

DESLOCAMENTOS & EQUILÍBRIOS

De forma lúdica, realizar percursos que integrem diferentes formas de deslocamento e estimulem diversas destrezas, nomeadamente o equilíbrio, variando o ritmo e os padrões de movimento.



2º ano



Programa

Atividades Físicas

Subir/Deslocar/Descer
(Espaldar)

Deslocar em Suspensão
(Espaldar)

Saltar em Comprimento

Transpor Obstáculos
Saltar de um Plano Superior
Rolamento à Frente
Rolamento à Retaguarda
(Plano inclinado)

Unidade de Apoios Educativos

Departamento de Intervenção Social – Divisão Gestão Rede Escolar