

Carlos Alexandre Teixeira

Relatório de Estágio

Danças Tradicionais Portuguesas na Escola: Métodos de Ensino

Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário



Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro
Vila Real, 2015

Carlos Alexandre Teixeira

Relatório de Estágio

Danças Tradicionais Portuguesas na Escola: Métodos de Ensino

Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário

Supervisor de Estágio: Prof. Doutor Nuno Garrido

Orientadora de Estágio: Prof. Paula Guedes

UTAD

Vila Real, 2015

Relatório de Estágio apresentado à UTAD, no DEP – ECHS, como requisito para a obtenção do Grau de Mestre em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, cumprindo o estipulado na alínea b) do artigo 6º do regulamento dos cursos de 2ºs Ciclos de Estudo em Ensino da UTAD, sob a orientação do Professor Doutor Nuno Garrido e da Professora Paula Guedes.

“Ser Professor

Ser professor é aprender

Aprender... a ser sempre aprendiz

Ensinar... o valor da aprendizagem

Aprender... como facilitar ensinamentos

Ensinar... a valorizar conhecimentos

Aprender... a organizar informação

Ensinar... a ter autodeterminação

Aprender... a respeitar a individualidade

Ensinar... o valor da honestidade

Aprender... a orientar

Ensinar... a partilhar

Aprender... a escutar

Ensinar... a respeitar

Aprender... a importância da benevolência

Ensinar... a valorizar a tolerância

APRENDER e ENSINAR... a saber; a saber fazer;

a saber comunicar e a saber estar.

Ser professor... é por opção o meu ofício,

o meu compromisso, é minha vocação.

APRENDER E ENSINAR É A MINHA MISSÃO.”

(Adaptado de Ildérica Nascimento)

Agradecimentos

Não poderia começar sem agradecer aos meus queridos progenitores, Pai António Teixeira e Mãe Maria Alice Gonçalves pelo enorme esforço durante os últimos 5 anos, apoiando-me incondicionalmente neste percurso académico fazendo com que tudo isto fosse possível.

Aos meus queridos avós maternos José e Alzira que sempre olham para mim com orgulho, sem nunca me esquecer dos paternos Albino e Eulália que me guiam todos os dias bem lá de cima.

Aos meus dois irmãos Victor e Mickael que apesar da distância, guerras ou confusões típicas de irmãos, sempre me ensinaram, como irmãos mais velhos, os principais valores da vida.

Ao meu grande companheiro de guerra David Barbosa por estar sempre do meu lado nos melhores e piores momentos da minha vida académica.

A minha querida “Vizinha” Marta Posse que foi e será sempre aquela irmã e à “Tia” Raquel Travassos por ser uma verdadeira amiga.

Ainda ao grande João Ribeiro e Sérgio Martinho que acreditaram nas minhas capacidades para integrarem as suas equipas no Núcleo de Estudantes de Desporto e Associação Académica da UTAD, respetivamente. Obrigado pelos ensinamentos transmitidos nestes maravilhosos anos de associativismo.

Aos meus amigos de curso Sara Vieira, Ricardo Monteiro, João Matias, Diogo Zério, Cláudia Ferreira e TODOS os outros, família e amigos, que de uma forma ou de outra, marcaram a minha vida com espetaculares momentos que perdurarão para sempre em mim.

A todos os membros do Rancho Folclórico de Macieira da Lixa em especial a minha parceira Filipa e ao presidente Doutor António Carvalho por acreditar sempre no meu potencial e incentivar-me sempre a querer mais.

Por último, a todos os meus professores de curso, inclusive, ensino básico e secundário, em especial a Professora Helena Pinto, a Professora Doutora Ágata Aranha, ao Professor Doutor Nuno Garrido e a Professora Paula Guedes por todo o profissionalismo e conhecimentos transmitidos.

Índice

Capítulo I – Relatório de Estágio	2
1. Introdução	2
2. Componente Letiva/Prática de Ensino Supervisionada	3
2.1. Estudo de turma.....	3
2.2. Planeamento	3
2.3. Balanço.....	4
2.4. Observação	4
2.5. Avaliação	5
2.6. Direção de turma.....	6
3. Componente Não Letiva	7
3.1. Desporto Escolar	7
3.2. Corta-Mato.....	8
3.3. Plano Anual de Atividades	8
a) Dia do Não Fumador.....	8
b) Semana das Broas	9
c) Jornadas Desportivas.....	10
d) Caça aos Ovos	11
3.4. Visita de Estudo	11
3.5. Ação de Informação.....	12
4. Considerações Gerais	13
Bibliografia.....	14
Capítulo II – Documento de Apoio	15
1. Introdução	16
2. Dança	17
3. Danças Tradicionais Portuguesas.....	17
3.1 Malhão	18
3.2 Vira	20
4. A introdução das DTP na Escola	22
5. Considerações Gerais	24
Bibliografia.....	25

Índice de Tabelas

Tabela 1: Passo Malhão	19
Tabela 2: Passo Vira	21

Abreviaturas

DTP – Danças Tradicionais Portuguesas;

EE – Encarregados de Educação;

EF – Educação Física;

RI R13 – Regimento de Infantaria R13;

UD – Unidade Didática;

UTAD – Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro.

Resumo

Este trabalho está dividido em dois capítulos, sendo que o primeiro refere-se ao relatório de estágio onde faço uma descrição pormenorizada do estágio pedagógico que realizei ao longo do último ano letivo (2013/2014), na escola S/3 S. Pedro – Vila Real, onde me foram atribuídas a turma D do 8º ano durante todo o ano letivo, e a turma G do 10º ano para lecionar uma unidade didática. Abordo também a componente não letiva onde refiro o planeamento das atividades extracurriculares realizadas na escola, a execução e o balanço das mesmas; a minha participação e função no desporto escolar; a visita de estudo e ainda o planeamento e realização da ação de informação.

O segundo capítulo aborda o documento de apoio por mim elaborado em consequência da realização da ação de informação, no âmbito do plano de estudos do 2º ano do 2º Ciclo em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, intitulada: “Danças Tradicionais Portuguesas nas Escolas: Métodos de ensino”, tendo como principal objetivo: dar a conhecer, a todos os profissionais e futuros profissionais de Educação Física, métodos e estratégias de ensino das Danças Tradicionais Portuguesas na escola.

Abstract

This paper is divided into two chapters, the first one is a reference to the internship summary, where I do a detailed description about the internship that I've done in S/3 S. Pedro's School, in Vila Real, where I was responsible for the 8^oD and 10^oG classes. I speak about the non-lective part of the internship: the mapping plan of the non-curricular activities done in school and how they were processed.

The second chapter speaks about the support paper, made by me, from the information action that I've made, from the 2nd year of the 2^o Ciclo em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, titled as: "Danças Tradicionais Portuguesas nas Escolas: Métodos de Ensino", having as main subject to make a point to the Physical Education teachers and future teachers, about the main methods and strategies of this subject.



CAPÍTULO I

Relatório de Estágio

1. Introdução

De modo a iniciar o capítulo I, referente ao relatório de estágio, faço uma descrição pormenorizada do estágio pedagógico que realizei ao longo do último ano letivo (2013/2014), na escola S/3 S. Pedro – Vila Real, onde me foi atribuída a turma D do 8º ano durante todo o ano letivo, e ainda a turma G do 10º ano para lecionar apenas uma unidade didática, de forma a obter alguma experiência de lecionação ao ensino secundário. Ao longo desse tempo, tive sempre o acompanhamento dos meus colegas de núcleo de estágio, David Barbosa e Marta Posse, sob orientação da professora Paula Guedes, e supervisão do professor doutor Nuno Garrido da UTAD.

Este capítulo encontra-se dividido em duas partes: na componente letiva/prática de ensino supervisionada onde abordo todos os parâmetros utilizados como: o estudo de turma; o planeamento do programa das unidades didáticas e das aulas; as observações das aulas, quer da orientadora quer dos meus colegas; os balanços das unidades didáticas e das aulas; as estratégias utilizadas e a avaliação teórica e psicomotora – diagnóstica, formativa e sumativa. A segunda parte diz respeito à componente não letiva onde refiro o planeamento das atividades extracurriculares realizadas na escola, a sua execução e o balanço das mesmas; a minha participação e função no desporto escolar, quer no voleibol feminino - equipa sob responsabilidade da minha orientadora, quer no corta-mato; a visita de estudo e ainda o planeamento e realização da ação de informação.

Para finalizar este capítulo, desenvolvi uma breve conclusão, frisando os aspetos positivos e negativos de todas as atividades em que estive envolvido no ano letivo 2013/2014, realizando um breve balanço geral das mesmas.

2. Componente Letiva/Prática de Ensino Supervisionada

O novo sistema de atribuição de qualificação profissional para a docência dá especial valor à área de iniciação à prática profissional consagrando a prática de ensino supervisionada, como o momento privilegiado e insubstituível, de aplicação dos conhecimentos, capacidades, competências e atitudes ao contexto real das situações concretas da sala de aula, da escola e da comunidade escolar segundo o Despacho nº8322/2011 de 16 de Junho.

2.1. Estudo de turma

Para que os professores cumpram com a sua responsabilidade de escolha e aplicação das soluções pedagógicas e metodológicas mais adequadas que se lhes reconhece, é necessário que estes tenham uma caracterização da escola, meio e turma, pois o êxito da planificação depende da mesma. É a partir desta caracterização, que durante a planificação se elaboram as estratégias pedagógicas que contribuam para um melhor processo de ensino-aprendizagem (Aranha, 2007, p.1).

Assim sendo, inicialmente, foi-me proposto realizar um estudo de turma, onde apliquei dois questionários: um de caracterização biográfica: obtendo informações pessoais dos alunos; e o outro de caracterização sociométrica: obtendo indicações de relações interpessoais. Com este estudo, foi-me possível, desde logo, definir algumas estratégias relativamente à organização de grupos e planeamento de exercícios para que estes fossem de encontro às características da turma a lecionar.

2.2. Planeamento

O planeamento, segundo Bento (2003, p.8), significa “uma reflexão pormenorizada acerca da direção e do controlo do processo de ensino numa determinada disciplina, sendo pois evidente a relação estreita com a metodologia ou didática específica desta, bem como os respetivos programas.”

Inicialmente, baseados no “Programa de Educação Física (Reajustamento), Ensino Básico, 3º Ciclo, 2001” e “Programa de Educação

Física, Ensino Secundário, 2001”, e atendendo às condições da escola e material disponível, os professores realizaram um planeamento anual de atividades letivas para cada ano letivo, definindo quais as Unidades Didáticas (UD) a abordar em cada ano e por período.

Partindo da planificação anual, pude realizar o planeamento de todas as UD que lecionei ao 8º D e 10ºG onde defini, para cada aula, os conteúdos, o objetivo específico, a função didática, critérios de êxito, o espaço, material e estratégias a utilizar.

Por último, e consultando o planeamento da UD, realizei um plano de aula para todas as aulas que lecionei em ambas as turmas, onde defini os objetivos operacionais: referindo a ação, o contexto e os critérios de êxito; a sequência e o tempo das tarefas; as estratégias e a organização de cada exercício facilitando-me a condução da aula com o maior sucesso.

2.3. Balanço

Relativamente às UD e planos de aula efetuados, desenvolvi um balanço quer no final de cada UD quer no final de cada aula de forma a detetar todas as causas de sucesso ou insucesso, das estratégias e das metodologias adotadas, associando-as com o sucesso ou insucesso da turma de modo a corrigir e melhorar as mesmas. Estes balanços foram baseados nas reflexões realizadas pessoalmente após o término de cada aula/UD, relativamente ao sucesso e insucesso dos alunos, nas modificações necessárias aquando da execução das aulas e UD e nas sugestões da minha orientadora de estágio e dos meus colegas de núcleo de estágio partilhadas nas reuniões semanais.

2.4. Observação

“Aprende-se muito através da observação e o ensino não constitui uma exceção. A observação regular de aulas e uma discussão de qualidade sobre o desempenho constituem uma componente extremamente importante do processo de desenvolvimento pessoal e profissional de qualquer professor,

independentemente do seu nível de conhecimento e experiência” (Reis, 2011, p.12).

Incumbia-me, como tarefa obrigatória do estágio pedagógico, realizar 20 observações às aulas lecionadas pela minha orientadora Paula Guedes logo no início do ano letivo, o que me permitiu analisar o comportamento e empenho dos alunos, as estratégias utilizadas e o seu sucesso, sendo que, a primeira observação realizei-a seguindo a normas da Prática Pedagógica Supervisionada (PPS), fazendo um registo anedótico em ordem ao tempo, no entanto, não atribuí qualquer nota como é pretendido na PPS. As restantes 19 observações realizei uma Gestão do Tempo de Aula, em que o principal objetivo desta, é verificar o tempo de atividade motora da aula. Realizei ainda 45 observações, também à gestão do Tempo de Aula, aos meus colegas de estágio – David e Marta, permitindo assim dar-lhes o meu feedback, positivo ou negativo, nas reuniões semanais realizadas na escola, entre o núcleo de estágio e a orientadora. Dessas observações pude ainda analisar algumas estratégias utilizadas por eles de forma a introduzi-las e adapta-las às aulas que lecionei.

2.5. Avaliação

No que se refere à avaliação, esta divide-se em dois tipos: teórica e psicomotora. Relativamente à avaliação teórica, realizei um teste escrito em cada período que abrangia as UD lecionadas. Relativamente à avaliação psicomotora, foi realizada em cada UD e divide-se em três momentos diferentes de avaliação: Diagnóstica (inicial); Formativa (intermédia) e Sumativa (final).

Estas avaliações, segundo Aranha (2004, p.13), “permitem ajustar de forma sistemática, os objetivos e as estratégias, adequando a atividade pedagógica do professor às necessidades dos alunos, garantindo o sucesso da aprendizagem.”

Desta forma, realizei a avaliação diagnóstica no início de todas as UD de forma a analisar o nível e capacidade motora de todos os alunos da turma no

que se refere à modalidade em questão. Para isso, elaborei uma ficha de observação e registo de comportamentos referente à turma, para cada UD.

A avaliação formativa ou avaliação intermédia permitiu-me, como refere (Aranha, 2004, p.14) ver a evolução dos alunos, individualmente, e posteriormente proceder à classificação de cada aluno, nos três domínios de aprendizagem – socio-afetivo, cognitivo e psicomotor.

Realizei por último a avaliação sumativa no final de cada UD, aplicando a mesma ficha de observação e registo de comportamentos inicialmente aplicada na avaliação diagnóstica, de modo a avaliar os resultados dos alunos e compará-los com os resultados obtidos na avaliação diagnóstica, verificando assim, o grau de sucesso do processo ensino-aprendizagem.

No final de cada período, realizei ainda com os alunos, a autoavaliação. Assim, foi-me possível avaliar a perceção do aluno sobre a sua prestação ao longo das aulas de Educação Física (EF).

2.6. Direção de turma

Mediante o Dec. Lei n.º 30/2002 verifica-se que o diretor de turma, enquanto coordenador do plano de trabalho da turma, é particularmente responsável pela adoção de medidas tendentes à melhoria das condições de aprendizagem e à promoção de um bom ambiente educativo, competindo-lhe articular a intervenção dos professores da turma com os pais e Encarregados de Educação (EE) e colaborar com estes no sentido de prevenir e resolver problemas comportamentais ou de aprendizagem.

Desta forma, ao longo de um período letivo, todas as sextas-feiras acompanhei a minha orientadora realizando as tarefas de diretor de turma no que toca a justificação de faltas; comunicação das faltas aos EE; reuniões com os EE e realização de processos disciplinares, ou qualquer outro assunto que se enquadre na função do diretor de turma.

3. Componente Não Letiva

A componente não letiva refere-se às atividades que decorrem fora das aulas, nomeadamente ao Desporto Escolar e às atividades que constam no Plano Anual da Escola.

3.1. Desporto Escolar

“Definindo como finalidades próprias a promoção da saúde, o desenvolvimento da cidadania e a formação de bons candidatos a praticantes desportivos, o Desporto Escolar é o único serviço do Ministério da Educação que desenvolve atividades pedagógicas num domínio educativo predominantemente relacionado com a motricidade humana e que organiza atividades interescolar com um carácter sistemático, em todo o território nacional” (Sousa & Magalhães, 2006, p.7).

Posto isto, a Escola S/3 S. Pedro disponibilizou este ano letivo várias modalidades desportivas como: badminton, futsal, voleibol, natação, sendo que, a professora Paula Guedes ficou responsável pela equipa de voleibol feminino que contando com cerca de 14 alunas, treinaram todas as Quartas-feiras das 16h45 às 18h15.

Inicialmente, estávamos presentes em todos os treinos os três elementos do núcleo de estágio auxiliando a nossa orientadora dedicando-nos cada um a um pequeno grupo de alunas. No entanto, posteriormente, decidiu-se vir apenas um estagiário por semana, tendo este mais autonomia e responsabilidades no treino, principalmente na ausência da orientadora devido às reuniões de departamento.

Ao longo do ano a equipa teve duas deslocações para competir com outras escolas e teve ainda duas jornadas a disputar em Vila Real. Nestas, a nossa presença era opcional, estando assim presente apenas na jornada disputada em Vila Real, no Pavilhão Municipal de Vila Real, onde participei na organização do espaço, no controlo da pontuação e ainda dando algum feedback e motivação às alunas.

3.2. Corta-Mato

No dia 30 de Outubro de 2013, o nosso núcleo de estágio participou na organização do corta-mato escolar da cidade de Vila Real, organizado pela Escola S/3 S. Pedro em conjunto com o Regimento de Infantaria Nº13 (RI Nº13). Este decorreu na Fraga da Almotolia onde auxiliámos os professores responsáveis da prova na fiscalização dos dorsais dos alunos participantes.

3.3. Plano Anual de Atividades

Para além das funções relatadas anteriormente, foi-nos solicitado organizarmos, ao longo do ano letivo, atividades para a comunidade escolar. Assim, no início do ano, realizamos um Plano Anual de Atividades em que inicialmente contava com a colaboração do outro núcleo de estágio da escola mas à medida que as atividades foram sendo realizadas decidimos, por bem, cada núcleo organizar as suas atividades. Nesse plano, definimos quais as atividades a organizar, as datas, e os objetivos das mesmas. Para cada atividade, o núcleo de estágio elaborou um projeto da atividade, um regulamento, um cartaz de divulgação, e um relatório da atividade. Se a atividade o exigisse, abríamos inscrições para os alunos, realizando assim, uma ficha de inscrições.

a) Dia do Não Fumador

De forma a comemorar o dia do Não Fumador, tendo como principal objetivo sensibilizar e alertar os alunos para os efeitos do tabaco, propusemo-nos a organizar, paralelamente a algumas atividades a decorrer na escola e como vem sendo habitual em anos anteriores, os Jogos Tradicionais. Estes tinham como população alvo, todos os alunos do 7º ano e contava com alguns jogos habituais de anos anteriores mas também com algumas inovações decididas pelo nosso núcleo de estágio. A atividade teve uma avaliação pessoal bastante positiva, pois a adesão por parte dos alunos foi significativa e decorreu conforme planeado.

b) Semana das Broas

A escola S/3 S. Pedro tem como tradição comemorar a “Semana das Broas”. Esta realiza-se sempre na última semana de Janeiro, tendo decorrido este ano de 29 de Janeiro a 5 de Fevereiro de 2014, e é uma semana repleta de atividades dos diferentes departamentos da escola. De modo, a que o departamento de desporto participasse nestas comemorações, decidimos organizar atividades nos dias 3 e 4 para toda a comunidade escolar.

No dia 3 de Fevereiro, com o apoio da Escola Fixa de Trânsito de Vila Real e do Kartódromo de Vila Real, realizamos a atividade intitulada: “Go Go Karts”. Esta estava organizada em três espaços diferentes: no espaço coberto - delimitamos um percurso que os alunos tinham de percorrer, dois de cada vez, onde cada um conduzia um carrinho de pedal, tendo que evitar os obstáculos ao longo do percurso e voltar para o local de partida. Realizamos um registo de tempo de prova para cada participante, contando para a classificação geral, obtendo assim os três melhores classificados, sendo-lhes entregue um pequeno prémio posteriormente; no Campo 1 – realizamos, com a permanência de um agente da autoridade, um trajeto rodoviário composto por diversos sinais de trânsito, em que os alunos percorriam-no, respeitando sinalética. Caso não cumprissem corretamente o trajeto, o agente da autoridade intervinha de forma a explícita e esclarecedora. Caso surgisse alguma dúvida por parte dos participantes, o agente prontamente a esclarecia; no Campo 2 – delimitamos um simples percurso com pneus em que, um aluno de cada vez, tinha a oportunidade de experimentar e conduzir um Kart. Por motivos de segurança, o Kart estava limitado na sua velocidade e o participante, para além do capacete obrigatório, tinha sempre o acompanhamento de algum responsável ao longo do percurso. Este espaço proporcionou aos alunos uma vivência diferente, repleta de adrenalina.

No dia 4 de Fevereiro era dia de mais duas atividades. Uma primeira consistiu numa aula de dança intitulada de “Ritmos Latinos”, coordenada pela professora Daniela Rocha, no pátio interior da escola. A segunda, intitulada “SeringaBall”, um jogo semelhante ao Paintball realizado com tinta lançada por seringas. O jogo era constituído por duas equipas com o objetivo de atingir com tinta os elementos da equipa adversária, tendo estes de levantar

imediatamente o braço e retirar-se da prova. Cada equipa tinha a sua cor de tinta e diversos depósitos ao longo do “campo de batalha” para reabastecer. Os elementos das equipas tinham direito a uma seringa, uns óculos de proteção e um saco de plástico para vestirem protegendo assim a roupa. A prova realizou-se num dos jardins da escola S/3 S. Pedro, tinha 5 minutos de duração e era definido como vencedora a equipa que terminasse com mais elementos em prova.

No geral, o balanço das atividades foi muito positivo, pois mesmo estando a chover constantemente, houve uma adesão enorme por parte dos alunos ao longo dos dois dias de atividades.

c) Jornadas Desportivas

Nos dias 6 e 7 de Março de 2014 esteve instalada no campo exterior de basquetebol, uma parede de escalada do RI N°13. Apesar de esta atividade estar planeada para o final do 2º período, foi necessário antecipar a sua realização devido à indisponibilidade do RI N°13 na data prevista de realização.

Esta atividade permitiu a todos os alunos interessados a participar superarem as suas capacidades motoras tendo que subir a parede de escalada e descer em Rappel.

A montagem e a segurança da parede ficou a cargo do RI N°13, assim como a explicação e respetivas normas de segurança realizada a todos os participantes.

Em simultâneo a esta atividade, foram realizadas palestras ao ensino secundário com o objetivo de transmitir informações sobre a carreira militar.

Para esta atividade, contamos com o apoio de alguns professores que encaminharam as suas turmas para os locais da atividade permitindo-lhes a realização em tempo de aulas.

O balanço da atividade é bastante positivo sendo que a adesão dos alunos foi bastante grande.

d) Caça aos Ovos

No dia 4 de Abril, com a finalidade de encerrar o 2º período escolar, comemorando a Páscoa, o núcleo de estágio decidiu realizar mais uma atividade desta feita intitulada: “Caça aos Ovos”, semelhante à “Caça ao Tesouro”.

Esta atividade realizou-se na parte exterior da escola, apenas para os alunos das turmas lecionadas pelos estagiários. Estes, organizados por equipas, tinham um mapa da escola, com alguns pontos sinalizados, onde teriam de encontrar os ovos de chocolate.

Quando todos os ovos eram encontrados, os alunos tinham que regressar ao ponto de partida para se realizar a contagem dos mesmos.

Apesar de ser mais uma atividade em que a meteorologia não esteve a nosso favor foi, no meu ponto de vista, mais uma atividade de sucesso, com uma boa adesão e muito divertimento por parte dos alunos.

3.4. Visita de Estudo

O estágio foi, sem dúvida, muito mais do que uma simples experiência de sala de aula. Mais do que as aulas lecionadas, a nossa orientadora professora Paula Guedes proporcionou-nos outro tipo de vivências como referi anteriormente mas não se ficaram por aí.

Após decisão da escola em realizar uma visita de estudo para o 9º ano letivo a Espanha, a professora Paula Guedes, após obter autorização dos responsáveis da viagem, lançou-nos o convite para irmos nessa viagem.

A visita de estudo realizou-se no dia 3 de Abril, onde saímos bem cedo de Vila Real, acompanhando as turmas E e F do 9º ano, com destino à Corunha. Após a chegada, deslocamo-nos de imediato à “Casa del Hombre”. Realizada a visita, instalámo-nos ainda dentro do edifício num espaço agradável para almoçarmos. Após almoço, deslocamo-nos para o “Aquarium Finisterrae” e, ainda antes do regresso a casa, fomos visitar as instalações do “Estádio Municipal de Riazor”, onde joga o “Real Club Deportivo de La Coruña”.

Foi uma experiência fantástica onde, para além dos bons momentos e recordações que guardo com os meus colegas de estágio e corpo docente presente, tive a oportunidade de interagir com os alunos num contexto diferente da sala de aula, sem nunca esquecer as minhas responsabilidades.

3.5. Ação de Informação

Com a missão de organizar uma ação de informação relacionada com a EF nas escolas, e tendo a liberdade de escolher um tema do meu interesse decidi então optar por algo pouco habitual em EF e que me é bastante familiar.

Desde 2006, sensivelmente, incorporei um grupo da minha terra que tem como objetivo dar a conhecer às pessoas, as tradições, roupas e costumes da minha região e dos nossos antepassados. Este grupo, chama-se “Rancho Folclórico de Macieira da Lixa” e, apesar da ideia errada que paira pela nossa população mais jovem em que o rancho é algo antiquado e fora de moda, é sem dúvida uma escola repleta de ensinamentos. Com este, conhecemos novas terras, novos países, novas gentes, novos costumes e tradições que existem pelo mundo fora.

Vendo noutra perspetiva, a dança proporciona o desenvolvimento de atividades lúdicas, simbólicas e criativas que são de extrema relevância para o desenvolvimento total da criança (Papalia & Olds, 2000).

Assim sendo, decidi aprofundar este tema, desenvolvendo-o e dando a conhecer a profissionais e futuros profissionais de EF métodos de ensino das danças tradicionais portuguesas. Este intitula-se “Danças Tradicionais Portuguesas na Escola – Métodos de Ensino” e consiste na explicação de dois passos básicos das Danças Tradicionais Portuguesas (DTP), como iniciação da implantação do mesmo nas escolas.

4. Considerações Gerais

Em jeito de conclusão, penso que o estágio pedagógico, assim como todas as atividades realizadas nele, quer a nível teórico na elaboração de documentos, como: - estudo de turma, UD, Planos de aula, balanços e observações, quer a nível prático, como: as aulas lecionadas, o desporto escolar, as atividades idealizadas e organizadas por mim e pelos meus colegas e a visita de estudo, foram, sem dúvida, a melhor experiência e ensinamento que a universidade me proporcionou nestes cinco longos anos de Licenciatura em Educação Física e Desporto Escolar e Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário.

Pela primeira vez, tive a oportunidade de lecionar uma turma que inicialmente me era desconhecida, onde a relação era apenas de professor/alunos, onde senti a responsabilidade do profissionalismo e do importante papel que o professor tem para os alunos, algo diferente do que lecionar para os meus colegas de turma. Assim, e tendo uma turma inteiramente à minha responsabilidade, tive de definir estratégias para ter o interesse e empenho dos alunos, gerir o tempo das aulas, adaptar os exercícios quando estes não eram eficazes, encarar com autoridade qualquer mau comportamento ou atitude dos alunos, e ser para os alunos um professor exemplar. Nesta difícil missão, tive sempre por perto, a minha orientadora de estágio que, desde início, me deu a liberdade de conduzir as aulas da forma como achava mais correto, intervindo apenas se achasse realmente necessário, sem nunca me retirar autoridade perante os alunos.

Foi sem dúvida uma experiência positiva que me fez perceber o principal papel do professor; fez-me ganhar um carinho especial pelos alunos a quem lecionei aulas; fez-me gostar da profissão de ser professor e mostrou-me que é isto que eu quero ser e fazer no meu futuro a nível profissional, pois como diz o velho ditado: *“Quem corre por gosto não cansa”*.

Bibliografia

ARANHA, A. (2004). *Organização, planeamento e avaliação em educação física*. Série Didáctica – Ciências Sociais e Humanas, nº 47. Vila Real: UTAD;

ARANHA, A. & COELHO, M. (2007). *Modelo de um estudo de turma – Estágio pedagógico em educação física e desporto*. Série Didáctica – Ciências Aplicadas, nº 333. Vila Real: UTAD;

Bento, J. (2003). *Planeamento e Avaliação em Educação Física*. (3ª Ed.). Lisboa: Livros Horizonte, Lda. ISBN 972-24-1298-1.

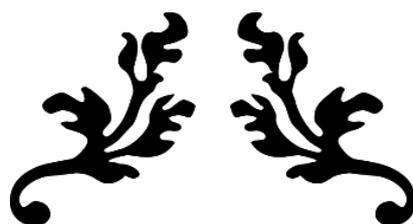
Decreto-Lei nº 30/2002 de 20 de dezembro. Diário da República nº294 – I Série A. Lisboa.

Despacho nº8322/2011, de 16 de Junho de 2011. Diário da República nº115 – 2ª série.

Papalia, D. & Olds, S. (2000). *Desenvolvimento Humano*. Trad. Daniel Bueno. 7ª ed. Porto Alegre: Artes Médicas Sul.

Reis, P. (2011). *Observação de Aulas e Avaliação do Desempenho Docente*. Cadernos do CCAP – 2.

Sousa, J. & Magalhães, J. (2006). *Desporto Escolar – Um Retrato*. Editorial do Ministério da Educação.



CAPÍTULO II

Documento de Apoio

1. Introdução

Neste capítulo, apresento o documento de apoio por mim elaborado em consequência da realização da ação de informação, no âmbito do plano de estudos do 2º ano do 2º Ciclo em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, intitulada: “Danças Tradicionais Portuguesas nas Escolas: Métodos de ensino”, que decorreu no dia 14 de Maio de 2014, pelas 16 horas, na Nave dos Desportos da UTAD.

O tema escolhido advém, sob proposta, da realização de um estudo relacionado com a escola, e sendo, no meu ponto de vista, fulcral a introdução das DTP no âmbito escolar, de modo a proporcionar aos alunos vivências e costumes dos seus antepassados, optei por desenvolver este tema, tendo como principal objetivo: dar a conhecer, a todos os profissionais e futuros profissionais de Educação Física, métodos e estratégias de ensino das DTP na escola.

A Ação de Informação teve a duração aproximada de 60 minutos, constituída por 10 minutos de vertente teórica, referindo a história da dança, das DTP, e as suas vantagens educativas, e 45 minutos de vertente prática, demonstrando e explicando progressões pedagógicas dos passos básicos “Malhão” e “Vira”. No final, reservei 5 minutos para eventuais questões e para os devidos agradecimentos a todos que contribuíram para a realização da ação de informação. Foi ainda entregue a cada participante, um panfleto com toda a informação da ação de informação.

Assim, esta ação de informação teve como objetivo proporcionar aos formandos, a possibilidade de adquirirem um conhecimento básico sobre a história das DTP, obterem um conhecimento básico sobre os passos básicos, e adquirirem algumas progressões e métodos de ensino dos passos básicos de forma a serem capazes de planear uma ou mais sessões de DTP.

No final do capítulo, elaborei uma breve conclusão da ação de informação, frisando essencialmente os aspetos positivos e negativos da atividade.

2. Dança

“Desde os princípios da Humanidade que a dança assumiu um caráter de entretenimento, uma manifestação artística e uma forma de culto, utilizada em festas religiosas. A partir dos séculos XV e XVI, a dança começou a ter um sentido social de recreação.

Na dança, através do corpo é possível transmitir um conjunto de significados, de sentimentos e de emoções. A conjugação de movimentos simples e naturais contribuem para o aperfeiçoamento do esquema corporal, da criatividade e do sentido estético.

Música, corpo e movimento ligam-se em construções coreográficas individuais ou em grupo” (Costa & Costa, 2012, p. 226).

“As danças são uma das mais fortes e pujantes expressões da alma e do sentimento do povo.” Este refere ainda que “é tão natural bailar como cantar e, por isso, é natural que nos seus momentos de folguedo e alegria, e nas suas ocasiões de festa baile, cante e dance” (Ribas, 1961, p. 10 - 11).

3. Danças Tradicionais Portuguesas

As DTP são entendidas as danças que o povo de Portugal Continental e Ilhas Adjacentes bailou noutros tempos ou ainda hoje baila (Ribas, 1961, p. 15). Estas são consideradas a expressão mais espontânea da Arte. Cada uma das danças tem uma história, uma tradição ancestral, que significa, muitas das vezes, a atitude do grupo social perante a vida e o meio ambiente. Muitas das danças foram inspiradas no trabalho do campo/mar, outras no “jogo” de galanteio (Romão & Pais, 2012, p. 180).

Não existe uma dança que se baile em todo o país. Estas variam de região em região, de Norte a Sul do país. Aliado a esta variedade está o traje, este varia ainda consoante a ocasião. No entanto, na sua variedade e diversidade, as DTP têm todas algo em comum, pois são, de uma maneira geral, alegres, bem ritmadas e ricas de voltas e posições, sendo duas das suas maiores características o facto de serem quase sempre cantadas e serem sempre dançadas por várias pessoas (Ribas, 1961, p. 16).

As DTP podem dividir-se em quatro grandes grupos: as danças antigas – são as danças que outrora o povo bailou nas festas e romarias mas que no

entanto já as esqueceu, como por exemplo, “a bailia”, “o bailharote”, “a chacota”, entre outras; as danças religiosas – são igualmente danças postas de parte. Estas eram dançadas nos cortejos das procissões religiosas. Com o passar do tempo as danças religiosas como, a “mourisca”, o “império”, a “judenga”, entre outras foram proibidas pela Igreja o que originou a sua extinção apesar de algumas ainda subsistirem em algumas regiões do país mas em contextos diferentes do contexto religioso; as brincadeiras e jogos bailados – apesar de algumas não serem realmente danças verdadeiras são, pelo seu aspeto geral, consideradas danças tradicionais que o povo, nos dias de hoje, ainda se diverte com grande número de brincadeiras bailadas e jogos bailados como, a “carreirinha”, a “farrapeira”, o “regadinho”, entre outros; as danças atuais – são as danças tradicionais que ainda hoje o povo baila como, o “malhão”, o “vira”, a “chula”, o “corridinho”, entre outros. Destas, decidi destacar as duas primeiras, por serem, no meu ponto de vista, as danças básicas das DTP, e por serem as danças típicas da minha região.

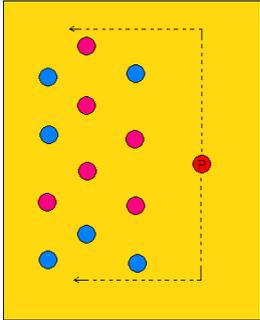
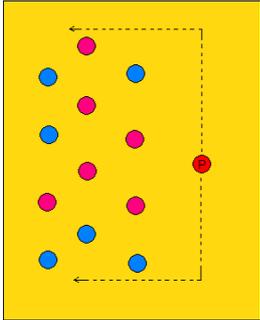
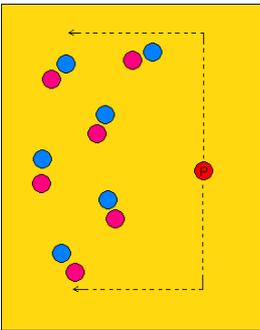
3.1 Malhão

O Malhão que também pode ser conhecido pela “Moda das Caminhadas” é uma dança muito semelhante à “chula”, tipicamente minhota, do Minho Litoral, no entanto também se dança na Beira-Alta. Sendo esta muito antiga, tem como acompanhamento musical os instrumentos e o cantador.

Existem inúmeras variantes, tanto musicais como na forma de se dançar, como o “Senhor da Pedra”, a “rusga”, o “Chora a Videira”, entre muitos outros. No entanto, todos eles são dançados com os mesmos passos, variando apenas se é dançado em roda ou em filas, o número de pares a dançar, e os movimentos a realizar.

Assim, apresento de seguida (tabela 1), três progressões para o Malhão onde faço uma breve descrição das mesmas e apresento ainda a organização da turma. Estas progressões contêm algumas condicionantes que penso serem determinantes para uma melhor e mais fácil aprendizagem do passo em causa.

Tabela 1: Passo Malhão

Progressões	Descrição	Organização
<p>1ª</p>	<p>Os alunos organizados em “Xadrez”, individualmente, para que todos consigam visualizar o professor.</p> <p>Ao ritmo da música, o professor estabelece um ritmo onde todos têm de contar “1, 2, 3”, batendo palmas em simultâneo.</p>	
<p>2ª</p>	<p>Os alunos organizados em “Xadrez”, individualmente, para que todos consigam visualizar o professor.</p> <p>Realizam passos no local ao ritmo definido anteriormente, (Ex: 1, 2, 3 – Direito, Esquerdo, Direito).</p> <p>Continuando a realizar o passo, acrescentam a rotação sobre o último passo. Por último, inserem os braços levantados acima da cabeça, afastados.</p>	
<p>3ª</p>	<p>Os alunos organizados em “Xadrez”, dois a dois, para que todos consigam visualizar o professor.</p> <p>Realizam o passo “Malhão”, coordenado com o colega, deslocando-se para a direita e para a esquerda seguindo a ordem do professor.</p> <p>Visto estarem frente a frente funcionam como espelho (Enquanto um realiza Direito, Esquerdo Direito, o par realiza Esquerdo, Direito, Esquerdo).</p>	

3.2 Vira

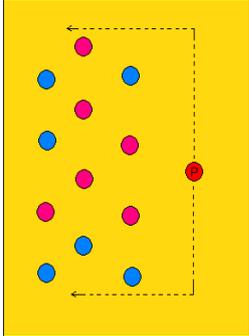
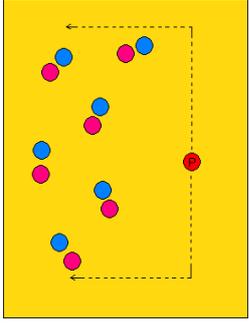
O Vira é das DTP mais antigas. Estas foram caracterizadas como uma dança minhota, em meados do séc. XVI, pelo poeta Gil Vicente na sua peça “Nau d’Amores”. Apesar de ser uma dança tradicional minhota, o “vira” dança-se, embora de maneira diferente, em quase todo o país. É por isso, de uma maneira geral, a DTP mais característica e popularizada.

Geralmente o Vira dança-se aos grupos de quatro pessoas, isto é, de dois pares e tem como acompanhamento musical instrumentos e o cantador, no entanto, por vezes, só se faz acompanhar pelos instrumentos.

Existem inúmeras variantes, tanto musicais como na forma de se dançar, como o “vira de roda”, o “vira roubado”, o “vira galego”, entre muitos outros. No entanto, todos eles são dançados com os mesmos passos, e é dançado a pares, variando apenas se é dançado em roda ou em filas, o número de pares a dançar, e os movimentos que realizam.

Assim, apresento de seguida (tabela 2), três progressões para o Vira onde faço uma breve descrição das mesmas e apresento ainda a organização da turma. Estas progressões contêm algumas condicionantes que penso serem determinantes para uma melhor e mais fácil aprendizagem do passo em questão.

Tabela 2: Passo Vira

Progressões	Descrição	Organização
<p>1^a</p>	<p>Os alunos organizados em “Xadrez”, individualmente, para que todos consigam visualizar o professor.</p> <p>Ao ritmo da música, o professor estabelece um ritmo onde todos têm de contar “1, 2, 3”, batendo palmas em simultâneo.</p>	
<p>2^a</p>	<p>Os alunos organizados em “Xadrez”, individualmente, para que todos consigam visualizar o professor.</p> <p>Realizam passos no local ao ritmo definido anteriormente, (Ex: 1, 2, 3 – Direito, Esquerdo, Direito).</p> <p>Continuam a realizar o passo mas agora saltitando entre dois “quadrados imaginários” (3 passos num, 3 passos no outro e assim sucessivamente) e em pontas dos pés sem apoiarem os calcanhares.</p> <p>Por último, inserem os braços levantados acima da cabeça, afastados.</p>	
<p>3^a</p>	<p>Os alunos organizados em “Xadrez”, dois a dois, e frente a frente, para que todos consigam visualizar o professor.</p> <p>Realizam o passo “Vira”, coordenado com o seu par, deslocando-se para a direita e para a esquerda seguindo a ordem do professor.</p> <p>Visto estarem frente a frente funcionam como espelho (Enquanto um realiza os passos para o “quadrado imaginário” da direita o seu par realiza para o da esquerda).</p>	

4. A introdução das DTP na Escola

“Todo trabalho a ser desenvolvido na educação psicomotora deve buscar a brincadeira musical, aproveitando que existe uma identificação natural da criança com a música. A atividade deve estar muito ligada à descoberta, e à criatividade” (Brito, 2003, p. 23).

A identificação que a criança tem pela música, segundo Ferreira & Rubio (2012, p. 8), faz desta uma aliada nas intervenções motoras, proporcionando à criança, ao mesmo tempo, alegria e aprendizagem. A vivência escolar é a ocasião em que a criança mais desenvolve o seu esquema estrutural e a música aliada à psicomotricidade torna-se uma ferramenta importante no desenvolvimento corporal, consolidando um caminho para um desempenho global saudável.

As DTP podem dividir-se em três aspetos: o ritmo, a música e a dança. O ritmo torna a forma leve e graciosa, obriga a fixar a atenção e aumentando a nossa vontade e a nossa alegria, contribui poderosamente para a economia das forças. A música é um ótimo meio para facilitar a prática de movimentos energéticos, ligeiros, executados num certo ritmo. Esta deve ser estimulante, ativa e sadia estando assim, em harmonia com a vida. A dança junta todas as espécies de arte, recapitula aspetos que se sobrepõem, se constroem, se combinam. Relativamente ao corpo humano, a dança obriga a realizarmos movimentos fortes e complexos, ao contrário dos pensamentos que não se ligam unicamente ao corpo mas também a ideias de imagens sugestivas, agindo de uma forma estimulante sobre a vida da alma (Guerreiro, 1942).

Ao ensinarmos danças tradicionais na escola, refere Chaves (1966, p.31), podem surgir-nos três tipos de alunos: os de percepção imediata; os que chegam a aperceber-se mediante a força dos estímulos; e os que, embora pela lógica percebam, são incapazes de interiorizar as circunstâncias.

Este, refere ainda o quão fundamental é, a introdução das DTP nas escolas tendo esta, várias vantagens, tais como: é fornecida uma variada gama de elementos culturais sobre outras ciências; permite a participação num raciocínio de conjugação de valores, de conclusões e de descoberta que em muito desenvolve a sua atividade intelectual; recai uma força que obriga a uma maior abertura, a uma maior receptividade, a uma maior amplitude e capacidade

de entender, justificar e amar os outros; dá a conhecer as manifestações genuinamente portuguesas que ainda lhes palpitam no subconsciente; leva aos jovens a ideia de que o Folclore é uma arte viva, dinâmica e não a representação dum número variável de danças, “que já ninguém dança”; Analisa a sua ação e a dos companheiros, nos diferentes tipos de situação, apreciando as qualidades e características do movimento; dá a conhecer a origem cultural e histórica das DTP e identificar as suas características bem como as zonas geográficas a que pertencem.

5. Considerações Gerais

“Aprendei-as e bailai-as com alegria e orgulho, porque quem canta e baila as canções e danças do povo do País em que nasceu testemunha um alto exemplo de patriotismo, cultura e amor cívico” (Ribas, 1961, p. 149).

Em jeito de conclusão, penso que a ação de informação foi bastante enriquecedora, quer para mim, devido à pesquisa que fui obrigado a realizar para a desenvolver, captando mais informações sobre o assunto em causa, quer para os participantes desta ação que, quer já tivessem algum conhecimento sobre as DTP ou não, foi-lhes transmitido diferentes formas de lecionar um diferente tipo de dança, pouco usual nas escolas e com um elevado valor cultural e patrimonial.

Com esta ação de informação, foi-me possível ainda, verificar que é possível ensinar este tipo de danças, de uma forma bastante divertida, a qualquer pessoa, mesmo que algumas tenham menos aptidão para a dança, sendo que se torna uma modalidade bastante integradora, visto que pode ser executada não só a nível individual, mas também a pares e em grupos mais numerosos.

Bibliografia

Brito, T. A. (2003). *Música na educação infantil*. 2ª ed., São Paulo: Peirópolis.

CHAVES, I. C. S. (1966). *Valor Pedagógico das Danças Folclóricas*. Dissertação final de curso, Instituto Superior de Educação Física de Lisboa, Portugal.

Costa, M., Costa, A. (2012). *Educação Física 7/8/9*. (1ª Ed.). Porto: Areal Editores.

Ferreira, L. & Rubio, J. (2012). *A Contribuição da Música no Desenvolvimento da Psicomotricidade*. Revista Eletrônica Saberes da Educação – Vol 3 – Nº1. Acedido Outubro 9, 2014, em <http://www.facsao Roque.br/novo/publicacoes/pdf/v3-n1-2012/lucia.pdf>

Guerreiro, J. (1942). *A Dança na Educação Física Feminina*. Relatório de Estágio. Instituto Superior de Educação Física de Lisboa, Portugal.

Ribas, T. (1961). *Danças do Povo Português*. Coleção Educativa – Série F – Número 8.

Romão, P., Pais, S. (2012). *Educação Física parte 4* (1ª Ed). Porto: Porto Editora.