

# PLANIFICAÇÃO DAS ATIVIDADES LETIVAS

DISCIPLINA/ ÁREA DISCIPLINAR: Dança Criativa

ANO ESCOLARIDADE: 3/4/5 ANOS



| Período          | Atividades<br>CONTEÚDOS/ ESTRATÉGIAS   | OBJETIVOS  |
|------------------|--|--|
| <b>Outubro</b>   | Introdução geral a vários tipos de dança e respetivos ritmos de música associados. Cada aula será iniciada com uma breve mobilidade/aquecimento, com música, onde serão introduzidos diversos movimentos básicos de dança que se pretendem ministrar. Posteriormente e de forma progressiva, serão aprofundados os movimentos abordados na mobilidade/aquecimento inicial. | Pretende-se que os alunos interiorizem, de forma natural, a importância da dança, no seu bem-estar físico e psíquico.  |
| <b>Novembro</b>  | No presente mês iremos trabalhar posturas e equilíbrio através de várias posições e movimentos. Serão realizados exercícios de base que envolvem muito a corrida e o salto.  | Como em qualquer atividade física, pretende-se que os alunos obtenham uma melhor postura, equilíbrio, confiança e flexibilidade. Pretende-se ainda que os alunos comecem a saber usar o espaço que lhe está confinado a esta atividade, e ainda a utilizar todas as partes do seu corpo como forma de expressão. |
| <b>Dezembro</b>  | Fazer experiências com diferentes ritmos e movimentos. Deixá-los sentir alguma liberdade para se poderem expressar livremente. Em cada aula coloca-los a dançar um a um em frente aos seus colegas.  |  |
| <b>Janeiro</b>   | O objetivo deste mês é trabalhar a expressão corporal, através da dança, como forma de comunicação. Serão desenvolvidas através de movimentos, pequenas histórias, através de linguagem gestual/corporal (movimentos de dança). Iremos usar os movimentos do corpo para fazer retratar, animais, objetos, estados de humor, entre outros conteúdos.                        | Pretende-se que os alunos sejam capazes, através da execução de movimentos, de perceber e mostrar a dança como uma forma de arte e de comunicação.   |
| <b>Fevereiro</b> | Mês onde iremos acrescentar novos estímulos à dança, até ao momento, desenvolvida. Serão introduzidos aos movimentos já adquiridos determinados objetos (fitas, aros, bolas, entre outros). Serão desenvolvidas atividades onde os alunos irão manipular objetos enquanto fazemos uma pequena coreografia.   | Neste mês, os alunos têm como objetivos conseguirem explorar os diferentes níveis de equilíbrio e mudanças de direções, enquanto manipulam objetos. Pretende-se que melhorem as suas habilidades e aumentem os níveis de coordenação.  |
| <b>Março</b>     | Este mês iremos focar-nos na modelagem. Pretende-se que os alunos realizem diferentes movimentos com um parceiro. Um adota a posição   | Pretende-se que através da repetição por modelagem, os alunos consigam melhorar a segurança das suas ações. Pretende-se também   |

|              |   |  |
|--------------|---|--|
|              | de criativo realizando, para o efeito, movimentos de dança criados por si, dentro dos adquiridos até ao momento. Depois invertem os papéis.   | que os alunos sejam criativos e consigam realizar as suas próprias coreografias.   |
| <b>Abril</b> | 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.  |
| <b>Mai</b>   | 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 escolhida. | Aumentar a confiança no palco na presença de público. Coordenar a música com os passos de dança pretendidos.   |
| <b>Junho</b> | Ensaaios constantes para a festa final do ano.  | 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. |

**Professora:** Catarina Aires.

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