**Planificação Anual 2016/2017 – 2º Trimestre**

**3 anos**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Mês** | **Conteúdos** | **Objetivos** | **Objetivos Específicos** |
| **Janeiro** | **Corpo** | **Movimentos Base** | Flexão/extensão, rotação. |
| **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. |
| **Tempo/Ritmo** | **Ritmo**  **Tempo Musical**  **Pausa** | Experimentação de diferentes ritmos; tempos musicais e durações de pausa. |
| **Relações** | **Centradas na representação de papeis** | Conduzir/seguir, mover-se em espelho. |
| **Objeto** | Lado, em baixo, em cima, lançar/agarrar. |
| **Em função da unidade de grupo** | Saber a sua função no grupo e como organizar-se em grupo. |
| **Espaciais** | Em função da orientação espacial: lado a lado, um atrás do outro, ao redor, próximo, longe. |
| **Processo Coreográfico** | **Exercitação e Consolidação das coreografias: Onda; Dança dos Animais Marinhos e Pirilampo.** | Formação: xadrez; aglomerado; linha.  Estilo coreográfico: contemporâneo; clássico: ballet; de salão: valsa; hip hop e rock.  Adaptar, se necessário, os passos da coreografia: não realizar movimentos em simultâneo dos membros inferiores com os membros superiores. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Mês** | **Conteúdos** | **Objetivos** | **Objetivos Específicos** |
| **Fevereiro** | **Corpo** | **Movimentos Base** | Flexão/extensão. |
| **Ações Base** | Rodar, elevar/baixar, salto. |
| **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 géneros musicais e ritmos; tempos musicais e durações de pausa. |
| **Relações** | **Centradas na representação de papeis** | Conduzir/seguir, mover-se em espelho. |
| **Objeto** | Lado, em baixo, em cima, lançar/agarrar. |
| **Em função da unidade de grupo** | Saber a sua função no grupo e como organizar-se em grupo. |
| **Espaciais** | Em função da orientação espacial: lado a lado, um atrás do outro, ao redor, próximo, longe. |
| **Processo Coreográfico** | **Introdução e exercitação das coreografias: 4 Estações do ano; Carnaval do Multi e África.** | Formação: xadrez; aglomerado; linha.  Estilo coreográfico: livre; samba; africano.  Adaptar, se necessário, os passos da coreografia: introduzir alguns movimentos em simultâneo dos membros inferiores com os membros superiores, introduzir movimentos amplos.  Transições: frente/trás; direita/esquerda. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Mês** | **Conteúdos** | **Objetivos** | **Objetivos Específicos** |
| **Março** | **Corpo** | **Movimentos Base** | Flexão/extensão. |
| **Ações Base** | Rodar, elevar/baixar, salto. |
| **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 géneros musicais e ritmos; tempos musicais e durações de pausa. |
| **Relações** | **Centradas na representação de papeis** | Conduzir/seguir, mover-se em espelho. |
| **Objeto** | Lado, em baixo, em cima, lançar/agarrar.  Manipulação de um arco. |
| **Em função da unidade de grupo** | Saber a sua função no grupo e como organizar-se em grupo. |
| **Espaciais** | Em função da orientação espacial: lado a lado, um atrás do outro, ao redor, próximo, longe. |
| **Processo Coreográfico** | **Exercitação e consolidação das coreografias: 4 Estações do ano; Carnaval do Multi e África.**  **Introdução e exercitação das coreografias: Peixinho; Princesa Índia e Arco Mágico** | Formação: xadrez; aglomerado; linha.  Estilo coreográfico: livre; samba, africano e indiano.  Adaptar, se necessário, os passos da coreografia: introduzir alguns movimentos em simultâneo dos membros inferiores com os membros superiores.  Transições: frente/trás; direita/esquerda. |