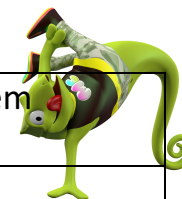




## Planificação Anual 2016/2017 – 3º trimestre

3 anos

Mês	Conteúdos	Objetivos	Objetivos Específicos
abril	Corpo	Movimentos Base	Flexão/extensão, rotação, circundação.
		Ações Base	Rodar, elevar/baixar, salto, pose.
		Formas do corpo	Longas, largas, redondas.
		Funções das partes do corpo	Suportar o peso do corpo, equilíbrio.
	Espaço	Direções	Ao lado, em cima/em baixo.
		Níveis	Superior, médio, inferior
		Trajetórias	Curvilíneas, retilíneas, angulosas, em zig-zag.
		Dimensões	Grande amplitude, pequena amplitude.
	Tempo/Ritmo	Ritmo Tempo Musical Pausa	Experimentação de diferentes ritmos; tempos musicais e durações de pausa.
	Dinâmica	Fator força	Movimentos forte/leve.
		Fator tempo	Movimento súbito/sustentado.
		Fator fluxo	Movimento controlado/livre.
		Fator espaço	Movimentos direto/indireto.



	<b>Relações</b>	<b>Centradas na representação de papéis</b>	Conduzir/seguir, mover-se em espelho.
		<b>Objeto</b>	Lado, em baixo, em cima, lançar/agarrar. Manipulação de um arco.
		<b>Em função da unidade de grupo</b>	Saber a sua função no grupo e como organizar-se em grupo.
		<b>Espaciais</b>	Em função da orientação espacial: lado a lado, um atrás do outro, ao redor, próximo, longe.
	<b>Processo Coreográfico</b>	<b>Exercitação e consolidação das coreografias: Peixinho; Princesa Índia e Arco Mágico</b>	Formação: xadrez; aglomerado; linha. Estilo coreográfico: pop; indiano. Adaptar, se necessário, os passos da coreografia: introduzir movimentos em simultâneo dos membros inferiores com os membros superiores. Transições: frente/trás; direita/esquerda.



Mês	Conteúdos	Objetivos	Objetivos Específicos
maio	Corpo	Movimentos Base	Flexão/extensão, rotação, circundação.
		Ações Base	Rodar, elevar/baixar, salto, pose.
		Formas do corpo	Longas, largas, redondas.
		Funções das partes do corpo	Suportar o peso do corpo, equilíbrio.
	Espaço	Direções	Ao lado, em cima/em baixo.
		Níveis	Superior, médio, inferior
		Trajетórias	Curvilíneas, retilíneas, angulosas, em zig-zag.
		Dimensões	Grande amplitude, pequena amplitude.
	Tempo/Ritmo	Ritmo Tempo Musical Pausa	Experimentação de diferentes ritmos; tempos musicais e durações de pausa.
	Dinâmica	Fator força	Movimentos forte/leve.
		Fator tempo	Movimento súbito/sustentado.
		Fator fluxo	Movimento controlado/livre.
		Fator espaço	Movimentos direto/indireto.
	Relações	Centradas na representação de papeis	Conduzir/seguir, mover-se em espelho.
		Objeto	Lado, em baixo, em cima,



			lançar/agarrar.
		<b>Em função da unidade de grupo</b>	Saber a sua função no grupo e como organizar-se em grupo.
		<b>Espaciais</b>	Em função da orientação espacial: lado a lado, um atrás do outro, ao redor, próximo, longe.
	<b>Processo Coreográfico</b>	<b>Introdução e exercitação das coreografias: Robô; Leão Polícia e Viva o Multi</b>	Formação: xadrez; aglomerado; linha. Estilo coreográfico: robótico; hip-hop; contemporâneo. Realizar, na íntegra, todos os passos da coreografia. Transições: frente/trás; direita/esquerda.



Mês	Conteúdos	Objetivos	Objetivos Específicos
junho	Corpo	Movimentos Base	Flexão/extensão, rotação, circundação.
		Ações Base	Rodar, elevar/baixar, salto, pose.
		Formas do corpo	Longas, largas, redondas.
		Funções das partes do corpo	Suportar o peso do corpo, equilíbrio.
	Espaço	Direções	Ao lado, em cima/em baixo.
		Níveis	Superior, médio, inferior.
		Trajelórias	Curvilíneas, retilíneas, angulosas, em zig-zag.
		Dimensões	Grande amplitude, pequena amplitude.
	Tempo/Ritmo	Ritmo Tempo Musical Pausa	Experimentação de diferentes ritmos; tempos musicais e durações de pausa.
	Dinâmica	Fator força	Movimentos forte/leve.
		Fator tempo	Movimento súbito/sustentado.
		Fator fluxo	Movimento controlado/livre.
		Fator espaço	Movimentos direto/indireto.
	Relações	Centradas na representação de papeis	Conduzir/seguir, mover-se em espelho.
		Objeto	Lado, em baixo, em cima,



			lançar/agarrar.
		<b>Em função da unidade de grupo</b>	Saber a sua função no grupo e como organizar-se em grupo.
		<b>Espaciais</b>	Em função da orientação espacial: lado a lado, um atrás do outro, ao redor, próximo, longe.
	<b>Processo Coreográfico</b>	<b>Exercitação e consolidação das coreografias: Robô; Leão Polícia e Viva o Multi</b>	Formação: xadrez; aglomerado; linha. Estilo coreográfico: robótico; hip-hop; contemporâneo. Realizar, na íntegra, todos os passos da coreografia. Transições: frente/trás; direita/esquerda.