



## PLANIFICAÇÕES 2022/2023 ACTIVIDADES DE ENRIQUECIMENTO CURRICULAR

As presentes Planificações para as Atividades de Enriquecimento Curricular (AECs) foram elaboradas tendo como base as orientações curriculares e as aprendizagens essenciais definidas para o 1º ciclo pelo Ministério da Educação. Optou-se, no caso das AECs desenvolvidas pelas Escola de Artes de Penacova no concelho de Penacova, por uma planificação por áreas, anual e transversal a todos os anos. Desta forma, pretende-se possibilitar uma maior autonomia a cada professor para desenvolver o trabalho junto das suas turmas, respeitando as capacidades, os interesses e as motivações de todos e de cada aluno e promovendo sempre um ambiente eminentemente lúdico, inclusivo e de satisfação na participação.



COMPETÊNCIAS TRANSVERSAIS	COMPETÊNCIAS A DESENVOLVER		ESTRATÉGIAS	MATERIAIS
<p>Elevar o nível funcional das competências condicionais e coordenativas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Resistência geral;</li> <li>- Velocidade de reação simples e complexa de execução de ações motoras básicas, e de deslocamento;</li> <li>- Flexibilidade;</li> <li>- Controlo de postura;</li> <li>- Equilíbrio dinâmico em situações de «voo», de aceleração e de apoio instável e/ou limitado;</li> </ul>	<b>NATAÇÃO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Coordenar a inspiração e a expiração em diversas situações simples com e sem apoios.</li> <li>- Flutuar em equilíbrio, em diferentes posições.</li> <li>- Deslocar-se em flutuação, coordenando as ações propulsivas das pernas e braços com a respiração em diferentes planos de água e eixos corporais, explorando a resistência da água e orientando-se com intencionalidade.</li> <li>- Saltar para a piscina, partindo de posições e apoios variados.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Jogos lúdicos individuais, de par e de equipa.</li> <li>- Exercícios analíticos: por grupos de nível, utilizando alunos como modelo, etc.</li> <li>- Exercícios de descoberta guiada.</li> <li>- Exercícios cooperativos.</li> <li>- Exercícios e jogos competitivos.</li> </ul>	<p>Placa Chouriço Pull-boy Arcos submersíveis</p>

<p>- Controlo da orientação espacial; - Ritmo; - Agilidade.</p> <p>Compreender e aplicar as regras dos jogos/exercícios</p> <p>Refletir sobre a sua prática, participando com vista ao aperfeiçoamento das suas habilidades.</p>	<p><b>PERÍCIAS E MANIPULAÇÕES</b> (1º e 2º anos)</p>	<p>- Realizar ações motoras básicas com aparelhos portáteis, segundo uma estrutura rítmica, encadeamento ou combinação de movimentos.</p> <p>- Conjuguar as qualidades da ação própria ao efeito pretendido de movimentação do aparelho.</p>	<p>- Trabalho por circuito e por estações.</p> <p>- Estimular a contabilização de movimentos corretamente realizados</p> <p>- Identificar níveis de evolução de cada aluno</p> <p>- Desenvolver estratégias criativas e variadas para estimular o</p>	<p>Arcos Cones Colchão Bolas de diferentes tamanhos Barreiras/obstáculos com diferentes alturas Sticks para condução de bola</p>
	<p><b>DESLOCAMENTOS E EQUILÍBRIOS</b> (1º e 2º anos)</p>	<p>- Realizar ações motoras básicas de deslocamento, no solo e em aparelhos, segundo uma estrutura rítmica, encadeamento, ou combinação de movimentos.</p> <p>- Coordenar a sua ação para aproveitar as qualidades motoras possibilitadas pela situação.</p>	<p>- Realizar os exercícios partindo sempre do mais simples para o mais complexa, de forma progressiva dominando equipamentos e aparelhos em situação de grupo/pares ou individualmente.</p>	
	<p><b>JOGOS</b></p>	<p>- Participar em jogos ajustando a iniciativa própria e as qualidades motoras na prestação, às possibilidades oferecidas pela situação de jogo e ao seu objetivo.</p> <p>- Realizar habilidades básicas e ações técnico-táticas fundamentais, com oportunidade e correção de movimentos.</p>	<p>- Realizar os exercícios em contexto lúdico e dar</p>	



	GINÁSTICA (3º e 4º anos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Realizar habilidades gímnicas básicas em esquemas ou sequências no solo e em aparelhos.</li> <li>- Encadear e/ou combinar as ações com fluidez e harmonia de movimento.</li> </ul>	<p>oportunidade aos alunos para sugestões</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Organizar os grupos de acordo com o seu desenvolvimento e desempenho motor, de forma a privilegiar o máximo de tempo em tarefa (realizar sempre as atividades indo de encontro aos gostos e interesses da turma, e tendo em conta o material de cada escola)</li> </ul>	
	SER/ESTAR		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Participar empenhadamente nas tarefas propostas</li> <li>- Trabalhar colaborativamente com os seus colegas, em pares, grupos ou turma. Adequar o seu comportamento às regras estabelecidas</li> </ul>	



COMPETÊNCIAS A DESENVOLVER		ESTRATÉGIAS	MATERIAIS
<b>OUVIR</b>	<p>Reconhecer auditivamente características do som: altura, duração, intensidade e timbre.</p> <p>Identificar fontes e ambientes sonoros do meio envolvente e natureza</p>	<p>Utilizar ritmogramas e musicogramas.</p> <p>Organizar sequências de movimentos para sequências sonoras.</p>	<p>Instrumental Orff</p> <p>Piano</p> <p>Flauta de Bisel</p> <p>Ferramentas digitais e plataformas de áudio e vídeo.</p>
<b>CONHECER</b>	<p>Utilizar termos musicais</p> <p>Representar graficamente o som (notação convencional e não convencional)</p> <p>Identificar repertório de diferentes estilos, géneros e épocas</p> <p>Reconhecer visual e sonoramente diferentes instrumentos e agrupamentos musicais.</p>	<p>Explorar instrumentos musicais, de forma progressiva, de altura indefinida a altura definida.</p> <p>Realizar exercícios de reconhecimento auditivo de complexidade crescente.</p>	
<b>INTERPRETAR</b>	<p>Interpretar rimas, lengalengas usando a voz entoada/cantada com intenção expressiva</p> <p>Cantar sozinho e/ou em grupo canções</p> <p>Executar gestos e/ou pequenas coreografias no acompanhamento de canções</p>	<p>Propor ações que façam o aluno reconhecer o seu papel de solista, em naipe e/ou em tutti, incentivando o trabalho colaborativo.</p>	

	Reproduzir com a voz, percussão corporal e/ou instrumentos desde pequenos motivos a canções.	Estimular a audição musical ativa, através de gravações áudio e/ou vídeo, com debate de impressões, gostos e opiniões entre pares.  Proporcionar feedback corretivo, através do reforço positivo e elogio.	
CRIAR	Improvisar sequências rítmicas e/ou melódicas com a voz, percussão corporal e/ou instrumentos.  Criar ambientes sonoros/texturas utilizando fontes sonoras (convencionais ou não convencionais)	Adequar os temas musicais a trabalhar em função do nível da turma.	
SER/ESTAR	Participar empenhadamente nas tarefas propostas  Trabalhar colaborativamente com os seus colegas, em pares, grupos ou turma.  Adequar o seu comportamento às regras estabelecidas	Promover oportunidades performativas com e/ou para a comunidade	



	COMPETÊNCIAS A DESENVOLVER	ESTRATÉGIAS	MATERIAIS
<b>CONHECER</b>	<p>Reconhecer a relação do teatro com as outras artes.</p> <p>Utilizar termos técnicos e da gíria do teatro.</p> <p>Identificar diferentes estilos e géneros teatrais.</p> <p>Distinguir jogo dramático, improvisação e representação.</p>	<p>Jogos de movimento livre e/ou orientado.</p> <p>Jogos de improvisação individuais, a partir de diferentes estímulos.</p>	
<b>EXPLORAR</b>	<p>Utilizar o corpo no seu potencial motor e expressivo, através de atitudes de imobilidade-mobilidade, contração-descontração, tensão e relaxamento, em movimentos de amplitude variada.</p> <p>Utilizar a voz como instrumento, reproduzindo sons do meio ambiente e do quotidiano, com variações de altura, volume, velocidade e entoação.</p> <p>Orientar-se no espaço a partir de referências visuais, auditivas e táteis, adequando os seus movimentos aos diferentes níveis (baixo, médio e alto).</p> <p>Manipular objetos com intenção dramática, em relação com o seu corpo, atribuindo-lhes funções.</p>	<p>Jogos cooperativos, que solicitam colaboração de todos.</p> <p>Dramatização de histórias com construção de personagem e noção de movimentação em palco, entradas e saídas.</p> <p>Promoção de oportunidades performativas com e/ou para a comunidade</p>	<p>Histórias e músicas selecionados pelos professores e/ou aluno</p> <p>Adereços</p>

<p><b>CRIAR</b></p>	<p>Construir diferentes personagens e ambientes, comunicando através de linguagem verbal e não verbal.</p> <p>Produzir pequenas cenas a partir de situações verídicas ou imaginadas, com estrutura de apresentação, progressão e conclusão da ação.</p> <p>Justificar as opções tomadas na criação de personagens e/ou ambientes.</p> <p>Interpretar a partir do texto dramático</p>		
<p><b>SER/ESTAR</b></p>	<p>Participar empenhadamente nas tarefas propostas</p> <p>Trabalhar colaborativamente com os seus colegas, em pares, grupos ou turma.</p> <p>Adequar o seu comportamento às regras estabelecidas</p>		

