutor Texto - Criação de histórias e personagens a partir da criatividade do ator - Improvisação na relação com o texto 	<ul style="list-style-type: none"> - Saber utilizar o texto para construir personagens e outras estórias; -Utilizar o texto sem se limitar a palavras: explorar o texto no corpo, sozinho ou em grupo; - Saber utilizar o texto como 	<ul style="list-style-type: none"> Indutor Texto: - Trabalhar o desenho associado a música - Construir representações a partir da mistura dos desenhos - Construir uma personagem com o texto - Construir um enredo a partir do trabalho realizado e representar 	<ul style="list-style-type: none"> -Computadores -Internet -Leitor de CD -Material de desgaste 	

	uma coreografia poética;	- Poesia, prosa, imaginário.	
Carnaval O indutor música Estilos Músicas: Bossa-nova	-Encontrar diferentes formas de para a construção coletiva; -Encontrar e descobrir diferentes estímulos musicais para a construção de personagens.	-Indutor Música: Samba lele: canção infantil brasileira Samba carioca: acompanhamento rítmico não-convencional com flauta. -Tom Jobim: acompanhamento rítmico aprendizagem de uma parte da canção de “Águas de Março”	-Computadores -Internet -Leitor de CD -Material de desgaste -Flauta -“Samba lele”; “Samba carioca” - “Águas de Março” de Tom Jobim
O indutor Objeto	-Encontrar diferentes formas de para a construção coletiva; -Encontrar e descobrir diferentes estímulos para a construção de personagens.	-Indutor Objeto: - Explorar andamentos, os diferentes níveis e espaços (chão, salto, rastejar, subir, empurrar), formas de andar... - Improvisar em conjunto enquanto circulam pelo espaço - Criar personagens e outros objetos, unir histórias e criar uma performance	-Computadores -Internet -Leitor de CD -Material de desgaste
Vivaldi e as quatro estações Estilos Musicais: Músicas do Mundo	- Entender os temas eruditos pela sua dinâmica e forma; - Descobrir Vivaldi: - representar cantando e dançando	- História “As quatro estações” Audição das quatro estações de Vivaldi: - Escuta ativa - dança livre sentindo a música - desenho expressivo tendo em conta a musicalidade - Identificação de cada peça a partir do seu	-Computadores -Internet -Leitor de CD -Material de desgaste -“As quatro estações” de

		estilo e cor - Representação da história as quatro estações	Vivaldi	
Improviso e criação de histórias Estilos Musicais: Música tradicional Portuguesa DIA DO PAI: Construção de uma música original para o dia do pai	-Encontrar diferentes formas de para a construção coletiva.	-Improviso e criação de histórias “E então...” -Princípio Meio e fim -Construção de uma música original para o dia do pai	-Computadores -Internet -Leitor de CD -Material de desgaste	
Improviso e criação de histórias 21 DIA MUNDIAL DA FLORESTA - DIA DA ARVORE 21 DIA MUNDIAL DA POESIA Estilos Musicais: Jazz	- Descobrir Fernando Pessoa, desconstruindo os seus poemas; - Sensibilização para o ambiente através da obra musical “A floresta d’água”; - Descobrir o jazz e a improvisação.	-Uma Poesia de Fernando Pessoa transformada em peça -Audição e representação da história: “A floresta d’água” -Aprendizagem de uma canção jazz com instrumentos orff	-Computadores -Internet -Leitor de CD -Material de desgaste -História “A floresta d’Água” -Instrumental Orff	
DIA DO LIVRO PORTUGUÊS DIA MUNDIAL DO TEATRO	- Sensibilização para a leitura; - Representação de contos infantis.	-Dia do livro: -aprendizagem da canção: alusiva ao dia do livro -Representação de uma peça: “O Cuquedo”, livro infantil musicado pelo professor	-Computadores -Internet -Leitor de CD -Material de desgaste -Conto “O Cuquedo”	
Representação da peça “Pedro e o Lobo”	- Ser capaz de representar e cantar/tocar simultaneamente;	-Peça: ”Pedro e o Lobo”. -Representação, cenografia e música	-Computadores -Internet	

<p>Estilos Músicas: música Tradicional espanhola 25 de Abril</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Aprender a canção da história com canto e instrumento; - Descobrir a música tradicional espanhola. 	<ul style="list-style-type: none"> - Dança e acompanhamento com percussão corporal de Flamenco -Aprendizagem de uma canção sobre o 25 de Abril “Somos Livres” 	<ul style="list-style-type: none"> -Leitor de CD -Material de desgaste -Peça “O Pedro e o Lobo” -Canção “Somos Livres”- de Ermelinda Duarte 	
<p>Dramatização com máscara Trabalho de coro Expressividade oral/voz - Expressividade corporal - Os indutores de expressão dramática</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Trabalhar motricidade fina; - Construir a sua própria máscara, respeitando a sua criatividade e permitindo a construção de uma história. 	<ul style="list-style-type: none"> -História: trabalhar uma história com animais da floresta -Construção de uma máscara -Exercícios: Corpo e Máscara Música e máscara Expressão/comunicação 	<ul style="list-style-type: none"> -Computadores -Internet -Leitor de CD -Material de desgaste 	
<p>DIA MUNDIAL DA DANÇA Dança do Pingacho (Música tradicional Portuguesa) Musicograma: django Minor Song instrumentos de percussão</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Trabalhar diferentes tipos de dança, de forma a desenvolver o ritmo e a expressividade corporal; - Trabalhar o contratempo através de jazz cigano. 	<ul style="list-style-type: none"> -Dança do pingacho -Acompanhar jazz cigano: musicograma -Instrumentos orff: revisão de conteúdos musica. 	<ul style="list-style-type: none"> -Computadores -Internet -Leitor de CD -Material de desgaste -Instrumental Orff 	
<p>Audição ativa dia da mãe Representação com fantoches</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Sensibilização para o dia da mãe, - Descobrir o teatro do objeto; 	<ul style="list-style-type: none"> -Construção de fantoches -Criação de uma história original -Construção de fantocheiro -Aprendizagem de uma audição ativa para o dia da mãe 	<ul style="list-style-type: none"> -Computadores -Internet -Leitor de CD -Material de desgaste 	

<p>Audição Activa: “Marcha Turca” (Mozart) Hip Hip com canção Canção: “O teu corpo é música”</p>	<p>- Cantar e respeitar o ritmo dançando.</p>	<p>-Audição Ativa: “Marcha Turca” (Mozart) -Hip Hip com canção -Canção: “O teu corpo é música”</p>	<p>-Computadores -Internet -Leitor de CD -Material de desgaste -“Marcha Turca” (Mozart) - Canção: “O teu corpo é música”</p>	
<p>Pantomina: caixinha dos sentimentos Canção com ostinato rítmico verbal “We will rock you”.</p>	<p>Representar e tocar simultaneamente; - Trabalhar o corpo e a expressão sem a utilização de texto; - Desenvolver a capacidade rítmica brincando com a voz, corpo e instrumentos; - Relembrar a simbologia rítmica.</p>	<p>-Caixinha de sentimentos -Canção com ostinato “We will rock you”</p>	<p>-Computadores -Internet -Leitor de CD -Material de desgaste -Música “We will rock you”</p>	

<p>O flautista de Hamelin: representação Canção de Zeca Afonso: recolha tradicional</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Aprender a história de Hamelin, sensibilizando para a flauta de bisel; - Trabalhar a técnica vocal; - Tocar a canção com instrumentos orff e flauta 	<p>-Flautista de Hamelin: audição, canto, representação e tocar com flauta -Cantar: “O canarinho”</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Computadores -Internet -Leitor de CD -Material de desgaste -Flauta de bisel -Música “O canarinho” 	
<p>DIA MUNDIAL DA CRIANÇA</p>	<p>Revisão de conteúdos musicais.</p>	<p>-Jogos livres</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Computadores -Internet -Leitor de CD -Material de desgaste 	
<p>Sonoplastia: criar uma história com cd interativo para criar sonoplastia</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Perceber o significado de sonoplastia; - Entender que os instrumentos têm outras potencialidades. 	<p>-Criar uma história e trabalhar a parte da sonoplastia</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Computadores -Internet -Leitor de CD -Material de desgaste 	
<p>Exercício de ritmo e percussão Canção “Salada de fruta” (Bossa Nova)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Aprender a manipular os instrumentos com técnica correta para que consiga tirar o melhor partido do mesmo; - Aprender a entrosar-se com o grupo principalmente no início e no fim das frases; 	<p>-Cantar “Salada de fruta” (BOSSA NOVA) -Ritmo com partitura não convencional</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Computadores -Internet -Leitor de CD -Material de desgaste - Canção “Salada de fruta” (Bossa Nova) 	

<p>-Dança Grega -Percussão com colheres de plástico -Canção com Balão</p>	<p>- Ser capaz de dançar, respeitando o ritmo em trabalho como grupo; - Percutir com colheres de plástico; - Construir uma música com som grosso e fino do balão.</p>	<p>-Dançar uma dança Grega -Percutir com Balão</p>	<p>-Computadores -Internet -Leitor de CD -Material de desgaste</p>	
<p>Musicogramas: Percussão corporal Instrumentos Orff</p>	<p>- Desenvolver a capacidade de leitura rítmica através do musicograma com instrumento e voz; - Utilizar os instrumentos de forma correta com técnica.</p>	<p>-Musicogramas: Bach, Verdi, Vivaldi, Mozart</p>	<p>-Computadores -Internet -Leitor de CD -Instrumental Orff -Musicogramas</p>	

Atividade Física e Desportiva

OBJETIVOS

- Desenvolver as capacidades motoras dos alunos;
- Melhorar a realização das habilidades motoras básicas nos diferentes tipos de atividades, conjugando as suas iniciativas com a ação dos colegas e aplicando corretamente as regras;
- Promover o desenvolvimento integral do aluno, numa perspetiva interdisciplinar, de modo a favorecer o reforço da oferta educativa;
- Fomentar a aquisição de hábitos e de estilos de vida saudáveis, que se mantenham na idade adulta;
- Fomentar o espírito desportivo e do fair-play, no respeito pelas regras das atividades e por todos os intervenientes;
- Estimular a tomada de consciência para fruição da natureza numa perspetiva da sua conservação.

1.º e 2.º Anos de Escolaridade

Conteúdos	Objetivos Específicos	Estratégias/Atividades	Recursos	Avaliação
<i>Avaliação Diagnóstica / Deslocamentos e Equilíbrios.</i>	<p>Saltar, rastejar, deslocamentos com equilíbrio, mudanças de direção, orientação espacial, transposição de obstáculos.</p>	<p>Avaliação das capacidades motoras, identificar o posicionamento dos alunos, em relação à atividade, quanto a expectativas, interesses e nível de conhecimento;</p> <p>Habilidades gerais e variadas de deslocamento com equilíbrio; variar as formas de organização; saltar para planos superiores (mesa ou plinto);</p> <p>Deslocar-se para a frente, para os lados e para trás sobre superfícies reduzidas e elevadas, mantendo o equilíbrio; Introdução do rolamento à frente;</p> <p>Saltar obstáculos de alturas e comprimentos variados;</p> <p>Cair voluntariamente no colchão e no chão controlando a queda;</p> <p>Continuação da abordagem dos rolamentos;</p> <p>Rastejar deitado dorsal e ventral, em todas as direções, com apoio das mãos e/ou pés;</p> <p>Rolar sobre si próprio em posições e sentidos diferentes.</p>	<p>Mesas</p> <p>Bancos</p> <p>Colchão</p> <p>Arcos</p> <p>Cadeiras</p> <p>Coletes</p> <p>Pinos</p> <p>Bolas</p>	<p>Tendo por base as diretrizes do Ministério da Educação para o 1.º CEB, qualquer avaliação a realizar aos alunos deve ser compreendida entre uma Avaliação Inicial de Diagnóstico, procedendo assim a uma “imagem” das capacidades dos alunos, e uma Avaliação Formativa, em que o Docente observa e regista dificuldades e aquisições dos alunos, em consonância com</p>

				os objetivos definidos no Planeamento Anual.
<p><i>Deslocamentos e Equilíbrios.</i></p>	<p>Saltar, rastejar, deslocamentos com equilíbrio, mudanças de direção, orientação espacial, Transposição de obstáculos.</p>	<p>Habilidades gerais e variadas de deslocamento com equilíbrio; variar as formas de organização; saltar para planos superiores; rolamentos à frente e retaguarda;</p> <p>Deslocar-se para a frente, para os lados e para trás sobre superfícies reduzidas e elevadas, mantendo o equilíbrio; saltar obstáculos de alturas e comprimentos variados;</p> <p>Cair voluntariamente no colchão e no chão controlando a queda;</p> <p>Rastejar deitado dorsal e ventral, em todas as direções, com apoio das mãos e/ou pés;</p> <p>Rolar sobre si próprio em posições e sentidos diferentes;</p>	<p>Colchões</p> <p>Pinos</p> <p>Arcos</p> <p>Coletes</p> <p>Balança</p> <p>Fita métrica</p>	<p><u>Avaliação intermédia</u> - A avaliação intermédia é realizada através da observação e é determinante para a organização da etapa seguinte, permitindo redimensionar todo o processo e influenciar novas decisões quanto à redefinição dos objetivos. Tem intervenção decisiva na diferenciação do ensino, na adequação dos meios e</p>
<p><i>1.º Momento de Avaliação da Bateria de Testes do Fitnessgram.</i></p>	<p>Apliação do Fitnessgram.</p>	<p>Efetuar os testes de Fitnessgram, que são, medição do Peso (Kg) e Estatura (cm). (entregar resultados ao professor titular)</p>		

				estratégias e um carácter informativo do grau de sucesso obtido.
<i>Perícia e Manipulação</i>	Lançamentos, drible, passe, manipulação de bolas e arcos, lançamentos de precisão, pontapear.	<p>Lançar a bola em precisão para um alvo imóvel, por baixo e por cima com cada uma e ambas as mãos e receber a bola com as duas mãos após o lançamento à parede evitando que caia ou toque outra parte do corpo;</p> <p>Driblar com cada uma das mãos, em deslocamento, controlando a bola para manter a direção pretendida;</p> <p>Lançar uma bola em distância com a mão forte e com as duas, tentando alcançar uma marca;</p> <p>Rolar a bola nos membros superiores e inferiores (deitado) unidos e</p>	Bolas Arcos	<u>Avaliação intermédia</u>

		<p>em extensão, controlando o seu movimento;</p> <p>Pontapear a bola em precisão e em distância a um alvo, com um e outro pé; rodar a bola nos membros superiores e inferiores, controlando a sua direção;</p> <p>Passar a bola a um companheiro (passe picado, passe de peito), parada e em deslocamento;</p> <p>Receber a bola com o pé esquerdo ou direito, passar ao colega.</p> <p>Realizar habilidade variadas com arcos, explorando diversas formas de manipular o material;</p> <p>Em concurso individual ou estafeta, rolar o arco, com pequenos toques à esquerda ou à direita controlando a trajetória pretendida.</p>		
Perícia e Manipulação	Lançamentos, drible, passe, manipulação de bolas e arcos, lançamentos de precisão, pontapear.	<p>Lançar a bola em precisão para um alvo imóvel, por baixo e por cima com cada uma e ambas as mãos;</p> <p>Receber a bola com as duas mãos após o lançamento à parede evitando que caia ou toque outra parte do corpo;</p> <p>Driblar com cada uma das mãos, em deslocamento, controlando a bola para manter a direção pretendida;</p> <p>Lançar uma bola em distância com a mão forte e com as duas, tentando alcançar uma marca;</p> <p>Rolar a bola nos membros superiores e inferiores (deitado) unidos e em extensão, controlando o seu movimento;</p>	Bolas Arcos	<u>Avaliação intermédia</u>
Perícia e Manipulação				

		<p>Pontapear a bola em precisão e em distância a um alvo, com um e outro pé; rodar a bola nos membros superiores e inferiores, controlando a sua direção;</p> <p>Passar a bola a um companheiro (passe picado, passe de peito), parada e em deslocamento;</p> <p>Receber a bola com o pé esquerdo ou direito, passar ao colega. Realizar habilidade variadas com arcos, explorando diversas formas de manipular o material;</p> <p>Em concurso individual ou estafeta, rolar o arco, com pequenos toques à esquerda ou à direita controlando a trajetória pretendida.</p>		
<p><i>Atividades Rítmicas Expressivas</i></p>	<p>Noções básicas de coordenação motora e agilidade. Integração de ações rítmicas e expressivas (relação ritmo/movimento); Aplicar o sentido de orientação espacial e temporal; Noção da diversidade e tipos de danças; Desenvolver as capacidades de cooperação; Desenvolver a componente lúdica através</p>	<p>Percursos, jogos e estafetas com a integração de várias habilidades relacionadas com o tema (saltos, voltas, pontas dos pés, deslocamentos laterais, passos de dança, etc.);</p> <p>Elementos básicos da dança (tradicional e clássica); percursos, jogos e estafetas a pares com elementos rítmicos e expressivos;</p> <p>Exercícios de deslocamento e orientação espacial com a utilização de bolas e arcos;</p> <p>Elaboração de uma coreografia com passos da dança tradicional e da dança clássica.</p>	<p>Rádio</p> <p>Bolas</p> <p>Arcos</p>	<p><u>Avaliação intermédia</u></p>

	de jogos; Noção de coreografia.			
<i>Oposição á luta</i>	Oposição e luta: Experimentação e identificação dos vários tónus musculares e de capacidades motrizes básicas, utilização correta da própria lateralidade e da sua projeção nos outros e nos objetos, respeitar as regras de segurança estabelecidas e a integridade física do parceiro, mesmo à custa da sua vantagem.	Tomar contacto com um envolvimento particular (jogos de luta) sem estar pressionado pela dimensão, “adversário/perigo”; Adaptação de um à ação do outro; Estabelecer progressivamente o contacto, melhorando a resistência; Cooperação entre os colegas, trabalhando a velocidade de reação; Antecipação; Realização de exercícios de luta em pé, realização de exercícios de luta no solo, realização de exercícios de guarda a quatro; Jogo de luta em pé - “puxa e empurra”; Jogo de um contra um de posse da bola; Jogo pisar os pés; Jogo - a ponte; Jogo - puxar a bola. Jogo - As Torres; Jogo - o Aro.	Bolas Coletes Pinos	<u>Avaliação intermédia</u>
<i>Jogos pré-desportivos</i>	Desenvolver a componente lúdica através de diversos jogos; aperfeiçoar o domínio do corpo; melhorar a manipulação de diversos materiais; desenvolver diferentes formas de locomoção e manipulação com bola;	Realizar jogos infantis: com posições de equilíbrio (formação de grupos; cores; posições); Realizar jogos infantis: com posições de equilíbrio; (1,2,3 Macaquinho do chinês; Stop); Deslocamentos em corrida e mudanças de direção (toca e foge; Rabo de Raposa; Jogo da Apanhada (com variantes); Deslocamentos em corrida e mudanças de direção (Jogo da Corrente;	Bolas Pinos Lenço Coletes Bastões	<u>Avaliação intermédia</u>

<p>2.º Momento de Avaliação da Bateria de Testes do Fitnessgram.</p>	<p>promover o relacionamento afetivo e a aprendizagem em grupo; desenvolver a coordenação motora; desenvolver as capacidades físicas; melhorar a coordenação dinâmica geral; conhecer tradições e o património cultural da comunidade rural e urbana.</p> <p>Aplicação do Fitnessgram.</p>	<p>Roda do Lenço; Bola Escaldante);</p> <p>Deslocamentos em corrida e mudanças de direção (Jogo da lagarta e da amiba);</p> <p>Deslocamentos em corrida e mudanças de direção; (Futebol sem bola; Polícias e Ladrões). Realizar jogos infantis: utilização de apoios variados e associados a corrida, marcha e voltas; (Bola Escaldante; Rei Manda; Jogo da Galinha e da Raposa);</p> <p>Utilização de apoios variados e associados a corrida, marcha e voltas (jogos de estafetas) A bola e a Rã; Bola Rasante; Tração à Corda;</p> <p>Lançamentos e pontapés de precisão e à distância (Bola aos postes com as mãos ou com os pés);</p> <p>Efetuar os testes de Fitnessgram, que são medição do Peso (Kg) e Estatura (cm). (Entregar resultados ao professor titular)</p>	<p>Balança</p> <p>Fita métrica</p>	
<p>Jogos pré-desportivos</p>	<p>Desenvolver a componente lúdica através de diversos jogos; aperfeiçoar o domínio do corpo; melhorar a manipulação de diversos materiais; desenvolver diferentes formas de locomoção e manipulação com bola;</p>	<p>Realizar jogos infantis: com posições de equilíbrio (formação de grupos; cores; posições);</p> <p>Realizar jogos infantis: com posições de equilíbrio; (1,2,3 Macaquinho do chinês; Stop);</p> <p>Deslocamentos em corrida e mudanças de direção (toca e foge; Rabo de Raposa; Jogo da Apanhada com variantes);</p> <p>Deslocamentos em corrida e mudanças de direção (Jogo da Corrente;</p>	<p>Bolas</p> <p>Pinos</p> <p>Lenço</p> <p>Coletes</p>	<p><u>Avaliação intermédia</u></p>

	<p>promover o relacionamento afetivo e a aprendizagem em grupo; desenvolver a coordenação motora; desenvolver as capacidades físicas; melhorar a coordenação dinâmica geral; conhecer tradições e o património cultural da comunidade rural e urbana.</p>	<p>Roda do Lenço; Bola Escaldante);</p> <p>Deslocamentos em corrida e mudanças de direção (Jogo da lagarta e da amiba);</p> <p>Deslocamentos em corrida e mudanças de direção; (Futebol sem bola; Polícias e Ladrões). Realizar jogos infantis: utilização de apoios variados e associados a corrida, marcha e voltas; (Bola Escaldante; Rei Manda; Jogo da Galinha e da Raposa);</p> <p>Utilização de apoios variados e associados a corrida, marcha e voltas (jogos de estafetas) A bola e a Rã; Bola Rasante; Tração à Corda;</p> <p>Lançamentos e pontapés de precisão e à distância (Bola aos postes com as mãos ou com os pés).</p> <p>Medição e registo do peso e da estatura de cada aluno.</p>	<p>Bastões</p>	
<p><i>Festa de Encerramento das Atividades</i></p>	<p>Preparação e ensaio das atividades para a festa de Encerramento, ou continuação da planificação de Maio.</p>	<p>Ensaaios ou jogos pré-desportivos.</p>	<p>Rádio</p> <p>Bolas</p> <p>Pinos</p> <p>Lenço</p> <p>Coletes</p>	<p>Avaliação Final</p>

3.º e 4.º Anos de Escolaridade

Conteúdos	Objetivos Específicos	Estratégias/Atividades	Recursos	Avaliação
<i>Avaliação Diagnóstica / Jogos Pré - Desportivos</i>	<p>Adquirir competências fundamentais para potenciar a aprendizagem dos jogos desportivos coletivos (jogos pré-desportivos);</p> <p>Aplicar a capacidade criativa através de abordagens interdisciplinares, em grupo e com uma forte componente lúdica;</p> <p>Desenvolver a noção de orientação no espaço;</p> <p>Reconhecimento das regras gerais dos jogos desportivos coletivos.</p>	<p>Avaliação das capacidades motoras: identificar o posicionamento dos alunos, em relação á atividade, quanto a expetativas, interesses e nível de conhecimento;</p> <p>Realizar jogos coletivos com bola: bitoque, rabia, jogo dos passes, bola ao poste, bola ao capitão, bola no fundo, utilizando as ações de condução, drible, passe, receção e remate da bola;</p> <p>Executar corretamente a Posição fundamental de deslocamento, nos desportos coletivos e saber a sua perna de impulsão e de força;</p> <p>Passar a um companheiro livre, criar linhas de passe, desmarcação e enquadramento, marcação, receber ativamente.</p>	<p>Bolas</p> <p>Coletes</p> <p>Pinos</p>	<p>Tendo por base as diretrizes do Ministério da Educação para o 1º ciclo do Ensino Básico, qualquer avaliação a realizar aos alunos deve ser compreendida entre uma Avaliação Inicial de Diagnóstico, procedendo assim a uma “imagem” das capacidades dos alunos, e uma Avaliação Formativa, em que o Docente observa e regista dificuldades e aquisições dos alunos.</p>

<p>1.º Momento de Avaliação da Bateria de Testes do Fitnessgram</p>	<p>Aplicação do Fitnessgram.</p> <p>Realizar as ações motoras fundamentais de cada especialidade do Atletismo.</p> <p>Corridas e estafetas.</p>	<p>Efetuar os testes de Fitnessgram, que são medição do Peso (Kg), Estatura (cm), Resistência (Vaivém) e Velocidade (3x20 metros, escolhendo o melhor tempo); (entregar resultados ao titular de turma).</p> <p>Corrida de velocidade: acelera até à velocidade máxima;</p> <p>Corrida de estafetas: recebendo e passando o testemunho;</p> <p>Corrida de obstáculos: realiza corrida com pequenos obstáculos que devem ser ultrapassados.</p>	<p>Rádio</p> <p>Fita Métrica</p> <p>Pinos</p> <p>Cronómetro</p> <p>Balança</p> <p>Barreiras</p> <p>Testemunho</p>	<p><u>Avaliação intermédia</u> A avaliação intermédia é realizada através da observação e é determinante para a organização da etapa seguinte, permitindo redimensionar todo o processo e influenciar novas decisões quanto à redefinição dos objetivos. Tem intervenção decisiva na diferenciação do ensino, na adequação dos meios e estratégias e um carácter informativo do grau de sucesso obtido.</p>
<p>Atletismo (continuação)</p> <p>Voleibol</p>	<p>Saltos e lançamentos.</p> <p>Realizar as habilidades básicas (gestos técnicos) da modalidade.</p>	<p>Salto em comprimento e triplo salto: com corrida e sem corrida de balanço;</p> <p>Salto em altura (tesoura): com corrida e sem corrida de balanço.</p> <p>Lançamento da bola: noção da posição do corpo e direccionalidade da bola;</p> <p>Realizar individualmente e em grupo toques com a ponta dos dedos, passe de</p>	<p>Fita Métrica</p> <p>Pinos</p> <p>Elástico</p> <p>Bolas</p> <p>Rede</p> <p>Banco</p>	<p><u>Avaliação intermédia</u></p>

		frente e manchete.	Sueco	
Voleibol (continuação)	Realizar as habilidades básicas. ajustando-as às ações técnico-táticas fundamentais. Cumprir as regras e o objetivo do jogo, em cooperação com os companheiros.	Realizar individualmente e em grupo serviço por baixo e por cima; Jogo, com os colegas efetuando serviços, passes e manchetes (2x2 e 3x3 e 4x4); Realizar os elementos gímnicos com as suas progressões (rolamento à frente, rolamento à retaguarda, apoio facial invertido, roda, avião, ponte);	Bolas Coletes Pinos Rede Colchões Banco sueco	<u>Avaliação intermédia</u>
Ginástica	Conhecer e executar as principais habilidades gímnicas.	Realizar os elementos gímnicos com as suas progressões (rolamento à frente, rolamento à retaguarda, apoio facial invertido, roda, avião, ponte); *Apenas as EB1 da Atalaia e Areias apresentam condições materiais para a realização desta unidade de ensino;		
Ginástica (continuação)	Conhecer e executar as principais habilidades gímnicas.	Realizar os elementos gímnicos com as suas progressões (rolamento à frente, rolamento à retaguarda, apoio facial invertido, roda, avião, ponte);	Bolas Coletes Pinos Colchões Banco sueco	<u>Avaliação intermédia</u>
Rugby (facultativo)	Realizar as habilidades básicas. ajustando-as às ações técnico-táticas fundamentais. Cumprir as regras e o objetivo do jogo, em	O Rugby é uma modalidade de expansão e, nestas idades, de formação nas escolas, os jogos são tag-rugby e/ou bitoque rugby; Posição correta do corpo; a forma como		

Beisebol (facultativo)	cooperação com os companheiros.	segura o taque de beisebol; Jogo 3x3; 4x4; 5x5 (no Rugby e no Beisebol).		
Oposição à luta	Utilização correta da própria lateralidade e da sua projeção nos outros e nos objetos, respeitar as regras de segurança estabelecidas e a integridade física do parceiro.	Tomar contacto com um envolvimento particular (jogos de luta) sem estar pressionado pela dimensão, “adversário/perigo”; Estabelecer progressivamente o contacto; Realização de exercícios de luta em pé, no solo e de guarda a quatro; Jogo de luta em pé - “puxa e empurra”; Jogo de um contra um de posse da bola; Jogo pisar os pés; Jogo - a ponte; Jogo - puxar a bola; Jogo - As Torres; Jogo - o Aro.	Coletes Bolas Pinos	<u>Avaliação intermédia</u>
2º Momento de Avaliação da Bateria de Testes do Fitnessgram	Aplicação do Fitnessgram. Realizar as habilidades básicas. ajustando-as	Efetuar os testes de Fitnessgram, que são o Peso (Kg), Estatura (cm), Resistência (Vaivém) e Velocidade (3x20 metros, escolhendo o melhor tempo);	Rádio Fita Métrica Pinos	<u>Avaliação intermédia</u>

Andebol	às ações técnico-táticas fundamentais.	Iniciação à aprendizagem da posição do corpo; passe de ombro; receção da bola; passe picado; drible de progressão.	Cronómetro Balança Bolas Coletes	
Andebol Futebol	Cumprir as regras e o objetivo do jogo, em cooperação com os companheiros. Realizar as habilidades básicas. Ajustando-as às ações técnico-táticas fundamentais.	Jogo 3x3; 4x4; 5x5 e 6x6. Exercícios de passe e receção sem oposição e com oposição; Exercícios de finalização, 1x0, 2x0, 2x1, 3x2 com guarda-redes; Exercícios de condução de bola sem e com obstáculos; Jogos de finalização, sem oposição sobre uma baliza, com defesa da baliza (Ataque x 0 +gr); Jogos de ataque x defesa sobre uma baliza (Ataque x defesa + gr); Jogos de ataque x defesa sobre duas balizas (Gr + ataque x defesa + gr)	Bolas Pinos Coletes	<u>Avaliação intermédia</u>

<p>Futebol</p> <p>Basquetebol</p>	<p>Cumprir as regras e o objetivo do jogo, em cooperação com os companheiros.</p> <p>Realizar as habilidades básicas ajustando-as às ações técnico-táticas fundamentais.</p> <p>Cumprir as regras e o objetivo do jogo, em cooperação com os companheiros.</p>	<p>Jogo 3x3; 4x4; 5x5 e 6x6.</p> <p>Jogo inter-turmas.</p> <p>Posição fundamental do corpo perante a bola; passe de peito; passe picado; condução de bola sem e com obstáculos; lançamento ao cesto, em várias posições;</p> <p>Exercícios de finalização 1x0, 2x0, 2x1, 3x2 com lançamento ao cesto;</p> <p>Jogo em espaços reduzidos, 2x2, 3x3.</p>	<p>Pinos</p> <p>Bolas</p> <p>Pinos</p> <p>Coletes</p>	<p><u>Avaliação intermédia</u></p>
<p>Festa de Encerramento das Atividades</p>	<p>Preparação e ensaio das atividades para a festa de Encerramento ou continuação da unidade de Basquetebol.</p>	<p>Ensaios ou Jogo em espaços reduzidos, 2x2, 3x3.</p>	<p>Rádio</p> <p>Pinos</p> <p>Bolas</p> <p>Pinos</p> <p>Coletes</p>	<p>Avaliação Final</p>

6 - Considerações Finais

Os grupos/turmas das AEC serão constituídos em conformidade com o disposto no art.º 11.º da Portaria 644-A/2015, de 24 de agosto, e elaborados os horários a desenvolver nas várias escolas e turmas, em articulação com a componente letiva desenvolvida em cada estabelecimento de ensino. Os alunos irão usufruir de um período de intervalo entre as 16h00 e as 16h30.

Os registos de assiduidade dos alunos serão elaborados pelo agrupamento, bem como todos os documentos referentes à monitorização do programa nas respetivas escolas.

O regulamento interno das AEC será revisto no início do ano letivo, em sede de Departamento Curricular do 1.º CEB, e aprovado posteriormente em Conselho Geral.

Montijo, 23 de junho de 2016.

Grupo de trabalho:
Paula Silva
Lídia Grave
Ana Rita Cardoso

Anexos

Agrupamento de Escolas Poeta Joaquim Serra

Atividades de Enriquecimento curricular - Atividade Física e Desportiva

Fitnessgram

Escola _____ Turma _____ Data ___/___/___

Nº	Nome	Dados morfológicos				Aptidão aeróbia vai-vem	Velocidade 3x20m
		Idade	Peso (kg)	Altura (cm)	IMC		
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							
11							
12							
13							
14							
15							
16							
17							
18							
19							
20							
21							
22							
23							
24							
25							
26							