

PLANIFICAÇÃO DAS ATIVIDADES LETIVAS



DISCIPLINA/ ÁREA DISCIPLINAR: Introdução ao Ballet

ANO ESCOLARIDADE: 3/4/5 ANOS

Período	Atividades CONTEÚDOS/ ESTRATÉGIAS	OBJETIVOS
Outubro	Começar por introduzir aos poucos as posições principais de ballet. Colocar música clássica e deixar os alunos movimentarem-se ao som da música usando o espaço e encantarem-se.	Criar uma primeira relação com este estilo de dança positiva e agradável.
Novembro	No presente mês iremos trabalhar as posturas base de ballet e o equilíbrio. Posturas: Primeira, segunda e terceira posição. Vamos começar a estimular dar voltinhas e dançar livremente de uma forma delicada e elegante pelo espaço com música clássica.	Pretende-se que os alunos obtenham uma melhor postura, equilíbrio, confiança, flexibilidade e uma maior aproximação ao ballet clássico. Pretende-se ainda que os alunos comecem a saber usar o espaço que lhe está confinado a esta atividade.
Dezembro	Evoluir nas posturas e exercícios de ballet. Da terceira posição partir para a quarta e quinta e perceber se ao dizer o nome da cada postura eles fazem por eles próprios. Relembrar a postura das costas. Colocar músicas de princesas da Disney e convidar cada aluno a dançar de uma forma livre, mas delicada para a turma inteira. Colocar músicas de Natal e dançar muito com eles.	O Objetivo é os alunos começarem a perceber melhor este estilo de dança e convidá-los a experimentar dançar ballet de uma forma leve e divertida. Ao mesmo tempo, colocar cada um a trabalhar a confiança ao terem de dançar para a turma.
Janeiro	Novo ano novas posturas e jogos! Fazer com os pequeninos mais jogos que envolvam o espaço. Introduzir novas posturas de ballet, exercícios e jogos de movimento relacionados com a música e o ritmo da mesma.	Pretende-se que os alunos sejam capazes de se envolver com o espaço em que estão inseridos através de movimentos baléticos e elegantes. Pretende-se que criem um foco de atenção à música que vai decorrendo e que se deixem levar.
Fevereiro	Mês em que vamos rever tudo o que até então foi ensinado. Vou rever com os alunos cada posição, cada música, cada jogo e pedir para encarnar uma personagem da Disney e dançarem a música principal desse filme imaginando que são bailarinos de um palco mágico.	Perceber como está a ser a evolução de cada um e se está a ser positiva. Pretende-se que melhorem as suas habilidades e aumentem os níveis de coordenação que são exigentes neste estilo de dança.

Março	Acrescentar novos exercícios fixos: com pliés, tondues, saltos, viagem no espaço e mini solos e duetos. Trabalhar também a improvisação para eu poder observar se os movimentos já estão a amadurecer numa linha mais balética.	Continuar a estar atenta à progressão de cada um e aumentar mais um pouco o grau de exigência. Com os solos e duetos pretendo estimular a capacidade de “performance” de cada um e segurança em palco; Com os duetos quero trabalhar com eles a entrega e confiança de dançar com outro parceiro.
Abril	Este mês vamos realizar pequenas coreografias em grupo (todo), para começar a praticar o tema da dança a executar final do ano.	Introdução à música que irá ser usada na festa final, para reconhecer as batidas e a estrutura.
Mai	Continuação do trabalho iniciado no mês anterior com a introdução de novos estímulos. Trabalho individual com cada aluno no sentido de lhe fornecer, de uma forma espontânea, a confiança no palco mediante a música clássica escolhida. Ensaio constantes para a festa final do ano. (14 de Maio)	Aumentar a confiança no palco na presença de público. Coordenar a música com os passos de dança pretendidos. No final do ano, os alunos devem ser capazes de executar movimentos de dança, em grupo e individuais e executar uma determinada coreografia, durante a passagem de uma música que foi escolhida.
Junho	Revisões de tudo o que foi dado, acompanhado por fortalecimento muscular e alongamentos.	Evoluir na técnica lecionada.

Professora: Catarina Aires.

Nota: Esta planificação, serve como linha orientadora das atividades a serem desenvolvidas nas aulas de Introdução ao Ballet e ajustada a cada faixa etária e necessidade dos alunos.