

Calendarização da Componente Letiva

Ano Letivo 2021/2022

4º Ano

Disciplina: Educação Artística / Ed. Física

Períodos	1º Período	2º Período	3º Período
Número de aulas previstas (60 minutos)	43	45	35

Temas / Conteúdos subjacentes às Aprendizagens Essenciais

Artes visuais

Descoberta e organização progressiva de volumes

– Explorar e tirar partido da resistência e plasticidade: terra, areia, barro.

Modelagem e escultura

– Modelar usando apenas as mãos

- Modelar usando utensílios

- Esculpir em barras de sabão, em cortiça, em cascas de árvore macias.

Construções

- Fazer e desmanchar construções

- Ligar/colar elementos para uma construção

- Atar/agrafar/pregar elementos para uma construção;

- Desmontar e montar objetos

- Inventar novos objetos utilizando materiais ou objetos recuperados

- Construir: brinquedos, jogos, máscaras, adereços,

Descoberta e organização progressiva de superfícies

Desenho

- Desenhar na areia, em terra molhada

- Desenhar no chão do recreio

- Desenhar no quadro da sala
- Explorar as possibilidades técnicas de: dedos, paus, giz, lápis de cor, lápis de grafite, carvão, lápis de cera, feltros, tintas, pincéis,...
- Utilizando suportes de: diferentes tamanhos, diferentes espessuras, diferentes texturas, diferentes cores
- Desenhar jogos no recreio
- Ilustrar de forma pessoal
- Inventar sequências de imagens com ou sem palavras
- Criar frisos de cores preenchendo quadrículas
- Desenhar plantas e mapas
- Contornar objetos, formas, pessoas
- Utilizar livremente a régua, o esquadro e o compasso
- Desenhar em superfícies não planas
- Desenhar sobre um suporte previamente preparado (com anilinas, tinta de escrever,...)

Pintura

- Pintar livremente em suportes neutros
 - Pintar livremente, em grupo, sobre papel de cenário de grandes dimensões
 - Explorar as possibilidades técnicas de: mão, esponjas, trinchas, pincéis, rolos, com pigmentos naturais, guache, aguarela, anilinas, tintas de água...
 - Fazer digitinta
 - Fazer experiências de mistura de cores
- Pintar superfícies e, por descoloração, desenhar
- Fazer jogos de simetria dobrando uma superfície pintada
 - Fazer pintura soprada

- Fazer pintura lavada
- Pintar utilizando dois materiais diferentes (guache e cola, guache e tinta da china,...)
- Pintar cenários, adereços, construções
- Pintar em superfícies não planas

Exploração de técnicas diversas de expressão

Recorte, colagem, dobragem

- Explorar as possibilidades de diferentes materiais: elementos naturais, lãs, cortiça, tecidos, objetos recuperados, jornal, papel colorido, ilustrações... rasgando, desfiando, recortando, amassando, dobrando... procurando formas, cores, texturas, espessuras...
- Fazer composições colando: diferentes materiais cortados, rasgados, desfiados, recortados
- Fazer composições colando mosaicos de papel
- Fazer dobragens;
- Explorar a terceira dimensão, a partir da superfície (destacando figuras e pondo-as de pé, abrindo portas...)

Impressão

- Estampar a mão, o pé
- Estampar elementos naturais
- Fazer monotipias
- Fazer estampagem de água e tinta oleosa
- Estampar utilizando moldes — positivo e negativo — feitos em cartão, plástico,...
- Imprimir com carimbos (feitos em vegetais, cortiça,...)
- Imprimir utilizando o limógrafo

Tecelagem e costura

- Utilizar, em tapeçarias, diferentes materiais: tecidos, tiras de pano, lãs, botões, cordas, elementos naturais
- Desfazer diferentes texturas: tecidos, malhas, cordas, elementos naturais,...
- Entrançar
- Bordar (pontos simples)
- Tecer em teares de cartão
- Tecer em teares de madeira (simples)
- Colaborar em tapeçarias de elementos cosidos, elaborados a partir de desenhos imaginados pelas crianças.

Fotografia, transparências e meios audiovisuais

- Utilizar a máquina fotográfica para a recolha de imagens
- Construir transparências e diapositivos
- Construir sequências de imagens
- Associar às imagens, sons (montagens audiovisuais simples).

Cartazes

- Fazer composições com fim comunicativo (usando a imagem, a palavra, a imagem e a palavra): recortando e colando elementos; desenhado e escrevendo; imprimindo e estampando.

Dança

Dança

- Deslocar-se em toda a área (percorrendo todas as direções, sentidos e zonas), nas diferentes formas de locomoção, no ritmo-sequência dos apoios correspondente à marcação dos diferentes compassos simples (binário, ternário e quaternário), combinando «lento-rápido», «forte- -fraco» e «pausa-contínuo»

- Combinar o andar, o correr, o saltitar, o deslizar, o saltar, o cair, o rolar, o rastejar, o rodopiar, etc., em todas as direções e sentidos definidos pela orientação corporal
- Realizar saltos de pequena amplitude, no lugar, a andar e a correr em diferentes direções e sentidos definidos pela orientação corporal, variando os apoios (dois-dois, um-dois, dois-um, um-mesmo, um-outro)
- Utilizar combinações pessoais de movimentos locomotores e não locomotores para expressar a sua sensibilidade a temas sugeridos pelo professor (imagens, sensações, emoções, histórias, canções, etc.), que inspirem diferentes modos e qualidades de movimento

Em situação de exploração individual do movimento, com ambiente musical adequado, a partir de movimentos dados pelo professor (e ou sugeridos pelos alunos), seguindo timbres diversificados e a marcação rítmica:

- Realizar equilíbrios associados à dinâmica dos movimentos, definindo uma «figura livre» (à sua escolha), durante cada pausa da música, da marcação ou outro sinal combinado
- Acentuar determinado estímulo musical com movimentos locomotores e não locomotores dissociando a ação das diferentes partes do corpo

Em situação de exploração da movimentação em grupo, com ambiente musical adequado e ou de acordo com a marcação rítmica do professor ou colegas:

- Combinar habilidades motoras referidas, seguindo a evolução do grupo em rodas e linhas (simples ou múltiplas), espirais, ziguezague, estrela, quadrado, etc.
- Ajustar a sua ação às alterações ou mudanças da formação, associadas à dinâmica proposta pela música, evoluindo em todas as zonas e níveis do espaço

Música

Jogos de exploração da voz

- Dizer rimas e lengalengas
- Entoar rimas e lengalengas
- Cantar canções

- Reproduzir pequenas melodias
- Experimentar sons vocais (todos os que a criança é capaz de produzir)

Jogos de exploração do corpo

- Experimentar percussão corporal, batimentos, palmas,...
- Acompanhar canções com gestos e percussão corporal
- Movimentar-se livremente a partir de: sons vocais e instrumentais, melodias e canções, gravações
- Associar movimentos a: pulsação, andamento, dinâmica acentuação, divisão binária/ternária, dinâmica
- Fazer variações bruscas de andamento (rápido, lento) e intensidade (forte, fraco)
- Fazer variações graduais de andamento («acelerando») e de intensidade (aumentar, diminuir)
- Participar em coreografias elementares inventando e reproduzindo gestos, movimentos, passos

Jogos de exploração de instrumentos

Expressão e criação musical

- Experimentar as potencialidades sonoras de materiais e objetos
- Construir fontes sonoras elementares introduzindo modificações em materiais e objetos
- Construir instrumentos musicais elementares seguindo indicações ordenadas de construção

Experimentação, desenvolvimento e criação musical

- Identificar sons isolados: do meio próximo, da natureza
- Identificar ambientes/texturas sonoras: do meio próximo, da natureza
- Identificar e marcar a pulsação e/ou ritmo de: lengalengas, canções, melodias e danças, utilizando percussão corporal, instrumentos, voz, movimento

- Reconhecer ritmos e ciclos: da vida (pulsação, respiração, ...), da natureza (noite-dia, estações do ano, ...), de máquinas e objetos, de formas musicais (AA, AB, ABA, ...)

Expressão e criação musical

- Reproduzir com a voz ou com instrumentos: sons isolados, motivos, frases, escalas, agregados sonoros, canções e melodias (cantadas ou tocadas, ao vivo ou de gravação)
- Organizar, relacionar e classificar conjuntos de sons segundo: timbre, duração, intensidade, altura, localização,
- Dialogar sobre: meio ambiente sonoro, audições musicais, produções próprias e do grupo, encontros com músicos, sonoplastia nos meios de comunicação com que tem contacto (rádio, televisão, ...)

Representação do som

- Utilizar diferentes maneiras de produzir sons: com a voz, com percussão corporal, com objetos, com instrumentos musicais, com aparelhos electroacústicos;
- Inventar texturas/ambientes sonoros;
- Utilizar texturas/ambientes sonoros em: canções, danças, histórias, dramatizações, gravações;
- Adaptar: textos para melodias, melodia para textos, textos para canções;
- Utilizar o gravador para registar produções próprias e do grupo
- Organizar sequências de movimentos (coreografias elementares) para sequências sonoras
- Organizar sequências sonoras para sequências de movimentos
- Participar em danças de roda, de fila, ... tradicionais, infantis
- Participar em danças do repertório regional e popularizadas
- Inventar/utilizar gestos, sinais e palavras para expressar/comunicar: timbre, intensidade, duração, altura, pulsação, andamento, dinâmica
- Inventar/utilizar códigos para representar o som da voz, corpo e instrumentos
- Inventar/utilizar códigos para representar sequências e texturas sonoras
- Utilizar vocabulário adequado a situações sonoro/musicais vivenciadas
- Identificar e utilizar gradualmente dois símbolos de leitura e escrita musical
- Contactar com várias formas de representação sonoro/musical: em partituras adequadas ao seu nível etário, em publicações musicais, nos encontros com músicos

Expressão Dramática / Teatro

Jogos de Exploração do Corpo

- Movimentar-se de forma livre e pessoal: sozinho, aos pares
- Explorar as atitudes de: imobilidade-mobilidade, contração-descontração, tensão-relaxamento
- Explorar a respiração torácica e abdominal
- Explorar o movimento global do seu corpo da menor à maior amplitude
- Explorar os movimentos segmentares do corpo
- Explorar as diferentes possibilidades expressivas, imaginando-se com outras características corporais: diferentes atitudes corporais, diferentes ritmos corporais, diferentes formas, diferentes fatores de movimento (firme/suave; súbito/sustentado; direto/flexível; controlado/livre)

Jogos de Exploração da Voz

- Experimentar maneiras diferentes de produzir sons
- Explorar sons orgânicos ligados a ações quotidianas
- Reproduzir sons do meio ambiente
- Aliar a emissão sonora a gestos/movimentos
- Explorar a emissão sonora fazendo variar: a forma de respirar, a altura do som, o volume da voz, a velocidade, a entoação
- Explorar diferentes maneiras de dizer vocábulos (dicação)
- Explorar os efeitos de alternância, silêncio-emissão sonora.

Jogos de exploração do espaço

- Explorar o espaço circundante
- Adaptar a diferentes espaços os movimentos e a voz

- Explorar deslocações simples seguindo trajetos diversos
- Explorar diferentes formas de se deslocar: de diferentes seres (reais ou imaginados), em locais com diferentes características
- Orientar-se no espaço a partir de referências visuais, auditivas, tácteis
- Deslocar-se em coordenação com um par
- Explorar diferentes níveis (baixo, médio, alto)
- Explorar mudanças de nível: individualmente, aos pares, em pequenos grupos

Jogos de exploração de objetos

- Explorar as qualidades físicas dos objetos
- Explorar as relações possíveis do corpo com os objetos
- Deslocar-se com o apoio de um objeto: individualmente, em coordenação com um par
- Explorar as transformações de objetos: imaginando-os com outras características, utilizando-os em ações
- Utilizar objetos dando-lhes atributos imaginados em situações de interação: a dois, em pequeno grupo
- Utilizar máscaras, fantoches
- Inventar e utilizar máscaras, fantoches, marionetas

Jogos Dramáticos

- Utilizar espontaneamente, atitudes, gestos, movimentos.

Linguagem Não Verbal

- Reagir espontaneamente, por gestos/ movimentos a: sons, palavras, ilustrações, atitudes, gestos
- Reproduzir movimentos: em espelho, por contraste
- Improvisar individualmente atitudes, gestos, movimentos a partir de diferentes estímulos: sonoros ou verbais, um objeto real ou imaginado, um tema

- Mimar, a dois ou em pequenos grupos, atitudes, gestos, movimentos ligados a: uma ação isolada, uma sequência de atos (situações recriadas ou imaginadas).

Linguagem Verbal

- Participar na elaboração oral de uma história
- Improvisar um diálogo ou uma pequena história: a dois, em pequeno grupo, a partir de: uma ilustração, uma série de imagens, um som, uma sequência sonora, um objeto, um tema
- Participar em jogos de associação de palavras por: afinidades sonoras, afinidades semânticas
- Experimentar diferentes maneiras de dizer um texto: lendo, recitando
- Inventar novas linguagens sonoras ou onomatopaicas

Linguagem verbal e gestual

- Improvisar palavras, sons, atitudes, gestos e movimentos ligados a uma ação precisa: em interação com o outro, em pequeno grupo
- Improvisar palavras, sons, atitudes, gestos e movimentos, constituindo sequências de ações — situações recriadas ou imaginadas, a partir de: objetos, um local, uma ação, personagens, um tema
- Improvisar situações usando diferentes tipos de máscaras
- Utilizar diversos tipos de sombras (chinesas,...)
- Inventar, construir e utilizar adereços e cenários
- Elaborar, previamente, em grupo, os vários momentos do desenvolvimento de uma situação.

Ed. Física

Ginástica

- Realizar habilidades gímnicas básicas em esquemas ou sequências no solo e em aparelhos, encadeando e ou combinando as ações com fluidez e harmonia de movimento.

Jogos

- Participar em jogos ajustando a iniciativa própria, e as qualidades motoras na prestação, às possibilidades oferecidas pela situação de jogo e ao seu objetivo, realizando habilidades básicas e ações técnico-táticas fundamentais, com oportunidade e correção de movimentos.

Patinagem a)

- Patinar com equilíbrio e segurança, ajustando as suas ações para orientar o seu deslocamento com intencionalidade e oportunidade na realização de percursos variados.

Percursos na Natureza

- Escolher e realizar habilidades apropriadas em percursos na natureza, de acordo com as características do terreno e os sinais de orientação, colaborando com os colegas e respeitando as regras de segurança e preservação do ambiente.

Natação a)

1. Coordenar a inspiração e a expiração em diversas situações simples com e sem apoios, fazendo a inspiração curta e a expiração completa ativa e prolongada só pela boca, só pelo nariz e simultaneamente pelas duas vias.
2. Flutuar em equilíbrio, em diferentes posições partindo de apoio de pés e mãos para a flutuação vertical e horizontal (facial e dorsal). Combinar as posições de flutuação em sequências (coordenando essas mudanças com os movimentos da cabeça e respiração): vertical-horizontal, horizontal facialdorsal.
3. Associar o mergulho às diferentes posições de flutuação abrindo os olhos durante a imersão para se deslocar com intencionalidade em tarefas simples (apanhar objetos, seguir colegas, etc.), a vários níveis de profundidade.
4. 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 para transportar, receber e passar objetos, seguir colegas, etc.

5. Saltar para a piscina, partindo de posições e apoios variados (pés, pés e mãos, joelhos, frontal e lateral), mergulhando para apanhar um objeto no fundo e voltar para uma posição de flutuação

- a) Estas atividades só se realizarão se as escolas reunirem as condições físicas necessárias para a sua concretização.