



INSTITUTO POLITÉCNICO  
DE VIANA DO CASTELO

# RELATÓRIO FINAL DE PRÁTICA DE ENSINO SUPERVISIONADA

Mestrado EPE e Ensino do 1º CEB

Atividades Rítmicas e Expressivas: o recurso às danças  
tradicionais enquanto ferramenta educativa na perspetiva dos  
docentes

Carolina Isabel Valente de Matos





INSTITUTO POLITÉCNICO  
DE VIANA DO CASTELO

Carolina Isabel Valente de Matos

# **RELATÓRIO FINAL DE PRÁTICA DE ENSINO SUPERVISIONADA**

Mestrado EPE e Ensino do 1º CEB

**Atividades Rítmicas e Expressivas: o recurso às danças  
tradicionais enquanto ferramenta educativa na perspetiva dos  
docentes**

Trabalho efetuado sob a orientação do(a)  
Professora Doutora Inês Peixoto Silva  
Professor Doutor César Augusto Araújo Fernandes Meira de Sá

Agosto de 2025

## AGRADECIMENTOS

Estando a finalizar este percurso, com altos e baixos, este não foi um percurso fácil e sem os que me são mais queridos seria impossível.

Não poderia, por isso, esquecer de agradecer aos que sempre estiveram presentes, ou que por este percurso se cruzaram, sem eles tenho a certeza que não estaria onde estou e nem seria quem sou, pois são as pessoas que nos rodeiam que nos tornam melhores e mais fortes.

Dou início, agradecendo aos docentes da Escola Superior de Educação de Viana do Castelo, que fizeram parte deste percurso e que sempre se mostraram bastante colaborativos, fornecendo-me sempre críticas construtivas para que me tornasse uma boa profissional.

Agradecer em especial à professora doutora Inês Peixoto que não me deixou desmoralizar e me fez acreditar que conseguiria chegar até aqui, sem dúvida alguma, uma excelente profissional, que muita paciência e atenção dedicou ao meu trabalho.

Um muito obrigado à minha mãe que lutou sempre ao meu lado para que eu não desistisse do meu sonho, e que apesar dos obstáculos, acreditou em mim, que sempre me puxou para cima quando mais precisei e que sempre me deu a força para continuar por mais difícil que o caminho parecesse.

À minha avó que sempre está ao meu lado, e que celebra as conquistas comigo, bem como chora comigo os fracassos, não podia deixar de lembrar que neste percurso não foi diferente, sempre me mostrou o lado positivo e que com carinho pelo que fazemos, tudo se consegue.

Agradeço ao meu avô que também me deu força, não deixou de me incentivar a dar o meu melhor e a terminar este percurso com convicção.

Um grande obrigado aos meus tios e primos que também estiveram bem presentes neste percurso tal como em todas as etapas da minha vida até agora.

Não posso ainda deixar de agradecer à Catarina que durante estes anos foi, para além de minha colega de estágio, foi também um grande apoio. Para além de amiga e confidente é também a pessoa com quem sei que poderei sempre contar. Agradeço também à Anita que

sem dúvida, partilhamos os momentos mais intensos e emotivos, aqueles que nunca vou esquecer por mais anos que passem.

À Rosa que foi um grande apoio, principalmente nesta fase final, estive lá quando mais precisei, sempre com uma palavra de apoio e incentivo, não deixando que eu abandonasse o sonho.

Ao meu grupo de amigas que a Escola Superior de Educação me proporcionou conhecer, com quem pude partilhar grandes e bons momentos e também momentos de angústia, onde rimos, choramos, conversamos e partilhamos ideias, sem elas não imagino este percurso, foram e serão para sempre muito importantes para mim e por isso o meu muito obrigado.

Ao GFLM que para além de um grupo de amigos é também uma segunda família e que sempre me apoiaram neste projeto, foi neste grupo que me inspirei e foi graças à minha participação no mesmo que este projeto ganhou vida, por isso o meu obrigado.

Por último, mas não menos importante, a todos os professores e educadores que comigo se cruzaram ao longo deste percurso académico, um grande obrigado por transmitirem valores e críticas construtivas para que todos os dias pudesse crescer um pouco enquanto profissional da área da educação.

Ainda deixar um agradecimento, talvez o mais importante de todos, a todas as crianças com que me cruzei no percurso académico ou fora dele, pois é por eles que percorro este caminho e são eles que me fazem acreditar que este é o caminho certo.

## RESUMO

O presente relatório foi elaborado no âmbito da unidade curricular de Prática de Ensino Supervisionada (PES), parte integrante no Mestrado em Educação Pré-Escolar e Ensino do 1.º Ciclo do Ensino Básico (CEB), da Escola Superior de Educação do Instituto Politécnico de Viana do Castelo. A dança é considerada uma das formas artísticas mais abrangentes no que concerne ao desenvolvimento de competências motoras, psicossociais e emocionais e mais especificamente as danças tradicionais portuguesas são também uma forma de transmissão cultural. Tendo em conta que se instalou uma situação pandémica mundial, os estágios foram suspensos, e por isso tornou-se impossível realizar as atividades específicas com o grupo de crianças. De forma a colmatar esta problemática, foi definido o como objetivo geral “Conhecer a opinião de docentes de 1.ºCEB relativa ao bloco de Atividades Rítmicas Expressivas (ARE) que integra a disciplina de Educação Física no 1.ºCEB e dança tradicional portuguesa”. Trata-se de um estudo que se inclui no paradigma positivista utilizando uma metodologia de cariz quantitativo com uma dimensão descritiva, tendo como amostra 267 docentes de 1.º CEB, 235 (88%) do sexo feminino e 32 (12%) do sexo masculino, com idades compreendidas entre os 25 e 67 anos.

Nos resultados apesar de se verificarem opiniões positivas relativas ao bloco das ARE e à sua implementação, a maioria dos docentes também refere que implementaria com mais frequência caso houvesse mais formação na área, verificando-se a importância de criar ferramentas capazes de auxiliarem os professores na implementação e enquadramento de ARE, mais especificamente, atividades de dança tradicional portuguesa, nas suas aulas. Importa então entender o papel que os docentes de 1.ºCEB tem na implementação das atividades relacionadas com a dança e especificamente com as DPT, para que seja possível proporcionar atividades interessantes, significativas e de aprendizagem para os alunos.

**Palavras-Chave:** Educação Física, Atividades Rítmicas Expressivas, Dança Tradicional Portuguesa, Docentes do 1.ºCEB

## **ABSTRACT**

This report was prepared within the scope of the Supervised Teaching Practice curricular unit, an integral part of the Master's Degree in Pre-School Education and Teaching of the 1st Cycle of Basic Education (CEB), of the Higher School of Education of the Polytechnic Institute of Viana do Castelo. Dance is considered one of the most comprehensive artistic forms regarding the development of motor, psychosocial and emotional skills and, more specifically, traditional Portuguese dances are also a form of cultural transmission. Given the global pandemic situation, the internships were suspended, and therefore it became impossible to carry out specific activities with the group of children. In order to overcome this problem, the general objective was defined as: "To understand the opinion of 1st CEB teachers regarding the Expressive Rhythmic Activities (ARE) block that integrates the Physical Education subject in 1st CEB and traditional Portuguese dance". This is a study that is part of the positivist paradigm using a quantitative methodology with a descriptive dimension, with a sample of 267 1st CEB teachers, 235 (88%) female and 32 (12%) male, aged between 25 and 65 years old. In the results, despite positive opinions regarding the ARE block and its implementation, the majority of teachers also state that they would implement it more frequently if there were more training in the area, confirming the importance of creating tools capable of assisting teachers in the implementation and framing of ARE, more specifically, traditional Portuguese dance activities, in their classes. It is therefore important to understand the role that 1st CEB teachers have in implementing activities related to dance and specifically to DPT, so that it is possible to provide interesting, meaningful and learning activities for students.

**Keywords:** Physical Education, Dance, Portuguese Traditional Dance

## ÍNDICE

|                                                                              |    |
|------------------------------------------------------------------------------|----|
| ÍNDICE DE TABELAS .....                                                      | IX |
| ÍNDICE DE QUADROS .....                                                      | IX |
| LISTA DE ABREVIATURAS .....                                                  | X  |
| INTRODUÇÃO .....                                                             | 11 |
| CAPÍTULO I – ENQUADRAMENTO DA PRÁTICA DE ENSINO SUPERVISIONADA .....         | 12 |
| 1. CARACTERIZAÇÃO DOS CONTEXTOS EDUCATIVOS .....                             | 12 |
| 1.1 CARACTERIZAÇÃO DO CONTEXTO EDUCATIVO DO PRÉ-ESCOLAR.....                 | 12 |
| <i>Caracterização do meio local</i> .....                                    | 12 |
| <i>Caracterização do agrupamento</i> .....                                   | 13 |
| <i>Caracterização do Jardim de Infância e da sala</i> .....                  | 13 |
| <i>Caracterização da sala</i> .....                                          | 15 |
| <i>Rotinas</i> .....                                                         | 17 |
| <i>Caracterização do grupo</i> .....                                         | 18 |
| <i>Percurso de intervenção educativa</i> .....                               | 20 |
| <i>Projeto de Empreendedorismo</i> .....                                     | 22 |
| 1.2 CARACTERIZAÇÃO DO CONTEXTO EDUCATIVO DO 1.º CICLO DO ENSINO BÁSICO ..... | 25 |
| <i>Caracterização do meio local</i> .....                                    | 25 |
| <i>Caracterização do agrupamento</i> .....                                   | 26 |
| <i>Caracterização da escola</i> .....                                        | 27 |
| <i>Caracterização da sala de aula</i> .....                                  | 29 |
| <i>Caracterização da turma</i> .....                                         | 31 |
| <i>Percurso da intervenção educativa</i> .....                               | 34 |
| <i>Intervenção educativa de ensino à distância (EAD)</i> .....               | 38 |
| <i>Reflexão geral do EAD</i> .....                                           | 42 |
| CAPÍTULO II- TRABALHO DE INVESTIGAÇÃO.....                                   | 44 |
| 1. ENQUADRAMENTO DO ESTUDO .....                                             | 44 |
| 1.1 CONTEXTUALIZAÇÃO E PERTINÊNCIA DO ESTUDO .....                           | 44 |
| 1.2 OBJETIVOS DO ESTUDO E QUESTÕES DE INVESTIGAÇÃO .....                     | 46 |
| 2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA.....                                                | 46 |
| 2.1 <i>Conceito e origem da Dança</i> .....                                  | 47 |
| 2.2 <i>Importância e contributo da dança para a formação holística</i> ..... | 49 |
| 2.3 <i>A Dança na Educação Física e Educação Artística</i> .....             | 51 |

|                                                                                                   |     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| 2.3.1 Enquadramento das ARE nas Aprendizagens Essências de Educação Física.....                   | 53  |
| 2.3.2 Enquadramento das ARE nas Aprendizagens Essenciais de Educação Artística .....              | 56  |
| 2.4As Danças Tradicionais Portuguesas e a matriz identitária do Minho .....                       | 58  |
| 2.5A Dança Tradicional Portuguesa em contexto escolar .....                                       | 60  |
| 2.6 Especificidades técnicas fundamentais para o ensino das danças tradicionais portuguesas ..... | 62  |
| 2.7 Papel do professor no ensino das DTP.....                                                     | 65  |
| 2.8 Estudos empíricos.....                                                                        | 68  |
| 3. METODOLOGIA .....                                                                              | 70  |
| 3.1 Opções metodológicas .....                                                                    | 71  |
| 3.2 Caracterização da amostra .....                                                               | 72  |
| 3.3 Instrumentos .....                                                                            | 73  |
| 3.4 Procedimentos.....                                                                            | 73  |
| 3.5Apresentação e discussão de resultados .....                                                   | 74  |
| 4. DESCRIÇÃO E ANÁLISE DA PROPOSTA PEDAGÓGICA .....                                               | 84  |
| 4.1 Descrição das propostas pedagógicas.....                                                      | 84  |
| Proposta 1: Entrar no ritmo .....                                                                 | 84  |
| Descrição da proposta .....                                                                       | 85  |
| Proposta 2: Vamos dançar o Regadinho .....                                                        | 85  |
| Descrição da proposta .....                                                                       | 86  |
| Proposta 3: O rei manda aprender o vira.....                                                      | 88  |
| Descrição da proposta .....                                                                       | 88  |
| Proposta 4: Circuito do vira .....                                                                | 89  |
| Descrição da proposta .....                                                                       | 89  |
| 5.CONCLUSÕES .....                                                                                | 92  |
| 6.LIMITAÇÕES E RECOMENDAÇÕES PARA FUTURAS INVESTIGAÇÕES.....                                      | 94  |
| CAPÍTULO III- REFLEXÃO GLOBAL DA PES .....                                                        | 94  |
| REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....                                                                  | 99  |
| ANEXOS .....                                                                                      | 108 |
| ANEXO 1- PLANIFICAÇÃO DE UMA SEMANA NO CONTEXTO DE PRÉ-ESCOLAR.....                               | 108 |
| ANEXO 2- PLANIFICAÇÃO DE UMA SEMANA NO CONTEXTO 1.º CEB .....                                     | 114 |
| ANEXO 3- PLANIFICAÇÃO DE EDUCAÇÃO FÍSICA, DO EAD .....                                            | 123 |
| ANEXO 4- QUESTIONÁRIO .....                                                                       | 126 |

## ÍNDICE DE FIGURAS

|                                                                                  |    |
|----------------------------------------------------------------------------------|----|
| Figura 1. Organização da sala .....                                              | 17 |
| Figura 2. Processo de construção .....                                           | 24 |
| Figura 3. Montagem final .....                                                   | 24 |
| Figura 4. Imagem da sala de aula .....                                           | 29 |
| Figura 5. Imagem da sala de aula .....                                           | 29 |
| Figura 6. Planta da sala de aula .....                                           | 30 |
| Figura 7. Matriz conceptual das dimensões da dança. (Batalha ,2004, p. 24) ..... | 52 |
| Figura 8. Formação inicial do regadinho .....                                    | 86 |
| Figura 9. Formação dos dois círculos.....                                        | 87 |
| Figura 10. Formação de duas filas .....                                          | 87 |
| Figura 11. Formação das filas em arco para a passagem .....                      | 87 |

## ÍNDICE DE TABELAS

|                |    |
|----------------|----|
| Tabela 1. .... | 14 |
| Tabela 2 ..... | 82 |
| Tabela 3 ..... | 83 |

## ÍNDICE DE QUADROS

|                                                                                        |    |
|----------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Quadro 1 Horário da turma de 1.º CEB .....                                             | 31 |
| Quadro 2. Habilidades da dança e respetivas componente críticas e erros a evitar ..... | 64 |
| Quadro 3. Atividade: “Entrar no ritmo” .....                                           | 84 |
| Quadro 4. Atividade: “Vamos dançar o regadinho” .....                                  | 85 |
| Quadro 5. Atividade: “O rei manda aprender o vira” .....                               | 88 |
| Quadro 6 Atividade: “Circuito do vira” .....                                           | 89 |
| Quadro 7. Atividade “Para o senhor da serra aprender o vira tens de saber” .....       | 90 |

## **LISTA DE ABREVIATURAS**

AE - Aprendizagens Essenciais

AEC - Atividades de Enriquecimento Curricular

EB- Escola Básica

CEB- Ciclo do Ensino Básico

EE- Educadora Estagiária

EAD - Ensino à distância

JI- Jardim de Infância

NEE- Necessidades Educativas Especiais

PE- Professora Estagiária

PES- Prática de Ensino Supervisionada

TEIP- Território Educativo de Intervenção Prioritária

DTP- Dança Tradicional Portuguesa

## INTRODUÇÃO

O relatório que aqui se apresenta foi desenvolvido no âmbito da unidade curricular de Prática de Ensino Supervisionada (PES), inserida no plano curricular do Mestrado em Educação Pré-Escolar e Ensino do 1.º Ciclo do Ensino Básico (CEB), da Escola Superior de Educação, do Instituto Politécnico de Viana do Castelo.

O tema escolhido para esta dissertação provém da minha experiência profissional, enquanto futura educadora e professora, mas advém também da minha experiência pessoal enquanto elemento de um grupo folclórico e elemento ativo nas tradições populares portuguesas e principalmente do Minho.

Quanto à estrutura do presente relatório este divide-se em três partes, a primeira diz respeito ao Enquadramento da PES, a segunda refere-se ao trabalho investigativo e a terceira e última parte é relativa à reflexão final.

Na primeira parte é apresentada a caracterização dos contextos onde se realizaram as PES (I e II) que se subdivide nas seguintes partes: a caracterização do meio local, do Jardim de Infância e da sala do 1.º CEB, a caracterização da sala, das rotinas e dos grupos, o percurso de intervenção educativa e, por fim, o projeto de empreendedorismo, proposto e implementado na unidade curricular didática da matemática.

Seguidamente, na segunda parte, encontra-se o trabalho investigativo que contempla a contextualização do estudo e a sua pertinência, bem como o objetivo da investigação e as questões que o orientaram. Posteriormente, é realizada a fundamentação teórica, é caracterizada a amostra, apresentados os procedimentos metodológicos adotados, os resultados dos dados recolhidos e, e, no final, encontram-se as conclusões, limitações do estudo e sugestões para investigações futuras.

Na terceira parte desta investigação podemos encontrar uma reflexão global que inclui o trabalho desenvolvido nos contextos educativos, o ensino à distância (EAD) e uma consideração global acerca do contributo destas práticas para o nosso futuro enquanto pessoas e enquanto profissionais da educação.

## Capítulo I – ENQUADRAMENTO DA PRÁTICA DE ENSINO SUPERVISIONADA

### 1. CARACTERIZAÇÃO DOS CONTEXTOS EDUCATIVOS

Neste capítulo apresenta-se a caracterização dos contextos onde se realizaram as PES (I e II). Podemos observar em primeiro lugar a caracterização do meio local, de seguida a caracterização do Jardim de Infância e da sala do 1.º CEB, a caracterização da sala e das rotinas, a caracterização do grupo, o percurso de intervenção educativa e, por fim, o projeto de empreendedorismo.

#### 1.1 CARACTERIZAÇÃO DO CONTEXTO EDUCATIVO DO PRÉ-ESCOLAR

##### **Caracterização do meio local**

O Jardim de Infância em que decorreu a PESI situa-se numa freguesia pertencente ao concelho de Viana do Castelo. Esta cidade situa-se na região Norte de Portugal continental, sendo esta a sede do município e estando subdividido em 27 freguesias. Está delimitado pelo município de Caminha a norte, a este por Ponte de Lima, a sul por Barcelos e Esposende e a Oeste pelo Oceano Atlântico.

Segundo dados da Câmara Municipal de Viana do Castelo, este é um distrito que ocupa 319,02 km<sup>2</sup> (INE 2021), tem cerca de 85 778 habitantes e, mais especificamente, no município de Viana do Castelo habitam cerca de 25 157 pessoas. Quanto à escolaridade da população, segundo o “Diagnóstico Social de Viana do Castelo” realizado em 2024 pelo núcleo executivo do Conselho Local de Ação Social registou-se que quanto à distribuição etária dos residentes, a maioria se encontra entre os 15 e os 64 anos, seguindo-se um grupo 65 anos ou mais e por fim entre os 0 e os 14 anos, estes dados são retirados do INE, censos de 2021.

De referir ainda que, de acordo com o estudo anteriormente mencionado, em 2021 residiam, neste território, cerca de 10 000 crianças e jovens até aos 15 anos. No que concerne à população analfabeta com 10 ou mais anos, registava-se um total de 2015 residentes.

Sendo este um distrito cujas freguesias são, maioritariamente, rurais, ainda podemos encontrar vestígios dessa ruralidade. A nível de património histórico e cultural,

Viana do Castelo destaca-se pelas suas Igrejas, Museus, Teatro Municipal, Navio Hospital Gil Eanes e as suas ruas contêm, ainda, muitos vestígios ligados à tradição marítima.

Destacam-se ainda as suas tradições, cujo ex-líbris é a Romaria da Senhora da Agonia, atraindo à cidade diversos visitantes e onde podemos observar as suas tradições e costumes dos antepassados que ainda hoje subsistem neste distrito. O fator cultural é de tal forma relevante que podemos encontrar diversas atividades que dão resposta a diferentes faixas etárias, incorporadas por instituições e associações como vários grupos folclóricos, grupos de cantares, associações desportivas, escuteiros e guias, entre outros.

Tendo em conta os fatores socioeconómicos, o setor que tem maior destaque é do comércio, como setor primário a agricultura que ocupa também uma importante parte do distrito e o setor das indústrias que tem igualmente um papel relevante.

### **Caracterização do agrupamento**

Tal como apresentado no artigo 6.º do decreto de lei 75/2008, um agrupamento de escolas pode ser definido como uma “...unidade organizacional, dotada de órgãos próprios de administração e gestão, constituída por estabelecimentos de educação pré-escolar e escolas de um ou mais níveis e ciclos de ensino” (Ministério da Educação, 2020).

O jardim de infância onde decorreu a PES I encontrava-se inserido num agrupamento de escolas da qual fazem parte uma escola de 2.º CEB e 3.º CEB, três escolas de 1.º CEB e dois jardins de infância.

No que concerne aos recursos humanos, fazem parte deste agrupamento docentes, docentes do ensino especial, psicólogos, técnicos de Atividades de Enriquecimento Curricular (AEC) e assistentes operacionais.

### **Caracterização do Jardim de Infância e da sala**

O Jardim de Infância onde se realizou a PES I pertencia a um agrupamento constituído por 6 escolas e dava resposta educacional à maioria da população residente no município. Destas, duas eram da Educação Pré-Escolar, três do 1.º CEB e uma do 2.º CEB.

A instituição recebia um total 89 crianças, distribuídas por quatro salas. A sala um tinha 25 crianças com idades compreendidas entre os quatro e os cinco anos, a sala dois tinha 23

crianças com idades entre os dois e os três anos, a sala três que contava com 22 crianças com idade de três, quatro e cinco anos e a sala quatro tinha 19 crianças com quatro anos.

Relativamente aos recursos humanos, contavam com quatro educadoras de infância, uma coordenadora, uma animadora sociocultural, uma assistente técnica, seis assistentes operacionais, duas cozinheiras e ainda uma professora de Expressão Musical que se deslocava ao Jardim de Infância duas vezes por semana.

Esta era uma instituição que demonstrava cuidado com a diversidade de recursos materiais, tendo uma oferta variada onde podíamos encontrar: computadores, impressoras e fotocopiadoras, livros com temas variados, jogos diversificados e que iam sendo substituídos conforme as necessidades das crianças, material de visualização multimédia, colunas de alta-definição e brinquedos diversificados tendo em conta as idades de cada uma das salas.

Sendo a definição de rotinas muito importante nesta faixa etária, o horário de funcionamento do Jardim de Infância era definido em conjunto no início do ano letivo e era transmitido aos pais e Encarregados de Educação, para que todas as atividades comesçassem na hora prevista. No seguinte quadro podemos encontrar o horário e as rotinas que dele fazem parte:

Tabela 1.

Horário do Jardim de Infância

| <b>Horário</b>       | <b>Rotinas</b>                 |
|----------------------|--------------------------------|
| <b>8:00 - 9:15</b>   | Acolhimento                    |
| <b>9:15 - 10:30</b>  | Componente letiva              |
| <b>10:30 - 11:00</b> | Componente não letiva (lanche) |
| <b>11:00 - 12:00</b> | Componente letiva              |
| <b>12:00 - 13:30</b> | Componente não letiva (almoço) |
| <b>13:30 - 15:00</b> | Componente letiva              |
| <b>15:00 - 15:30</b> | Componente não letiva (lanche) |
| <b>15:30 - 18:30</b> | Prolongamento                  |

Quanto à infraestrutura, podemos referir que o espaço exterior era bastante amplo, continha um escorrega, janelas com bancos para as crianças brincarem ao “faz de conta”, um labirinto, uma horta, um galinheiro e um espaço fechado com: baloiço, pneus, caixa de areia e uma casa de madeira.

Apesar de ser um espaço agradável, este não oferecia condições para que as crianças usufruíssem do mesmo em dias de chuva, uma vez que apenas se encontrava coberta a passagem para o pavilhão. Existiam, ainda, espaços do exterior que não eram muito utilizados pelas crianças, já que se foram degradando ao longo do tempo e não tinham a manutenção necessária.

O espaço interior para além das quatro salas, tinha também um espaço destinado à biblioteca, uma ludoteca, seis casas de banho, uma com espaço de fraldário, um refeitório, um pavilhão, uma cozinha, uma sala de jogos de mesa e um gabinete.

A receção era feita no pavilhão, bem como, o tempo de prolongamento e nele podíamos encontrar uma televisão, dois espaldares, bancos, mesas, cadeiras e estantes com jogos. Podíamos, ainda, encontrar neste espaço uma pequena arrecadação com materiais destinados à prática de Educação Física.

### **Caracterização da sala**

Relativamente às características da sala onde decorreram as intervenções de PES I, podemos referir que o espaço não era muito amplo e não era possível fazer grandes alterações na sua organização, visto que esta estava bastante preenchida, dificultando, por vezes, a realização de algumas atividades e tarefas. Era também menos agradável em termos de conforto e segurança.

Era composta por áreas diversificadas que permitiam à criança o desenvolvimento integral, um quadro preto de giz, área dos jogos de mesa, área do jogo simbólico com quarto e cozinha, área da biblioteca, área dos jogos de construção e área das expressões plásticas onde as crianças poderiam escolher a atividade que queriam fazer (pintura, recorte e colagem, desenho e modelagem).

Uma vez que o espaço era pequeno, existiam ainda duas áreas que eram aproveitadas para os momentos de conversa, realização das rotinas, realização de atividades com recurso ao quadro preto e realização da hora do conto. Esta área era no mesmo local das construções sendo por isso necessário mantê-la sempre o mais organizada possível.

Relativamente aos materiais e a sua importância em cada uma das áreas, podíamos observar que na área dos jogos de mesa existiam jogos diversos tendo em conta a faixa etária e o desenvolvimento da criança, contendo diversos graus de dificuldade. Os jogos eram alternados ao longo das semanas para as crianças não se cansarem deles, mas ao mesmo tempo terem a oportunidade de experienciar jogos e atividades diferentes.

Na área do jogo simbólico encontravam-se roupas, sapatos e outros adereços que permitiam à criança colocar-se em diversos papéis e contar as suas próprias histórias. Da mesma forma, tinham também bonecos de diferentes pesos, tamanhos e cores permitindo assim que a criança estivesse em permanente contacto com a diversidade.

A área da biblioteca não era muito confortável, uma vez que se tratava de uma área pequena, vazia, apenas com uma estante com livros o que a tornava um espaço pouco acolhedor, e por esse motivo as crianças raramente a escolhiam. Este era um fator de preocupação na sala, uma vez que o contacto com a literatura é fundamental no desenvolvimento de capacidades de leitura, oralidade, conhecimento e escrita.

No que diz respeito à área dos jogos de construção, encontravam-se diferentes blocos que permitiam diferentes construções e brinquedos que as crianças podiam utilizar ao mesmo tempo que os blocos, tais como: carros, animais e ferramentas de construção. O facto de não haver apenas blocos e legos permitia à criança imaginar construções para servir outros fins como, por exemplo, uma garagem para os carros, entre muitas outras.

Na área da expressão plástica, apesar de o espaço disponível ser um pouco limitado, esta era uma área muito escolhida pelas crianças, já que era uma área que potenciava a expressão livre de cada uma delas. Assim, por vezes era necessário estipular o tempo máximo que cada criança poderia lá permanecer.

Por fim, o quadro de giz era também uma atividade muito escolhida pelas crianças que aqui exploravam jogos de faz de conta, imitavam a professora, treinavam os grafismos

e o desenho. Era por isso uma das áreas mais importantes, tanto para a resolução de algumas atividades, bem como, para a exploração livre.



*Figura 1. Organização da sala*

## **Rotinas**

É fundamental que as atividades em sala sigam uma determinada rotina para que as crianças se consigam orientar ao longo do dia e, por sua vez, também ao longo da semana, capacitando-as a nível de orientação progressiva.

As atividades de componente letiva iniciam-se às 9h15min e terminam às 15h30min, sendo que de manhã e de tarde existia um prolongamento do horário, no qual algumas das crianças são acompanhadas pelas assistentes operacionais. O horário começa por volta das 8h00min e termina às 09h15min, quando as crianças se dirigiam para as respectivas salas, dando início ao horário letivo. Da parte da tarde, esse prolongamento começava às 15h30min e terminava por volta das 18h30min.

Conforme as crianças iam chegando, mudavam a sua fotografia do *placard* de casa para o *placard* do Jardim de Infância. Posteriormente, sentavam-se numa área com os bancos disposto em forma de “U”. Quando todas as crianças tivessem chegado, iniciava-se a atividade letiva com a colocação da fotografia do chefe do dia, que era escolhido por ordem alfabética dos nomes. Este levanta-se e verificava o estado do tempo e indicava-o no quadro do tempo. De seguida, verificava a estação do ano, o mês, o dia, o ano e o dia da semana em que se encontravam e, por fim, entoava-se a canção dos “Bons Dias”.

Terminadas as rotinas, se fosse segunda-feira era o dia destinado à leitura de um conto ou de uma história e se fosse terça-feira era o dia em que devia ser realizada a aula de Educação Física. Nos restantes dias da semana, após as rotinas, iniciavam-se as atividades planificadas.

A pausa para o lanche e para as atividades de recreio realizava-se entre as 10h30min e as 11h00min. Terminada a pausa, as crianças regressavam e terminavam os trabalhos que não finalizaram ou atividades que tivessem sido iniciadas anteriormente. Por volta das 12h00min, realizavam-se as rotinas relacionadas com a hora de almoço e o almoço, seguidamente poderiam ir para o recreio.

Às 13h30min regressavam à sala para retomar as atividades letivas com a orientação da educadora de infância e terminadas as atividades podiam escolher uma área de interesse para a realização das atividades livres até as 15h15min, hora em que começam a arrumar para lancharem.

### **Caracterização do grupo**

A sala onde decorreu a intervenção era composta por 19 crianças, 10 do sexo masculino e 9 do sexo feminino. É de ressaltar que quando a PES teve início, algumas crianças ainda tinham três anos. Contudo, nos meses decorrentes todas fizeram os quatro anos de idade.

Tendo em conta o Projeto Curricular de Grupo (PCG 2019-2020) da instituição, podemos aferir que todas as crianças já tinham frequentado a instituição no ano anterior. Podíamos, ainda, encontrar no mesmo documento o levantamento das necessidades e avaliação do grupo, na qual ficou patente dificuldades de integração de algumas crianças apesar de já frequentarem a instituição em anos anteriores.

A maioria das crianças é proveniente do núcleo urbano, mas existem algumas divergências no que respeita ao nível socioeconómico. As habilitações literárias dos encarregados de educação variam entre o 3.º CEB, Ensino Secundário, Licenciatura, Mestrado, Pós-graduação e Doutoramento.

Relativamente a crianças com Necessidade Educativas Especiais (NEE), uma apresentava o diagnóstico de espectro do autismo e outra revelava algumas características

desapropriadas à idade e que ainda estavam em avaliação, como a falta de contacto com os colegas, a recusa na elaboração de determinados trabalhos e a falta de interação discursiva. Existiam, ainda, pelo menos duas crianças com dificuldades ao nível da fala, apresentando um discurso pouco perceptível.

Este era um grupo que se revelava muito calmo, participativo e ativo, demonstrando sempre vontade de saber mais e de fazer tudo o que lhes era proposto, demonstrando responsabilidade e autonomia na maioria das atividades. Nos momentos de escolha das áreas, revelavam preferência por jogos de mesa ou construções.

Verificava-se que a maioria das crianças na área da formação pessoal e social, não demonstra grandes dificuldades, respeitando as regras, os colegas e pessoal docente e não docente, bem como, um espírito de partilha e entreaajuda.

No que concerne ao domínio da oralidade, verificavam-se algumas dificuldades em se expressarem verbalmente para o grande grupo e na formação de frases que explicitem as suas ideias.

Por outro lado, na área de expressão e comunicação no domínio da educação física verificava-se que as crianças tinham uma boa coordenação motora, demonstrado boas capacidades ao nível dos jogos, lançamentos e equilíbrios. Também ao nível da motricidade fina, as crianças demonstravam ter atingido as metas propostas para a idade.

No domínio da matemática, verificavam-se algumas discrepâncias no sentido em que algumas crianças já ultrapassavam algumas metas de aprendizagem e já alcançavam e ultrapassavam os objetivos propostos, enquanto outras ainda demonstravam bastantes dificuldades. Apesar disso, eram capazes de fazer contagens em grupo e identificar o algarismo correspondente, pelo menos até ao número dez. Ao nível do raciocínio lógico foram apresentando alguns resultados, mas necessitavam de algum apoio.

No domínio da educação artística, demonstravam gosto e sentido estético nas atividades que realizaram, alguns conseguiam já antecipar o que iam pintar, quando utilizavam tintas, enquanto outros ainda estavam na fase de experimentação. Demonstravam gosto pelo jogo dramático, apesar de apresentarem algumas dificuldades em se afastar do que é real e imaginar outra coisa, não apresentando, assim, muitas situações de dramatização livre.

Por fim, no domínio do conhecimento do mundo, revelou-se um grupo com bastante curiosidade acerca do que os rodeava, mas ainda com pouco conhecimento acerca do meio ambiente mais próximo ou mais afastado, sendo por isso necessário em muitas das intervenções colocar pequenas perguntas e respostas acerca do quotidiano ou do ambiente.

### **Percurso de intervenção educativa**

A PES I teve a duração de 15 semanas, três semanas de observação e 12 semanas de regência alternada com o par pedagógico.

As primeiras três semanas de observação foram extremamente importantes para que pudesse existir uma observação das rotinas, das práticas da instituição e de adaptação ao grupo, havendo assim, um maior envolvimento nas atividades desenvolvidas e nos gostos e interesses das crianças.

É importante registar estas rotinas para que não haja uma quebra nas atividades diárias a que as crianças estão habituadas. Tivemos ainda a oportunidade de ir participando, em conjunto com a educadora de infância, em atividades organizadas pela mesma ou pela instituição, permitindo uma maior aproximação das crianças para que elas desenvolvessem uma relação de confiança com as educadoras estagiárias. O maior propósito era que quando se iniciassem as intervenções, estas decorressem com o à-vontade necessário por parte das crianças.

Desta forma, tentámos que a abordagem fosse o mais holística possível e optámos por trabalhar os vários domínios em cada uma das semanas, colocando em ênfase as aprendizagens ainda pouco desenvolvidas. Destacando-se por motivos de rotina, todas as segundas-feiras eram trabalhadas a área de Expressão e Comunicação, domínio da Linguagem Oral e Abordagem à escrita. De igual forma, às terças-feiras trabalhávamos o domínio da Educação Física.

Na primeira semana de intervenção quisemos interligar os domínios dentro da área de expressão e comunicação, o domínio da linguagem oral e abordagem à escrita e o domínio da matemática. Optámos, por isso, por aproveitar a história que tinha sido lida e analisada para introduzir o tema dos padrões de repetição. Porém, trabalhámos, ainda, o

domínio da Educação Artística – subdomínio das Artes Visuais e da Música, o domínio da Educação Física, a área do Conhecimento do Mundo, Abordagem às Ciências, Conhecimento do Mundo Social e Conhecimento do Mundo Físico e Natural.

Na segunda semana, trabalhamos áreas como o Conhecimento do Mundo, Formação Pessoal e Social e Expressão e Comunicação e domínios como a Abordagem às Ciências (subdomínio do Conhecimento do Meio Físico e Natural), domínio da Educação Artística (subdomínio das Artes Visuais), domínio da Convivência Democrática e Cidadania. Uma vez que esta sala está ligada ao projeto Além-Mar, decidimos interligar as nossas intervenções com a proteção da natureza e da não poluição.

Na terceira semana demos continuidade ao trabalho iniciado na semana anterior sobre a poluição e sobre a preservação da natureza dando principal ênfase ao domínio da Educação Artística (subdomínio das Artes Visuais) e ao domínio da Matemática (Números e Operações). Foi dada relevância a estes domínios pois, como foi já referido, sentimos a necessidade de trabalhar áreas e domínios que nos pareceram pouco desenvolvidos nas crianças. Nesta semana foram também introduzidos os domínios da Linguagem Oral e Abordagem à Escrita, da Educação Física e da Educação Artística (subdomínio da Música).

Foi interessante observar as reações que obtivemos quando introduzimos o subdomínio da Música na intervenção, uma vez que estavam habituados a ter domínio da educação artística no subdomínio da música numa hora específica, verificando-se muitas atitudes positivas a esta atividade.

Na quarta semana de intervenção, sendo esta a semana do Magusto e havendo atividades para preparar, focámo-nos principalmente no domínio da Educação Artística (subdomínio das Artes Visuais e subdomínio da Música) para preparar o saco das castanhas. Da mesma forma, foram abordadas músicas relacionadas com o Magusto e que pudessem cantar em conjunto com as outras crianças na festa.

Na quinta semana celebrava-se o Dia Nacional do Pijama e apesar da instituição não comemorar este dia em concreto, realiza atividades relacionadas com os Direitos das Crianças. Assim, nesta semana de intervenção trabalhamos fundamentalmente para este tema, relacionando as áreas de Expressão e Comunicação (domínio da Linguagem Oral e

Abordagem à Escrita, domínio da Matemática e domínio da Educação artística), área de Formação Pessoal e Social.

Na sexta e sétima semana, foi feito um trabalho de integração de diversas áreas com o Natal. Desta forma, foram iniciadas as decorações de Natal, Domínio da Expressão Artística, bem como, leitura de histórias relacionadas com o Natal e as tradições natalícias, Domínio da Linguagem Oral e Abordagem à Escrita. Foram, ainda, realizados jogos e exercícios matemáticos com enfeites de Natal, Domínio da Matemática.

Na oitava e nona semana de intervenção, sendo as duas últimas antes do Natal, continuámos as atividades de Natal, tendo sempre em atenção para envolver todas as áreas nas atividades.

Na intervenção número dez, semana de regência completa, abordámos o tema dos Reis e das tradições relativas ao mesmo. Desta forma, conseguimos falar de outros países próximos e das diferenças que podemos encontrar, Área do Conhecimento do Mundo. Trabalhamos, ainda, na área da Expressão e Comunicação em diversos domínios.

Nas duas últimas semanas, trabalhamos principalmente para o projeto de empreendedorismo, projeto este que engloba todas as áreas de conhecimento e vários domínios. Aproveitamos também para trabalhar algumas atividades experimentais que ainda não tinham sido realizadas.

Em suma, não houve nenhuma área que tenha sido descuidada nas nossas intervenções, tendo em conta as orientações para a educação pré-escolar. Assim, importa referir que foram abordados diversos domínios presentes de forma lúdica, dinâmica, diferente e enriquecedora para as crianças.

### **Projeto de Empreendedorismo**

Em conjunto com as intervenções de PES I, foi realizado pelo mesmo grupo de crianças e pelas Educadoras Estagiárias, Educadora Cooperante e Assistente Operacional, um Projeto de Empreendedorismo, tendo como orientação o livro *Educação Empreendedora: caminhos para a concretização de sonhos* (Fonseca, 2015).

Como mote para o surgimento de ideias, optámos pela leitura da “História do meu amigo”, que demonstra uma ideia empreendedora. Seguidamente, e através de um diálogo com as crianças, foram dadas ideias do que poderiam ser sonhos ou ambições.

Depois de ouvirmos todas as ideias e para que se chegasse a uma ideia principal foi necessário passar pelas seguintes fases: cada criança desenhou no papel a sua ideia pormenorizadamente; posteriormente, todas as ideias foram apresentadas e colocadas em diferentes categorias representando os temas mais escolhidos. Foram obtidos os seguintes conjuntos: um parque gigante, um carrossel gigante, uma festa com comida, balões e foguetes, visitar a lua e, finalmente, visita dos familiares à escola.

De seguida, passámos para a seleção da ideia final. Foi selecionada, por unanimidade, uma ida à lua, bem como a festa com balões e comida. Decidiu-se, portanto, que o projeto seria “A nossa ida à lua” e incluiríamos uma festa de inauguração com balões e comida.

Depois de definida a ideia do projeto, percebemos que haveria muitas dúvidas em relação à temática que enquadrava o projeto, o espaço. Sendo assim, foi necessário a criação de etapas que permitissem às crianças a obtenção de conhecimentos mínimos acerca do tema para depois poderem avançar para a real concretização do projeto.

Começámos por incluir nas sessões alguns materiais que ajudassem as crianças no esclarecimento sobre a temática: leitura das histórias “A que sabe a lua?” de Michael Grejniec (2003) e “Papá, por favor, apanha-me a lua” de Eric Carle (2010). Da mesma forma, observámos um modelo com as fases da lua e visualizámos um *videoclip* de uma música alusiva ao tema.

De seguida, surgiu a grande questão que orientou o nosso projeto: “Não sendo possível uma ida real à lua, como poderíamos trazer a lua até à nossa sala?”

Esta questão fez com que surgissem outras questões importantes para a descoberta progressiva das crianças em relação à temática, como: “O que precisamos para ir à lua?”; “Será que podemos ir de roupa normal?”; “Podemos ir de avião?”; “Que cores têm os planetas?”; “Quanto e como se chamam os planetas?” e “Que cor e que forma tem a lua?”. Para dar resposta a todas estas questões, recorreremos a material multimédia e mostramos imagens reais acerca das questões.

Sendo este um projeto que está incluído nas sessões de PES, optámos por também aqui abordar o tema da reciclagem e as crianças pensaram por isso em materiais que eram deitados fora, mas que nós poderíamos reutilizar com este intuito.

O ponto forte do projeto é o facto de termos conseguido construir mais coisas do que o previsto inicialmente, o que tornou a “ida à lua” muito mais real. No total, os materiais que as crianças conseguiram construir foram: um foguetão, um planetário (planetas e estrelas), as botijas de oxigénio, um fato de astronauta e um capacete. Graças a tudo isto não só foi possível proporcionar uma “viagem à lua” aos meninos que elaboraram o projeto como também puderam envolver as crianças das outras salas no projeto, proporcionando-lhes também a “ida à lua”.



Figura 3. Montagem final



Figura 2. Processo de construção

Uma das principais premissas do projeto era envolver a comunidade escolar, os pais e os familiares. Assim, começámos por pedir materiais que já não utilizavam e que pudessem fornecer e só depois é que procurámos alguns comércios que nos pudessem auxiliar a colmatar estas necessidades.

Uma das maiores dificuldades na concretização do projeto foi o facto de haver muitos materiais que tiveram de ser finalizados pelas estagiárias, uma vez que envolviam cola quente, tinta *spray*, x-ato, agrafador de parede e trabalho minucioso.

Quando passámos para a construção da estrutura, surgiram alguns imprevistos, pois os panos eram bastante pesados, não permitindo utilizar a estrutura que inicialmente

tínhamos pensado. Com estes imprevistos, tivemos de atrasar a data de inauguração do projeto.

Para a parte final do projeto, tal como tínhamos dito inicialmente, incluímos a ideia da festa com balões e a visita dos familiares à escola, juntando as duas numa festa de inauguração e envolvendo assim o maior número de pessoas da comunidade escolar.

Este projeto demonstrou-se, no final, bastante rico em termos de conhecimentos para as crianças, desenvolvendo diversas capacidades empreendedoras, técnicas e sociais nas crianças, tais como: diferentes técnicas de pintura, trabalho de grupo, pensamento criativo, planeamento e organização de ideias, entre outras.

As crianças mostraram o seu total envolvimento ao longo do projeto, participando com entusiasmo em todas as decisões que era necessário tomar, bem como, em todas as tarefas que era necessário realizar, sempre com o entusiasmo característico deste grupo.

Relativamente às aprendizagens que este projeto proporcionou à Educadora Estagiária (EE), podemos dizer que contribuiu para o desenvolvimento de capacidades profissionais, pois lidamos com problemas que nos irão aparecer ao longo da vida profissional e aprendizagens ao nível da gestão do tempo, processo, projeto e equipa. O facto de desenvolver também capacidades empreendedoras foi igualmente importante, visto que poderemos utilizar algumas estratégias no futuro a nível profissional ou no quotidiano.

## **1.2 CARACTERIZAÇÃO DO CONTEXTO EDUCATIVO DO 1.º CICLO DO ENSINO BÁSICO**

### **Caracterização do meio local**

O contexto educativo do 1.º CEB, no qual decorreu a PESII, situa-se numa das 27 freguesias do concelho de Viana do Castelo. Esta é uma freguesia muito ligada a tradições piscatórias, uma vez que em tempos aqui se situava a seca do bacalhau. Existe também uma forte ligação aos desportos náuticos e aquáticos, visto existir uma praia muito procurada para a prática destes desportos e um centro de canoagem.

A freguesia ocupa cerca 6,62 km<sup>2</sup> (INE, 2024) e tem 8002 habitantes. Nela podemos encontrar os setores da indústria, construção naval, comércio, pesca fluvial e hotelaria.

A nível das tradições festivas, segundo o site oficial da Junta de Freguesia comemoram-se as festas de São Sebastião, Senhora da Saúde, Senhora das Oliveiras, Senhora das Areias e São Brás.

Tendo em conta o património e pontos turísticos mais procurados, podemos referir a Igreja paroquial, a Capela da Senhora das Areias, a Praia do Cabedelo, a Quinta de Santinho e o Monte do Galeão.

É também uma freguesia muito diversificada a nível de coletividades. Assim, podemos encontrar coletividades que vão de encontro aos diversos interesses e necessidades da população, tais como: a Associação de Reformados Centro Paroquial de Promoção Social e Cultural; Associação de Pesca do Rio Lima; Associação de Moradores; Sociedade de Instrução e Recreio; Associação desportiva; Associação Columbófila e Kayak Clube.

### **Caracterização do agrupamento**

A escola onde decorreu a PES II, para além de ser escola do 1.º CEB é também um Jardim de Infância, e inclui-se num mega agrupamento devido à quantidade de escolas que deste fazem parte.

Por sua vez podemos definir um mega agrupamento como, unidades de administração de maior dimensão, constituídas para fins específicos, como uma melhor gestão e organização do currículo, entre outros. Estas unidades são constituídas por agregação entre agrupamentos e escolas não agrupadas, como verificamos no artigo 7.º do decreto-lei 75/2008 (2008), publicado em diário da república.

Este agrupamento é formado por 14 escolas, nove escolas com educação Pré-Escolar e 1.º CEB, duas do 1.º CEB, a escola sede que é de 2.º e 3.º CEB e também ensino Secundário, uma de 2.º e 3.º CEB e Programa Integrado de Educação e Formação e, por fim, uma escola que integra a educação Pré-Escolar, 2.º e 3.º CEB e Secundário.

A nível de recursos humanos, fazem parte deste agrupamento docentes, docentes do ensino especial, psicólogos, técnicos de AEC e assistentes operacionais.

Importa ainda referir que este agrupamento está inserido no projeto cofinanciado “Territórios educativos de intervenção prioritária” (TEIP). Este é um projeto que se destina

a escolas com particularidades desafiantes e tem como objetivos principais criar condições para a promoção do sucesso escolar de todos os alunos, combater o abandono escolar, absentismo e indisciplina.

O programa TEIP foi criado no ano de 1996, sendo que esta foi a primeira versão, posteriormente foram criadas outras versões, apelidadas de gerações, reforçadas com diferentes medidas de forma a tornar o projeto cada vez melhor e mais eficaz (Mouraz, 2017).

Projeto criado com o principal objetivo de combater as desigualdades sociais entre alunos do ensino básico. Na data de 2010, havia 105 agrupamentos inseridos no projeto, abrangendo cerca de 135 243 alunos que corresponde a cerca de 10% do total de alunos a frequentar os estabelecimentos do ensino público em Portugal (Direção Geral de Inovação e Desenvolvimento Curricular, 2010).

Segundo Palmeirão e Alves (2015), reforça importância deste projeto e das pessoas e instituições que nele trabalham da seguinte forma: “... dar conta de como, no atual programa TEIP, o trabalho das escolas e, sobretudo, dos professores pode combater o absentismo precoce, a retenção, a indisciplina, para além de potenciar a aproximação da escola às famílias e, sobretudo, melhorar a qualidade das aprendizagens”(Palmeirão & Alves, 2015, p. 135).

Contrariando o que os autores acima citados referem, Abrantes e Teixeira (2014), tendo em conta um estudo realizado em sete TEIP, verifica que apesar de uma das prioridades ser a relação da escola com a comunidade, o mesmo não se tem verificado. A maioria dos projetos centram-se nas escolas, olhando para a comunidade de forma distante e estereotipada. Por outro lado, vem confirmar que este projeto, nas escolas em estudo, tem revelado resultados positivos relativamente à indisciplina.

### **Caracterização da escola**

Relativamente à escola em que se realizou a PES II, ela é dividida em dois espaços principais: o piso inferior que se destina ao Pré-Escolar e o piso superior que se destina ao 1.º CEB. Contudo, existem espaços que são comuns aos dois níveis de ensino.

No piso inferior, os espaços destinados para a educação Pré-Escolar são duas salas e duas casas de banho com infraestruturas específicas para a faixa etária. Ainda no mesmo piso, mas tendo em conta que são utilizados pelas outras crianças, professores e funcionários, é possível encontrar uma cozinha, um refeitório, uma sala de professores, uma casa de banho para crianças com mobilidade reduzida, uma casa de banho para professores, uma arrecadação, uma biblioteca e um polivalente que inclui também uma casa de banho e uma sala de arrumação. Relativamente ao piso superior, existem três salas, uma sala comum e duas casas de banho.

Quanto ao espaço exterior podemos dizer que em comparação com outras escolas, este é bastante amplo e fornece às crianças uma diversidade de experiências e brincadeiras. Vários são os investigadores que se referem à importância do recreio e do espaço exterior, como promotor de hábitos saudáveis para o desenvolvimento da criança não só a nível das habilidades motoras como também a nível social, emocional e cognitivo (Languía & Vidal, 2013; Ribeiro & Marques, 2012; Silva et al., 2018).

Referindo Languía e Vidal (2013), que afirmam que jogar ao ar livre é muito importante no dia-a-dia de uma criança, sendo esta promotora de dois aspetos principais, por um lado a possibilidade de maior liberdade, contrariamente à encontrada na sala de aula ou em casa, bem como um maior contacto com o meio natural envolvente.

Os mesmos autores referem-se ainda à importância de existirem áreas delimitadas que permitam aos alunos explorar com sentido, realçando a importância destas divisões para que as crianças se sintam orientadas nas suas brincadeiras (Languía & Vidal, 2013).

Posto isto, verificamos que o espaço exterior desta instituição era extremamente enriquecedor, verificando-se diferentes áreas, bem como materiais variados para exploração livre. Neste espaço exterior podíamos encontrar um parque infantil com baloiços, balancés, uma estrutura para trepar e escorrega, um campo de futebol, o jogo da macaca, o jogo do galo e a tabela do 100 desenhado no chão, pneus, uma vasta zona com areia, três mesas de piquenique, uma casa de brincar com cerca e pneus, várias árvores e plantas e ainda um compostor.

No que diz respeito aos recursos humanos, a escola contava com três professores titulares de turma, um para cada turma do 1.º CEB, duas educadoras de infância, um

professor de música, uma professora de apoio à Educação Especial, uma psicóloga, uma professora coordenadora, duas cozinheiras e quatro assistentes operacionais.

Podemos ainda referir que esta escola tinha bastantes recursos materiais, desde materiais para o ensino das ciências, materiais didáticos de matemática, entre outros. Quanto ao horário de funcionamento do 1.º CEB, este inicia-se às 9h15min até às 10h45min, que era a hora do intervalo da manhã. As aulas recomeçam às 11h15min e decorrem até às 12h45min, hora em que iam almoçar. Por fim, o último tempo letivo iniciava-se às 14h30min e terminava às 16h00min. Posteriormente, existem ainda as AEC nas quais participavam alguns alunos.

### **Caracterização da sala de aula**

A sala onde decorreu a PES II tinha um espaço razoável que permitia que o docente circulasse livremente, bem como os alunos. Tinha dois quadros, um interativo e um outro quadro branco para escrever com caneta de feltro, duas secretárias, um computador, um projetor, mesas quadradas e redondas, mesas de apoio para colocar os materiais e ainda dois armários.



*Figura 4. Imagem da sala de aula*



*Figura 5. Imagem da sala de aula*

Esta sala dispunha de vários materiais, entre os quais uma reta numérica, as letras que vão lecionando (tanto a letra minúscula como a maiúscula), os meses do ano e também alguns trabalhos que as crianças produzem.

Nesta sala podíamos ainda encontrar uma zona destinada às observações na área das ciências e uma área de biblioteca constituída por livros da escola e livros que os alunos traziam para a escola.

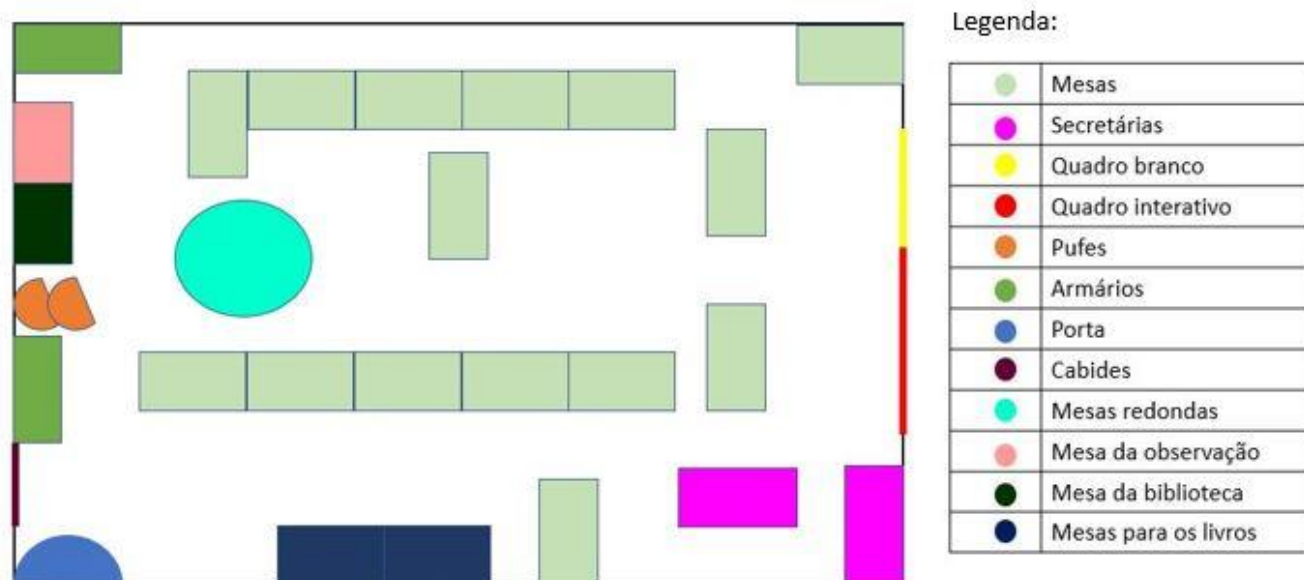


Figura 6. Planta da sala de aula

Segundo Oliveira (2016), o espaço de sala de aula, é um local com materiais e disposições com um propósito determinado e com o objetivo de criar dinâmicas que proporcionem aprendizagens positivas e de sucesso. A mesma autora considera que a adaptação do espaço às características da turma é de extrema importância, pois “torna-se fulcral para que, as características do grupo, sobressaiam ou não.”(Oliveira, 2016, p. 6).

Existem ainda autores que vão mais longe e referem a importância, da luminosidade e paisagem percebida através das janelas da sala de aula. Num estudo realizado numa escola da cidade de Florianópolis, verificou-se que, as crianças têm preferência por elementos com paisagem natural e ambientes luminosos bem como mais claros e que estes aspetos têm interferência no seu desempenho (Vásquez, 2018).

Determinada a importância das condições da sala de aula podemos dizer que a sala tem boas condições de trabalho, com os materiais acessíveis às crianças, arejada e bastante iluminada. De seguida, apresentamos o horário da turma. Todavia, gostaríamos de ressaltar que este era flexível e ia de encontro às necessidades das crianças, podendo sofrer alterações.

# Quadro 1

Horário da turma de 1.º CEB

|                | Segunda-feira       | Terça-feira      | Quarta-feira                | Quinta-feira        | Sexta-feira         |
|----------------|---------------------|------------------|-----------------------------|---------------------|---------------------|
| 9:15 às 10:15  | Português           | Matemática       | Português                   | Matemática          | Português           |
| 10:15 às 10:45 |                     | Educação Musical |                             |                     |                     |
| 10:45 às 11:15 | Intervalo           |                  |                             |                     |                     |
| 11:15 às 11:45 | Matemática          | Educação Musical | Matemática                  | Português           | Estudo do Meio      |
| 11:45 às 12:45 |                     | Estudo do Meio   |                             |                     |                     |
| 12:45 às 14:30 | Almoço              |                  |                             |                     |                     |
| 14:30 às 15:30 | Expressão Artística | Apoio ao Estudo  | Educação Física (Atletismo) | Expressão Artística | Expressão Artística |
| 15:30 às 16:00 | Educação Física     |                  | Expressão Artística         | Oferta complementar |                     |

## Caracterização da turma

A turma onde decorreu a PES II era do 1.º ano e tinha um total de 19 alunos, oito rapazes e onze raparigas, com idades compreendidas entre os 5 e os 7 anos de idade. Três destas crianças eram provenientes de outros países, duas do Brasil e uma de Inglaterra. Uma das crianças estava sinalizada com NEE e três frequentavam o apoio psicológico dado pela psicóloga que se desloca à escola quinzenalmente.

Três crianças frequentavam o ensino doméstico, ou seja, apenas frequentavam algumas das sessões presenciais. Estes alunos encontravam-se também a frequentar o *Projeto Terra*.

Relativamente ao projeto Terra, para uma melhor compreensão do que este envolve, citamos a explicação que a própria associação providencia: “A associação TERRA, Associação de Educação Integral do Minho, é uma Associação sem Fins Lucrativos que nasceu em junho de 2016. Foi criada por um grupo de famílias e amigos com o objetivo de promover um crescimento livre de todos os seres, crianças e adultos, respeitando o meio

ambiente e tudo o que nos rodeia, acreditando que todos fazemos parte do todo.” (Associação Terra, s.d.).

Contextualizando o ensino doméstico, segundo o Ministério da Educação (2020), esta vertente visa dar resposta a famílias que pretendam, por razões pessoais ou de mobilidade profissional, ter um papel de maior responsabilidade na educação dos filhos ou educandos, acontecendo assim fora do contexto escolar.

No artigo 3.º da portaria n.º 69/2019, o ensino doméstico é definido da seguinte forma, “«Ensino Doméstico», aquele que é lecionado, no domicílio do aluno, por um familiar ou por pessoa que com ele habite.” (Ministério da Educação, 2020).

Segundo o projeto curricular de turma, entendido como um documento estratégico e orientador de planeamento da ação educativa para a turma, e os dados fornecidos pelo professor titular da turma em questão, podemos verificar as seguintes informações: Relativamente ao agregado familiar, na grande maioria (sete alunos) o agregado era composto por quatro pessoas, um aluno tinha um agregado de seis pessoas, um com cinco pessoas, um com oito pessoas, quatro composto por duas pessoas, três com um agregado familiar de três pessoas e três alunos não apresentavam informação relativa ao agregado familiar. O número de irmãos variava entre os zero e os três, sendo que, tal como referido anteriormente, três alunos não apresentavam essa informação.

A idade dos encarregados de educação variava entre os 29 e os 53 anos de idade e quanto às habilitações variava entre o 9.º ano de escolaridade e a frequência no ensino superior. Por sua vez, tendo em conta o perfil diagnosticado dos alunos relativamente às suas fragilidades a nível curricular, podemos verificar o seguinte: um aluno apresentava dificuldade ao nível da capacidade de criar e produzir; três alunos demonstravam dificuldades na capacidade de desenvolver ideias e encontrar soluções de forma criativa; quatro alunos tinham dificuldades ao nível da pesquisa, seleção, organização e comunicação da informação, capacidade de questionar, problematizar e resolver problemas e relacionamento interpessoal, capacidade de adequar comportamentos em contexto de cooperação, partilha e colaboração. Por fim, cinco alunos demonstravam dificuldades a nível de mobilização e gestão de conhecimentos, interesse e participação na

aula e responsabilidade no cumprimento de tarefas e atividades e seis alunos tinham dificuldade na área da expressão oral e escrita e na compreensão oral e escrita.

Atendendo a estas dificuldades, foram estabelecidas como prioridade as seguintes competências: linguagem e textos; informação e comunicação; raciocínio e resolução de problemas; pensamento crítico e pensamento criativo; bem-estar, saúde e ambiente; sensibilidade estética e artística; saber científico e tecnológico e consciência e domínio do corpo.

Para a definição de objetivos para esta turma foram ainda tidos em conta dois projetos, o projeto educativo, que podemos definir como um instrumento de planeamento da ação educativa da escola que serve como referência e orientação para todos os elementos da comunidade educativa e o projeto TEIP. Para o primeiro, priorizaram-se os seguintes objetivos: qualificar a população escolar; melhorar o sucesso escolar dos alunos, quer ao nível interno quer ao nível externo; promover a participação ativa de pais e encarregados de educação na vida do agrupamento; dinamizar culturalmente o meio e garantir as condições de segurança e conforto de todos os elementos da comunidade educativa. Relativamente ao segundo, deu-se importância a três objetivos principais: apoio à melhoria das aprendizagens; gestão e organização; família – comunidade e parceria.

Relativamente àquilo que pudemos observar durante as primeiras semanas de observação e de implementação, podemos dizer que o comportamento das crianças é um comportamento bastante adequado, respeitando a maioria das regras impostas, é uma turma sossegada, dinâmica, participativa, mas também bastante desafiadora.

Quanto ao desempenho, pudemos verificar que a maioria das crianças gostava mais da área da Matemática, apesar de ser onde se denotavam as maiores dificuldades. Ao nível do Português, apenas três alunos eram já capazes de ler.

Na área de Estudo do Meio, não existiam quaisquer dificuldades, mas na área das Expressões Artísticas não se verificava muita motivação por parte das crianças em realizar este tipo de atividades.

Por fim, a área da Educação Física era uma das áreas preferidas, sendo que as crianças realizavam as atividades propostas com gosto e motivação.

De uma forma geral, a maior dificuldade dos alunos verificava-se na realização de trabalhos de grupo e em falar para o grupo, expondo as suas ideias.

### **Percurso da intervenção educativa**

Relativamente à intervenção educativa em contexto de 1.º CEB, esta decorreu durante três semanas de observação e apenas uma de implementação, devido à suspensão das atividades letivas presenciais decorrente da pandemia COVID-19. Tendo este fator em conta, iniciámos a intervenção educativa no dia 17 de fevereiro e terminámos no dia 11 de março.

Durante as semanas de observação pudemos participar em atividades curriculares diversas e, para além das aulas, foi possível perceber e analisar as rotinas em sala de aula e fora da mesma, conseguimos ainda participar em algumas reuniões e discussões relativas ao desenvolvimento de atividades curriculares de escola que iam surgindo, tal como, uma atividade de visita de estudo e uma semana da leitura organizada e desenvolvida pela escola em questão.

Toda esta envolvimento das professoras estagiárias nas rotinas e na cultura escolar permitiu que o trabalho desenvolvido em contexto de PES se tornasse mais adequado ao contexto e ao meio envolvente, uma vez que o conhecimento permite uma orientação concreta para a planificação e desenvolvimento das aulas.

Relativamente ao envolvimento com a turma nestas semanas, estas foram bastante importantes, no sentido em que proporcionaram uma adaptação da turma à nossa presença, bem como uma avaliação feita por nós em relação às dificuldades demonstradas pelos alunos e às áreas em que se sentiam mais confortáveis ou as áreas que precisavam de ser mais trabalhadas. Por fim, foi também possível observar estratégias adotadas no ensino de cada uma das áreas curriculares lecionadas pelo professor titular e pelos professores coadjuvantes.

A maioria dos docentes que pudemos observar, recorria a metodologias ativas, importa dizer que metodologias ativas se referem ao processo de ensino-aprendizagem em que o aluno se envolve de forma ativa, através do questionamento, da leitura, da escrita, da discussão, da resolução de problemas ou do desenvolvimento de projetos. Podemos

então afirmar que, aprendizagem ativa ocorre quando o aluno interage com o assunto em estudo, tal como referem Barbosa e Moura (2013), na metodologia ativa o aluno é incentivado a construir o conhecimento em vez de o receber apenas de forma passiva. O mesmo autor refere ainda que num ambiente de aprendizagem ativa, o docente é um orientador e supervisor, facilitando o processo de aprendizagem e não um fornecedor de conhecimento e informação. No entanto, também pudemos observar que esta metodologia alternava com a utilização de uma metodologia mais tradicional em que o professor é a o ponto central sendo ele o transmissor de informação e o aluno o recetor da mesma, e em que o principal objetivo é transmitir informação de conteúdos disciplinares (Barbosa & Moura, 2013).

Esta variação entre metodologias ativas e metodologias convencionais ocorria muitas vezes conforme, a área curricular que estava a ser trabalhada, ou entre os conteúdos abordados.

Sendo assim, deu-se início à intervenção pedagógica, intervenção esta que seria de regência partilhada. Na primeira semana de intervenção foi lecionada pelo meu par de estágio que teve a oportunidade de abordar todas as áreas curriculares.

Tendo em conta estes aspetos, na área do Português, abordamos o domínio: leitura e escrita, que engloba principalmente o ensino do alfabeto e a iniciação à leitura. Assim e dando continuidade ao trabalho do professor titular, proporcionámos atividades com o objetivo de ensinar o grafema “S” e o treino e aperfeiçoamento da leitura de textos cada vez mais complexos, bem como o desenvolvimento da capacidade de construções frásicas.

Para iniciar o trabalho nesta área foi apresentado um novo grafema, <S>, através de um *PowerPoint*. De seguida foram formados pares, cada par retirava de um saco palavras que continham o referido grafema e com estas palavras deveriam criar frases escrevendo as mesmas nos seus cadernos diários. Como consolidação deste domínio foram ainda realizados dois jogos, o “Bingo do S” e um jogo de mimica com palavras relacionadas com a letra lecionada.

Na área da Matemática foi trabalhado principalmente o domínio da Geometria e Medida, nomeadamente os subdomínios da localização e orientação no espaço e figuras geométricas.

Para este domínio foram utilizados como recursos pedagógicos, os geoplanos com elásticos, sendo solicitado aos alunos em primeira instância, uma exploração livre e depois a construção de figuras solicitadas pela professora estagiária (PE).

Relativamente à área das expressões, mais concretamente, à Educação Artística, mais especificamente nas artes visuais abordou-se o bloco 2 – descoberta e organização progressiva das superfícies, subdomínio do desenho e expressão livre e atividade de pintura sugerida.

Tendo como base o tema da segurança rodoviária, foi fornecido à turma uma caixa com vários materiais reciclados, como rolhas de cortiça, palitos, rolos de papel higiénico entre outros. Destes materiais as crianças tiveram a oportunidade de escolher os que queriam, com o intuito de cada aluno criar um brinquedo, que neste caso seria um carro. No final cada um pode decorar o seu carro de forma livre.

Ainda na Educação Física, tivemos a oportunidade de abordar o Bloco 2 – deslocamentos e equilíbrios. Para abordar este domínio escolhemos realizar esta aula na parte exterior da escola, os alunos começavam por formar três equipas, cada equipa deveria realizar um percurso. Durante este percurso os alunos deveriam realizar os seguintes movimentos: caminhar para a frente e à retaguarda por cima de uma corda, correr, saltar a pés juntos e saltar num pé. Para terminar foi realizada uma atividade de retorno à calma.

Por fim, na área do Estudo do Meio, e dando continuidade ao projeto curricular implementado, abordámos o Bloco 1 – descoberta de si mesmo e o domínio da segurança do seu corpo.

O tema escolhido para trabalhar este domínio foi a segurança rodoviária, para introduzir o tema recorreremos ao *PowerPoint*, onde os alunos puderam visualizar algumas imagens de sinais de trânsito e regras de segurança rodoviária, onde foram colocadas algumas questões acerca do que iam observando. Para finalizar esta aula recorreremos ao *Google Earth*, onde pesquisamos algumas ruas de Viana do Castelo e da freguesia onde a maioria das crianças mora e onde se situa a escola, para observarmos alguns sinais de trânsito presentes nas ruas desta mesma freguesia.

Em suma, nesta semana tentámos dar resposta ao projeto curricular, ao trabalho que o professor titular estava a fazer e, por fim, tendo em conta o programa e metas curriculares indicados para o ano de escolaridade referido.

Tal como referido anteriormente, utilizamos como as Aprendizagens Essenciais (AE) como orientação, onde podemos verificar que, para a unidade de português no 1º. CEB estão definidos quatro domínios, oralidade; leitura e escrita; educação literária para o 1º. e 2º. ano e gramática.

As AE de Educação Física encontram-se divididas em 8 blocos, dos quais apenas 6 estão definidos para o 1º. ano, bloco 1, perícia e manipulação; bloco 2, deslocamentos e equilíbrios; bloco 4, jogos; bloco 6, atividades rítmicas e expressivas (dança); bloco 7, percursos na natureza e o bloco 8 que é um programa opcional sendo por isso escolha da escola optar por lecionar este bloco.

Na área de Expressão e Educação Musical encontramos a unidade dividida em dois principais blocos, o bloco 1 jogos de exploração e bloco 2, experimentação, desenvolvimento e criação musical, estes blocos encontram-se ainda subdivididos, o bloco 1 em voz, corpo e instrumentos, bloco 2 em desenvolvimento auditivo, expressão e criação musical e representação do som.

Passando agora para a área da Expressão e Educação Dramática divido também em blocos, bloco 1 dos jogos de exploração, subdividido em corpo, voz, espaço e objetos. Bloco 2 destinado aos jogos dramáticos também subdividido em linguagem não verbal e linguagem verbal e, por fim, linguagem verbal e gestual.

Na área da Expressão e Educação plástica tal como nas áreas anteriores está também se encontra dividida em blocos e estes também subdivididos. O bloco 1 referente à descoberta e organização progressiva de volumes tem duas subdivisões, o desenho e a pintura. No bloco 3 que se refere à exploração de técnicas diversas de expressão, encontramos o recorte, colagem e dobragem; impressão; tecelagem e costura; fotografia, transparências e meios audiovisuais e por fim cartazes.

No que concerne às AE de matemática, o 1º. CEB, encontram-se divididas em três domínios, números e operações, geometria e medida e organização e tratamento de dados.

Por fim no que diz respeito aos blocos definidos nas AE de Estudo do Meio, encontramos o bloco 1 à descoberta de si mesmo; bloco 2 à descoberta dos outros e das instituições; bloco 3 à descoberta do ambiente natural; bloco 4 à descoberta das inter-relações entre espaços; bloco 5 à descoberta dos materiais, por fim o bloco 6 à descoberta das inter-relações entre a natureza e a sociedade.

Utilizamos então estes pressupostos de cada área curricular para criar planificações adequadas, que englobam os blocos e domínios que pretendemos trabalhar e que estão predefinidos para o ano escolar dos alunos.

### **Intervenção educativa de ensino à distância (EAD)**

Tal como referido no subcapítulo anterior, a suspensão das atividades letivas originou um esforço de adaptação face à nova realidade, bem como, o desenvolvimento de competências nesta área. Foi-nos, portanto, requisitado que planificássemos aulas síncronas e assíncronas. Neste caso, em cada uma das aulas síncronas existiriam duas assíncronas que serviriam como complemento. Posteriormente, estas aulas seriam disponibilizadas para o professor cooperante utilizar com a turma.

Um dos aspetos mais importantes nesta fase foi desenvolver as temáticas em conjunto com o professor cooperante para que conseguíssemos ultrapassar alguns dos desafios das aulas à distância. Assim, o professor cooperante solicitou especificamente que gostaria que apresentássemos aulas assíncronas que incluíssem principalmente alguns domínios do Estudo do Meio. Por este motivo, optamos por elaborar aulas interdisciplinares, incluindo em determinados momentos a área do Estudo do Meio.

Foram então desenvolvidas, em conjunto com o par pedagógico, quatro planificações semanais cada uma para uma aula de 45 minutos, onde estariam então disponíveis a parte síncrona, ou seja, uma parte acompanhada de vídeo de forma a realizar as atividades em tempo real pelos alunos, realizada em conjunto com o par pedagógico e assíncrona parte planeada de forma descritiva que não está acompanhada de vídeo, realizada individualmente.

Cada uma das planificações das aulas síncronas foi de encontro às áreas curriculares da Matemática, Estudo do Meio, Educação Física e Português. Dentro dessas áreas, as

planificações foram elaboradas atendendo à avaliação prévia das dificuldades dos alunos realizada durante as observações. Da mesma forma, tivemos sempre em consideração as alterações à dinâmica estabelecida com alunos através do computador, os programas e as metas curriculares e, por fim, as especificidades do ano a lecionar.

A primeira planificação, da área da Matemática, o bloco abordado foi os números e operações e o conteúdo foi os números até 40, para abordar este tema utilizamos meios digitais que auxiliassem a compreensão do mesmo como o *PowerPoint*, ábaco digital preenchimento de tabelas e um jogo matemático. Na aula assíncrona comecei por apresentar uma lengalenga com áudio e vídeo ilustrativo com alguns números, números estes que as crianças deveriam ordenar de forma crescente, de seguida deveriam discutir estes resultados na aula síncrona.

De seguida apresentei uma história possível para o surgimento dos números tal como no anterior esta história foi apresentada em forma de vídeo e narrada por mim, no fim, indo de encontro ao que foi apresentado é lançado um desafio para que os alunos tentem resolver e discutam as respostas entre eles.

Relativamente à segunda semana, esta foi destinada à área do Estudo do Meio e decidimos abordar o domínio das experiências com água, mais precisamente a dissolução e a flutuação. Para introduzir este tema começamos por inventar uma história que contivesse estas duas questões, a flutuação e a dissolução, de forma a dar contexto às tarefas seguintes. Para apresentar esta história optei por realizar um vídeo com o recurso à aplicação *StopMotion*, no final do vídeo apresentei o tema e começo por pedir aos alunos que coloquem os materiais necessários ao seu lado. Por fim, apresentei os resultados da experiência.

Na terceira planificação abordamos a área da Educação Física, na parte introdutória desta aula, parte do aquecimento, começamos por utilizar uma roleta online, *Random Name Picker*, roleta esta que iria indicar aos alunos qual o exercício a realizar. Estes exercícios seriam ainda realizados ao som de uma música, tornando esta atividade mais dinâmica e atrativa. Na segunda parte, parte de desenvolvimento da aula, os alunos deveriam realizar os jogos presentes em cada um dos vídeos, no meu caso seria uma corrida de obstáculos criada com os materiais disponíveis em casa e pensada tendo em

conta a falta de espaço que alguns alunos poderiam ter na sua habitação. Esta corrida culminaria num lançamento a um alvo, para tornar o exercício mais dinâmico deveriam ir alternando na forma de deslocamento, corrida lateral, corrida à retaguarda e corrida em ziguezague. Para terminar a aula foi incluído um exercício de relaxamento tendo em conta os materiais a que as crianças poderiam ter acesso nas suas casas e acompanhado de uma música, bem como a explicação dos movimentos que as crianças deveriam reproduzir. Por forma a interligar com a disciplina de estudo do meio, no final do vídeo realizei uma pequena explicação interligando a sessão que acabavam de realizar com os sons e solicitei aos alunos que elaborassem uma atividade experimental relacionada com o domínio do som.

Na última planificação, também última semana, foi centrada na área do Português e interligado com a disciplina de Estudo do Meio e o conteúdo dos cinco sentidos. Como base para as aulas quer síncronas quer assíncronas utilizamos um poema cujo tema era precisamente os cinco sentidos, poema este que foi trabalhado na aula síncrona e posteriormente nas aulas assíncronas.

Nos vídeos que apresentamos optamos por distribuir os sentidos por cada elemento do par pedagógico de forma a tornar os vídeos complementares, isto é, eu fiquei responsável por trabalhar os sentidos do olfato, do paladar e da visão, por sua vez o meu par pedagógico trabalhou os sentidos da audição e do tato.

Para iniciar a aula assíncrona comecei por apresentar novamente o poema em formato áudio através da música do mesmo, retirada do manual online, acompanhado ainda por imagens captadas através do recurso *StopMotion*. Depois de uma primeira audição deveriam preencher as palavras em falta na ficha que lhes foi disponível anteriormente. Terminado este exercício, apresentei um outro poema que falava dos cinco sentidos através de uma gravação áudio e ao qual as crianças deveriam através do que era dito no poema tentar descobrir qual os sentidos que seriam trabalhados na segunda parte da aula assíncrona.

Posteriormente propus aos alunos dois exercícios, no primeiro os alunos deviam dirigir-se à cozinha e observar e experimentar as frutas que tinham em casa e deveriam anotar, o que achavam de cada fruta, se era amarga ou doce bem como referir quais as

frutas que lhes proporcionava cheiros mais agradáveis, tendo em vista a verificação das observações tabelas feitas pelos alunos foram disponibilizadas duas tabelas.

No que concerne ao sentido da visão a atividade que propus consiste na observação e posterior representação da paisagem a que os alunos teriam acesso através das suas varandas e/ou janelas.

Relativamente às aulas assíncronas, foi apanágio da sua elaboração a complementaridade entre os dois vídeos apresentados pelo par de estágio. Optámos por esta metodologia para que o professor cooperante pudesse apresentar ambos os vídeos sem se tornar repetitivo para os alunos.

Visto que estas aulas seriam feitas pelos alunos nas suas casas tentámos utilizar materiais de fácil acesso, materiais do quotidiano, bem como atividades adaptadas a espaços reduzidos para haver uma equidade relativamente aos alunos que assistiam às aulas.

Foram vários os fatores que contribuíram para a falta de equidade entre os alunos no contexto de pandemia, entre os quais, as condições de acesso e utilização de tecnologias digitais, condições específicas e individuais das crianças, como dificuldades na aprendizagem ou NEE e desigualdades no contexto familiar das crianças.

Tendo em conta o contexto em que esta escola se encontrava, e por forma a atenuar de certa forma estas desigualdades, tentamos utilizar recursos e métodos que fossem o mais acessíveis possível. Um estudo feito pelo governo, verificou que, apesar dos esforços da comunidade escolar para manter os alunos em ligação com a escola “houve alunos cujo acesso às oportunidades de aprendizagem foi condicionado durante o primeiro confinamento”(Rodrigues et al., 2021, p. 104).

No entanto este método de EAD permitiu também, segundo o Conselho Nacional de Educação (2021), promover a colaboração entre os diferentes intervenientes da escola, alterar as metodologias de forma a tornar a construção de recursos educativos diversificados, promovendo a reflexão acerca das diferentes realidades e aprendizagens.

Diversificando, então, as metodologias utilizadas até então, e procurando, tornar os vídeos mais atrativos, sempre que possível, recorreremos a ferramentas digitais que auxiliassem na gravação e proporcionassem alguns efeitos dinâmicos, de forma a captar a

atenção constante do aluno. Tentámos sempre que a aula fosse tal como as presenciais, ou seja, que esta seguisse uma ordem progressiva de aumento de complexidade: introdução ao tema, desenvolvimento e assimilação de conteúdos abordados, sendo que adaptámos a metodologia conforme os materiais didáticos disponíveis e as especificidades da vídeo-aula.

### **Reflexão geral do EAD**

Estamos cada vez mais num mundo global, onde as tecnologias têm um papel fundamental na sociedade e no quotidiano. Foi muito devido ao aumento da utilização de tecnologias no nosso dia a dia que foi possível realizar o EAD, se não houvesse já algum enraizamento das tecnologias no ensino nunca seria possível ultrapassar o grande obstáculo que nos surgiu, a situação pandémica.

Ao nos depararmos com a situação pandémica na quarta semana de PES II foi necessário alterar o tipo de ensino, alterar o ensino presencial para o EAD, esta mudança foi feita de forma algo brusca uma vez que ninguém estava preparado para esta alteração, foi necessário readaptar tudo o que tínhamos pensado trabalhar com os alunos bem como elaborar uma pesquisa sobre ferramentas tecnológicas pensadas e possíveis de utilizar em contexto educativo.

Esta pesquisa sobre as tecnologias e aplicações foi importante pois acabamos por utilizar algumas metodologias nas nossas planificações, que em contexto presencial provavelmente não iríamos utilizar, tornando-se mais visível a importância que as tecnologias têm no processo de ensino no mundo atual.

Relativamente ao *feedback* que nos foi dado, ao longo das planificações pelos docentes das diversas unidades curriculares foi muito importante no sentido de termos uma opinião mais concreta e uma orientação em relação ao trabalho que estávamos a realizar, uma vez que não era possível obter esse *feedback* dos alunos por não estarmos a implementar.

Foi igualmente importante o facto do professor cooperante nos ter enviado alguns vídeos feitos pelos alunos a concretizar as atividades que propusemos, podermos visualizar estes vídeos deu-nos uma perceção acerca do trabalho que realizamos, se os alunos tinham

ou não percebido o que lhes foi solicitado, este fator revelou-se importante uma vez que o trabalho do professor é também avaliar o *feedback* que os alunos lhe dão e perceber se o que planifica vai ou não de encontro às necessidades individuais e de grupo.

Em suma, considero que as aulas presenciais serão sempre uma prioridade uma vez que envolve muitas variantes importantes no processo de ensino-aprendizagem, como a afetiva, o *feedback*, a interação social, entre outras, no entanto acho também que esta situação deu oportunidade para encontrarmos algumas ferramentas tecnológicas que nos poderão ser úteis enquanto futuros professores/as e ainda nos forneceu também ferramentas pessoais na resolução de problemas que não nos são possíveis controlar por várias razões.

## Capítulo II- TRABALHO DE INVESTIGAÇÃO

### **1. Enquadramento do estudo**

Neste capítulo é apresentado o trabalho de investigação realizado em contexto de 1.º CEB e que se divide em diferentes subcapítulos sendo esta contextualização do estudo e a sua pertinência, bem como o objetivo da investigação e as questões que o orientaram. Posteriormente, é realizada a fundamentação teórica onde aprofundamos o conceito e origem da dança, a sua importância, a dança em contexto educativo, a dança tradicional portuguesa e o enquadramento da mesma em contexto escolar. No terceiro subcapítulo são apresentadas as opções metodológicas nomeadamente a caracterização dos participantes, instrumentos de recolha de dados e os procedimentos e tratamentos dos dados. De seguida são apresentados e analisados os dados, no final, encontram-se as conclusões, limitações do estudo e sugestões para investigações futuras.

#### **1.1 Contextualização e pertinência do estudo**

Na sociedade atual, cada vez mais moderna, tem vindo a ser alvo de discussão, a preocupação com a saúde e bem-estar tanto em níveis iniciais de desenvolvimento como até às fases finais da vida. A atividade física é um dos fatores de preocupação por demonstrar ter um papel central na qualidade de vida e na produtividade das populações nomeadamente, na redução de riscos associados a problemas de saúde física e mental (Mendes, 2017).

Em contexto escolar, a Educação Física é a disciplina que melhor pode promover a atividade física nas primeiras idades. Vários são os países que têm desafiado a comunidade escolar a relevar a Educação Física não só para a promoção de aspetos relacionados à saúde mais também no desenvolvimento desportivo e da cidadania (Cordovil & Barreiros, 2014).

A Educação Física tem como um dos objetivos criar um ambiente de aprendizagem que permita ao aluno a reflexão pessoal para que este entenda a importância e a influencia da atividade física ao longo da vida, promovendo atitudes mais positivas para a prática de exercício físico (Lima, et al., 2018). De acordo com os mesmos autores, nas aulas de

Educação Física, o prazer e alegria associados ao processo de ensino-aprendizagem torna-se mais eficaz na sensibilização dos alunos para a importância da atividade física ao longo da vida para benefício da sua saúde e bem-estar.

Ao nível do 1.º CEB a prioridade que se tem dado às aprendizagens clássicas, como o contar, ler e escrever tem deixado pouco tempo para que os alunos possam desfrutar de atividades físicas também constantes no currículo (Neto, 2020).

Lacerda e Gonçalves (2009) afirmam a importância da dança como forma de manifestação de singularidade, formas únicas que cada um tem de ver, pensar, inventar, tornando-se um meio catalisador da criatividade. O contacto com a arte associada ao desporto traduz-se numa possibilidade de promover o desenvolvimento de uma atitude estética em relação à atividade desportiva.

A dança auxilia na formação corporal, desenvolve a capacidade de socialização e a criatividade, sendo igualmente benéfica em termos de aquisição de habilidades motoras, equiparando-se a outros domínios da Educação Física (Monteiro, 2012).

Em 2018, com a homologação das AE, a dança passou para o domínio da Educação Artística e as Atividades Rítmicas Expressivas (ARE), na Educação Física, passaram a ser um bloco opcional para o 3.º e/ou 4.º ano de escolaridade. Independentemente das referidas alterações, a dança está presente ao longo do currículo do 1.º CEB e como tal não pode ser desvalorizada e deixada para segundo plano. Como nos referem Marques e Xavier (2013) através da dança, a criança pode expressar sentimentos, integrando o corpo e a mente, sendo uma forma de expressão essencial ao ser humano, que permite a transformação, a criatividade, expressividade, comunicação e a construção do “eu”, bem como nos permite interpretar o mundo que nos rodeia.

Em contexto educativo, a dança provoca nos alunos diferentes reações, permite o trabalhar de forma transdisciplinar e é capaz de provocar uma ação e reflexão sobre a realidade em que vive (Vieira, 2012). Para além dos benefícios no aprimoramento das capacidades motoras, verifica-se também a sua importância na transmissão de valores sociais e culturais (Santos et al., 2005).

Deste modo, também as danças tradicionais portuguesas (DTP) podem ter um papel importante na promoção destes valores como elementos integrantes da cultura popular. A

utilização das DTP nos contextos educativos, para além da componente pedagógica é também uma importante fonte de transmissão dos aspetos culturais do mundo em que as crianças e jovens se encontram e para os quais a maioria está alheado (Monteiro & Alves, 2012). Contudo, os mesmos autores consideram que estas são esquecidas e pouco trabalhadas nos referidos contextos afirmando que “a atual promoção do conhecimento das danças tradicionais portuguesas junto das crianças e jovens é praticamente inexistente ficando estas expostas, quase exclusivamente, a outras culturas que lhes são fornecidas em abundância pelos meios de comunicação (TV, Internet, outras plataformas)” (Monteiro & Alves, 2012, p. 142). Sendo assim, cabe ao professor promover as ARE fornecendo ferramentas capazes de desenvolver este domínio gradualmente, complexificando os exercícios de forma que todos os alunos alcancem o sucesso a este nível.

## **1.2 Objetivos do estudo**

Face ao descrito acima, que evidencia a importância das ARE, mais especificamente das DTP no processo de ensino, pretende-se com este estudo compreender qual a opinião de docentes de 1.ºCEB relativa às ARE e apresentar um conjunto de propostas de aplicação prática para facilitar a abordagem às danças tradicionais portuguesas.

Como objetivos específicos definimos:

- Identificar a importância atribuída às Atividades Rítmicas Expressivas por parte de docentes de 1.ºCEB bem como com que frequência a abordam na sua prática pedagógica;
- Identificar qual a perceção de docentes do 1.ºCEB sobre os benefícios do ensino das danças tradicionais portuguesas na formação dos alunos.
- Realizar uma proposta de abordagem que facilite a introdução das danças tradicionais portuguesas nas aulas de Educação Física.

## **2. Fundamentação teórica**

Neste capítulo será apresentada a revisão literária referente ao tema em estudo, sendo esta a base deste trabalho de investigação.

Este está dividido em diferentes partes: na primeira encontramos a definição de dança, o seu conceito e origem bem como a importância e contributo para uma formação

holística; na segunda parte o enquadramento das ARE na organização curricular das AE do 1.º CEB; a terceira parte refere-se às DTP, o seu valor pedagógico e matriz identitária do Minho. Na quarta parte serão apresentadas possíveis estratégias para o ensino das ARE nos 3.º e 4.º ano de escolaridade e, por fim, uma síntese de estudos empíricos elaborados no âmbito das ARE.

## **2.1 Conceito e origem da Dança**

A dança tem um conceito abrangente e amplo, passível de diversas interpretações, tal como refere Marques e Xavier (2013) “a dança é um fenómeno complexo e abrangente, podendo ocorrer em contextos sociais, lúdicos, rituais, culturais, educativos ou terapêuticos.” (p.48), aquele que podemos considerar mais abrangente, mas menos específico, seria, o que podemos encontrar no dicionário da língua portuguesa que define a dança como “1. arte de dançar; série de movimentos executados com o corpo, de forma ritmada e coreografada, geralmente ao som de música; bailado; 2. ato ou técnica de dançar; estilo ou forma particular de se dançar”.

Tal como refere Santos (1997), a dança pode conter diferentes formas, dimensões e níveis. Relativamente à forma, como a clássica, a moderna, popular podem incluir-se diferentes funções ou dimensões como a artística, a educativa, a lúdica, a terapêutica, entre outros. Devemos ainda considerar que a dança deve ser praticada em diferentes níveis profissional ou amador; crianças ou adultos e gerontes.

Vários são os autores como, Anderson (1978) e Vianna (2005) que referem a dança como algo muito mais complexo do que apenas a sucessão de movimentos coordenados, referem-se à mesma como o próprio modo de vida e a evolução das civilizações como forma de comunicação (Vianna, 2005) refere, “a vida, o mundo e o homem, manifestam-se por meio de movimento, dançar é mover-se com ritmo, melodia e harmonia.” (p.19).

Segundo Vianna (2005), que tinha a mesma visão que Anderson em 1978, associando tudo o que nos rodeia à dança, nomeadamente nas diferentes formas, as estações do ano, a evolução de cada dia e da própria vida, desde o nascimento até à morte, segundo Anderson “a própria vida é movimento”.

Podemos ainda verificar um conceito de dança mais abrangente e associado ao mundo atual referente aos diferentes aspetos, motores e psicossociais, que a dança nos permite alcançar. Segundo Marques e Xavier (2013), é através da dança que conseguimos expressar o que sentimos, as emoções, integrando de forma geral nos nossos movimentos a mente e o espírito.

Sendo esta uma forma de expressão intrínseca ao ser humano, esta pode levar-nos a enaltecer a criatividade, a expressividade, a comunicação e a própria construção do “eu” e a uma interpretação do mundo que nos rodeia.

Segundo, Nanni (2003) a dança está presente em todas as épocas da história e espalhada pelo mundo e que para todos os povos, esta representa a manifestação dos seus estados de espírito, as suas emoções, é também uma forma de expressão e comunicação das características de cada povo.

Quanto ao surgimento da dança, segundo Costeira e Mendes (2017) acreditam ser uma atividade motora utilizada pelo homem desde do seu surgimento, presente em diversos momentos da história da humanidade, existindo registos em como esta foi utilizada desde cedo como forma de expressão, em cerimónias, rituais, celebrações e entretenimento, promovendo infinitas descobertas em relação ao movimento e à natureza humana, ocupando um lugar importante na educação multicultural e no desenvolvimento de uma pedagogia culturalmente responsiva.

A dança tal como as outras formas artísticas foi evoluindo ao longo dos tempos, a sua origem poderá ter sido num passado pré-histórico, “muito antes da dança se tornar uma arte complexa, já o homem primitivo tinha gosto em se mover, girar, andar e bater o pé ritmadamente” (Anderson, 1978, p.7), até à sua forma artística surgir na época medieval.

O surgimento da dança, como forma artística, na europa e inclusive em Portugal, foi na passagem da época medieval portuguesa para a época renascentista ganhando maior destaque nos bailes da corte, “a dança foi manifestando a sua vitalidade no quadro da sociedade medieval portuguesa, alcançando maior presença à mediada que se avançava para a fase renascentista e a corte portuguesa se transformava numa das mais ricas e faustosas da Europa.” (Sasportes & Ribeiro, 1991, p. 15).

Numa perspetiva mais recente acerca das características específicas da dança, (Batalha, 2004) definiu a dança em cinco conjunturas, a que deu o nome de “Contextos da dança”, o criativo- inovador; comunicativo- expressivo; estético- artístico; técnico-formal e histórico-cultural. Segundo a autora acima referida, o domínio criativo-inovador refere-se essencialmente à criatividade e inovação que o artista coloca na sua obra, bem como a sensibilidade com que o autor da dança vê o mundo, assim como a aptidão que este tem para transmitir os seus pensamentos e ideias através do movimento e que o poderá levar ao sucesso. No contexto comunicativo - expressivo, tem como pressuposto o facto da dança ser entendida como uma forma de comunicação, assumindo-se como uma forma de linguagem capaz de transmitir ao outro experiências, emoções, ideias e visão acerca do mundo e do homem. Referente ao contexto estético - artístico, qualquer área artística está intrinsecamente ligada ao estético pressupondo uma forma de sentir e perceber a realidade e estando assim sujeita a juízos de valor, ao que as pessoas consideram como belo e por sua vez a dança é considerada uma forma de arte uma vez que a partir desta podemos transmitir algo a um público. O contexto técnico - formal refere-se principalmente às especificidades de movimentos envolvidos na dança e que tem como objetivo comum de atingir comportamentos significativos, isto é, que estimulem os sentidos dos intervenientes neste processo. Por fim no que concerne ao domínio, contexto, histórico-cultural, a dança transmite não só comportamentos que evidenciam a invenção e o espírito crítico como também procura o desenvolvimento de aspetos de responsabilidade social e transmissão de património cultural.

Em suma, Batalha (2004) refere que a dança contribui o desenvolvimento da sensibilidade artística, fortalece o imaginativo, estimula e desenvolve a expressão intencional, o sentido crítico, auxilia as relações interpessoais e desenvolve o domínio e a eficácia na concretização do gesto técnico e expressivo.

## **2.2 Importância e contributo da dança para a formação holística**

Tal como referido anteriormente a dança é, não só, uma forma de movimento, mas também uma forma de expressão que pode contribuir diretamente para o bem-estar das crianças bem como um “instrumento” para o ensino de habilidades psicossociais.

“A arte, e especialmente a dança, dependem de um processo extraordinário onde se privilegia o equipamento psicomotor.” (Batalha, 2004, p.21).

A dança está presente no cotidiano e nas vivências da criança e acompanha-a de alguma forma ao longo da vida, sendo por isso um domínio transcendente no que concerne aos seus benefícios. Tal como refere Cruz et al. (1998) sendo a dança um domínio de tal forma complexa a nível rítmico e estético, que exige que seja abordado pedagogicamente, a partir de tenra idade, promovendo o desenvolvimento integral e harmonioso.

A nível emocional a dança pode ser vista como uma forma de linguagem, de transformação do que estamos a sentir para o movimento, “ao dançarmos expressamos sentimentos, emoções e integramos o corpo, a mente e o espírito, numa forma essencial de expressão humana que nos leva à transformação, à criatividade, à expressividade, à comunicação e à construção do eu e do mundo que nos rodeia.” (Marques & Xavier, 2013, p.46).

Tal como Batalha (2004) refere, a dança é uma forma de comunicação e expressão que tem em vista a comunicação e é transmitida, principalmente, através dos movimentos do corpo.

Quanto ao domínio psicossocial, tal como refere Cookson e Stirk (2019), a dança pode constituir um instrumento facilitador nos relacionamentos interpessoais e pessoais, uma vez que permite o desenvolvimento de uma maior autoestima, autoconfiança e maior senso de responsabilidade.

A dança enquanto forma de promoção do bem estar físico e como atividade física, pode ser considerada igualmente benéfica equiparando-se a outras, assim como, a corrida, andar de bicicleta, natação, os seus benefícios vão desde a melhoria do tónus muscular, diminuição do risco de doenças cardiovasculares, diminuição da pressão arterial, tal como outros apresentados por Alpert (2010), a prática da dança traz benefícios a nível da flexibilidade, força muscular, melhora a resistência, o equilíbrio a consciência espacial e a sensação de bem estar aumenta.

Para além dos benefícios a nível da saúde corporal, esta forma de exercício transmite uma sensação de bem estar que incentiva à diminuição do sedentarismo, a

prática desta atividade promove no indivíduo a motivação, autoestima e autodeterminação (Marbá & Silva, 2008).

Tal como verificamos anteriormente a dança pode trazer benefícios pedagógicos fornecendo ferramentas importantes para a aptidão física, mas também, do bem-estar físico, mental, é uma forma de expressão, bem como um bem cultural, que permite também interpretar o ambiente que o rodeia, por isso deve ser transmitido em diferentes contextos.

### **2.3 A Dança na Educação Física e Educação Artística**

“O importante em Dança não é ensinar o conceito de movimento mas levar as crianças a descobri-lo e a saber recriá-lo.” (Batalha, 2004, p. 236).

Tal como verificamos anteriormente a dança pode e deve ser utilizada não apenas para promover conteúdos da Educação Física, mas também como ferramenta para alcançar, a plenitude de conteúdos, assim como nos diz, Batalha (2004), “o ensino da dança deve visar a interação dos aspetos motor, cognitivo, afetivo e social do aluno, sendo o processo de ensino- aprendizagem, tão ou mais importante que produto” (p. 23).

Referindo Marques (2015), a prática da dança no espaço escolar assume um papel importante de construção reflexiva, isto é, passa-se de um praticar apenas pela prática para algo mais consciente e com objetivos mais concretos, abrindo reflexão ao processo de ensino e aprendizagem da dança em contexto educativo.

Dentro das diversas áreas artísticas, a dança apresenta especificidades artísticas que a diferenciam das outras, especificidades estas que podem e devem ser abordadas em contexto escolar (Marques 2015).

Desde 2018, com a homologação, das AE, a dança passou a estar inserida em duas unidades curriculares, a Educação Física e na Educação Artística, sendo importante referir a importância nas duas disciplinas.

A importância da dança nas aulas de Educação Física ou Educação Artística surge principalmente da necessidade da utilização do corpo como forma de expressão, “antes de tudo, a dança é uma arte do corpo, ou seja, necessita dele para que processos criativos e/ou de interpretação sejam realizados. Dessa forma, são as relações que podem ser

estabelecidas entre corpo, dança e sociedade que tanto balizam a delimitação de objetivos quanto a escolha de conteúdos e as orientações didáticas desta área de conhecimento.” (Vieira, 1969, p. 181).

Quando se refere a transdisciplinaridade, não estamos só a falar da relação entre as diferentes disciplinas, mas também num pensamento que eleve o conhecimento além das disciplinas, isto é, que permita ao aluno criar ligação e relações entre o que está a ser ensinado e o que ele já sabe. Sendo assim a dança desenvolve um papel fundamental neste processo uma vez que não se trata apenas de uma forma artística, mas também e principalmente uma forma histórica e cultural capaz de envolver o contexto escolar e promover o convívio multicultural bem como a aprendizagem do “eu” enquanto elemento da sociedade (Vieira, 2012). O mesmo autor refere que “é possível visualizar a dança na Arte e na Educação Física no âmbito escolar como uma experiência estética, que desperte no aluno o senso crítico, a sensibilidade, a construção de opiniões próprias, visando à autonomia, à liberdade e ao potencial criador dos educandos, incorporados aos métodos das mais variadas danças.” (p. 58).

Entre os vários fatores que influenciam o ensino da dança em contexto escolar, segundo Batalha (2004), existem três aos quais devemos dar principal destaque, o ato de dançar, o ato de criar e o ato de observar. Ao observar o quadro que se segue, conseguimos perceber a ligação das três dimensões referidas anteriormente:

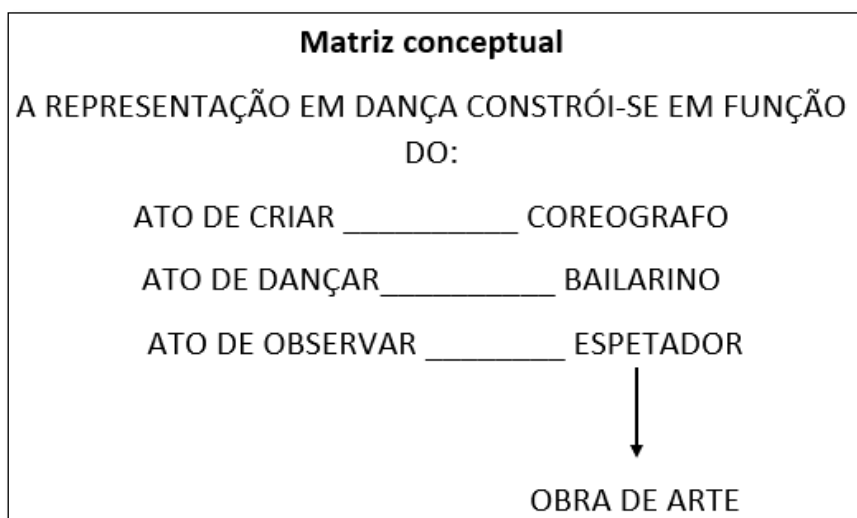


Figura 7. Matriz conceitual das dimensões da dança. (Batalha ,2004, p. 24)

Segundo Batalha (2004) no que respeita ao ato de dançar tendo em conta o aluno este irá empenhar o papel de interprete e terá como principais objetivos: adquirir *habilidades técnicas*; adquirir habilidades espaciais, temporais e dinâmicas; demonstrar equilíbrio, fluidez, coordenação; controlar as transições; dominar e variações rítmicas; adquirir capacidades de sincronização entre a dança e a música e definir com exatidão as linhas do espaço, as formas e o posicionamento.

Tal como refere Carvalho (2015), Lacerda e Gonçalves (2009) tendo em conta a importância da dinamização de atividades ligadas à dança, torna-se relevante que os espaços pedagógicos e os professores, sirvam como intermediários para a criação desta ligação entre a criança e mundo da arte e mais especificamente da dança, para que esta se possa desenvolver de forma plena neste domínio. Não devemos, por isso, limitar a mesma, em contexto pedagógico, à imitação de passos, mas criar possibilidades que permitam aos alunos, experienciar o prazer pela criação, execução, compreensão e apreciação.

Posto isto e passando à análise concreta dos documentos orientadores, durante o processo de escrita do artigo que aqui se apresenta, os documentos que regem este processo de ensino foram alterando-se e modificando bem como a forma como os analisamos.

### **2.3.1 Enquadramento das ARE nas Aprendizagens Essências de Educação Física**

Passando à análise do novo documento orientador, AE de Educação Física do 1.º, CEB, este encontra-se dividido por blocos e subsequente em anos de escolaridade. Podemos encontrar 8 blocos, Bloco 1- Perícias e Manipulações; Bloco 2- Deslocamentos e Equilíbrios; Bloco 3- Ginástica; Bloco 4- Jogos; Bloco 5- Patinagem; Bloco 6- Atividades Rítmicas e Expressivas (Dança); Bloco 7- Percursos na Natureza e Bloco 8- Natação.

Importa referir que vem descrito no documento orientador, que, a partir do Bloco 5, e todos os que se seguem são opcionais para o 3.º e 4.º ano de escolaridade, pelo que verificamos que o Bloco 6, referente às ARE, é por isso, também, um bloco opcional.

Dentro de cada bloco podemos ainda encontrar os objetivos comuns a cada dois anos de escolaridade ou os objetivos específicos de cada ano de escolaridade.

O bloco das ARE (Dança) tem como principal objetivo geral: “Combinar deslocamentos, movimentos não locomotores e equilíbrios adequados à expressão de motivos ou temas combinados com os colegas e professor, de acordo com a estrutura rítmica e melodia de composições musicais.”(Ministério da Educação, 2018, p. 14).

Posto isto, os objetivos definidos para o 3.º e 4.º ano de escolaridade são:

“Em situação de exploração da movimentação em grupo, com ambiente musical adequado e ou de acordo com a marcação rítmica do professor ou dos colegas:

1. Combinar habilidades motoras referidas em 1. e 2., seguindo a evolução do grupo em rodas e linhas (simples ou múltiplas), espirais, ziguezague, estrela, quadrado, etc.

2. Ajustar a sua ação às alterações ou mudanças da formação, associadas à dinâmica proposta pela música, evoluindo em todas as zonas e níveis do espaço.”(Ministério da Educação, 2018, p.14 ).

Por outro lado, para o 4.º ano os objetivos, e já em situação de movimento a pares, são:

- “3. Utilizar movimentos locomotores e não locomotores, pausas e equilíbrios, e também o contacto com o parceiro, «conduzindo» a sua ação, «facilitando» e «esperando» por ele se necessário.

4. Seguir a movimentação do companheiro, realizando as mesmas ações com as mesmas qualidades de movimento.

Em situação de exercitação, com ambiente/marcação musical adequados:

5. Aperfeiçoar a execução de frases de movimento, dadas pelo professor, integrando as habilidades motoras referidas atrás, com fluidez de movimentos e em sintonia com a música.

A partir de combinações pessoais de movimentos locomotores e não locomotores:

6. Criar pequenas sequências de movimentos para expressar a sua sensibilidade a temas sugeridos pelo professor (imagens, sensações, emoções, histórias, canções, etc.), que inspirem diferentes modos e qualidades de movimento., individualmente, a pares ou grupos, e apresentá-las na turma, com ambiente musical escolhido pelos alunos, com o apoio do professor.”(Ministério da Educação, 2018, p. 14 e 15).

Nesse sentido, segundo Gariba e Frazoni (2008), a dança deve ser vista como um processo dinâmico, como uma forma de linguagem, que deve ser transmitida, aprendida e

vivenciada, no sentido em que promove o desenvolvimento de aspetos cognitivos, éticos e estéticos e por sua vez contribui para o desenvolvimento dos aspetos de socialização e expressão. Atividades deste género, de cariz corporal advindas da expressividade, comunicação, alegria e liberdade são fundamentais para a vida do ser humano.

Posto isto, após entendermos onde se encontram as ARE no currículo importa também referir como estas podem ser implementadas em contexto educacional, quais as metodologias a adotar.

Tal como vemos referido no Manual de Educação Física (1998), as ARE, permitem uma mobilização de habilidades ligadas ao movimento rítmico, através da representação no espaço, pelo corpo e com fluidez, harmonia, beleza e criatividade. No mesmo livro podemos encontrar indicações essenciais para o ensino e desenvolvimento de atividades no bloco de ARE:

- Numa primeira fase, garantir o trabalho em grande grupo e em simultâneo de toda a turma, procurando colocar os alunos à vontade e a incentivar a participação;
- Procurar não agrupar os alunos por sexos contrariando a criação ou reforço de preconceitos e estereótipos;
- Tornar as atividades rítmicas expressivas um hábito;
- Mostrar que é possível aplicar este bloco em diferentes contextos e com diferentes materiais, isto é, em diferentes espaços e com aparelhos sonoros ou não;
- Aproveitar as brincadeiras próprias da idade para trabalhar este domínio;
- Aplicar as ações principais com diversas estruturas rítmicas, variando o peso, o nível, a forma e a trajetória;
- Simplificar a abordagem às atividades rítmicas expressivas tendo em conta a caracterização da turma e características individuais de cada aluno, partindo do elemento a elemento, passando a algumas combinações, sempre de forma progressiva e aumentando o nível de complexidade;
- Aproveitar o conhecimento e os gostos dos alunos para incentivar e motivar;
- Corrigir o aluno, dando o maior número de informação detalhada acerca da concretização dos movimentos, posturas, gestos, encadeamentos, entre outros.

É importante dar espaço ao aluno enquanto interveniente ativo no processo de ensino da dança e da arte na escola, sendo necessário inventar espaços nas abordagens didático-pedagógicas, para que os alunos possam usar a imaginação, a criação e a elaboração estética, dando autonomia ao aluno no que concerne ao mesmo enquanto elaborador e pensador na arte em relação ao mundo (Parra, 2021).

### **2.3.2 Enquadramento das ARE nas Aprendizagens Essenciais de Educação Artística**

Referindo ainda as AE, destinadas ao 1.º CEB, mas, analisando apenas as que se referem à Educação Artística, ao subdomínio da dança, segundo o Ministério da Educação, a dança em contexto escolar tem como principal finalidade “proporcionar o desenvolvimento desta área a todos os alunos, independentemente do desenvolvimento motor ou habilidade específica de cada um. Pressupõe uma prática sistemática e contínua, numa perspetiva de complexificação e gradual progressão de etapas, de modo a promover um desenvolvimento consciente e sustentando das capacidades e conhecimentos, individuais e coletivos.”

O foco na singularidade é proporcionado através da educação estética, estimulando o reconhecimento e a recriação, do mundo, ensinando os modos diferentes de ver e compreender o mesmo através da arte. Neste sentido cabe ao sistema educativo, incentivar e proporcionar aos alunos a aptidão do prazer estético (Lacerda & Gonçalves, 2009).

Como nos diz, Carvalho (2015), a dança é uma atividade rítmica que pressupõe movimentos artísticos, sendo que através dela nos podemos expressar artisticamente, através dos gestos, coreografias, transmitindo sentimentos.

Também Batalha (2004) refere que o ensino das artes deve valorizar o perfil artístico de cada aluno, a criação com intenção, a expressão de sentimentos e ideias, colocando de parte a ideia de apenas execução e reprodução.

Segundo Marques (2012) o ensino das artes na educação deve ter como pressupostos a livre expressão e a aprendizagem pela experiência, assim como o documento orientador,

que apresenta três domínios fundamentais ,tendo por base que, “o conhecimento da dança, como forma de arte, só pode ser adquirido através da experimentação, composição, interpretação e visualização de danças (Interpretar/Criar/Apreciar)”, tendo em conta os organizadores comuns às restantes áreas artísticas, os domínios apresentados são os seguintes:

Apropriação e Reflexão: Apreciação estética e artística, através do desenvolvimento dos processos de observação, descrição, análise, síntese e juízo crítico, de uma forma sistemática, organizada e globalizante, através do contacto com diferentes universos coreográficos;

Interpretação e Comunicação: Desenvolvimento das capacidades de expressão, comunicação e criatividade e a apropriação de conhecimentos da linguagem elementar da dança e da sua compreensão no contexto;

Experimentação e Criação: Integração intencional e progressiva de materiais, meios, técnicas e conhecimentos proporcionadores de ocasiões de resolução de problemas na exploração e desenvolvimento de atividades expressivas. (Ministério da Educação, 2011, p.2,3).

No mesmo documento são referidas algumas ações estratégicas de ensino orientadas para o perfil dos alunos e em conjugação com os domínios e por sua vez com os descritores de desempenho.

Apresentado de forma mais detalhada algumas das sugestões, no domínio da apropriação e reflexão sugere-se que os alunos realizem atividades que enriqueçam e promovam hábitos de apreciação e fruição da dança; atividades de reconhecimento dos efeitos benéficos e do valor do desempenho artístico. Promover estratégias diversificadas que desenvolvam a criatividade, pensamento critico e analítico, e a promoção de estratégias que envolvam o aluno no processo de ensino- aprendizagem.

No domínio da interpretação e comunicação, procura-se que sejam promovidas estratégias que implicam a procura de soluções e a consciência progressiva do domínio do corpo enquanto instrumento de expressão e comunicação, bem como tarefas que envolvam a orientação dos alunos para a identificação dos seus pontos fortes e fracos das

suas aprendizagens bem como avaliação de desempenhos em grupo. E por fim a descrição de procedimentos utilizados durante a realização de tarefas.

Atividades e tarefas estas que tem como principal objetivo a mobilização de opiniões e críticas em relação a eles próprios e aos outros.

Na experimentação e criação, é sugerido que sejam criadas oportunidades para os alunos, interagirem com o professor e colegas, participar na organização e assumo de responsabilidades relativamente aos espaços e aos materiais, promovendo a autonomia e responsabilidade da criança.

O professor deve criar, segundo Lacerda e Gonçalves (2009), oportunidades para estimular os educandos para as artes, para a vontade de desenhar, representar, dançar, tocar, escrever, uma vez que estas se tratam de vivências importantes a nível cultural. O mesmo autor refere que o professore deve manter um papel ativo no que concerne à questão artística e não apenas de observados, alimentado a curiosidade dos seus alunos na educação estética.

## **2.4 As Danças Tradicionais Portuguesas e a matriz identitária do Minho**

A DTP, por si só, é um tema abrangente e interessante pelas suas raízes culturais, bem como pelos diferentes aspetos artísticos que o mesmo compreende.

“A dança pode ser estratégica no sentido de gerar experiências estéticas que possibilitem a transformação de valores, costumes e crenças, sendo significativa no processo de transformação do individuo.” (Vieira, 1969, p.179).

Tal como a dança em geral, o surgimento da dança tradicional portuguesa, não nos grupos folclóricos, mas sim no povo, surgiu como forma de expressão de sentimentos, suavizando ou alegrando os trabalhos do campo da sua dureza (Abreu, 2016).

Segundo Torres (2016), a dança tradicional portuguesa pode ser associada a um fenómeno social e cultural que têm como principal função servir como forma de expressão de sentimentos, transmissão de tradições e a compreensão da cultura de um povo.

As pessoas não dançavam enquanto trabalhavam, mas sim entoavam algumas cantigas e no final dos trabalhos juntavam-se em eiras ou nos adros da igreja para dançarem. “E

este entrosamento de poesia, música e dança superlativara-se nas romarias, feiras e festas da aldeia, como também nos ajuntamentos nos adros no fim da missa dominical; e nos serões e nos trabalhos coletivos de ajuda mútua (sachas, mondas, ceifas, malhadas, esfolhadas, espadeladas, etc.)” (Abreu, 2016, p. 14).

Assim como todas as formas artísticas, a DTP, foi sofrendo alterações aos longos dos anos, segundo Cunha (2019) passando a ser movida por princípios diferentes, uma vez que esta é uma informação popular que foi sendo transmitida, principalmente de forma oral, justifica que este não seja estática sofrendo alterações ao longo do tempo.

Em meados do século XX, as atividades de lazer não eram ainda acessíveis para todos, havendo acentuadas diferenciações económicas, que faziam com que nem todos tivessem acesso às mesmas regalias obrigando a população a criar o seu próprio entretenimento, tal como refere (Abreu, 2016), “numa sociedade estratificada, pode acontecer que só um ou alguns desses estratos tenham hipóteses de gozar desse recreio, mesmo que organizado pelos seus próprios componentes. E assim as classes excluídas desse recreio instituído passaram a criar formas próprias de se recrearem.” (p.33).

Pois, como nos refere o parágrafo anterior, foi para colmatar esta exclusão que surgiram os grupos de danças populares portuguesas, nomeadamente folclóricos. Foi também na mesma época que se iniciaram alguns grupos folclóricos em Viana do Castelo. “Desde os anos 20 do séc. passado, Viana do Castelo, começou a ouvir falar de grupos folclóricos organizados para representações (e quem representa, representa alguma coisa) e vocacionados para integrar espetáculos (existe espetáculo quando há espectadores).” (Associação de Grupos Folclóricos do Alto Minho et al., 2008, p.11).

Com o avançar dos anos os grupos folclóricos passaram a ser cada vez mais uma forma de entretenimento e não uma criação de algo, a dança tradicional portuguesa deixou de ser utilizada como forma de aliviar a carga de trabalho, mas sim como uma representação disso mesmo, passando, portanto, a ser, o que é ainda hoje, uma recriação das tradições (Abreu, 2016).

Na região do Minho, principalmente em Viana do Castelo onde as raízes culturais dos antepassados ainda estão muito patentes, é precisamente nesta região que encontramos

o maior número de grupos folclóricos derivado da diversidade de freguesias em que este se divide.

Referindo-se precisamente a esta diversidade e beleza cultural, “Viana do Castelo é o polo de uma região cuja beleza só encontra paralelo na sua riqueza etnográfica – na vivacidade das danças, no pitoresco dos cantares, na exuberância dos trajes- sendo consensualmente considerada a Capital do Folclore Português.” (Associação de Grupos Folclóricos do Alto Minho et al., 2008, p.110).

Mello (1971), admirador da cultura popular e poeta vianense, refere a dificuldade em falar acerca deste tema devido à sua variedade, “... ao referir-nos ao distrito de Viana do Castelos, tão rico em capítulos do tamanho deste não bastariam para que citássemos, devidamente, as danças, as lendas, as canções, os trajes e a literatura patente nos quadros populares, cuja recolha completa está por fazer ainda.” (Mello, 1971, p. 41).

O mesmo autor refere-se ao folclore no Alto Minho como atraente em vários aspetos inclusive pela atitude dos bailadores como o próprio refere, “as suas linhas pertencem à própria paisagem, da qual não chega a separar-se. O corpo do bailador mal se desprende do chão. O movimento da dança do Alto Minho está principalmente, na atitude.” (Mello, 1971, p. 24).

## **2.5 A Dança Tradicional Portuguesa em contexto escolar**

“A divulgação das danças tradicionais portuguesas, com uma dimensão cultural inegável, deve ser também uma preocupação dos professores de Dança.” (Batalha, 2004, p.214)

A coreografia tradicional é baseada e construída sobre materiais da cultura tradicional e tal como as outras composições coreográficas, tem em vista a obtenção de um produto performativo para ser observado, interpretado e apreciado (Batalha, 2004).

No que concerne à coreografia tradicional em contexto educativo esta deve ser pensada em função dos objetivos tanto do professor como dos alunos bem como deve ser tido em conta o contexto em que se aplica, se é lúdico recreativo, educativo, artístico e/ou terapêutico e não menos importante também deve estar em atenção o facto de durante o processo ocorrerem diferentes tempos de aprendizagem (Monteiro & Moura, 2007).

Sendo por isso um exercício performativo, criado com o intuito de ser observável como produto final, é consequência de um processo com princípios orientadores, ao qual podemos atribuir o nome de sequência coreográfica e que segundo (Monteiro & Moura, 2007) , tem os seguintes princípios orientadores: sequência das ideias, seguindo uma lógica progressiva; contraste, de intensidades, durações e dinâmicas; repetição, isto é, existência de um padrão que pode ser por exemplo a repetição de gestos; transição, sequência de acontecimentos com evolução e ligação entre as partes; variação entre as diferentes partes constituintes; desenvolvimento da narrativa; clímax está relacionado com o expoente máximo da evolução da coreografia e resolução que está intrinsecamente ligada com o produto final e com a imagem observável pelo público.

Segundo (Batalha, 2004), tendo em conta que as diferentes atividades expressivas podem encontra-se em diferentes contextos, sendo a dança também uma forma de expressão podemos encontrar a mesma no contexto criativo- inovador, comunicativo-expressivo, estético-artístico, técnico-formal e histórico-cultural. O contexto que mais nos importa realçar neste ponto é o contexto histórico-cultural, que diz respeito ao conhecimento cultural que cada individuo apresenta, uma vez que estamos a falar do domínio da dança popular portuguesa, devemos ter em conta o que nos foi transmitido a nível histórico na dança.

Para tal é necessário permitir às crianças um espaço em que possam aprofundar o seu conhecimento geral e identitário, dando a conhecer a cultura em que estão inseridos ou a cultura do ambiente que os rodeia. Realçamos ainda a importância da compreensão e apreciação das influências dos contextos histórico-culturais e os efeitos que o mesmo tem nas atividades rítmicas expressivas.

“A dança faz parte da nossa cultura. Por outro lado, a Dança é um meio para o desenvolvimento dessa mesma cultura, estimula também o processo de interpretação e comunicação com os outros e a comunidade em geral e no processo de ensino-aprendizagem fomenta atitudes socialmente úteis.” (Batalha, 2004, p. 42).

## **2.6 Especificidades técnicas fundamentais para o ensino das danças tradicionais portuguesas**

Neste subcapítulo consideramos importante focar em algumas especificidades que a dança e o ensino da dança nos apresentam, particularmente a dança tradicional portuguesa. Torna-se importante conhecer estes aspetos para que o professor esteja consciente, informado e tranquilo neste processo de ensino- aprendizagem.

Uma das especificidades que mais será necessária ter em atenção no processo de ensino da dança é o ritmo. Existem variadíssimas definições de ritmo sendo por isso difícil encontrar um conceito simples e abrangente.

Segundo Batalha (2004) o ritmo pode ser definido como “agrupamento de valores idênticos onde se estabelecem relações.” (p. 47). Podemos ainda definir o ritmo como um conjunto de movimentos coordenados, ou uma repetição de intervalos musicais regulares, fortes ou fracos, longos ou breves presentes na composição musical. Mas não passa de uma sequência de movimentos coordenados e repetidos que acompanha a composição musical (Batalha, 2004).

Verifica-se a existência de um comportamento rítmico quando está ligado ao movimento de dança, sendo este um suporte da qualidade motora e estética e como elemento base para a tarefa motora de dança (Batalha, 2004).

O facto das DTP se caracterizam pela existência de um padrão rítmico bem como uma panóplia diversificada de movimentos, torna-se uma mais valia como recurso pedagógico para a construção de um vocabulário motor, importante nas crianças (Lopes, 2021).

Segundo Batalha (2004), a distinção das estruturas rítmicas é importante no sentido em que permite visualizar as componentes motoras, identificar o significado da obra, apontar a intencionalidade da mensagem, avaliar a eficácia do gesto técnico e a eficácia do gesto expressivo.

Na DTP, segundo Monteiro e Moura (2007), no que concerne à estrutura rítmica, esta está dividida em duas partes principais, a duração e a acentuação.

Quanto à duração existem quatro tipos, as normais que acontecem nos momentos de marcha e cada tempo corresponde a uma apoio; as curtas que integram modificações

de tempo rápidas e curtas e em que cada tempo se subdivide em dois meios tempos ou mais, estas acontecem principalmente em mudanças de apoio de pés, mas em alguns casos também acontece quando há palmas ou mímica; durações longas que nos indicam modificações lentas e longas e a cada apoio correspondem dois tempos ou mais; e por fim durações com pausas ou silenciosas, estas assumem ausência de movimentos entre os tempos (Monteiro & Moura, 2007).

Já a acentuação esta relacionada com a ordem da estrutura da dança engloba três tipos, as normais, que apresentam sempre a mesma intensidade, utilizada principalmente na marcha ou passeio; acentuações fortes, em que a intensidade é maior que a de marcha e ainda acentuações fracas em que comparativamente com a marcha são de intensidade inferior (Monteiro & Moura, 2007).

Importa também referir os movimentos e gestos técnicos utilizados nas danças tradicionais, estes referem-se essencialmente às combinações entre os movimentos dos membros inferiores como o andar, correr, saltar e saltitar com a posição ou o movimento dos membros superiores (Monteiro & Moura, 2007).

Pretende-se posteriormente que os alunos ao longo das aulas sejam capazes de juntar estas especificidades técnicas de movimentos com o ritmo, o espaço, a música, bem como com outras especificidades se for o caso e tendo em conta a zona em que se encontram (Conceição, 2023).

Neste parâmetro, não é possível referir todas as combinações existentes, uma vez que estas podem variar nas diferentes zonas do país, ou até nas diferentes freguesias de um mesmo concelho, faremos por isso uma referência às combinações mais utilizadas ou os essenciais para uma abordagem prática da dança tradicional portuguesa em contexto escolar.

A caracterização dos movimentos técnicos foi adaptada do quadro 3 e 4 de Monteiro e Moura (2007):

- Corrido- deslocamento dos apoios de forma regular e normalmente leve e rápido realizado em meia ponta.
- Passeio- deslocamento dos apoios de forma regular alternada, sucessiva e cadenciada.

- Vira- tendo em conta a variação do passo rítmico este pode ser arrastado, cruzado, marcado ou uma combinação entre as anteriores, quanto à variante espacial pode ser de avanço, lateral, recuar, rodar entre outras.
- Afasta cruza- Um apoio afasta lateralmente e o outro apoio cruza atrás.
- Chula saltitado- Um apoio saltita no lugar, o outro apoio saltita à frente e troca um apoio saltita no lugar e o saltita atrás, o que saltita no lugar normalmente é mais acentuado.

Segundo Batalha (2004) existem habilidades e componentes críticas que devem ser realçadas, uma vez que se enquadra no tipo de habilidades que pretendemos dar a conhecer durante este estudo:

Quadro 2.

Habilidades da dança e respetivas componentes críticas e erros a evitar. Adaptada de Batalha (2004, pág.220)

| SKILL    | COMPONENTES CRÍTICAS                                                                                                                                                                      | ERROS A EVITAR                                   |
|----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|
| Passeio  | - Apoios regulares e sucessivos com alternância dos pés;<br>- Braços em oposição aos Membros Inferiores (MI);<br>- Apoios cadenciados.                                                    | - Andar sem oposição dos braços;<br>- Má postura |
| Corrido  | Apoios regulares e sucessivos;<br>Com alternância dos pés e tempo de suspensão;<br>Passos leves e rápidos executados em meia ponta.                                                       | - Apoio total dos pés                            |
| Saltitar | Salto com impulsão e receção no mesmo pé seguido de outro passo;<br>Início do salto no tempo fraco e o passo no tempo forte;<br>O salto/passo repete-se de uma forma regular e sucessiva. | -Não respeitar a acentuação fraca e forte        |
| Galope   | Passos laterais com início em tempo fraco;<br>O passo começa com a troca;                                                                                                                 | - Acentuar o primeiro tempo                      |

|              |                                                                                                                                                                                                |                                    |
|--------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|
|              | Passo seguido do passo.                                                                                                                                                                        |                                    |
| Malhão       | Salto de um apoio para o mesmo apoio;<br>Seguem-se três passos rápidos;<br>Salto rasteiro junto do solo;                                                                                       | - Saltar demasiado                 |
| Vira         | Passo em ritmo ternário;<br>Salto longo e forte de um apoio para outro nível superior seguem-se dois passos a nível inferior;<br>Rápidos, leves e sucessivos e com igual amplitude dos passos. | - Acentuar os dois últimos tempos  |
| Tacão e Bico | Início com apoio do tacão e o passo de bico é com a mesma perna e cruza sobre o outro apoio<br>Passos curtos e rápidos                                                                         | Grande afastamento entre os passos |

Por fim importa também referir que, tratando-se de DTP, mas especificamente da zona do Minho, que é o local de contexto em que se insere este estudo, esta irá desenvolver-se em dois posicionamentos principais, em quadra ou em roda.

A formação em quadra facilita os deslocamentos e é mais simples ao nível da organização para além de permitir ao professor um bom visionamento, por outro lado a roda facilita os deslocamentos circulares, existe maior interação, mas dificulta a observação do professor.

## 2.7 Papel do professor no ensino das DTP

Durante o processo de criação coreográfica tradicional, o professor desempenha um papel importante enquanto orientador do roteiro coreográfico, bem como potenciador de um clima motivacional, é ele que irá promover o interesse pela coreografia desenvolvida bem como é também o principal exemplo para os diferentes passos que compõem a coreografia, exemplificando os movimentos a realizar, facilitando o processo de aprendizagem (Monteiro & Moura, 2007).

Batalha (2004) refere existirem diferentes estilos de ensino em dança:

- Comando em que o ensino se centra na emissão do estímulo por parte do professor e aluno responde imediatamente;
- Demonstração, intrinsecamente ligada à pedagogia do saber-fazer, o professor demonstra para que o aluno possa repetir;
- Brainstorming, que envolve o livre debate;
- Verbalização que se baseia no diálogo constante entre aluno e professor;
- Apreciação crítica em que o aluno assume o papel principal sendo ele a criticar o seu próprio trabalho na procura da correção;
- Descoberta guiada em que o professor guia o aluno na descoberta; trabalho centrado na tarefa, um aluno tem um tempo determinado para a realização de uma tarefa; situação problema; atelier de criatividade individual e de grupo e laboratório coreográfico ou trabalho de projeto.

Tal como referido anteriormente, no ensino das DTP, o professor deve desempenhar um papel de modelo, isto é, instrução com recurso a demonstração, este tipo de estratégia surge com a necessidade de aprender habilidades com o padrão motor o mais aproximado possível do original. Este processo irá desencadear diferentes processos neurológicos na criança, uma vez que ela necessita absorver o que está a ver, a ouvir e ainda tentar imitar, logo o professor deverá repetir os mesmos passos sempre que necessário (Monteiro & Moura, 2007).

Para além da demonstração visual é importante que o professor transmita também instruções verbais, dizendo a estrutura rítmica do acompanhamento musical através de contagens, do cadenciar ou cantarolar. Estudo como o de Wuyts e Buekers (1995) investigaram esta questão, verificando efeitos positivos, sugerindo que os modelos auditivos e visuais se tornam mais eficazes para alcançar a sincronização de execução (*timing*), no que respeita ao tempo rítmico, verifica-se que os resultados da aquisição mostram que o fornecimento de informações em simultâneo com a aprendizagem tem melhorias significativas no imediato do desempenho, segundo (Wuyts & Buekers, 1995, p.112).

Posto isto, e de forma a tornar o processo mais eficaz, dando destaque a algumas das estratégias sugeridas por Monteiro e Moura (2007), o professor deverá permitir a

observação repetida de um modelo, utilizar um modelo menos hábil para permitir a observação e comparação de movimentos simples, utilizar como modelo mais hábil para competências mais complexas, permitir curtos períodos de prática após a demonstração de cada passo, transmitir um modelo auditivo de estrutura rítmica.

Sendo assim e tendo como referência o quadro 2, podemos considerar que o professor será por isso um mediador no sentido em que ele maioritariamente irá gerir o processo de ensino-aprendizagem e ao qual podemos definir como coreógrafo.

Segundo Batalha (2004) o professor enquanto coreógrafo tem como algumas das principais funções: compreender e interpretar as ideias e temas; transformar esses temas em movimentos ou ações motoras e tomar decisões; explorar ações, qualidades rítmicas, espaço; tomar decisões sobre o número de intérpretes, posições em que estes se devem colocar; estilizar os conteúdos necessários e compreender a música e o acompanhamento.

Em suma podemos dizer que o papel do professor será o de incentivar o aluno na criação, tomar as decisões adequadas durante o processo de ensino-aprendizagem, fomentar o interesse pelos domínios específicos que a dança envolve e desenvolver capacidades motoras intrinsecamente associadas ao domínio da dança.

Alguém capaz de mobilizar conceitos, organizando-os e transformando-os de forma a transmiti-los, eficaz a motivar os seus alunos, criador de um bom ambiente, capaz de manter o ritmo da aula, facilitador no processo de comunicação, capaz de desenvolver o sentido de performance e criatividade nos alunos e capaz de fazer uma análise crítica de todo o processo de ensino-aprendizagem.

Segundo Batalha (2004) existem quatro ações essenciais que o professor deve implementar para que o ensino da dança seja eficaz:

- Ação consciente com objetivos bem definidos tendo em conta as capacidades motoras que se pretende trabalhar;
- Ação organizada, isto é existir um planeamento que antecipe ações educativas e condições de realização;
- Ação participada onde deve existir uma interação entre o aluno e o professor promovendo a que o aluno seja um sujeito ativo no processo ensino-aprendizagem;

- Ação coerente, deve existir uma coerência entre a planificação e os objetivos a alcançar e entre a orientação e processo e o de dinamizador das atividades.

Segundo o mesmo autor para o ensino das artes, existem alguns fatores essenciais que este deve possuir, como, qualidades humanas, ter um conhecimento amplo e ser um bom educador.

Os estilos que consideramos que mais se adequam ao trabalho aqui desenvolvido, serão a demonstração e verbalização, com ação participada, uma vez que são estes que apresentam mais vantagens no que concerne ao ensino das danças tradicionais portuguesas.

Como forma de terminar este capítulo importa realçar que o processo de ensino aprendizagem eficaz no que concerne ao domínio das atividades rítmicas expressivas permite aos alunos alcançar o desenvolvimento de capacidades motoras, capacidades criativas, destrezas rítmicas, as relações de proximidade interpessoal, os estados afetivos, corresponder às necessidades de comunicação e fomentar nos alunos a educação estética e apresentar a dança como parte do património histórico cultural.

## **2.8 Estudos empíricos**

Neste subcapítulo pretendemos apresentar alguns estudos relevantes, realizados em Portugal tendo em conta o assunto em investigação. Os estudos apresentados em seguida foram selecionados em fontes científicas de acesso aberto em Portugal.

Tal como referido ao longo deste trabalho, não existem muitos estudos realizados no âmbito da dança tradicional portuguesa, mais especificamente no que concerne à opinião do professor titular. Como tal, tentamos aproximar o mais possível a nossa pesquisa ao contexto, utilizando palavras-chave, como: dança, dança tradicional portuguesa e folclore.

O primeiro estudo aqui apresentado tem como título “A Dança como ferramenta para novas aprendizagens no 1.º CEB”, foi realizado por Belinda Monteiro (2018), este estudo foi realizado com o objetivo principal de “compreender os benefícios que possam ser alcançados através da dança, em áreas como: a Matemática, Língua Portuguesa, História, Geografia, etc., assim como esta contribuiu para o desenvolvimento da criança a nível

cognitivo, físico e emocional”. A amostra do estudo era composta por 26 alunos a frequentar uma turma de 1.º ano do 1.º CEB. Como objetivos de intervenção Monteiro (2018), definiu “Dinamizar a dança enquanto potenciador de aprendizagens”, como objetivos de investigação a autora refere “Avaliar o efeito de um programa de dança no desempenho expressivo da criança do 1º ano do ensino básico” e “Analisar se existem diferenças entre géneros no que diz respeito ao desempenho expressivo”. Nos resultados, Monteiro (2018), constatou, diferenças significativas na área da expressão facial, revelando melhores resultados no momento final do que no inicial, no que concerne ao fator de género não se apresentam diferenças significativas em nenhum dos parâmetros avaliados.

O estudo que se segue foi realizado no âmbito do mestrado em Educação Pré-escolar e Ensino do 1.º CEB, tem como título “Educar através do Folclore promovendo a identidade e consciência histórico-cultural dos alunos: estudo no 1.º ano do 1.º CEB”, por Mariana Jaco Torres (2016). Este estudo surgiu como parte de um projeto educativo existente numa instituição escolar. Este estudo incidiu num grupo de 17 alunos do 1.º ano de escolaridade, sendo que, segundo Torres (2016), foram definidas as seguintes questões de investigação, quais as ideias e conceções dos alunos relativamente ao folclore, os contributos do projeto no grupo de alunos e por fim se realmente o folclore pode contribuir para a formação da identidade cultural dos alunos. Optaram pela metodologia qualitativa, paradigma interpretativo na perspetiva construtivista e optando por apoiar o projeto de intervenção na técnica de aula-oficina.

Como forma de recolha de dados Torres (2016), aponta as observações, registos audiovisuais, documentos feitos pelos alunos, entrevistas e questionários.

Por fim no que concerne aos resultados a autora refere que o folclore demonstra ser uma boa ferramenta de formação da identidade cultural, bem como uma forma de trabalhar a consciência histórica e social, assim como a consciência patrimonial e social.

Tal como refere o autor, esta investigação, verifica que o nível de formação cultural dos alunos é superior quando estes são confrontados com o tema, possibilitando que o folclore desenvolva diferentes aptidões a nível de consciência histórica e social nos alunos, visto o seu enorme contributo patrimonial.

Verificando-se pelo autor, ao longo do percurso, a envolvimento dos alunos com o tema, e aferindo-se também um consequente e gradual, surgimento de efeitos a nível das percepções e valorização do património cultural, não só do folclórico, mas também de todas as dimensões que o tema envolve. (Torres, 2016).

Por último, apresentamos um artigo científico apresentado na revista portuguesa de educação artística e escrito por Margarida Moura e Maria João Alves com o título “Danças tradicionais na Universidade: Diálogos Culturais com Tradição e Inovação”.

Este artigo teve como principal objetivo pensar a pertinência do ensino- aprendizagem das danças tradicionais na educação formal principalmente ao nível do ensino superior bem como dar destaque às boas praticas desenvolvidas na formação inicial em dança tradicional dos estudantes.

Ao longo deste artigo podemos aferir os seguintes subtemas: “Danças tradicionais portuguesas e internacionais na formação inicial”; “Tradição e inovação”; “Danças tradicionais como campo de conhecimento e como subárea da dança no ensino” e “Boas praticas na aprendizagem das danças tradicionais portuguesas e internacionais em contexto universitário” onde se reflete acerca das práticas e do ensino desta modalidade em contexto universitário (Moura & Alves, 2018).

Como conclusões Moura e Alves (2018), diz que as universidades de atualmente devem estar preparadas para o avanço da sociedade cada vez mais global com amplo acesso à informação, contribuindo de forma significativa para que os alunos desenvolvam capacidades, habilidades e competências bem como atitudes relativas ao seu desenvolvimento em contexto cultural.

Recomendando vivamente que, no que concerne às danças tradicionais, continuar a promover-se as práticas de dança tradicional tendo em conta a diversidade cultural exponenciando a comunicação, bem como a educação inclusiva, interdisciplina, utilizando a dança tradicional portuguesa não só como motivo, mas também como um processo ou o resultado para estas aprendizagens (Moura & Alves, 2018).

O mesmo autor dá ênfase ainda à importância que os programas de danças tradicionais portuguesas têm na promoção da educação para o pensamento crítico, que permite aos

alunos observar, participar e valorizar o mundo em que vivem, onde a diversidade cultural impera (Moura & Alves, 2018).

## **Metodologia**

Na próxima secção iremos apresentar as opções metodológicas adotadas no estudo realizado, devidamente fundamentadas. Esta encontra-se subdividida em cinco partes: as opções metodológicas; descrição da amostra, instrumentos e procedimentos de recolha de dados; a apresentação e discussão dos resultados e por fim as conclusões.

### **3.1 Opções metodológicas**

Segundo Fernandes (2018), a pesquisa científica consiste numa pesquisa em que existe um procedimento reflexivo e sistemático, controlado e crítico, que permite descobrir ou avaliar relações em qualquer área de conhecimento. O conhecimento vindo da pesquisa científica é factual uma vez que a veracidade destes é experimentada e analisada criteriosamente.

Tendo em conta que se instalou uma situação pandémica mundial, os estágios foram suspensos, e por isso tornou-se impossível realizar as atividades com este grupo de participantes. De forma a colmatar esta problemática, definimos como objetivo principal “Conhecer a opinião de docentes de 1.ºCEB relativa às Atividades Rítmicas Expressivas e dança tradicional portuguesa”.

Tendo em conta que a metodologia da investigação deve ir de encontro às perguntas ou problemas aos quais pretendemos dar explicação, foi desenvolvido um estudo que se inclui no paradigma positivista utilizando uma metodologia de cariz quantitativo com uma dimensão descritiva (Bogdan & Biklen, 1994).

Tal como refere Zanella (2013), o método quantitativo tem como finalidade a medição de relações entre as variáveis e neste caso parte-se de hipóteses pré-definidas. Na abordagem quantitativa tem como principal objetivo os números ou a transformação de informações em números. Também Fernandes (2018), considera a pesquisa quantitativa como um método caracterizado pelo uso da quantificação, tanto na recolha dos dados

como no tratamento dos mesmos, e onde são utilizadas técnicas estatísticas. Neste, normalmente os dados são recolhidos através de questionários, como é o caso do estudo que aqui apresentamos.

Segundo Zanella (2013) o questionário é uma das formas de recolha de dados mais utilizada em investigação, uma vez que permite ao investigador recolher dados de forma eficaz de forma rápida, permite obter um maior alcance geográfico e permite ainda aferir um maior número de pessoas.

Também Fernandes (2023) e Bruchêz et al. (2018) referem que os questionários, são uma forma de pesquisa bastante utilizada nas investigações quantitativas e que permitem uma recolha e análise de dados quantitativos, objetivos, facilitando o processo de análise na relação entre variáveis, sendo por isso também bastante utilizados em estudos descritivos onde se procura descobrir e classificar a relação entre variáveis, descobrindo-se as características de um fenómeno.

### **3.2 Caracterização da amostra**

Participaram 267 docentes de 1.ºCEB, 235 (88%) do sexo feminino e 32 (12%) do sexo masculino, com idades compreendidas entre os 27 e 67 anos, ( $50,6 \pm 8,1$ ) de vários agrupamentos de escolas de Portugal. Os docentes têm entre 2 anos e 36 anos de tempo de serviço. Ao nível das habilitações académicas, 219 (82%) tem licenciatura, 38 (14,2%) docentes possuem mestrado e 10 (3,7%) bacharelato.

No que respeita ao local onde lecionam no momento da resposta ao questionário, verificamos que a frequência maior se situa no distrito de Lisboa verificando-se 77 docentes (28,8%) e logo de seguida o Porto revela a maior taxa com 40 docentes (15,0%).

Ainda no que concerne à formação dos docentes, na questão relativa ao local de formação, as respostas são muito variadas, entre universidades e institutos politécnicos de todo o país, sendo que a grande maioria se centra em Institutos Politécnicos da zona centro.

### 3.3 Instrumentos

De forma a conseguir compreender qual a opinião de docentes de 1.º CEB relativa às ARE foi elaborado um questionário para o efeito. Este questionário foi dividido em três partes distintas:

Parte A- Dados pessoais, nesta parte do questionário pretendíamos aferir alguns dados pessoais relevantes para o estudo em causa nomeadamente: sexo, idade, habilitações académicas, local de formação, tempo de serviço, distrito e local onde leciona atualmente.

Parte B- Atividades Rítmicas e Expressivas (Dança), onde as questões pretendiam aferir a relevância atribuída pelos docentes às ARE bem como sua abordagem ao longo da sua prática profissional.

Parte C- Danças tradicionais portuguesas, onde as questões tinham o propósito de aferir o envolvimento dos professores, bem como o interesse demonstrado pelos alunos por esta área.

### 3.4 Procedimentos

Para aplicação do questionário este foi inserido em formato digital através do google *forms*. O questionário foi enviado por email para vários agrupamentos de escolas com pedido de divulgação junto de docentes de 1.º CEB.

Para a recolha e análise dos dados foi utilizado o programa *excel* e o programa estatístico *Statistical Package for Social Science (SPSS) versão 28*.

Relativamente à análise estatística foram utilizadas frequências e percentagens. Foi aplicado o teste Qui-quadrado de Pearson para aferir associações entre as diferentes variáveis. Foi adotado o nível de significância de 0,05.

Posteriormente, após as primeiras análises do questionário surgiu a necessidade de realizar uma proposta de ensino de danças tradicionais portuguesas, nomeadamente de folclore para ser aplicada em crianças do 3º e 4º ano de escolaridade. Esta proposta foi realizada com base na revisão da literatura e na experiência pessoal no âmbito das danças tradicionais portuguesas.

Esta proposta será simples e de fácil aplicação para que qualquer professor seja capaz de abordar as danças tradicionais portuguesas no 1.º CEB.

### **3.5 Apresentação e discussão de resultados**

Neste subcapítulo podemos encontrar a apresentação e discussão dos resultados obtidos através dos questionários preenchidos pelos 267 docentes.

De forma a tornar esta análise mais simples, podemos encontrar os objetivos desta investigação seguidos da análise das questões que vão de encontro ao objetivo e posteriormente a discussão dos resultados.

Posto isto, de modo a dar resposta ao primeiro objetivo “Identificar a importância atribuída ao bloco “Atividades Rítmicas Expressivas” por parte de docentes de 1.º CEB bem como com que frequência o abordam” optamos pela análise das questões:

“2 - Tem algum contato com a dança fora do contexto profissional?”; “2.1- Se respondeu sim, qual?”;

“3 - No âmbito da Educação Física, considera importante o bloco Atividades Rítmicas Expressivas (dança)?”;

“4 – Aborda o bloco Atividades Rítmicas Expressivas nas turmas em que é professor titular?”;

“5 – Quando abordou o bloco das Atividades Rítmicas Expressivas pela primeira vez, como se sentiu?”;

“6- Considera que a sua formação inicial lhe proporcionou ferramentas para o ensino das Atividades Rítmicas Expressivas (dança)?”;

“6.1 - Se respondeu não, consideraria abordar este bloco com maior frequência caso tivesse acesso a mais formação na área?”;

Iniciando pela ordem pelas quais aparecem as perguntas no questionário, na questão “1- Aprecia algum tipo de dança verificamos que 91% dos docentes dizem apreciar algum tipo de dança e apenas 9% dizem não apreciar nenhum tipo de dança.

Pareceu-nos importante aferir junto dos docentes se a dança é algo que lhes interessa uma vez que isso poderia condicionar as respostas seguintes bem como a sua interação

profissional com este bloco. Carvalho (2015) afirma que uma das principais razões que levam à desvalorização desta prática em específico se prende com os estereótipos e falta de formação, por parte dos docentes no que concerne à dança.

Na questão 2 “Tem algum contato com a dança fora do contexto profissional?”, a maioria dos docentes 77,5% respondeu que sim, que tem contacto com a dança fora de contexto profissional, por sua vez, apenas 22,5% responderam negativamente.

Esta questão foi colocada porque se tornou importante averiguar se o contacto com a dança em contexto não formal, poderia ou não estar relacionado com a abordagem das ARE por parte dos mesmos em contexto escolar. Carvalho (2015) refere que um dos maiores problemas do ensino da dança em contexto escolar é a falta de conhecimento e a falta de prática da dança, fazendo com que os docentes a abordem o mínimo possível. Por sua vez, Martins (2021) enfatiza também este pressuposto ao afirmar que seja qual for o processo de ensino-aprendizagem este depende dos interesses dos participantes sejam dos docentes, dos alunos ou da comunidade escolar, sendo que existe um intercâmbio entre o docente e o aluno, em que um aprende com o outro.

Contudo, as respostas a esta questão evidenciam que a maioria dos docentes tem ou já teve contacto com a dança.

Correia et al. (2018) afirmam que um dos grandes motivos que leva à dificuldade dos docentes a lecionar a dança nas aulas de Educação Física se prende com a falta de afinidade com a matéria, o preconceito, a formação insuficiente, resumindo a falta de conhecimento e preparação.

Na questão número 2.1 como forma de complementar a questão 2 “Tem algum contato com a dança fora do contexto profissional?” foi pedido que respondam à seguinte questão “Se sim, qual ou quais?”, sendo uma resposta de cariz aberto, verificamos uma grande amplitude de respostas sendo que existe uma tendência para três grupos principais, a dança tradicional portuguesa, a dança em contexto informal e recreativa, como o zumba, e as danças de salão .Encontram-se ainda respostas como: “Danças do Mundo”, “Coreografias com os alunos nas festas”, “Danças Latinas” entre outras.

No que concerne à pergunta “3- No âmbito da Educação Física, considera importante o bloco Atividades Rítmicas Expressivas (dança)?”, verificamos que a maioria (97,4%) respondeu afirmativamente e apenas 2,6% responderam que não.

Ao analisarmos esta questão podemos observar que a maioria dos docentes consente a importância das ARE no âmbito da Educação Física, indo ao encontro do estudo realizado por Machado (2016), em que todos os professores inquiridos também concordavam com a implementação das ARE no currículo de Educação Física, apontando vantagens como a criatividade, como contributo para a socialização, enriquecimento do conhecimento social dos alunos, como uma potencialização de vivências, bem como a desinibição por parte dos alunos.

Marques (2012) diz que apesar de se confirmar a importância da dança no desenvolvimento, quando verificada a realidade educativa, estas atividades têm vindo a ser alvo de desvalorização, sendo vistas como atividades que servem apenas como momentos de descontração, brincadeira ou até como acrescento a atividades festivas.

Denota-se que apesar da importância comprovada tanto em estudos da área da motricidade e da área das artes bem como pela opinião de professores, a dança está ainda no processo de valorização, uma vez que nem sempre encontra o seu espaço em comparação com as outras áreas curriculares, devido principalmente a problemas como a formação inicial de professores, a falta de diversificação de conteúdos entre outras. (Sousa et al.,2014).

Tal como referido por Oliveira e Oliveira (2025) a Dança tem vindo a ser considerada como um meio de expressão e comunicação universal, apresentando vantagens notáveis no que concerne ao crescimento do indivíduo, não só no desenvolvimento físico como também na construção de conhecimentos e valores que transcendem a sala de aula.

Esta importância da abordagem da dança na Educação Física também é aferida pelos docentes que responderam aos questionários.

Na questão “4- Aborda o bloco Atividades Rítmicas Expressivas nas turmas em que é professor titular?”, 4,1% responderam que nunca abordam, 78,7% assinalaram algumas vezes, e 17,2% referiram muitas vezes, verificando-se uma maioria centrada na resposta algumas vezes.

Tal como nos refere Monteiro (2012), apesar do ensino da dança estar integrado nos programas nacionais, esta aparenta ainda não ser uma matéria muito abordada pelos professores e inclusive pouco tratada em investigações relacionadas com a Educação Física em contexto escolar. Machado (2016) refere que a existência desta lacuna se deve à formação de professores insuficiente, à pouca vivência/experiência prévia na área da dança.

No que respeita à questão “5- Quando abordou o bloco das Atividades Rítmicas Expressivas pela primeira vez, como se sentiu?”, verificamos que 35% respondeu que não se sentia nada preparado, 59,2% referiu sentir-se preparado e apenas 5,8% diz ter-se sentido muito preparado. E relativamente à questão “6- Considera que a sua formação inicial lhe proporcionou ferramentas para o ensino das Atividades Rítmicas Expressivas (dança)?”, a maioria dos docentes 64,2% respondeu negativamente e apenas 35,8% afirmou que a formação inicial foi suficiente.

Na pergunta seguinte “6.1- Se respondeu não, consideraria abordar este bloco com maior frequência caso tivesse acesso a mais formação na área?”, 10,3% respondeu que não, mas a grande maioria 89,7%, respondeu que sim, que abordaria as ARE com mais frequência caso tivesse mais formação na área.

Estes resultados vão de encontro a algumas das opiniões docentes revelados no estudo de Alegre (2015), onde foi aferido que existia ainda uma grande parte de professores que não inseriam nas suas planificações a dança, principalmente por motivos de falta de formação e noutros casos, colocando essa área exclusivamente da responsabilidade da disciplina de Educação Física e Educação Artística. Confirma-se também que a falta de formação leva a que os professores não a incluam tão regularmente nas suas práticas profissionais uma vez que não se sentem confortáveis com a mesma.

Tal como refere Mendes (2017) para que a dança seja um fator de desenvolvimento global, ampliando as capacidades de interação social e afetiva, bem como as capacidades motoras e cognitivas, deve ser abordada em contexto escolar com adequação e consciência pedagógica. Estes resultados criam assim uma grande preocupação pois, se os professores devem abordar a dança de forma consciente e adequada de forma a proporcionar

aprendizagens positivas e não têm formação para tal então, de alguma forma retiramos aos alunos a oportunidade de desenvolverem competências que só a dança promove.

Uma das principais razões para a não implementação da dança em contexto escolar, prende-se essencialmente com a falta de formação (Monteiro, 2012) assim, e por esta razão, de alguma forma confirmada pelos resultados, surgiu a necessidade de acrescentar, ao presente estudo, o objetivo de realizar uma proposta de ensino de DTP, nomeadamente de folclore para ser aplicada em Educação Física, no âmbito das ARE em crianças do 3º e 4º ano de escolaridade e que seja útil aos docentes ainda que insuficiente para uma abordagem mais confiante.

Relativamente à questão “7- Denota, nas turmas pelas quais já passou, interesse nas Atividades Rítmicas e Expressivas?”, verificou-se 96,6% docentes a responder afirmativamente e 3,4 % negativamente.

Com esta questão pretendíamos verificar se os docentes denotavam que pelas turmas que passaram verificavam interesse pelas ARE aferimos que a maioria denota o interesse por parte dos alunos nesta unidade o que nos comprova a importância de realçar junto dos docentes o valor pedagógico que a dança pode ter no processo de ensino-aprendizagem.

Tal como refere Fernandes (2023), a dança pode ser um recurso importante ao nível motivacional uma vez que os alunos têm a necessidade de se expressarem, bem como a curiosidade por algo novo, posto isto, e visto que na prática pedagógica devemos ter em consideração os interesses do aluno, torna-se ainda mais relevante a implementação das ARE.

O estudo levado a cabo por Machado (2016) vincula a importância que a dança tem para os alunos ao concluir que os mesmos dizem que ao praticar estas atividades se sentem alegres, que lhes permite expressarem-se, libertar as suas emoções, e ainda que a dança lhes proporciona um trabalho diferente a nível corporal, sentindo-se mais relaxados e com uma maior autoestima. Também Correia et al. (2018) refere que alunos reconhecem a importância da dança na aquisição de competências cognitivas, técnicas e socioafetivas.

Tendo em conta a pergunta anterior, decidimos colocar uma pergunta que nos demonstrasse alguns dos motivos que levavam ao desinteresse dos alunos pelo bloco. Entre as respostas obtidas a maioria descai sobre a timidez ou inibição dos alunos como

nos seguintes exemplos: “Falta de motivação e interesse”; “Os rapazes, principalmente, sentem-se mais inibidos na dança.”; “Timidez” ou até a falta de interesse por parte dos alunos. Sendo a timidez e motivação uma das razões mais apontadas pelos docentes e sendo que o principal interveniente neste processo é o docente, cabe a este fornecer ferramentas aos alunos para colmatar estes entraves, fornecendo atividade que promovam a motivação do aluno e a sua desinibição, usufruindo de todas as possibilidades de desenvolvimento psicopedagógico que a dança pode proporcionar. Desta forma destacamos a importância de uma formação contínua por parte de todos os docentes que têm a dança nos seus conteúdos curriculares para que esta seja mais dinamizada e com melhor qualidade em contexto escolar (Alegre, 2015).

Focando agora no segundo objetivo “Identificar qual a perceção de docentes do 1.ºCEB sobre o ensino das danças tradicionais portuguesas na formação dos alunos” foram analisadas as seguintes questões:

“1- Relativamente às danças e músicas tradicionais portuguesas, já participou ou participa em atividades ligadas às mesmas?”;

“2- Em algum momento da sua carreira colaborou num grupo de danças tradicionais portuguesas?”; “2.1- Se sim, considera que essa colaboração enriqueceu a sua formação nas Atividades Rítmicas Expressivas?”;

“3- Já realizou atividades relacionadas com as danças tradicionais portuguesas junto dos alunos, ou já colaborou em algum projeto envolvendo os alunos e as danças tradicionais portuguesas?”

3.1- “Se sim, considerou as atividades/ projetos importantes para os alunos?”.

Na questão “1- Relativamente às danças tradicionais portuguesas, já participou ou participa em atividades ligadas às mesmas?”, a maioria dos docentes (73,4%) confirma não participar ou ter participado e apenas 26,6% respondeu que sim, já teria participado em algum momento.

Com esta pergunta pretendeu-se, verificar se, de alguma maneira, os docentes terem algum contacto com a DTP iria ou não influenciar a abordagem deste tipo de dança em contexto escolar.

No que concerne à questão 1.1, similar à questão da parte anterior, mas agora relativamente à DTP: “Se respondeu sim qual / quais?” podemos verificar que as respostas são bastante variadas, sendo que, algumas são ações espontâneas e de pouca duração enquanto outras são atividades de maior duração. Sendo assim, um grande grupo de respostas diz ter colaborado ou ainda colaborar num grupo folclórico. Por sua vez, nas outras respostas verificamos que já participaram ou participam em atividades desenvolvidas pelos próprios docentes ou pela escola onde lecionaram ou lecionam como podemos verificar na seguinte resposta: “Na escola com os alunos, na disciplina de dança” ou “Projetos escolares”. Por fim, encontramos também algumas respostas também direcionadas para a formação pessoal e profissional, como workshops e ações de formação.

No que concerne à questão “2- Em algum momento da sua carreira colaborou num grupo de danças tradicionais portuguesas?” verificamos que 78,3% respondeu que não e somente 21,7% respondeu que sim. Ainda nesta sequência foi questionado: “2.1- Se sim, considera que essa colaboração enriqueceu a sua formação nas Atividades Rítmicas Expressivas?” a grande maioria respondeu que sim 92,3% e apenas 7,7% responderam que não.

Tal como refere Machado (2016) não é absolutamente necessário que o docente seja um bailarino especializado, mas que haja um equilíbrio entre conhecimentos teórico-práticos de dança e conhecimentos teóricos de conhecimento geral adaptados ao ensino da dança neste contexto o facto de os docentes participarem em atividades deste género pode em parte fornecer alguns dos conhecimentos acima mencionados.

Monteiro (2012) realça que um dos motivos que leva ao receio por parte dos docentes de lecionar dança se prende essencialmente por não dominarem nenhum passo de dança ou até revelarem sentido de ritmo ou coordenação, motivo este que se prende com o facto de o contacto com a dança ser diminuto, realçando assim a importância que poderia ter o contacto que os docentes têm com esta modalidade. Também Oliveira e Oliveira (2025), ser importante que um professor, que leccione dança, possua capacitação específica e contínua, para que a sua implementação em contexto de aula, seja mais eficiente.

Na questão 3 “Já realizou atividades relacionadas com as danças tradicionais portuguesas junto dos alunos, ou já colaborou em algum projeto envolvendo os alunos e

as danças tradicionais portuguesas?”, constatamos um grande número de resposta afirmativas em que 64,4% e 35,6% respetivamente responderam não ter colaborado em atividades ou projetos envolvendo os alunos e as DTP.

Tal como na questão anterior, o facto de alguns docentes terem participado em grupos de dança tradicional parece não ter relação direta com a sua abordagem a nível profissional, no entanto verifica-se que os que já colaboraram realçam vantagens para a prática pedagógica.

Ainda na sequência da pergunta “Se respondeu sim, considerou as atividades / projeto importantes para os alunos?” a maioria (98,8%) respondeu que sim e apenas 1,2% respondeu que não. Mais uma vez, se compreende que, apesar de nem sempre as ARE e as DTP serem abordadas em contexto escolar, a maioria dos docentes reconhece a sua importância e contributo para o desenvolvimento harmonioso dos alunos.

Comprova-se que envolvimento dos alunos na prática de dança, exercitando o corpo de forma criativa e dinâmica, é vantajoso em diversos aspetos, uma vez que, proporciona um fortalecimento da musculatura, aprimora a flexibilidades, melhora a postura e a capacidade física, além de estimular a consciência corporal bem como um bem-estar psíquico, acabando por combinar, prazer diversão e liberdade de expressão proporcionando uma aprendizagem positiva (Oliveira & Oliveira, 2025).

A questão 4 “Tendo em conta a sua experiência, enquanto docente, considera pertinente o ensino das danças tradicionais portuguesas na formação do aluno? Justifique”, sendo uma questão aberta, as respostas foram variadas, em que os que responderam que não, também não apresentaram justificação. A maioria concorda, dizendo que sim, considera pertinente.

Dos que responderam afirmativamente podemos dividir em dois grupos principais. Um grupo que apresenta como justificação, os motivos culturais bem como a transmissão dos mesmos aos alunos, a riqueza cultural e a sua importância.

Tal como verificamos nesta resposta a maioria dos docentes, identifica os diferentes benefícios pedagógicos, didáticos, culturais e de formação socio-emocional que este tipo de dança pode ter nos alunos e na sua formação durante os vários anos de escolaridade.

Por fim, relativamente ao objetivo anunciado anteriormente na tentativa de compreender se a abordagem ou não das ARE em contexto escolar se associa com a formação inicial dos docentes, verificou-se uma associação estatisticamente significativa entre as variáveis ( $p < 0,05$ ) (tabela 3). Assim, destaca-se que dos docentes que referem que não abordam ARE nas suas turmas apenas um, considera que a sua formação foi suficiente.

No entanto, averiguamos que a grande maioria dos docentes (61,3%), apesar de dizerem que a sua formação inicial não foi suficiente, aborda o bloco das ARE nas turmas em que é professor titular. Dos docentes que não abordam as ARE nas suas aulas, 90,9% refere que a sua formação inicial não proporcionou ferramentas suficientes, assim, em ambos os casos, torna-se importante realçar que para uma grande parte dos docentes a sua formação inicial não proporcionou as ferramentas necessárias à lecionação das ARE nas suas turmas.

Tabela 2

Associação entre as questões: "Aborda o Bloco das Atividades Rítmicas e Expressivas nas turmas em que é professor titular?" e "Considera que a sua formação inicial lhe proporcionou ferramentas para o ensino das ARE?"

|                                                                                       |     |      | Considera que a sua formação inicial<br>lhe proporcionou ferramentas para<br>o ensino das ARE? |           | Total     |
|---------------------------------------------------------------------------------------|-----|------|------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-----------|
|                                                                                       |     |      | Não                                                                                            | Sim       |           |
| Aborda o bloco Atividades Rítmicas Expressivas nas turmas em que é professor titular? | Não | n(%) | 10 (90,9)                                                                                      | 1 (9,1)   | 11 (100)  |
|                                                                                       | Sim | n(%) | 157 (63,1)                                                                                     | 92 (36,9) | 249 (100) |
| Total                                                                                 |     |      | 167 (64,2)                                                                                     | 93 (35,8) | 260 (100) |

\* $p < 0,05$

\* Teste Qui-quadrado

Tentamos também analisar a associação entre as questões "Aprecia algum tipo de dança?"; "No âmbito da Educação Física considera importante o bloco das Atividades Rítmicas e Expressivas (dança)?" e "Aborda o bloco das Atividades Rítmicas e Expressivas nas turmas em que é professor?" verificando-se uma associação estatisticamente significativa ( $p < 0,05$ ) (tabela 4). Constatou-se que 6,8% dos docentes que referem abordar

ARE nas suas turmas não aprecia nenhum tipo de dança, no entanto considera importante o bloco das ARE. Por outro lado, dos docentes que abordam ARE nas suas turmas, 93,2% apreciam algum tipo de dança, consideram importante o bloco das ARE no âmbito da Educação Física. Estes resultados demonstram que há uma associação entre o gosto pessoal pela dança, a valorização das ARE e sua efetiva aplicação em aula. Observa-se que os docentes que abordam ARE nas suas turmas são, maioritariamente, aqueles que valorizam o bloco e que apreciam algum tipo de dança. Embora não se possa afirmar uma relação de causa e efeito entre estas variáveis, os resultados sugerem que as experiências pessoais e percepções de valor sobre as ARE podem estar relacionadas às suas opções didáticas. Dessa forma, destaca-se a importância de promover, durante a formação inicial e continua, experiências significativas com ARE, como estratégia para ampliar sua presença no currículo da Educação Física escolar.

Tabela 3

Associação entre as questões “Aborda o bloco das Atividades Rítmicas e Expressivas nas turmas em que é professor titular?”; “Aprecia algum tipo de dança?” e “No âmbito da Educação Física, considera importante o bloco das ARE?”.

| Aborda o bloco Atividades Rítmicas e Expressivas nas turmas em que é professor titular? |                              |           | No âmbito da Educação Física, considera importante o bloco ARE? |            | Total      |
|-----------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|-----------|-----------------------------------------------------------------|------------|------------|
|                                                                                         |                              |           | Não                                                             | Sim        |            |
| Não                                                                                     | Aprecia algum tipo de dança? | Não n (%) | 0 (0)                                                           | 4 (40)     | 4 (36,4)   |
|                                                                                         |                              | Sim n (%) | 1 (100)                                                         | 6 (60,0)   | 7 (63,6)   |
|                                                                                         | Total                        |           | 1 (100)                                                         | 10 (100)   | 11 (100)   |
| Sim                                                                                     | Aprecia algum tipo de dança? | Não n (%) | 3 (50,0)                                                        | 17 (6,8)   | 20 (7,8)   |
|                                                                                         |                              | Sim n (%) | 3 (50,0)                                                        | 232 (93,2) | 235 (92,2) |
|                                                                                         | Total                        |           | 6 (100)                                                         | 249 (100)  | 255 (100)  |

\*\*p<0,01

\*Teste Qui-Quadrado

## 4. Descrição e Análise da Proposta pedagógica

### 4.1 Descrição das propostas pedagógicas

Neste ponto iremos encontrar um conjunto de propostas metodológicas para o domínio das atividades rítmicas e expressivas, mais concretamente o subdomínio da dança tradicional portuguesa. Este conjunto de propostas foi pensado para os terceiros e quartos anos do 1.º CEB, num sentido ascendente de complexidade. O professor poderá fazer uma análise do conhecimento dos seus alunos acerca desta temática e escolher qual das atividades mais se adequa ao nível em que estes se encontram, não havendo uma obrigatoriedade de seguimento ou ordem das propostas.

Estas propostas foram criadas segundo a análise dos documentos curriculares que serviram de base para o estudo.

Importa também referir que o reportório musical referido nas propostas, pertence ao Grupo Folclórico das Lavradeiras da Meadela, assim como as danças completas, o Regadinho e o Vira de Oito, no entanto, a descrição das mesmas foi elaborada para este efeito. As outras propostas foram totalmente elaboradas por mim tendo em conta os objetivos presentes no bloco de ARE.

#### Proposta 1: Entrar no ritmo

Quadro 3.

Atividade "Entrar no ritmo"

|                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|--------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Nome da atividade</b>       | <b>Entrar no ritmo</b>                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>Tempo de duração mínimo</b> | 20 minutos                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>Músicas a utilizar</b>      | Vira das palmas disponível in:<br><a href="https://www.youtube.com/watch?v=F3YnHzNHQZg">https://www.youtube.com/watch?v=F3YnHzNHQZg</a><br>Aí morena disponível in:<br><a href="https://youtu.be/-StXmicOWdQ?si=IRSFQjSRUGPuHwno">https://youtu.be/-StXmicOWdQ?si=IRSFQjSRUGPuHwno</a> |
| <b>Recursos</b>                | Material de amplificação sonora                                                                                                                                                                                                                                                        |

|                              |                                                                                                                                                         |
|------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Objetivos específicos</b> | Deslocar-se em toda a área nas diferentes formas de locomoção, no ritmo-sequência dos apoios correspondente à marcação dos diferentes compassos simples |
| <b>Objetivos gerais</b>      | Reconhecer a existência de ritmo                                                                                                                        |

### Descrição da proposta

Para a primeira parte da atividade os alunos devem espalhar-se pela sala. Em seguida o professor coloca a música “Vira das palmas”, os alunos devem começar por se movimentarem pelo espaço ao ritmo da música, para auxiliar nesta tarefa o professor deve também movimentar-se e realçar com um pé e outro o ritmo dizendo (1-2; 1-2) reforçando o andamento em que a música se encontra.

Em seguida aumentado os níveis de dificuldade devem realizar movimentos com os membros superiores sem pararem de movimentar os membros inferiores seguindo o ritmo que a música pede, mais uma vez o professor deve exemplificar reforçando sempre verbalmente o mesmo andamento (1-2;1-2), sendo que 1 se refere ao tempo em que o pé direito pousa no chão e o 2 o tempo em que pé esquerdo apoia no chão.

Por fim os alunos colocam-se em roda e o professor coloca o “Aí morena”, neste exercício o professor irá intercalar as ordens entre andar, saltar a pés juntos, saltos de tesoura, saltar num pé só, sempre mantando o mesmo andamento referido no exercício anterior, alternado entre o apoio do pé esquerdo e pé direito e apoios dos dois pés e tendo em conta que (1-2) corresponde sempre aos tempos de apoio no chão.

### Proposta 2: Vamos dançar o Regadinho

Quadro 4.

Atividade " Vamos dançar o regadinho"

|                                |                                 |
|--------------------------------|---------------------------------|
| <b>Nome da atividade</b>       | <b>Vamos dançar o regadinho</b> |
| <b>Tempo de duração mínimo</b> | 30 minutos                      |
| <b>Músicas a utilizar</b>      | Regadinho                       |

|                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Recursos</b>              | Material de amplificação sonora                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>Objetivos específicos</b> | Em situação de exploração individual do movimento, com ambiente musical adequado, a partir de movimentos dados pelo professor seguindo timbres diversificados e a marcação rítmica;<br>Ajustar a sua ação às alterações ou mudanças da formação, associadas à dinâmica proposta pela música, evoluindo em todas as zonas e níveis do espaço. |
| <b>Objetivos gerais</b>      | Realiza movimentos simples com marcação rítmica e alteração da posição dos membros                                                                                                                                                                                                                                                           |

#### Descrição da proposta

Para iniciar esta atividade o professor deverá colocar os alunos dois a dois (figura 27), (os pares devem ser formados por um menino e uma menina idealmente), e formar um círculo, os alunos que ficam na parte de fora do círculo (meninas) devem colocar a mão esquerda na cinta, os alunos que ficam na parte de dentro do círculo (meninos) devem, por sua vez, colocar o braço direito entrelaçado no braço do seu par.

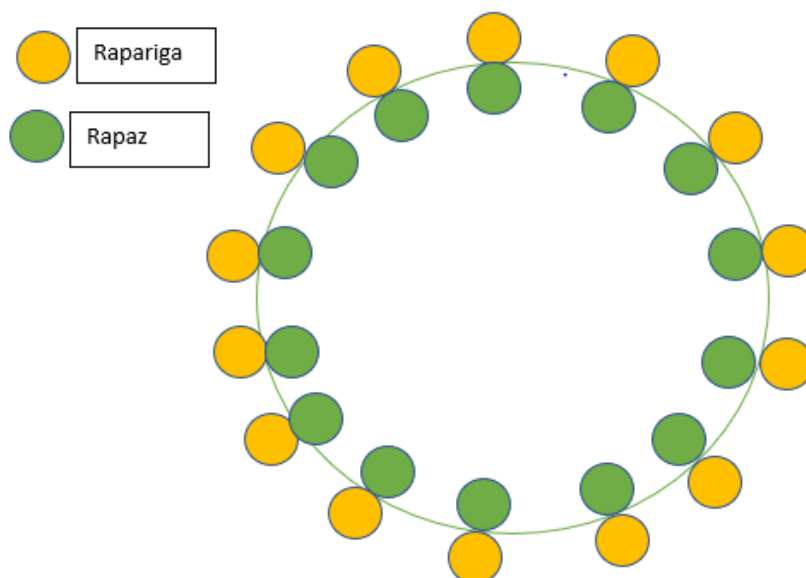


Figura 8. Formação inicial do regadinho

Em seguida a dança começa e todos os pares devem andar para a frente ao ritmo da dança (1-2). Um dos pares ou o professor irá comandar a dança, isto é, será o par que comanda, em certa parte da dança quando a música troca a frase musical o professor diz (troca) e a roda deve alterar o seu sentido, este movimento pode acontecer pelo menos duas vezes.

Em seguida, à indicação “troca”, os pares devem formar dois círculos, os que estão na parte de dentro da roda formam o círculo interior e os que estão na parte de fora formam o círculo exterior (figura 9), ambos os círculos andam para o lado de mãos dadas, aquando de uma nova indicação a roda de dentro deve entrelaçar com a roda de fora sendo que as raparigas ficam do lado direito do rapaz e por fim a nova indicação voltam à roda inicial.

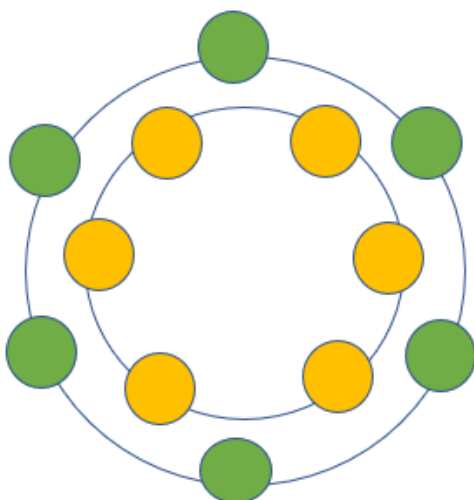


Figura 9. Formação dos dois círculos

Na marcação que se segue a roda desfaz-se e formam-se duas filas em que os pares deverão andar de mãos dadas, o primeiro par deverá formar um arco com os braços de forma que os outros pares por baixo dos seus braços (figura 10) e assim sucessivamente até que todos tenham passado por baixo e todos tenham passado pelo menos duas vezes.

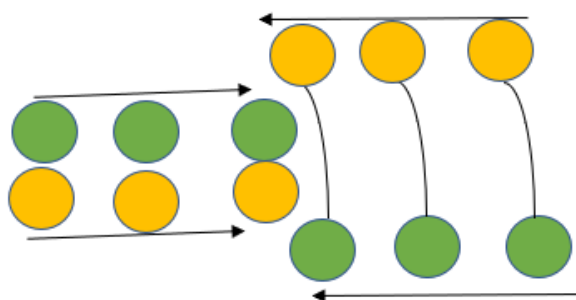


Figura 10. Formação de duas filas

Forma-se novamente a roda inicial (figura 8) até que haja uma indicação perto do final para que se formem duas filas, as raparigas à frente e os rapazes atrás e virados para a frente batem palmas ao ritmo da música até esta terminar.

### **Proposta 3: O rei manda aprender o vira**

Quadro 5.

Atividade "O rei manda aprender o vira"

|                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|---------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b><i>Nome da atividade</i></b>       | <b>O rei manda aprender o vira</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b><i>Tempo de duração mínimo</i></b> | 20 minutos                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b><i>Músicas a utilizar</i></b>      | Vira de oito                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <b><i>Recursos</i></b>                | Material de amplificação sonora                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <b><i>Objetivos específicos</i></b>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Deslocar-se em toda a área nas diferentes formas de locomoção, no ritmo-sequência dos apoios correspondente à marcação dos diferentes compassos simples;</li> <li>- Combinar habilidades motoras seguindo a evolução do grupo em rodas e linhas (simples ou múltiplas), espirais, ziguezague, estrela, quadrado, etc.</li> <li>- Ajustar a sua ação às alterações ou mudanças da formação, associadas à dinâmica proposta pela música, evoluindo em todas as zonas e níveis do espaço.</li> </ul> |
| <b><i>Objetivos gerais</i></b>        | Reproduz os passos tendo em conta o compasso ternário                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |

### **Descrição da proposta**

Esta dinâmica tem na sua génese o jogo popular do “Rei manda”, no entanto engloba a dança tradicional, quem irá liderar este exercício será o professor, ou então caso haja, poderá nomear um aluno que já tenha conhecimentos na dança tradicional portuguesa.

Os alunos devem colocar-se em filas e o líder deve ficar de costas para estes na parte da frente, isto é, na primeira fila será a pessoa que comanda e depois ficam as filas dos alunos, de forma a poderem todos observar as posições corporais do líder.

Numa fase inicial o professor deverá começar por executar apenas o passo de vira alternado nas diferentes direções, direita, esquerda, frente e trás e até rodar sem parar o passo de vira.

Já numa fase posterior quando os alunos já dominarem o passo de vira o professor poderá alterar a marcação, executando por exemplo o serrar intercalado com o passo de vira.

#### **Proposta 4: Circuito do vira**

Quadro 6

Atividade "Circuito do vira"

|                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|--------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Nome da atividade</b>       | <b>Circuito do vira</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>Tempo de duração mínimo</b> | 20 min                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>Músicas a utilizar</b>      | Vira de Viana                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>Recursos</b>                | Material de amplificação sonora, cones, arcos e cordas.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>Objetivos específicos</b>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Em situação de exercitação, com ambiente/marcação musical adequados: 5. Aperfeiçoar a execução de frases de movimento, dadas pelo professor, integrando as habilidades motoras referidas atrás, com fluidez de movimentos e em sintonia com a música;</li> <li>- Combinar habilidades motoras seguindo a evolução do grupo em rodas e linhas (simples ou múltiplas), espirais, ziguezague, estrela, quadrado, etc.</li> </ul> |
| <b>Objetivos gerais</b>        | Realiza o passo de vira com exatidão e ritmo.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |

#### **Descrição da proposta**

Para esta atividade o professor deverá planejar e montar um circuito que formem diferentes circuitos.

O professor deverá começar por colocar os cones em ziguezague, duas cordas formando uma estrada, quatro arcos seguidos, uma escada e um colchão ou tapete ou até outro objeto que demarque o final do percurso (figura 11).

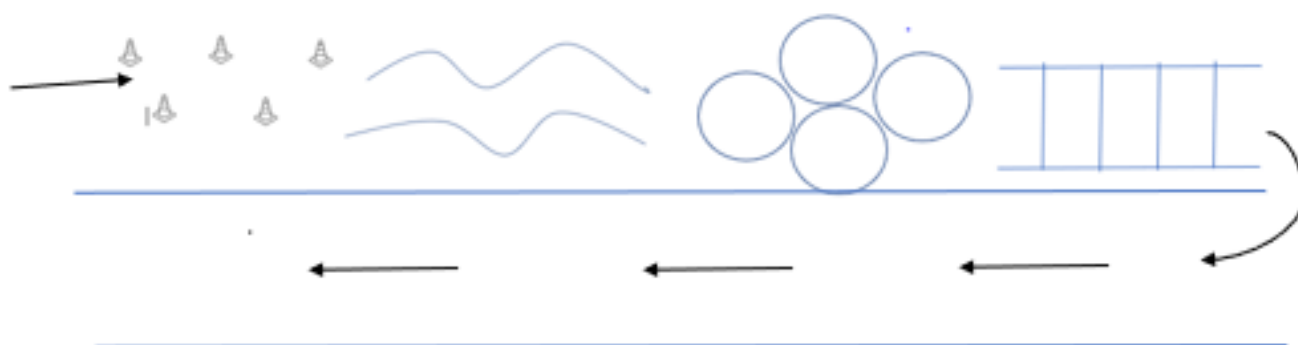


Figura 11. Demonstração do circuito

Os alunos deverão percorrer os espaços criados pelo percurso sempre realizando o passo de vira e seguindo o ritmo pedido pelo acompanhamento musical, quando termina o percurso, regressa ao início pelo lado direito, mas de costas continuando a executar o passo de vira.

O professor deverá ter em atenção para que no regresso os alunos não batam contra algum objeto, colocando o espaço livre de obstáculos.

#### **Proposta 5: Para o senhor da serra aprender o passo de vira tens de saber**

Quadro 7.

Atividade “Para o senhor da serra aprender o passo de vira tens de saber”

|                                       |                                                                                                                                                               |
|---------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b><i>Nome da atividade</i></b>       | <b>Para o senhor da serra aprender o passo de vira tens de saber</b>                                                                                          |
| <b><i>Tempo de duração mínimo</i></b> | Duas aulas de 50 minutos                                                                                                                                      |
| <b><i>Músicas a utilizar</i></b>      | Senhor da serra disponível em:<br><a href="https://www.youtube.com/watch?v=9pEHE91uJLs&amp;t=440s">https://www.youtube.com/watch?v=9pEHE91uJLs&amp;t=440s</a> |

|                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Recursos</b>              | Material de amplificação sonora                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>Objetivos específicos</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Em situação de exploração do movimento a pares, com ambiente musical adequado: Utilizar movimentos locomotores e não locomotores, pausas e equilíbrios, e também o contacto com o parceiro, «conduzindo» a sua ação, «facilitando» e «esperando» por ele se necessário.</li> <li>- Seguir a movimentação do companheiro, realizando as mesmas ações com as mesmas qualidades de movimento.</li> </ul> |
| <b>Objetivos gerais</b>      | Reprodução de uma coreografia em quadra.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |

### Descrição da proposta

Esta proposta deverá ser desenvolvida apenas quando os alunos já conseguirem executar o passo de vira com alguma facilidade, e aconselhamos também a que se visualize o seguinte vídeo de demonstração da dança em questão (<https://www.youtube.com/watch?v=9pEHE91uJLs&t=440s>) até ao minuto 7 e 22 segundos. Esta visualização facilitará a memorização das marcações e a perceção dos lados e das transições.

A organização da dança que aqui apresentamos é em quadra no entanto, os passos ou marcações são realizados individualmente ou a par. Tal como referido na dança do regadinho, para facilitar a organização e a dinamização os pares devem ser constituídos por um rapaz e uma rapariga que se colocarão frente a frente (figura12).

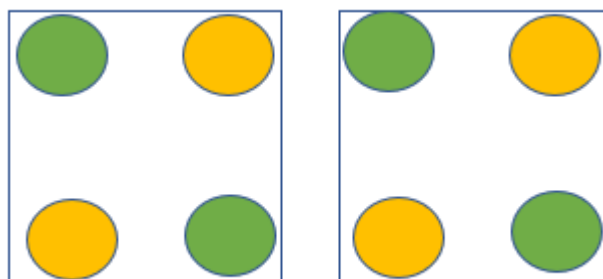


Figura 12. Organização do senhor da serra

O professor deverá começar por definir um lado que será a cabeça e o outro que será os pés, as danças iniciam-se sempre para o lado da cabeça, bem como algumas voltas são dadas para o lado da cabeça. Esta definição irá ajudar o professor a dar as ordens e os alunos a orientarem-se no espaço.

Esta dança inicia-se na segunda frase musical, com o passo de serrar começando para o lado da cabeça, de seguida na segunda marcação as duas filas devem virar para o lado da cabeça por dentro da quadra ao mesmo tempo este deve repetir-se duas vezes.

A marcação que se segue começa quando a frase musical troca de (eu cantar não sei, eu bailar não vou) para (ó lai, ó larai) e consiste em girar três vezes no sentido da cabeça e pelo lado de dentro da quadra e depois voltar a girar para o lado dos pés. Devemos ter em atenção que ao mesmo tempo que giramos, devemos executar um passo de avanço e dois mais pequenos.

Quando a frase musical se altera passamos para a terceira marcação que consiste em virar para o lado de fora da quadra pelo lado, ou seja dar meia-volta e virar para o par novamente com meia-volta e pelo mesmo lado. Isto é vira para fora, vira para o par seis vezes, terminado virado para fora e passamos à próxima marcação.

Na sequência da marcação anterior paramos virados para fora e começamos a cruzar os pés sendo que o primeiro apoio é feito do lado de fora e depois é que cruzará com o outro e repetimos este cruzar três vezes, em seguida, damos meia-volta para virar para o par e repetimos o mesmo gesto de cruzar os membros inferiores.

Repetimos este conjunto de gestos três vezes e terminamos virados para o par, em seguida iremos trocar de lugares, isto é, o rapaz terá de cruzar com a rapariga e passar para o seu lugar. Para isto o rapaz deverá ir pela cabeça e a rapariga pelos pés.

Terminando a frase musical trocamos para uma marcação semelhante à anterior, mas desta vez a rapariga e o rapaz deverão girar de forma a encontrarem-se na volta, isto é, cada um está virado para fora da quadra e irá girar pelo lado direito ficando de frente para o par e dando mais uma volta para chegar ao lado oposto, este repete-se quatro vezes de forma a terminar no sítio inicial e virados para fora da quadra.

## **Conclusões**

Nesta parte do relatório passamos à apresentação das conclusões obtidas no estudo em causa, respondendo e realçando as questões de investigação formuladas inicialmente, em seguida apresentaremos as limitações do estudo e recomendações para estudos futuros do mesmo tema.

Tal como referido anteriormente, o principal objetivo deste estudo era comprovar que a importância das ARE e das DTP no desenvolvimento dos alunos. Também pretendíamos aferir junto dos docentes, se estes implementavam atividades de dança junto dos alunos e as razões pelas quais os docentes não procuram implementar esta área nas suas aulas.

Ao implementarmos os questionários verificamos que a maioria dos docentes identificam aspetos positivos na implementação de atividades de dança, o que comprova que realmente existe o reconhecimento da mais-valia desta área.

Dos aspetos mais referidos pelos inquiridos, tal como observado na revisão bibliográfica, podemos aferir vantagens ao nível motor, social e psicológico no desenvolvimento dos alunos.

Além das vantagens referidas anteriormente, quando nos referimos, às DTP, podemos ainda apurar vantagens ao nível do conhecimento histórico e popular, como uma mais-valia no desenvolvimento do psicossocial dos alunos e como forma de enquadramento na sociedade em que vivem.

No entanto, apesar de se verificarem vantagens na implementação de ARE, tal como o esperado, a maioria dos docentes também refere não implementar este tipo de atividades devido à falta de conhecimento e preparação.

Sendo assim aferimos a importância de fornecer estudos, e mais importante ainda, ferramentas capazes de auxiliar qualquer professor de 1.º CEB, na implementação e enquadramento de atividades rítmicas e expressivas, mais especificamente, atividades de dança tradicional portuguesa, nas suas aulas.

Importa ainda realçar que durante este estudo verificamos que a maioria dos professores demonstra interesse quer a nível pessoal quer profissional, na dança, também uma maioria diz que a sua formação inicial não é suficiente no fornecimento de ferramentas essenciais para o ensino das ARE.

No que concerne aos professores que participaram em projetos ou atividades ligadas às danças tradicionais portuguesas, a grande maioria considera também que esse projeto foi enriquecedor para os seus alunos, realçando assim mais uma vez a importância da implementação deste tema nas escolas.

### **Limitações e recomendações para futuras investigações**

No desenvolvimento do estudo é possível encontrar várias limitações, foi a falta de implementação da proposta pedagógica, não sendo possível observar em contexto os resultados da implementação da proposta pedagógica.

No que concerne às indicações para o futuro, seria a implementação da proposta, observação e análise do comportamento dos alunos com as dinâmicas implementadas, bem como aferir junto dos alunos o conhecimento deste tema. Também poderíamos verificar se os docentes realmente achavam a proposta apresentada ajuda ou não no processo de ensino-aprendizagem no que concerne às danças tradicionais portuguesas.

### **Capítulo III- REFLEXÃO GLOBAL DA PES**

Relativamente ao exercício concreto da PES I e da PES II, devemos começar por referir que este é de extrema importância pois proporciona-nos experiências em contexto. Oferece-nos a oportunidade de observar de perto o funcionamento das instituições de ensino e de trabalhar com a comunidade educativa. Tal oportunidade fornece-nos ferramentas para o nosso futuro enquanto indivíduos e enquanto profissionais tanto como educadoras de infância na área da educação Pré-Escolar como professoras no 1º. CEB.

Refletindo acerca do todo o processo de PES, devemos referir que o mesmo é complementado pelas unidades curriculares que nos fornecem uma base teórica, de experimentação e ferramentas valiosas para a implementação na prática pedagógica. Sem estas não teríamos conhecimento acerca dos documentos pedagógicos que nos regem nem das pedagogias a adotar em cada contexto e em cada unidade curricular.

Tal como referido em capítulos anteriores, a suspensão das atividades letivas presenciais e confinamento social decorrente da pandemia COVID-19, obrigou-nos a alterar

todo o processo de ensino, a PES foi ainda mais importante no sentido em que nos obrigou a repensar as metodologias pedagógicas adotadas, bem como no próprio sistema de ensino em Portugal.

A PES I decorreu em contexto de educação Pré-Escolar, na sala dos 4 anos, e aqui tivemos a oportunidade de observar o grupo durante três semanas, para além de verificarmos as práticas adotadas, tivemos a oportunidade de participar e auxiliar os diversos agentes educativos durante o decorrer de diversas atividades letivas. Estas semanas foram, também, importantes na adaptação das crianças às educadoras estagiárias, bem como o processo contrário, fornecendo-nos informações importantes acerca de cada uma das crianças bem como informações acerca do funcionamento do grupo como um todo. Em suma podemos referir que as semanas de observação foram oportunas, no sentido em que pudemos recolher informações importantes acerca do projeto pedagógico e informações acerca do grupo, permitindo optar pelas melhores e mais adequadas metodologias a adotar em cada uma das planificações, tendo em conta a informação recolhida anteriormente.

As restantes semanas de implementação de regência foram divididas com o par pedagógico.

Ao longo das intervenções em contexto pré-escolar, foram surgindo atividades não planificadas antecipadamente, atividades estas que tiveram de ser introduzidas nas nossas intervenções, fazendo com que as planificações iniciais fossem sofrendo alterações. Este fator proporcionou um crescimento a nível profissional, uma vez que, como futuras educadoras é necessário antecipar imprevistos e solucioná-los da melhor forma possível.

Além da experiência em contexto de sala, foi ainda possível, ter algum contacto com as outras salas e com o pessoal docente e não docente, bem como educadoras estagiárias, inseridas no mesmo contexto. Proporcionando-se, assim, um ambiente de partilha relativamente às experiências pedagógicas vividas, tendo em conta a faixa etária das crianças de cada uma das salas.

Esta experiência em contexto de educação Pré-Escolar foi importante pois, proporcionou um leque muito abrangente de conhecimentos didático práticos, que apenas em teoria não são perceptíveis. Foi possível apresentar um conjunto de atividades,

verificando se os métodos estavam adequados e se as metodologias utilizadas resultam ou não, dependendo do grupo com o qual estamos a trabalhar, decorrendo daí uma reflexão acerca do percurso enquanto futura Educadora de Infância.

Relativamente à PES II, esta deveria ser a mais intensa, uma vez que seria no contexto de 1.º CEB, e com o 1.º ano, no sentido em que seria mais desafiante na criação de materiais pedagógicos que correspondessem às necessidades da turma em questão. Tal facto acabou por não acontecer da mesma forma, tendo em conta as medidas tomadas relativamente à pandemia.

Apesar disto, tivemos na mesma a oportunidade de ter três semanas de observação sem qualquer alteração. Estas tornaram-se de extrema importância.

Durante este período pudemos recolher informações em relação à turma, contactar com o projeto pedagógico, observar as metodologias adotadas pelo professor e contactar com os alunos percebendo quais as suas dificuldades e a forma como se comportam tanto em contexto de sala de aula como de recreio e ainda em visitas de estudo.

As três semanas de observação, para além de servirem como processo de adaptação, tanto das professoras estagiárias para com os alunos como o contrário, permitiram-nos auxiliar o professor titular em atividades das unidades curriculares. Este processo possibilitou-nos verificar as maiores dificuldades sentidas pelos alunos e também as estratégias utilizadas pelo professor para colmatar estas mesmas dificuldades. Tornando assim as observações fulcrais para a planificação de aulas, tendo em conta as necessidades individuais de cada criança bem como as necessidades enquanto turma.

Tendo em conta que a situação pandémica em que o país se encontrava acabou por se agravar, apenas tivemos oportunidade de implementar os planos de aula de uma semana, semana essa que foi regida pelo meu par pedagógico.

No entanto durante essa semana foi perceptível algumas dificuldades e obstáculos que foram surgindo durante a implementação, no sentido de dar resposta a estas dificuldades que podem aparecer devemos ter em conta planificações abertas, que permitam alterações. Torna-se praticamente impossível, por vezes, cumprir todos os pontos das planificações de uma semana, uma vez que enquanto professores é necessário verificar se as condições se proporcionam para a aula pensada. Visto que os alunos, tal

como qualquer criança ou qualquer adulto, não estão sempre com o mesmo estado de espírito, não podemos pedir que façam algo para o qual não estão disponíveis.

Mas existem ainda outros fatores para os quais os professores devem estar preparados, como a gestão e organização do tempo, meteorologia ou apenas condições técnicas, fatores estes que podem novamente levar à alteração das aulas planejadas, mostrando assim a importância da construção de planificações que não sejam estanques.

Terminada a primeira semana de implementação, foi-nos impossibilitado de regressarmos aos contextos em que estávamos inseridos, com o clima de incerteza que decorreu nos dias seguintes, este teve um fator importante no nosso estado emocional, pois não tínhamos a perceção do que iria decorrer deste imprevisto e quais seriam as medidas que iriam ser tomadas para colmatar a situação.

Tal como referi anteriormente, as nossas emoções acabam por inconscientemente influenciar a forma como trabalhamos, a primeira semana posterior ao cancelamento dos estágios foi bastante complicada, uma vez que foi necessário alterar tudo o que tínhamos planeado e pensar em diversas alternativas para tentar fazer o melhor possível utilizando outra metodologia, o EAD.

Até ao momento o EAD era algo para o qual não estávamos preparados, apesar de a formação de professores abranger a utilização das novas tecnologias nas aulas de primeiro ciclo, penso que ainda não havia uma preparação para estas serem o nosso único método de trabalho.

Apesar de esta ser uma metodologia para a qual não estávamos muito preparadas, por outro lado seria também mais desafiante, no sentido em que as unidades curriculares são as mesmas, os conteúdos também, mas as metodologias têm de ser completamente diferentes, inovadoras e eficazes.

Pela experiência que pudemos ter, verificamos que este método de ensino é mais trabalhoso, mais difícil de arranjar materiais pedagógicos que nos possam auxiliar enquanto docentes e mais difícil de perceber o *feedback* dos alunos, tornado o processo de ensino-aprendizagem muito mais complexo e custoso.

Este tipo de aulas, apesar de mais trabalhosas, foram muito importantes a nível de crescimento pessoal e profissional, pois fomos obrigados a repensar a educação do futuro

e o nosso papel enquanto futuros docentes. Num mundo em constante mudança e em constante evolução ainda pudemos verificar que a preparação para este tipo de dificuldades na área do ensino ainda está pouco desenvolvida. Seria preciso um maior investimento na preparação dos futuros docentes na área das novas metodologias de ensino na educação, inclusive a utilização das novas tecnologias no ensino das diferentes unidades curriculares.

Em suma, penso que a PES em geral foi muito importante e enriquecedora, pelos conhecimentos que nos proporcionou e pela experiência que obtivemos. As dificuldades que tivemos de ultrapassar, quer enquanto estagiárias quer enquanto indivíduos, fez-nos crescer a todos os níveis. Podemos concluir que na impossibilidade de controlarmos o que nos rodeia devemos estar preparados para colmatar as situações, tendo sempre como prioridade as crianças e os alunos enquanto futuros educadores de infância e docentes do 1.ºCEB.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Abrantes, P., & Teixeira, A. R. (2014). A intervenção socioeducativa em territórios marginalizados: agentes de desenvolvimento local ou da ordem escolar?. *Revista Lusófona de Educação*, 27, 27–41. <https://revistas.ulusofona.pt/index.php/reducacao/article/view/4828>
- Abreu, A. (2016). O Grupo Folclórico das Lavradeiras da Meadela- Uma história de 80 anos. Viana do Castelo: União de freguesias de Viana do Castelo; Grupo Folclórico das Lavradeiras da Meadela, 1- 260. <http://id.bnportugal.gov.pt/bib/bibnacional/1979010>
- Abreu, F. (2006). Programa de promoção de competências psicológicas para a otimização do desempenho e promoção do bem-estar em alunos de dança. (Dissertação de Mestrado Integrado, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Lisboa). Repositório aberto da universidade de Lisboa. <http://hdl.handle.net/10451/3177>
- Alegre, L. (2015) - A dança nas escolas do ensino básico em Portugal: conceções e práticas dos professores do 3º ciclo. (Tese de Doutoramento, Faculdade de Motricidade Humana da Universidade de Lisboa). Repositório aberto da universidade de Lisboa. <http://hdl.handle.net/10400.5/9384>
- Alpert, P. T. (2010). The Health Benefits of Dance. *Home Health Care Management & Practice*, 23(2), 155–157. <https://doi.org/10.1177/1084822310384689>
- Alves, J., Palmeirão, C., Trigo, L., & Cabral, I. (2014). A aprendizagem em Territórios Educativos de Intervenção Prioritária: a visão dos alunos. *Revista Portuguesa de Investigação Educacional*, 14, 173–208.
- Anderson, J. (1978). *Mundo da cultura-Dança*. Editorial Verbo.
- Associação de Grupos Folclóricos do Alto Minho, G., Rego, A., & Escaleira, J. (2008). *Notas do Folclore Vianês: Os grupos e a sua história*. ISBN 978-989-20-1449-4
- Associação Terra (s.d.). Terra. <https://www.associacaoterra.pt/>

Batalha, A. P. (2004). *Metodologia do Ensino da Dança*. Faculdade de Motricidade Humana. ISBN 972-735-107-7

Bogdan, R. & Biklen, S. (1994). *Investigação qualitativa em educação: Uma introdução à teoria e aos métodos*. Porto editora.  
ISBN 978-972-0-34112-9

Bruchêz, A., d'Avila, A. A. F., Fernandes, A. M., Castilhos, N. C., & Olea, P. M. (2018). Metodologia de Pesquisa de Dissertações sobre Inovação: Análise Bibliométrica. *Desafio Online*, (6) 1–14.  
<https://doi.org/10.18226/610001/mostraxv.2015.112>

Carle, E. (2010) Papá, por favor, apanha-me a lua. Kalandraka. ISBN: 9789728781569

Carvalho E. (2015). A dança no contexto escolar. (Trabalho de licenciatura, Centro universitário de Brasília, Faculdade de ciências da educação e saúde). Repositório Comum RCAAP.  
<https://repositorio.uniceub.br/jspui/handle/235/7552>

Cookson, M. D., Stirk, P. M. R. (2008). *A importância da dança no desenvolvimento psicomotor de crianças e adolescentes*. *Conexões: Revista da Faculdade de Educação Física da UNICAMP*, (6) 306–317. ISSN: 1983 – 9030

Conceição, V. (2023). Cultura popular e o potencial educativo das danças tradicionais. *Revista Cocar*, (19),37, 1-20.  
ISSN: 2237-0315

Conselho Nacional de Educação (2021). Efeitos da pandemia COVID-19 na educação: Desigualdades e medidas de equidade.  
ISBN 978-989-8841-38-4

Cordovil, R., & Barreiros, J. (2014). *Desenvolvimento Motor na Infância*. Faculdade de Motricidade Humana. ISBN: 9789727351961

Correia, A., Carvalho, M., Pita, D., Castro, M., & Rodrigues, A. (2018). Abordagem das Atividades Rítmicas Expressivas na EF. Em *Didática da Educação Física: perspectivas, interrogações e alternativas*. Universidade da Madeira. p. 139-175.

<http://hdl.handle.net/10400.13/2025>

Cruz, S., Carvalho, L., Rodrigues, I., Mira, J., Fernandes, L., Brás, J. (1998). *Manual de educação física*. (3.ª ed.). Camara Municipal de Oeiras; Gabinete Coordenador do Desporto Escolar.

Cunha, F. M. (2019). *As novas expressões na Dança Tradicional Portuguesa, Folclore Minhoto*. (Dissertação de Mestrado, Escola Superior de Arte e Design do Instituto Politécnico de Leiria). Repositório aberto do politécnico de Leiria.

<https://www.iconline.ipleiria.pt/entities/publication/bbe4a1cd-784c-452d-ab5d-d7e04ea751ed>

Despacho n.º 6605-A/2021 do Ministério da Educação. *Diário Da República: II Série, n.º 129, 129, 241*.

<https://dre.pt/web/guest/home/-/dre/166512681/details/maximized?serie=II&dreId=166512679>

Direcção-Geral de Inovação e Desenvolvimento Curricular. (2010). TEIP em números. *Jornadas de Reflexão Sobre TEIP*, 1–8.

[https://www.dge.mec.pt/sites/default/files/EIPSE/teip\\_em\\_numeros\\_outubro\\_2010.pdf](https://www.dge.mec.pt/sites/default/files/EIPSE/teip_em_numeros_outubro_2010.pdf)

Fernandes, A. F. (2023). A dança criativa como recurso motivador para a aprendizagem da Matemática no 1.º Ciclo do Ensino Básico. (Dissertação de Mestrado, Instituto Superior de Educação e ciências de Lisboa). Repositório Comum RCAAP.

Barbosa, E., & Moura, D. (2013). Metodologias ativas de aprendizagem na Educação Profissional e Tecnológica. *Boletim Técnico Do Senac*, 39(2), 48–67.

<https://doi.org/10.26849/bts.v39i2.349>

Fernandes, A.F. (2023). A Dança Criativa como recurso motivador para a aprendizagem da Matemática no 1.º Ciclo do Ensino Básico. (Dissertação de Mestrado, Instituto Superior de Educação e Ciências de Lisboa). Repositório Comum RCAAP.

<http://hdl.handle.net/10400.26/49581>

Fonseca, L. (2015). *Educação empreendedora: caminhos para a concretização de sonhos*. 1ª ed. - [S.l.]: Comunidade Intermunicipal do Alto Minho.

E - ISBN 978-989-99067-7-8.

Grejniec, M. (2003). *A que sabe a lua*. Kalandraka. E-ISBN 9789728781095

INE (2024). *Diagnóstico Social do Concelho de Viana do Castelo*. Câmara Municipal de Viana do Castelo.

Lacerda, T., & Gonçalves, E. (2009). Educação estética, dança e desporto na escola. *Revista Portuguesa de Ciências Do Desporto*, 105–114. <https://doi.org/10.5628/rpcd.09.01.105>

Laguía, M. J., & Vidal, C. (2013). *Rincones de actividad en la escuela infantil (0 a 6 años)*. Editorial Graó. ISBN / EAN: 9788478276776

Lima, R. F., Benites, L., Gonçalves, F. J. M., & Resende, R. (2018). A educação física na escola: Atitudes dos Alunos em Função da Idade e do Sexo. *Boletim SPEF*, 41(2008), 83–92.

Machado, F. J. (2016). *Atitude dos professores e dos alunos face ao ensino da dança em Escolas Básicas de Lisboa*. (Dissertação de mestrado, Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias de Lisboa). Repositório aberto da Universidade de Lisboa.  
<https://recil.ulusofona.pt/server/api/core/bitstreams/5b942467-ae3d-48ee-b34b-7b991a9f6376/content>

Marabá, R., Silva, G., & Guimarães, T. (2016). Dança na promoção da saúde e melhoria da qualidade de vida. *Revista Científica do ITPAC*, Araguaína, 9.  
ISSN 1983-6708

Marques, A. (2015). Dimensões Formais, Informais e Não-Formais em Diversos Contextos de Aprendizagem da Dança. *Revista Portuguesa de Educação Artística*, 5, 61- 72.  
<https://doi.org/10.34639/rpea.v5i1.21>

Marques, A. (2014). *Uma prática profissional de intervenção em dança no âmbito da educação artística e seu reflexo em atividades científicas, artísticas e tecnológicas*. (Tese de especialização, Instituto Politécnico de Lisboa). Repositório aberto do Instituto Politécnico de Lisboa. <http://hdl.handle.net/10400.21/4727>

Marques, A. S., & Xavier, M. (2013). Criatividade em Dança: Conceções, Métodos e Processos de Composição Coreográfica no Ensino da Dança. *Revista Portuguesa de Educação Artística*, 3, 47–59.

Martins A. (2021). A importância da dança na escola e seu significado social e cultural na formação educacional. (Dissertação de mestrado, Instituto de Ciências Sociais, Universidade do Minho). Repositório da Universidade do Minho. <https://hdl.handle.net/1822/77352>

Martins, I., Pereira, C., & Almeida, A. (2016). Potencialidades e utilização do Espaço Recreio: Um estudo em escolas do 1º Ciclo do Ensino Básico. *Revista Electrónica de Enseñanza de Las Ciencias (REEC)*, 15(1), 98–120.  
ISSN: 1579-1513

Martins, I., Pereira, C., Almeida, A. (2013). *Potencialidades e Utilização do Espaço Recreio: Um Estudo Desenvolvido em Escolas do 1.º ciclo do Ensino Básico*. *Revista Eletrónica de Enseñanza de las Ciencias* 15 (1), 98-120.

Mello, P. (1971). Folclore- Mapa das Danças do Alto Minho. Ática.

Mendes, M.M. (2017). *A influência de aulas de Dança em ambiente escolar, na atividade física diária de alunos da pré-escola*. (Dissertação de Mestrado, Faculdade de Desporto da Universidade do Porto). Repositório aberto da Universidade do Porto. <https://repositorio-aberto.up.pt/bitstream/10216/107992/2/222526.pdf>

Ministério da Educação (2018). 1.º ciclo do ensino básico educação artística – dança.1–10. [https://www.dge.mec.pt/sites/default/files/Curriculo/Aprendizagens\\_Essenciais/1\\_ciclo/1c\\_danca.pdf](https://www.dge.mec.pt/sites/default/files/Curriculo/Aprendizagens_Essenciais/1_ciclo/1c_danca.pdf)

Ministério da Educação. (2020). Diário da República Eletrónico. Obtido de Portaria n.º 69/2019.  
<https://dre.pt/home/-/dre/120272926/details/maximized>

Ministério da Educação. (2018). Currículo do ensino básico e do ensino secundário- Aprendizagens essenciais- Educação física - anexo I.  
[https://www.dge.mec.pt/sites/default/files/Curriculo/Aprendizagens\\_Essenciais/1\\_ciclo/anexo1\\_ef.pdf](https://www.dge.mec.pt/sites/default/files/Curriculo/Aprendizagens_Essenciais/1_ciclo/anexo1_ef.pdf)

Monteiro, E., & Alves, M. J. (2012). Livro de Atas do SIDD- Seminário Internacional Descobrir a Dança/ Descobrimo através da Dança. Faculdade de Motricidade Humana.  
<https://ceapfmh.wordpress.com/wp-content/uploads/2012/12/atas-sidd-2011-final.pdf>

Monteiro, B. M. (2018). A Dança como ferramenta para novas aprendizagens no 1º ciclo. (Dissertação de Mestrado, Escola Superior de Educação Jean Piaget do Instituto Piaget).  
<http://hdl.handle.net/10400.26/23877>

Monteiro, E., & Moura, M. (Eds.). (2007). *Dança em Contextos Educativos*. Faculdade de Motricidade Humana.  
ISBN:978-972-735-1466

Moura, M. & Alves, M. J. (2018). Danças Tradicionais na Universidade: Diálogos Culturais com Tradição e Inovação. *Revista Portuguesa da Educação Artística*. 8(2), 7-26.  
Doi: <https://doi.org/10.34639/rpea.v8i2.105>

Mouraz, A. (2017). Os Efeitos Do Programa Teip Na Territorialização Curricular, Vistos Pela Ige. *Interacções*, 13(46), 1–14.  
<https://doi.org/10.36453/2318-5104.2019.v17.n1.p265>

Neto, C. (2020). *Libertem as Crianças: A urgência de brincar e ser ativo* (1.ª ed.). Contraponto.

Núcleo Executivo do CLAS de Viana do Castelo. (2024). *Diagnóstico social do concelho de viana do castelo 2024*.

Oliveira, A. P. De, & Oliveira, H. P. De. (2025). Dança e docência: a arte do ensino e a pedagogia do movimento. *Revista Educação Contemporânea*, 2(1), 720–729.

<https://doi.org/10.5281/zenodo.14941833>

Oliveira, P. A. (2016). *A dinâmica da sala de aula: Organização da sala de aula do 1º ciclo do Ensino Básico*. (Dissertação de Mestrado, Escola Superior de Educadores de Infância Maria Ulrich). Repositório Comum RCAAP.

Palmeirão, C., & Alves, J. (2015). *Ser Autor, Ser Diferente, Ser TEIP*. Universidade Católica Editora. ISBN: 9789898366993

Parra, D. (2021). *Composições Instantâneas: cartografias de um ensino em dança*. (Tese de doutoramento, Faculdade de Motricidade Humana). Repositório aberto da Universidade de Lisboa. <http://hdl.handle.net/10400.5/24651>

Pereira, A., Shitsuka, D., Parreira, F., & Shitsuka, R. (2018). Método Qualitativo, Quantitativo ou Quali-Quant, Metodologia da Pesquisa Científica. (Dissertação de licenciatura, Universidade de Santa Maria). Biblioteca Virtual UNISCED.

<https://biblioteca.uniscied.edu.mz/handle/123456789/1532>

Ribeiro, C. L., & Marques, A. S. (2012). A criatividade no processo de composição coreográfica. *Livro de Atas Do SIDD 2011: Seminário Internacional Descobrir a Dança/Descobrimo Através Da Dança. FMH, 10-12 Novembro 2011*, 55–75.

Rodrigues, A. M., Canelas, A. M., Dias, A., Gregório, C., Gonçalves, C., Faria, E., Bertinetti, F., Miguéns, M., Félix, P., Perdigão, R., Lourenço, V., Teixeira, P. N., & Sá, M. J. (2021). *Efeitos da pandemia COVID-19: Desigualdades e medidas de equidade*. E-ISBN: [978-989-759-121-1](https://doi.org/10.5281/zenodo.14941833)

Santos, A. P. (1997). O Contributo Da Dança No Desenvolvimento da coordenação das crianças e jovens, Estudo comparativo em alunas de 11 e 12 anos do Ensino Básico, praticantes e não

praticantes de Dança. (Dissertação de Mestrado, *Faculdade de Ciências Do Desporto e de Educação Física* da Universidade do Porto). Repositório aberto da Universidade Fernando Pessoa.

[http://homepage.ufp.pt/lmbg/monografias/msc\\_paula97.pdf](http://homepage.ufp.pt/lmbg/monografias/msc_paula97.pdf)

Santos, J. T. Dos, Lucarevski, J. A., & Silva, R. M. Da. (2005). Dança Na Escola: Benefícios E Contribuições Na Fase Pré-Escolar. *Portal Dos Psicólogos*, 1–11.

Sasportes, J., & Ribeiro, A. P. (1991). *História da dança*. Lisboa: Imprensa nacional- casa da moeda.

Silva, I., Pereira, B., Silva, A. (2018). Desempenho Motor e Assunção do risco. Um estudo realizado com crianças no recreio escolar. In P. Rodrigues, A. Reboło, F. Vieira, A. Dias. (Coord), Estudos em desenvolvimento motor da criança (pp.41-46), Lisboa: Edições Piaget

Sousa, N., Hunger D. A. & Caramaschi S. (2014). O ensino da dança na escola na ótica dos professores de Educação Física e de Arte. *Revista Brasileira Educação Física*. 28(3). 505-20.

<https://www.scielo.br/j/rbefe/a/f4dXtkxhFHB69rKWdpyVMFB/?format=pdf&lang=pt>

SPEF, & CNAPEF. (2015). Reflexão Sobre O Papel Da Disciplina De Educação Física No Currículo Nacional. *Boletim SPEF*, 39, 103–112.

Torres, M. (2016). *Educar através do Folclore promovendo a identidade e consciência histórico-cultural dos alunos: estudo no 1º ano do 1º CEB* (Dissertação de mestrado, Instituto Politécnico de Viana do Castelo). Repositório aberto do IPVC.

<http://hdl.handle.net/20.500.11960/1766>

Vásquez, N., Pereira, F. O., & Kuhnen, A. (2018). Preferências visuais das crianças em salas de aula de educação infantil: uma aproximação experimental. *Ambiente Construído*, 18(3), 11–28.

<https://doi.org/10.1590/s1678-86212018000300265>

Vianna, K. (2005). *A Dança*. Summus.

Vieira, M. (1969). A dança na arte e na educação física: diálogos possíveis. *Revista Tempos e Espaços Em Educação*, 177–188.

<https://doi.org/10.20952/revtee.v0i0.3266>

Vieira, M. S. (2012). Dança e a Proposta da Transdisciplinaridade na Educação. *Eccos-Revista Científica*, (27), 55-65.

<https://doi.org/10.5585/eccos.n27.3477>

Wuyts, I.J., & Buekers, M.J. (1995) The effects of visual and auditory models on the learning of a rhythmical synchronization dance skill. *Res Q Exerc Sport*, (66), 105-115.

<https://doi.org/10.1080/02701367.1995.10762218>

Zanella, L. C. (2013). Metodologia de pesquisa. Departamento de Ciências da Administração, (2), 1-134.

<https://www.kufunda.net/publicdocs/Metodologia%20da%20Pesquisa.pdf>

## ANEXOS

### Anexo 1- Planificação de uma semana no contexto de Pré-Escolar

| <b>Jardim de Infância:</b> nº 1 Abelheira           |                                     | <b>Idade/Número de crianças</b> - 3/4 anos – 19 crianças |                                                 | <b>Data:</b> 9 a 11/12/2019 |
|-----------------------------------------------------|-------------------------------------|----------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|-----------------------------|
| <b>Mestrandas:</b> Carolina Matos e Catarina Mendes |                                     | <b>Dia da semana:</b> segunda, terça e quarta            |                                                 | <b>Período:</b> 1           |
| <b>Áreas/<br/>Domínios/<br/>Subdomínios</b>         | <b>Aprendizagens a<br/>promover</b> | <b>Desenvolvimento das atividades</b>                    | <b>Materiais/recursos<br/>/ espaços físicos</b> | <b>Avaliação</b>            |

|                                               |                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |  |                                                                                                                                              |
|-----------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Área de expressão e comunicação</b></p> | <p>- Reconhecer unidades básicas do tempo diário, semanal e anual;</p> | <p><b><u>Rotina 1</u></b><br/>A partir das 9h15min as crianças dirigem-se para a sala, vestem a bata e colocam a sua presença no quadro das presenças, devidamente assinalado com a sua foto. Vão-se sentando nos bancos, colocados na forma de "L", e entoamos a canção dos bons-dias. <b>(Anexo 1)</b><br/>Seleciona-se o chefe do dia, que deve verificar como está o tempo e assinalar no quadro, bem como colocar o dia do mês.</p> <p><b><u>Rotina 2</u></b><br/>Às 10h20min vão buscar as mochilas e comer o lanche da manhã.</p> <p><b><u>Rotina 3</u></b><br/>Ao 12h15min vão almoçar e de seguida vão brincar para o espaço exterior até à 13h30min.</p> <p><b><u>Rotina 4</u></b><br/>Por volta das 14h30min vão buscar as mochilas para o reforço da tarde, e às 15h vão para a aula de música, que termina às 15h30min e é quando os pais começam a vir buscar as crianças.</p> <p><b>Segunda-feira, dia 09/12/2019</b></p> |  | <p>- Identifica o dia do mês;</p> <p>- Coloca o dia correto no local correto do calendário;</p> <p>- Observa e indica o estado do tempo;</p> |
|-----------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|                                                        |                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                |
|--------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Domínio da linguagem oral e abordagem á escrita</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Compreender mensagens orais em situações diversas;</li> <li>- Utilizar a linguagem oral em contexto;</li> <li>-Desenvolver capacidades expressivas e criativas através</li> </ul> | <p><b>(Rotina 1)</b></p> <p>Sendo segunda-feira o dia pré destinado à leitura de uma história, a Educadora Estagiária (EE), começa por mostrar um livro que nesta semana tal como a anterior será relacionada com a tradição do natal <b>(anexo 2)</b>, colocando questões de pré-leitura, como: “De que que acham que fala a história?”; “O que vêm na capa e na contracapa?”. Posteriormente a EE pede ao chefe do dia que encontre a caixa mistério e recorrendo à mesma retira objetos que estejam presentes na história. Depois de apresentar os objetos pede às crianças que tentem criar a própria história.</p> <p>Posto isto passa à leitura da história, utilizando os objetos conforme estes vão aparecendo na narrativa.</p> <p>Por fim coloca questões de pós leitura, como: “Quem era a pessoa principal da história”; “Quem mais é que aparece na história?”; “As coisas sempre aconteceram como vocês tinham pensado?”.</p> <p><b>(Rotina 2)</b></p> <p>Quando as crianças tiverem terminado o lanche a EE explica a atividade que se segue, que consiste na continuação do trabalho que não foi terminado na semana anterior. A construção da chaminé para colocar na entrada da sala. Para esta atividade serão criadas duas áreas de trabalho, uma será para a construção das pernas do pai natal, onde as crianças terão de recortar e colar as pernas e as botas do pai</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>-Livro “Ninguém dá prendas ao pai natal”;</li> <li>-Caixa mistério;</li> <li>-Objetos relacionados com a história;</li> <li>-Cartolinas;</li> <li>-Algodão;</li> <li>-Tesouras;</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>-Cria uma história tendo em conta elementos visuais;</li> <li>- Responde corretamente às questões de interpretação do texto;</li> </ul> |
|--------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|                               |                                                                |                                                                                                                                                                                                                    |                     |                                                                                           |
|-------------------------------|----------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|
| Domínio de educação artística | de produções plásticas;                                        | natal bem como a neve no topo da chaminé que neste caso é criada através do algodão. Na outra área temos a criação de uma meia de natal que depois será para colocar na chaminé.                                   | -Papel autocolante; | -Recorta e cola tendo em conta os limites;                                                |
| Subdomínio das artes visuais  | -Reconhecer e mobilizar elementos da comunicação visual;       | A meia terá apenas o molde e a criança poderá escolher como a quer decorar e o material que quer utilizar. <b>(Anexo 3)</b>                                                                                        | -Papel eva;         | -Utiliza na sua produção materiais alusivos à época festiva;                              |
| Subdomínio da música          | -Interpretar com intencionalidade expressiva-musical: canções; | Na parte da tarde será dedicado ao ensaio para a cantata.                                                                                                                                                          | -Colas;             | -Canta canções com controlo progressivo da melodia, da estrutura rítmica e da respiração. |
|                               |                                                                | <b>Terça-feira, dia 10/12/2019</b>                                                                                                                                                                                 | -Lápis de cor;      |                                                                                           |
|                               |                                                                | <b><u>(Rotina 1)</u></b>                                                                                                                                                                                           |                     |                                                                                           |
|                               |                                                                | Depois de realizarem as rotinas, o chefe do dia chama os colegas para formar o comboio, para nos dirigirmos para entrada e sairmos da escola até ao lar de idosos, para uma atividade de partilha intergeracional. |                     |                                                                                           |
|                               | -Reconhecer e valorizar laços de pertença social e cultural;   | <b><u>(Rotina 3)</u></b>                                                                                                                                                                                           |                     | -Reconhece a sua pertença a diferentes grupos sociais;                                    |

|                                                                                                                   |                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                          |                                                                                                                                                                                                     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Área da formação pessoal e social</p> <p>Domínio de educação artística</p> <p>Subdomínio das artes visuais</p> | <p>-Desenvolver capacidades expressivas e criativas através de produções plásticas;</p> | <p>Às 13h30min voltam do intervalo, sentam-se nas mesas e passamos à explicação da atividade da parte da tarde.</p> <p>Para esta atividade tendo em conta que estamos a trabalhar o Natal distribuiremos a cada criança o molde de um presépio. As crianças deverão pintar, recortar e dobrar pelas riscas. Quando isto estiver feito coloca-se cola e junta-se as partes de forma a fazer uma caixa. <b>(Anexo 4)</b></p> <p>Conforme vão terminando iniciam a atividade de construção de saquinhos em forma de meia do pai natal. Para esta atividade as crianças deverão passar lá pelos buraquinhos feitos anteriormente de forma a fechar o saquinho e de seguida escolher e recortar com o auxílio da EE um pedaço de eva para posteriormente colar a sua fotografia.</p> <p><b><u>(Rotina 4)</u></b></p> <p>Por volta das 15h30min os pais começam a vir buscar as crianças.</p> <p><b>Quarta-feira, dia 27/11/2019</b></p> <p><b><u>(Rotina 1)</u></b></p> <p>Dando continuidade ao dia anterior as crianças que ainda não fizeram a sua meia de natal deverão fazer e as que já fizeram passam para a atividade seguinte, que consiste na construção de um boneco de neve.</p> | <p>- Tesouras;</p> <p>- Colas;</p> <p>-Lápis de cor;</p> | <p>-Interage com pessoas da comunidade local;</p> <p>-Recorta tendo em conta a linha orientadora;</p> <p>-Dobra tendo em conta as linhas indicadas;</p> <p>-Monta tendo em conta as instruções;</p> |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|                                                                          |                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                           |
|--------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Domínio de educação artística</p> <p>Subdomínio das artes visuais</p> | <p>-Desenvolver capacidades expressivas e criativas através de produções plásticas;</p> <p>-Reconhecer e mobilizar elementos da comunicação visual.</p> | <p>Para esta atividade será pedido aos pais que cedam uma meia já velha de cor mais clara se possível.</p> <p>Cada criança deverá encher a sua meia com algodão e atar com fio de lã fino no meio e no topo da meia para formar a estrutura do boneco de neve.</p> <p>De seguida deverão escolher uma bolinha de cor para fazer o gorro, um pedaço de tecido para o cachecol, os botões para os olhos e para o corpo e por fim colar tudo no boneco de neve. <b>(Anexo 5- protótipo do boneco de neve)</b></p> <p>Para uma melhor organização da atividade bem como um maior suporte individuais, as crianças farão a atividade em pequenos grupos.</p> <p>Uns pintam e montam a caixa, outros terminam a bota e outros ainda poderão estar nas áreas a brincar.</p> <p><b><u>(Rotina 2)</u></b></p> <p>Continuando a atividade anterior, as crianças que ainda não fizeram o boneco de neve farão.</p> <p>Também será terminada o saquinho em forma de meia de natal.</p> <p><b><u>(Rotina 3)</u></b></p> <p>A parte da tarde será destinada a terminar tudo o que estiver pendente em relação aos trabalhos desta semana.</p> <p><b><u>(Rotina 4)</u></b></p> <p>Por volta das 15h 30min começam a chegar os pais das crianças.</p> | <p>-Meias;</p> <p>-Restos de tecidos;</p> <p>- Lãs;</p> <p>- Algodão;</p> <p>-Botões;</p> <p>-Bolas coloridas;</p> <p>-Molde da bota;</p> <p>- Cola;</p> <p>-Eva;</p> | <p>-Cola cada elemento no local correto;</p> <p>-Visualiza o objeto e é capaz de o construir;</p> <p>-Emite opiniões acerca do seu trabalho criativo.</p> |
|--------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## Anexo 2- Planificação de uma semana no contexto 1.º CEB

| Escola: EB / JI Cabedelo                            |                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Data: 16 a 18 de março de 2020                                                                                                                                                                                                            |                                                           |
|-----------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|
| Mestrandas: <b>Carolina Matos</b> e Catarina Mendes |                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Ano de escolaridade: 1ºano                                                                                                                                                                                                                | N.º alunos: 17                                            |
| Áreas/<br>Domínios                                  | Objetivos específicos                                                                                                              | Desenvolvimento da aula e propostas de trabalho                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Materiais/recursos/<br>espaços físicos/ tempo                                                                                                                                                                                             | Avaliação                                                 |
| Português                                           |                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                           |                                                           |
| Domínio da Oralidade                                | -Escutar os outros;<br>-Respeitar o princípio de cortesia;                                                                         | <p><b>16 de março de 2020</b> - Segunda-feira</p> <p><b>Português</b> (9h15 – 10h45)</p> <p>Os alunos começam por abrir a lição no caderno, escrevendo “Escola Básica do Cabedelo, Darque. Hoje é segunda-feira, dia nove de março de 2020”, e, ainda, o seu nome completo na linha a seguir.</p> <p>Para iniciar o tema do singular e plural a professora estagiária (PE), começa por apresentar uma imagem onde encontramos algumas palavras, sendo que de um lado tem palavras no plural e no outro as mesmas palavras, mas no plural. <b>(Anexo 1)</b></p> <p>A P.E pede que cada aluno tente ler todas as palavras e questiona:<br/>P.E- O que tem estas palavras de comum ou de diferente?</p> <p>Alunos- (Resposta possível) As palavras daquele lado terminam com um “s” e as do outro lado não.</p> <p>P.E- Muito bem e então quando é que utilizamos aquelas que terminam em “s”?</p> <p>Alunos- Quando queremos falar em mais do que uma coisa ao mesmo tempo.</p> <p>Obtidas estas respostas a professora pede aos alunos que digam pelo menos um exemplo de frase em que utilizem uma das palavras no singular e depois a mesma frase, mas com a</p> | -Sala de aula;<br>-Computador;<br>-Projeto;<br>-Anexo 1;<br>-Texto <b>(anexo 2)</b> ;<br>-Exercício de palavras cruzadas <b>(anexo 3)</b> ;<br>-Texto <b>(anexo 5)</b> ;<br>-Cubo lexical <b>(anexo 6)</b> ;<br>-Ficha <b>(anexo 7)</b> ; | -Escuta atentamente;<br>-Demonstra princípio de cortesia; |
| Gramática                                           | -Formar singulares e plurais de nomes adjetivos que seguem a regra geral, incluindo os que terminam em -m e fazem o plural em -ns; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                           | -Forma o singular e o plural de nomes e adjetivos;        |

|                              |                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                       |                                                                                                                 |
|------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Domínio da Leitura e escrita | <p>-Discriminar pares mínimos;</p> <p>-Indicar desenhos de objetos cujos nomes incluem o mesmo fonema;</p> | <p>palavra no plural, consoante o que for obtido a professora altera ou não alguma coisa na frase para que esta fique completa.</p> <p>De seguida a P.E apresenta um texto da autora Luísa Ducla Soares <b>(anexo 2)</b> e dá algum tempo para que cada aluno leia o texto para si, depois pede um voluntário que queira ler o texto em voz alta.</p> <p>Dando continuidade ao exercício em conjunto iremos identificar as palavras que se encontram no plural e passar para o caderno as mesmas, depois disso ao lado iremos escrever as mesmas palavras, mas desta vez no singular.</p> <p>Por fim a PE distribui um exercício de palavras cruzadas para que os alunos possam descobrir o plural das pistas. <b>(Anexo 3)</b></p>                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                       | <p>- Reconhece pares mínimos;</p> <p>-Identifica e pronuncia objetos e desenhos que incluem o mesmo fonema;</p> |
| Matemática                   | <p>-Resolver problemas de um passo envolvendo situações de juntar ou acrescentar;</p>                      | <p>De seguida é apresentado um diapositivo em que encontramos palavras com o som “ça”, “ço” e “çu” <b>(anexo 4)</b> e questiona os alunos em cada uma das nuvens o que as palavras tem em comum, esperando que os alunos apontem para os sons enunciados anteriormente.</p> <p>A PE explica que letra é aquela e que apenas a podemos utilizar com as vogais “a”, “o” e “u”.</p> <p>Depois apresentamos um texto <b>(anexo 5)</b> e é solicitado aos alunos que encontrem as palavras que contêm as sílabas “ça” e “ço”.</p> <p>Terminado este exercício a PE apresenta o cubo lexical e explica aos alunos que conforme a palavra que sair no cubo eles devem lê-la em voz alta e elaborar uma frase. <b>(Anexo 6)</b></p> <p>Para consolidar a aprendizagem destes sons, a PE entrega um texto em que faltam as palavras que estão representadas por imagens, os alunos devem por isso completar o texto escrevendo a palavra correta. <b>(Anexo 7)</b></p> | <p>-Sala de aula;</p> <p>-Computador;</p> <p>-Projedor;</p> <p>-Ficha <b>(anexo 9)</b>;</p> <p>-Manual de matemática;</p> <p>-Material multibase;</p> | <p>-Resolve um problema de contagens;</p> <p>-Decompõe um número natural até 40</p>                             |

**Matemática** (11h15 – 12h45)



|                                                                    |                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                      |                                                                                                                            |
|--------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Educação Física</p> <p>Jogos</p> <p>Perícias e manipulações</p> | <p>-Explorar as possibilidades de diferentes materiais;</p> <p>-Fazer composições colando diferentes materiais recortados;</p>                                                                 | <p><b>Educação Artística (14h30 – 15h30)</b></p> <p>Para iniciar a aula a PE começa por apresentar três obras de arte das mais conhecidas e perguntar aos alunos se conhecem alguma daquelas peças ou algum dos artistas. Depois de dar a conhecer estas obras de arte a PE pede aos alunos que escolham uma das obras para se inspirarem. Por fim distribui folhas de revista e de jornais, folhas brancas e pede aos alunos que recriem então a obra que escolheram através dos recortes e da colagem.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <p>-Folhas de revista e jornal;</p> <p>-Tesouras;</p> <p>-Colas;</p> | <p>fazer a montagem;</p> <p>-Demonstra capacidade de criação através da composição com colagem;</p>                        |
|                                                                    | <p>-Descolamentos em corrida com “fintas” e “mudanças de direção” e de velocidade;</p> <p>-Lançar uma bola em precisão a um alvo fixo, por baixo e por cima, com cada uma e ambas as mãos;</p> | <p><b>Educação Física (15h30 – 16h)</b></p> <p>Aquecimento- 10 min.</p> <p>Para iniciar a sessão começam por fazer o jogo do lobo e das galinhas, consiste num jogo de apanhar, existem pelo menos duas crianças que serão os lobos e deverão correr atrás dos colegas que são as galinhas até os apanharem.</p> <p>Desenvolvimento -15 min.</p> <p>O seguinte exercício consiste num exercício de estafeta, mas em que deverão encestar uma bola, isto é, os alunos colocam-se em três filas, o primeiro deverá correr com uma bola, encestar, pegar na bola e trazer para o colega. Passa a bola ao colega e este deve realizar o mesmo até que o último aluno tenha feito o exercício. Ganha a equipa que conseguir terminar em primeiro lugar.</p> <p>Relaxamento- 5 min.</p> <p>Para terminar cada aluno deverá deitar-se no chão de barriga para cima e colocar as mãos em cima da barriga para que possa sentir a sua respiração.</p> | <p>-Espaço exterior/ginásio;</p> <p>-Bolas;</p> <p>-Cesto;</p>       | <p>-Consegue fugir ao colega utilizando diferentes deslocamentos;</p> <p>-Lança a bola com precisão com ambas as mãos;</p> |
| Matemática                                                         |                                                                                                                                                                                                | 17 de março de 2020 – Terça-feira                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                      |                                                                                                                            |

|                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                               |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Domínio dos Números e operações</p> <p>Estudo do Meio Domínio, à descoberta dos materiais e objetos</p> | <p>-Saber que os números naturais entre 11 e 19 são compostos por uma dezena e uma, duas, três, quatro, cinco, seis, sete, oito ou nove unidades;</p> <p>-Ler e representar qualquer número natural até 100, identificando o valor posicional dos algarismos que o compõem;</p> | <p style="text-align: center;"><b>Matemática (9h15 – 10h15)</b></p> <p>Sendo esta sessão mais curta iremos elaborar um jogo de consolidação acerca do material multibase.</p> <p>Para este jogo a PE começa por dividir a turma em equipas, cinco grupos de 3 alunos e um grupo de dois alunos.</p> <p>Os grupos podem reunir e escolher o nome da equipa, escolhidos os nomes a PE aponta as equipas no quadro e passa à explicação do jogo.</p> <p>O jogo chama-se “Caça aos números”, é distribuído material multibase a cada grupo tem de representar o número apresentado num diapositivo de power point no menor tempo possível. <b>(Anexo 10)</b></p> <p>As pontuações das equipas são dadas da seguinte forma: seis pontos para a equipa que terminar em primeiro a representação correta, quatro pontos para a equipa que terminar a seguir e dois pontos para quem terminar em terceiro. As restantes equipas terão um ponto se responderem corretamente, mas em maior tempo.</p> <p>Cada ronda do jogo apresenta uma representação diferente, na primeira ronda representação em imagens, na segunda representação em algarismos e na terceira representação por extenso.</p> <p>No final de cada ronda as crianças fazem a soma de cada equipa para verem quem vai à frente.</p> <p>A equipa que terminar com mais pontos será a vencedora.</p> <p style="text-align: center;"><b>Educação Musical (10h15 – 10h45 e das 11h15 – 11h45)</b></p> <p>Aula coadjuvada.</p> | <p>-Sala de aula;</p> <p>-Computador;</p> <p>-Projedor;</p> <p>-Quadro;</p> <p>-Canetas de acetato;</p> <p>-Power point;</p> | <p>-Sabe que os números naturais entre 11 e 19 são compostos por uma dezena e uma, duas, três, quatro, cinco, seis, sete, oito ou nove unidades;</p> <p>-Lê e representa qualquer número natural até 40 identificando o valor posicional;</p> |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|                                 |                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                        |                                                                            |
|---------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|
|                                 |                                                                                 | <b>Estudo do Meio (11h45 – 12h45)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                        |                                                                            |
| Matemática                      | -Comparar alguns materiais segundo propriedades simples;                        | Dando início à sessão a professora mostra uma caixa mistério com o título de “Vamos experimentar” <b>(Anexo 11)</b> e com imagens relativos à água e questiona:<br>PE- “Tendo em conta o título desta caixa e as suas imagens o que será que podemos encontrar dentro desta caixa e o que iremos fazer com esses materiais?”<br>Resposta possível dos alunos- Experiências com a água.<br>Depois disso a PE abre a caixa e pergunta aos alunos “O que será que vamos experimentar com estes materiais?”<br>Os alunos sugerem algumas respostas, mas não é dada logo a resposta pois pretende-se que os alunos vão descobrindo conforme experimentam. | -Sala de aula;<br>- Copos de plástico; | -Compara as propriedades da água em cada um dos copos;                     |
| Domínio dos Números e operações | -Agrupar materiais segundo essas propriedades;                                  | Para tornar a atividade mais dinâmica é distribuído pelas crianças um crachá de “pequenos cientistas”, neste podemos encontrar a cara de Albert Einstein, e como surgirá a dúvida, a PE explica quem foi esta pessoa e que cada vez que fizermos uma atividade experimental todos poderemos ser o Einstein. <b>(Anexo 12)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | -Corante alimentar;                    | -Agrupar materiais segundo a propriedade, cor, cheiro e sabor;             |
|                                 | -Identificar algumas propriedades físicas da água (incolor, inodora, insípida); | De seguida dividimos a turma em três grupos de quatro elementos e um grupo de cinco elementos e a cada grupo é dado um procedimento bem como os materiais para a realização da atividade. <b>(Anexo 13)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | -Limão;                                | -Identifica as propriedades físicas da água ( incolor, inodora, insípida); |
| Português                       |                                                                                 | Para que todos os grupos acompanhem o procedimento a PE vai elaborando as diferentes partes, começando pela questão orientadora “Será que a água tem cor, cheiro e sabor?”. Quando chegar a parte dos desafios estes serão feitos pelos pequenos grupos para tenham a oportunidade de pensar e experimentar.<br>Dentro deste procedimento encontramos uma parte para assinalar as previsões e uma parte para assinalar as verificações.                                                                                                                                                                                                              | - Papel de alumínio;                   |                                                                            |
|                                 |                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | -Água;                                 |                                                                            |
|                                 |                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | -Açúcar;                               |                                                                            |
|                                 |                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | -Colheres;                             |                                                                            |
|                                 |                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | -Caixa mistério “Vamos experimentar”;  |                                                                            |
|                                 |                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | -Crachá “pequeno cientista”;           |                                                                            |
|                                 |                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | -Procedimentos;                        |                                                                            |
|                                 |                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | -Canetas de acetato;                   | -Efetua contagens                                                          |
| Leitura e escrita               |                                                                                 | <b>Apoio ao estudo (14h30 – 16h)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                        |                                                                            |

|                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                        |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Matemática</p> <p>Domínio dos números e operações<br/>Expressão plástica</p> <p>Desenho de expressão livre</p> | <p>-Efetuar contagens progressivas e regressivas envolvendo números até ao 40;</p> <p>- Ler e representar qualquer número natural até 40, identificando o valor posicional dos algarismos que o compõem;</p> | <p>Sendo este tempo dedicado à unidade em que os alunos sentiram mais dificuldade, ou um tempo dedicado à consolidação, a PE pede aos alunos que abram o caderno de matemática e realizem contagens, de dois em dois e depois de 5 em 5 na reta numérica.</p> <p>Terminado este exercício, pede-se aos alunos que representem em MAB alguns números bem como em tabela de ordem de valor numérico.</p> <p>Se ainda houver tempo realizamos mais alguns exercícios com a tabela do 100, em que o aluno escolhe um número e preenche a linha acima bem como os quadrados anterior e seguinte, de forma a visualizarem cada vez mais regularidades na tabela.</p> <p>Quando terminarmos a correção, os alunos abrem o caderno do trabalho de casa e fazem o preenchimento da autoavaliação relativamente ao comportamento do dia.</p> <p><b>11 de março de 2020 – Quarta-feira</b></p> <p><b>Português (9h15 – 10h45)</b></p> <p>A PE começa por pedir aos alunos que abram o caderno de português e abram a lição do dia.</p> <p>Começamos a sessão com a apresentação dos comboios do “ce” e do “ci”, a PE explica aos alunos que aqueles comboios só levam palavras que contenham o som “ce” e “ci” e pede aos alunos que preencham as carruagens, então pede que um a um diga uma palavra que possa entrar num dos comboios. <b>(Anexo 14)</b></p> <p>Quando a maioria tiver participado neste exercício, a PE apresenta a “caixa mágica”, cada aluno vai retirar de lá uma palavra e lê-la em voz alta e por fim colocar no comboio respetivo para este exercício como forma de garantir que todos participam, existe uma palavra para cada criança. <b>(Anexo 15)</b></p> <p>Para terminar os alunos deverão transcrever as palavras para o caderno.</p> | <p>-Sala de aula;</p> <p>-Quadro;</p> <p>-Canetas de acetato;</p> <p>-Material multibase;</p> <p>-Reta numérica;</p> <p>-Tabela do 100;</p> <p>-Sala de aula;</p> <p>-Quadro;</p> <p>-Canetas de acetato;</p> <p>-Comboios (<b>anexo 14</b>);</p> <p>-Caixa mágica (<b>anexo 15</b>);</p> <p>-Sala de aula;</p> <p>-Quadro;</p> <p>-Canetas de acetato;</p> <p>-Reta numérica;</p> <p>-Cubo e números;</p> | <p>progressivas e regressivas;</p> <p>-Lê e representa números naturais até 40;</p> <p>-Identifica os sons “ça”, “ce”, “ci”, “ço” e “çu”.</p> <p>-Elabora frases simples respeitando as regras de correspondência, fonema-grafema;</p> |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <p>Por fim os alunos devem escolher pelo menos duas palavras e elaborar duas frases diferentes em que entrem as duas palavras.</p> <p>De forma a trabalhar a oralidade cada um irá ler as frases que construiu.</p> <p>Dando como finda esta sessão, realizaremos um exercício, de consolidação dos sons “ça”, “ce”, “ci”, “ço” e “çu”, que consiste em retirar novamente da caixa mistério um dos sons e oralmente dizer uma palavra e uma frase com esta palavra. <b>(Anexo 16)</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Matemática (11h15 – 12h45)</b></p> <p>Os alunos abrem a lição no caderno de matemática, a PE faz algumas contagens oralmente e recorrendo ao quadro, com as crianças que iniciam no 30 e terminam no 40, se se denotarem dificuldades a PE recorre à reta numérica auxiliando os alunos a dar saltos de dois em dois, de cinco em cinco, entre outras.</p> <p>Recorrendo a um cubo com seis números (10, 15, 20, 25, 30 e 35) as crianças deverão lançá-lo e ver o número que lhes sai. Com esse número devem fazer como mostra no <b>anexo 17</b>.</p> <p>Por fim a PE pede aos alunos que abram o livro de fichas na página 51 e realizar os exercícios dessa página e da página 52.</p> <p>Os alunos que terminarem mais cedo poderão realizar exercícios do manual e do livro de fichas de matemática.</p> <p style="text-align: center;"><b>Educação Física (14h30 – 15h30)</b></p> | <p>-Ficha de consolidação;</p> <p>-Espaço exterior/ ginásio;</p> <p>-Sala de aula;</p> <p>-Músicas <b>(anexo 19)</b>;</p> <p>-Lápis de cor;</p> <p>-Folhas brancas.</p> | <p>-Efetua contagens progressivas e regressivas;</p> <p>-Soma mais uma unidade se quiser saber o sucessor de um número;</p> <p>-Efetua adições que envolvem números naturais até 20 por manipulação de objetos;</p> <p>-Ilustra utilizando cores e formas de carácter pessoal.</p> |
|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|  |                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |  |  |
|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
|  | <p>naturais até 20, por manipulação de objetos ou recorrendo a desenhos e esquemas;</p> <p>-Ilustrar de forma pessoal.</p> | <p>De 15 em 15 dias, à quarta-feira à tarde, a aula de Educação Física é coadjuvada.</p> <p><b>Educação Artística (15h30 – 16h)</b></p> <p>Quando regressam à sala de aula a PE solicita aos alunos que peguem em lápis de cor e ou marcadores e distribui uma folha branca a cada aluno. Pede que todos estejam em silêncio para poderem realizar o exercício.</p> <p>Este consiste na elaboração de um desenho com base no que estão a ouvir, a PE vai colocando diferentes músicas (<b>anexo 19</b>) e cada uma poderá desenhar o que quiser e como quiser.</p> |  |  |
|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|

### Anexo 3- Planificação de Educação Física, do EAD

| Escola: EB / JI Cabedelo                                                 |                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Data:                                                                                                 |                                                                                                                                                                                 |
|--------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Mestrandas: Carolina Matos e Catarina Mendes                             |                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Ano de escolaridade: 1ºano N.º alunos: 20                                                             |                                                                                                                                                                                 |
| Áreas/<br>Domínios                                                       | Objetivos<br>específicos                                                                                                                                                                                   | Desenvolvimento da aula e propostas de trabalho                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Materiais/recursos/<br>espaços físicos/ tempo                                                         | Avaliação                                                                                                                                                                       |
| <b>Educação Física</b><br><br>Bloco 2 -<br>Deslocamentos e<br>Equilíbrio | - Saltar com alturas e comprimentos variados, com chamada a um pé e a «pés juntos», com receção equilibrada no solo;<br><br>- Deslocar-se para a frente, para os lados e para trás, mantendo o equilíbrio; | <p><b>Aquecimento – 15 minutos</b></p> <p>Para iniciar a aula síncrona, a PE propõe um jogo do STOP, que consiste em colocar uma música (anexo 2) e realizar um mesmo movimento repetidamente até a música parar. Quem coloca e para a música é a PE. Se não for possível colocar a música ou não estiver a resultar porque os alunos não a conseguem ouvir, ela dirá apenas STOP.</p> <p>Para tornar o exercício mais dinâmico, a PE compartilhará com os alunos uma roleta (anexo 1) que contém movimentos diferentes.</p> <p>Conforme a roleta gira, a PE carrega em “remove name” para este movimento não voltar a aparecer na próxima vez que a rodar.</p> <p><u>Os movimentos são:</u> salto à tesoura; salto à canguru; salto a pés juntos; salto com o pé direito; salto com o pé esquerdo; joelhos ao peito; correr sem sair do lugar.</p> <p><b>Desenvolvimento – 20 minutos</b> (10 minutos estes exercícios + 10 minutos com os exercícios dos vídeos)</p> | - Roleta dos movimentos - Random Name Picker ( <b>anexo 1</b> );<br><br>- Músicas ( <b>anexo 2</b> ); | - Realiza os movimentos solicitados enquanto a música toca;<br><br>- Salta a pé coxinho durante o tempo da música, mantendo o equilíbrio;<br><br>- Salta a pés juntos durante o |

|                                        |                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                         |
|----------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Bloco 1 – Perícia e manipulação</p> | <p>- Lançar uma bola em precisão a um alvo fixo, por baixo e por cima, com cada uma e ambas as mãos;</p> <p>- Receber a bola com as duas mãos, após lançamento à parede;</p> <p>- Lançar uma bola em distância com uma mão de cada</p> | <p>A PE pede aos alunos que coloquem dois objetos separados, a definir um limite para o exercício. Este limite são 8 pés (os alunos deverão colocar um pé à frente do outro para medir esta distância).</p> <p>Os objetos podem ser: sapatilhas, chinelos, almofadas, duas caixas, o que tiverem disponível.</p> <p>De seguida, demonstrando, a PE pede que façam os seguintes exercícios (deslocando-se sempre de um objeto para o outro):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Corrida lateral;</li> <li>- Corrida em ziguezague;</li> <li>- Corrida à retaguarda;</li> <li>- Salto em comprimento (saltar a partir de um objeto, tentando alcançar o outro);</li> <li>- Salto em altura (saltar o mais alto possível, repetidamente, até chegar ao outro objeto).</li> </ul> <p>Após realizarem uma vez cada exercício, repetem novamente.</p> <p>Posteriormente, visualizam o vídeo que vai conter um exercício de desenvolvimento (com pelo menos 5 minutos) e um exercício de relaxamento, com uma atividade extra (com pelo menos 10 minutos). *</p> <p>*Este vídeo é uma junção de dois vídeos.</p> | <p>- Exemplo do exercício (<b>anexo 3</b>);</p> <p>- Reação da aplicação ZOOM (<b>anexo 4</b>);</p> | <p>tempo da música, mantendo o equilíbrio;</p> <p>- Desloca-se de um lado para o outro com os movimentos pedidos, mantendo o equilíbrio;</p> <p>- Lança a bola com precisão ao alvo, com uma e com ambas as mãos;</p> <p>- Apanha a bola com uma ou</p> |
|----------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|  |                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                |                                                                                                                                                   |
|--|----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <p>vez e com as duas mãos;</p> <p>- Realizar alongamentos.</p> | <p><b>Relaxamento – <u>10 minutos</u></b></p> <p>Esta parte está incluída no vídeo que os alunos vão visualizar.</p> <p>No final de visualizarem os vídeos, a PE conversa com os alunos sobre o que acharam da aula, pedindo que coloquem a reação “like” do ZOOM, se gostaram da aula.</p> <p><b>Link da reunião:</b></p> <p>Tópico: Planificação Catarina e Carolina</p> <p>Hora: 14 mai 2020 10:30 AM Lisboa</p> | <p>- Imagens jogos realizados nos vídeos (<b>anexo 5</b>).</p> | <p>com as duas mãos;</p> <p>- Lança a bola com a distância necessária;</p> <p>- Realiza os alongamentos, de forma a relaxar todos os membros.</p> |
|--|----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## Anexo 4- Questionário

O meu nome é Carolina Matos e no âmbito da dissertação de Mestrado em Educação Pré-Escolar e Ensino do 1.º Ciclo do Ensino Básico que estou a realizar na Escola Superior de Educação do Instituto Politécnico de Viana do Castelo, pretendo desenvolver um estudo sobre as danças tradicionais portuguesas e a sua aplicação em contexto escolar. Para que seja possível a sua concretização é muito importante a sua colaboração através da resposta ao seguinte questionário. Este questionário é anónimo e confidencial, destinando-se exclusivamente à recolha e tratamento de dados.

### Parte A) Dados pessoais

Data:

Sexo:

Idade:

Habilitações académicas:

Local de formação:

Tempo de serviço:

### Parte B) Atividades Rítmicas Expressivas (Dança)

1. Gosta ou tem algum contato com a dança, que não esteja relacionada com a profissão enquanto professor?

Sim

Não

1.1 se respondeu sim à resposta anterior, que tipo de dança e em que contexto?

2. No âmbito da Educação Física, considera importante o bloco Atividades Rítmicas Expressivas (dança)?

Sim

Não

3. Aborda o bloco Atividades Rítmicas Expressivas nas turmas em que é professor titular?

Nunca

Algumas vezes

Muitas vezes

4. Considera que a sua formação inicial lhe proporcionou ferramentas para o ensino das Atividades Rítmicas Expressivas (dança)?

Sim

Não

4.1 Se respondeu não, consideraria abordar este bloco com maior frequência caso tivesse acesso a mais formação na área?

Sim

Não

5. Quando abordou o bloco das Atividades Rítmicas Expressivas pela primeira vez, como se sentiu?

Nada preparado/a  
Preparado/a  
Muito preparado/a

6. Denota, nas turmas pelas quais já passou, interesse nas Atividades Rítmicas Expressivas?

Sim  
Não

6.1 Se respondeu não, qual/ quais as razões que identifica para tal?

Parte C Danças tradicionais portuguesas

1. Relativamente às danças e músicas tradicionais portuguesas, já participou ou participa em atividades ligadas às mesmas?

Sim  
Não

1.1 Se respondeu sim, qual/ quais?

2. Em algum momento da sua carreira colaborou num grupo de danças tradicionais portuguesas?

Sim  
Não

2.1 Se sim, considera que essa colaboração enriqueceu a sua formação nas Atividades Rítmicas Expressivas?

Sim  
Não

3. Já realizou atividades relacionadas com as danças tradicionais portuguesas junto dos alunos, ou já colaborou em algum projeto envolvendo os alunos e as danças tradicionais portuguesas?

Sim  
Não

3.1 Se respondeu sim, considerou as atividades / projeto importantes para os alunos?

Sim  
Não

4. Tendo em conta a sua experiência, enquanto docente, considera pertinente o ensino das danças tradicionais portuguesas na formação do aluno? Justifique.

5. Na sua opinião, que benefícios considera que as danças tradicionais portuguesas poderão proporcionar aos alunos?