

GINÁSTICA

Realizar diferentes habilidades gímnicas básicas, de forma lúdica e de acordo com sequências e esquemas de movimentos. As múltiplas ações motoras desta modalidade são realizadas tanto no solo como com recurso a diferentes aparelhos gímnicos.



4º ano



Programa

Atividades Físicas

Rolamento à Frente com M. I. Afastados
Avião

Rolamento à Retaguarda Engrupado

Subir para Apoio Facial Invertido com Rolamento à Frente
Ponte

Pino com o Apoio da Cabeça

Unidade de Apoios Educativos

Departamento de Intervenção Social – Divisão Gestão Rede Escolar