

Unidade Curricular: Expressão Artística e Motora IV – Expressão Motora

Curso de Educação Básica, 2º ano

Ano Lectivo 2009/2010



**Docente:** Isabel Viera

**Discentes:** Ana Rita Costa, nº 4264

Cristina Jesus, nº 4426

Gonçalo Bajouca, nº 4420

Inês Tomé, nº 4261

**Índice**

Introdução……………………………………………………………………………………………………………..p.1

Actividades……………………………………………………………………………………………………….p.2 a 9

Conclusão…………………………………………………………………………………………………………….p.10

**Introdução**

Este trabalho foi elaborado no âmbito da unidade curricular de Expressão Artística e Motora IV- Expressão Motora. Este trabalho visa a realização de actividades relacionadas com percursos na natureza combinando determinadas habilidades motoras com habilidades de orientação no espaço e objectivos de educação ambiental.

Em primeiro lugar vamos começar por referir quais são os objectivos pretendidos nas actividades/jogos relacionadas com os percursos na natureza de acordo com os vários anos de escolaridade, a que neste caso se destinam. Por fim, vamos demonstrar as actividades/jogos de maneira organizada, ou seja, das actividades mais simples para as mais complexas, de forma a pudermos ver as evoluções.

Relativamente ao conteúdo das tabelas que correspondem às actividades/jogos, achámos importante mencionar: o nome das actividades/jogos, o ano de escolaridade a que se destinam, o local onde se vão realizar, o material que será necessário, os objectivos pretendidos, algumas sugestões que poderão ser necessárias, a esquematização de como será realizada a actividade/jogo e, por fim, a descrição de toda a actividade/jogo.

Achámos bastante interessante o tema percursos na natureza porque, para além de ser um tema em que as crianças têm um grande contacto com uma extensa variabilidade de habilidades motoras e com outras actividades didácticas, também é um tema que favorece o contacto das crianças com a natureza já que muitas vivem num meio urbano e não têm tanto essa possibilidade.

**Actividades/Jogos**

|  |  |
| --- | --- |
| **Nome Actividade/Jogo:** Pistas na Natureza  **Ano de escolaridade:** 1º e 2º anos  **Local:** Mata de Beja | **Material:** Roupa confortável, boné, sapatilhas, sacos para fazer a corrida de sacos, cordas, pedras pequenas e caixa com desenhos de animais. |
| **Objectivo:**  - Realizar um percurso na mata com o acompanhamento do professor, em corrida e em marcha, combinando as seguintes habilidades: correr, marchar em espaço limitado, transpor obstáculos, trepar, etc., mantendo a percepção da direcção do ponto de partida e indicando-a quando solicitado. | **Organização:** Individual  **Sugestões:** Em vez de saltarem ao pé-coxinho, podem saltar com os pés juntos ou alternar os pés. |
| **Esquematização:**  **Percurso** | |
| **Descrição/Dinamização:**  Em cada árvore irá estar uma imagem que mostra a actividade que os alunos terão de realizar. A professora terá de ir a cada árvore com os alunos e terá de explicar cada actividade.  - Na 1ª árvore os alunos terão de fazer uma corrida de sacos e tentar chegar à 2ª árvore;  - Na 2ª árvore saltam da forma que quiserem até à 3ª árvore;  - Na 3ª árvore terão de saltar ao pé-coxinho até à 4ª árvore;  - Na 4ª árvore passam por cima de pedras pequenas que estarão no chão até à 5ª árvore;  - Na 5ª árvore encontra-se uma caixa com desenhos de animais e os alunos terão de retirar um e tentar imitar o deslocamento desse animal até chegar à próxima árvore; e  - Na 6ª árvore terão de balançar numa corda para tentar chegar ao outro lado sem por os pés no chão.  Quando os meninos chegarem todos à 6ª árvore vão fazer alongamentos e terminam a ouvir os sons da natureza. | |

|  |  |
| --- | --- |
| **Nome Actividade/Jogo:** À descoberta da sala de aula  **Ano de escolaridade:** 3º e 4º anos  **Local:** Escola – Sala de Aula | |
| **Objectivos:**  - Saber interpretar mapas; e  - Colaborar com a sua equipa interpretando sinais informativos simples (no percurso e no mapa), para que esta, acompanhada pelo professor e colaboradores, cumpra um percurso na mata, bosque, montanha, etc., combinando as habilidades aprendidas anteriormente, mantendo a percepção da direcção do ponto de partida e outros pontos de referência. | **Organização:** Em equipa – Cada equipa será constituída por dois elementos. |
| **Esquematização:**  **C:\Users\User\Pictures\Pré-treinamento.jpg**  **\* Exemplo de um percurso feito por dois alunos.** | |
| **Descrição/Dinamização:**  Em primeiro lugar os alunos dividem-se em equipas de duas pessoas e vão desenhar a planta da sala de aula (maneira como está organizada) em que estão. Seguidamente vão construir um percurso com setas nesse desenho de forma a percorrem a sala de aula de acordo com o caminho que traçaram. | |

|  |  |
| --- | --- |
| **Nome Actividade/Jogo:** À descoberta do recreio  **Ano de escolaridade:** 3º e 4º anos  **Local:** Escola – Espaço escolar exterior (Recreio) | |
| **Objectivos:**  **-** Saber interpretar mapas; e  - Colaborar com a sua equipa interpretando sinais informativos simples (no percurso e no mapa), para que esta, acompanhada pelo professor e colaboradores, cumpra um percurso na mata, bosque, montanha, etc., combinando as habilidades aprendidas anteriormente, mantendo a percepção da direcção do ponto de partida e outros pontos de referência. | **Organização:** Em equipa – Cada equipa será constituída por dois elementos. |
| **Esquematização:**  **C:\Users\User\Pictures\Pre2.jpg**  **\* Exemplo de um percurso feito por dois alunos.** | |
| **Descrição/Dinamização:** O professor realiza um percurso dentro do recinto escolar e de seguida entrega a cada equipa de dois elementos um mapa, com as indicações, para que as crianças se conseguiam guiar durante o percurso. | |

|  |  |
| --- | --- |
| **Nome Actividade/Jogo:** Caça tesouro  **Ano de escolaridade:** 3º e 4º anos  **Local:** Mata de Beja | **Material:** Materiais dispostos na natureza como por exemplo, pinhas, pedras, folhas de árvore, ramos de árvore; e outros materiais como um mapa do tesouro, folhas de papel brancas e lápis. |
| **Objectivo:**  - Colaborar com a sua equipa interpretando sinais informativos simples (no percurso e no mapa), para que esta, acompanhada pelo professor e colaboradores, cumpra um percurso na mata, bosque, montanha, etc., combinando as habilidades aprendidas anteriormente, mantendo a percepção da direcção do ponto de partida e outros pontos de referência. | **Organização:** Em equipa - Cinco equipas de quatro pessoas.  **Sugestão:** Podem utilizar a t-shirt que ganharem para pintá-la de acordo com a actividade/jogo que fizeram. |
| **Esquematização:**  **C:\Users\User\Documents\Universidade 2º ano 2º S\Expressão Motora\Circuitos de cada equipa\Circuito A.jpg**  **C:\Users\User\Documents\Universidade 2º ano 2º S\Expressão Motora\Circuitos de cada equipa\Circuito B.jpg**  **C:\Users\User\Documents\Universidade 2º ano 2º S\Expressão Motora\Circuitos de cada equipa\Circuito C.jpg**  **C:\Users\User\Documents\Universidade 2º ano 2º S\Expressão Motora\Circuitos de cada equipa\Circuito D.jpg**  **C:\Users\User\Documents\Universidade 2º ano 2º S\Expressão Motora\Circuitos de cada equipa\Circuito E.jpg** | |
| **Descrição/Dinamização:** Em primeiro lugar, o professor(a) selecciona seis árvores (que serão as seis estações) à sua escolha e vai numerá-las. Depois vai elaborar um circuito (mapa do tesouro) para cada equipa que lhes será entregue. Estas partem de pontos diferentes\*, partindo uma da árvore 1, a outra da árvore 2, a outra da árvore 3, a outra da árvore 4, e a outra da árvore 5.  - Na árvore 1, cada equipa terá de apanhar três pinhas e entregá-las ao colaborador(a) que estará nessa estação, para conseguirem passar para a 2ª árvore;  - Na árvore 2, os alunos de cada equipa terão de desenhar numa folha de papel branca a textura de uma árvore e, novamente, entregá-la ao colaborador(a) dessa estação, para conseguirem passar para a 3ª árvore;  - Na árvore 3 terão de trepar o espaldar do circuito de manutenção da mata, para conseguirem passar para a 4ª árvore;  - Na árvore 4, os alunos terão de criar um boneco no chão, feito com folhas e ramos de árvore, para conseguirem passar à 5ª árvore;  - Na árvore 5, cada equipa vai ter de contar todas as mesas de merenda que a mata oferece aos seus visitantes, para conseguirem passar para a última árvore (6ª); e  - Na árvore 6 o colaborador(a) terá de dizer três nomes de animais que podem viver numa mata/floresta (formigas, pássaros e lagartas) e cada nome destes vai corresponder a uma chave. De seguida, a equipa que chegar primeiro à árvore 6 vai escolher um dos nomes desses três animais e o colaborador(a) vai dar a chave correspondida ao animal escolhido. Quando a equipa tiver a chave, vai tentar abrir o baú do tesouro. Se a chave não for a correcta então a equipa vai tentar novamente até descobrir qual o animal que corresponde à chave. Se entretanto chegar outra equipa à 6ª árvore e se a primeira tiver escolhido a chave incorrecta, então a vez passa para a equipa que chegou em segundo lugar e assim sucessivamente. Ganha primeiro quem conseguir obter a chave certa para abrir o baú do tesouro.  Dentro do baú do tesouro estarão t-shirts para os elementos da equipa que ganhar.  \* Todas as equipas partem ao mesmo tempo. Os alunos só passam para a estação seguinte quando tiverem concluído o objectivo pretendido na estação em que estão. | |

**Conclusão**

Com este trabalho concluímos que, para realizarmos actividades/jogos relacionados com o Bloco 7 – Percursos na Natureza, é necessário termos em conta os objectivos que são pretendidos e as idades dos destinatários.

Logo de início sugiram-nos algumas ideias para a realização de actividades, no entanto tivemos de estruturá-las melhor. Nessa fase de estruturação das ideias tivemos algumas dificuldades porque não sabíamos quais as habilidades motoras ou actividades que seriam adequadas para as crianças de 1º ciclo. Pensámos que seria engraçado fazer um peddy-paper pois é uma iniciativa muito aliciante para as crianças, no entanto quando falámos com a professora chegámos à conclusão que as actividades pensadas para esse peddy-paper não seriam adequadas pois não eram muito higiénicas para os meninos e, além disso, os pais/encarregados de educação não são a favor das mesmas. Concluímos também que, antes de levarmos as crianças de 3º e 4º ano para a mata deveríamos fazer duas actividades com estes. A primeira actividade consistia num percurso dentro da sala de aula, feito pelos meninos; e a segunda actividade consistia em realizarem um percurso pelo recinto escolar (exterior), feito pelo professor. Desta forma, pensámos que os meninos ficassem com a noção do que era um mapa, do que era um percurso/circuito, do que era uma orientação e que estivessem melhor preparados para irem para a mata. Tivemos, também, algumas dificuldades em chegar a um acordo, relativamente ao que iria ficar dentro do baú do tesouro. Pensámos em pôr doces lá dentro mas chegámos à conclusão que esta não seria a melhor ideia visto que, na nossa sociedade, existem crianças cada vez mais obesas; então decidimos colocar t-shirts dentro do baú.

Achámos que este trabalho nos enriqueceu bastante pois, num futuro próximo, além de termos ficado com a noção de que devemos começar por trabalhar com actividades/jogos mais simples e só depois com os mais complexos, também podemos tirar ideias de como se devem realizar este tipo de actividades/jogos e da forma como estes devem ser elaborados.

**Bibliografia**

* “Expressão e Educação Físico-Motora”, Programa Ilustrado 1º Ciclo do Ensino Básico, Ministério da Educação, Desporto Escolar
* “Manual de Educação Física”, 1º Ciclo do Ensino Básico

Autores: Sebastião Cruz, Lídia Domas de Carvalho, Isabel Rodrigues, Jorge Mira e Luís Fernandes

Edição: 2ª Edicação

Ano de Edição: Novembro de 1995