

Ano letivo 2025/2026

Nome: _____

Turma: _____

GRUPO I – TEATRO

Atividade 1

Senta-te confortavelmente no chão e escuta com atenção.

Nesta primeira atividade, deves movimentar-te de acordo com as indicações que ouvires, mas sem te afastares muito do teu lugar. Estás pronto? Vamos começar.

Atividade 2

A visita ao jardim de animais fantásticos tem de continuar. É este o teu desafio: em conjunto com os teus colegas de grupo, deves criar uma história que faça rir e sonhar e que não nos deixe dormir.

A tua história deve ter princípio, meio e fim. Todas as personagens devem falar e atuar, ouvindo-se claramente o que dizem e vendo-se o que fazem. As folhas de papel que vos foram distribuídas devem ser utilizadas, mas com uma função diferente da habitual. Ao longo da vossa improvisação, têm de mostrar ou dizer o novo significado que atribuíram às folhas.

A partir deste momento, têm 5 minutos para preparar a apresentação da vossa história.

Apresentação das histórias.

GRUPO II – MÚSICA e DANÇA

1. Estás em roda. Vais ouvir a música e a canção. Depois canta-a com os teus colegas. Com o teu par, vai para o meio da roda, faz movimentos que mostrem a tua alegria e canta de acordo com a música. A folha que tens na mão deve acompanhar os teus movimentos, como se fosse o prolongamento do teu corpo. Na parte instrumental, volta ao teu lugar na roda e, em conjunto com os teus colegas, acompanha a música, dançando e utilizando a folha para fazer som.

Canção “Bicho”

<https://www.cantarmais.pt/pt/cancoes/autor/cancao/os-bichos>

GRUPO III – ARTES VISUAIS

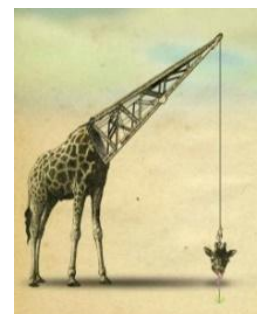
1. Nas Figuras 1, 2 e 3, podes observar três exemplos de criações realizadas por artistas que usaram diversas técnicas e diferentes materiais para representar uma ideia.



Bordalo II



Picasso



Dennis Dubais

O Estranhão é um animal muito especial. Vive num jardim mágico, onde só entram crianças muito especiais. No entanto, o Estranhão está triste, porque os animais do jardim mágico não podem ser fotografados nem filmados. Assim o Estranhão não tem uma única imagem sua e, por isso, precisa da tua ajuda. Vais desenhá-lo e pintá-lo.

Na folha de desenho e usando os restantes materiais que tens à tua disposição, pinta, recorta e cola, de modo a ilustres o Estranhão. Não te esqueças que o Estranhão tem pelo, tem escamas, um rabo e duas asas.

GRUPO IV - EDUCAÇÃO FÍSICA

Realiza os exercícios de cada estação do circuito.

Estação I – Tarefas 1 e 2 (salto para um plano superior, salto de um plano superior)

Estação II – Tarefas 3 e 4 (saltos à corda, cambalhota à frente)

Estação III – Tarefa 5A (suspensão no espaldar) OU
Tarefa 5B ALTERNATIVA (equilíbrio no banco sueco) *

Estação IV – Tarefa 6 (toques de sustentação com a raqueta)

Estação V – Tarefas 7 e 8 (condução da bola, lançamento e receção da bola)

Estação VI – Tarefa 9 (jogo do «Puxa a orelha»)