



Instituto Politécnico de Lisboa
Escola Superior de Dança

A articulação entre a aula de técnica de dança clássica e
o repertório: Contributo de natureza técnico-artística em
função do aperfeiçoamento do repertório clássico -
3º ano da Escola de Dança do Orfeão de Leiria

Anadélia Magnelli Giscafre Fernandes

Orientação:

Professora Doutora Vanda Maria dos Santos Nascimento

Relatório Final de Estágio apresentado à Escola Superior de Dança,
com vista à obtenção do grau de Mestre em Ensino de Dança

Setembro 2014



Instituto Politécnico de Lisboa
Escola Superior de Dança

A articulação entre a aula de técnica de dança clássica e
o repertório: Contributo de natureza técnico-artística em
função do aperfeiçoamento do repertório clássico -
3º ano da Escola de Dança do Orfeão de Leiria

Anadélia Magnelli Giscafre Fernandes

Orientação:

Professora Doutora Vanda Maria dos Santos Nascimento

Relatório Final de Estágio apresentado à Escola Superior de Dança,
com vista à obtenção do grau de Mestre em Ensino de Dança

Setembro 2014

Agradecimentos

À Professora Doutora Vanda Nascimento, cuja orientação, contribuiu, efetivamente para a realização deste relatório. Obrigada pela paciência, apoio e incentivo nas situações de maior incerteza.

À Professora Doutora Vera Amorim e à Mestre Ana Silva Marques, pelo apoio, partilha e ensinamentos durante o Curso de Mestrado em Ensino de Dança.

Aos meus pais, que, apesar da distância, apoiaram todo o meu percurso.

Aos professores e colegas da ESD, pelo apoio que demonstraram durante a trajetória do curso de Mestrado.

À EDOL por me ter proporcionado a realização do estágio, dando-me todo o apoio necessário.

À professora Ana Manzoni pela sua partilha, disponibilidade e encorajamento permanente durante todo o decorrer do estágio.

A todos os alunos onde se desenvolveu o estágio, que me proporcionaram momentos de alegria, carinho e partilha.

Resumo

O presente relatório, elaborado no âmbito do curso de Mestrado em Ensino de Dança, da Escola Superior de Dança, é referente ao Estágio que decorreu na Escola de Dança do Orfeão de Leiria (EDOL), na disciplina de técnica de dança clássica e na de repertório clássico, com uma turma do 3º ano de dança/7º ano académico.

O estágio teve como enfoque, incrementar a interdisciplinaridade entre as duas áreas de intervenção, organizando um conjunto de estratégias e abordagens metodológicas para desenvolver e aprimorar as capacidades técnicas e artísticas dos alunos, para a realização de um fragmento do bailado de repertório clássico, denominado: “*The Naiade and The Fisherman*”, de Jules Perrot.

Para sustentar o nosso estudo, foi realizada uma revisão crítica da literatura e recolha de elementos teóricos que apoiaram a nossa intervenção prática, nomeadamente, no enquadramento das duas áreas de intervenção e no suporte para o desenvolvimento da sua articulação eficaz.

Tendo por base fundamentos da Investigação-ação, foram utilizados instrumentos e técnicas de recolha de dados qualitativos e quantitativos que permitiram fomentar a constante reflexão sobre a ação.

Os resultados obtidos após a recolha, análise de dados e conclusão do estágio, permitiu-nos refletir, que a aplicação deste estudo e a nossa intervenção, foram positivos, aferindo as necessidades individuais de cada elemento técnico do bailado, através do trabalho interdisciplinar com as aulas de Técnica de Dança Clássica. Os alunos revelaram entusiasmo e vontade de aprender e, o reflexo mais evidente do nosso trabalho esteve patente na excelente prestação dos alunos na apresentação do excerto do bailado “*The Naiade and The Fisherman*”, no espetáculo final da Escola de Dança do Orfeão de Leiria, no ano letivo de 2013-2014.

A realização deste Estágio revelou-se como um grande desafio, no sentido de termos lecionado e remontado, um bailado de repertório clássico, pela primeira vez. Entendemos, no entanto, ter este contribuído para o desenvolvimento da prática de formação da estagiária, tendo sido um grande privilégio aplicar o nosso estudo na Escola de Dança do Orfeão de Leiria, com uma turma tão especial e inspiradora.

Palavras-chave: Interdisciplinaridade, Técnica de Dança Clássica, Repertório Clássico, Desenvolvimento técnico-artístico.

Abstract

The present report, prepared in the framework of the Master's Degree in Dance Education, taught by Higher School of Dance of Lisbon, is referring to the stage which was held in the Orfeão de Leiria Dance School (EDOL), in the discipline of Classical Dance Technique and the Classical Repertoire, with a class of 3rd / 7^o academic year.

The internship had as focus, enhancing interdisciplinarity between the two areas of intervention, organizing a set of methodological approaches and strategies to develop and enhance the technical and artistic abilities of the students, for the realization of a fragment of classical repertoire ballet "*The Naiade and The Fisherman*" by Jules Perrot.

To sustain our study, was conducted a critical review of the literature and collection of theoretical elements to support our intervention practice.

Based on fundamentals of action research, tools and techniques were used to collect qualitative and quantitative data that could foster the constant reflection on the action.

The results obtained after collection, data analysis and conclusion of the internship, has enabled us to reflect, that the application of this study and our intervention, were positive, assessing the individual needs of each technical element of Ballet, through interdisciplinary work with the Classical Dance Technique Classes. Students showed enthusiasm and willingness to learn and the more evident reflection of our work were evident in the excellent performance of students on presentation of the excerpt from the ballet "*The Naiade and The Fisherman*", in the show end of the Orfeão de Leiria Dance School in the 2013-2014 school year.

This internship has revealed itself as a great challenge, in the sense that we taught and reassembled, a ballet of classical repertoire for the first time. We understand, however, that contributed to the development of the practice of training of the trainee, having been a great privilege to apply our study on EDOL, with a class so special and inspiring.

Key Words: Interdisciplinary in dance, Ballet Technique, Classical Repertoire, Artistic and Technical Improvement.

Índice geral

Agradecimentos	ii
Resumo	iii
Abstract.....	iv
Índice geral	v
Índice de figuras	viii
Índice de quadros.....	viii
Índice de gráficos.....	ix
Lista de abreviaturas	x
Introdução.....	1
Secção I – Enquadramento Geral	3
1. Pertinência do estudo.....	3
2. Âmbito	4
3. Motivação	4
4. Objetivos.....	6
5. Caracterização da escola cooperante - EDOL	7
5.1. Localização	7
5.2. Historial	8
5.3. Cursos	8
5.4. Plano curricular.....	9
5.5. Objetivos da EDOL	9
Secção II – Enquadramento Teórico	10
1. A adolescência	10
1.1. Alterações físicas.....	11
1.2. Alterações psicológicas	12
2. O início do <i>Ballet</i>	13
2.1. O papel feminino e masculino na dança clássica	15
2.1.1. As diferenciação do género masculino nas aulas de TDC.....	17
3. O surgimento do Repertório Clássico.....	19

3.1. “ <i>La Naiade et le Pêcheur</i> ” – Breve enquadramento.....	20
4. Técnica de Dança Clássica	22
4.1. O trabalho de Pontas	24
4.2. Métodos de ensino	26
4.2.1. A escola Inglesa: o método Royal Academy of Dance	26
4.2.2. A escola Italiana: o método Cecchetti	27
Secção III - Metodologia de investigação	28
1. Metodologia Qualitativa e Quantitativa	28
2. Técnica e instrumentos de Recolha de Dados	30
3. Amostra	35
3.1. Caracterização da turma	35
4. Plano de Ação.....	36
4.1. Procedimentos	37
Secção IV – Estágio – Apresentação e análise de dados.....	39
1. Desenvolvimento do estágio.....	39
1.1. Observação estruturada.....	39
1.1.1 Calendarização.....	40
1.1.2. Objetivos.....	40
1.1.3. Desenvolvimento	41
1.1.4. Reflexões	46
1.2. Participação acompanhada	46
1.2.1. Calendarização.....	47
1.2.2. Objetivos.....	47
1.2.3. Desenvolvimento	47
1.2.4. Reflexões	54
1.3. Lecionação Supervisionada	55
1.3.1. Calendarização.....	55
1.3.2. Objetivos.....	55
1.3.3. Desenvolvimento	56
1.3.4. Reflexões	73
1.4. Acompanhamento de outras atividades	75
1.4.1. Calendarização.....	76
1.4.2. Objetivos.....	76
1.4.3. Desenvolvimento	76

1.4.4. Reflexões	77
Secção V – Conclusões.....	79
Bibliografia.....	82
Anexos	85
Anexo I – Planificação dos Conteúdos de TDC do 3º ano da EDOL.....	85
Anexo II – Regulamento de Estágio.....	97
Anexo III – Grelha I – Caracterização da turma	101
Anexo IV – Grelha II – Atitudes e comportamentos dos alunos.....	102
Anexo V – Grelha III - observação individual dos alunos	103
Anexo VI – Termo de autorização à Direção Pedagógica para realização de fotos e filmagens	105
Anexo VII – Termo de autorização de pais ou responsáveis para a realização de fotos e filmagens	106
Anexo VIII – Diário de Bordo.....	108
Anexo IX – Questionário.....	109
Anexo X – Conteúdos Técnicos do bailado e suas respectivas simplificações.....	111
Anexo XI – Bloco II – TDC	113
Anexo – XII —Bloco II de aulas - Fragmentos do repertório	126
Anexo XIII – Bloco II – 5 aulas de TP	129
Anexo XIV – Bloco III – 10 aulas de TDC	135
Anexo XV – Bloco III – 4 aulas de TP.....	151
Anexo XVI – Bloco IV – TDC/TP	157
Anexo XVII – Referências musicais das aulas.....	175
Anexo XVIII – Orfeão de Leiria Conservatório de Artes – Registo de avaliação 2013/14 (3º período).....	178
Anexo XIX – Relatório da conclusão de estágio.....	193
Anexo XX – Registos fotográficos.....	194

Índice de figuras

Figura 1. Escola de Dança do Orfeão de Leiria.....	7
--	---

Índice de quadros

Quadro 1. Plano curricular do Curso Oficial.....	9
Quadro 2. Plano curricular do Curso Livre.....	9
Quadro 3. Objetivos e instrumento de recolha de dados.....	31
Quadro 4. População e amostra.....	35
Quadro 5. Planificação e calendarização anual do estágio.....	36
Quadro 6. Organização da participação efetiva de estágio 2013/2014.....	38
Quadro 7. Observações gerais sobre as componentes técnica-artística dos alunos na fase de observação.....	43
Quadro 8. Descrição geral das aulas lecionadas pela professora titular.....	44
Quadro 9. Observações individuais dos alunos.....	46
Quadro 10. Exercícios lecionados na fase de participação acompanhada.....	49
Quadro 11. Tratamento do questionário - respostas abertas (questão nº3).....	52
Quadro 12. Tratamento do questionário - respostas abertas (questão nº 6).....	53
Quadro 13. Lecionação do Repertório Clássico - Bloco II.....	58
Quadro 14. Planificação e objetivos de lecionação do Bloco II de aulas de TDC.....	61
Quadro 15. Planificação e objetivos da lecionação do Bloco II de aulas de TP.....	63
Quadro 16. Lecionação do Repertório Clássico - Bloco III.....	65
Quadro 17. Planificação e objetivos da lecionação do Bloco III de aulas de TDC.....	67
Quadro 18. Planificação e objetivos da lecionação do Bloco III de aulas de TP.....	69
Quadro 19. Lecionação do Repertório Clássico - Bloco IV.....	70
Quadro 20. Planificação e objetivos da lecionação do Bloco IV de aulas de TDC-TP.....	72
Quadro 21. Tratamento do 2º questionário - respostas abertas (questão nº6).....	75

Índice de gráficos

Gráfico 1. Gosto pela aula de TDC	50
Gráfico 2. Frequência de visualização de espetáculos de dança	50
Gráfico 3. Frequência de visualização de vídeos de Dança Clássica	51
Gráfico 4. Gosto em participar nos espetáculos da EDOL.....	51
Gráfico 5. Já dançou algum bailado de Repertório Clássico	53
Gráfico 6. Interesse em participar num bailado de Repertório Clássico	54

Lista de abreviaturas

TDC – Técnica de Dança Clássica

TP – Técnica de Pontas

RAD – Royal Academy of Dance

ISTD – Imperial Society of Teachers of Dancing

ESD – Escola Superior de Dança

EDOL – Escola de Dança do Orfeão de Leiria

Introdução

O ensino artístico especializado no âmbito da dança, tem como objetivo, no processo de formação de bailarinos, promover meios que auxiliam o desenvolvimento da capacidade técnica e artística de excelência, que permita direcionar os alunos para uma carreira profissional na área da dança. De acordo com o artigo nº 4 do Decreto-Lei nº 310/1983, DR 149, Série I, de 1983-07-01, “o curso de dança visa a formação profissional de bailarinos, através de um domínio avançado das técnicas de execução e de uma formação cultural e artística correspondente.” (p. 2389). Em concordância, Batalha e Xarez (1999) afirmam “que a Dança é uma forma de arte por transmitir a um público sentimentos, emoções, ideias, temas e experiências de vida com uma concepção estética determinada e como objetivo último da Performance.”(p. 70). Neste sentido, podemos afirmar, que todo o trabalho e aprendizagem em sala de aula, para além de proporcionar bases gerais do vocabulário da técnica de dança, preparar o corpo e construir uma base técnica sólida, tem como objetivo final, o espetáculo, já que a dança é uma arte performativa.

Pretendemos com este relatório, apresentar e analisar a nossa intervenção ao longo do desenvolvimento do estágio, que decorreu na Escola de Dança Orfeão de Leiria, referente ao ano letivo de 2013-2014, com uma turma do 3º ano do Ensino Vocacional de Dança, no âmbito das disciplinas de Técnica de Dança Clássica e Repertório Clássico.

Na perspetiva da transversalidade entre as disciplinas de Técnica de Dança Clássica e o Repertório Clássico, procurámos perceber o seu contributo, na performance, como meio catalisador do aperfeiçoamento técnico e artístico dos alunos para a execução/interpretação do bailado de repertório clássico “*The Naiade and The Fisheman*”. Embora a turma do 3º ano da EDOL, não apresentasse uma aula direcionada apenas para o trabalho de Repertório Clássico, achámos interessante, promover esta articulação nas aulas de TDC, procurando despertar o interesse e dinamizar esta disciplina desde tenra idade. De acordo com o nível da turma, propusemo-nos introduzir os elementos técnicos presentes no excerto do bailado “*The Naiade and The Fisheman*” desde a sua base, com combinações simples e de fácil execução, acrescentando gradualmente, exercícios mais complexos, acompanhando a evolução da turma e as exigências técnicas do bailado de repertório clássico em questão.

Neste sentido, as duas áreas de intervenção, foram eleitas com o intuito de favorecer a interdisciplinaridade entre ambas, numa tentativa de evidenciar a sua importância nas componentes de formação técnica e artística dos alunos.

O nosso Relatório Final de Estágio, apresenta-se estruturado em cinco secções. Na **secção I**, apresentamos o enquadramento geral da nossa investigação, a pertinência do estudo, o âmbito, a motivação, os objetivos do estágio e a caracterização da escola cooperante onde se desenvolveu o estágio. A **secção II**, é dedicada ao enquadramento teórico que suporta o nosso estudo. Nesta secção, começamos por apresentar alguns fatores importantes da fase inicial da adolescência, assim como as alterações físicas e psicológicas relacionadas a esta fase. Consecutivamente, apresentamos alguns conceitos do surgimento do *ballet* na corte, o seu desenvolvimento para o espetáculo e consecutivamente, para os bailados de Repertório Clássico. Elabora-se uma breve referenciação do papel feminino e masculino na Dança Clássica, assim como as linhas orientadoras das diferenciações do género masculino e feminino na aula de Técnica de Dança Clássica, já que a turma onde se desenvolveu o estágio era constituída por rapazes e raparigas. Apresentamos a definição dos conceitos da Técnica de Dança Clássica, assim como a Técnica de Pontas e os métodos de ensino aplicados na Escola Cooperante (EDOL). Destaca-se ainda, o contexto histórico do bailado de Repertório Clássico de eleição, “*The Naiade and The Fisherman*”, e a nossa justificativa para a escolha deste fragmento do bailado.

Na **secção III**, abordaremos a metodologia de investigação, nomeadamente ao que se refere à identificação dos métodos de investigação escolhidos de acordo com o âmbito, com os objetivos do nosso estudo e com as características da amostra. Sequencialmente, destacamos a designação das técnicas e instrumentos de recolha de dados, a caracterização da amostra, o plano de ação e os procedimentos do estágio.

Na **secção IV**, apresentamos a análise da recolha de dados referentes ao desenvolvimento do estágio, destacando a calendarização, o desenvolvimento e reflexões de cada uma das respectivas fases do estágio, organizada cronologicamente.

Finalmente, apresentamos na **secção V**, as conclusões, destacando as conclusões que nos pareceram pertinentes, as limitações que sentimos no decorrer da investigação, as reflexões com vista ao melhoramento da prática docente da estagiária e sugestões para investigações futuras.

Por último, apresentamos a bibliografia e os anexos referentes a documentação que considerámos necessárias com vista, ao complemento deste trabalho.

Nota: O presente trabalho, encontra-se redigido com o novo acordo ortográfico. Todas as citações nele incluídas respeitam a grafia original da fonte.

Secção I – Enquadramento Geral

1. Pertinência do estudo

A dança encontra-se em constante expansão em Portugal. Cada vez mais as escolas do ensino artístico especializado, apostam em formas de estimular e direccionar os alunos para seguirem uma carreira artística como intérpretes, professores, coreógrafos ou como futuros investigadores no âmbito da dança.

O presente trabalho surge do pressuposto da “necessidade do professor compartilhar com seus alunos a arte da dança dançando, coreografando, dirigindo, enfim, FAZENDO dança. Ou seja, a necessidade de transformar-se um *artista-docente*.” (Marques, 1999, p. 102). Se é verdade que se deve apelar para a parte técnica e para a consolidação dos exercícios, não se pode esquecer de contribuir para o aperfeiçoamento da parte artística e performativa dos alunos desde cedo, pois este é um dos objetivos da integração curricular nos ensinos das escolas de ensino vocacional. O Decreto-Lei nº 310/83 de 1 de julho, no seu ponto 5 na alínea b, justifica a nossa afirmação:

nos ensinos da música e da dança há uma educação artística e um adestramento físico específicos, que tem de iniciar-se muito cedo, na maior parte dos casos até cerca dos 10 anos, constituindo assim, uma opção vocacional precoce em relação à generalidade das escolhas profissionais, que só vem a realizar-se cerca dos 15 ou 16 anos, na entrada do 10º ano de escolaridade. (p. 2388).

Neste sentido, o professor é um elemento crucial neste processo, devendo definir metas e promover iniciativas de organização focados para uma preparação específica que constitui um ensino profissionalizante no âmbito vocacional. Em concordância, Batalha (2004) afirma que “na preparação do ensino e na planificação consequente a identificação das necessidades dos alunos por parte do docente, apresenta uma correlação positiva e significativa com as aquisições expressivo-motoras dos formandos.” (p. 117).

Através da articulação entre a aula de técnica de dança clássica e o bailado de repertório “*The Naiade and The Fisherman*” (*La naïade et le pêcheur*), procurámos melhorar

e superar algumas dificuldades técnicas e artísticas durante o processo de desenvolvimento do repertório, promovendo a formação de bailarinos de qualidade, como forma integrante indispensável para a educação artística de carácter vocacional. Esta aprendizagem, possibilitou que alunos do 3º ano da EDOL, ainda que com fragilidades técnicas e artísticas (observados durante o 1º período) pudessem dominar passos técnicos, dinâmicas e movimentos corporais de forma a responder à solicitação coreográfica.

2. Âmbito

O nosso trabalho de investigação, inserido no âmbito do curso de Mestrado em Ensino de Dança, da Escola Superior de Dança, foi realizado na Escola de Dança do Orfeão de Leiria (EDOL) com alunos do 3º ano, no ano letivo de 2013/ 2014. A disciplina de escolha para este estudo foi a Técnica de Dança Clássica, de acordo com a proximidade, gosto e a formação académica especializada (bailarina profissional) da investigadora/estagiária nesta área.

As escolas de Ensino Artístico Especializado - onde a Escola de Dança do Orfeão de Leiria (EDOL) se insere - estão sob a tutela do Ministério da Educação, e visam desenvolver um conjunto de competências e conhecimentos técnicos e artísticos de forma a promover a obtenção da formação artística. Desta forma, indo ao encontro dos objetivos previstos sobre o ensino artístico especializado da Portaria 691/2009 de 25 de junho, e tendo como base o programa e as metas curriculares da disciplina de Técnica de Dança Clássica, que integram a componente de formação vocacional da EDOL, ao nível do 3º ano do ensino artístico especializado (anexo I), procuramos desenvolver uma estruturação e organização de planeamento de aulas antes e durante o período performativo da EDOL, acompanhando as necessidades técnicas-artísticas dos alunos desde a fase inicial do ano lectivo.

3. Motivação

Convém sublinhar, que antes de qualquer reflexão sobre o tema proposto para a nossa investigação, parece-nos essencial destacar o interesse e a motivação para a escolha da temática relacionada com a articulação entre a aula de técnica de dança clássica e o repertório “*The Naiade and The Fisherman*”, num processo que visa contribuir para melhoria e aperfeiçoamento da qualidade técnica e artística na execução deste bailado, por parte dos alunos que constituíram a nossa amostra – alunos do 3º ano da Escola de dança do Orfeão de

Leiria.

A nossa formação académica e interesse emocional, leva-nos a eleger uma temática relacionada com a disciplina de TDC e Repertório Clássico. Neste sentido, pensámos de que forma poderíamos contribuir nesta área utilizando a mais valia da nossa prática e vivência artística como bailarina profissional. De acordo com esta vivência e participação nos mais variados concursos nacionais e internacionais de dança, pensámos que seria interessante desenvolver algo relacionado com bailados de Repertório Clássico. Tendo como base este pressuposto e na reflexão consciente das nossas capacidades, define-se a ideia de articular as disciplinas de TDC e o Repertório Clássico, o qual acreditamos, de benéfica contribuição na área de formação dos alunos no âmbito de ensino vocacional. Em relação ao ano escolar, surgiu a possibilidade de trabalharmos com níveis mais avançadas, nomeadamente 6º, 7º ou 8º ano, de acordo com as potencialidades técnicas, maturidade e proximidade com bailados de Repertório Clássico. Contudo, o ensino artístico especializado na EDOL, só vai até 5º ano, sendo os restantes destinados ao curso livre. Neste sentido, optámos por trabalhar com uma turma do 3º ano, com idades compreendidas entre os 12 e 13 anos. Realizar este estudo com uma turma de nível inferior, foi também, de grande interesse para a Estagiária, defendendo a ideia da importância de apelar para a capacidade técnica, artística e expressiva dos alunos desde cedo. Pensámos que é de extrema importância haver aulas de Repertório Clássico nas escolas de dança de ensino artístico especializado, de forma que os alunos, através do conhecimento e contacto com alguns dos Repertórios, desenvolvam o gosto e o prazer artístico pela dança, neste caso específico, a dança clássica. É necessário estimular as crianças de várias formas, através de visualizações de vídeos de Repertório, idas a espetáculos de dança e visitas de bailarinos profissionais às Escolas. O aluno deve ter um referencial, de forma a despertar nele um maior interesse artístico pela dança clássica. A aula de TDC é essencial para o aluno adquirir competências técnicas, melhorar capacidades físicas (coordenação, flexibilidade, força e resistência) e aumentar o nível de conhecimento da terminologia da dança. Porém não devemos esquecer de ensinar a dança como forma de arte. Neste sentido, revemo-nos nas palavras de Minden (2005), que afirmou que “what you learn in class is only part of the picture. Ballet is a performing art, and, for many if not most dancers, performance is both the goal and the reward.” (p. 31). Nesta linha de pensamento Xarez (2012) refere que:

o virtuosismo técnico terá sempre espectadores, mas pede-se que a dança, tal como a música, seja um pouco (de preferência, muito) mais do que isso (...). Por isso, a formação de jovens bailarinos deve contemplar a aprendizagem de obras coreográficas, com oficinas de pendor expressivo e criativo, com a participação frequente em espetáculos (...) de modo a criar um ambiente em que a técnica seja, não uma barreira mas um meio (poderoso sem dúvida), para quem nos quer dizer alguma coisa através da dança. (pp. 129 – 130).

Neste sentido, pensamos que o professor deve estimular a capacidade expressiva de seus alunos durante todas as aulas de técnica de dança, e não só quando ensaia as coreografias, dessa forma, ajuda a criar um fio condutor entre a técnica e a expressividade, transformando cada aluno em verdadeiros artistas em primeira instância, dentro da sala de aula, e que se refletirá, em consequência, no palco.

4. Objetivos

Segundo Sousa & Batista (2011), “o objetivo geral indica a principal intenção de um projeto, ou seja, corresponde ao produto final que o projecto quer atingir.” (p. 26). Os objetivos específicos são as ações que pretendemos realizar através de uma descrição cronológica das atividades articuladas com as fases do estágio, de forma a responder gradualmente os objetivos gerais do estudo. Posto isto, o presente estudo e a aplicação deste projeto, foram desenvolvidos de acordo com os objetivos geral e específicos, identificados abaixo.

➤ Objetivos Gerais

- Contribuir para a qualidade técnica e artística do bailado de repertório clássico “*The Naiade and The Fisherman*”, através da articulação com a aula de TDC;

➤ Objetivos Específicos

- Analisar as componentes técnico-artísticas do repertório clássico “*The Naiade and The*

Fisherman”;

- Construir planificações específicas de aula de TDC (com as componentes identificadas) que pretendam contribuir para o aperfeiçoamento técnico-artístico do repertório clássico “*The Naiade and The Fisherman*”;
- Criar maior aproximação dos alunos do 3º ano da EDOL em relação ao bailado através do conhecimento global (vocabulário, estilo, técnica, organização espacial) do repertório clássico de eleição;
- Desenvolver a qualidade técnica-artística dos movimentos e passos técnicos existentes no bailado, através dos exercícios inseridos na aula de TDC;
- Confirmar a relevância e a pertinência deste estudo - da articulação entre a aula de TDC e o repertório clássico, neste caso específico, o bailado “*The Naiade and The Fisherman*”, para fundamentar uma futura aplicação deste projeto na EDOL ou mesmo em outras instituições de ensino especializado ou não.

5. Caracterização da escola cooperante - EDOL



Figura 1. Escola de Dança do Orfeão de Leiria

5.1. Localização

A Escola de Dança do Orfeão de Leiria localiza-se na cidade de Leiria, inserida na Região Centro e situa-se na Zona do Pinhal Litoral. A cidade de Leiria possui cerca de 127 000 habitantes, e devido a sua localização privilegiada, contribui para o seu crescimento e

desenvolvimento sócio-económico.

5.2. Historial

A Escola de Dança do Orfeão de Leiria (EDOL) foi criada em 1977. Até o ano de 1999, a EDOL proporcionou cursos livres destinado a crianças com mais de quatro anos de idade, em classes de Técnica de Dança Clássica, tendo como base o método da Royal Academy of Dance (RAD).

Em 1999/2000, sob a Direção de Ana Manzoni, a EDOL abrange o ensino artístico vocacional, destinado a crianças com idade superior a seis anos, que revelem capacidades e aptidões específicas como objetivo de seguir uma via profissionalizante na área da dança.

A EDOL, é a única Escola de Dança de Ensino Vocacional do concelho de Leiria que é reconhecida pelo Ministério de Educação, abrangendo as diversas áreas da dança tais como: Técnica de Dança Clássica, Dança Contemporânea, Expressão Criativa, Danças Tradicionais, Composição Coreográfica, Práticas Complementares de Dança e Música.

Em parceria com a Câmara Municipal de Leiria (2001), a EDOL organiza o Festival Dança em Leiria que abrange a realização de vários espetáculos e cursos para professores e alunos de dança, com uma crescente adesão significativa a nível nacional, e igual expressão nas escolas da região de Leiria, cumprindo-se assim alguns dos objectivos desta escola que visam a sensibilização e divulgação da dança, bem como a valorização profissional.

Atualmente, a EDOL é composta por cerca de 120 alunos distribuídos por turmas do ensino não vocacional (Técnica de Dança Clássica, Dança Criativa) e alunos do ensino vocacional- 1º ciclo do ensino básico- (com disciplinas de Técnicas de Dança Clássica, Dança Criativa e Técnicas de Dança Contemporânea), 2º ciclo- (Técnicas de Dança Clássica, Técnicas de Dança Contemporânea, Dança Criativa, Danças Tradicionais e Música) e 3º ciclo- (Técnicas de Dança Clássica, Técnicas de Dança Contemporânea, Criação Coreográfica e Música).

5.3. Cursos

A escola proporciona duas vertentes de formação. Curso Oficial- Ensino Vocacional (iniciações – 1º ciclo; e articulado – 2º e 3º ciclo do ensino básico) e Curso Livre (ensino não vocacional – com crianças a partir dos 4 anos de idade).

O presente estudo será realizado com alunos do Curso Oficial do 3º ciclo do ensino básico, 3º ano de Ensino Vocacional no âmbito da dança, nomeadamente, na área de Técnica

de Dança Clássica.

5.4. Plano curricular

Curso Oficial						
Aulas	Técnica de Dança Clássica	Técnica de Dança Contemporânea	Dança criativa	Danças Tradicionais	Criação Coreográfica	Música
Horas semanais	1º Ciclo do Ensino Básico					
	2	-	2	-	-	-
	2º Ciclo do Ensino Básico					
	3	2	2	1	-	2
	3º Ciclo do Ensino Básico					
	4h 30	-	3	-	3	1

Quadro 1. Plano curricular do Curso Oficial

Curso Livre										
Nível	Pre Primary	Primary	Grau 1	Grau 2	Grau 3	Grau 4	Grau 5	Grau 6	Grau 7	Grau 8
Horas semanais	1h 30	1h 30	1h 30	2	2	2	2	2	2	2

Quadro 2. Plano curricular do Curso Livre

5.5. Objetivos da EDOL

A Escola de Dança do Orfeão de Leiria promove uma formação técnica e artística de qualidade que abrange diversas áreas da dança tais como a Técnica de Dança Clássica, Dança Contemporânea, Expressão Criativa, Danças Tradicionais, Composição Coreográfica, Práticas Complementares de Dança e Música. Além de proporcionar aos alunos determinadas competências e conhecimentos técnicos e artísticos no âmbito da Dança e da música, demonstra uma preocupação de promover a sensibilização das escolas, da comunidade e dos dirigentes locais, através de diversas atividades, projetos, realização de vários espetáculos e cursos para professores e alunos de dança.

Secção II – Enquadramento Teórico

Através da pesquisa bibliográfica - focalizada em aspetos que entendemos desenvolver e aplicar na nossa prática de Estágio - foi possível fundamentar e suportar o desenvolvimento do mesmo com bases credíveis, integrando e clarificando alguns conceitos importantes relacionados com a temática em estudo. Assim, começamos por apresentar alguns fatores importantes do processo do desenvolvimento da fase inicial da adolescência. Entendemos fundamental, abordar esta temática, pelo facto da turma onde se desenvolveu o estágio, apresentar idades compreendidas entre os 12 e 13 anos. Consecutivamente, apresentamos o enquadramento histórico do surgimento do *ballet* e dos bailados de Repertório Clássico enquanto manifestação artística. Pela coerência sequencial e sua importância, no desenvolvimento da temática do Estágio, entendemos explicitar as características e contexto histórico do bailado “*The Naiade and The Fisherman*”, assim como a nossa justificativa da escolha do fragmento do bailado, de entre as várias versões existentes. Apresentamos ainda, na mesma linha de pensamento de fornecer substrato teórico à nossa prática, a definição dos conceitos da Técnica de Dança Clássica, assim como os métodos de ensino aplicados na Escola de Dança do Orfeão de Leiria.

1. A adolescência

O conhecimento do professor sobre a fase de maturação em que os alunos se inserem, torna-se essencial para compreender a influência do desenvolvimento cognitivo, social e motor dos alunos nas aulas de dança, de forma a proporcionar competências de análise e intervenção em situações educacionais. Segundo Tavares et al (2007):

a adolescência - etapa desenvolvimental entre a infância e a fase adulta – é talvez o período mais desafiante e complexo que o ser humano experiencia. Nesta fase, situada entre os 11 e 21 anos, aproximadamente, o adolescente vivencia um contínuo de descobertas, tentando ultrapassar as fronteiras do possível, numa sucessiva corrente de revelações e desilusões. (p. 66).

As escolhas feitas durante a fase da adolescência, podem influenciar a curto e longo

prazo, a saúde de um bailarino no contexto profissional. Neste sentido, torna-se essencial que pais, professores e jovens bailarinos procurem o máximo de informação sobre as alterações fisiológicas, psicológicas, considerações nutricionais bem, como a necessidade de algumas adaptações do treino.

1.1. Alterações físicas

É durante esta fase, que acontecem grandes transformações ao nível da estrutura física, no funcionamento dos órgãos sexuais, mas, também, “na competência social e cognitiva, autonomia, auto-estima e intimidade.” (Papalia, Olds & Feldman, 2001, p. 508).

A puberdade é um dos fatores que marcam início da adolescência, resultando num rápido crescimento de altura, mudança do funcionamento dos órgãos sexuais, alteração do peso e das formas do corpo. Segundo Papalia, Olds & Feldman (2001), o surto de crescimento “começa nas raparigas entre os 9 anos e meio e os 14 anos e meio (geralmente por volta dos 10 anos) e, nos rapazes, entre os 10 anos e meio e os 16 (geralmente por volta dos 12 ou 13).” (p. 513). O mesmo autor refere ainda que “o surto de crescimento dura, geralmente, cerca de 2 anos; logo que termina o jovem atinge a maturação sexual.” (p. 513).

O estudante bailarino, não escapa a este processo natural de transformações integrantes do desenvolvimento do indivíduo, que de certa forma, vão influenciar a forma de aprendizagem e as mudanças no seu treino. De acordo com Minden (2005), “the body you’ve trained so diligently is begin replaced with a strange new one that feels, moves and responds differently in class.” (p. 221). A mudança da proporção dos membros em relação ao tronco, influencia o centro de gravidade, alterando a capacidade do equilíbrio e da coordenação. Os alunos adolescentes, com a ajuda do professor, e em momentos que se justifique, necessitam de readaptar o seu alinhamento postural. A flexibilidade é outro dos fatores que também sofre alterações, e a que se deve dar atenção, principalmente, nos praticantes de dança, desta faixa etária. Segundo Minden (2005), com o crescimento dos ossos, a musculatura pode ficar mais apertada, resultando na diminuição da flexibilidade. No que se refere aos rapazes, existe um aumento dos músculos e dos órgãos internos (os ombros também se tornam mais largos). Já as raparigas, apresentam um alargamento das ancas, alterando o ângulo do osso do fémur até ao joelho. Estas alterações irão provocar, obviamente, o “reequacionar” do “seu novo corpo” e, da parte dos professores, uma adequação, quando necessário, do tipo de exercício solicitado, do número de repetições ou, até, do nível de exigência técnica em um momento específico. Tal como afirmou Minden (2005), “the new leg angle may slow down your

batterie temporarily. Wider hips also affect your retiré position, which in turn affects pirouettes.” (p. 221).

Face ao descrito, entendemos que é necessário e muito importante que nesta fase o professor tenha sensibilidade e capacidade de promover um ensino mais individualizado, ou seja, respeitando e valorizando as características e as fases de crescimento de cada um dos seus alunos.

1.2. Alterações psicológicas

As alterações das hormonas que causam modificações significativas na estrutura física, também afetam o estado mental dos adolescentes. O estudante bailarino, pode se sentir mais emocional e menos confiante. Tal como Minden (2005) afirmou, “all teenagers go through this, but as a dancer you may feel especially discouraged because your ability to do what you love seems diminished.” (p. 222).

As questões psicológicas relacionadas com a mudança drástica de sua aparência, contribuem de forma significativa para o desenvolvimento de distúrbios alimentares. Os distúrbios mais frequentes são a obesidade, anorexia e bulimia. Papalia, Olds & Feldman (2001), afirmam que “para manter a saúde e beleza, alguns adolescentes – especialmente as raparigas – embarcam numa luta ao longo da vida para perder peso que, em alguns casos, se torna patológico.” (p. 524). Os distúrbios alimentares são mais frequentes quando se trata de adolescentes que procuram ser manequins, bailarinos (as), ginastas, nadadores (as) de competição e outros. Em concordância, Xarez (2010), afirma que “as adolescentes que querem ser bailarinas têm sobre elas uma pressão ainda maior porque seus ídolos e modelos já possuem essa característica (...).” (p. 78). Os distúrbios alimentares podem comprometer seriamente a saúde e a futura carreira, neste caso específico, de bailarino (a) profissional.

Em relação à maturidade cognitiva, os adolescentes começam a pensar de um modo diferente. Jean Piaget, considera que o desenvolvimento cognitivo na adolescência, entram no nível superior, chamado *estádio formal*, o qual os adolescentes desenvolvem um pensamento abstrato e raciocínio hipotético-dedutivo. (Tavares et al, 2007, p. 70).

Importa referir que, embora estas mudanças físicas e cognitivas sejam universais, estas podem variar “de acordo com as características genéticas de cada um, bem como dos fatores externos.” (Tavares et al, 2007, p. 66). Tavares et al (2007), também referiu que:

o tamanho corporal e o momento de aparecimento das novas características são

controladas, principalmente, pela carga hereditária do sujeito. No entanto, fatores externos, como a nutrição, a região onde vive, o estado de saúde, as condições psicológicas e a prática de exercício físico vão influenciar o desenvolvimento físico do adolescente. (p. 69).

Alguns adolescentes entram na puberdade muito mais cedo do que outros, este fator explica as grandes variedades de formas, peso e altura num grupo de adolescente entre os 12-13 anos. (Tavarez et al, 2007).

Após a identificação dos fatores que intervêm nesta fase do início da adolescência entendemos que os jovens devem ser informados que estas transformações e desequilíbrios são temporários, e que as habilidades retornam assim que o corpo passe por todos os processos de crescimento. Os pais e, no caso específico, os professores de dança, podem contribuir para aumentar a confiança e a autoestima do estudante bailarino adolescente, proporcionando-lhes uma perspectiva positiva e reforçando a necessidade de ser paciente mas, ao mesmo tempo, perseverante e otimista.

2. O início do *Ballet*

Para melhor compreendermos a transição do *ballet de cour* para os bailados de Repertório Clássico – estilo onde se enquadra a peça que vamos remontar, procurámos, com base na literatura, percorrer o caminho da história da dança, desde a criação da primeira obra de *ballet* e o desenvolvimento da dança teatral no reinado de Luís XIV.

É durante o renascimento, que a dança se desenvolve, surgindo, assim, os primeiros grandes mestres de dança, o qual ensinavam os nobres a dançar e a aprimorarem a sua técnica, dando origem ao balé, o qual era conhecido como *ballet de cour*. Na segunda metade do século XVII, com a criação da Academie Royale de Danse por Luís XIV, em 1661, “começou a treinar bailarinos profissionais no estilo da *belle danse*¹, que até aí era apenas dançada por “amadores” palacianos.”(Fazenda, 2012, p. 58). É de referir, que mesmo antes da fundação da Academia, a rainha francesa Catarina de Médicis, importou de Itália artistas e cortesãos para a França, com o intuito de realizar espetáculos luxuosos para manter a corte distraída. “O

¹ A expressão *belle danse* é um estilo que se desenvolveu na França na segunda metade do século XVII. Designava um tipo de dança social elegante de acordo com as práticas e comportamentos da nobreza, sendo realizada nos bailes e espetáculos da corte.

espetáculo era uma combinação de dança, canto e textos falados, e seu objetivo era claramente social e político: um passatempo elegante para o monarca e sua corte.” (Faro, 1986, p. 32).

Para comemorar o casamento de sua irmã Marguerite de Vaudémont com o Duque de Joyeuse, Catarina de Medici, encomendou a ²Balthasar de Beaujoyeux um espetáculo luxuoso, com o intuito de satisfazer a corte. O espetáculo foi realizado dia 15 de outubro de 1581, em Paris, no palácio Petit Bourbon. Através da dança, da narrativa dramática, dos fatos, cenários luxuosos e da performance vocal para contar a história mitológica de Circe e Apollo, nasce o *Ballet Comique de la Reine*, considerado desde então, a primeira obra de balé. (Minden, 2010). Desenvolve-se assim, a dança teatral, o ballet de corte, atingindo o seu auge durante o reinado de Luís XIV.

De acordo com Homans (2010), “o ballet baseava-se em dois pilares. *La belle danse* era um deles: prescrevia a maneira de dançar dos nobres. O segundo era o espetáculo.” (p. 57). *La belle danse* e o *ballet de cour*, possuem o mesmo objetivo no sentido de representarem a hierarquia e a nobreza, e opostas, *la belle danse* com o rigor do classicismo e o *ballet de cour* com produções de extrema extravagância, divertimentos e grandes banquetes. (Homans, 2010).

Relativamente aos intérpretes, não eram dotados de destreza física e muito menos de técnica, sendo os próprios nobres que faziam parte do espetáculo. A seleção era feita de acordo com a proximidade dos nobres com a rainha ou o rei. Progressivamente, através dos mestres de dança responsáveis pelo ensino de dança nas cortes, o ballet começou a desenvolver-se a nível do vocabulário, das figuras geométricas, do espetáculo e da qualidade técnica dos intérpretes. O estabelecimento das cinco posições dos pés fundamentais na dança clássica, pelo coreógrafo e mestre de bailado Pierre Beauchamps³, foi um grande marco de referência, o qual continuam sendo aplicadas até os dias de hoje.

Segundo Homans (2010), “a Academia de Dança de Luís XIV estabeleceu a etiqueta e o ballet como elemento central da vida na corte (...)” (p. 44), sendo fundamental para o desenvolvimento e aperfeiçoamento da técnica de dança clássica, “sendo posteriormente Carlos Blasis reconhecido como um dos principais responsáveis pela codificação da técnica da *Danse d'école*, nomeadamente nas suas obras *Elementar Y Teatrise upon the Theory of the*

² Mestre da dança e violinista italiano, diretor do *Ballet Comique de la Reine*. Seu verdadeiro nome é Baldassarino da Belgiojoso.

³ Mestre de dança e coreógrafo (1636/1719). Foi professor de dança do rei Luís XIV em 1661, e presidente da Real Academia de Dança.

Art of Dancing (1820) e *Code of Therpsicore* (1828). (Nascimento, 2010, p. 77).

A primeira metade do século XVIII, a música e a dança encontravam-se num desenvolvimento constante, assinalado pela presença de grandes mestres, coreógrafos e teóricos da dança. “A passagem para o bailado propriamente dito, como hoje o vemos com os nossos olhos modernos, verificou-se, contudo, por intermédio de uma forma mista, a *opéra-ballet*, cujo precursor foi Romeau.” (Pasi, 1991, p. 49).

Durante a segunda metade do século XVIII, Noverre, mestre de *ballet* e crítico de dança, publicou em 1760, o livro *Lettres sur la danse et sur les ballet*, com conselhos práticos e teorias estéticas, “incluindo elogios generosos e críticas condenatórias a bailarinos da Ópera de Paris – o livro documenta a ambição feroz (por vezes cega) de Noverre de reformar a sua arte.” (Homans, 2010, p. 97). Em favor da dança expressiva, estabeleceu uma inovação estilística, a invenção da dança teatral, combatendo ainda, o uso do *travesti* e as roupas exageradas na dança, tais como as perucas, vestuário e ornamentos exagerados. As suas atitudes revolucionárias, foram de grande êxito, o qual se expandiram, em toda a Europa. O *ballet d’action*, tornou-se um novo estilo de arte de palco, utilizando o estilo nobre, a pantomima, os passos e poses do *ballet* nas suas coreografias. (Homans, 2010).

2.1. O papel feminino e masculino na dança clássica

De forma a compreendermos melhor, a contextualização da figura feminina e masculina na dança clássica, tal como as suas diferenciações nas aulas de TDC e nos papéis representados nos bailados de Repertório, pareceu-nos importante olhar para a história da dança, e onde se enquadram no contexto histórico do bailado de eleição, “*The Naiade and The Fisherman*”.

Durante o reinado de Luís XIV, se tornara evidente que no *ballet*, prevalecia a figura masculina, os papéis femininos eram dançados por homens em *travesti*. No início do *ballet de cour*, era o homem que desempenhava os papéis nos espetáculos, representando muitas vezes os papéis femininos. Tal como na *la belle danse*, a *entrée grave*⁴, era executada apenas por homens. Segundo Homans (2010), “o *ballet* privilegiara mais tarde a mulher e a bailarina, mas ainda não chegara a altura: vivia-se a época do *danseur*.”(p. 47). De acordo com a mesma autora referida acima, a mulher também desempenhava o seu papel, “mas a sua dança

⁴ A *entrée grave* “era a forma mais elevada e venerada de *la belle danse* (...)” (Homans, 2010, p. 47)

restringia-se normalmente a bailes sociais ou aos ballets da rainha; nos ballets do rei e espetáculos da corte, e nos palcos de Paris, os papéis femininos eram dançados por homens *en travesti*.” (p. 47). Os movimentos executados pelos homens eram majestosos com graciosidade e elegância, não existia os elementos técnicos como os grandes saltos, *batteries* e *pirouettes*, que normalmente são desempenhados atualmente pelos papéis masculinos.

Numa conversão para o profissionalismo, os bailarinos começam a ter prestígio, sendo Marie Sallé, a primeira bailarina profissional famosa da época. Pouco a pouco, as mulheres começam a conquistar o seu lugar na dança, contudo, o virtuosismo masculino, continuava a ser de grande destaque. “Beauchamp teve também a coragem de confiar a uma bailarina profissional, de apelido Lafontaine, um *pas de deux* do *Triomphe de l’Amour* (1681). Assim se quebrou uma tradição que obrigava a que os papéis femininos fossem dançados por homens (...)” (Pasi, 1991, p. 50). Assim, os anos subsequentes da fundação da Ópera de Paris, a dança profissional e a dança social, passaram a seguir percursos diferentes. “Para as mulheres, foi um caso de promoção por despromoção: quando os nobres *verdadeiros* começaram a desistir e os seus papéis foram assumidos por profissionais especializados (mas de baixa categoria social), as bailarinas encontram o seu lugar.” (Homans, 2010, p. 67).

No início do século XVIII e XIX, com a revolução francesa, o bailarino passa a desempenhar o papel de homem másculo, o estilo nobre foi substituído por saltos e *pirouettes* extravagantes, concebidos por Auguste Vestris, sendo um exemplo para os novos bailarinos, que descuravam cada vez mais o estilo nobre. (Homans, 2010). As lições de Vestris, duravam cerca de três horas, “os passos e combinações criados nesta época exigiam uma capacidade de resistência enorme: eram pesados e intensamente sustidos, com poucas transições e quase nenhuma oportunidade para o bailarino descansar ou recuperar o fôlego.” (Homans, 2010, p. 160). Porém, muitos críticos da época, definiram que o virtuosismo atlético exagerado da escola de Vestris, rompia com a arte do ballet, em que “os novos bailarinos pareciam insípidos e vazios, com suas espantosas proezas técnicas destituídas de qualquer conteúdo dramático.” (Homans, 2010, p. 162). A técnica desenvolvida por Vestris, sobreviveu, sendo incrementada e aplicada atualmente nas escolas de dança. (Homans, 2010).

Na era do Romantismo, onde pretendemos dar maior enfoque de acordo com o enquadramento histórico do bailado de seleção, os grandes mestres e coreógrafos inspiraram-se em temas que retratavam criaturas sobrenaturais, tal como podemos destacar a sílfide em *La Sylphide*, as wilis em *Giselle*, a ninfa das águas *Ondine* e a fada em *La Peri*, transmitindo a beleza, delicadeza, graciosidade, fluidez do corpo e do movimento, valorizando a figura

feminina. (Minden, 2005). No século XIX, a bailarina começa a utilizar o tutu romântico e a sapatilha de ponta, proporcionando movimentos mais livres, leves e graciosos, proporcionando para o aprimoramento da técnica. A utilização das sapatilhas de ponta, eleva a bailarina a um novo patamar, tal como Minden (2005) afirmou, “the middle class began to adore ballet; audiences had favorites whom they followed with devotion. For the first time the female dancer was more importante that than the male. The cult of the ballerina had begun.” (p. 51). Outro exemplo que podemos destacar, é que a bailarina passa também, a desempenhar o papel masculino nos bailados. Desta forma, a figura feminina passa a dominar os palcos, assim como os homens, assumem cada vez mais, cargos como diretores, mestres e coreógrafos de grandes escolas e companhias de dança.

Segundo Homans (2010), Marie Taglioni, foi uma das primeiras bailarinas mais influente na era do Romantismo, a sua elegância e graciosidade feminina, combinada com a força técnica da escola de Vestris, foi particularmente essencial para o aprimoramento técnico do trabalho de pontas, sendo um exemplo para outras bailarinas. “Taglione surgiu como revelação porque transcendia o virtuosismo e abria o ballet a toda uma nova gama de movimentos e ideias.” (Homans, 2010, p. 175).

Encontramo-nos, assim, em um período em que existe, efetivamente, uma distinção clara dos géneros e, a figura feminina finalmente conquista o seu lugar nos palcos. Os bailarinos, que predominaram os palcos até o início do século XIX, transformaram-se em meros auxiliares das bailarinas. (Pasi, 1991).

2.1.1. As diferenciação do género masculino nas aulas de TDC

Em muitas escolas de dança, as aulas são separadas por sexo, trabalhando a especificidade de cada género. Mas nem sempre isso é possível, sendo realizadas, na maioria dos casos, aulas mistas, ou seja, incorporando na mesma aula rapazes e raparigas.

Em relação da existência de estudos recentes que foram realizados no âmbito do género masculino na dança clássica, podemos destacar a dissertação de mestrado da professora Sandra dos Santos (2013), com a temática *Particularidades do género Masculino no Ensino da Técnica de Dança Clássica – 3º Ano/rapazes da Escola de Dança do Conservatório Nacional*, sendo um complemento importante para a nossa investigação, em que aborda uma análise sobre as especificidades e diferenciações do género masculino nas

aulas de TDC. Refere ainda, as suas principais dificuldades e potencialidades em lecionar em turma constituída somente por rapazes, procurando incrementar estratégias de ensino com vista para o desenvolvimento pessoal e profissional na sua área de ensino. Pelo facto da estagiária não possuir um conhecimento aprofundado na área da lecionação, acrescido o grau de dificuldade por ser uma turma mista (rapazes e raparigas), procurámos verificar, com base no estudo referido e na pesquisa bibliográfica, as principais particularidades do género masculino na dança, com intuito de recolhermos informações que foram de grande utilidade na construção das aulas durante a prática pedagógica.

Para Minden (2005), de acordo com a anatomia física e o papel ao qual desempenham no ballet clássico, o treino é diferenciado para rapazes e raparigas. A autora afirma que “ a male dance is taller and heavier, has less flexibility in the spine, and is straighter in the shoulders and narrower in the hips.” (p. 56). Estas características influenciam na colocação, na postura e nos exercícios executados na aula. A aula de técnica de dança clássica para rapazes, deve desenvolver a força para os saltos, *pirouettes*, para sustentar a bailarina nos *lifts* realizados no trabalho de *pas de deux* e de acordo com as exigências técnicas constituintes nos bailados de repertório clássico ou contemporâneo.

A maioria dos exercícios realizados na aula de técnica de dança clássica são iguais para ambos os sexos, mas existem certas diferenças. Segundo Minden (2005), “certain steps such as double tours en l’air or double sauts de basques are generally male dancer territory. Men’s jumps are bigger and higher in grand allegro, and strive for “ballon” (...).” (p. 57). A precisão e o virtuosismo das grandes *pirouettes* e dos exercícios de *allegro*, são sem dúvida uma das características principais da técnica masculina. Na performance, “those moments when dancers devour space, attain and maintain amazing elevation, change position midair, and land with effortless precision – those grand allegro moments are ballet at its most electrifying.” (Minden, 2005, p. 162).

Além dos *grands allegros* e *pirouettes*, existem algumas diferenças no qual o professor deve ter em atenção quando leciona aula de técnica de dança clássica para rapazes ou em uma turma mista.

- Posição dos braços: em primeira e quinta posição de braços (R.A.D), os rapazes mantém a posição com a ponta dos dedos ligeiramente mais afastados do que as raparigas.
- Pirouette en dehors: geralmente os rapazes podem realizar dois tipos de preparação

para *pirouettes en dehors*. Segundo Fontes (1992), “os meninos (...) podem realizar a preparação e a *pirouette*: ou a partir da 2ª posição, (...) ou a partir da 4ª posição (derivada da 5ª) (...). (p. 80).

- *Réverence*: enquanto as raparigas realizam a *réverence* mais dançada e graciosa, os rapazes, de 1ª posição, realizam um passo lateral estendendo o braço com a palma da mão ligeiramente para cima. Fechar a perna em 1ª posição juntamente com a inclinação da cabeça para frente. O braço deve acompanhar o movimento, descendo ligeiramente. Voltar para a posição inicial e repetir a *réverence* para o outro lado.
- *Balancé de côté*: Segundo Fontes (1992), “a versão para meninos tem o mesmo trabalho de pés, porém é mais vibrante e enérgica, e tem dois movimentos de braços a escolha.”(p. 60).

A técnica de Dança Clássica foi evoluindo e se transformando-se ao longo dos anos, sendo uma técnica utilizada em várias escolas de dança (ensino artístico especializado ou não) em Portugal e mundialmente, como elemento essencial na formação dos praticantes de dança. Nas companhias profissionais de dança (clássicas ou contemporâneas), a técnica de dança clássica, constitui numa base fundamental de treino para apurar a técnica e preparar o corpo para as exigências coreográficas no âmbito clássico ou contemporâneo. Segundo Foster (2010), “many professional dancers say that we take class every day to perfect our technique so we can go on stage and forget about technique and concentrate on artistic expression and interpretation.” (p. 95). Desta forma, podemos verificar a importância desta técnica na formação e profissionalização de bailarinos.

3. O surgimento do Repertório Clássico

O Ballet de Repertório, ou Repertório Clássico - em francês *ballet d' action* - caracteriza-se por contar uma história através da dança, mímica e música. É necessário haver um número razoável de bailarinos para realizar um Bailado de Repertório, pois este, possui um conjunto de coreografias e cenários para que a história seja transmitida.

Foi durante o Romantismo do século XIX, que os bailados de Repertório Clássico se instituíram, dando origem à famosas obras artísticas como *La Sylphide*, *Napoli*, *Pas de Quatre* e *Giselle*, que perpetuaram no tempo, fazendo parte do repertório dançado por grandes companhias clássicas do mundo.

De acordo com a originalidade, o bailado *La file mal gardée*⁵, foi considerado o primeiro Ballet de Repertório, apresentando uma lógica teatral bem definida. (Pasi, 1991). Em resposta as mudanças políticas e sociais resultantes da Revolução Industrial (séculos XVIII e XIX), e da Revolução Francesa (final do século XVIII) que disseminava uma nova cultura, dirigido pelo culto da razão, liberdade das opções afetivas e igualdade, surgiu o movimento Romântico nas artes. Os ballets característicos dessa época, representavam fantasias, baseadas em lendas folclóricas. A evolução das maquinarias e dos espantosos engenhos, proporcionam aos artistas, a ilusão de “voar”, e o apelo ao etéreo, ao sobrenatural, promovendo para “uma nova noção da dança: a absoluta leveza, a ausência de peso, o sonho celeste, ultraterráqueo.” (Pasi, 1991, p. 53). O figurino também acompanhou esta evolução, para transmitir a ideia romântica, tornaram-se mais leves e curtos, permitindo à bailarina apurar a sua técnica e dar a ilusão da ausência de peso, do ser incorpóreo. Segundo Pasi (1991), “neste novo desejo de valorização da fantasia, uma ida ao bosque nunca podia deixar de ser de noite. (...). Recuperaram de um modo irracional esses seres noturnos da Natureza chamados elfos, gnomos, ondinas...” (p. 58). É neste contexto, que o bailado de seleção do nosso estudo “*Ondine*” ou “*The Naiade and The Fisherman*” se enquadra, apresentando as características gerais dos bailados clássicos da época do Romantismo.

3.1. “*La Naiade et le Pêcheur*” – Breve enquadramento

Ondine, ou *la Naiade*, é um bailado de 3 atos e 6 cenas, sendo originalmente coreografado por Jules Perrot e Fanny Cerrito, com música de Cesare Pugni e surge durante o auge do ballet romântico. A história foi inspirada no romance francês chamado *Undine*, de Friedrich de la Motte Fouqué, no início do século XIX. Sua primeira estreia foi em 1843, no Her Majesty's Theatre em Londres, tendo como bailarinos principais, Fanny Cerrito no papel de *Ondine*, a ninfa das águas e Jules Perrot, no papel de Mattéo, o pescador. (Cohen, 1998, P. 29).

Enquanto mestre de bailado nos teatros imperiais da Rússia, em São Petersburgo, Jules Perrot elaborou e expandiu o bailado *Ondine* ou *La Naiade*, apresentando como “*La Naiade et le Pêcheur*” (*The Naiad and The Fisherman*). Esta nova versão foi estreada em 1851 no Imperial Bolshoi Kamenny Theatre (atualmente chamado Teatro Bolshoi). Desde a sua

⁵ O bailado de Repertório Clássico *La Fille Mal Gardée*, foi coreografado por Jean Duberval e apresentado pela primeira vez em Bordéus em 1789.

estreia, e do grande sucesso obtido, que a peça “*La Naiade et le Pêcheur*” de Perrot, faz parte dos repertórios do Ballet Imperial da Rússia.

O tema do bailado, reflete em uma ninfa das águas, chamada Ondine, que se apaixona pelo mortal Mattéo (o pescador). O bailado começa com uma festa na vila siciliana (1º ato), onde os pescadores se preparam para o festival da Madonna (parte onde se desenvolve o fragmento do bailado que remontamos com a turma do 3º da EDOL). Enquanto Mattéo puxava as suas redes de pesca, se depara com a náiade Ondine em uma concha. A ninfa, apaixonou-se imediatamente por Mattéo, e tenta seduzi-lo a qualquer custo. Mattéo, deslumbrado com sua beleza, segue-a até uma rocha, na qual Ondine cai à água e tenta convencê-lo a segui-la. Os camponeses que estavam na Vila, chegam a tempo e evitam que Matteo caia no mar. (Letellier, 2012).

Ondine, Resolve mostrar a Mattéo, através de um sonho, um pouco do seu mundo, comparável com o “ato branco” de *La Sylphide* ou *Giselle*. (Cohen, 1998). Ondine, mesmo com a advertência de Hydrola, rainha das águas, assume a figura humana de Gianna (noiva de Mattéo), enquanto esta, fica a cargo das ninfas no palácio de Hydrola. Ondine, sendo uma ninfa, não pode sustentar a forma humana por muito tempo. Embora fraca e exausta, Ondine dança o *Pas de la rose flétrie*, uma “tarantela” em que a ninfa, incessantemente, tenta superar seu cansaço.

Durante a procissão de casamento, Ondine é pouco capaz de se sustentar. Hydrola e as náiades, fazem um último esforço para salvar Ondine. Hydrola, devolveu a forma humana a Giannina, e Mattéo, fica feliz em recuperar seu verdadeiro amor, enquanto Ondine, retoma seu estado imortal. (Letellier, 2012).

Em 1874, Marius Petipa praticamente remontou todo o bailado, e em 1903, Alexander Shiryayev, montou uma nova versão, sendo este dançado por grandes bailarinos como Pavlova, Karsavina e Fokine.

Segundo Cohen (1998), Willian Dollar⁶ (1907-1986) em 1949, reviveu o livreto *Ondine* de Jules Perrot, e em 1958, Frederick Ashton, incluindo a dança das sombras, criou uma nova versão do bailado *Ondine*, com música de Hans Werner Henze para o Royal Ballet. Segundo Homans (2010), *Ondine* apresentava uma “mistura de pantomima e cortejos intercalados com belas danças para Fonteyn, uma demonstração clara do profundo conhecimento de Ashton da personalidade e estilo da bailarina.” (pp. 475-476).

⁶ Dollar, nasceu em 1907 em St. Louis. Estudou com grandes mestres de ballet tal como G. Balanchine, M. Fokine e P. Vladimirov. Dollar, foi bailarino principal do American Ballet, Ballet Caravan e American Ballet Caravan, que procederam a companhia do New York City Ballet, fundada em 1948. Também coreografou e remontou muitos ballets.

A pedido de Makhar Vaziev, em 2006, Pierre Lacotte remontou o bailado *Ondine* especialmente para o Teatro Marynsky, preservando a versão original de Jules Perrot e música de Cesare Pugni.

Inicialmente pensámos em remontar a versão dançada pela companhia de dança do Kirov, mas de acordo com as características da turma inserida no estudo, optamos por seguir a versão do Ballet Bolshoi, coreografada por Pyotr Gusev's, tendo como título "*La Naiade et le Pêcheur*".

4. Técnica de Dança Clássica

Através da contextualização da TDC, entendemos possível verificar trajetória do aperfeiçoamento e codificação desta disciplina, assim como a sua estrutura, princípios e métodos de ensino. Procurámos ainda, definir o trabalho de pontas, pois a natureza do nosso estudo abrangeu esta especificidade nas aulas e nos ensaios, tendo em vista a preparação e aperfeiçoamento técnico das alunas para a apresentação do bailado de eleição "*The Naiade and the Fisherman*" no espetáculo final da EDOL. Relativamente às diferenciações e características técnicas do género masculino e feminino na dança clássica, podemos destacar como um elemento indispensável na preparação dos alunos consoante a interpretação do papel masculino ou feminino num bailado de repertório clássico. Todas essas particularidades, no contexto da dança clássica foram primordiais para compreendermos melhor, a estrutura e a metodologia a aplicar na construção das aulas e no desenvolvimento do estágio.

Desde do surgimento da dança clássica, é utilizada a terminologia francesa, sendo reconhecida mundialmente. Assim como os sete movimentos da dança - *plier* (dobrar), *sauter* (saltar), *tourner* (rodar), *glisser* (deslizar), *étendre* (estender), *relever* (subir) ou *élancer* (projetar), definidas por Noverre em 1760 "em termos de qualidade dos passos no qual os bailarinos teriam que atuar". (Lawson, 1979, p. 51).

De acordo com Nascimento (2010), a "Técnica de Dança Clássica apoia-se em princípios, normas de conduta e regras de execução de exercícios e passos que se encontram indissociavelmente interligados (...), desta forma, possibilitam o adestramento, a estruturação e o desenvolvimento dos corpos que a executam." (p. 78). Para além dos princípios básicos fundamentais da técnica de dança clássica, podemos destacar a estrutura sequencial dos passos técnicos do desenvolvimento da aula. As combinações e a estrutura das aulas podem variar de acordo com as especificidades de cada professor, mas independentemente da escola

e método de ensino, a estrutura básica de uma aula de TDC é bastante semelhante. Segundo Foster (2010), o objetivo da aula é permitir que os alunos desenvolvam progressivamente a força e a flexibilidade, aperfeiçoando cada vez mais a sua técnica. Através do trabalho árduo do processo de repetição e a correta estrutura das aulas dos professores, constituem para o sucesso da aula, proporcionando benefícios aos alunos, tais como a memória muscular, alinhamento e postura, além de promover para uma técnica mais precisa e apurada.

A aula de técnica de dança clássica, está dividida em duas seções: iniciam-se com exercícios executados na barra e posteriormente no centro, realizados sem apoio das mãos na barra. Os exercícios realizados na barra possuem diversos objetivos tais como aquecer o corpo, estabilizar e proporcionar o correto alinhamento da estrutura músculo-esquelético além de desenvolver força e flexibilidade das pernas, pés e da coluna vertebral, de forma a preparar o corpo para os exercícios que se realizam a seguir no centro. Como referiu Foster (2010), “the barre should gradually proceed to incorporate exercises that fully engage large muscle groups of the legs, back, and pelvis including warming the muscles around the hip joint.” (p. 39). O trabalho da parte superior do corpo também é de extrema importância, incluindo uma sequência de combinações que proporcionam o trabalho de extensão e flexão da coluna (*port de bras / cambrés*) e coordenação entre tronco, braços e cabeça.

A sequência ou a ordem dos exercícios executados na barra, podem variar de acordo com os métodos de ensino, nomeadamente das escolas Russa, Italiana, Francesa, Dinamarquesa, Inglesa e Americana. Por norma, são executados sequencialmente os exercícios de *Plié*, *Battement Tendu*, *Battement dégagé (glissé)*, *rond de jambe à terre*, *battement fondu*, *battement frappé*, *rond de jambe en l’air*, *petit battement*, *adage* e *grand battement*.

Os exercícios executados no centro também devem ser aplicados de forma gradual, preparando o corpo para as combinações mais exigentes no decorrer da aula. Todo o trabalho do centro é resultado da disciplina, paciência e dedicação nos exercícios realizados durante a barra. Segundo Minden (2005), “while barre work usually concentrates on one exercise at time, center floor combinations link various steps – enchaînement.”(p. 153). É durante as combinações dos exercícios do centro que o alunos aprendem a dançar, utilizando o trabalho de *épaulement* (movimentos da cabeça e ombros) juntamente com a expressividade.

Fazem parte dos exercícios realizados no centro o *adágio*, *pirouettes*, *petit allegro*, *allegro* e *grand allegro*. Os exercícios podem variar de acordo com nível de ensino.

Inicialmente, as crianças realizam por exemplo, sequências simples de *port de bras*, *battement tendu*, *balancés*, *petit allegro e gallopes*. Os níveis mais avançados, podem realizar uma série de exercícios que exigem maior coordenação e uma técnica apurada. O exercício de *adágio* caracteriza-se por ser um exercício de andamento lento com movimentos respirados e fluidos, exigindo uma grande capacidade de sustentação das pernas, coordenação e equilíbrio. As valsas, *pirouettes*, voltas e *allegros (petit e grand)*, podem ser realizados com as mais variadas combinações de pernas, braços, cabeça, com direções e deslocamentos espaciais. No final do centro, normalmente é realizado uma *révérence*, um ritual de cortesia no intuito de realizar uma vénia para agradecer ao professor, ao pianista, aos companheiros e a si mesmo pela aula realizada. (Minden, 2005).

A importância desta abordagem, justifica-se no âmbito do nosso estudo por entendermos que para além da Dança Clássica fomentar o domínio da linguagem técnica específica, procura desenvolver a prática artística do bailarino através da graciosidade, leveza, expressividade e da projeção do movimento, tornando uma maior comunicação entre o artista e seus espectadores. Neste sentido, corroboramos com o pensamento de Fazenda (2012) que afirmou que “a técnica de dança clássica cultiva um corpo forte, preciso, rápido, mas simultaneamente, capaz de gerar imagens e leveza e representações do etéreo.” (p. 69).

4.1. O trabalho de Pontas

O uso das sapatilhas de ponta, é um resultado natural dos ballets românticos, onde o objetivo era que as bailarinas dançassem com o máximo de leveza e graciosidade “de modo a obter a impressão de leveza e um efeito aéreo,” retratando criaturas sobrenaturais, tais como as Ninfas e as Sylphides. (Batalha, 2004, p. 199). “A ballet technique developed and became more refined and exact through Carlo Blasis’s teaching and the Italian School, more and more virtuoso dancing was done on point, including multiple turns and longer balances.” (Foster, 2010, p. 19). De forma a acompanhar a evolução técnica do trabalho de pontas, foi necessário inovar e fabricar sapatilhas de ponta mais sólidas, que suportassem as exigências técnicas dos grandes mestres de dança. Assim, foi criado um novo design de sapatilha de ponta italiana, com o nome de Nicolini.

No decorrer dos anos, com a evolução das sapatilhas de ponta, possibilitou o desenvolvimento técnico do trabalho de pontas. Segundo Bowes (2007), “at first, dancers

simply posed *sur les points* from time to time, but today's dancers perform an increasingly large and demanding repertoire on pointe." (p. 90).

O sonho de qualquer bailarina é calçar as sapatilhas de ponta. Mas na realidade, existem vários fatores que o professor deve ter em atenção para saber se aluno está ou não preparado para a utilização das pontas. Segundo Bowes (2007), o aluno deve demonstrar “excelente control of your centre and spinal alignment, strong leg and footwork, and balance easily on demi-point before you begin pointe.” (p. 90). Os alunos também devem realizar aulas de técnica de dança clássica mais que uma vez por semana.

Outro fator essencial que devemos ter em consideração, é a idade do aluno. Embora a resposta mais frequente para a iniciação de pontas seja aos 12 anos de idade, devemos ter em consideração a idade biológica das crianças, e não apenas a idade cronológica. Xarez (2012) sublinha que “como o desenvolvimento não é linear, pode existir um fosso de vários anos entre estas duas idades, ou seja, duas crianças que têm a mesma idade cronológica (12 anos, por exemplo) podem ter uma assimetria muito grande em termos maturacionais.” (p. 128). A utilização precoce das sapatilhas de ponta, podem ocasionar diversos riscos de lesões e do crescimento ósseo do pé. “Por isso, os principais critérios que devem ser tidos em conta para uma iniciação ao trabalho de pontas relacionam-se com a avaliação da maturidade biológica (óssea, muscular, ligamentar) e as avaliações física (força, flexibilidade) e técnica (domínio dos equilíbrios e outras habilidades técnicas).” (Xarez, 2012, p. 128).

Para podermos evitar futuras lesões e maximizar o trabalho de pontas, deve ser realizado um trabalho específico para o fortalecimento e alongamento dos músculos do pé e da perna. Podem ser realizados exercícios de flexão e extensão do pé com e sem banda elástica, *rises* e *relevés* realizados em uma ou duas pernas (paralelo e *en dehors*), mobilização dos dedos dos pés, alongamento e auto massagem. Além destes exercícios, o professor deve ter em atenção ao trabalho dos alunos realizados em sala de aula. A articulação do pé, a passagem dos dedos pelo chão nos exercícios, o correto apoio dos pés no chão, a passagem por $\frac{1}{4}$, $\frac{1}{2}$ e $\frac{3}{4}$ de ponta na subida e descida dos *rises*, o *en dehors* e o alinhamento da coluna, são alguns dos aspectos fundamentais para que o aluno ganhe força suficiente para subir corretamente nas sapatilhas de ponta.

O trabalho de pontas não deve ser uma experiência dolorosa, por isso o professor deve explicar aos seus alunos as diversas opções para a proteção dos pés. O tipo e forma em que protegemos os pés, podem variar consoante o formato e a sensibilidade dos pés de cada aluno.

A escolha errada da sapatilha de ponta, pode prejudicar a qualidade da performance,

por isso, o professor deve aconselhar ou até mesmo acompanhar o aluno na compra das sapatilhas de ponta, procurando aquela que melhor se adapte nos pés do aluno.

4.2. Métodos de ensino

Ao longo de toda a história da dança clássica e no decorrer do desenvolvimento e expansão desta arte, surgiram diferentes métodos de ensino criados por grandes Mestres. A influência desses métodos, deram origem a várias escolas nacionais, variando de acordo com o estilo e abordagens metodológicas. (Minden, 2005). Desta forma, podemos destacar a escola Francesa, fundada em 1660 por Luís XIV, sendo a escola mais antiga de dança. A escola Dinamarquesa de Bournonville, a escola Italiana de Enrico Cecchetti, a escola Inglesa Royal Academy of Dance (RAD), a escola Russa de Agrippina Vaganova e por último, a mais recente escola Americana de Georges Balanchine. “The high standards of training in the French, Russian, and Italian methods were maintained by state-supported institutions such as the Paris Opera, Kirov, and La Scala.” (Foster, 2010, p. 14). A organização curricular dessas escolas, é realizada de acordo com cada nível de ensino, proporcionando consistência técnica de qualidade na formação dos alunos.

De acordo com o método de ensino da Escola de Dança do Orfeão de Leiria, onde se desenvolveu o estágio, procurámos aprofundar o método RAD e o método de Cecchetti, clarificando a conceptualização técnica e metodológica característicos nos dois métodos de ensino.

4.2.1. A escola Inglesa: o método Royal Academy of Dance

Com o intuito de revigorar a qualidade de ensino nas instituições de dança britânicas, Philip Richardson⁷, em 1920, reuniu um grupo de professores conceituados com bases metodológicas das escolas Francesa, Italiana, Russa e Inglesa, que formaram a *Association of Operatic Dancing of Great Britain* e desenvolveram um programa de exames para que todos os professores membros, pudessem seguir. (Foster, 2010).

O método abrange cursos direcionados à todas as idades e níveis de ensino. No âmbito lúdico, o método é organizado em oito níveis, no contexto vocacional, é organizado em seis

⁷ Editor da revista inglesa *Dancing Times of London*.

níveis de ensino, detendo ainda, no seu programa de TDC, exercícios direcionados para rapazes e raparigas, distinguindo as especificidades de cada género. Segundo Minden (2005), “R.A.D. training produces a strong, clean dancer, well trained and well placed. An R.A.D.-trained dancer would never sacrifice proper form for extra extension. The gentle use of head and arms also distinguishes R.AD. style.” (p. 69). Os alunos, ainda aprendem a dança carácter e movimentos livres, inseridos nas aulas de TDC. (Minden, 2005).

O programa da Royal Academy of Dance, é ministrado por instrutores certificados em todo o mundo, sendo um método de referência para muitas escolas de dança.

4.2.2. A escola Italiana: o método Cecchetti

O método Cecchetti, foi desenvolvido pelo mestre e coreógrafo italiano Enrico Cecchetti (1850-1928). O virtuosismo, a agilidade e precisão técnica, são algumas das características principais desse método.

No auge de sua carreira artística como bailarino principal, mestre de dança e professor, Cecchetti imigrou para St. Petersburg, onde se juntou ao Ballet imperial da Rússia, criando o virtuoso papel de *Pássaro azul* e a mímica de *Carabose* na versão original do bailado de repertório clássico “*A Bela Adormecida*” em 1890, com coreografia de Marius Petipa. (Minden, 2005).

Segundo Minden (2005), “his method was the first to address proper placement in order to avoid strain and injury.” (p. 68).

Cecchetti foi um dos grandes mestres da história do *ballet*, desenvolvendo um método único de ensino, expandindo os princípios de Blasis. Cada dia da semana, existia um conjunto de combinações de exercícios com o intuito de aprimorar a técnica dos alunos.

Em 1922, emigrou para Londres, onde Cyril Beaumont publicou o *Manual of Theory and Practice of Classical Theatral Dancing* (método Cecchetti). Neste mesmo ano, Beaumont fundou a Cecchetti Society em Londres, e em 1924, foi integrada à Imperial Society of Teachers of Dancing (ISTD).

Seu método propagou na Inglaterra, e continua sendo um método de ensino seguido por todo o mundo. (Minden, 2005).

Secção III - Metodologia de investigação

A necessidade de melhorar aspectos relativos a problemática existente num contexto educativo específico, com o intuito de procurarmos alcançar um conhecimento mais aprofundado da realidade da amostra inserida neste estudo, este na base da eleição da nossa Metodologia de Investigação. Para Sousa & Batista (2011), “a metodologia de investigação consiste num processo de selecção da estratégia de investigação, que condiciona, por si só, a escolha das técnicas de recolha de dados, que devem ser adequadas aos objectivos que se pretendem atingir.” (p. 53). Neste sentido, procuramos adotar o método de investigação, que fosse mais adequado ao objetivo do nosso estudo.

1. Metodologia Qualitativa e Quantitativa

Tendo em conta com o que pretendíamos investigar, a combinação de metodologias quantitativa e qualitativa, sob a égide da Investigação-ação foi o que se definiu mais adequado. A investigação qualitativa caracteriza-se por ser indutiva e descritiva, ou seja, centra-se na qualidade e compreensão dos fenómenos resultantes da recolha de dados. Já a abordagem quantitativa, é dedutiva, generalizável, sendo mais precisa e fiável através da validação científica. Desta forma, o investigador tem a possibilidade de desenvolver conceitos e compreender os sujeitos de investigação, tendo em conta a complexidade da realidade. (Sousa & Batista, 2011).

Numa abordagem quantitativa, o investigador é independente do objeto de estudo, utilizando uma terminologia definida através da técnica, relação e comparação entre variáveis. A investigação quantitativa caracteriza-se por utilização de medidas numéricas, verificação das hipóteses mediante a análise estatística dos dados recolhidos e generalização dos resultados obtidos a partir da amostra. (Sousa & Batista, 2011). A investigação qualitativa, de acordo com os autores Sousa & Batista (2011) e Bogdan & Biklen (1994), caracteriza-se pelo facto do investigador ser o principal instrumento na recolha de dados, o qual é realizada de forma direta e no ambiente natural. Desta forma, o investigador tenta compreender os fenómenos e os sujeitos de investigação, possui interesse no processo e não apenas nos resultados, analisando os dados de forma indutiva.

Segundo Bogdan & Biklen (1994), a utilização da abordagem qualitativa na prática educativa pode ser aplicada através de várias formas:

Em primeiro lugar, pode ser utilizada pelos indivíduos (professores, outros agentes educativos e conselheiros) que têm contacto direto com os clientes (nas escolas os clientes são os alunos) para se tornarem mais eficazes. Em segundo lugar, quando a abordagem qualitativa começa a fazer parte do treino dos futuros professores, facilitando-lhes o tornarem-se observadores mais atentos do meio escolar como um todo (...). Por último, a investigação qualitativa pode ser incorporada no currículo da escola, no sentido dos próprios alunos começarem a efetuar estudos baseados em entrevistas e na observação participante. (p. 285).

Neste sentido, podemos afirmar que a utilização da perspectiva qualitativa por professores ou outros agentes educativos, relaciona-se com o facto de potenciar o ato reflexivo através de uma participação ativa, com o intuito de melhorar a sua eficácia na prática educativa e promover mudanças tanto no próprio comportamento como no meio e nas organizações onde se inserem. Estes elementos distintivos dos estudos quantitativos e qualitativos, complementam-se entre si, proporcionando desta forma, uma investigação mais fiável.

Face ao exposto, todo o processo relativo ao Estágio (procedimentos e recolha de dados) e à elaboração do respectivo Relatório, teve como base as linhas primordiais da investigação-ação, considerando o intuito de promover melhorias da realidade das práticas educativas. Segundo Sousa & Batista (2011), o processo de investigação-ação é composta por quatro fases:

- Diagnosticar o problema.
- Construir o plano de ação.
- Propor um plano de ação.
- Refletir, interpretar e integrar os resultados.

Através desta análise, podemos afirmar que o investigador é um agente participativo, um co-investigador no sentido de obter resultados através do processo de ação, observação, planificação e reflexão, que funciona como uma espiral de planeamento, promovendo para

uma melhor eficácia da intervenção nos diversos campos de ação. De acordo com Pardal e Lopes (2011), a investigação-ação é feita no sentido de detectar uma problemática real num determinado contexto social, construir e eventualmente propor um plano de ação, refletir, confrontar-se com o problema e propor uma estratégia de intervenção com o intuito de transformar e melhorar a realidade da problemática.

Segundo Bogdan & Biklen (1994), a metodologia da investigação-ação na prática educativa, através dos recursos dos métodos quantitativos e qualitativos, consiste na recolha sistemática de informações com o objetivo de aumentar a compreensão de factos bem como o empenho na sua resolução. Neste sentido, “a investigação-acção fortalece o empenhamento e encoraja a prossecução de objectivos particulares.”. (Bogdan & Biklen, 1994, p. 298).

2. Técnica e instrumentos de Recolha de Dados

Após a organização e a definição das estratégias de investigação, procedemos a seguinte fase, designada pela técnica e instrumentos de recolhas de dados, decorrente no trabalho de campo. As técnicas, segundo Pardal e Lopes (2011), “são um instrumento de trabalho que viabiliza a realização de uma pesquisa, um modo de se conseguir a efetivação do conjunto de operações em que consiste o método, com vista à verificação empírica (...)” (p.70). De acordo com o tema, da amostra e do objeto de estudo, as técnicas podem variar, desta forma, “deverão ser coerentes com o tipo de estudo e o paradigma onde se insere qualitativo ou quantitativo.” (Sousa & Batista, 2011, p. 78). Neste sentido, a técnica de recolha de dados “é o conjunto de processos operativos que nos permite recolher dados empíricos que são uma parte fundamental do processo de investigação.” (Sousa & Batista, 2011, p. 70).

Fazem parte do estudo, as seguintes técnicas e instrumentos de recolha de dados utilizados no método de Investigação-Ação:

Objetivos		Técnicas e Instrumentos
1º período	Realizar o levantamento da caracterização geral da turma (amostra), observar potencialidades e fragilidades técnicas e expressivas, analisar os conteúdos programáticos e estrutura da aula (realizado pela professora titular da turma), analisar a metodologia de TDC utilizada, possibilidade da realização do repertório clássico “ <i>The Naiade and The Fisherman</i> ” e	<ul style="list-style-type: none"> - Grelhas de observação - Memorandos analíticos (notas pessoais do investigador) - Questionário (tipo misto)

	possíveis adaptações a serem realizadas, motivação e conhecimento geral da turma em relação aos bailados de repertório clássico e o mundo artístico – espetáculo.	
2º período	Construção e aplicação das aulas e ensaios de acordo com o levantamento de informações realizado durante o 1º período. Analisar a progressão técnica e artística dos alunos.	<ul style="list-style-type: none"> - Grelhas de observação individual - Memorandos analíticos - Diário de bordo - Registo audiovisual (fotografia e vídeo)
3º período	Construção e aplicação das aulas e ensaios; Analisar a progressão técnica e artística dos alunos; Dar maior ênfase aos ensaios, com intuito de preparar melhor os alunos para a apresentação do bailado de repertório clássico “ <i>The Naiade and The Fisherman</i> ” no espetáculo final da EDOL.	<ul style="list-style-type: none"> - Grelhas de observação individual - Diário de bordo - Memorandos analíticos - Registo audiovisual

Quadro 3. Objetivos e instrumento de recolha de dados

➤ **Técnicas baseadas na observação**

No âmbito da nossa investigação, elegemos na primeira fase, utilizar as técnicas de observação em contexto de aula. A observação tem como objetivo compreender uma diversidade de abordagens tais como a metodologia de ensino, atitudes, comportamentos, potencialidades e limitações, constituindo um catalisador essencial para suscitar metas e estratégias de ensino, nomeadamente para possíveis soluções de um problema.

Observação participante:

Optámos por utilizar, a observação participante, que consiste na técnica de observação direta em que o investigador atua de forma participativa na observação, com o intuito de compreender determinado fenómeno em profundidade. Este tipo de observação é uma técnica de investigação qualitativa, em que “o investigador vive as situações e fará depois os seus registos dos acontecimentos (...). (Sousa & Batista, 2011, p. 89). Optámos ainda, no processo de observação, utilizar a observação estruturada, por ter como suporte grelhas de observação sistematizada com focos específicos a serem observados como o comportamento, a interação entre alunos, capacidade técnica e artística e metodologia de ensino. Segundo Pardal & Lopes (2011), este processo de observação “viabiliza o rigor da investigação, tornando possível o

controle de validade e limitando eventuais distorções de análise.”(p. 72).

Para este efeito, construímos três grelhas de observação, com vista a sistematizar os dados recolhidos. A grelha I (anexo III), permitiu-nos, caracterizar a turma, relativamente a homogeneidade (idade, estatura, nível técnico, uso das cabeças e braços), capacidade de coordenação, tomada de consciência do grupo, reconhecimento de fatores espaciais, resposta aos estímulos do professor e o nível técnico e artístico geral. A segunda grelha de observação (anexo IV), foi destinada a atitudes e comportamentos dos alunos, nomeadamente a motivação, concentração, assiduidade, respeito e interação entre professor e colegas. A grelha III (anexo V) - aplicada durante a fase de lecionação, focou-se na apreciação técnica e artística individuais dos alunos, assim como as principais potencialidades e fragilidades.

Diário do investigador:

Diário do investigador ou diário de bordo, é uma técnica que tem como objetivo ajudar o investigador na sua análise crítica e reflexiva através de observações, reflexões e notas suplementares, com o intuito de melhorar a sua prática pedagógica. O diário de bordo (anexo VIII), foi realizado semanalmente, onde foram registadas as descrições das atividades, observações dos acontecimentos em contexto de aula, competências a desenvolver e a evolução dos exercícios na mesma aula. Este registo, possibilitou a estagiária, uma melhor organização para poder adequar as estratégias de ensino.

Memorandos analíticos:

Memorandos analíticos ou notas de campo como os autores Bogdan e Biklen (1994) preferem chamar, são notas pessoais do investigador que se destina a analisar e refletir a observação obtida durante todo o processo de investigação. Segundo os mesmos autores referidos acima, as notas de campo são o “relato escrito daquilo que o investigador ouve, vê, experiencia e pensa no decurso da recolha e refletindo sobre os dados de um estudo qualitativo.” (p. 150). Dentro de uma abordagem qualitativa, é típico que o investigador registre aspectos relacionados com descrição das atividades, pessoas, acontecimentos, conversas, ideias e reflexões, bem como dificuldades encontradas e padrões que emergem. As notas de campo ajuda ao investigador recolher dados e informações para acompanhar o desenvolvimento do estudo, de forma a tornar-se consciente do plano de investigação e de que forma foram influenciados pelos dados recolhidos. (Bogdan e Biklen, 1994).

➤ **Técnicas baseadas na conversação:**

Questionário do tipo misto:

Quivy e Campenhoudt (2008) defendem que “o inquérito por questionário de perspectiva sociológica distingue-se da simples sondagem de opinião pelo facto de visar a verificação de hipóteses teóricas e a análise das correlações que essas hipóteses sugerem.” (p. 188). Neste sentido, de acordo com o objetivo do nosso estudo e com a necessidade de obter informações mais precisas, optámos por elaborar um questionário do tipo misto. Em relação à apresentação do questionário, Sousa & Batista (2011) afirmaram que “o tema em estudo deve ser apresentado de uma forma clara e simplista, assim como a linguagem utilizada e a disposição gráfica do questionário, que devem ser adequados ao público-alvo.” (p. 98). Através dessa afirmação, procuramos obedecer alguns critérios fundamentais tais como:

- ✓ Clareza do tema apresentado;
- ✓ Facilidade de preenchimento das questões;
- ✓ Apresentação de uma linguagem simples e adequada ao público-alvo;
- ✓ Obter o menor número possível de questões.

Procura-se assim, assegurar uma maior eficácia na recolha e tratamento de dados.

Construção e validação do Questionário

Antes da aplicação do questionário, foi realizado um pré-teste, ou seja, foi construído um questionário piloto, abrangendo as perguntas que considerámos adequadas e pertinentes ao estudo. Os questionários pilotos, foram destinados a uma pequena amostra de professores e alunos com o intuito de verificar a eficácia do mesmo. Para Sousa & Batista (2011), “o pré-teste ao questionário consiste num conjunto de verificações feitas, de forma a confirmar que ele é realmente aplicável com êxito, no que diz respeito a dar uma resposta efectiva aos problemas levantados pelo investigador.” (p. 100). Desta forma, optámos por aplicar o questionário piloto à quatro professores experientes nesta área, com o objetivo de receber feedbacks construtivos, relativamente a sua apresentação, linguagem, clareza e facilidade no preenchimento das questões. Após as sugestões, foi realizada uma aferição do questionário, reformulando algumas perguntas para uma melhor exequibilidade da aplicação do mesmo.

Em seguimento, o questionário piloto (reformulado) foi entregue a 4 alunos (com idades e características da amostra do estudo), com o intuito de percebermos se a clareza, o tamanho e a compreensão do mesmo estavam adequados ao público-alvo. Após esta validação, foi realizada a elaboração do questionário final (anexo IX), destinado à 15 alunos do 3º ano do ensino vocacional da Escola de Dança do Orfeão de Leiria.

Através do protocolo formal de atuação, é de referir que o questionário foi elaborado contendo a identificação do investigador, o âmbito, objetivos do estudo, garantia do anonimato e confidencialidade dos dados.

➤ **Análise de documentos:**

Documentos oficiais:

Foram consultados e utilizados para a construção do documento e preparação de todo o desenvolvimento do Estágio, documentos oficiais como legislação e documentos da instituição, que mereceram a devida referência.

Meios audiovisuais:

Tiveram como objetivo registar, através de vídeos e fotografias, o respectivo progresso da turma, assim como analisar as fragilidades ou potencialidades de carácter técnico-artístico, com intuito de adaptar estratégias consoante as necessidades identificadas. Segundo Bogdan e Biklen (1994), “as fotografias dão-nos fortes dados descritivos, são muitas vezes utilizados para compreender o subjetivo e são frequentemente analisadas indutivamente.” (p. 183). A fotografia capta certos acontecimentos particulares. Quando estudamos as fotografias ou vídeos, retiramos conteúdos que poderiam ser descurados caso este registo não fosse realizado, permitindo uma análise em maior profundidade. Neste sentido, Bogdan & Biklen (1994), afirmaram que “as fotografias tiradas pelos investigadores no campo fornecem-nos imagens para uma inspeção intensa posterior que procura pistas sobre relações e atividades.”(p. 189).

3. Amostra

Segundo Sousa & Batista (2011), “qualquer estudo científico enfrenta o dilema de estudo da população ou da amostra.”(p. 72). A população caracteriza-se por uma sociedade global, a totalidade dos elementos representativos de um estudo. Já a amostra, denomina-se por uma parcela representativa desta população. A escolha na maior parte das vezes, surge em função da temática, dos objetivos e da experiência do investigador.

No âmbito do nosso estudo, optámos por uma amostragem por conveniência, ou seja, uma amostra não representativa de participação voluntária do investigador. Para Sousa & Batista (2011), este tipo de amostragem “pode ser usada com êxito em situações nas quais seja mais importante captar ideias gerais e identificar aspectos críticos do que propriamente a objectividade científica.” (p. 77). Antes da escolha da amostra, fizemos uma visita prévia a EDOL (escola cooperante) no sentido de conhecer melhor a população e as possíveis amostras para este estudo. Neste sentido, visualizámos as aulas do 2º e 3º ano de ensino vocacional da disciplina de TDC. É de referir, que estas mesmas turmas, no início do estágio, iriam corresponder respectivamente ao 3º e 4º ano. Ao conjugar os objetivos propostos da investigação com a proximidade e a afinidade do investigador, optámos por escolher a turma do 2º ano (3º ano relativo ao início do estágio).

População
Alunos de Ensino Vocacional da EDOL Dimensão: 60 alunos
Amostra
Alunos do 3º ano de Ensino Vocacional da EDOL Dimensão: 15 alunos

Quadro 4. População e amostra

3.1. Caracterização da turma

A amostra deste estudo, refere-se à turma de 3º ano de ensino vocacional da EDOL, da disciplina de TDC, constituída por 11 raparigas e 4 rapazes, com idades compreendidas entre os 12 e 13 anos de idade. Os alunos, na sua maioria, frequentam a EDOL desde o 1º ano de ensino vocacional. A análise mais aprofundada da turma, apresenta-se mais a frente, na parte do desenvolvimento do Estágio, referente a fase de observação estruturada (p. 41).

4. Plano de Ação

Com o intuito de caracterizar a importância do plano de ação na prática pedagógica, Batalha (2004) afirma que “ primordial é reconhecer a Dança como uma forma de Arte, mas que necessita de uma experiência organizacional, perseguindo determinados princípios.” (p. 117). Através de uma planificação estruturada, permitiu-nos a organizar sistematicamente o nosso estudo, nomeadamente o planeamento de intervenção, implementação, análise e reflexão, promovendo assim, para a eficácia de intervenção pedagógica.

Desta forma, de acordo com a planificação inicial e a periodização da escola cooperante EDOL, temos a seguinte organização:

Calendário		Atividades	Instrumentos	Relatório e implementação
1º período	Out. a Dez. 2013	-Observação estruturada -Participação acompanhada	-Grelhas de observação sistemática -Notas de campo -Entrega dos questionários piloto -Entrega dos questionários -Entrega termo autorização de imagens aos pais dos alunos e à direção pedagógica	-Revisão bibliográfica
2º Período	Jan. a Mar. 2014	-Participação acompanhada -Lecionação supervisionada -Colaboração com outras atividades	-Grelhas de observação individual -Notas de campo -Diário de bordo -Registo audiovisual	-Revisão bibliográfica
3º Período	Abr. a Jun. 2014	-Lecionação supervisionada -Colaboração em outras atividades	-Grelhas de observação individual -Diário de bordo -Registo audiovisual	-Organização do relatório -Conclusões
Setembro 2014		---		-Correções -Finalização do relatório -Organização dos anexos -Entrega do Relatório de Estágio

Quadro 5. Planificação e calendarização anual do estágio

4.1. Procedimentos

O estágio iniciou-se no dia 15 de outubro de 2013, após os procedimentos formais entre a ESD e a Escola Cooperante - EDOL. Antes do início do estágio, foi realizada uma reunião com a orientadora e a professora cooperante/professora titular da turma, com intuito de esclarecermos dúvidas sobre as várias etapas do funcionamento do estágio.






A duração do estágio, de acordo com o Regulamento de Estágio do Curso de Mestrado em Ensino de Dança (anexo II), é de 1350 horas de trabalho anual dos quais 60 horas de Orientação Tutorial (OT), 60 horas de prática Pedagógica e 1230 horas de trabalho autónomo de preparação das aulas e elaboração do relatório final. De acordo com o art.º 9 deste mesmo documento, referente a distribuição das horas previstas para cada fase do estágio, temos:

- 8 horas de observação estruturada;
- 8 horas de participação acompanhada;
- 40 horas de lecionação;
- 4 horas de colaboração em outras atividades pedagógicas realizadas na escola cooperante.

Completando assim, o total de 60 horas de prática pedagógica nos domínios da observação, participação e prática de ensino supervisionado, distribuídos ao longo de dois semestres letivos.

O plano inicial previsto das horas de prática pedagógica sofreu algumas alterações, com o intuito de acompanhar a turma até a finalização do ano letivo e do espetáculo de final de ano (27 e 28 de junho de 2014). É de referir, que estas alterações foram realizadas com o conhecimento prévio da professora da escola cooperante e da coordenação do curso de Mestrado em Ensino de Dança. Desta forma, podemos visualizar a organização do estágio de acordo com o quadro abaixo:

	Outubro	Novembro	Dezembro	Janeiro	Fevereiro	Março	Abril	Mai	Junho
Sábado						1			
Domingo			1			2			1
Segunda			2			3			2
Terça	1		3			4	4	1	3
Quarta	2		4	1	5	5	2		4
Quinta	3		5	2	6	6	3	1	5
Sexta	4	1	6	3	7	7	4	2	6
Sábado	5	2	7	4	8	8	5	3	7
Domingo	6	3	8	5	9	9	6	4	8
Segunda	7	4	9	6	10	10	7	5	9
Terça	8	5	10	7	11	11	8	6	10
Quarta	9	6	11	8	12	12	9	7	11
Quinta	10	7	12	9	13	13	10	8	12
Sexta	11	8	13	10	14	14	11	9	13
Sábado	12	9	14	11	15	15	12	10	14
Domingo	13	10	15	12	16	16	13	11	15
Segunda	14	11	16	13	17	17	14	12	16
Terça	15	12	17	14	18	18	15	13	17
Quarta	16	13	18	15	19	19	16	14	18
Quinta	17	14	19	16	20	20	17	15	19
Sexta	18	15	20	17	21	21	18	16	20
Sábado	19	16	21	18	22	22	19	17	21
Domingo	20	17	22	19	23	23	20	18	22
Segunda	21	18	23	20	24	24	21	19	23
Terça	22	19	24	21	25	25	22	20	24
Quarta	23	20	25	22	26	26	23	21	25
Quinta	24	21	26	23	27	27	24	22	26
Sexta	25	22	27	24	28	28	25	23	27
Sábado	26	23	28	25		29	26	24	28
Domingo	27	24	29	26		30	27	25	29
Segunda	28	25	30	27		31	28	26	30
Terça	29	26	31	28			29	27	
Quarta	30	27		29			30	28	
Quinta	31	28		30				29	
Sexta		29		31				30	
Sábado		30						31	
Domingo									

	Observação - 9 h		Lecionação - 49 h e 30 mir
	P. acompanhada- 16 h e 30 min.		Férias escolares, feriados e outras interrupções
	Colaboração com outras atividades-21 h	Total: 96 horas	

Quadro 6. Organização da participação efetiva de estágio 2013/2014

Podemos verificar através do quadro acima, que o total de 60 horas obrigatórias previstas no documento do regulamento de estágio foram alargadas, contabilizando num total de 96 horas de prática pedagógica. Desta forma, de acordo com as horas de cada fase do estágio temos:

- 9 horas de observação estruturada;
- 16 horas e 30 minutos de participação acompanhada;
- 49 horas e 30 minutos de lecionação;
- 21 horas de colaboração em outras atividades pedagógicas realizadas na escola cooperante.

Apesar do esforço, cansaço, dedicação e investimento acrescido da estagiária, o total de 96 horas de práticas pedagógicas foi uma mais valia para este estudo, contribuindo de forma positiva para os resultados obtidos.

Secção IV – Estágio – Apresentação e análise de dados

A análise de dados consiste na organização sistemática de notas de campo, questionários, entrevistas e de todos os materiais que foram utilizados durante o desenvolvimento do Estágio, com o intuito de compreender dados e aspectos importantes relacionados com a investigação. Nos estudos de investigação, na sua maioria, a análise de campo assemelha-se a um funil, estreitando cada vez mais a recolha de dados para a análise final. Neste sentido, Bogdan e Biklen (1994), afirmam que “primeiramente, recolhe os dados de uma forma mais ampla (...) para obter uma compreensão alargada dos parâmetros do contexto, sujeitos e temas em que está interessado. Depois de ter encontrado um assunto para investigar, (...) estreite o âmbito da recolha de dados.” (p. 207). Neste sentido, mesmo com a falta de experiência da estagiária/investigadora, procurámos através da ajuda da revisão da literatura, afunilar e direcionar a investigação de acordo com os objetivos principais deste estudo.

1. Desenvolvimento do estágio

De acordo com o Regulamento do Estágio do Curso de Mestrado em Ensino de Dança da ESD (anexo II), foram elaboradas várias etapas para dar cumprimento a cada uma das fases referentes ao desenvolvimento do Estágio. Com intuito de cumprir os objetivos do estudo, transformar, melhorar e superar eventuais dificuldades da amostra (turma onde se desenvolveu o estágio), cada fase do estágio foi previamente definida de acordo com a metodologia mais adequada à finalidade do estudo. Neste sentido, destacam-se as seguintes fases do estágio:

1.1. Observação estruturada

A observação estruturada, surge no sentido de promover uma maior integração do investigador no próprio ambiente de estudo, criando desta forma, os primeiros laços entre investigadora/estagiária, professora titular, outros professores da instituição e a turma inserida no estudo. Esta integração, proporcionou à estagiária, ter acesso a documentação da escola (conteúdos programáticos, horários), conhecimento das regras e funcionalidades gerais da instituição. Além da fase da observação promover os primeiros laços com a instituição de

acolhimento, teve como objetivo, recolher as primeiras informações sobre a turma onde se desenvolveu o estágio, procurando recolher dados no que diz respeito a caracterização geral da turma, atitudes e comportamentos dos alunos, metodologia de ensino e estrutura da aula, de forma a identificar as particularidades, fragilidades e potencialidades da turma. Esta recolha de dados, contribuiu, decisivamente para implementação de estratégias, organização, planificação das aulas, escolha e adaptação do repertório clássico “*The Naiade and The Fisherman*”.

Procurámos durante a fase da observação, recorrer a metodologia adequada e a instrumentos direcionados em aspectos específicos, com o intuito de recolhermos dados quantitativa e qualitativamente, tendo em vista a melhoria do desempenho dos alunos de acordo com os objetivos traçados para este estudo. Neste sentido, Reis (2011) sugere que “a integração de dados provenientes de diferentes fontes de informação proporciona uma imagem mais completa e real do desenvolvimento mais adequados às necessidades reais dos professores.”(p. 9). Através das grelhas de observação e as notas pessoais do investigador, procurámos recolher informações, tirar conclusões e estabelecer metas para promoção da capacidade técnica e artística da turma onde se desenvolveu o estágio.

1.1.1 Calendarização

Nesta fase de observação foram cumpridas 9 horas de observação das quais estavam previstas 8 horas de acordo com o regulamento de estágio. Esta fase decorreu durante o 1º período escolar da EDOL, com início no dia 15 de outubro de 2013 e término no dia 31 deste mesmo mês, contabilizando o total de seis aulas de 90 minutos.

1.1.2. Objetivos

- Observação e reflexão sobre a metodologia e a estrutura da aula de TDC aplicada;
- Analisar as fragilidades das componentes técnico-artísticas dos alunos em geral;
- Analisar se o movimento das cabeças e dos braços são homogêneos e fluídos;
- Avaliar se existe a possibilidade da aplicação do repertório clássico “*The Naiade and The Fisherman*” com sucesso;
- Observar e tirar conclusões nas possíveis alterações do repertório ao nível técnico.

1.1.3. Desenvolvimento

Durante a fase da observação, foram realizadas duas grelhas de observação. A primeira grelha (anexo III) foi construída com o objetivo de verificarmos a caracterização geral da turma. A segunda grelha (anexo IV), foi destinada com o intuito de recolhermos informações referentes a atitudes e comportamentos dos alunos. Tanto as grelhas de observação como as notas pessoais do investigador, foram aplicadas durante toda a fase de observação (6 aulas), que permitiram analisar algumas especificidades do domínio técnico e artístico dos alunos.

No que se refere aos dados recolhidos com aplicação da grelha I, verificámos que a turma é, relativamente homogénea, em relação à estatura. Relativamente à parte técnica, a turma é heterogénea, ou seja, seis das alunas apresentam um nível técnico superior em relação às outras quatro alunas. Os quatro rapazes inseridos na turma, apresentam uma maior homogeneidade em relação ao domínio técnico. Verificou-se, ainda, que o grupo que apresenta maior domínio técnico é, também, o mais concentrado, esforçado e atento às correções do professor. Observámos ainda, que os alunos apresentavam fragilidades em relação à postura corporal, a colocação dos braços e cabeças, do trabalho de pés e a dinâmica nos movimentos. Outra fragilidade observada, foi o potencial artístico. Os alunos executavam os exercícios sem projetar o movimento, e muitas vezes, não coordenavam a respiração juntamente com os passos técnicos. Durante as aulas observadas, apenas uma foi destinada ao trabalho de pontas, o qual não foi possível, recolhermos dados suficientes sobre a qualidade técnica da turma em relação ao trabalho de pontas.

De acordo com a grelha II, destinada a registar as atitudes e comportamentos dos alunos, considerou-se as formas de comunicação não-verbal dos alunos (entusiasmo, frustração, satisfação, interesse), permitindo reunir informações sobre as necessidades, interesses, atitudes e motivação dos alunos. Desta forma, podemos verificar que os alunos são muito assíduos e respeitam o professor e os colegas, proporcionando assim, um bom ambiente dentro de sala de aula. Revelam pouca capacidade de concentração, refletindo-se na dificuldade, que a maioria dos alunos possuem em decorar os exercícios e manter-se atentos durante toda a aula. Podemos constatar ainda, que de um modo geral, é uma turma que está motivada para a prática de TDC, executando as tarefas com entusiasmo.

De acordo com os dados recolhidos através das grelhas de observação e das notas pessoais da estagiária, procurámos destacar através do quadro abaixo, um resumo das aulas observadas, com o intuito de identificarmos as fragilidades técnicas e artísticas dos alunos em

geral, e desta forma, implementar estratégias nas seguintes fases do desenvolvimento do estágio.

Resumo das observações sobre as competências técnica-artística dos alunos

Fragilidades técnicas	Estratégias
Não possuem um correto alinhamento do corpo	Realizamos exercícios (no chão) para o fortalecimento da parede abdominal e costas, com o intuito de sustentarem melhor o tronco, facilitando o apoio da perna de sustentação e de execução da perna de trabalho. Sentir o “ <i>pull up</i> ”.
Não apresentam um completo domínio dos conteúdos técnicos	Dessa forma, o processo de “ <i>build up</i> ” das aulas, foram essenciais para construirmos os exercícios desde a base, e aos poucos, acrescentar dinâmica, transferências de peso, direções, combinações e sequência de passos técnicos (<i>enchâinement</i>) mais exigentes, de acordo com os conteúdos técnicos do repertório clássico “ <i>The Naiade and the Fisherman</i> ”.
Falta de dinâmica nos exercícios (com acentuações dentro e fora, <i>battement glissé/jeté, Battement frappé, grand battement, pirouette</i>)	Na fase de lecionação, realizamos exercícios com diferentes acentuações e focar nas dinâmicas dos exercícios.
Mobilidade, articulação e alongamento dos pés	Realizamos durante toda a fase de lecionação, exercícios direcionados para o trabalho de pés, com o intuito de fortalecer, alongar e proporcionar a execução dos exercícios com qualidade.
<i>Arabesques</i> – colocação correta, amplitude, projeção, esticar mais os joelhos.	Realizamos exercícios e correções direcionadas para a melhoria da amplitude e colocação dos arabesques.
<i>Adagio – développés, releve lent</i> (falta de força muscular, <i>en dehors</i> , alinhamento da anca e alongamento de pés e pernas)	Procuramos corrigir os alunos na fase da participação acompanhada, e dar seguimento a estas correções durante a próxima fase.
<i>Allongé</i>	Nas aulas, não é solicitado o <i>allongé</i> nas terminações. Este movimento ajuda a proporcionar maior qualidade artística. Durante a fase de lecionação, procuramos inserir diversos movimentos com <i>allongé</i> .
<i>Allegros</i> – qualidade na projeção e recepção dos saltos, esticar mais os pés, colocação de braços e coordenação (pernas, cabeça e braços)	Verificou-se que a parte dos <i>allegros</i> é uma das vertentes que apresenta mais fragilidades ao nível técnico. Como o repertório que vamos montar exige muito <i>allegro</i> e passos de ligação, procuraremos já na próxima fase (participação acompanhada), insistir mais nas correções e repetições de exercícios de <i>allegro</i> , primeiramente individualizados, depois acrescentando grau de dificuldade de acordo com a exigência do bailado que vamos montar <i>The Naiade and The Fisherman</i> .
Trabalho de pontas	Observamos apenas uma aula de Técnica de Pontas, sendo a primeira realizada no 1º período (31/10/13). Realizamos exercícios que foram aplicados desde a fase de participação acompanhada, incidindo na qualidade e controle da subida e descida das pontas, desenvolvendo assim, o fortalecimento, alongamento e mobilidade dos pés. Na fase de lecionação, planeamos as aulas com o intuito de apurar o trabalho técnico de pontas, desde a base (exercícios simples) aos mais exigentes (de acordo com a progressão dos alunos e dos conteúdos técnicos do bailado).

Fragilidades artísticas	Estratégias
Respiração, fluidez e projeção do movimento	Procurámos desenvolver, através de sensações e demonstrações práticas, a importância de projetar o movimento, fazendo links diretos com o estar no palco, dançar para a audiência. Referindo sempre, a fluidez nos movimentos.
Homogeneidade de cabeças e braços	Num bailado de repertório clássico, existe uma grande exigência para que todos os bailarinos do corpo de baile permaneçam sempre em conjunto e o mais homogêneos possíveis, por isso é importante destacar esta vertente na aula, para que depois no palco, não haja grandes diferenciações. Desta forma, ensinamos os alunos a sentirem os colegas e, procurar manter as cabeças, braços e pernas semelhantes.

Quadro 7. Observações gerais sobre as componentes técnica-artística dos alunos na fase de observação

Durante a fase de observação, optámos por registar, também, através dos memorandos analíticos (notas pessoais do investigador) as aulas lecionadas pela professora titular da turma (aula observada), nomeadamente, as particularidades referentes ao método de ensino, o tema da aula e a respetiva estrutura.

Outro elemento a que demos destaque foi a comunicação verbal e as imagens utilizadas. Entendemos que esta interação foi importante pois foram identificadas boas práticas e imagens apelativas ajudando-nos a criar estratégias de reforço no que respeita ao processo de incremento da capacidade artística e da melhor compreensão dos passos técnicos. Este tipo de estímulo revelou-se de grande importância durante as atividades, envolvendo os alunos de forma intrínseca e extrínseca promovendo a aprendizagem através do reforço positivo e facilitando o processo de assimilação dos conteúdos, pois é mais fácil executar e interpretar um movimento quando se lhe atribui um significado (emoção, imagem, sensação). O quadro seguinte, apresenta uma sistematização da aula da professora titular da turma, representando as particularidades do método de ensino, tema/objetivos, estrutura e a comunicação verbal:

Descrição geral das aulas lecionadas pela professora titular			
Método de ensino	Tema/objetivo das aulas	Estrutura da aula	Comunicação verbal-estímulos
<ul style="list-style-type: none"> Cecchetti Royal Academy of Dance (R.A.D) 	<ul style="list-style-type: none"> -Trabalho de pés: articulação, mobilização e alongamento dos pés -Projeção do movimento 	<p>Inicialmente, as aulas começam com alguns exercícios de aquecimento no centro e no chão.</p> <p><u>BARRA:</u></p>	<ul style="list-style-type: none"> -Usar a respiração -Serem mais expressivos -Crescer na posição -Sintam-se bonitos -Utilizem os pés como se fossem ventosas -O <i>battement fondu</i> é elástico –

	<ul style="list-style-type: none"> -Aquecimento -<i>Pliés</i> -<i>B. tendu</i> de 1ª e 5ª posição -<i>Battement glissé</i> -<i>Rond de jambe à terre</i> -<i>Battement fondu</i> -<i>Battement frappé</i> -<i>Adagio</i> -<i>Grand battement</i> 	<ul style="list-style-type: none"> dobrar e esticar as 2 pernas em simultâneo -Braços firmes na 2ª pos. -Na terminação do exercício ficar e crescer -Crescer o pescoço -Pés com energia -<i>Arabesque</i> – a mão puxa p/ frente, o pé puxa p/ trás, cabeça p/ cima e perna de base p/ o chão
	<p><u>CENTRO:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -<i>Port de bras</i> -<i>Battement tendu</i> -<i>Adágio</i> -<i>Pirouettes</i> -<i>Allegro</i> (pequeno, médio, grande) -<i>Réveréce</i> 	

Quadro 8. Descrição geral das aulas lecionadas pela professora titular

Destacamos como muito positivo, a conversa tida com a professora titular da turma antes do início do estágio, em que foi apresentado o Projeto de Estágio e seus objetivos. Desta forma, e numa interação muito enriquecedora, a professora titular foi incorporando, nas suas aulas, a capacidade artística, o trabalho de pés (mobilidade, passagem dos dedos pelo chão) e o estímulo para a melhoria da qualidade dos exercícios de *allegro*, elementos constitutivos do repertório que pretendíamos desenvolver: “*The Naiade and the Fisherman*”. Nesta perspectiva, procuramos estabelecer um fio condutor entre as aulas realizadas pela professora titular e as aulas que foram lecionadas na fase seguinte pela Estagiária (fase da leção supervisionada), ou seja procurando inserir no âmbito do planeamento das aulas, novos conteúdos de forma gradual e articulada com as aprendizagens anteriores, no sentido de proporcionar aos alunos, maior capacidade de adaptação e eficácia no processo de ensino e aprendizagem.

Outro aspecto que se torna essencial descrever neste documento, refere-se as fragilidades individuais dos alunos. Ao contrário das anotações realizadas no diário de bordo, que engloba de uma forma generalizada as fragilidades e potencialidades da turma, as notas pessoais do investigador permitiriam identificar os alunos (já que as notas pessoais não são publicadas) e definir as suas maiores dificuldades técnicas. Esta abordagem, permitiu a estagiária, traçar planos e estratégias adequadas para “aquele” aluno especificamente. Este

registro, permitiu também, avaliar o progresso e possíveis fragilidades persistentes no processo de aprendizagem. Estas observações, apresentam-se resumidas no quadro abaixo:

Observações individuais	
Aluno 1	É um aluno que apresenta condições físicas, é alto e bem proporcionado. Alguma dificuldade a nível de alinhamento e postura. É muito irregular no seu trabalho, por vezes, bastante preguiçoso. Precisa melhorar a flexibilidade, dinâmica e qualidade na sua execução técnica e artística.
Aluna 2	Aluna dedicada, muito atenta e trabalhadora. Possui qualidades físicas para a prática de dança. Apresenta tensão nos ombros e pescoço, sendo muito séria no seu trabalho, esquecendo muitas vezes, da parte artística. Precisa respirar mais nos movimentos em geral e melhorar os exercícios de <i>allegro</i> . É uma aluna que apresenta uma boa aparência, é inteligente e revela incentivo e maturidade.
Aluna 3	Aluna alta e bem proporcionada. Boa coordenação, musicalidade e postura. É uma aluna muito séria no seu trabalho, e também introvertida. Apresenta bastante tensão nos ombros e pescoço, não utilizando a respiração durante os movimentos. Precisa melhorar muito a capacidade artística. Em geral, é trabalhadora, atenta, inteligente e revela incentivo e maturidade.
Aluna 4	Embora não apresente um físico muito adequado para a prática de TDC, a aluna é dedicada, muito atenta, energética e trabalhadora. Apresenta boa capacidade de concentração e musicalidade. Precisa alongar mais os músculos da perna. A tensão que apresenta ao nível dos ombros, braços e pescoço, prejudica bastante para o desenvolvimento da capacidade artística.
Aluna 5	A aluna apresenta um lindo físico e uma aparência muito bonita. Precisa se esforçar mais nas aulas. Dificuldades na coordenação de movimentos mais complexos, <i>allegros</i> e <i>pirouettes</i> . Precisa ganhar mais confiança no seu trabalho.
Aluna 6	Aluna alta, alongada e bem proporcionada. Possui qualidades físicas para a prática de dança, porém, precisa desenvolver mais o <i>en dehors</i> . Apresenta tensão nos ombros e pescoço, sendo muito séria no seu trabalho, esquecendo muitas vezes, da parte artística. É trabalhadora, atenta e revela maturidade. Precisa melhorar os <i>allegros</i> , <i>pirouettes</i> , e trabalho de pontas.
Aluno 7	Aluno alto com linhas bonitas. Porém, apresenta bastante dificuldade em controlar seu corpo. Precisa fortalecer a parede abdominal e as costas, de forma a ajudar a controlar o seu corpo e melhorar a sua postura. É um aluno responsável, dedicado e trabalhador, mais precisa melhorar as várias dificuldades técnicas e artísticas.
Aluna 8	É uma das alunas que, apresenta uma linda aparência e físico adequado para a prática de TDC. Possui todas as qualidades para seguir uma carreira profissional na dança. É muito aplicada, atenta e trabalhadora, mas por vezes, se desconcentra nas aulas. Apresenta bastante potencial técnico e artístico. Bom alinhamento postural e trabalho de pontas.
Aluna 9	Tem dificuldades físicas, pouca rotação externa, pouca flexibilidade e bastante falta de concentração e coordenação. Não costuma ser pontual e assídua.
Aluna 10	Boas capacidades físicas. É dedicada e ao mesmo tempo muito introvertida dentro de sala de aula. Muitas vezes, parece estar com a “cabeça na lua”, não se aplicando e concentrando ao máximo nas aulas. Precisa melhorar a colocação do apoio dos pés (possui tendência em cair para o bordo interno). É uma aluna que na primeira dificuldade desiste, é preciso sempre estar a incentivar e motivar a aluna.
Aluno 11	Apresenta uma boa figura. Contudo, possui dificuldades de concentração, coordenação, flexibilidade, bom alinhamento e rotação externa (<i>en dehors</i>). Precisa esticar mais os pés nos exercícios em geral (especialmente nos <i>allegros</i>) e se esforçar mais nas aulas.
Aluna 12	Possui um lindo físico, mas não consegue controlar seu corpo, sendo esta a sua maior dificuldade que a impossibilita de executar bem os exercícios. É uma aluna esforçada e atenta as correções do professor, porém, possui dificuldades em aplica-las.
Aluna 13	Apresenta boas capacidades físicas para a prática de dança. É uma aluna muito tensa e pouco dançante. Precisa empenhar-se mais nas aulas para evoluir tecnicamente.
Aluna 14	A aluna precisa empenhar-se mais nas aulas para ultrapassar suas dificuldades a nível físico, técnico e artístico. Possui um trabalho irregular e é pouco concentrada nas aulas. É uma das alunas com maiores fragilidades técnicas.

Aluno 15	Apresenta boas capacidades físicas para a prática de dança. Precisa fortalecer a parede abdominal e os músculos das costas para poder controlar melhor o seu corpo. É um aluno dedicado, trabalhador, inteligente, assíduo e bastante artista. As vezes é um pouco preguiçoso, o que prejudica a evolução do seu trabalho. Precisa trabalhar a projeção e recepção dos saltos, dinâmica e coordenação.
----------	--

Quadro 9. Observações individuais dos alunos

1.1.4. Reflexões

Esta primeira fase do início do estágio, foi a que mais dificuldades encontramos. A falta de experiência e confiança da investigadora/estagiária em relação a lecionação prática de aulas de TDC (especialmente no ensino especializado), proporcionaram uma certa insegurança especialmente nas primeiras observações. Mas de facto, esta fase foi fundamental para a estagiária ganhar confiança e prosseguir na concretização das seguintes fases do estágio. As grelhas de observação sistematizadas, as notas pessoais, permitiram a estagiária, uma clarificação e conhecimento aprofundado da realidade da amostra para a construção e análise dos dados obtidos na primeira fase. Esta reflexão e análise das informações recolhidas, contribuíram para definirmos estratégias de ensino através do planeamento de aulas direccionados para melhoramento e a resolução das problemáticas existentes, no intuito de alcançar resultados positivos na construção e aperfeiçoamento técnico-artístico do bailado de repertório clássico de eleição, “*The Naiade and the Fisherman*”.

A relação entre todos os intervenientes da escola cooperante foram bem sucedidas, criando assim, um bom ambiente e integração para o seguimento do estágio.

1.2. Participação acompanhada

De acordo com os objetivos traçados no regulamento de estágio da ESD, procurámos interagir ativamente em contexto de aula, através da participação acompanhada em correções, marcação dos exercícios e lecionação efetiva de seções de aulas. A colaboração entre a estagiária e a professora titular, foi fundamental para o estabelecimento de confiança, partilha, desenvolvimento profissional e respeito mútuo.

1.2.1. Calendarização

Para esta fase, estavam previstas apenas 8 horas de participação acompanhada, porém, de acordo com a calendarização da escola e para o cumprimento dos objetivos predefinidos para esta fase, contabilizamos o total de 16 horas e 30 minutos. Acompanhamos nesta fase, 11 aulas de TDC.

1.2.2. Objetivos

- Maior aproximação e comunicação entre a estagiária, o professor cooperante e a turma onde se desenvolveu o estágio;
- Interagir com a turma de forma prática, procurando corrigir e ajudar a melhorar algumas dificuldades ao nível técnico e artístico, procurando desenvolver estratégias de trabalho para a fase seguinte (lecionação supervisionada).

1.2.3. Desenvolvimento

Durante esta fase, tivemos a oportunidade de intervirmos nas aulas de TDC, realizando correções necessárias e lecionando alguns exercícios de trabalho de pontas e de centro. Para aula de avaliação prática do 1º período (3/12/13), foram selecionados os exercícios realizados na barra pela professora titular e alguns exercícios do centro, efectuados pela estagiária. Nesta perspectiva, houve uma maior afinidade entre estagiária e a professora titular em contexto de aula, o qual procurámos, estar em concordância em relação aos exercícios, conteúdos programáticos, apoio musical e objetivos, estabelecendo desta forma, um fio condutor entre os exercícios lecionados por ambas.

De acordo com a professora, ficou definido que poderíamos corrigir os alunos em qualquer momento da aula (barra e centro), para que desta forma, a interação entre estagiário e os alunos fosse natural. Neste sentido, optámos por dar maior atenção, aos alunos com maiores fragilidades técnicas, no intuito de motiva-los e proporcionar um maior equilíbrio técnico da turma. Na primeira semana de aulas, houve alguma insegurança em lecionar os exercícios (trabalho de pontas), pois não sabíamos como os alunos iriam reagir consoante a “nova” professora/estagiária. Não houve muitas dificuldades, nomeadamente, nas correções, pois já tínhamos pré-definido as fragilidades de cada aluno durante a fase de observação. Nesse sentido, optámos por incidir mais nas correções através do toque. Ao nível verbal,

optámos por corrigi-los individualmente (num tom de voz ainda tímido). As correções efetuadas perante toda a turma (verbalmente), foram efetuadas pela professora titular, pois ainda não estava estabelecida a confiança necessária da estagiária perante a turma. Os alunos em geral, demonstraram-se atentos durante as correções, havendo sempre uma boa sintonia e respeito dos alunos perante a estagiária. Ao parecer da professora titular, as correções realizadas em dupla, foram uma mais valia para os alunos, no sentido de podermos dar mais atenção a toda a turma. Verificámos, ainda, que a maior parte dos alunos (principalmente os rapazes), careciam de tonicidade muscular ao nível dos músculos abdominais e das costas, que se manifesta em alguma instabilidade física durante a realização dos exercícios. Após conversarmos com a professora, foram realizados alguns exercícios direcionados para o fortalecimento dos músculos da parede abdominal (parte central do corpo – *core*) e das costas antes do início do trabalho na barra.

Relativamente aos exercícios que lecionámos durante esta fase (barra - trabalho de pontas, centro - *port de bras, battement tendu, pirouettes, balancés, allegros e révérence*), pudemos verificar, que os alunos estavam inseguros, pois estes exercícios eram mais exigentes tecnicamente. Desta forma, não foi possível desenvolver suficientemente a parte expressiva, principalmente nos exercícios do centro, pois apresentavam-se visivelmente preocupados em executar corretamente os exercícios solicitados.

Em suma, durante esta fase, procurámos dar enfoque ao trabalho dos pés (passagem dos dedos pelo chão, fortalecimento e mobilidade), colocação dos braços, transferência de peso, respiração, projeção do movimento e fortalecimento dos músculos da parede abdominal e das costas, sensibilizando tanto para a melhoria da capacidade técnica como a artística. O quadro seguinte apresenta uma sistematização dos conteúdos técnicos e planificação das aulas que lecionamos durante a fase de participação acompanhada (final do 1º período):

BLOCO I	CONTEÚDOS TÉCNICOS	PLANIFICAÇÃO ORGANIZAÇÃO POR SECÇÕES
Aula 1	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Rises e relevés</i> (1ª, 2ª, 5ª pos.) • <i>Échappés</i> (2ª e 4ª pos. – 1 tempo e à tempo) • <i>Pas de bourrée piqué – de côté e en tournant</i>) • <i>Pas de bourrée couru – sur place, en tournant e en avant</i>) • <i>Posés en avant</i> 	<ul style="list-style-type: none"> • Barra - pontas
Aula 2 Destinada a	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Port de bras</i> – 1º e 3º <i>port de bras</i> de <i>cecchetti, temps lié en avant</i>; 	<ul style="list-style-type: none"> • Centro; • <i>Allegros</i> (pequeno, médio,

avaliação prática	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Battement tendu</i> – c/ <i>temps lié en avant</i> e <i>en arrière</i>, <i>battement relevé</i>, <i>posé en avant</i>; • <i>Pirouette en dehors</i> – c/ preparação e Pirouette de 5ª pos.; • <i>Balances</i> – <i>de côté</i>, <i>assemblé soutenu en tournant</i>, <i>tombé pas de bourrée en avant</i>, <i>relevé</i> em 5ª pos.; • <i>Pas de bourrée piqué</i> – <i>dessus</i>, <i>p. changement</i>; • <i>Allegros</i> – <i>sautés</i> (1ª, 2ª, 5ª pos.), <i>p. changement</i>, <i>petit sissone</i>, <i>petit assemblé</i>, <i>échappés sautés</i> (2ª), <i>jetés derrière</i>, <i>pas de chat</i>, <i>temps levé</i> (<i>arabesque</i> e <i>c/ coupé derrière</i>); • <i>Révérence</i> 	grande).
----------------------	---	----------

Quadro 10. Exercícios lecionados na fase de participação acompanhada

Procurámos ainda, durante esta fase, recolher dados através do inquérito por questionário (anexo IX), destinado aos quinze alunos da turma onde se desenvolveu o estágio. O questionário consistiu em colocar uma série de questões relativas às suas opiniões em relação a opções ou a questões direcionadas no contexto da dança clássica, onde procurámos averiguar o gosto pela disciplina de TDC, a frequência da visualização (através de vídeos ou ao vivo) de espetáculos de dança, o nível de conhecimento em relação à designação e o conhecimento dos bailados de “Repertório Clássico” e o gosto e interesse em participar nos espetáculos da EDOL. Através da recolha de dados, com vista à verificação de hipóteses teóricas e a análise das conexões que essas hipóteses sugerem, procurámos na fase seguinte (lecionação), adequar estratégias para enriquecer a prática de ensino.

Com base nesse pressuposto, construímos um questionário do tipo misto, que apresentava questões de respostas abertas e respostas fechadas.

As questões de respostas abertas, permitiram aos inqueridos refletir e construir uma resposta baseada nas suas próprias palavras, possibilitando à estagiária, recolher informações de forma mais aprofundada.

Como o âmbito do nosso estudo reflete-se na TDC, procurámos saber o gosto relativo a esta disciplina. A maioria dos alunos (53%), responderam a opção “sim, gosto”, 40% assinalaram a opção “sim, gosto muito” e apenas 7%, “nem gosto nem desgosto”. A alternativa “não, não gosto” foi unânime, em que nenhum aluno assinalou esta opção. Desta forma, pudemos verificar, que a turma, gosta ou gosta muito da disciplina de TDC, o que foi uma mais valia para a aplicação do nosso estudo. Para melhor compreensão, apresentamos o gráfico 1, com os resultados referentes a esta questão.

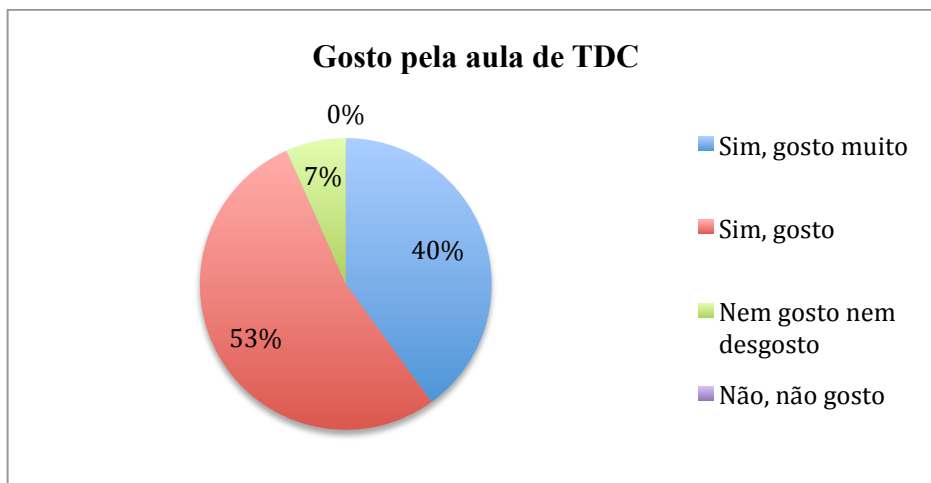


Gráfico 1. Gosto pela aula de TDC

Da pergunta referente “costuma ver espetáculos de dança?”, dez dos alunos, 67% do total de respondentes, assinalaram a opção “às vezes”, quatro (27%) escolheram a opção “raramente” e um (6%) respondeu a opção “Muitas vezes”. As escolhas “nunca” e “sempre”, não foram selecionadas.

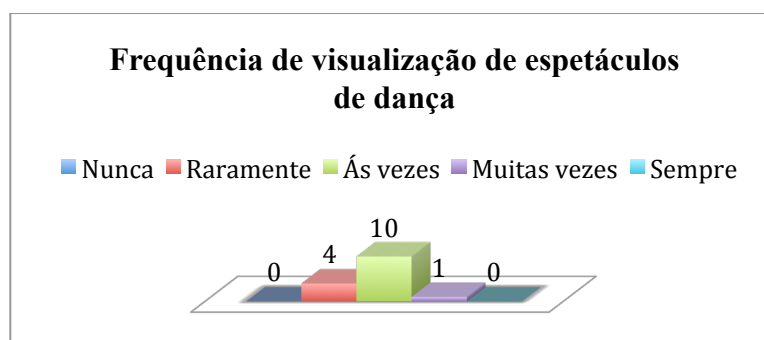


Gráfico 2. Frequência de visualização de espetáculos de dança

Em resposta à pergunta “costuma ver vídeos de dança clássica?”, as respostas foram semelhantes à da questão acima indicada. A opção “às vezes” foi unânime, em que dez alunos (67%) assinalaram a mesma opção. Dois alunos (13%), assinalaram a eleição “muitas vezes” e três (20%), a opção “raramente”. As indicações “nunca” e “sempre”, não foram assinaladas.

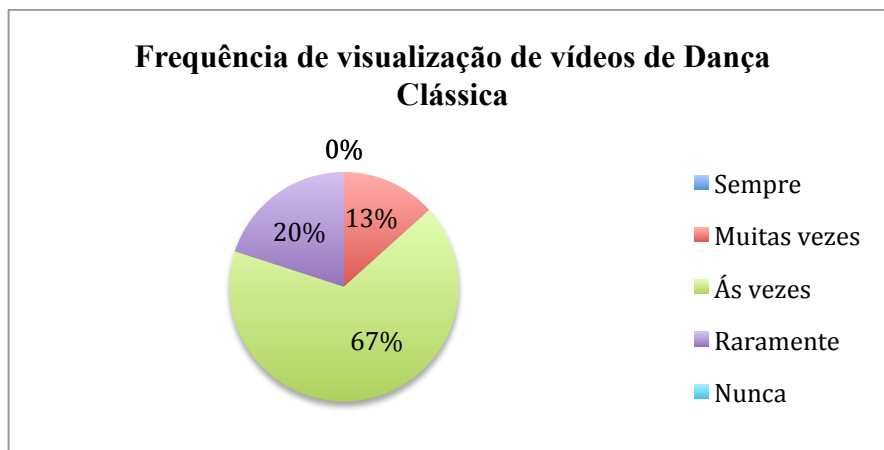


Gráfico 3. Frequência de visualização de vídeos de Dança Clássica

Na questão relacionada com o gosto em participar nos espetáculos de dança da EDOL, a maioria dos alunos (80%) marcaram a opção “sim, gosto muito” e o restante da turma (20%) assinalou “sim, gosto”. Desta forma, podemos observar que a turma gosta muito de participar nos espetáculos.

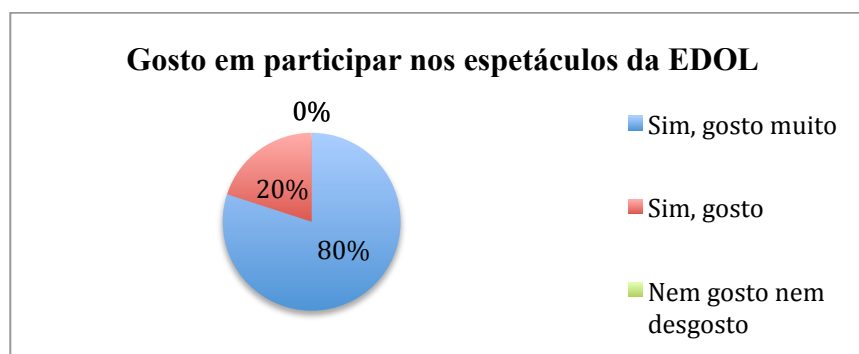


Gráfico 4. Gosto em participar nos espetáculos da EDOL

Ainda nesta questão, procurámos saber o “porquê” da opção assinalada. Neste sentido, apresentamos no quadro abaixo, algumas das respostas colocadas pelos alunos.

Questão	Resultados das opções assinaladas	Respostas
Gosta de participar nos espetáculos da EDOL? Porquê?	<p>Sim, gosto muito – 80%</p> <p>Sim, gosto – 20%</p> <p>Nem gosto, nem desgosto – 0%</p> <p>Não, não gosto – 0%</p>	<p>R3: São criativas, muito divertidas e são os alunos que criam as coreografias.</p> <p>R4: Porque são divertidos e interessantes.</p> <p>R5: Porque serve para mostrar o nosso trabalho ao longo do ano.</p> <p>R8: Porque são divertidos e criativos. Também é uma oportunidade de os pais verem o nosso trabalho ao longo do ano.</p> <p>R10: Porque me deixa feliz e permite demonstrar a minha paixão pela dança.</p> <p>R12: Porque desenvolvemos as nossas capacidades artísticas, também é divertido e qualquer bailarino (iniciante) quer pagar um espetáculo.</p> <p>R13: Porque são engraçados e vou ganhando mais experiência em palco.</p> <p>R15: Porque gosto da adrenalina de estar a dançar em cima de um palco com mais de 100 pessoas.</p>

Quadro 11. Tratamento do questionário - respostas abertas (questão nº3)

Nas questões seguintes, quisemos saber, o conhecimento e interesse dos alunos em relação aos bailados de Repertório Clássico. Neste sentido, na questão cinco, tencionámos perceber, se a turma tinha conhecimento da designação “Bailado de Repertório Clássico”. As respostas foram unânimes, todos os alunos (100%) assinalaram a opção “sim”. Em relação ao grau de conhecimento de Bailados de Repertório Clássico, apenas um aluno assinalou a opção “não”. Portanto, é de referir, que na resposta aberta “qual ou quais?”, a maioria dos alunos responderam o bailado de repertório “*Giselle*”. Ao procurarmos perceber o porquê da resposta, constatou-se através de uma pequena conversa com a professora titular, que no espetáculo do ano anterior da EDOL, os alunos de turmas mais avançadas, dançaram um fragmento do bailado de Repertório Clássico “*Giselle*” (amigas de *Giselle*, 1º ato), verificando-se assim, o porquê das respostas serem, na sua globalidade, referentes ao mesmo bailado – “*Giselle*”. Desta forma, para percebermos melhor o que se explicitou, apresentamos o quadro abaixo:

Questão	Resultados das opções assinaladas	Respostas
Conhece algum bailado de repertório clássico? Se assinalou a opção “sim”, indique por favor qual ou quais.	Sim – 14 Não – 1 (nº de alunos – 15)	R1: Lago dos Cisnes. R2: Giselle. R3: Giselle. R4: O bailado da Giselle. R5: O bailado Gissele. R6: Giselle, Lago dos Cisnes. R7: A Gisela. R8: Giselle. R9: A Giselle. R10: Giselle, Lago dos Cisnes. R11: Giselle. R12: A Giselle. R13: A Giselle. R14: Giselle. R15: Assinalou a opção “não”.

Quadro 12. Tratamento do questionário - respostas abertas (questão nº 6)

Quisemos ainda saber, se os alunos já haviam dançado algum fragmento de Bailado de Repertório Clássico. Pela análise dos dados obtidos, podemos afirmar que 73% dos alunos (11 alunos) assinalaram a opção “sim”, e 27% (4 alunos), responderam “não”, tal como pudemos verificar no gráfico seguinte:

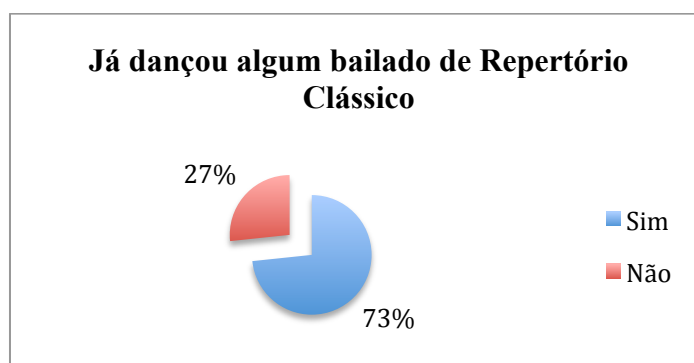


Gráfico 5. Já dançou algum bailado de Repertório Clássico

Na pergunta de resposta aberta “qual ou quais?”, constatámos que os alunos na sua maioria, responderam “*Tarantela*” e “*Allegro*”. Após uma conversa com a professora titular da turma, para clarificar o porquê das respostas, constatou-se que alguns dos alunos dançaram no ano letivo anterior, a “*Tarantela*”, fragmento do bailado de *Napoli* de August Bournonville. Em relação à indicação do bailado “*Allegro*”, ficámos a saber, que esta foi uma coreografia neoclássica, criada pela bailarina Susana Matos no ano letivo 2012-2013. A coreografia “*Allegro*”, não se enquadra nos Bailados de Repertório Clássico, porém os alunos,

talvez por não compreenderem a distinção das coreografias de Repertório Clássico (embora todos os alunos tenham assinalado na questão cinco a opção “sim”), mencionaram igualmente esta coreografia.

Finalmente, na última questão, procurámos saber o interesse dos alunos em participarem num Bailado de Repertório Clássico. Apresenta-se, então, de seguida, representado no gráfico 6, as respostas dos alunos representada em percentagem.

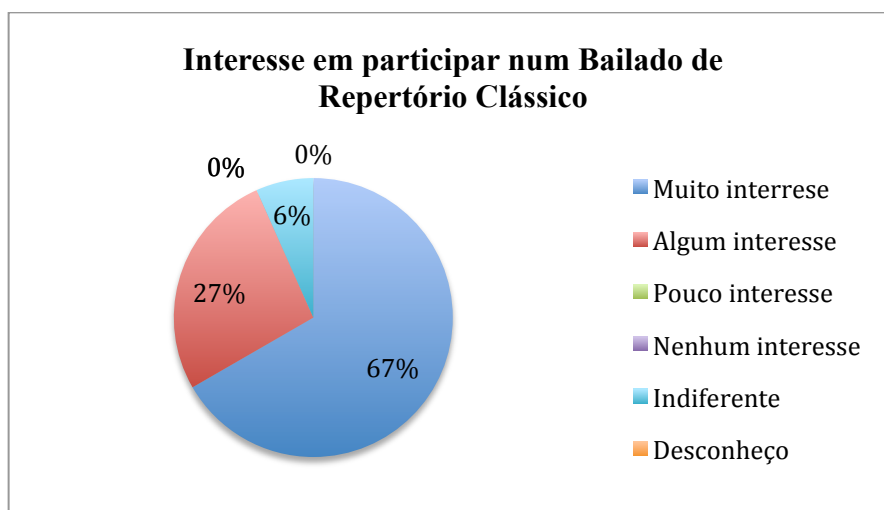


Gráfico 6. Interesse em participar num bailado de Repertório Clássico

No terceiro período, na fase da lecionação, voltámos a aplicar o mesmo questionário, com o objetivo de averiguarmos se após a nossa intervenção, relativamente a lecionação das aulas de TDC, do workshop e dos ensaios do bailado “*The Naiade and The Fisherman*”, atuou como elemento positivo nos alunos, no sentido de motiva-los para a prática de TDC, no aumento da frequência de vídeos e espetáculos de dança e, ainda, a promoção dos conhecimentos no âmbito dos Bailados de Repertório Clássico. Esta análise, será apresentada mais à frente, no desenvolvimento da fase de lecionação supervisionada (p. 74).

1.2.4. Reflexões

Durante esta segunda fase de estágio, através da possibilidade do contacto direto e prático com a turma onde se desenvolveu o estágio, dos incentivos, das partilhas e correções construtivas por parte da professora titular da turma, nos proporcionou um aumento de confiança da nossa prática de ensino, desenvolvendo assim, um ambiente agradável e propício para a realização da seguinte fase do estágio. Os questionários aplicados aos 15 alunos

constituintes da turma, foi fundamental para a recolha de informações referentes aos aspectos relacionados com o gosto das aulas Técnica de Dança Clássica e aos espetáculos da EDOL e relativamente ao grau de interesse e conhecimento sobre os bailados de Repertório Clássico. De acordo com as respostas aos questionários, pudemos adequar estratégias de ensino com o intuito de motiva-los mais para a prática de TDC e proporcionar um conhecimento mais alargado tanto do repertório que foi âmbito do nosso estudo (*The Naiade and the Fisherman*), como de os outros bailados do vastíssimo repertório clássico.

1.3. Lecionação Supervisionada

A lecionação supervisionada, caracteriza-se por ser efetuada com a supervisão de um professor qualificado na sua área de ensino, contribuindo para uma formação eficaz do estagiário. Esta fase do estágio, assume um papel fundamental para o nosso estudo, onde implementamos os nossos saberes e estratégias durante toda a fase de lecionação, com o intuito de dar cumprimento aos objetivos traçados para este estudo. A fase de lecionação, de acordo com a interdisciplinaridade da nossa prática, verificou-se nas disciplinas de Técnica de Dança Clássica e de Repertório Clássico, sendo essas, integradas na mesma aula de 90 minutos.

1.3.1. Calendarização

Com o intuito de alcançarmos os objetivos previstos para este estudo e acompanhar a turma até a realização do espetáculo final da EDOL, contabilizamos o total de 49 horas e 30 minutos de lecionação supervisionada, o qual estavam previstas 40 horas, lecionando 33 aulas de TDC.

1.3.2. Objetivos

Fase da lecionação de TDC:

- Elaboração de uma planificação de aulas de TDC que visa uma evolução positiva dos alunos;
- Adequar estratégias em sala de aula com vista para o desenvolvimento e aperfeiçoamento dos alunos na execução do Repertório Clássico “*The Naiade and The Fisherman*”.

Fase da lecionação do repertório clássico “*The Naiade and The Fisherman*”:

- Remontar o bailado de Repertório Clássico de seleção;
- Desenvolver a qualidade do movimento através dos conteúdos técnicos, das formas, do gesto e do estilo coreográfico;
- Aplicar na aula de TDC as maiores dificuldades, de carácter técnico, identificadas na execução do repertório, fomentando a interdisciplinaridade entre as duas áreas de intervenção (TDC e o Repertório Clássico).

1.3.3. Desenvolvimento

Lecionação das aulas de TDC:

Em concordância com a professora titular da turma, lecionámos duas aulas de TDC por semana (Quarta-feira e Quinta-feira), sendo que na Quinta-feira, parte da aula, estava direccionada para o trabalho de pontas. É de referir, que a turma do 3º ano, realizava apenas três aulas de Técnica de Dança Clássica por semana. Neste sentido, procurámos lecionar duas aulas por semana para garantirmos o trabalho de continuidade, promovendo a capacidade de memorização, consolidação e aprimoramento técnico-artístico dos alunos em relação à aula de TDC, e conseqüentemente, o bailado de repertório clássico “*The Naiade and The Fisherman*”. Para este estudo, procurámos desenvolver um planeamento antes e durante o período performativo da EDOL, acompanhando as necessidades técnicas-artísticas dos alunos desde a fase inicial das aulas. Após a lecionação de cada aula, procurámos registar através do diário de bordo (anexo VIII), aspectos relacionados com planificação da aula (tema, objetivos e novos conteúdos programáticos), descrição das atividades (descrição geral da aula, respostas dos alunos), intervenção pedagógica e competências a desenvolver. Foi também realizada, uma grelhas de observação individual dos alunos (anexo V). Através desta grelha, registou-se uma síntese sobre o desempenho de cada aluno, de forma a podermos ter um melhor acompanhamento sobre as fragilidades e as progressões da turma.

Foi acordado com a professora titular, que poderíamos lecionar os nossos próprios exercícios, tendo em atenção, obviamente, os conteúdos programáticos do 3º ano referentes a cada um dos períodos letivos. Todos os exercícios foram previamente vistos e aprovados pela professora, o qual teve a atenção de dar continuidade ao nosso trabalho nas suas próprias aulas.

Lecionação de Repertório Clássico “*The Naiade and The Fisherman*”:

De acordo com o regulamento interno da EDOL, referente ao plano curricular, as aulas de Repertório Clássico – práticas complementares de dança – iniciam-se à partir do 4º ano/8º ensino académico, realizada uma vez por semana, com duração de 45 minutos. A turma onde se desenvolveu o estágio, era do 3º ano, desta forma, não havia uma aula específica para o trabalho do repertório clássico, onde optamos por reservar os últimos 15 / 20 minutos das aulas, para que pudéssemos remontar e ensaiar o bailado de repertório em questão. Por falta de tempo, em todas as aulas, tivemos de abdicar de alguns exercícios da barra ou do centro, para que remanescesse algum tempo para os ensaios. Inicialmente, foi difícil articular este planeamento, pois tínhamos muitos conteúdos técnicos para ensinar e correções, que por muitas vezes, eram realizadas de forma rápida e com alguma ansiedade por parte da estagiária. As nossas maiores dificuldades e preocupações, foram relacionadas com o tempo diminuto para os ensaios.

Contudo, com a ajuda da professora Ana Manzoni (professora titular e simultaneamente cooperante) e com o desenrolar das aulas e ensaios, foi uma problemática ultrapassada e conseguimos controlar melhor o tempo.

A remontagem do bailado e os respectivos ensaios, iniciaram-se juntamente com as aulas lecionadas durante 2º período. Desta forma, podemos afirmar, que as aulas, proporcionaram um meio facilitador no processo dos ensaios, contribuindo para o conhecimento prévio dos elementos técnicos do extrato do bailado “*The Naiade and The Fisherman*”, que iam sendo introduzidos e praticados, paulatinamente, nas aulas de TDC.

De acordo com a exigência técnica do repertório, decidimos adaptar alguns elementos direcionados para a turma onde se desenvolveu o estágio, refletindo sobre a recolha de dados realizada na fase de observação e participação acompanhada. Face ao enunciado, optámos por realizar um quadro (anexo X) com um resumo dos conteúdos técnicos “originais” do fragmento do bailado “*The Naiade and The Fisherman*” e as alterações/simplificações que foram realizadas na remontagem do bailado.

A escolha do bailado de Repertório Clássico, foi efetuada de acordo com as características gerais da turma (idades, géneros, número de alunos e nível técnico) e pela facilidade de adaptação técnica e simplicidade dos desenhos espaciais da coreografia. Além disso, a versão (Bolshoi) e o fragmento do bailado que optámos por remontar, é alegre, dinâmico e dançante, em que todos os elementos do grupo, participam ativamente na coreografia. A decisão da escolha do bailado de repertório clássico não foi fácil, pois a

estagiária não possuía um conhecimento alargado sobre o nível técnico da turma antes do início do estágio e nem na experiência em remontar bailados de repertório clássico ou coreografias de grupo. Encontrar peças de bailado direcionadas especificamente para crianças, não foi uma tarefa fácil, pois os grandes repertórios clássicos são realizados por intérpretes de companhias de dança profissionais. A nossa opção partiu da convicção de que é possível adaptar os bailados de repertórios (ou excertos), em conformidade com as idades e das capacidades técnicas dos alunos sem que se perca o estilo, a musicalidade e o conteúdo técnico-artístico geral do bailado. Desta forma, podemos afirmar que a fase de observação e o feedback da professora titular, foram essenciais para a nossa decisão.

BLOCO II – 9 aulas de TDC:

A lecionação deste bloco de 9 aulas, foram distribuídas ao longo do início e metade do 2º período, adaptando alguns exercícios de acordo com a evolução da turma.

Todas as planificações, se focarem no trabalho de *pliés* para facilitar e melhorar a qualidade da recepção e projeção dos saltos, trabalho de pés (mobilização da articulação, fortalecimento, alongamento, passagem dos dedos pelo chão), quer para uma maior qualidade de execução de todos elementos técnicos do bailado, quer para a projeção dos movimentos. Para além disso, procurámos, também, em cada planificação, destacar o trabalho de alguns elementos técnicos (preparação) para a sua efetiva realização no bailado.

No quadro seguinte, apresentamos a organização dos ensaios do bailado de repertório clássico “*The Naiade and The Fisherman*”, distribuídos ao longo do Bloco II de aulas de TDC, cujo objetivo foi ensinar e ensaiar a parte do *entré* (*pas de six* e entrada dos rapazes):

BLOCO II	OBJETIVOS	PLANIFICAÇÃO
Lecionação do Repertório Clássico	Abordagem do Repertório Clássico <i>The Naiade and The Fisherman</i>	Ensinar e ensaiar a parte do <i>entré</i>

Quadro 13. Lecionação do Repertório Clássico - Bloco II

Neste sentido, planificamos uma aula (anexo XI) tendo como objetivos específicos, preparar e desenvolver o trabalho de:

- *Pas de bourrée en avant e en arrière*;
- *Allegros* (pequeno, médio e grande – *temps levé c/ coupé derrière e arabesque*).

Para além dos objetivos traçados para o aperfeiçoamento técnico e artístico do bailado de repertório clássico “*The Naiade and The Fisherman*”, procuramos introduzir e trabalhar novos elementos técnicos previstos nos conteúdos programáticos do 3º ano da EDOL referente ao 2º período. Os elementos que não foram introduzidos na aula da estagiária (por falta de tempo), foram lecionados pela professora titular da turma.

Destacamos assim, o trabalho dos seguintes elementos técnicos:

- Exercícios com maior complexidade de execução, em ½ tempo, com direções e maior complexidade musical;
- *Petit battement battu* na ½ ponta;
- *Pas de bourrée en avant e en arrière*;
- *Pas de bourrée piqué en tournant*;
- *Développés* com direções;
- *Pirouette en dehors* de 4ª pos.;
- *Ballonnée en avant*.

Os exercícios da barra foram realizados com o intuito de preparar os exercícios executados no centro e no bailado de repertório clássico “*The Naiade and The Fisherman*”. De acordo com Foster (2010), devemos traçar os objetivos e os planos das aulas de acordo com o que queremos trabalhar no centro. “Begin at the end and work backward” (p. 46).

O conteúdo técnico do fragmento do repertório clássico “*The Naiade and The Fisherman*”, relativamente à primeira parte que remontamos, apresenta uma grande variedade de pequenos e médio *allegros*, passos *à terre*, auxiliares e de ligação.

De forma a promover o aperfeiçoamento dos elementos técnicos acima referidos, procurámos dinamizar e focar a nossa atenção no trabalho de barra - *pliés, battement tendu, battement fondu, battement frappé* e *petit battement*, sendo estes, fundamentais para o

desenvolvimento técnico dos *allegros* (pequeno, médio, grande), da agilidade e dinâmica característica do bailado.

Assim, destacamos, como fundamentais, os seguintes exercícios:

- Plié:

De acordo com Minden (2005), o *plié* desenvolve o aquecimento dos músculos e das articulações da perna, estes, fundamentais para a rotação externa coxo femoral, *o en dehors*. Ajuda estabilizar a correta colocação do eixo, que é a base de qualquer giro ou salto, proporcionando a qualidade da projeção e recepção dos exercícios de *allegros*.

- Battement tendu e as suas variantes:

De acordo com os autores Bowes (2007) e Minden (2005), o *battement tendu* providencia o fortalecimento e flexibilidade dos pés e das articulações do tornozelo. “Tendus teach you how to move your feet and legs correctly. (...) it is crucial for executing bigger movements”. (p. 134).

- Battement fondu:

O *battement fondu*, desenvolve o fortalecimento da perna de suporte, fundamental para o controle da rotação externa (*en dehors*) e dos saltos realizados com a recepção de apenas uma perna. (Minden, 2005). “As you simultaneously bend and then stretch both kness, you are laying the foundation for powerful *allegro* work.” (Bowes, 2007, p. 40).

- Battement frappé:

O *battement frappé* significa batido, “staccato”. “This movement activates the intrinsic muscles of your foot and teaches it how to respond to the floor for quick jumps and point work.” (Bowes, 2007, p. 44).

- Petit battement:

Significa pequenas batidas no *cou-de-pied*. A ação do *petit battement* deve ser seca, rápida e exata, desenvolvendo agilidade e dinâmica nos movimentos de perna, essenciais para o trabalho de *petit allegros* e *batteries*.

No quadro abaixo, podemos verificar a sistematização dos objetivos e da planificação da aula previstos para o 2º período:

BLOCO II – 9 aulas

OBJETIVOS

1. Transferência de peso;
2. *Pas de bourrée en avant e en arrière*;
3. *Allegros* (pequeno, médio) – *ballonné en avant*;
4. *Pas marché en avant*

PLANIFICAÇÃO	OBJETIVOS ESPECÍFICOS
Barra:	Fortalecer os pés; Controle na subida e descida da meia ponta.
1. Aquecimento;	
2. <i>Pliés</i> ;	<i>Demi port de bras e cambré com allongé</i> – Inclinação do tronco necessário p/ os <i>pas de bourrées en avant e en arrière</i> ;
3. <i>Battement tendu</i> (1ª e 5ª pos.)	Trabalho de pés (mobilidade articular, fortalecimento, passagem dos dedos pelo chão). A ação do <i>assemblé soutenu</i> , prepara p/ o objetivo 2.
4. <i>Battement jeté c/ piqué</i>	Agilidade das pernas; Preparação p/ a ação do <i>ballonné en avant</i> ;
5. <i>Rond de jambe à terre</i>	A ação do <i>assemblé soutenu</i> , prepara o objetivo 2.
6. <i>Battement fondu c/ rond de jambe en l'air</i>	<i>Battement en cloche devant c/ demi plié</i> (45°), prepara p/ o objetivo 2.
7. <i>Battement frappé</i>	A transferência de peso realizada nos <i>relevés em coupé devant e derrière</i> em ½ ponta, prepara para o <i>pas marché</i> .
8. <i>Adagio</i>	
9. <i>Petit battement</i>	Agilidade das pernas, prepara para o objetivo 3.
10. <i>Pas de bourrée en avant e en arrière</i>	Prepara exclusivamente para o objetivo 2.
11. <i>Grand battement</i>	Prepara para o objetivo 2.
Centro:	Componente artística - respiração, projeção do movimento e fluidez.
1. <i>Port de bras</i>	
2. <i>Battement tendu</i>	Objetivo 1.
3. <i>Adagio</i>	<i>Posé en avant</i> p/ 5ª pos. (1/2 ponta) – objetivo 4.
4. <i>Pirouette en dehors</i>	
5. <i>Échappé relevé</i> (2ª pos.)	Prepara para o <i>échappé relevé sur le points</i> – elemento do bailado.
Pequeno <i>allegro</i> :	
6. <i>Petit saut</i> – (<i>sautés, échappés, p. changement</i>)	Objetivo 3.
7. <i>Changement emboité</i>	Objetivo 3.
Médio <i>allegro</i> :	
8. <i>Ballonné en avant</i>	Objetivo 3.
9. <i>Port de bras c/ révérence</i>	Enfoque para a projeção do movimento, respiração

Quadro 14. Planificação e objetivos de lecionação do Bloco II de aulas de TDC

Tendo por base a estrutura de aula criada (sequência dos exercícios, definição de objetivos e as melhorias/fragilidades identificadas) começámos a implementar paulatinamente, combinações de passos mais exigentes com transferências de peso, coordenação de braços e cabeças com maior enfoque no trabalho de pés (mobilidade,

passagem dos dedos pelo chão) e limpeza da base técnica, procurando sempre, nas aulas, estimular os alunos a utilizarem mais a respiração, durante os exercícios e, com isso, executarem os movimentos com maior projeção. Nas primeiras aulas, procuramos realizar os exercícios com os braços em 2ª posição – para melhor sustentação e foco para o trabalho de pernas – e posteriormente, com a evolução da aula, acrescentar pequenos *port de bras* coordenados com o movimento das pernas. Insistiu-se, frequentemente, na colocação correta das quintas posições de pés, colocação dos braços e cabeças. Coincidindo a fase de lecionação do Estágio, com a remontagem do bailado selecionado foi, efetivamente, a partir desta data que as aulas se planejaram de acordo com as exigências técnicas e artísticas do mesmo. Apesar de termos introduzido, já, exercícios na fase de participação acompanhada, foi na fase de lecionação que se iniciou a articulação mais direta e uma relação efetiva ao bailado de repertório.

Análise do diário de bordo – Bloco II – 9 aulas de TDC:

Nas primeiras duas aulas de repertório, começámos à remontagem do bailado, com os respectivos lugares, dividindo a turma em dois grupos, assinalados como grupo 1 e grupo 2. Desta forma, ensinámos 1 minuto da coreografia, parte do *entré*. Todos os conteúdos técnicos do bailado, referentes a esta primeira parte, foram previamente trabalhados nas aulas, sendo uma mais valia na remontagem das sequências. Nas seguintes aulas (aula 3 e 4), decidimos, em vez de continuar a remontagem do repertório, decidimos inserir no final das aulas, pequenas sequências dos elementos do bailado de forma mais calma com músicas de aula de TDC (anexo XII). Pretendíamos assim, que as alunas consolidassem e interiorizassem cada sequência para, depois, aliar estes pequenos fragmentos, previamente trabalhados em sala de aula, prosseguirmos com a montagem do bailado. De facto, esta estratégia funcionou muito bem, pois as alunas sentiram-se menos “perdidas” nas sequências durante o ensaio do bailado.

Embora tenhamos dado continuidade à montagem do bailado nas aulas seguintes (aula 4 à aula 9), continuámos a inserir algumas destas sequências durante as aulas, de forma a potencializar a técnica exigida durante o ensaio.

Como já referimos, foram lecionadas duas aulas por semana, sendo que, uma delas estava direcionada para o trabalho de pontas.

Durante a fase de observação, identificámos que as alunas careciam de fortalecimento nos pés, controle da subida e descida das pontas, domínio do centro (*core*) e alinhamento postural.

fase de participação acompanhada e as aulas lecionadas nesta fase, ao qual procuramos preparar a turma desde o 1º período, para os exercícios mais exigentes e focados para o aperfeiçoamento do extrato do repertório clássico, “*The Naiade and The Fisherman*”. As aulas de Técnica de Pontas foram lecionadas após a aula da barra em ½ ponta, e muitas vezes, realizámos os exercícios de *allegro* com sapatilhas de ponta. É de referir, que durante a segunda semana de leção, as alunas solicitaram à professora, se poderiam realizar toda a aula nas pontas (desde o início da barra). Desta forma, com a autorização da professora titular, deixámos que as alunas realizassem a aula toda nas pontas (barra e centro). Os exercícios mais exigentes, fora realizados na meia ponta. Pudemos verificar que as alunas estavam motivadas e queriam melhorar tecnicamente nas aulas, para evoluírem no trabalho do repertório clássico, aspeto que entendemos como bastante positivo.

Relativamente à planificação, decidimos, não realizar alterações, pois, para além das aulas de Técnica de Pontas serem realizadas apenas uma vez por semana, as alunas apresentavam dificuldades técnicas e falta de força e controle no trabalho de pontas. Por esta razão, preferimos que as alunas consolidassem os exercícios, e na próxima planificação, realizar exercícios de acordo com a evolução lógica das sequências apresentadas nesta planificação.

Análise do diário de bordo – 5 aulas de Técnica de Pontas:

As alunas corresponderam de forma positiva a estas aulas. Apesar da dificuldade técnica, são persistentes e esforçadas. É de referir que estas aulas foram realizadas após as férias de natal, por isso, verificou-se mais fragilidades no trabalho de pontas. Contudo, com o decorrer das semanas, foram estabelecendo confiança, consistência técnica e resistência.

Podemos analisar, determinadas fragilidades técnicas (subir corretamente nas pontas) das alunas 6, 12, 13 e 14, em relação às restantes alunas, necessitando de muitas correções por parte da estagiária. No geral, as alunas fazem muita força na barra ao executarem os exercícios, o que demonstra falta de força nos pés. Também demonstram fragilidades no que diz respeito à resistência física apresentada na repetição das sequências. Conclui-se que há, ainda, necessidade de trabalhar mais os *échappés sur le points*, pois as alunas ainda não executam corretamente a ação dos *échappés relevés*, ou seja, costumam saltar em vez de deslizar os pés. Na realização da sequência dos *sautés* em pontas - *soubresaut* e *changement sur le points*, reclamaram da dificuldade, mas mesmo assim, deram o seu melhor. Verificámos também, fragilidades no exercício de *posés* com *petit developpé devant*.

Relativamente ao trabalho realizado com os rapazes, determinámos que realizassem *changements, échappés sautés* (2ª e 4ª pos.) em vez dos *échappés relevés, sautés sur le points e sousouss*. Contudo, apresentam bastante falta de resistência respiratória e não apoiam os calcanhares no chão na recepção dos saltos.

BLOCO III – Bloco de dez aulas de TDC.

Pretendeu-se com estas aulas (anexo XIV), a consolidação dos elementos técnicos trabalhados no bloco de aulas anterior (bloco II) e acrescentar novos conteúdos técnicos de acordo com o seguimento da montagem do bailado de repertório (*adagio*).

O quadro a seguir, sistematiza os objetivos e a planificação, aplicados na remontagem do bailado de repertório clássico no Bloco III de aulas:

BLOCO III	OBJETIVOS	PLANIFICAÇÃO
Lecionação do Repertório Clássico	Abordagem do Repertório Clássico <i>The Naiade and The Fisherman</i>	Consolidação e ensaio da parte do <i>entré</i> ; <i>Ensinar e ensaiar a parte do adágio</i>

Quadro 16. Lecionação do Repertório Clássico - Bloco III

Neste sentido, planificamos uma aula, tendo como objetivo preparar e desenvolver o trabalho de *adágio*, assim como dar maior enfoque aos elementos técnicos de:

- *Pas marché en avant*;
- *Posé en avant com attitude devant*;
- *Allegros* (pequeno, médio e grande);
- *Batteries*.


A pedido da professora titular, foram introduzidos, nesta aula, novos elementos técnicos previstos nos conteúdos programáticos do 3º ano da EDOL, referente ao 2º período.

Como já referimos anteriormente, por falta de tempo, a introdução dos conteúdos técnicos previstos no programa, foram completados pela professora titular da turma.

Destacamos assim, o trabalho dos seguintes elementos técnicos:

- *Duplo battement frappé*;
- *Duplo battement fondu* – sem e com ½ ponta;
- *Duplo rond de jambe en l'air*;
- *Grand rond de jambe*;
- *Grand battement – développé e enveloppé*;
- Introdu o de *batterie*;
- Foram ainda introduzidos, elementos técnicos que estavam apenas previstos para o 3º período. De acordo com os conteúdos exigidos no repertório e com a evolu o da turma, preferimos introduzi-los, nesta aula, nomeadamente, *battement serr *, *piqué turns* e *assemblé soutenu en tournant* – em pontas.

Face ao enunciado, apresentamos o seu resumo e estrutura, no quadro a seguir:

BLOCO III – 10 aulas	
	<ol style="list-style-type: none"> 1. <i>Pas marché en avant</i>; 2. <i>Posé en avant c/ attitude devant</i>; 3. <i>Allegros</i> (pequeno, médio); 4. <i>Batterie</i> (introdu�o).
PLANIFICA�O	OBJETIVOS ESPECÍFICOS
Barra: 1. Aquecimento;	Objetivo 2. Objetivo 4.
2. <i>Pli�s</i> ;	<i>Deep port de bras en avant</i> – elemento do repert�rio
3. <i>Battement tendu</i> (1ª e 5ª *pos.) <i>/ battement tendu pour batterie</i>	Trabalho de p�s. Objetivo 4.
4. <i>Battement jet� c/ piqu�</i>	Agilidade das pernas; Diferentes acentua�es – din�mica; Preparaa�o p/ a a�o do <i>ballonn�</i> .
5. <i>Rond de jambe � terre*</i>	<i>Deep port de bras c/ pivot e temps li� en avant</i> -elemento do repert�rio (adágio); <i>Tomb� pas de bourr� en avant – pas de deux</i> – repert�rio

6. <i>Duplo battement fondu c/ ballonné*</i>	Fortalecimento dos pés; Objetivo 3. Objetivo 2 – trabalhar a posição do <i>attitude devant</i> .
7. <i>Duplo battement frappé*</i>	Objetivo 1; <i>Battement serré</i> – conteúdo do repertório (adágio).
8. <i>Rond de jambe en l'air</i>	
9. <i>Adágio</i>	Objetivo 2.
10. <i>Petit battement serré*</i>	Agilidade das pernas, prepara para o objetivo 3 e 4.
11. <i>Grand battement</i>	Trabalha o <i>pas de bourrée en avant e en arrière</i> .
12. <i>Échappé sauté battu</i>	Objetivo 4.
Centro:	
10. <i>Battement tendu</i>	
11. <i>Adagio</i>	Prepara p/ um elemento da parte do adágio (posição de joelhos com movimentações do braço em 2º arabesque, e também, o p. <i>battement serré</i>
12. <i>Pirouette en dehors*</i>	
Pequeno <i>allegro</i> :	
13. <i>Petit changement e échappé sauté</i>	Objetivo 3.
14.	
Médio <i>allegro</i> :	
15. <i>Grand échappé</i>	Objetivo 3.
16. <i>Assemblés</i>	Objetivo 3.
17. <i>Ballonné en avant</i>	Objetivo 3.
18. <i>Changement c/ emboités en avant c/ attitude en avant</i>	Objetivo 3.
19. <i>Temps levé em arabesque</i>	Objetivo 3.
20. <i>Port de bras c/ révérence</i>	Fluidez, respiração e projeção do movimento.

Quadro 17. Planificação e objetivos da leção do Bloco III de aulas de TDC

Análise do diário de bordo – Bloco III - 10 aulas de TDC:

A pedido da professora Ana Manzoni, realizámos na aula 1, apenas 30 minutos de barra, devido a necessidade de ensaiar uma pequena coreografia para ser posteriormente filmada e adicionada ao site da escola. Por esta razão, lecionámos até ao exercício de *grand battement* na barra. Na aula seguinte (aula 2), demos continuidade à leção da aula programada (barra e centro). Por falta de tempo, não foi possível realizar o trabalho de pontas, sendo realizado apenas na aula 4.


As aulas correram muito bem, a turma, respondeu de forma positiva e com motivação às aulas. A turma, de uma forma geral, evoluiu gradualmente em relação ao nível técnico e artístico. O mesmo não podemos afirmar das alunas 9, 12, 13 e 14, que embora tenham evoluído, possuem mais fragilidades técnicas, principalmente no trabalho de pontas. Alguns exercícios, foram simplificados para que estas alunas, conseguissem acompanhar o trabalho técnico da turma, sem correrem o risco de se magoarem ou de se sentirem desmotivadas.

Em termos de resultados, verificou-se que a turma evoluiu tecnicamente nos exercícios de *allegros*, principalmente os rapazes. Procurámos insistir nas repetições e trabalhar a resistência física e respiratória dos alunos. (fragilidades anteriormente identificadas).

Nestas aulas, procuramos exigir ao máximo, a qualidade de execução técnica e artística. Por falta de tempo, em cada aula, seleccionámos os exercícios que seriam efetuados, para que desta forma, conseguíssemos terminar à remontagem do bailado.

No que se refere a aula de Técnica de Pontas (anexo XV), procurámos seguir uma evolução lógica dos exercícios apresentados no plano de aula anterior. De acordo com o seguimento da remontagem do repertório (final *entré* e *adagio*), pretendemos trabalhar, os novos conteúdos técnicos do repertório e consolidar aqueles que já tinham sido inseridos durante as aulas (TDC – TP).

No quadro abaixo, apresentamos o bloco III (4 aulas), referente ao trabalho de pontas:

BLOCO III – Técnica de Pontas – 4 aulas	
	<ol style="list-style-type: none"> 1. <i>Échappés</i> (de 5ª p/ 2ª e 4ª pos.); 2. <i>Pas marché en avant</i> 3. <i>Posé en avant</i> com <i>attitude devant</i>
PLANIFICAÇÃO	OBJETIVOS ESPECÍFICOS
Barra:	Fortalecimento, mobilidade articular, controle da descida e subida dos <i>rises</i> e <i>relevés</i> .
1. <i>Rise</i> ;	
2. <i>Relevé c/ retiré</i> ;	
3. <i>Coupé relevé c/ pas de bourrée piqué e couru</i> ;	Fortalecimento dos pés; Objetivo 2.
4. <i>Échappé sur le points p/ 2ª e 4ª pos.</i> ;	
Centro:	Consolidação a aperfeiçoamento do objetivo 1.
5. <i>Relevés e échappés p/ 2ª e 4ª pos.</i> ;	
6. <i>Temps lié c/ posé</i> ;	Objetivo 3.
7. <i>Relevé c/ retiré passé</i> ;	
8. <i>Pirouettes en dehors</i> ;	
9. <i>Pas marché en avant (diagonal)</i> ;	Objetivo 3.
10. <i>Assemblé soutenu en tournant</i> ;	Conteúdo do repertório realizado pela aluna 3.

Análise do diário de bordo – Bloco III - 4 aulas de TP:

Os exercícios apresentados nesta planificação, foram realizadas sem variações, pois já possuem uma evolução lógica da planificação anterior. Porém, a professora Ana Manzoni, realizou na sua aula, uma diagonal apenas com *assemblés soutenus en tournant e piqués turn sur le points*. Como estes novos conteúdos foram realizados pelos alunos sem grandes dificuldades e tendo esta informação em consideração, começámos a realizar estes elementos técnicos em nossa aula, assim como, a trabalhar as *pirouettes sur le points*. Solicitámos que as alunas 2, 3, 4, 8 e 10, começassem a praticar duas *pirouettes*, apesar de algum receio, estas alunas conseguiram realizar duas voltas em pontas. Foi surpreendente a dedicação e evolução destas alunas.

Com a aprovação prévia da professora titular Ana Manzoni, o trabalho de pontas foi realizado na aula de avaliação prática e na aula aberta do 2º período. Foi um momento especial em que as alunas demonstraram muito orgulho em poderem apresentar o seu trabalho em pontas.

BLOCO IV – 15 aulas de TDC – TP:

Esta aula tem como objetivo consolidar todo o trabalho realizado durante o 1º e 2º período, pretendendo-se, assim, tornar uma aula mais dançada e coreografada, no sentido de promover a qualidade dos movimentos técnicos-artísticos utilizando o trabalho de respiração, projeção do movimento, foco, musicalidade, *épaulements*, *allongés* e maior complexidade técnica, estabelecendo *links* entre a aula de TDC e o repertório clássico “*The Naiade and The Fisherman*”. Neste sentido, colocámos a prova, a capacidade reflexiva da turma, procurando sempre que possível, questionar os alunos, sobre os exercícios que estavam a realizar e, se conseguiam identificar qual a parte do exercício que poderia servir para reforçar o trabalho técnico do bailado. Verificámos que a turma se encontrava atenta, já que souberam responder com eficácia às questões propostas pela estagiária. Esta constatação, permitiu-nos verificar que a nossa estratégia de preparar os exercícios da aula de TDC, em função da aprendizagem do bailado, estava a ser eficaz. No que diz respeito a lecionação do repertório clássico, procurámos realizar ensaios mais contínuos e com maior enfoque nas repetições, promovendo

a resistência física, respiratória, consolidação e aprimoramento técnico e artístico do fragmento do bailado “*The Naiade and The Fisherman*”, como se pode verificar de forma sistematizada no quadro abaixo:

BLOCO IV	OBJETIVOS	PLANIFICAÇÃO
Lecionação do Repertório Clássico	Abordagem do Repertório Clássico <i>The Naiade and The Fisherman</i>	Consolidação e aprimoramento técnico e artístico; Marcação da <i>révérence</i> ;

Quadro 19. Lecionação do Repertório Clássico - Bloco IV

Esta aula (anexo XVI), foi planeada inteiramente para ser executadas em pontas, com exceção dos rapazes, que realizaram alguns movimentos ou exercícios alternativos na barra: diferenciação de braços no exercício de *adagio*; substituição do *pas de bourrée couru* por “caminhar”; diferenciação dos braços no exercício para arabesque e substituição do exercício de *changement sur le points* por *entrechats* e no centro: exercício específico para trabalhar o *tour en l’air*; em vez do *pas marché en avant*, realizaram *cabriole com chassé en avant* e posé final diferenciado na *révérence* - de acordo com a exigência técnica do bailado. É de referir, que por falta de tempo, não foi possível realizar todos os exercícios na mesma aula, sendo estes, selecionados pela estagiária de acordo com a necessidade dos alunos.

Decidimos organizar uma aula direcionada ao trabalho de pontas, de acordo com as fragilidades que foram sendo observadas durante o 2º período, procurando nesta fase, reforçar o trabalho de pés, fortalecimento e controle na execução dos movimentos realizados em pontas. Procurámos assim, nos exercícios, realizar *rises*, equilíbrios, trabalho de duas pernas para duas, de uma para duas, de duas pernas para uma, de uma perna para ela mesma e de uma perna para a outra, com o intuito de haver reflexo positivo, no aperfeiçoamento técnico do bailado. Desta forma, podemos observar através do quadro abaixo, a estrutura da aula direcionada para o 3º período:

BLOCO IV – 15 aulas

OBJETIVOS

1. *Pas marché en avant;*
2. *Posé en avant c/ attitude devant;*
3. *Allegros (pequeno, médio, grande) - batterie*
4. *Assemblé soutenu en tournant.*

PLANIFICAÇÃO

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Barra:

1. Aquecimento;

2. *Pliés;*

Demi port de bras en avant e en arrière – trabalhar a inclinação do tronco necessário na realização do *pas de bourrée en avant* e *en arrière* no bailado.

3. *Battement tendu (1ª);*

Objetivo 3 e 4.

4. *Battement tendu (5ª);*

Fortalecimento dos pés (*assemblé soutenu sur le points, relevés* de uma perna para a mesma);
Objetivo 4.

5. *Battement jeté;*

Consolidação – *ballonné devant, pas de bourrée en avant e en arrière;*
Objetivo 4.

6. *Rond de jambe à terre;*

7. *Battement fondu c/ ballonné*

Objetivo 2 – trabalhar a posição do *attitude devant;*
Consolidação – *ballonné devant.*

8. *Battement frappé*

Objetivo 3.

9. *Rond de jambe en l'air*

Deep fondu c/ port de bras en avant c/ ½ pivot – elemento da parte do *adágio.*

10. Exercício para *arabesque*

Necessário para a parte do *adágio;*
Promenade em attitude derrière (realizado pelo casal).

11. *Adagio*

Objetivo 2.

12. *Grand battement*

Consolidação – *échappé sur le points e échappé sauté .*

13. *Petit changement sur le points**

14. *Entrechat quatre*

Objetivo 3.

Centro:

1. *Battement tendu com relevé;*

2. *Adagio;*

3. *Pirouette en dehors;*

Pequeno *allegro:*

4. *Petit changement e échappé sauté*

Objetivo 3.

5. *Petit changement c/ ¼ e ½ volta;*

Objetivo 3.

Médio *allegro:*

6. *Assemblé*

Objetivo 3.

7. *Ballonné c/ glissade e d. detourné*

Objetivo 3.

8. *Temps levé em arabesque*

Objetivo 3.

9. <i>Pas marché en avant</i>	Objetivo 1.
10. <i>Assemblé soutenu en tournant</i>	Objetivo 4.
11. <i>Port de bras c/ révérence</i>	Fluidez, respiração e projeção do movimento; Pose das raparigas = ao bailado.

Quadro 20. Planificação e objetivos da lecionação do Bloco IV de aulas de TDC-TP

Análise do diário de bordo – Bloco IV - 15 aulas:

O início das aulas do 3º período de TDC, deu-se no dia 22 de abril, lecionados pela professora titular da turma. No dia à seguir, na aula 1, demos início a lecionação dos exercícios da barra, ainda em meia ponta, pelo facto da turma ter regressado de férias da páscoa. Verificou-se que alguns alunos continuaram a realizar alongamentos e trabalho muscular durante as férias, desta forma, foi possível constatar que os alunos estão motivados e querem melhorar a qualidade técnica. Em relação aos alunos 9, 11, 12 e 13, foi necessário incentiva-los e recordar as correções referidas durante o 1º e o 2º período. No início da aula 1, optámos por exhibir à turma, a gravação realizada no último ensaio do bailado, com o intuito dos alunos avaliarem/identificarem as suas fragilidades e refletirem sobre as mesmas. Consideramos que esta estratégia foi importante para a turma pois, nas aulas seguintes, os alunos revelaram muito mais empenho na realização das aulas de TDC e verificámos, também, melhorias em relação ao ensaio do bailado.

Na aula 2, realizámos os exercícios em pontas, e apresentámos os exercícios no centro. Por falta de tempo, não conseguimos realizar todos os exercícios de *allegro* (médio e grande).

Na aula 3, começámos o trabalho do centro com os exercícios de *allegro*, pois continua a ser uma fragilidade apresentada pela turma e que necessita de mais tempo para correções e repetição dos exercícios. Foi solicitado aos alunos, que repetissem as sequências dos *allegros* (sozinhos ou em grupos), com o intuito de se empenharem mais, melhorar a resistência respiratória e aprimorar a qualidade técnica. Com estas estratégias verificaram-se, a partir da aula nº 4, melhorias significativas nos exercícios de *allegro*.

Na aula 7, contámos com a visita do bailarino Alexandre Fernandes, da Companhia Nacional de Bailado (solicitação por parte da estagiária), com o intuito de proporcionar aos alunos o testemunho e experiência de um profissional relativamente ao trabalho dos rapazes e de *pas de deux*. Pudemos verificar que no decorrer da aula, a turma estava entusiasmada e aplicada, principalmente os rapazes. O aluno 1, revelou-se atento às correções do convidado, revelando melhorias significativas no ensaio. Algumas especificidades em relação à forma

correta de segurarem as raparigas, a colocação da mão e o apoio dos pés foram fundamentais para os alunos compreenderem a ação correta do movimento solicitado. Entendemos que existem alguns detalhes ao qual os professores (sexo masculino), conseguem transmitir com maior sensibilidade, pois possuem a prática e a experiência real a melhor forma de segurar uma bailarina para melhor equilíbrio e harmonia na execução dos movimentos de *pas de deux*. Podemos assim afirmar, que o feedback foi positivo, os rapazes estavam atentos e maravilhados por terem correções de um professor (do sexo masculino), tem sido para eles uma inspiração.

Relativamente à aula avaliação prática do 3º período, constatámos, que a turma, apresenta melhorias não só ao nível técnico, mas também ao nível artístico, realizando os exercícios com respiração, fluidez e projeção do movimento. Desta forma, pudemos afirmar, que ficámos agradadas com a apresentação desta aula que teve apreciação positiva por parte da professora titular, pelos alunos que estavam assistir e, principalmente motivo de orgulho para a estagiária.

A partir da aula 9, começámos a realizar as aulas de forma mais contínua, sem muitas paragens ou correções, de forma a termos mais tempo para o ensaio do bailado. Em algumas aulas, foram apenas realizados exercícios na barra.

Na aula 15 – última aula na EDOL - realizamos apenas 60 minutos de aula (em meia ponta), pois neste dia, houve o 1º ensaio – marcação de lugares – no palco.

Durante o decorrer das aulas, foi possível verificar um especial entusiasmo, tanto por parte dos alunos como da estagiária.

1.3.4. Reflexões

Refletindo sobre a nossa participação, verificou-se que no decorrer das primeiras aulas, existiu alguma falta de confiança por parte da estagiária, principalmente no que se refere às correções (verbalmente) perante toda a turma, pois os alunos estavam muito concentrados em ouvir e assimilar as correções, por isso, preocupávamo-nos em dar as orientações corretas e precisas. A preocupação com o tempo também foi outro fator de nervosismo, pois eram muitas informações, correções e passos técnicos que tinham de ser ensinados em apenas 70 minutos, de forma a ter tempo para o ensino e ensaio do repertório clássico “*The Naiade and The Fisherman*”, o que muitas vezes, não foi possível. Por esta razão, reconhecemos que houve, pontualmente, falta de clareza na apresentação dos exercícios e na exposição das correções. Entendemos que estas dificuldades foram fruto da

falta de experiência de lecionação, mas que foram sendo resolvidas e ultrapassadas com o decorrer da experiência de lecionação das aulas de TDC e do Repertório Clássico, das “dicas” da professora titular Ana Manzoni e, pelo apoio incondicional da nossa orientadora, Professora Doutora Vanda Nascimento.

As aulas lecionadas, foram um momento oportuno para aplicação dos nossos conhecimentos e das aprendizagens realizadas durante o percurso do Curso de Mestrado em Ensino de Dança, sendo este, essencial para colmatar a nossa frágil experiência como professora/estagiária. Percebemos com maior clareza, a aplicação da teoria na prática, ampliando e enriquecendo a nossa prática de formação na área da TDC e na lecionação do Repertório Clássico.

No último dia de aulas de TDC, foi entregue aos alunos o mesmo questionário aplicado no início da fase de lecionação (2º período). Foram entregues e devolvidos devidamente preenchidos. Tal como já foi referido, o objetivo da aplicação do questionário, foi de verificarmos se de alguma forma, contribuímos com a nossa intervenção para um maior interesse dos alunos perante a disciplina de TDC, visualizações de espetáculos de dança, maior interesse e conhecimento de bailados de Repertório Clássico.

Após a análise e o tratamento de dados do questionário, observámos que houve um aumento positivo das percentagens em relação aos dados recolhidos com a aplicação do questionário no início do 2º período. Face ao exposto, foram entregues quinze questionários e devolvidos preenchidos.

Observámos que na primeira pergunta “gosta de fazer as aulas de Técnica de Dança Clássica?”, houve um aumento de 40% na opção assinalada “sim, gosto muito”, neste sentido, constatámos uma diminuição de 15% da seleção “sim, gosto” e 7% “nem gosto nem desgosto”. Na questão seguinte “costuma ver espetáculos de dança?”, verificámos um aumento de 1% na opção “muitas vezes” e 7% na escolha “às vezes”. Identificámos assim, uma diminuição de 14% na seleção “raramente”. Um aluno (7%), assinalou a opção “nunca”. Na terceira pergunta “gosta de participar nos espetáculos de dança realizados pela escola (EDOL)?”, as respostas foram idênticas as assinaladas no primeiro questionário. Seguidamente, na questão “costuma ver vídeos de dança clássica?”, conferimos um aumento de 7% na opção “muitas vezes”, as escolhas “sempre”, “às vezes” e “nunca”, foram equivalentes as respostas da primeira aplicação do questionário. As questões cinco e seis não sofreram alterações, porém, na pergunta de resposta aberta da questão seis, pudemos constatar que houve um aumento do conhecimento de mais bailados de Repertório Clássico. Para melhor percebermos o que se explicitou, apresentamos o quadro abaixo:

Questão	Resultados das opções assinaladas	Respostas
Conhece algum bailado de repertório clássico? Se assinalou a opção “sim”, indique por favor qual ou quais.	Sim – 15 Não – 0	R1: Esmeralda, Paquita, Giselle. R2: Lago dos Cisnes. R3: Giselle. R4: Lago dos Cisnes, Quebra Nozes, Giselle, Esmeralda, Paquita, D. Quixote, Pássaro de Fogo, Coppélia, Bela Adormecida... R5: Lago dos Cisnes, Giselle. R6: Giselle. R7: Giselle. R8: Giselle. R9: Quebra Nozes. R10: ... (não respondeu). R11: Tarantela. R12: Giselle, Napoli. R13: Lago dos Cisnes. R14: Giselle. R15: A Ninfa e o Pescador.

Quadro 21. Tratamento do 2º questionário - respostas abertas (questão nº6)

Na pergunta sete, “Já dançou algum bailado de Repertório Clássico?”, todos os alunos assinalaram a opção “sim”, destacando na resposta aberta, a referência do bailado “*The Naiade and The Fisherman*” (*A Ninfa e o Pescador*). Na pergunta de resposta aberta, na primeira aplicação do questionário, seis alunos especificaram o bailado “Allegro” sendo como parte dos bailados de repertório, observando que de facto, não sabiam diferenciar um bailado clássico ou neoclássico de um bailado de Repertório Clássico. Na segunda aplicação do questionário, constatámos que apenas dois alunos, responderam o bailado “Allegro”, ou seja, na sua maioria, compreenderam a distinção dos “Bailados de Repertório Clássico”. Ao observar um aumento de 26% na opção “muito interesse”, a diminuição de 20% na seleção “algum interesse” e 6% na escolha “indiferente” da pergunta oito “qual o seu interesse em participar de um bailado de Repertório Clássico?”, constatou-se que os alunos, após a abordagem do bailado “*The Naiade and The Fisherman*”, intensificaram o interesse em querer participar de um bailado de Repertório. As opções “pouco interesse”, “nenhum interesse”, “indiferente” e “desconheço” não foram assinaladas.

1.4. Acompanhamento de outras atividades

O Acompanhamento de outras atividades, visa auxiliar as atividades previstas na EDOL, fora do âmbito da disciplina de TDC, onde foi desenvolvida a nossa prática pedagógica.

1.4.1. Calendarização

Contabilizamos nesta fase, o total de 21 horas e 30 minutos, das quais estavam previstas apenas 4 horas.

1.4.2. Objetivos

- Acompanhar as atividades da EDOL, conforme o solicitado;
- Promover o entusiasmo, interesse e compreensão dos alunos em relação ao bailado de eleição, e ainda, o entendimento de como se devem preparar devidamente para uma apresentação de um bailado de Repertório Clássico;
- Contribuir nos ensaios e apresentação dos alunos no espetáculo final da EDOL.

1.4.3. Desenvolvimento

As primeiras horas destinadas a esta fase, foram direcionadas, para o complemento do nosso estudo, realizando dois *workshops* de 60 minutos cada, com o intuito de criarmos uma maior aproximação e compreensão dos alunos em relação ao bailado “*The Naiade and The Fisherman*”. Da programação constava a visualização do fragmento a ser montado e uma breve abordagem sobre a história, os personagens e o estilo da época. Foram, ainda, realizadas, aulas práticas sobre a correta preparação das sapatilhas de ponta, forma de realizar o penteado usado no bailado e da maquilhagem apropriada para o espetáculo, promovendo o entusiasmo e interesse dos alunos (anexo XX).

De acordo com as atividades decorrentes na EDOL, foi solicitada a nossa colaboração, para a construção de uma pequena coreografia clássica, com o contributo da turma onde se desenvolveu o estágio, para futura inserção do vídeo no site da escola. Procurámos desta forma, apoiar e conceder o nosso feedback em relação à montagem da referida coreografia.

A nossa maior colaboração nesta fase, reflete-se essencialmente, na contribuição dos ensaios e apoio durante o espetáculo final da EDOL, realizados no Castelo de Leiria, no evento “Música no Castelo”, nos dias 27 e 28 de junho de 2014. Procurámos colaborar também, na preparação do palco e na organização do guarda roupa.

Um dia antes do início dos espetáculos, realizámos as marcações dos lugares no palco, esclarecendo algumas dúvidas que foram surgindo. Infelizmente, não conseguimos ensaiar a coreografia com a respectiva música, pois ainda, não estavam preparadas as estruturas

necessárias, para que o pianista pudesse acompanhar o ensaio, sendo apenas possível, atuar com a música no próprio dia do espetáculo.

No primeiro dia do evento, estava prevista uma pequena aula de aquecimento com a turma do 3º ano antes do espetáculo, mas, pelo facto da estagiária, ter realizado todos os cabelos e maquilhagem dos alunos, não houve tempo suficiente para a realização da respetiva aula e ensaio com o pianista, pois o público, já se encontrava nos respectivos lugares, 30 minutos antes do início do evento.

Por esta razão, durante a apresentação, a estagiária esteve sempre junto do pianista, para poder transmitir as respectivas indicações sobre o andamento da música.

A apresentação dos alunos foi bastante positiva, apenas demonstrando algum nervosismo pelo facto de ser a primeira vez que se apresentavam com música ao vivo e porque, o andamento não era igual à faixa da música do CD. No entanto, a turma conseguiu superar, com êxito, este desafio.

No segundo dia do evento, procuramos alertar a turma para chegarem mais cedo, com o intuito de realizarmos uma aula de aquecimento e ensaio no palco, preparando com mais calma, a realização dos cabelos e maquilhagem.

Neste dia, nos deparámo-nos com o mau tempo, impossibilitando as apresentações previstas no palco montado ao ar livre. Desta forma, a apresentação do bailado de repertório, foi realizada no palco montado num espaço fechado, cujas dimensões eram menores ao palco exterior. Para que os alunos se adaptassem às novas dimensões do espaço, realizámos uma aula no palco seguida do ensaio. Através desta iniciativa, os alunos sentiram-se mais confiantes para a apresentação.

A apresentação do extrato do bailado “*The Naiade and The Fisherman*”, foi bastante positiva, os alunos estavam mais confiantes e realizaram uma belíssima apresentação, reconhecimento comprovado pelos vários elogios dos pais e professores da EDOL. Desta forma, o nosso objetivo, foi cumprido, os alunos conseguiram aprimorar a sua capacidade técnica e artística, realizando uma prestação de muita qualidade, dançando com alma e prazer, despertando um maior interesse nas disciplinas de Técnica de Dança Clássica e no Repertório Clássico.

1.4.4. Reflexões

Considerámos que as aulas práticas realizadas no *workshop*, foram fundamentais para um maior entendimento, entusiasmo e interesse dos alunos em relação ao bailado “*The*

Naiade and The Fisherman". Foi um momento em que a estagiária, pode partilhar a sua experiência como bailarina profissional, sendo uma mais valia para a turma. Os relacionamentos entre estagiária e alunos, intensificaram-se nos dias de ensaio de palco e do evento, criando laços repletos de respeito e carinho, constituindo um meio catalisador importante na relação entre professor e aluno. Foram momentos únicos e repletos de emoção, em que os alunos, foram o motivo principal de inspiração e orgulho de todo o trabalho desenvolvido durante a nossa intervenção na EDOL, no ano letivo de 2013-2014.

Secção V – Conclusões

Após a conclusão do estágio, parece-nos fundamental, refletir sobre todo o trabalho desenvolvido ao longo da nossa intervenção na EDOL.

Ao longo do estágio, procurámos desenvolver estratégias de ensino que contribuíssem para a promoção da interdisciplinaridade nas duas áreas de intervenção. Este procedimento permitiu aos alunos, interiorizar os elementos técnicos abordados gradualmente nas aulas de TDC, e ser capaz de executá-los com maior precisão e qualidade técnica no desenvolvimento dos ensaios. Esta articulação, teve como objetivo, promover o aperfeiçoamento técnico e artístico dos alunos, procurando a melhor prestação possível no extrato do bailado de repertório clássico “*The Naiade and The Fisherman*”, coreografado originalmente por Jules Perrot e apresentado no espetáculo final da EDOL no ano letivo 2013-2014.

Conscientes de não termos experiência na área de lecionação, nem na remontagem de um bailado de Repertório Clássico (especialmente de grupos), e ainda com o acréscimo de ser uma turma mista (rapazes e raparigas), procurámos ultrapassar esta lacuna baseados na nossa experiência pessoal (prática e vivência artística como bailarina profissional), nos visionamentos de vídeos do bailado, na nossa observação, pesquisas bibliográficas e, nas valiosíssimas conversas e partilhas entre a estagiária, a nossa orientadora Professora Doutora Vanda Nascimento e a professora titular da turma (simultaneamente cooperante), Ana Manzoni. Assim, os receios, a insegurança e as dificuldades, foram sendo atenuadas. Começámos a estabelecer aos poucos, a confiança e o prazer de lecionar aulas de Técnica de Dança Clássica e, conseqüentemente, remontar os fragmentos de Repertório Clássico que para o efeito tinha sido selecionados.

Ao longo do estágio, procurámos intervir de forma a fomentar o desenvolvimento do gosto, o interesse e a compreensão dos alunos em relação a TDC enquanto elemento estruturante e de formação para vias profissionais e na preparação e aperfeiçoamento da execução de bailados de Repertório Clássico. Assim, procurámos incentivar sobre a importância da visualização de espetáculos de dança clássica (através de vídeos ou espetáculos ao vivo), para um maior reconhecimento, identificação e compreensão de Repertórios Clássicos. A nossa intervenção neste sentido, foi positiva. Assim, resolvemos destacar as palavras de uma aluna citando, parte da carta que nos foi dirigida, no final do ano letivo: “Professora Anadélia, ajudou-me a perceber o quanto a dança clássica é bela. Antes de me dar aulas, eu achava a dança clássica muito desinteressante, mas agora percebo que a

dança clássica é muito bela. Até já pensei em ser bailarina clássica.” A análise da aplicação do questionário no final do 3º período, também demonstrou uma melhoria em relação ao interesse dos alunos relativamente ao gosto pela disciplina de TDC, na frequência da visualização de espetáculos de dança, do conhecimento da designação “Repertório Clássico”, visualizações de vídeos de dança clássica e maior interesse em participar em bailados de Repertório Clássico. Assim, com base na reflexão da aluna 2, e a análise do questionário aplicado no final do 3º período, cremos ter atingido o nosso objetivo.

Através da lecionação das aulas de TDC, pretendemos desenvolver e aprimorar alguns dos elementos técnicos que considerámos característicos do bailado de Repertório, incitando exercícios que contribuíssem para o melhoramento a nível do produto final – o espetáculo. O trabalho de respiração, colocação dos braços, cabeças e a projeção do movimento, sempre foram estimulados nas aulas de TDC, pois reconhecemos na fase de observação, que a turma necessitava desenvolver a capacidade artística. Na abordagem do Repertório Clássico “*The Naiade and The Fisherman*”, continuámos a desenvolver o aperfeiçoamento dos elementos técnicos, acrescentando o estilo característico da época do Romantismo, a mímica, a colocação correta dos braços e cabeças, os passos de ligação, desenhos espaciais e a realização dos movimentos dentro do estilo e andamento musical. Considerámos que a nossa intervenção nas 33 aulas de TDC, foram satisfatórias para o desenvolvimento do nosso trabalho, pois com o tempo diminuto para o ensaio do Repertório e, conseqüentemente na aula de TDC (com menos 15/20 min.), precisámos de mais horas de intervenção para alcançar, plenamente, os nossos objetivos.

Considerámos que as nossas primeiras intervenções nos ensaios do Repertório Clássico, revelaram uma grande insegurança por parte da estagiária, pois não estava estabelecida a confiança no ensino de Repertório. Pois o ensinar – remontar e adaptar um bailado de Repertório Clássico é muito diferente de apenas reproduzir e executar a solicitação do coreógrafo enquanto alunos ou bailarinos profissionais. As dificuldades sentidas e experimentadas pela estagiária, foram-se atenuando com o decorrer dos ensaios e, a nossa intervenção, tornou-se mais dirigida, específica e clara, resultando na melhoria da aprendizagem do bailado, por parte dos alunos.

Acreditámos que o nosso trabalho foi positivo e que a nossa intervenção atuou como elemento facilitador do ensino-aprendizagem. Foi com base nos princípios da Investigação-Ação, que procurámos desenvolver estratégias de ensino com o intuito de promover melhorias da realidade educativa, refletindo num ciclo constante de ação, observação, planificação e reflexão. Foi através da aplicação prática destes princípios, que constatámos a evolução

contínua dos alunos – no qual pudemos verificar, através do registo de avaliação da EDOL (anexo XVIII) e , melhoramentos das práticas pedagógicas da estagiária.

A boa relação entre estagiária, professora titular e os alunos, foi fundamental para a concretização do estágio. Estabelecemos fortes laços afetivos com a turma onde se desenvolveu o estágio, numa relação baseada no carinho e no respeito mútuo, constituindo uma fonte de inspiração e motivação para a estagiária.

Assim, acreditámos ter cumprido com o objetivo fundamental da nossa intervenção, incrementando a articulação entre as duas áreas de intervenção para o mesmo objetivo final – o espetáculo, reconhecendo a sua importância como um dos agentes de formação artística.

Com a conclusão deste relatório, marca-se uma nova etapa da nossa vida. Considerámos que a nossa intervenção, e todo o percurso do Curso de Mestrado em Ensino de Dança, foi uma grande oportunidade para estabelecermos a confiança necessária para futuras intervenções na lecionação da disciplina de TDC e do Repertório Clássico.

Bibliografia

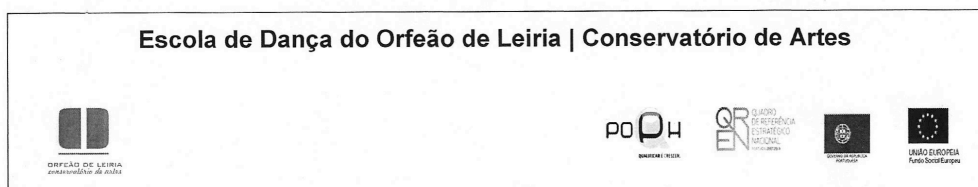
- Ballet Dance Magazine. (2006). *Coreographer Pierre Lacotte*. Consultado em setembro 29, 2013, em <http://www.ballet-dance.com/200611/articles/Lacotte20060100.html>
- Batalha, A. P. (2004). *Metodologia do ensino da dança*. Cruz Quebrada: FMH Edições.
- Batalha, A. P. & Xarez, L. (1999). *Sistemática da dança I: Projeto taxonómico*. Cruz Quebrada: FMH Edições.
- Bogdan, R. & Biklen, S. (1994). *Investigação qualitativa em educação: Uma introdução à teoria e aos métodos*. (M. J. Alvarez, S. Bahia dos Santos, T. Mourinho Baptista, Trad.). Porto: Porto Editora.
- Bourcier, P. (2001). *História da dança no ocidente*. (2ª ed). São Paulo: Martins Fontes.
- Bovo, M. C. (2004). Interdisciplinaridade e transversalidade como dimensões da ação pedagógica. *Revista Urutágua – revista acadêmica multidisciplinar n° 7*. Consultado em Junho 5, 2014 em <http://www.urutagua.uem.br/007/07bovo.htm>
- Bowes, D. (2007). *The ballet book: The young performer's guide to classical dance*. New York: Firefly Books.
- Decreto-Lei nº 310/1983, DR 149, Série I, de 1983-07-01.
- Escola de Dança do Orfeão de Leiria (2014). A escola. Consultado em Janeiro 4, 2014 em <http://orfeaoeleiria.com/danca/edol/a-escola/>
- Estrela, A. (1994). *Teoria e prática de observação de classes: Uma estratégia de formação de professores*. (4ª ed). Porto: Porto Editora.
- Faro, A. J. (1986). *Pequena história da dança*. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Editor.
- Fazenda, M. J. (2012). *Dança teatral: Ideias, experiências, ações*. (2ª ed.). Lisboa: Edições Colibri.
- Fontes, M. (1992). *Royal academy of dancing: Curso de ballet*. São Paulo: Prol Gráfica e Editora Ltda.
- Foster, R. (2010). *Ballet pedagogy: The art of teaching*. Florida: University Press of Florida.
- Homans, J. (2012). *Os Anjos de Apolo: Uma história do ballet*. Lisboa: Edições 70.
- Imperial Society of Teachers of Dancing, ISTD, [consulta em 05/09/2013], disponível em <http://www.istd.org/cecchetti-classical-ballet/>
- Lawson, L. (1979). *The principles of classical dance*. London: Adam & Charles Black.

- Lopez, A. (29 de dezembro de 2012). Ondine ¼ – Marinsky Ballet, Obraztsova/Sarafanov. [Arquivo de vídeo]. Consultado em <https://www.youtube.com/watch?v=UK5Tt1fr7A4>
- Lopez, A. (04 de setembro de 2009). The Naiad & the Fisherman extracts 2/3 (performad by Bolshoi Ballet). [Arquivo de vídeo]. Consultado em https://www.youtube.com/watch?v=g4juVodrA_E&list=FLpbeUvQ_Evr0DuN-Jhc-M7g&index=4
- Marques, A. (2007). *O Ensino artístico da dança em portugal – Ao encontro das escolas vocacionais*. Dissertação de Mestrado em Especialidade de Performance Artística, não publicada, Universidade Técnica de Lisboa, Faculdade de Motricidade Humana, Lisboa.
- Marques, I. A. (1999). *Ensino de dança hoje: Textos e contextos*. São Paulo: Cortez Editora.
- Melo, F., Godinho, M., & Martinez, M. (2007). Aprendizagem motora e controlo postural em dança. In M. Moura, & E. Monteiro (Eds.), *Dança em contextos educativos* (pp. 93-103). Crux Quebrada: Faculdade de Motricidade Humana.
- Minden, E. G. (2005). *The ballet companion*. New York: Fireside.
- Nascimento, V. M. S. (2010). Os professores de Técnicas de Dança das Escolas de Educação Artística Vocacional em Portugal Continental: Caracterização do seu perfil académico e profissional e análise da sua prática docente. Tese de doutoramento, Universidad de Sevilla, Espanha.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2001). *O Mundo da criança*. (8ª ed). Lisboa: Mc Graw Hill.
- Pardal, L. & Lopes, E. S. (2011). *Métodos e técnicas de investigação social*. Porto: Areal Editores.
- Pascale, A. G. M. I. (2013). *De Vaganova a Bournonville: A Interdisciplinariedade entre as aulas de Técnica de Dança Clássica, Repertório Clássico e Oficina Coreográfica – 7º ano da Escola de Dança do Conservatório Nacional*. Dissertação de mestrado, Escola Superior de Dança, Lisboa, Portugal.
- Pasi, M. (1991). *A dança e o bailado: Guia histórico das origens a Béjart*. Lisboa: Editorial Caminho.
- Portaria nº 107/2012 de 30 de julho, *Diário da República nº 146 – I série*. Ministério da Educação e Ciência. Lisboa
- Portaria nº 691/2009 de 25 de junho, *Diário da República nº 121 – I série*. Ministério da Educação. Lisboa.
- Portinari, M. (1989). *História da dança* (2ª ed). Rio de Janeiro: Editora Nova Fronteira.

- Quivy, R. & Campenhoudt, L. V. (2008). *Manual de investigação em ciências sociais*. (5ªed). Lisboa: Gradiva.
- Reis, P. (2011). *Observação de aulas e avaliação do desempenho docente*. Lisboa: Ministério da Educação - Conselho científico para avaliação de professores.
- Royal Academy of Dance (2014). RAD, [consulta em 10/09/2014], disponível <http://www.rad.org.uk>
- Sampaio, F. (2013). *Balé passo a passo: História – Técnica – Terminologia*. Fortaleza: Expressão Gráfica e Editora.
- Santos, S. S. G. (2013). *Particularidades do género masculino no ensino da Técnica de Dança Clássica – 3º Ano/rapazes da Escola de Dança do Conservatório Nacional*. Dissertação de mestrado, Escola Superior de Dança, Lisboa, Portugal.
- Sousa, M. J. & Batista, C. S. (2011). *Como fazer investigação, dissertações, teses e relatórios: Segundo bolonha*. Lisboa: Factor.
- Tavares, J., Pereira, A. S., Gomes, A. A, Monteiro, S. M. & Gomes, A. (2007). *Manual de psicologia do desenvolvimento e aprendizagem*. Porto: Porto Editora.
- The Ballet Bag. (2009). Ondine. Consultado em Setembro 28, 2013, em <http://www.theballetbag.com/2009/05/12/ondine/>
- The New York Times. (2008). *An elusive Water Sprite Flits by, skirting the depths*. Consultado em Setembro 28, 2013, em http://www.nytimes.com/2008/12/06/arts/dance/06ondi.html?_r=0
- Vaganova, A. I. (2013). *Fundamentos da dança clássica*. Curitiba: Appris.
- Xarez, L. (2012). *Treino em dança: Questões pouco frequentes*. Crux Quebrada: FMH edições.

Anexos

Anexo I – Planificação dos Conteúdos de TDC do 3º ano da EDOL



Planificação dos Conteúdos – Técnica de Dança Clássica			
3º ano – Ano lectivo 2013/14			
Conteúdos	1º Período	2º Período	3º Período
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Conteúdos prévios 	Aplicação de todos os conteúdos adquiridos no 2º ano.	Introdução de maior complexidade de léxico. Maior complexidade ao nível rítmico e espacial.	Consolidação dos conteúdos. Maior ênfase na qualidade artística e musicalidade.
Exercícios - Solo			
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Condição física 	Melhorar a condição física dos alunos. Fortalecimento muscular ao nível abdominal e dorsal. Trabalhar e desenvolver a flexibilidade com exercícios no chão, de forma a trabalhar flexibilidade v/s força, a aplicar nos exercícios da barra e centro.	Dar continuidade ao trabalho de condição física: trabalho de força, flexibilidade e resistência.	Dar continuidade ao trabalho de condição física. Consolidação do trabalho desenvolvido nos períodos anteriores.
Exercícios na Barra			
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Pliés 	- Demi-pliés e grands-pliés em 1ª, 2ª, 4ª e 5ª posição com coordenação dos braços, de lado para a barra - Com port de bras	- Maior complexidade de execução	- Com mais qualidade de movimento
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Transferências de Peso 	- Temps lié por dégagé e chassé com e sem plié - Por slide - Por 2ª e 4ª pos - En avant e en arrière.	- Maior complexidade de execução	- Com mais qualidade de movimento
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Battements Tendus 	- De 1ª e 5ª pos. - Devant, derrière e a la 2nd - A começar e terminar com e sem plié - En cloche - Acento fora e dentro - A 4, 2 e 1 tempo	- Com direcções - Maior complexidade de execução - Maior complexidade musical - ½ tempo	- Com ½ ponta - Maior complexidade de execução - Maior complexidade musical - Com mais qualidade de movimento

	<ul style="list-style-type: none"> - Com transferências de peso Com coordenação membros inferiores/superiores e cabeça 		
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Battements Glissés 	<ul style="list-style-type: none"> - De 1ª e 5ª pos. devant, derrière e a la 2nd - A começar e terminar com e sem plié - En cloche - Acento fora e dentro - A 2 e 1 tempo - Com transferências de peso Com coordenação membros inferiores/superiores e cabeça 	<ul style="list-style-type: none"> - Com direcções - Maior complexidade de execução - Maior complexidade musical - ½ tempo 	<ul style="list-style-type: none"> - Relevés - Maior complexidade de execução - Maior complexidade musical - Com mais qualidade de movimento
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Battements en Cloche 	<ul style="list-style-type: none"> - A terre e en l'air - A 2 tempos 	<ul style="list-style-type: none"> - A 1 tempo - Maior complexidade de execução 	<ul style="list-style-type: none"> - Maior complexidade de execução - Maior complexidade musical - Com mais qualidade de movimento
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Battements Jetés 	<ul style="list-style-type: none"> - De 1ª e 5ª pos. devant, derrière e a la 2nd - A começar e terminar com e sem plié - En cloche - Acento fora e dentro - A 2 e 1 tempo - Com transferências de peso Com coordenação membros inferiores/superiores e cabeça 	<ul style="list-style-type: none"> - Com direcções - Maior complexidade de execução - Maior complexidade musical - ½ tempo 	<ul style="list-style-type: none"> - Relevés - En cloche a 1 tempo - Maior complexidade de execução - Maior complexidade musical - Com mais qualidade de movimento
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Battements Piqués 	<ul style="list-style-type: none"> - De 1ª e 5ª posição - Devant, derrière e a la 2nd 	<ul style="list-style-type: none"> - Com direcções - Maior complexidade de execução - Maior complexidade musical 	<ul style="list-style-type: none"> - Com ½ ponta - Maior complexidade de execução - Maior complexidade musical - Com mais qualidade de movimento
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Battement Soutenu 	<ul style="list-style-type: none"> - De 1ª e 5ª posição - Devant, derrière e a la 2nd - Com e sem ½ ponta 	<ul style="list-style-type: none"> - Com direcções - Maior complexidade de execução - Maior complexidade 	<ul style="list-style-type: none"> - Maior complexidade de execução - Maior complexidade musical

		musical	- Com mais qualidade de movimento
▪ Flic-Flac		- Preparação em dehors e en dedans - Maior complexidade de execução - Maior complexidade musical	- Com ½ volta - Maior complexidade de execução
▪ Ronds de Jambe a Terre	- En dehors e en dedans - En fondu - Com port de bras	- Single e double - Com direcções - Maior complexidade na coordenação membros	- Consolidação técnica - Maior complexidade de execução - Com mais qualidade de movimento
▪ Battements Fondus	- Devant, derrière e a la 2nd - Single - Com ½ ponta	- Doubles - Com direcções - Maior complexidade na coordenação membros inferiores/superiores	- Consolidação técnica - Maior complexidade de execução - Com mais qualidade de movimento
▪ Battements Frappés	- Devant, derrière e a la 2nd - Singles e preparação para doubles	- Com ½ ponta - Doubles - Maior complexidade de execução - Maior complexidade musical	- Com direcções - Consolidação técnica - Maior complexidade de execução - Com mais qualidade de movimento
▪ Assemblés Soutenus	- En dehors e en dedans - Com e sem ½ ponta quando fecha	- a 45° - Com direcções	- Consolidação técnica - Maior complexidade de execução - Com mais qualidade de movimento
▪ Petit Battement	- Com acento devant e derrière	- Na ½ ponta	- Serrés - Com direcções - Maior complexidade de execução - Com mais qualidade de movimento
▪ Ronds de Jambe en l'air	- En dehors e en dedans	- Doubles en dehors e en dedans	- a 1 tempo
▪ Retirés	- Devant e derrière - Passé en avant e en arrière - Com relevé	- Maior complexidade de execução - Maior complexidade musical	- A 1 tempo - Maior complexidade de execução - Com mais qualidade de movimento
▪ Grands Battements	- Devant, derrière e a la 2nd - En cloche - A 4 e 2 tempos	- A 1 tempo - Developpé - Enveloppé - Maior complexidade de execução - Maior complexidade musical	- Piqué - Maior complexidade de execução - Com mais qualidade de movimento

▪ Port de Bras	- Flexão do tronco – à frente e ao lado - Cambré - Preparação para Circular en dedans e en dehors - Com fondu - Com dégagé	- Com direcções - Circular - Na ½ ponta - Maior complexidade de execução	- Maior complexidade de execução - Com mais qualidade de movimento
Adágio			
▪ Relevé Lent	- Devant, derrière e a la 2nd	- Subindo à ½ ponta - Com maior amplitude de movimento	- Maior complexidade de execução - Com mais qualidade de movimento
▪ Developpés	- Devant, derrière e a la 2nd - Passés - Com coordenação membros inferiores/superiores	- Com fondu - Com direcções - Com maior amplitude de movimento	- Maior complexidade de execução - Com mais qualidade de movimento
▪ Enveloppés	- Devant, derrière e a la 2nd	- Com direcções - Com maior amplitude de movimento	- Maior complexidade de execução - Com mais qualidade de movimento
▪ Fouétté e Rotation	- À terre	- En l'air - Com fouétté - Com maior amplitude de movimento	- Maior complexidade de execução - Com mais qualidade de movimento
▪ Grands Ronds de Jambe a Terre	- Demi-grand rond de jambe en dehors e en dedans	- Grand rond de jambe en dehors e en dedans - Com maior amplitude de movimento	- Maior complexidade de execução - Com mais qualidade de movimento
½ Ponta – Barra e Centro			
▪ Relevés	- Em 1ª, 2ª, 4ª e 5ª posição - Devant e derrière - Passé devant e passé derrière	- A 1 tempo - Maior complexidade de execução - Maior complexidade musical	- Maior complexidade de execução - Com mais qualidade de movimento
▪ Échappés Relevés	- De 5ª para 2ª posição - Coordenação membros inferiores/superiores	- De 5ª para 4ª posição - Maior complexidade de execução - Maior complexidade musical	- Maior complexidade de execução - Com mais qualidade de movimento
▪ Demi-détourné	- De 5ª posição en dehors e en dedans	- De 4ª posição en dehors e en dedans	- Maior complexidade musical - Maior complexidade de execução - Com mais qualidade de movimento

▪ Pas de Bourrées	- De dégagé ou cou de pied – devant, derrière, under e over - Piqué over - En avant - Courus sur place e a viajar	- En tournant - En arrière - Ouvert en avant e en arrière	- Maior complexidade musical - Maior complexidade de execução - Com mais qualidade de movimento
▪ Posés	- Para 5ª posição, en avant, de côté e en arrière - Para petit retiré e retiré en avant e de côté	- Para arabesque e attitude	- A la 2nd de frente para a barra
▪ Coupé fouétté raccourci		- Na barra e no centro	- Maior complexidade de execução
Centro Centre Practise			
▪ Ports de Bras	- Posições Básicas - Flexão do tronco – à frente e ao lado - Cambré - Circular - Com fondu - Com dégagé - Port de bras Checchetti - Arabesques	- Maior coordenação membros inferiores/superiores e cabeça - Maior complexidade de execução	- Maior complexidade musical - Maior complexidade de execução - Com mais qualidade de movimento
▪ Pliés	- Demi-pliés e grands-pliés em 1ª, 2ª, 4ª e 5ª posição com coordenação dos braços.	- Maior complexidade de execução	- Com mais qualidade de movimento
▪ Battements Tendus	- De 1ª e 5ª pos. devant, derrière e a la 2nd - A começar e terminar com e sem plié - En cloche - Acento fora e dentro - A 2 e 1 tempo - Com transferências de peso Com coordenação membros inferiores/superiores e cabeça - Com direcções	- Maior complexidade de execução - Maior complexidade musical e espacial	- Com ½ ponta - Maior complexidade de execução - Maior complexidade musical - Com mais qualidade de movimento
▪ Battements Glissés	- De 1ª e 5ª pos. devant, derrière e a la 2nd - Com direcções - A começar e terminar com e sem plié	- Maior complexidade de execução - Maior complexidade musical e espacial	- Relevés - Maior complexidade de execução - Maior complexidade musical

	<ul style="list-style-type: none"> - En cloche - Acento fora e dentro - A 2 e 1 tempo - Com transferências de peso Com coordenação membros inferiores/superiores e cabeça 		<ul style="list-style-type: none"> - Com mais qualidade de movimento
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Battements Jetés 	<ul style="list-style-type: none"> - De 1ª e 5ª pos. devant, derrière e a la 2nd - Com direcções - A começar e terminar com e sem plié - En cloche - Acento fora e dentro - A 2 e 1 tempo - Com transferências de peso Com coordenação membros inferiores/superiores e cabeça 	<ul style="list-style-type: none"> - Maior complexidade de execução - Maior complexidade musical e espacial 	<ul style="list-style-type: none"> - Relevés - En cloche a 1 tempo - Maior complexidade de execução - Maior complexidade musical - Com mais qualidade de movimento
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Battements Piqués 	<ul style="list-style-type: none"> - Devant, derrière e a la 2nd - Com direcções 	<ul style="list-style-type: none"> - Maior complexidade de execução - Maior complexidade musical 	<ul style="list-style-type: none"> - Com ½ ponta - Maior complexidade de execução - Maior complexidade musical - Com mais qualidade de movimento
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Ronds de Jambe a Terre en dehors 	<ul style="list-style-type: none"> - En dehors e en dedans - En fondu - Com port de bras 	<ul style="list-style-type: none"> - Single e double - Com direcções - Com ¼ de volta 	<ul style="list-style-type: none"> - Consolidação técnica - Maior complexidade de execução - Com mais qualidade de movimento
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Battements Fondus 	<ul style="list-style-type: none"> - Devant, derrière e a la 2nd - Single 	<ul style="list-style-type: none"> - Com ½ ponta - Com direcções - Double 	<ul style="list-style-type: none"> - Consolidação técnica - Maior complexidade de execução - Com mais qualidade de movimento
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Battements Soutenus 	<ul style="list-style-type: none"> - En dehors e en dedans - Com e sem ½ ponta quando fecha 	<ul style="list-style-type: none"> - a 45° - Com direcções 	<ul style="list-style-type: none"> - Consolidação técnica - Maior complexidade de execução - Com mais qualidade de movimento
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Battements Frappés 	<ul style="list-style-type: none"> - Devant, derrière e a la 2nd - Singles 	<ul style="list-style-type: none"> - Com ½ ponta - Doubles - Maior complexidade de execução 	<ul style="list-style-type: none"> - Com direcções - Consolidação técnica - Maior complexidade de execução

		- Maior complexidade musical	- Com mais qualidade de movimento
▪ Assemblé Soutenu	- En dehors e en dedans - Com e sem ½ ponta quando fecha	- a 45° - Com direcções	- Consolidação técnica - Maior complexidade de execução - Com mais qualidade de movimento
▪ Petit Battement	- Com acento devant e derrière	- Maior complexidade de execução - Maior complexidade musical	- Serrés - Com direcções - Maior complexidade de execução - Com mais qualidade de movimento
▪ Ronds de Jambe en l'air	- En dehors e en dedans	- Doubles en dehors e en dedans	- a 1 tempo
▪ Retirés	- Devant e derrière - Passé en avant e en arrière - Com relevé	- Maior complexidade de execução - Maior complexidade musical	- Maior complexidade de execução - Com mais qualidade de movimento
▪ Grands Battements	- Devant, derrière e a la 2nd - En cloche - a 4 e 2 tempos	- a 1 tempo - Developpé - Enveloppé - Maior complexidade de execução - Maior complexidade musical	- Piqué - Maior complexidade de execução - Com mais qualidade de movimento
▪ Balancés	- De côté - en avant e en arrière - Com ¼ de volta	- En tournant - Maior complexidade de execução - Com mais qualidade de movimento	- Consolidação técnica - Com mais qualidade de movimento
Adágio			
▪ Temps Lié	- Por dégagé, com e sem plié - Por chassé - En avant e en arrière e a la 2nd - Para grandes poses	- Maior equilíbrio nas transferências - Com mais qualidade de movimento	- Consolidação técnica - Maior projecção do movimento
▪ Relevé Lent	- Devant, derrière e a la 2nd	- Subindo à ½ ponta - Com maior amplitude de movimento	- Maior complexidade de execução - Com mais qualidade de movimento
▪ Developpés	- Devant, derrière e a la 2nd - Passés	- Com fondu - Com direcções - Com maior amplitude de movimento	- Maior complexidade de execução - Com mais qualidade de movimento

▪ Changements	- Sur place - Com ¼ volta	- Com ½ volta	- Maior complexidade de execução - Com mais qualidade de movimento
▪ Spring Points	- Devant e a la 2nd - Com direcções	- Maior complexidade musical - Maior complexidade de execução	- Com mais qualidade de movimento
▪ Petits Jetés	- Devant e derrière - Com volta	- Maior complexidade musical - Maior complexidade de execução	- Com mais qualidade de movimento
▪ Emboîtés	- Em attitude devant e derrière	- Maior complexidade musical - Maior complexidade de execução	- Com mais qualidade de movimento
▪ Coupés	- Under e over	- Maior complexidade musical - Maior complexidade de execução	- Com mais qualidade de movimento
▪ Petit Sissonnes	- Devant e derrière	- Passé devant e passé derrière	- Maior complexidade de execução - Com mais qualidade de movimento
▪ Petits Assemblés	- Devant e derrière	- Maior complexidade de execução	- Maior complexidade de execução - Com mais qualidade de movimento
▪ Pas de Chats	- De 5ª posição	- De 4ª pos. - Maior complexidade de execução	- Maior complexidade de execução - Com mais qualidade de movimento
▪ Posé Temps Levé	- Com a perna alongada devant e arabesque - Em attitude devant e derrière - Em petit retiré e retiré derrière	- Maior complexidade de execução - Maior complexidade musical	- Com maior elevação - Com mais qualidade de movimento
▪ Chassé Sauté	- En avant - Com direcções	- En arrière - Maior complexidade de execução - Maior complexidade musical	- Com maior elevação - Com mais qualidade de movimento
▪ Glissades	- Devant e derrière - Under e over	- En avant e en arrière - Maior complexidade de execução - Maior complexidade musical	- Consolidação técnica - Com mais qualidade de movimento

▪ Pas de Bourrées	- De dégagé e cou de pied - Piqué - Devant e derrière - Over e under - En avant	- En arrière - Maior complexidade de execução - Maior complexidade musical	- Consolidação técnica - Com mais qualidade de movimento
▪ Assemblés	- Over e under	- Devant e derrière - Maior complexidade de execução - Maior complexidade musical	- Consolidação técnica - Com mais qualidade de movimento
▪ Jetés	- Devant	- Derrière - De côté - Maior complexidade de execução - Maior complexidade musical	- Consolidação técnica - Com mais qualidade de movimento
▪ Jetés Battements		- en avant - Com acento fora	- En arrière
▪ Temps de Cuisse		- Por petit retiré - Over	- Por glissé
▪ Failli		- Exercício preparatório	- Combinado com outros conteúdos
▪ Sissonnes		- En avant e de côté - Fermée e ouverte	- Changée - Maior complexidade de execução - Maior complexidade musical
▪ Temps Levé	- Em petit retiré e retiré - Em arabesque e attitude	- Maior complexidade de execução - Maior complexidade musical	- Consolidação técnica Com mais elevação - Maior projecção do movimento
▪ Pas de Basque	- Glissé en avant - a 4 e 2 tempos	- Maior complexidade de execução - Maior complexidade musical	- Consolidação técnica - Maior projecção do movimento
▪ Balonné		- Preparação na barra - En avant e de côté - Composé	- Consolidação técnica - Maior complexidade de execução
▪ Balotté		- Preparação na barra	- Under e over
▪ Saut de Basque		- En avant	- Consolidação técnica - Maior projecção do movimento
▪ Coupé Fouétté Raccourcis		- Preparação na barra - No centro	- Consolidação técnica - Maior projecção do movimento
▪ Grands Jetés en avant		- Preparação na barra - Com salto	- Consolidação técnica - Maior projecção do

			movimento
Batteries			
▪ Échappés Battus	- Exercícios preparatórios no solo	- Exercícios preparatórios na barra - No centro	- Maior precisão no movimento - Maior complexidade de execução
▪ Entrechat Quatre	- Exercícios preparatórios no solo	- Exercícios preparatórios na barra - No centro	- Maior precisão no movimento - Maior complexidade de execução
▪ Entrechat Trois	- Exercícios preparatórios no solo	- Exercícios preparatórios na barra - No centro	- Maior complexidade de execução - Maior precisão no movimento
▪ Changement Battu		- No centro	- Maior complexidade de execução - Maior precisão no movimento
▪ Assemblé Battu			- Preparação na barra
Aprendizagem de Danças – Barra e centro			
▪ De grupo ▪ Individual	- Em ½ ponta	- Em ½ ponta	- Em pontas
Pontas			
▪ Rises	- 1ª, 2ª e 5ª pos.	- 4ª posição	- Consolidação técnica - Maior complexidade de execução
▪ Relevés	- 1ª, 2ª e 5ª pos. - Relevé devant, derrière e passe derrière	- 4ª posição	- Consolidação técnica - Maior complexidade de execução
▪ Échappés	- Para 2ª posição	- Para 4ª posição	- Consolidação técnica - Maior complexidade de execução
▪ Demi-détourné	- De 5ª posição	- De 4ª posição	- Consolidação técnica - Maior complexidade de execução
▪ Pas Soutenus	- Devant, a la 2nd e derrière na barra	- No centro	- Consolidação técnica - Maior complexidade de execução
▪ Pas de bourrée	- Over e under Devant e derrière - Piqué over em petit retiré e retiré	- Pique under	- Consolidação técnica - Maior complexidade de execução
▪ Pas de bourrée courru	- Sur place e a viajar	- Com trajetória circular e coordenação de braços	- Consolidação técnica - Maior complexidade de execução
▪ Posés	- Para 5ª posição - Para petit retiré e retiré	- Maior complexidade de execução	- Consolidação técnica

▪ Pas Marché		- No centro	- Consolidação técnica
▪ Piqué turn	- Preparação na barra	- Preparação no centro	- Com volta
▪ Chainnés	- Preparação na barra	- Com 1/2 volta no centro	- Com 1 volta
▪ Coupés Fouéttés Raccourcis		- Preparação na barra	- No centro

**Planificação Geral – Técnica de Dança Clássica
3º ano**

Objectivos

- Consolidar os objectivos enunciados para o 2º ano
- Dominar a terminologia e identificar os passos da Técnica de Dança Clássica
- Compreender a noção de corpo
- Conhecer e dominar a correcta execução dos vários *skills* da técnica de dança clássica aprendida
- Desenvolver flexibilidade, força, coordenação e resistência física
- Aplicar diferentes qualidades de movimento – diferentes velocidades e dinâmicas no mesmo exercício
- Demonstrar projecção de movimento
- Aplicar a noção de espaço
- Desenvolver as capacidades interpretativas e artísticas
- Alcançar maturidade no movimento (precisão e qualidade)
- Tomar conhecimento do repertório clássico

Competências a desenvolver:

Terminologia e execução

- Aplica correctamente na disciplina Técnica da Dança Clássica, as competências técnicas adquiridas no 2º ciclo
- Domina a terminologia da Técnicas de Dança Clássica
- Identifica os passos da Dança Clássica
- Conhece a forma correcta da execução dos passos
- Executa uma sequência de movimentos evidenciando a dinâmica inerente a cada uma delas

Flexibilidade

- Mostra amplitude de execução sem evidenciar esforço

Percepção temporal

- Reconhece e aplica as diferentes qualidades musicais do movimento

Percepção espacial

- Demonstra capacidade na utilização do espaço aplicado aos conteúdos programáticos
- Demonstra capacidade na utilização do espaço na execução de enchainements e danças em grupo

Qualidade de movimento

- Realiza enchainements com a dinâmica adequada
- Desenrola as acções com uma determinada pulsação
- Demonstra foco e projecção na execução de um movimento

Repertório

- Conhece o repertório Clássico

2 - Competências Sociais e relacionais

- Tem capacidade de se relacionar com os restantes elementos da turma/grupo
- Tem autodisciplina e determinação
- Tem capacidade de concentração
- É sensível à criação artística
- É crítico e autocrítico

Anexo II – Regulamento de Estágio



REGULAMENTO DO ESTÁGIO

Preâmbulo

De acordo com o previsto na alínea 3 do Artigo 12º do Regulamento do Curso de Mestrado em Ensino da Dança da Escola Superior de Dança (ESD) e nos protocolos acordados entre a ESD e as escolas cooperantes, o presente documento estabelece as normas para a organização e funcionamento do Estágio decorrentes das unidades Curriculares Estágio I e Estágio II.

Artigo 1º

Definição/Tempo de Trabalho e ECTS

O Estágio previsto neste Ciclo de Estudos decorre no 3º e 4º Semestre e visa o desenvolvimento de competências dos estudantes em contexto de trabalho, ocupando um total de 54 ECTS correspondentes a 1350 horas de trabalho anual, das quais:

- a) 60 horas de Orientação Tutorial (OT);
- b) 60 horas de Prática Pedagógica distribuídas ao longo dos 2 semestres de acordo com a disponibilidade dos intervenientes e das escolas cooperantes;
- c) As restantes 1230 horas incluem o trabalho autónomo de preparação das aulas e o processo de elaboração do relatório final.

Artigo 2º

Rede de escolas – cooperantes

Com o fim de assegurar o funcionamento das unidades curriculares de Estágio I e Estágio II do mestrado em Ensino de Dança preferencialmente em instituições do ensino especializado, a ESD estabelece uma rede de escolas - cooperantes, através de protocolos com cada uma das interessadas.

Artigo 3º

Ciclos para efeitos dos Estágios

Cada mestrando deverá observar, participar e leccionar por um período de 60 horas anuais distribuídas de acordo com as disponibilidades da Escola Cooperante, estando preferencialmente num ou em mais do que um dos ciclos de estudos indicados:

- a. Ensino básico;
- b. Ensino secundário.

Artigo 4º

Modalidades dos Estágios

Os Estágios incluem as seguintes modalidades:

- a. Observação estruturada de aulas na escola-cooperante;
- b. Participação acompanhada;
- c. Leccionação supervisionada de aulas.

Artigo 5º

Colocação dos mestrandos

A ESD procederá à colocação dos mestrandos numa das escolas da rede, sempre que possível respeitando a preferência do estudante de acordo com o estipulado no nº 4 do Artº 12 do Regulamento do Curso de Mestrado em Ensino de Dança.

Artigo 6º

Supervisão do Estágio

1. O estágio decorre sob a supervisão do docente da ESD designado como orientador, com a colaboração do professor-cooperante designado para o efeito pela escola cooperante.
2. Os professores cooperantes são designados pela escola cooperante de entre os docentes com habilitação profissional, ou própria, e prática docente na respectiva área ou disciplina não inferior a cinco anos.
3. Nos casos em que não existam docentes nas condições referidas no número anterior, a colaboração da escola-cooperante é assegurada pela direcção pedagógica.

Artigo 7º

Competências do Orientador do Estágio

Compete ao Orientador:

1. Apoiar o mestrando, sempre que por ele solicitado, dentro do seu horário de atendimento aos estudantes;
2. Orientar o aluno na planificação das modalidades a desenvolver no Estágio, em articulação com o professor cooperante;
3. Prestar colaboração aos professores cooperantes em todas as tarefas de supervisão relacionadas com as actividades lectivas e não lectivas;
4. Observar, pessoalmente ou através de vídeo-gravação, pelo menos uma vez por mês, para efeitos de orientação/avaliação, as aulas dadas pelo mestrando, na escola cooperante;
5. Avaliar o desempenho dos estudantes de acordo com as condições e critérios definidos, ouvido o professor cooperante;

6. Supervisionar o trabalho do aluno, apoiando-o nas diversas fases de desenvolvimento do Relatório Final.

Artigo 8º

Competências da Escola Cooperante

Compete à escola-cooperante, através dos professores cooperantes ou das respectivas direcções pedagógicas:

1. Disponibilizar ao mestrando as informações necessárias à sua integração na organização escolar;
2. Integrar o mestrando nas várias modalidades do estágio, previamente acordadas com a ESD;
3. Colaborar, em articulação com o orientador, na planificação das actividades a desenvolver pelo aluno nas diferentes modalidades;
4. Apoiar os estudantes na realização de outras actividades pedagógicas, em contexto escolar, para além das práticas lectivas;
5. Prestar informações ao professor orientador sobre o desempenho pedagógico e organizacional dos mestrandos.

Artigo 9º

Avaliação do Estágio

1. A avaliação do Estágio incidirá, sobretudo, sobre o desempenho dos estudantes nos domínios da observação, participação e prática de ensino supervisionado num total de 60 horas anuais, distribuídas ao longo dos dois semestres lectivos:
 - a. 8 horas de observação estruturada;
 - b. 8 horas de participação acompanhada;
 - c. 40 horas de leccionação;
 - d. 4 horas de colaboração em outras actividades pedagógicas realizadas na escola cooperante.
2. Esta prática, será efectuada de acordo com a disponibilidade das Escolas Cooperantes e respeitando o estipulado nos protocolos.
3. Para a classificação do Estágio considerar-se-á:
 1. O desempenho dos estudantes nas Unidades Curriculares de Estágio I e II, nas dimensões do processo, referidas no ponto 1 e que deverão ser objecto de avaliação nos seguintes aspectos:
 - a. Capacidade de observar, reflectir e apresentar em registo sistemático, aspectos estruturais, pedagógicos, metodológicos, didácticos e relacionais, em contexto de aula;
 - b. Capacidade de participar e inter-agir, em contexto de aula, em situações pontuais, utilizando estratégias de integração na turma e nível de ensino, através da participação acompanhada em

- marcação de exercícios, explicitação de conteúdos, correcções ou leccionação efectiva de secções de aulas, de acordo com o acordado com o professor cooperante;
- c. Capacidade de leccionação efectiva tendo em consideração:
 - A planificação e programação da intervenção pedagógica;
 - A selecção e a adequação dos conteúdos programáticos;
 - A diversidade e a eficácia das estratégias de ensino;
 - Aspectos relacionais com todos os intervenientes;
 - A integração na Instituição de ensino;
 - A reflexão e a avaliação dessa prática pedagógica.
 - d. Capacidade de integrar grupos de trabalho e estabelecer relações de colaboração em outras actividades pedagógicas realizadas na escola cooperante.
2. No domínio Relatório Final será tida em conta, a estrutura, a qualidade pedagógico-científica e a discussão pública, de acordo com as regras definidas no Artº 17 do Regulamento do Mestrado em Ensino de Dança.

Artigo 10º

Encargos com deslocações

Os encargos com as deslocações que os professores cooperantes efectuem no âmbito da realização do estágio são suportados pela ESD.

Artigo 11º

Protocolos

Os protocolos a estabelecer com as escolas-cooperantes vigoram por um ano e compreendem:

1. Um conjunto de regras e princípios estabelecidos com todas as Escolas cooperantes onde constam as seguintes indicações:
 - a. Identificação dos professores-cooperantes disponíveis para cada ciclo/nível de educação em que decorre o estágio de habilitação para a docência;
 - b. Número de lugares disponíveis para os mestrandos em cada ciclo de estudos;
 - c. Contrapartidas disponibilizadas à escola-cooperante pela ESD.
2. Uma Adenda a estabelecer em cada ano lectivo e com cada Escola em que se realiza o Estágio, definindo:
 - a. A identificação dos Intervenientes: mestrando, professor cooperante e orientador;
 - b. O ciclos de estudos, disciplinas e a/as turma/as em que o estágio se desenvolverá;
 - c. A definição das modalidades e as horas previstas para cada uma.

Aprovado pelo Conselho Técnico-Científico da ESD a 2 de Maio de 2012

Anexo III – Grelha I – Caracterização da turma

Grelha I – Caracterização da turma

A observação sistemática das aulas composta pela grelha I, permite analisar as características gerais da turma, revelando especificidades para um melhor enquadramento e adaptação do repertório clássico de eleição.

Esta observação visa focar sobre as possíveis fragilidades e potencialidades dos alunos para que o professor possa atuar através de um plano de aulas adequado às necessidades da turma, contribuindo para o aperfeiçoamento técnico e artístico do repertório.

Nome do professor: Ana Manzoni	Turma: 3º ano	Sala:
Disciplina: TDC	Nº de alunos:	Hora:
Observador: Anadélia Fernandes	Faltas:	Data:
Fase: Observação - nº	Período:	

Caracterização da turma	Muito pouco	Pouco	Médio	Muito	Bastante	NO
1. A turma é homogénea (altura)						
2. A turma é homogénea ao nível técnico						
3. Homogeneidade nas posições das cabeças						
4. Homogeneidade nas posições dos braços						
5. Apresentam físicos adequados para a prática de dança clássica						
6. Possuem boa coordenação motora						
7. Tomada de consciência do grupo						
8. Reconhecimento de fatores espaciais (linhas, diagonais, círculos...)						
9. Dinâmica nos exercícios						
10. Domínio técnico						
11. Domínio da técnica de pontas						
12. Potencialidade artística (projeção do movimento, respiração, fluidez)						
13. Respondem aos estímulos do professor						

Legenda: NO – Não observado

Observações:

Anexo IV – Grelha II – Atitudes e comportamentos dos alunos

Grelha II – Atitudes e comportamentos dos alunos

A presente grelha, possibilita o registo de dados comportamentais dos alunos, analisando itens relacionados com a motivação, concentração e interação entre os alunos, permitindo ao investigador, uma maior compreensão da situação e gerir possíveis atitudes, relacionamentos e comportamentos dentro da sala de aula. Esta análise visa identificar linhas orientadoras para o funcionamento mais eficaz das aulas.

Nome do professor: Ana Manzoni	Turma: 3º ano	Sala:
Disciplina: TDC	Nº de alunos:	Hora:
Observador: Anadélia Fernandes	Faltas:	Data:
Fase:	Período:	

Atitudes e comportamentos dos alunos	Muito pouco	Pouco	Médio	Muito	Bastante	NO
1. Mostram-se motivados para a prática						
2. Apresentam boa capacidade de concentração na execução dos exercícios						
3. Executam as tarefas propostas com entusiasmo						
4. Respeitam o professor e os colegas						
5. Costumam ir frequentemente as aulas						
6. Estabelecem boa interação entre os colegas						

Legenda: NO – Não observado

Observações:

Anexo V – Grelha III - observação individual dos alunos

A presente grelha de avaliação/observação individual é aplicada semanalmente, tratando-se de uma síntese sobre o desempenho de cada aluno. Esta síntese é essencial para a verificação da progressão dos alunos, tendo em conta o trabalho do repertório em questão.

Grelha de observação individual dos alunos

Nome do aluno (a):	Data:
Disciplina: TDC	Período:
Turma: 3º ano	Fase:

Crítérios	Poucas vezes	Às vezes	Muitas vezes	Sempre	NO
Atitude e comportamento					
Assiduidade					
Pontualidade					
Boa apresentação					
Bom comportamento					
Empenho					
Concentração					
Apreciação artística					
Projeção do movimento					
Interpretação					
Expressividade					
Musicalidade					
Utiliza a respiração com o movimento					
Qualidade técnica					
Dinâmica nos exercícios					
Trabalho de pés (passagem do pé pela ½ ponta, boa articulação e colocação dos pés nos exercícios)					
Colocação correta da posição da cabeça					
Correta colocação dos braços nas posições					
Tensão nos braços e pescoço					
Boa coordenação braços/pernas cabeça					
Aplicação das correções					
Responde aos estímulos do professor					
Necessidade de corrigir várias vezes o mesmo erro durante a aula e as aulas seguintes					
Sabe articular e aplicar					

as correções realizadas na aula de TDC no repertório					
Verifica-se melhorias técnicas					
Verifica-se melhorias artísticas					

No quadro abaixo, encontra-se observações de maior carácter descritivo. Esta estrutura possibilita ao investigador registar certos aspectos de forma mais detalhada, contribuindo assim, para uma melhor análise e reflexão na recolha dos dados.

Crítérios	Aspectos a melhorar	Verificação de melhoria
Qualidade técnica / Pontas		
Qualidade artística		

Notas:

Anexo VI – Termo de autorização à Direção Pedagógica para realização de fotos e filmagens

À Direção Pedagógica da Escola de Dança do Orfeão de Leiria:

Exm^o /^a. Sr. / a. Professor / a

Meu nome é Anadélia Magnelli Giscafre Fernandes, e encontro-me a realizar o curso de Mestrado em Ensino de Dança da Escola Superior de Dança do Instituto Politécnico de Lisboa.

O presente estudo, apresenta como tema “A articulação entre a aula de técnica de dança clássica e o repertório: Contributo de natureza técnica-artística em função do aperfeiçoamento do repertório clássico- 3º ano da Escola de Dança do Orfeão de Leiria”. O desenvolvimento desta investigação, visa promover maior precisão técnica e qualidade do movimento, contribuindo de forma positiva para o melhoramento da performance do bailado de repertório “*The Naiade and The Fisherman*”.

No âmbito da fase de elaboração do relatório de estágio, pretendo filmar algumas aulas da turma do 3º ano do ensino vocacional, relativo a disciplina de Técnica de Dança Clássica e os respectivos ensaios realizados durante a construção do Repertório Clássico. Este registo, tem como objetivo, recolher informações sobre aspectos que permitem ao investigador acompanhar e registar a respectiva progressão dos alunos.

Neste sentido, solicito a sua autorização, para realizar o registo audiovisual necessários no âmbito deste estudo.

É de salientar, que todo o registo de imagens, serão apenas utilizados para o referido estudo, garantindo o anonimato e confidencialidade dos alunos.

Para qualquer esclarecimento ou informação necessária, pode contactar-me através do telemóvel: xxxxxxxxxx ou pelo email: xxx

Lisboa, ___ de _____ de 2013.

(Assinatura)

Obrigada pela sua atenção.

Atenciosamente,

Anadélia Magnelli Giscafre Fernandes

Anexo VII – Termo de autorização de pais ou responsáveis para a realização de fotos e filmagens

Termo de autorização de pais ou responsáveis

Caros Pais,

Meu nome é Anadélia Magnelli Giscafne Fernandes, e encontro-me a realizar o curso de Mestrado em Ensino de Dança da Escola Superior de Dança do Instituto Politécnico de Lisboa.

O presente estudo, apresenta como tema “A articulação entre a aula de técnica de dança clássica e o repertório: Contributo de natureza técnica-artística em função do aperfeiçoamento do repertório clássico- 3º ano da Escola de Dança do Orfeão de Leiria”. O desenvolvimento desta investigação, visa promover maior precisão técnica e qualidade do movimento, contribuindo de forma positiva para o melhoramento da performance do bailado de repertório “*The Naiade and The Fisherman*”.

No âmbito da fase de elaboração do relatório de estágio, pretendo filmar algumas aulas da turma do 3º ano do ensino vocacional, relativo a disciplina de Técnica de Dança Clássica e os respectivos ensaios realizados durante a construção do Repertório Clássico. Este registo, tem como objetivo, recolher informações sobre aspectos que permitem ao investigador acompanhar e registar a respectiva progressão dos alunos.

Neste sentido, solicito a sua colaboração no preenchimento do termo de responsabilidade que encontra-se na página a seguir.

É de salientar, que todo o registo de imagens serão apenas utilizados para o referido estudo, garantindo o anonimato e confidencialidade dos alunos.

Para qualquer esclarecimento ou informação necessária, pode contactar-me através do telemóvel: xxxxxxxxxx ou pelo email: xxx

Obrigada pela sua colaboração!

Atenciosamente,

Anadélia Magnelli Giscafne Fernandes

Eu, _____, portador do documento de identificação (B.I. / Cartão de Cidadão / Passaporte / Outro) n.º _____, emitido em ___/___/_____, declaro para todos os efeitos que autorizo o meu filho (educando) _____, portador do documento de identificação (B.I. / Cartão de Cidadão / Passaporte / Outro) n.º _____, emitido em ___/___/_____, a participar nas filmagens realizadas na Escola de Dança do Orfeão de Leiria, destinado ao estudo realizado no âmbito do curso de Mestrado em Ensino de Dança, da Escola Superior de Dança do Instituto Politécnico de Lisboa, relativo ao tema sobre “A articulação entre a aula de técnica de dança clássica e o repertório: Contributo de natureza técnica-artística em função do aperfeiçoamento do repertório clássico.”

Lisboa, ___ de _____ de 2013.

(Assinatura do Pai / Tutor legal)

Anexo VIII – Diário de Bordo

Diário de Bordo

<i>Fase:</i>	<i>Período:</i>
<i>Registo: Diário</i>	<i>Filmagem:</i>

Nº da aula:	Disciplina: TDC
Nº de alunos:	Turma: 3º ano
Faltas:	Data:
Estúdio:	Hora:

❖ **Planificação da aula:**

Tema:

Objetivos:

Novos conteúdos programáticos:

❖ Descrição das atividades (descrição geral da aula, resposta dos alunos):

❖ Descrição das atividades – repertório clássico (descrição do ensaio, resposta dos alunos):

❖ Competências a desenvolver:

Fragilidades:

Alterações – simplificações / evoluções nos exercícios dentro da mesma aula:

Próxima aula:

Anexo IX – Questionário

Questionário

Este questionário, destina-se a um estudo que está a ser desenvolvido no âmbito do curso de Mestrado em Ensino de Dança, da Escola Superior de Dança, relativo ao tema sobre “A articulação entre a aula de técnica de dança clássica e o repertório: Contributo de natureza técnica-artística em função do aperfeiçoamento do repertório clássico.”

Solicito a sua colaboração no preenchimento deste questionário, o qual tem como objetivo recolher informações sobre aspectos que permitem ao investigador conhecer melhor a motivação, o interesse e o conhecimento que os alunos possuem sobre os bailados de repertório clássico e os espetáculos de dança. É de salientar que toda a informação recolhida garantem a confidencialidade e o anonimato dos respondentes (por favor, não escreva seu nome em nenhuma página). Todos os dados recolhidos serão apenas utilizados no âmbito deste estudo.

Instruções:

Por favor, leia com atenção as perguntas abaixo indicadas e assinale com um “X” a sua opção.

1. Gosta de fazer as aulas de técnica de dança clássica?

Não, não gosto	Nem gosto nem desgosto	Sim, gosto	Sim, gosto muito

2. Costuma ver espetáculos de dança?

Nunca	Raramente	Às vezes	Muitas vezes	Sempre

3. Gosta de participar nos espetáculos de dança realizados pela escola (EDOL)?

Não, não gosto	Nem gosto nem desgosto	Sim, gosto	Sim, gosto muito

Porquê?

4. Costuma ver vídeos de dança clássica?

Nunca	Raramente	Às vezes	Muitas vezes	Sempre

5. Sabe o que é um bailado de repertório clássico?

Sim

Não

6. Conhece algum bailado de repertório clássico?

Sim

Não

Se assinalou a opção “sim”, indique por favor, qual ou quais?

7. Já dançou algum bailado de repertório clássico?

Sim

Não

Se assinalou a opção “sim”, indique por favor, qual ou quais?

8. Qual o seu interesse em participar num bailado de repertório clássico?

Muito interesse	Algum interesse	Pouco interesse	Nenhum interesse	Indiferente	Desconheço

Muito obrigada pela sua colaboração!

Atenciosamente,

Anadélia Giscafre Fernandes

Anexo X – Conteúdos Técnicos do bailado e suas respectivas simplificações

CONTEÚDOS TÉCNICOS DO BAILADO “THE NAIADE AND THE FISHERMAN”	
RAPARIGAS	
Conteúdos técnicos – parte do <i>entré</i>	Simplificações/alterações
<i>Gallope en avant</i>	---
<i>Ballonné c/ coupé devant</i>	---
<i>Jeté en avant</i> (pernas <i>en dedans</i>)	---
<i>Petit saut</i> em 6ª pos.	---
<i>4 petit saut sur le points</i> em 6ª pos.	Realizar apenas 3 <i>petit saut</i> em (1t).
<i>Pas de bourrée ouvert en avant/en arrière</i>	---
<i>Emboité attitude en avant</i>	---
<i>2 Ballonnés coupé derrière</i> (à tempo)	Corridinha <i>en arrière</i> (pés em 6ª posição)
<i>Petit échappé sur le pointes</i> em 2ª e 4ª pos.	---
<i>Pas marché en avant</i>	---
<i>Posé piqué en avant c/ attitude devant</i>	Em vez de realizarem 4 <i>posés piqués en avant</i> à tempo, realizam apenas 3.
Pequenos saltos em arabesque	
Pose – 3 raparigas sentadas no joelho de um rapaz	Pose em meio círculo – 6 raparigas
“Entrada dos rapazes”	Destacados na página 112 - RAPAZES
Variação da solista – personagem “Gianna”	Em vez de realizarmos a variação, preferimos que o corpo de baile se movimentasse com os seguintes passos (<i>glissade devant</i> e <i>derrière</i> , com um pequeno <i>coupé devant à terre</i> , <i>demi detourné en dedans</i> na ½ ponta e pose de joelhos, depois repete a sequência). Enquanto isso, existe um trabalho de <i>pas de deux</i> que realizam os seguintes passos - <i>tombé pas de bourrée en avant</i> , <i>assemblé soutenu en tournant</i> , <i>petit changement</i> , <i>glissade derrière jeté</i> , <i>temps levé arabesque</i> e <i>temps levé</i> em <i>coupé derrière</i> , <i>assemblé soutenu en tournant</i> (rapariga), <i>chassé en avant</i> , <i>*temps levé</i> em <i>arabesque</i> e em <i>coupé derrière</i> , um <i>lift</i> com <i>changement battu</i> e <i>vão p/ a pose de joelhos</i> . *toda esta sequência o corpo de baile também realizam em conjunto. Nota: estes conteúdos técnicos, são característicos da versão de <i>Ondine</i> de Pierre Lacotte
Corridinha a volta	---
<i>Entrechat quatre</i>	<i>Petit changement</i>
<i>Échappé sauté battu</i> em 2ª posição	Sem <i>battu</i>
Pose em joelhos com os braços <i>allongé</i>	---
Conteúdos técnicos – parte do <i>adágio</i>	Simplificações/alterações
Corpo de baile - Posição de joelhos, sobem e realizam <i>Battement serré</i>	---
Solista – <i>Port de bras en avant c/ deep fondu</i> , <i>battement serré</i> e repete a sequência	---
Solista — <i>arabesque</i> , <i>raccourci</i> e <i>developpé devant</i> (2x)	Solista - arabesque apoiando as mãos no braço do rapaz, um pequeno <i>pas de bourrée en avant</i> com braços em 5ª pos. repete com outro rapaz a mesma

	sequência
Solista – <i>lift</i> com <i>petit developpé devant</i>	---
Todos juntos em fila, raparigas na ponta realizam <i>developpé devant (90°)</i> e <i>penché</i>	Realizar <i>developpé devant</i> e <i>derrière à terre</i> sem subir nas pontas – <i>à terre</i>
Solista – rapariga e rapaz - <i>petit developpé devant</i> e <i>contratemp</i>	---
Corpo de baile – na posição de joelhos (em diagonal) realizar <i>demi port de bras en avant</i> e <i>cabré</i> com braços em 1ª pos. <i>allongé</i>	
<i>Lift (the shoulder sit)</i> em <i>attitude devant</i>	Corridinha em conjunto p/ a outra diagonal
Corpo de baile e solistas – <i>pas de deux</i> – arabesque com uma perna dobrada e apoiada na perna do rapaz, com <i>demi port de bras en avant</i> e recupera (3x)	<i>Arabesque sur le points</i> e o rapaz segura a rapariga, uma simplificação do original
Corpo de baile – raparigas na pose de joelhos em círculo com os braços em arabesque (<i>allongé</i>)	---
Solistas – <i>Promenade en attitude derrière</i>	---
Correm todos a frente e cumprimentam-se	---
RAPAZES	
Conteúdos técnicos – parte do <i>entré</i>	Simplificações/alterações
<i>Cabriole en avant</i>	---
<i>Chassé en avant</i>	---
Pequenos saltos em <i>arabesque</i>	---
Passo de mazurca (<i>coupé</i> fora, dentro, fora)	---
Entrada do solista	Nesta parte, entram os 4 rapazes, primeiro 2 e depois os outros 2, realizando a mesma sequência:
1 – 4 – (4 <i>Skipes</i>)	1 – 7 – (7 <i>skipes en avant</i>)
5 – 6 – (<i>Cabriole devant</i> e <i>derrière</i>)	8 – (fecha 5ª pos. <i>devant</i>)
7 – 8 – (<i>Posé, assemblé devant</i>)	1 – 4 – (2 <i>grand échappés sautés</i>)
1 – 6 – (<i>Posé, duplo saut basque en dehors</i> - 3x)	5 – 6 – (2 <i>assemblés dessus</i>)
7 – 8 – (<i>Assemblé soutenu en tournant</i>)	7 – (<i>posé de côté</i>)
	8 – (pose com <i>dégagé derrière</i> , uma mão na cintura e a outra <i>demi seconde</i>)
Solista – <i>temps levé arabesque</i> e em <i>coupé derrière</i>	---
<i>Lift</i> com <i>entrechat quatre</i> c/ a rapariga	<i>Lift</i> c/ <i>changement battu</i>
16 <i>entrechat quatre</i>	16 <i>petit changement</i>
<i>Échappé sauté battu</i>	s/ <i>battu</i>
3 <i>entrechats quatre</i>	---
Conteúdos técnicos – parte do <i>adagio</i>	Simplificações/alterações
Solista – <i>lift</i> c/ a rapariga em <i>petit developpé devant</i>	---
Solista – <i>pas de deux</i> - <i>Petit developpé devant</i> e <i>contratemp</i>	---
<i>Pas de deux</i> - (<i>the shoulder sit</i>) em <i>attitude devant</i>	Corridinha em conjunto p/ a outra diagonal
<i>Pas de deux</i> - Realiza o <i>promenade en attitude derrière</i> com a rapariga - solista	---
Correm todos a frente e cumprimentam-se	---

Anexo XI – Bloco II – TDC

BARRA

Bloco II – Lecionação Supervisionada

Data: início – 22 de janeiro à 20 de fevereiro de 2014

Objetivo: Transferência de peso, preparar para o *pas de bourrée en avant e en arrière c/* inclinação do tronco *e pas marché en avant*

A projeção do movimento e a respiração deve ser sempre estimulada.

AQUECIMENTO

Música	Descrição do exercício	Observações
4/4	<i>Pos. inicial:</i> de frente p/ a barra, 6ª pos., <i>bras bas</i>	Cabeça em frente
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde</i>	
3 – 4	Apoiar mãos na barra	
-----	-----	-----
e1 – 4	Subir e descer na ½ ponta alternando os pés	
5 – 8	O pé dir. sai do chão esticado 2X	
e	<i>Retiré</i> (paralelo)	
1	Apoia o pé dir. <i>derrière</i>	
2 – 3	Fica, alonga	
e 4	<i>B. tendu derrière</i> (paralelo) e fecha 6ª pos.	
5 – 8	Enrolar a coluna <i>en avant</i> , recupera	
1 – 16	% perna esq. (no 16, abrir pés em 1ª pos.)	
1 – 2	<i>B. tendu devant</i>	
3 – 4	<i>B. tendu derrière</i> (pern. esq.)	
5 – 8	% mais 1 vez	
1 – 4	<i>Temps lié de côté</i>	
5 – 8	<i>Cambré</i> , recupera	Palma das mãos p/ cima
1 – 16	% perna esq. (s/ paragens)	

Notas:

Pretende-se com este exercício aquecer, fortalecer os pés, alongar a parte inferior da perna (gêmeos) e mobilizar a coluna vertebral. Procuramos também, realizar uma transferência de peso (*b. tendu e temps lié*) com o intuito de preparar os alunos para os exercícios que se seguem.

PLIÉ

Música	Descrição do exercício	Observações
4/4	<i>Pos. inicial:</i> de lado p/ a barra, 1ª pos., <i>bras bas</i> .	Cabeça ¼ p/ fora
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde</i>	
3 – 4	<i>Bras bas</i>	
-----	-----	-----
1 – 2	<i>Demi plié</i> , alonga	Braços 1ª pos.
3 – 4	<i>Demi plié</i> , alonga	Braços abrem 2ª pos.
5 – 8	<i>Grand plié</i>	<i>c/ port de bras</i> de 2ª p/2ª pos.
1 – 2	<i>Demi port de bras en avant</i> e recupera	Olhar segue a mão
3 – 4	<i>Demi cambré</i> e recupera	Braço em 2ª pos. <i>allongé</i> , cabeça p/ fora e inclinada p/ trás, olhar segue a mão
5 – 6	<i>Rise</i> , desce em 1ª pos.	Braço em 2ª pos.
7 – 8	<i>Dégagé à la seconde</i> e pouso o pé em 2ª pos.	Braço em 2ª pos., e desce <i>bras bas</i>
1 – 16	% em 2ª pos., (<i>Dégagé à la seconde</i> e posiciona a perna em 4ª pos.)	
1 – 16	% em 4ª pos. (<i>Dégagé devant</i> e fecha em 5ª pos.)	
1 – 16	% em 5ª pos. <i>c/ Port de bras en avant</i> (4t) e <i>Cambré</i> (4t)	Braço sobe p/ 5ª pos. Braço abre 2ª pos.
1 – 8	Caminhar p/ fora da barra (6t) e preparar outro lado (2t)	Fechar braços em 1ª pos. e abrir em <i>d. seconde</i> durante a caminhada
1 – 72	% lado esquerdo (s/ paragens)	

Notas:

Através do *demi port de bras en avant* e *en arrière*, pretende-se criar maior mobilidade da parte superior do tronco, com o intuito de promover para o passo de *pas de bourrée en avant* e *en arrière* (do bailado) que exige inclinação do tronco. Procuramos também, inserir caminhadas neste exercício (para trocar de lado) para promover a melhoria do mesmo (pois o saber andar em palco é muito importante em todos os bailados de repertório clássico).

BATTEMENT TENDU (de 1ª pos.)

Música	Descrição do exercício	Observações
Polka	<i>Pos. inicial:</i> de lado p/ a barra, 1ª pos., <i>bras bas</i>	Cabeça ¼ p/ fora
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde</i>	
3 – 4	Sobe braços 1ª pos., abre 2ª pos.	
-----	-----	-----

1 – 4	<i>2 b. tendus devant</i>	Braço em 2ª pos.
5 – 8	<i>2 pas de cheval devant</i>	
1 – 4	<i>2 b. tendus à la seconde</i>	
e 5	<i>1 pas de cheval à la seconde</i>	
6 – 7	<i>b. relevé</i>	
8	Fecha 1ª pos.	
	% reverse	
1 – 8		
1 – 2	<i>B. tendu devant</i>	
3 – 4	<i>B. tendu derrière</i> (perna de dentro da barra)	
5 – 8	%	
1 – 4	<i>Temps lié de côté</i> p/ fora da barra	
5 – 8	<i>Temps lié de côté</i> p/ dentro da barra	
1 – 16	% reverse	

Notas:

Trabalhar a mobilidade do pé, a passagem dos dedos pelo chão.

A segunda parte do exercício permite trabalhar a transferência de peso (*devant* c/perna dir. e *derrière* c/ perna esq.) de uma forma mais simples, para depois acrescentar um grau de dificuldade maior.

BATTEMENT JETÉ C/ PIQUÉ

Música 2/4	Descrição do exercício	Observações
<i>Preparação</i> <i>4 acordes</i>	<i>Pos. inicial:</i> de lado p/ a barra, 5ª pos., <i>bras bas</i>	Cabeça voltada ¼ p/ fora
1 – 2	<i>Demi seconde, bras bas</i>	
3 – 4	Sobe braço em 1ª pos., abre 2ª pos.	
-----	-----	-----
e 1 – e 3	<i>3 b. jetés devant</i> (acento fora)	
4	Fica	
5 – 6	<i>2 b. piqués devant</i>	
7	<i>Ballonné devant</i>	
8	Fecha 5ª pos. <i>devant</i>	
1 – 8	% <i>à la seconde</i>	
1 – 8	% <i>devant</i> c/ a perna de dentro	
1 – 4	<i>Passé retire devant</i>	
5 – 8	<i>Passé retiré derrière</i>	
1 – 32	% tudo ao reverse	

Notas:

Diferentes acentuações, agilidade das pernas, transferência de peso, preparação a ação para o *ballonné*-conteúdo técnico do Repertório Clássico.

ROND DE JAMBE À TERRE

Música	Descrição do exercício	Observações
3/4	<i>Pos. inicial:</i> de lado p/ a barra, 5ª pos., <i>bras bas</i>	Cabeça voltada ¼ p/ fora
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi second</i>	
3 – 4	Sobe 1ª pos., abre 2ª pos.	
1	B. <i>soutenu devant</i>	Tronco inclina p/ trás
2	Fecha 5ª pos. <i>devant</i> (dps na ½ ponta)	Tronco volta a pos. inicial
3	B. <i>soutenu derrière</i>	Tronco inclina p/ frente olhar p/ a mão dir.
4	Fecha 5ª pos. <i>derrière</i>	
5	B. <i>tendu en fondu devant</i>	Braço em 1ª pos.
6	<i>Demi rond de jambe à la seconde</i>	Braço abre em 2ª pos.
7 – 8	<i>2 rond de jambes en dehors</i>	
1	<i>Relevé lent devant 45°</i> (dps 90°)	
2	<i>Fondu devant</i>	
3 – 4	Abre <i>developpé à la seconde 45°</i>	
5 – 7	<i>Demi grand rond de jambe en dehors</i> , fica em <i>arabesque</i> (dps <i>fondu</i> em <i>arabesque</i> e <i>pas de bourrée en avant</i>)	Braço 1º arabesque
8	Fecha 5ª pos. <i>derrière</i>	
1 – 16	% reverse	
1 – 4	<i>Port de bras en avant</i> , recupera	Braço 5ª pos.
5 – 8	<i>Cambré</i> , recupera	Braço 5ª pos., abre p/ 2ª pos.
1 – 4	<i>Port de bras à la seconde</i> p/ a barra, recupera	
5 – 8	<i>Port de bras à la seconde</i> p/ fora barra, recupera	
1 – 2	<i>Relevé retiré devant</i>	Braço 1ª pos.
3 – 4	<i>Fica</i>	
5 – 6	<i>Relevé retiré derrière</i>	Braço 1ª pos.
7 – 8	<i>Fica</i>	
1 – 2	<i>Relevé retiré devant</i>	
3 – 7	<i>Fica e balance</i>	
8	Desce 5ª pos. <i>devant</i>	<i>Bras bas</i>

Notas:

Prepara para o *pas de bourrée en avant e en arrière* c/ inclinação do tronco. Trabalha a posição do arabesque (necessário no bailado)

Trabalha transferência de peso nos *retirés* ajuda para preparar o *pas marché*

Mais tarde:

Abrir a perna p/ *attitude devant e allongé* no final (perna e braço). Pois irá trabalhar a posição do *attitude devant* necessário na 2ª parte do bailado.

Grand rond de jambe en dehors e en dedans.

BATTEMENT FONDU COM ROND DE JAMBE EN L'AIR

Música	Descrição do exercício	Observações
Tango	<i>Pos. inicial:</i> de lado p/ a barra, 5ª pos., <i>bras bas</i>	Cabeça voltada ¼ p/ fora
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde</i>	
3	Sobe braços em 1ª pos.,	
4	Abre braço e perna em 2ª pos.	
-----	-----	-----
1 – 2	<i>B. fondu devant</i>	Braço 2ª pos.
3 – 4	<i>B. fondu à la seconde</i>	
5 – 6	<i>B. fondu derrière</i>	
7	<i>B. en cloche devant c/ demi plié (45°)</i>	
8	Fecha 5ª pos. <i>devant</i> alongando as pernas	
1 – 2	<i>B. fondu derrière croisé</i> (c/ a perna da barra)	Braço 1º arabesque
3	<i>Demi plié</i> em <i>coupé derrière</i>	Braço 1ª pos.
4	Alonga a perna de apoio em ½ ponta	
5 – 6	Fica	
7	Fecha 5ª pos. <i>derrière</i> em ½ ponta	
8	Abre à perna à <i>la seconde en l'air</i>	
1 – 16	% reverse	
1 – 4	<i>2 b. fondus à la seconde</i>	
5 – 8	<i>2 rond de jambes en l'air en dehors</i>	
1 – 4	<i>2 b. fondus à la seconde</i>	
5 – 8	<i>2 rond de jambes en l'air en dedans</i>	
1 – 2	<i>Retiré devant</i> , sobe em ½ ponta	
3 - 16	Fica, balance	
1 – 2	Fecha 5ª pos. na ½ ponta	Braço 1ª pos.
3	<i>D. detourné en dedans</i>	
4 – 5	Fica	
6 – 8	Desce 5ª pos., <i>bras bas</i>	

Notas:

Mais tarde:

Realizar o exercício na ½ ponta e com duplo *rond de jambe en l'air* (primeiro realizar de frente p/ barra).

BATTEMENT FRAPPÉ COM FLIC-FLAC (preparação)

Música	Descrição do exercício	Observações
2/4	<i>Pos. inicial:</i> de lado p/ a barra, 5ª pos., <i>bras bas</i>	Cabeça ¼ p/ fora
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	Sobe braço em 1ª pos.	
3	<i>Dégagé à la seconde</i> , abre braço em 2ª pos.	
4	<i>Coupé devant</i> c/ pé fletido	
-----	-----	-----
1 – 8	<i>B. frappé devant en croix</i> (2t)	Braço em 2ª pos.
e1 – e2	<i>Flic-flac</i> (preparação) trás, frente	
3	Abre <i>à la seconde</i>	
4	Fica	
e5 – e6	<i>Flic-flac</i> (preparação) frente, trás	Mais tarde c/ ½
7	Abre <i>à la seconde</i>	
8	Fica	
1 – 16	% reverse	
1	Fecha 5ª pos. <i>devant</i> c/ <i>demi plié</i>	
2	<i>Relevé coupé devant</i>	Braço 1ª pos., cabeça p/ fora
3 – 4	Fica	
5	Fecha 5ª pos. <i>devant</i> c/ <i>demi plié</i>	
6	<i>Relevé coupé derrière</i>	
7 – 8	Fica	
9 – 20	% a sequência (<i>coupé devant, derrière, devant</i>)	
21 – 28	Fica no <i>coupé devant</i> e <i>balance</i>	
29 – 32	Fecha 5ª pos. <i>devant</i> c/ <i>demi plié</i> e estica	<i>Bras bas</i>

Notas:

A transferência de peso realizada nos *relevés em coupé devant /derrière*, prepara para o *pas marché en avant*-conteúdo técnico do repertório clássico de elição. É um ótimo exercício para promover a dinâmica, agilidade de pernas e articulação dos pés, preparando para os elementos técnicos de *allegro* realizados no bailado “*The Naiade and The Fisherman*”.

ADAGIO

Música	Descrição do exercício	Observações
4/8	<i>Pos. inicial:</i> de lado p/ barra, 5ª pos., <i>bras bas</i>	Cabeça voltada ¼ p/ fora
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde, bras bas</i>	
3 – 4	Fica	
-----	-----	-----
1	<i>Demi plié</i>	Braço 1ª pos.

2	<i>Dégagé devant</i>	
3	<i>Posé en avant</i> na ½ ponta	
4	Desce 5ª pos. <i>devant</i>	Braço abre 2ª pos.
5 – 6	<i>Développé devant</i> (90°)	
7	<i>Demi grand rond de jambe en dehors</i>	
8	Fecha 5ª pos. <i>devant</i>	
1 – 2	<i>Développé à la seconde</i>	
3	<i>Demi grand rond de jambe en dehors</i>	
4	Fecha 5ª pos. <i>derrière</i>	
5 – 7	<i>Relevé lent devant c/ d. plié</i>	
8	Fecha 5ª pos. <i>devant</i> alongando as pernas	
1 – 16	% tudo ao <i>reverse</i> <i>Bras bas</i>	

Notas:

Trabalha para o *posé en avant c/ attitude devant* (repertório). O *relevé lent c/ d. plié* prepara para o *pas de bourrée en avant* e *en arrière* do repertório.

Contribui para a qualidade do movimento, respiração, projeção.

PETIT BATTEMENT SUR LE COU-DE-PIED

Música	Descrição do exercício	Observações
2/4	<i>Pos. inicial:</i> de lado p/ a barra, 5ª pos., <i>bras bas</i>	Cabeça ¼ p/ fora
<i>Preparação 4 acordes</i>		
e1	Sobre braço em 1ª pos.	
2	Perna e braço abrem <i>à la seconde</i>	
3	Pé em <i>sur le cou-de-pied devant</i>	Braço em <i>bras bas</i>
4	Fica	
-----	-----	-----
1 – 4	2 <i>petit battement</i> (acento <i>devant</i>) (2t cada)	<i>Bras bas</i>
5 – 8	4 <i>petit battement</i> (1t)	
1 – 2	<i>Dégagé devant en fondu - effacé</i>	Braço em 1ª pos., Cabeça voltada sobre a perna de apoio
3 – 4	2 <i>petit battement battu devant</i> na ½ ponta	
5 – 6	<i>Dégagé devant en fondu – effacé</i>	
7 – 8	Estica, <i>pivot 1/8 c/ dégagé à la seconde</i> , fica	Braço em 2ª pos.
1 – 16	% <i>reverse</i>	
1 – 2	<i>Relevé c/ coupé devant</i>	Braço em 1ª pos.
3 – 10	Fica em equilíbrio	
11 – 12	Fecha 5ª pos. <i>devant c/ d. plié</i> , estica	<i>Bras bas</i>

Notas:

Agilidade de pernas- prepara para as *batteries* e o *b. serré* _ conteúdo técnico do repertório.

PAS DE BOURRÉE EN AVANT E EN ARRIÈRE

Música	Descrição do exercício	Observações
2/4	<i>Pos. inicial:</i> de lado p/ a barra, 5ª pos., <i>bras bas</i>	Cabeça ¼ p/ fora

<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde, bras bas</i>	
3 – 4	Sobe braço 1ª pos., abre 2ª pos.	
-----	-----	-----
1 – 2	<i>B. soutenu devant</i>	
3 – 4	<i>B. soutenu derrière</i>	
5 – 6	<i>B. soutenu devant</i> na ½ ponta	
7 – 8	<i>B. soutenu derrière</i> na ½ ponta	
1 – 2	<i>B. soutenu devant en l'air</i> (45°) na ½ ponta	
3 – 4	<i>B. soutenu derrière en l'air</i> (45°) na ½ ponta	
5 – 8	<i>Demi plié, alonga</i>	Com port de bras
e 1 – e 2	<i>Pas de bourrée en arrière</i>	
e 3 – e 4	<i>Pas de bourrée en avant</i>	
e 5 – e 6	<i>Pas de bourrée en arrière</i>	
7 – 8	<i>Demi plié, estica</i>	Com port de bras
e 1 – e 2	<i>Pas de bourrée en avant</i>	
e 3 – e 4	<i>Pas de bourrée en arrière</i>	
e 5 – e	<i>Pas de bourrée en avant</i>	
6	<i>Demi plié</i>	
7	<i>Demi detourné</i>	
8	Alonga	
1 – 32	% lado esq. (s/ paragens)	

Notas:

Prepara para o pas de bourrée en avant e en arrière , pas marché en avant, posé c/ attitude devant– conteúdos do repertório clássico de eleição.

GRAND BATTEMENT

Música	Descrição do exercício	Observações
4/4	<i>Pos. inicial:</i> de lado p/ a barra, 5ª pos., <i>bras bas</i> , ligeiramente <i>croisé</i>	Cabeça ¼ p/ fora
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde, bras bas</i>	
3 – 4	Sobe braço 1ª pos., abre 2ª pos.	
-----	-----	-----
1 – 6	3 <i>grand battements devant</i> –ligeiramente <i>croisé</i>	Braço 5ª pos.
7	<i>Demi plié</i>	Braço 1ª pos.
8	Alonga (dps <i>d. detourné en dehors</i>)	Braço em 1º arabesque
1 – 8	% <i>derrière</i>	
1 – 8	4 <i>grand battements à la seconde</i> – <i>en face</i> (dps <i>écarté devant</i>)	Braço em 2ª pos.
e	<i>Dégagé en l'air devant en fondu</i>	
1 – 6	<i>Pas de bourrée en arrière, en avant, en arrière</i>	

7 – 8	Fecha 5ª pos. <i>derrière</i> (esticado)	
-------	--	--

Notas:

Trabalha o *pas de bourrée en avant e en arrière* – conteúdo técnico do repertório.

CENTRO

BATTEMENT TENDU

Música	Descrição do exercício	Observações
2/4	<i>Pos. inicial: croisé, 5ª pos., bras bas</i>	Cabeça para fora-público
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde</i>	
3 – 4	<i>Sobre braços 1ª pos., abre 3ª pos.</i>	
-----	-----	-----
1 – 4	<i>2 b. tendus devant</i>	Braço 3ª pos.
5 – 6	<i>B. en cloche derrière c/ d. plié – éffacé</i>	Troca o braço
7	Fecha esticando as pernas em 5ª pos. <i>derrière</i>	
8	Fica	
1 – 8	% <i>derrière</i>	
1 – 4	<i>2 b. tendus à la seconde perna dir. en face</i>	Braços em 2ª pos.
5 – 8	<i>Temps lié à la seconde – en face</i>	
e1 – 4	<i>2 pas de bourrées piqué dessous</i>	Braços 3ª pos.
e 5	<i>Relevé em 5ª pos. croisé</i>	Braço 1ª pos.
6	Fica	
7	<i>Demi plié</i>	
8	Alonga	
1 – 32	% outra c/ perna	Braços em 3ª pos.

Notas:

Prepara para o *pas de bourrée en avant e en arrière*.

ADAGIO

Música	Descrição do exercício	Observações
4/8	<i>Pos. inicial: Croisé, 5ª pos., bras bas</i>	Cabeça ¼ p/ fora
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde</i>	
3 – 4	<i>Bras bas</i>	
-----	-----	-----
1	<i>Demi plié</i>	Braço 1ª pos.
2	<i>Dégagé devant c/ demi plié</i>	
3	<i>Posé en avant p/ 5ª pos. na ½ ponta</i>	
4	<i>Desce 5ª pos. devant</i>	<i>Bras bas</i>

5 - 6	<i>Developpé devant (90°)</i>	Braço 4ª pos.
7	<i>Demi grand rond de jambe en dehors</i>	
8	Fecha 5ª pos. <i>devant</i>	Braço 1º arabesque
1 - 2	<i>Developpé à la seconde</i>	
3 - 4	<i>Demi grand rond de jambe en dehors</i>	
5 - 8	Sustenta	
1	Fecha 5ª pos. <i>devant c/ demi plié</i>	
2	<i>Detourné</i>	
3 - 4	<i>Demi plié</i> , alonga	
5 - 8	Fica, alonga	

Notas:

Este adágio é parecido com o realizado na barra.

O *posé en avant* prepara para o passo técnico de *pas marché* (conteúdo do repertório).

PIROUETTES EN DEHORS 4ª POS.

Música	Descrição do exercício	Observações
3/4	<i>Pos. inicial: en face, 5ª pos., bras bas</i>	Cabeça p/ frente
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 - 2	<i>Demi seconde</i>	
3 - 4	<i>Bras bas</i>	
-----	-----	-----
1 - 2	<i>B. tendu devant</i>	Braços 2ª pos.
3 - 4	<i>B. tendu à la seconde</i>	
5	<i>B. tendu derrière</i>	
6	<i>Demi plié</i> em 4ª pos.	Braços 3ª pos.
7	1 <i>pirouette</i>	Braços 1ª pos.
e 8	Fecha 5ª pos. <i>derrière</i>	
1 - 8	% perna esq.	
1 - 16	% tudo mais 1 vez	

Notas:

Se os alunos não fizerem bem a *pirouette en dehors* de 4ª pos. no centro, realizar exercício na barra.

ÉCHAPPÉ RELEVÉ

Música	Descrição do exercício	Observações
2/4	<i>Pos. inicial: 5ª pos. en face, bras bas</i>	Cabeça p/ frente
<i>Preparação 4 acordes</i>		

1 – 2	<i>Demi seconde</i>	
3 – 4	<i>Bras bas</i>	

1	<i>B. tendu à la seconde</i>	
2	<i>Demi plié em 2ª pos.</i>	
3 – 6	<i>2 relevés em 2ª pos.</i>	
7	<i>B. tendu à la seconde</i>	
8	<i>Fecha 5ª pos. devant c/ demi plié</i>	
1 – 6	<i>3 échappés relevés p/ 2ª pos.</i> RAPAZES: <i>Grand échappé sauté</i>	
7	<i>Relevé em 5ª pos.</i>	Braço 1ª pos.
8	<i>Desce em 5ª pos. devant</i>	
1 – 16	<i>% perna esq.</i>	

Notas:

Prepara para os *échappés sur le points*, conteúdo do repertório. Em relação aos rapazes, trabalha o *grand échappé sauté* também necessário no bailado.

Mais tarde : realizar em 4ª pos.

PETIT SAUT

Música	Descrição do exercício	Observações
2/4	<i>Pos. inicial: 1ª pos. en face, bras bas</i>	Cabeça p/ frente
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde</i>	
3 – 4	<i>Bras bas</i>	

1 – 4	<i>4 sautés em 1ª pos.</i>	<i>Bras bas</i>
e 5	<i>P. échappé sauté em 2ª pos.</i>	Braços em 2ª pos.
6 – 7	<i>2 sautés em 2ª pos.</i>	
8	<i>Sauté p/ 5ª pos. devant</i>	<i>Bras bas</i>
1	<i>Échappé sauté em 2ª pos.</i>	Braços em 2ª pos.
2	<i>Sauté fecha 5ª pos, derrière</i>	
3 – 6	<i>% o échappé sauté mais 2X</i>	
7 – 8	<i>2 p. changements – c/ direções croisé</i>	<i>Bras bas</i>
1 – 16	<i>% outra perna</i>	

Notas:

Trabalha os *échappés sautés* em 4ª pos. (conteúdo técnico do repertório).

CHANGEMENT EMBOITÉ

Música	Descrição do exercício	Observações
2/4	<i>Pos. inicial: 5ª pos. en face, bras bas</i>	Cabeça p/ frente
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde</i>	
3 – 4	<i>Bras bas</i>	
-----	-----	-----
1 – 4	<i>4 changement</i>	
5	<i>emboité coupé devant</i>	
6	<i>emboité coupé derrière</i>	
7	<i>Petit sissone derrière</i>	
8	<i>P. changement</i>	
1 – 8	<i>% c/ outra perna</i>	
1 – 16	<i>% tudo mais 1 vez</i>	

Notas:

Trabalha a coordenação, agilidade de pernas e a posição do coupé devant e derrière, muito solicitado nos elementos técnicos do Repertório de eleição.

BALLONNÉ EN AVANT

Música	Descrição do exercício	Observações
2/4	<i>Pos. inicial: 5ª pos., en face, bras bas</i>	O exercício avança p/ frente.
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde</i>	
3 – 4	<i>Bras bas</i>	
-----	-----	-----
e1 – 4	<i>4 Ballonnés en avant (perna dir.)</i>	Braço em 3ª pos.
5 – 8	<i>Posé en avant, assemblé en avant , alonga</i>	Braços em 2º arabesque
1 – 8	<i>% mais 1 vez</i>	
	<i>% com perna esquerda</i>	

Notas:

Execução: Fila a fila (cada 1 realiza o exercício 2 vezes, rapazes no fim).

Prepara essencialmente para o *ballonné en avant* – conteúdo do repertório clássico.

PORT DE BRAS C/ RÉVERENCE

Música	Descrição do exercício	Observações
4/8	<i>Pos. inicial: 5ª pos., croisé, bras bas</i>	Cabeça ¼ p/ fora
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde, bras bas</i>	
3 – 4	<i>Sobe braços 1ª pos., abre 2ª pos.</i>	
-----	-----	-----
1 – 4	<i>Port de bras en avant, recupera</i>	Braços 5ª pos.

5 – 8	<i>Cambré, recupera</i>	Braços 5ª pos., (8) desce braços 2ª pos.
1 – 4	<i>Port de bras à la seconde</i>	
5	<i>Dégagé à la seconde</i>	Braço 2 pos. <i>allongé</i>
6	Fecha 5ª pos. <i>devant c/ d. plié</i>	Braço 1ª pos., cabeça olha p/ mão
7	<i>Relevé</i> em 5ª pos.	Braço sobe em 5ª pos.
8	Desce	Braços descem <i>bras bas</i>
1 – 16	% outro lado	

Notas:

Fomentar a projeção, a respiração, graciosidade e a fluidez dos movimentos.

Anexo – XII —Bloco II de aulas - Fragmentos do repertório

Fragmentos do repertório *The Naiade and the Fisherman* (entrada)

Bloco II – TDC – Lecionação Supervisionada

Objetivos – Estas sequências são trabalhadas durante a aula para promover a melhoria dos passos técnicos do repertório. Quando estes já forem consolidados, passamos a ensaiar estas sequências em conjunto com a música do bailado.

POLKA C/ BALLONNÉ E JETÉ EN AVANT (repertório) – Só raparigas

Música	Descrição do exercício	Observações
2/4	<i>Pos. inicial: Coupé derrière, bras bas</i>	Realizado em DIAGONAL
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	Fica	
3 – 4	<i>Demi seconde alongé</i>	

1 – e 2	<i>2 Polkas en avant</i> (perna dir.)	<i>Demi seconde</i>
3 – e 4	<i>2 Polkas en avant</i> (perna esq.)	
e	<i>Petit posé em coupé derrière</i>	
5	<i>Ballonné sauté en avant</i> (esq)	
e 6	<i>Ballonné sauté en avant</i> (dir)	
7 – e 8	<i>3 jetés en avant</i>	
1 – 8	%	

CHASSÉ EN AVANT (repertório) – Só rapazes

Música	Descrição do exercício	Observações
2/4	<i>Pos. inicial: Coupé derrière, bras bas</i>	Realizado em DIAGONAL
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	Fica	
3 – 4	<i>Mãos atrás das costas</i>	

1 – e 2	<i>2 Chassés sauté en avant</i> (perna dir.) (dps c/ <i>cabriole devant</i>)	<i>Mãos atrás das costas</i>
3 – e 4	<i>2 Chassés sauté en avant</i> (perna esq.)	
5 – 8	%	

--	--	--

SKIPE (repertório) – Só rapazes

Música	Descrição do exercício	Observações
2/4	<i>Pos. inicial: Coupé derrière, bras bas</i>	Realizado em DIAGONAL
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2 3 – 4	-----	-----
1 – 8	<i>7 skipes en avant, fecha 5ª pos. devant</i>	
1 – 4	<i>2 grand échappés em 2ª pos. 2 assemblés dessus (esq. dir.) ou</i>	<i>C/ por de bras Bras bas</i>
5 – 6	<i>Dégagé à la seconde, demi rond de jambe en dehors, demi plié e 1 pirouette en dehors acabando em 4ª pos. allongé</i>	
7 – 8	<i>Alonga as pernas c/ coupé derrière (à terre) e fica na pose</i>	<i>Uma mão na cintura e a outra d. seconde</i>

SALTOS EM 6ª POS. (repertório) - Só raparigas

Música	Descrição do exercício	Observações
2/4	<i>Pos. inicial: 6ª pos., croisé, bras bas</i>	
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2 3 – 4	<i>Demi seconde Bras bas</i>	-----
1 – 4	<i>4 sautés em 6ª pos.</i>	<i>Rabo p/ trás e tronco p/ frente, braços paralelos à frente do corpo</i>
5 – 7	<i>3 sautés em 6ª pos. na ½ ponta Ponto (2) Cecchetti</i>	
8	<i>Demi plié (troca a posição p/ croisé) Ponto (1) Cecchetti</i>	
1 – 7	<i>% para o outro lado.</i>	
8	<i>Abre perna esq. em arabesque en fondu</i>	
1 e 2	<i>Pas de bourrée en avant</i>	
3 e 4	<i>Pas de bourrée en arrière</i>	
5 e 6	<i>Pas de bourrée en avant</i>	
7 e 8	<i>Pas de bourrée en arrière</i>	
1 – 4	<i>Emboités em attitude devant (1ª perna esq.)</i>	
5 – 7	<i>Corridinha en arrière</i>	
8	<i>Abre a perna dir. em arabesque c/ fondu</i>	

1 – 8	Ponto (2) Cecchetti <i>Pas de bourrée en avant, en arrière, en avant, en arrière</i>	
-------	---	--

PAS DE BOURRÉE EN AVANT E EN ARRIÈRE C/ EMBOITÉS ATITUDE DEVANT

(repertório) - Só raparigas

Música	Descrição do exercício	Observações
2/4 ou música do repertório	<i>Pos. inicial: effacé, 5ª pos. (dir, atrás), bras bas</i>	
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	Sobe os braços e apoia atrás da nuca	
3 – 4	Abre perna esq. em <i>arabesque c/ d. plié</i>	
-----	-----	-----
1 e 2	<i>Pas de bourrée en avant</i>	
3 e 4	<i>Pas de bourrée en arrière</i>	
5 e 6	<i>Pas de bourrée en avant</i>	
7 e 8	<i>Pas de bourrée en arrière</i>	
1 – 4	<i>Emboités em attitude devant (1º perna esq.)</i>	Braços <i>demi seconde</i>
5 – 7	<i>Corridinha en arrière</i>	Braços passam p/ trás
8	Abre a perna dir. em <i>arabesque c/ d. plié</i> Ponto (2) Cecchetti	Sobe os braços e apoia atrás do coque
1 – 16	% mais 1 vez a sequência p/ o outro lado.	

Anexo XIII – Bloco II – 5 aulas de TP

TÉCNICA DE PONTA

Trabalho de pontas

Bloco II – 5 aulas de TP – Lecionação Supervisionada

Data: início-23 de janeiro 2014

Hora: 9: 25

BARRA

RISE

Música	Descrição do exercício	Observações
2/4	<i>Pos. inicial:</i> de frente p/ a barra, 1ª pos., <i>bras bas</i>	Cabeça p/ frente
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde, bras bas</i>	
3 – 4	Apoiar mãos na barra	
-----	-----	-----
1 – 4	Sobe na ponta passando por $\frac{1}{4}$, $\frac{1}{2}$, $\frac{3}{4}$ de ponta	
5 – 8	<i>Demi plié</i> , alonga	
e 1 – e 4	Descer 4x na $\frac{1}{2}$ ponta	
5 – 6	Desce em 1ª pos.	
7	<i>Dégagé à la seconde</i>	
8	Apoia o pé em 2ª pos.	
1 – 16	% tudo em 2ª pos.	
1 – 16	% tudo em 4ª pos.	
1 – 16	% tudo em 5ª pos. (<i>dégagé</i> fecha 1ª pos.)	
1 – 64	% tudo c/ a outra perna	

Notas:

Promove para o aquecimento, fortalecimento e alongamento dos pés, de forma a facilitar a subida nas pontas (especialmente para as alunas que apresentam mais dificuldades).

RELEVÉS E ÉCHAPPÉS SUR LE POINTS P/ 2ª POS.

Música	Descrição do exercício	Observações
2/4	<i>Pos. inicial: de frente p/ a barra, 1ª pos., bras bas</i>	Cabeça p/ frente
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde, bras bas</i>	
3 – 4	Apoiar mãos na barra	
-----	-----	-----
1	<i>Dégagé à la seconde</i>	
2	<i>Demi plié</i>	
3 – 6	<i>2 relevés em 2ª pos.</i>	
7 – 8	<i>Dégagé à la seconde e fecha 5ª pos. devant</i>	
1 – 6	<i>3 échappés relevés p/ 2ª pos.</i>	
7 – 8	<i>Soussus em 5ª pos., desce, alonga</i>	
1 – 16	<i>% tudo c/ a outra perna</i>	

Notas:

Este exercício prepara para a sequência que será realizada com *échappés relevés* em 1 tempo e à tempo. Elemento constituinte do repertório.

RELEVÉS E ÉCHAPPÉS SUR LE POINTS P/ 4ª POS.

Música	Descrição do exercício	Observações
2/4	<i>Pos. inicial: de frente p/ a barra, 5ª pos., bras bas</i>	Cabeça p/ frente
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde, bras bas</i>	
3 – 4	Apoiar mãos na barra	
-----	-----	-----
1	<i>Dégagé devant</i>	
2	<i>Demi plié</i>	
3 – 6	<i>2 relevés em 4ª pos.</i>	
7 – 8	<i>Dégagé à la seconde e fecha 5ª pos. devant</i>	
1 – 6	<i>3 échappés relevés p/ 4ª pos.</i>	
7 – 8	<i>Échappé p/ 2ª pos. e fecha 5ª pos. derrière</i>	
1 – 16	<i>% tudo c/ a outra perna</i>	

Notas:

Mais tarde juntar no mesmo exercício *échappés relevés p/ 2ª e 4ª pos.*
No repertório, duas das alunas realizam *os échappés sur le points* em 4ª pos., por isso, resolvemos trabalhar os *échappés p/ 2ª pos. e também p/ 4ª pos.*

ÉCHAPPÉS SUR LE POINTS P/ 2ª POS.

Música	Descrição do exercício	Observações
2/4	<i>Pos. inicial:</i> de frente p/ a barra, 1ª pos., <i>bras bas</i>	Cabeça p/ frente
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde, bras bas</i>	
3 – 4	Apoiar mãos na barra	
-----	-----	-----
e	<i>Demi plié</i>	
1	<i>Échappé sur le points p/ 2ª pos.</i>	
2	Fica	
e 3 – 4	%	
e 5 – e7	<i>3 échappés (à tempo) sur le points p/ 2ª pos.</i>	
8	Fica	
1 – 8	% tudo c/ a outra perna	
1 – 16	% tudo mais 1 vez	

Notas:

Este exercício é uma sequência exata do conteúdo do repertório. A diferença é que no repertório é executado a pares, no centro, avançando lateralmente em círculo.

RELEVÉ C/ COUPÉ DERRIÈRE E PAS DE BOURRÉE PIQUÉ

Música	Descrição do exercício	Observações
2/4	<i>Pos. inicial:</i> de frente p/ a barra, 1ª pos., <i>bras bas</i>	Cabeça p/ frente
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde, bras bas</i>	
3 – 4	Apoiar mãos na barra	
-----	-----	-----
e	<i>Coupé derrière</i> (perna esq.) c/ <i>demi plié</i>	
1	Troca de perna p/ <i>coupé devant</i> (dir.) na ponta	
2	Desce em <i>coupé derrière</i> (esq.) c/ <i>demi plié</i>	
3 – 4	%	
5 – 8	<i>2 relevés c/ coupé derrière</i>	
1	<i>Coupé devant</i> (dir.) na ponta	
2	Desce em <i>coupé derrière</i> (esq.) c/ <i>demi plié</i>	
3 – 4	%	
5 – 8	<i>Pas de bourrée piqué dessous</i>	
1 – 16	% tudo c/ a outra perna	

Notas:

Este exercício é uma evolução do exercício (TP) que foi realizado na fase da participação acompanhada. Como os alunos já possuem mais força nos pés, decidimos realizar *relevés* com apenas uma perna de apoio e a de

trabalho no *coupé derrière*, sendo um exercício ótimo para fortalecer os pés e promover para a execução do *pas marché, posé en avant c/ attitude devant* e outros elementos técnicos do repertório.

SAUTÉ SUR LE POINTS

Música	Descrição do exercício	Observações
4/4	<i>Pos. inicial:</i> de frente p/ a barra, 5ª pos., <i>bras bas</i>	Cabeça p/ frente
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde, bras bas</i>	
3 – 4	Apoiar mãos na barra e subir nas pontas	
-----	-----	-----
1 – 4	<i>4 soubresaut</i>	RAPAZES: realizar o mesmo exercício <i>sauté</i>
5	<i>P. changement</i>	
6 – 8	Alonga	
1 – 8	% com a outra perna	
1 – 16	% tudo mais 1 vez	

Notas:

Este exercício promove para melhoria da execução dos *petit sauts sur le points* no bailado (realizados em 6ª pos.), desenvolvendo o fortalecimento dos pés.

POSÉ EN AVANT C/ PETIT DÉVELOPPÉ DEVANT

Música	Descrição do exercício	Observações
2/4	<i>Pos. inicial:</i> de lado p/ a barra, 5ª pos., <i>bras bas</i>	Cabeça p/ frente
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde, bras bas</i>	
3 – 4	Apoiar mãos na barra e subir nas pontas	
-----	-----	-----
1	<i>Demi plié</i>	Braço em 1ª pos.
2	<i>Dégagé devant</i>	
3	<i>Posé en avant</i> p/ 5ª pos.	Abre braço em 2ª pos.
4	Desce	
5	<i>Demi plié</i>	Braço em 1ª pos.
6	<i>Dégagé devant</i>	
7	<i>Posé en avant c/ petit développé devant</i> (esq.)	Abre o braço p/ 2ª pos.
8	Fecha 5ª pos. <i>devant c/ demi plié</i>	
1 – 4	% c/ a perna de dentro da barra	
5 – 8	<i>Pas de bourrée couru en tournant en dedans</i> (pelo lado de dentro da barra)	

1 – 16	% tudo o outro lado	
--------	---------------------	--

Notas:

Procurámos desenvolver neste exercício, o *posé en avant* com *petit développé devant* – conteúdo do repertório. Este movimento será realizado pela solista, mas da mesma forma, promove para o *posé en avant c/ attitude devant* que são realizados por todas as raparigas no bailado.

PETIT JETÉ (rapazes)

Música	Descrição do exercício	Observações
4/8	<i>Pos. inicial:</i> de frente p/ a barra, 5ª pos., dir. <i>derrière, bras bas</i>	Cabeça p/ frente
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde, bras bas</i>	
3 – 4	Apoiar mãos na barra e subir nas pontas	
-----	-----	-----
e 1	<i>Jeté derrière</i>	Realizar este exercício em vez do <i>posé en avant</i> (grelha acima)
2	<i>Temps levé</i>	
3 – 4	% c/ perna esq.	
e 5	<i>Jeté derrière</i>	
6 – 8	<i>3 temps levé</i>	
9 – 12	% c/ perna esq.	
13 – 16	<i>Pas de bourrée piqué dessous</i>	

Notas:

Decidimos aplicar este exercício de *jetés*, por ser conteúdo do repertório, e como os rapazes apresentam dificuldades (observadas durante o 1º período), procuramos focar neste passo técnico desde a sua base – realizado de frente para a barra.

CAMINHADAS SUR LE POINTS

Raparigas: realizar apenas caminhadas *sur le points* (sem descer das pontas) segurando uma mão na barra e a outra na cintura, no percurso da barra toda, uma a uma.

Notas: resolvemos aplicar este passo para facilitar a ação do próximo exercício - *pas marché* - ou seja, primeiro é realizado os passos sem descer das pontas, depois no próximo exercício, já descemos das pontas (característica do *pas marché*), acrescentando um grau de dificuldade.

PAS MARCHÉ SUR LE POINTS

Raparigas: Realizar apenas o *pas marché* com o apoio de uma mão na barra e a outra na cintura, percorrendo toda a barra do estúdio, uma a uma.

Progressão – realizar o *pas marché* em diagonal com braços em *demi seconde* e com a coordenação da cabeça (fora, dentro).

Notas: Promover para o aperfeiçoamento do *pas marché* – conteúdo do repertório. (Durante as próximas semanas, vou dar continuidade a construção do bailado, e um dos novos elementos é o *pas marché*, por isso a sua atenção especial nesta aula de TP.

Anexo XIV – Bloco III – 10 aulas de TDC

BARRA

Bloco III – 10 aulas de TDC – Lecionação Supervisionada

Data: início da aula 26 fevereiro 2014

Objetivo: Consolidação dos passos, transferência de peso, introdução de *batteries*. Nesta aula, pretende-se adicionar exercícios na meia ponta (*rises e relevés*), com o intuito de fortalecer os pés e focar na qualidade da descida da meia ponta.

Introdução de novos passos do repertório: *pas marché, posé c/ attitude devant, entrechat quatre*.

De acordo com o programa da escola direcionado para o 2º período (meio), pretende-se assim, inserir: Exercícios com maior complexidade de execução e musical e com direções do corpo.

A projeção do movimento e a respiração deve ser sempre estimulada.

AQUECIMENTO

Música	Descrição do exercício	Observações
4/4	<i>Pos. inicial:</i> de frente p/ a barra, 1ª pos., <i>bras bas</i>	Cabeça em frente
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde</i>	
3 – 4	Apoiar mãos na barra	
-----	-----	-----
1	<i>Demi plié</i>	
2	<i>Dégagé devant</i>	
3	Trás o pé em <i>attitude devant à terre</i>	
4	Alonga	
5 – 6	Flete o pé, estica	
7	Apoia o pé em 4ª pos.	
8	Fecha em 1ª pos.	
1 – 8	<i>% derrière</i>	
1 – 8	<i>% à la seconde</i>	
1 – 4	<i>Temps lié à la seconde</i>	
5 – 8	<i>Rise, desce</i>	
1 – 32	<i>% tudo com perna esquerda</i>	

Notas:

Este exercício trabalha a rotação externa da coxa femoral através do passo de *attitude à terre* realizado *en croix*. Este movimento exercita a posição correta do *attitude* para depois ser realizado fora do chão nos exercícios da barra e no repertório (*piqué attitude devant*). Também pretendemos trabalhar neste exercício, o controle e fortalecimento do pé através da posição fletida do mesmo e na subida e descida dos *rises*.

Na parte do exercício em que apoiamos o pé nas quartas e segundas posições, e posteriormente fechamos a perna em primeira posição, tem como objetivo, trabalhar os músculos inferiores da coxa, no qual estes são fundamentais para os exercícios de *batteries*.

PLIÉ

Música	Descrição do exercício	Observações
2/4	<i>Pos. inicial:</i> de lado p/ a barra, 1ª pos., <i>bras bas</i> .	Cabeça ¼ p/ fora
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde</i>	
3 – 4	<i>Bras bas</i>	
-----	-----	-----
1 – 2	<i>Demi plié, longa</i>	Braço sobe em 1ª pos.
3 – 4	<i>Rise, desce</i>	Braço sobe em 5º pos. e abre em 2ª pos.
5 – 8	<i>Grand plié</i>	Com <i>port de bras</i>
1 – 4	<i>Cambré</i>	Braço 2ª pos. <i>allongé</i>
5 – 8	<i>Dégagé</i> e posiciona em 2ª pos.	<i>Bras bas</i>
1 – 16	% em 2ª pos. c/ <i>port de bras de côté</i>	
1 – 16	% em 4ª pos. c/ <i>rise</i> e braço dir. em <i>arabesque</i>	
1 – 14	% em 5ª pos. c/ <i>port de bras en avant</i> c/ <i>deep fondu</i>	
15 – 16	Fecha 5ª pos. <i>derrière</i>	Braços descem <i>bras bas</i>

Notas:

Trabalhar a qualidade e o controle da subida e descida da meia ponta.

Novo: *deep port de bras en avant* - elemento do repertório.

BATTEMENT TENDU (de 1ª pos.)

Música	Descrição do exercício	Observações
4/4	<i>Pos. inicial:</i> de lado p/ a barra, 1ª pos., <i>bras bas</i>	Cabeça ¼ p/ fora
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde</i>	
3 – 4	Sobe braços 1ª pos., abre 2ª pos.	
-----	-----	-----
1 – 2	B. <i>tendu devant</i> , fecha 1ª pos. c/ <i>demi plié</i>	Braço em 2ª pos.
3 – 4	2 b. <i>tendus devant</i> (1 t) – acento dentro	
5	<i>Pas de cheval devant</i>	

6	Pousa o pé em 4ª pos.	
7 – 8	<i>Fecha 1ª pos.</i>	
1 – 8	<i>% à la seconde</i>	
1 – 8	<i>% devant c/ a perna de dentro da barra</i>	
1 – 8	<i>8 b. tendus à la seconde</i>	C/ port de bras. O olhar segue a mão
1 – 32	<i>% tudo ao reverse</i>	

Notas:

Trabalhar a mobilidade do pé, a passagem dos dedos pelo chão. Quando o pé pousa em 4ª ou 2ª pos., e depois fecha perna fechando em 1ª pos., tem o objetivo de trabalhar os músculos abdutores que é essencial para o trabalho de exercícios de *batterie*.

BATTEMENT TENDU POUR BATTERIE

Música	Descrição do exercício	Observações
2/4	<i>Pos. inicial: de lado p/ a barra, 5ª pos., bras bas</i>	Cabeça voltada ¼ p/ fora
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde, bras bas</i>	
3 – 4	Sobe braço em 1ª pos., abre perna e braço em 2ª pos.	
-----	-----	-----
1 – e 2	<i>B. tendu pour batterie (devant, derrière)</i>	
3 e 4	<i>B. tendu pour batterie (derrière, devant)</i>	
5 – 12	<i>% mais 2 vezes</i>	
13	Fecha 5ª pos. na ½ ponta	
14	<i>Demi detourné en dedans</i>	
15	<i>Desce s/ d. plié</i>	Abre braço em 2ª pos.
16	<i>Dégagé à la seconde</i>	
1 – 16	<i>% tudo p/ o lado esq.</i>	

Notas:

O *battement tendu pour batterie* é um movimento preparatório para as *batteries*. Segundo Vaganova (2013), “a constituição dos homens os permite executá-las de uma maneira diferente - com a parte de cima das pernas. Na mulher, sente-se mais a batida com a pantorrilha (...)”. (p. 75). Este fator deve-se a estrutura física feminina, “as formas do quadril e das pernas se diferenciam e ditam uma outra execução das batidas”. (p. 75). As pernas durante este exercício devem estar bem esticadas, alongadas e proporcionar uma ação rápida e dinâmica.

BATTEMENT TENDU (de 5ª pos.)

Música	Descrição do exercício	Observações
2/4	<i>Pos. inicial: de lado p/ a barra, 5ª pos., bras bas</i>	Cabeça ¼ p/ fora
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde</i>	
3 – 4	Sobe braços 1ª pos., abre 2ª pos.	
-----	-----	-----

1	<i>B. tendu devant</i>	Braço em 2ª pos.
2	Fecha 5ª pos. <i>devant</i> c/ d. plié	
3 – 4	2 b. <i>tendus devant</i>	
e 5	<i>Petit developpé devant em fondu</i>	
6	Fecha 5ª pos. em ½ ponta	Braço 1ª pos.
7	Fica	
8	Desce	Abre braço em 2ª pos.
1 – 8	% à la seconde (último b. <i>tendu</i> fecha <i>devant</i>)	
1 – 2	<i>B. tendu croisé devant</i>	Braço 5ª pos.
3 – 4	<i>Pas de cheval devant</i> , fecha 5ª pos.	
5 – 8	% à la seconde en face	
e 1 – e 2	<i>B. tendu pour batterie (derrière, devant)</i>	
3 e 6	% (<i>devant, derrière</i>)	
7	Fecha 5ª pos. <i>derrière</i>	
8	Fica	
1 – 32	% tudo ao reverse	

Notas:

Programa da escola:

- Maior complexidade de execução
- Maior complexidade musical (1/2 tempo)
- Com direções do corpo
- Preparação para *batteries (b. tendu pour batterie)*

Repertório:

- Preparação para o *pas marhé*
- Preparação para *batteries (entrechat quatre, échappé battu)*.

BATTEMENT JETÉ COM PIQUÉ

Música	Descrição do exercício	Observações
2/4	<i>Pos. inicial:</i> de lado p/ a barra, 5ª pos., <i>bras bas</i>	Cabeça voltada ¼ p/ fora
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde, bras bas</i>	
3 – 4	Sobe braço em 1ª pos., abre 2ª pos.	
-----	-----	-----
1	<i>B. jeté devant</i> , acento fora	
2	<i>Demi plié</i>	
3 – 4	2 b. <i>jetés</i> - acento dentro	
5 – 6	2 b. <i>piqués devant</i>	
7	<i>Ballonné devant</i>	
8	Fecha 5ª pos. <i>devant</i>	
1 – 8	% à la seconde	
1 – 8	% <i>devant</i> c/ a perna de dentro	
1 – 4	<i>Passé retire devant</i> na ½ ponta	

5 – 8	<i>Passé retiré derrière</i> na ½ ponta	
1 – 32	% tudo ao reverse	

Notas:

Diferentes acentuações (fora e dentro) no *b. jeté*,
 Agilidade das pernas, transferência de peso, preparação a ação para o *ballonné*
 Este exercício é uma progressão do exercício de *b. jetés* realizado nas aulas anteriores.

ROND DE JAMBE À TERRE

Música	Descrição do exercício	Observações
3/4	<i>Pos. inicial:</i> de lado p/ a barra, 5ª pos., <i>bras bas</i>	Cabeça voltada ¼ p/ fora
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi second</i>	
3 – 4	Sobe 1ª pos., abre 2ª pos.	
-----	-----	-----
1	<i>Petit developpé devant c/ fondu</i>	Tronco inclina p/ trás
2	Fecha 5ª pos. <i>devant</i> ½ ponta	Tronco volta a pos. inicial
3 – 4	% <i>derrière</i> c/ a perna da barra	Tronco inclina p/ frente olhar p/ a mão dir.
5	<i>B. tendu c/ fondu devant</i>	Braço em 1ª pos.
6	<i>Demi rond de jambe à la seconde</i>	Braço abre em 2ª pos.
7 – 8	<i>2 rond de jambes en dehors</i>	
1 – 2	<i>Relevé lent devant</i>	
3 – 6	<i>Grand rond de jambe en dehors</i>	
7 – 8	Fecha 5ª pos. <i>derrière</i>	Braço abre em 2ª pos.
1 – 8	% <i>reverse / en dedans</i>	
1 – 4	<i>Deep port de bras en avant</i>	Braço em 1ª pos. baixa
5	1/4 <i>Pivot en dehors</i> (dps ½ pivot)	
6	1/4 <i>Pivot en dehors</i>	
7 e 8	<i>Temps lié en avant</i>	Braço 4ª pos., desce braços <i>bras bas</i> no 8
e 1 e 2	<i>Tombé pas de bourrée en avant</i> (para fora da barra)	C/ port de bras
3 – 4	<i>Relevé</i> em 5ª pos., desce com braços <i>bras bas</i>	Braços em 5ª pos. no <i>relevé</i> . Olhar segue a mão
e 5 e 6	<i>Tombé pas de bourrée en avant</i> (para dentro da barra)	
7 – 8	<i>Relevé</i> em 5ª pos., desce com braços <i>bras bas</i>	Braços em 5ª pos. no <i>relevé</i> . Olhar segue a mão
1 – 40	% tudo o outro lado	

Notas:

Petit developpé prepara para o *pas marché*

Primeiro trabalhou o *demi grand rond de jambe*, agora neste exercício, já fazem o *grand rond de jambe*.

O *deep port de bras* com pivot e temps lié en avant é um elemento do repertório realizado na parte do adágio. Com o intuito de aprimorar este passo, foi inserido neste exercício de forma mais lenta, assim como o *tombé pas de bourré en avant* (realizado na parte dos duetos no repertório).

O uso da cabeça e da respiração será trabalhado como forma de aperfeiçoar a qualidade do movimento no repertório.

DUPLO BATTEMENT FONDU COM BALLONNÉ

Música	Descrição do exercício	Observações
Tango	<i>Pos. inicial:</i> de lado p/ a barra, 5ª pos., <i>bras bas</i>	Cabeça ¼ p/ fora
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde</i>	
3	Sobe 5ª pos. na ½ ponta, braços em 1ª pos.	
4	Abre braço e perna em 2ª pos.	
-----	-----	-----
1 – 4	<i>Duplo b. fondu devant</i> (dps na ½ ponta)	Braço 2ª pos.
5 – 6	<i>Ballonné devant</i> na ½ ponta	
7	<i>Fecha 5ª pos. devant</i> na ½ ponta	
8	Desce 5ª pos.	
1 – 8	<i>% à la seconde</i>	
1 – 8	<i>% derrière</i>	
1 – 2	<i>Retiré devant</i> (c/ a perna de dentro da barra)	Braço 1ª pos.
3 – 4	<i>Attitude devant</i>	Braço em 5ª pos.
5 – 6	Fica	
7	<i>Allongé</i>	Braço em 5ª pos. <i>allongé</i>
8	<i>Fecha 5ª pos. devant</i> na ½ ponta	
1 – 32	<i>% reverse</i>	

Notas:

Novo: *duplo b. fondu* – fortalecimento dos pés, conteúdo do programa

Trabalha o *ballonné* e a posição do *attitude devant* o qual são essenciais no bailado de repertório

DOUBLE BATTEMENT FRAPPÉ COM FLIC-FLAC E BATTEMENT SERRÉ

Música	Descrição do exercício	Observações
2/4	<i>Pos. inicial:</i> de lado p/ a barra, 5ª pos., <i>bras bas</i>	Cabeça ¼ p/ fora
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde</i>	
3	Sobe braço em 1ª pos.	
4	<i>Dégagé à la seconde</i> , abre braço em 2ª pos.	
-----	-----	-----
1 – 8	<i>Double b. frappé en croix</i> (2t)	Braço em 2ª pos.
1 – 2	<i>Flic-flac</i> (preparação na ½ ponta) trás, frente	

3 – 4	<i>Abre à la seconde</i>	
5 – 6	<i>Flic-flac</i> (preparação na ½) frente, trás	
7 – 8	<i>Abre à la seconde</i>	
1 – 16	% <i>reverse</i>	
1 – 16	<i>B. serré</i>	<i>Bras bas</i>
1	Fecha 5ª pos. c/ <i>demi plié</i>	
2	<i>Relevé retiré devant</i> (mais tarde 1 <i>pirouette en dehors</i>)	
3 – 8	Fica	
1	Fecha em 5ª pos. c/ <i>demi plié</i>	
2	<i>Relevé retiré devant</i>	
3 – 4	Fica	
5 – 8	<i>Pas marché</i> (perna dir.,esq., dir. esq.) p/ fora da barra. Acaba o exercício com o último passo de <i>pas marché c/ fondu è terre</i> . <u>Rapazes</u> : apenas caminhar c/ uma mão na cintura e a outra em <i>demi seconde</i>	Braços em <i>demi seconde allongé</i>

Notas:

Este exercício é uma progressão do realizado na aula anterior, adicionando elementos novos a sua construção (*double battement frappé e flic-flac* na meia ponta).

O *battement serré* já foi inserido individualmente na aula anterior, o qual optei por esclarecer a dinâmica e as principais correções deste exercício. Por questão de tempo, introduziu-se o *battement serré* juntamente com o exercício de *battement frappé*.

Repertório:

-Prepara para o *b. serré* existente no bailado de repertório (parte do adágio)

-Trabalha o passo de *pas marché*

RONDE DE JAMBE EN L’AIR

Música	Descrição do exercício	Observações
3/4	<i>Pos. inicial</i> : de lado p/ a barra, 5ª pos., <i>bras bas</i>	Cabeça ¼ p/ fora
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde</i>	
3 – 4	<i>Bras bas</i>	

1 – 2	<i>Retiré devant</i>	Braço em 1ª pos.
e 3	<i>Demi rond de jambe en dehors</i>	
4	Fica	
5 – 7	<i>3 rond de jambes en l’air en dehors</i>	
8	Fecha 5ª pos. <i>derrière</i>	
1 – 8	% <i>en dedans</i>	
1 – 16	% tudo com duplo <i>rond de jambe en l’air</i>	

1 – 32	(apenas 1) % o outro lado	
--------	------------------------------	--

ADAGIO

Música	Descrição do exercício	Observações
4/4	<i>Pos. inicial: de lado p/ barra, 5ª pos., croisé, bras bas</i>	
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde, bras bas</i>	
3 – 4	Fica	

1 – 4	<i>Développé devant</i>	Braço 5ª pos.
5 – 8	<i>Développé à la seconde – écarté devant</i>	
9 – 12	<i>Demi grand rond de jambe en dehors</i>	Braço em arabesque
13 – 14	<i>Raccourci</i>	Braço fecha em 1ª pos.
15	<i>Fecha 5ª pos. devant (dps développé devant)</i>	
16	<i>Dégagé à la seconde dessus (perna esq.)</i>	
1 – 7	<i>Grand rond de jambe en dehors</i>	
8	Fecha 5ª pos. <i>derrière</i>	
e1	<i>Posé en avant na ½ ponta c/ attitude devant</i>	Braço 5ª pos.
2 – 6	Fica	
7	<i>Allongé</i>	
8	<i>Desce 5ª pos. devant</i>	
1 – 32	<i>% tudo outro lado</i>	

Notas:

Promove a respiração, projeção e fluidez nos movimentos.

PETIT BATTEMENT SERRÉ

Música	Descrição do exercício	Observações
2/4	<i>Pos. inicial: de lado p/ a barra, 5ª pos., bras bas</i>	Cabeça ¼ p/ fora
<i>Preparação 4 acordes</i>		
e1	Sobe braço em 1ª pos.	
2	Perna e braço abrem <i>à la seconde</i>	
3	Pê em <i>sur le cou-de-pied devant</i>	Braço em <i>bras bas</i>
4	Fica	

1 – 15	<i>15 Battement serré (devant, derrière...)</i>	<i>Bras bas</i>
16	<i>Dégagé à la seconde</i>	
1 – 15	<i>15 Battement serré (derrière, devant...)</i>	
16	<i>Dégagé à la seconde</i>	
1 – 15	<i>Battement serré (à tempo)</i>	
16	<i>Dégagé à la seconde</i>	
1	<i>Demi plié</i>	
2	<i>Retiré devant</i>	
3 – 4	<i>Attitude devant</i>	Braço 5ª pos.
5 – 6	Fica	

7	<i>Allongé</i>	Braço 5ª pos. <i>allongé</i>
8	Fecha 5ª pos. <i>devant</i>	<i>Bras bas</i>
1 - 56	% tudo outro lado c/ paragem	

Notas:

Programa da escola:

De acordo com o programa da escola, os *battements serrés* são introduzidos durante o 3º período, mas como no bailado já vou trabalhar com os alunos este passo, tornou-se necessário inseri-lo durante o 2º período. É de salientar, que esta decisão foi tomada de acordo com a progressão técnica dos alunos e a aprovação da professora cooperante.

Repertório:

-Agilidade de pernas

-Prepara para o *b. serré* existente no bailado de repertório (parte do adágio)

-Trabalha a posição do *attitude devant* para os passos de *posé en avant* em *attitude devant* existentes no bailado

- Verificou-se que algumas alunas precisam consolidar mais os *b. serrés*, por esta razão, essas 5 alunas na próxima aula, vão realizar os *b. serrés* mais lentos. Contudo, o resto da turma não apresenta grandes dificuldades nos *b. serrés* mais rápidos, por esta razão, não vejo necessidade de simplificar o exercício.

GRAND BATTEMENT

Música	Descrição do exercício	Observações
2/4	<i>Pos. inicial:</i> de lado p/ a barra, 5ª pos., <i>bras bas</i>	Cabeça ¼ p/ fora
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde, bras bas</i>	
3 – 4	Braço em 1ª pos. e sobe p/ 5ª pos.	
-----	-----	-----
1 – 4	<i>2 grand battements devant</i>	Braço 5ª pos.
5 – 7	<i>Battement en cloche, fecha 5ª pos. derrière</i>	Braço pos. de arabesque
8	Fica	
1 – 8	% <i>derrière</i>	Braço em 2º arabesque
1 – 8	<i>2 grand battements à la seconde –écarté devant</i>	Braço em 2ª pos.
5 – 8	<i>2 grand battements développés à la seconde</i>	
e 1 e 2	<i>Pas de bourrée en arrière</i>	
e 3 e 4	<i>Pas de bourrée en avant</i>	
e 5 e	<i>Pas de bourrée en arrière</i>	
6	<i>Demi plié</i>	
7 – 8	<i>Demi detourné en dedans, alonga</i>	
1 – 40	% <i>outro lado. S/ paragens</i>	

ÉCHAPPÉ BATTU – frente a barra

Música	Descrição do exercício	Observações
2/4	<i>Pos. inicial:</i> de frente p/ a barra, 5ª pos., <i>bras bas</i>	Cabeça ¼ p/ fora
<i>Preparação 4</i>		

<i>acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde, bras bas</i>	
3 – 4	Braço em 1ª pos. e sobe p/ 5ª pos.	
-----	-----	-----
e 1	<i>Échappé battu p/ 2ª pos.</i>	
2 – 4	Alonga	
5	<i>Demi plié</i>	
6	<i>Souté battu fecha 5ª pos. derrière</i>	
7 – 8	Alonga	
9 – 16	% c/ a outra perna	
1 – 32	% tudo mais 1 vez	

Notas:

CENTRO

BATTEMENT TENDU (parecido c/ o da barra)

Música	Descrição do exercício	Observações
2/4	<i>Pos. inicial: croisé, 5ª pos., bras bas</i>	Cabeça ¼ para fora
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde</i>	
3 – 4	<i>Sobre braços 1ª pos., abre 3ª pos.</i>	
-----	-----	-----
1	<i>B. tendu devant</i>	Braço 3ª pos.
2	Fecha 5ª pos. <i>devant</i> c/ d. plié	
3 – 4	<i>2 b. tendus devant</i>	
e 5	<i>Petit developpé devant em fondu</i>	
6	<i>Fecha 5ª pos. em ½ ponta</i>	Braço em 1ª pos.
7	Fica	
8	Desce	
1 – 8	<i>% à la seconde- écarté devant (último b. tendu fecha devant)</i>	Troca o braço (3ª pos.)
1 – 2	<i>B. tendu croisé devant</i>	Braços 4ª pos.
3 – 4	<i>Pas de cheval devant, fecha 5ª pos.</i>	
5 – 8	<i>% à la seconde en face</i>	Braço 2ª pos.
	<i>Posé attitude devant – (croisé devant), desce em coupé</i>	Braço <i>d. seconde allongé</i>
e 1 – e 2	<i>derrière (dir.). RAPAZES: posé de côté c/ dégagé derrière – p/ o lado dir. esq., dir., (braços: uma mão na cintura e a outra d. seconde) d. plié e alonga</i>	
3 e 4	%	Braços em 3ª pos.
e 5 – 6	<i>2 Posés attitude devant, desce em coupé derrière (dir.) à</i>	

	<u>tempo</u>	
7 – 8	Fecha 5ª pos. <i>devant c/ demi plié</i> , alonga	Braço em 1ª pos., e abre em 3ª pos.
1 – 32	% tudo outro lado	

ADAGIO (parecido c/ o da barra)

Música	Descrição do exercício	Observações
4/4	<i>Pos. inicial: Croisé, 5ª pos., bras bas</i>	
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde</i>	
3 – 4	<i>Bras bas</i>	
-----	-----	-----
1 – 4	<i>Développé devant</i> , fecha 5ª pos. <i>devant</i>	Braço 4ª pos. (braço esq. em cima), fecha <i>bras bas</i> junto com a perna
5 – 8	<i>Développé à la seconde – écarté devant</i>	Braço 4ª pos. (dir. em cima)
9 – 12	<i>Demi grand rond de jambe en dehors</i>	Braço passa p/ a pos. de 1º arabesque
13 – 14	<i>Racourci</i>	Braço fecha em 1ª pos.
15	<i>Fecha 5ª pos. devant (dps développé devant)</i>	Braço em 1ª pos.
16	<i>Dégagé à la seconde dessus</i> (perna esq.), fecha 5ª pos. <i>devant</i>	Braço 2ª pos. <i>allongé, bras bas</i>
e	<i>Chassé en avant</i> e estica as pernas (<i>dégagé derrière</i>)	Braço em x arabesque
1 – 4	Descer devagar 4 vezes até os joelhos ficarem pousados no chão. RAPAIZES: descem p/ a pos. de joelhos, mão dir. na cintura e a outra em <i>d. seconde</i>	
5 – 6	Braço esquerdo levanta e vai de encontro ao direito	
e 7 – 8	Levanta e posiciona para o ponto 4 (<i>cecchetti</i>)	
e 1 – 4	<i>Battement serré</i> (<i>devant, derrière, devant, derrière</i> %)	Braço em 3ª pos.
5	Estica a perna esq. em <i>dégagé derrière croisé</i> (ponto 4 <i>cecchetti</i>)	Braço em x arabesque
6	<i>D. plié</i>	Braço em 2ª pos.
7	<i>Detourné</i>	Braço fecha em 1ª pos.
8	<i>Desce 5ª pos.</i>	
1 – 32	% tudo com a outra perna	

PIROUETTES EN DEHORS 4ª POS.

Música	Descrição do exercício	Observações
3/4	<i>Pos. inicial: en face, 5ª pos., bras bas</i>	
<i>Preparação 4 acordes</i>		

1 – 2	<i>Demi seconde</i>	
3 – 4	<i>Bras bas</i>	

1 – 2	<i>B. tendu devant</i>	Braços 2ª pos.
3 – 4	<i>B. tendu à la seconde</i>	
5	<i>B. tendu derrière</i>	
6	<i>Demi plié em 4ª pos.</i>	Braços 3ª pos.
7	1 ou 2 <i>pirouettes</i>	Braços 1ª pos.
e 8	Fecha 5ª pos. <i>derrière</i>	
1 – 8	% perna esq.	
1 – 16	% tudo mais 1 vez	

Notas:

Tornou-se necessário repetir este mesmo exercício de *pirouettes* pelo facto de não terem realizado esta sequência muitas vezes durante as aulas anteriores por falta de tempo. Depois que consolidarem este exercício, será modificado o exercício.

PETIT CHANGEMENT E ÉCHAPPÉ SAUTÉ

Música	Descrição do exercício	Observações
2/4	<i>Pos. inicial: 1ª pos. en face, bras bas</i>	Cabeça p/ frente
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde</i>	
3 – 4	<i>Bras bas</i>	

1 – 3	3 <i>sautés</i> em 1ª pos. <i>en face</i>	<i>Bras bas</i>
4	<i>Changement croisé</i>	Braços em 2ª pos.
5 – 7	3 <i>sautés</i> em 1ª pos.	
8	<i>p. changement croisé</i>	<i>Bras bas</i>
1	<i>Échappé sauté</i> em 2ª pos.	Braços em 2ª pos.
2	<i>Sauté</i> fecha 5ª pos, <i>derrière</i>	
3 – 4	%	
5 – 6	2 <i>p. changement</i> c/ ¼ de volta	<i>Bras bas</i>
7	<i>P. changement</i>	
8	Alonga	
1 – 16	% outra perna (de costas p/ o público)	

Notas:

No final da primeira parte do bailado (*entré*), os bailarinos executam 16 *p. changements* e 8 *échappés sautés* de forma seguida, sem paragens. Por isso é importante trabalhar estes passos técnicos durante a aula.

GRAND ÉCHAPPÉ - rapazes

Música	Descrição do exercício	Observações
2/4	<i>Pos. inicial: 5ª pos. en face, bras bas</i>	Cabeça p/ frente
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde</i>	
3 – 4	<i>Bras bas</i>	
-----	-----	-----
1	<i>Demi plié</i>	
2	<i>G. échappé sauté p/ 2ª pos.</i>	
3 – 4	<i>Alonga</i>	
5	<i>Demi plié</i>	
6	<i>Sauté fecha 5ª pos. devant</i>	
7 – 8	<i>Alonga</i>	
1 – 4	<i>2 g. échappés sautés</i>	Braço 1ª pos.
5 – 6	<i>2 soubresauts</i>	
7 – 8	<i>Alonga</i>	
1 – 7	<i>%</i>	
e 8	<i>Dégagé dessus</i>	
1 – 16	<i>% tudo com outra perna</i>	

Notas:

O *grand échappé sauté* é um elemento técnico realizado por rapazes no bailado de repertório. As raparigas também podem executa-lo.

ASSEMBLÉ - rapazes

Música	Descrição do exercício	Observações
6/8	<i>Pos. inicial: 5ª pos., en face, bras bas</i>	O exercício avança p/ frente, por isso, preparar filas mais atrás
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde</i>	
3 – 4	<i>Bras bas</i>	
-----	-----	-----
1	<i>Demi plié</i>	<i>Bras bas</i>
2	<i>Assemblé</i>	
3 – 4	<i>Alonga e fica</i>	
5 – 8	<i>% c/ a perna esq.</i>	
1 – 2	<i>Glissade derrière, assemblé dessus</i>	
3 – 4	<i>% c/ a perna esq.</i>	
5 – 7	<i>3 assemblés dessus</i>	
8	<i>Alonga</i>	
1 – 16	<i>% tudo mais 1 vez</i>	

BALLONNÉ EN AVANT

Música	Descrição do exercício	Observações
2/4	<i>Pos. inicial: 5ª pos., en face, bras bas</i>	O exercício avança p/ frente, por isso, preparar filas mais atrás
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde</i>	
3 – 4	<i>Bras bas</i>	
-----	-----	-----
e1 – 4	<i>4 ballonnés en avant</i> (alternando as pernas)	<i>Bras bas</i>
5 – 6	<i>Posé chassé en avant</i>	Braços em 2º arabesque
7 – 8	Alonga	<i>Bras bas</i>
1 – 8	%	

Notas:

Prepara o *ballonné en avant* – conteúdo do repertório clássico.

P. CHANGEMENT COM EMBOITÉS C/ ATTITUDE DEVANT

Música	Descrição do exercício	Observações
2/4	<i>Pos. inicial: Coupé derrière, bras bas</i>	Cabeça ¼ p/ fora
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde</i>	
3 – 4	<i>Bras bas</i>	
-----	-----	-----
1 – 2	<i>2 p. changement</i>	<i>Bras bas</i>
3	<i>Petit sissone devant</i>	
4	<i>Petit assemblé devant</i>	
5 – 6	<i>2 p. changement</i>	
7	<i>Petit sissone derrière</i>	
8	<i>Petit assemblé derrière</i>	
1 – 4	<i>2 échappés sautés</i>	
5	<i>Glissade derrière</i>	
6	<i>p. jeté</i>	
7 – 8	<i>Assemblé en avant, alonga</i>	Braços em 2º arabesque
1 – 16	% com outra perna	
1 – 4	<i>4 emboités c/ attitude devant</i> (começa c/ perna esq.)	
5 – 6	<i>Posé ballonné en avant</i> (perna esq.)	
7 – 8	<i>Posé assemblé en avant</i> (perna dir.)	
1 – 8	% (começando os <i>emboités</i> com perna dir.)	

Notas:

Primeiro faz o 1º grupo e termina o exercício no *assemblé en avant*. O primeiro grupo espera no lugar enquanto o 2º grupo faz a mesma sequência. O 2º grupo espera no lugar enquanto o 1º grupo realiza a parte dos *emboités*, depois o 1º grupo espera enquanto o 2º faz a parte dos *emboités*.

Realização de *enchaînements* de elementos técnicos constituintes no repertório clássico “*The Naiade and The Fisherman*” (*Petit changement, assemblé, petit jeté derrière, ballonné e emboités c/ attitude devant*).

TEMPS LEVÉ – centro

Música	Descrição do exercício	Observações
3/4	<i>Pos. inicial: En face, 5ª pos., bras bas</i>	Cabeça em frente
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde</i>	
3 – 4	<i>Bras bas</i>	
-----	-----	-----
1 – 4	<i>4 temps levé arabesque en avant</i>	Braços <i>demi seconde allongé</i>
5	<i>Assemblé dessus</i>	<i>Bras bas</i>
6	<i>P. changement ou p. changement battu</i>	
7 – 8	<i>Alonga</i>	
1 – 8	<i>% c/ a outra perna</i>	
1 – 16	<i>% tudo mais 1 vez</i>	

Nota:

Trabalha os *temps levés em arabesque* e o *p. changement battu*, que são realizados no fim do (*entré*) do repertório.

PORT DE BRAS C/ RÉVERENCE

Música	Descrição do exercício	Observações
4/4	<i>Pos. inicial: 5ª pos., croisé, bras bas</i>	Cabeça ¼ p/ fora
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde, bras bas</i>	
3 – 4	Sobe braços 1ª pos., abre 2ª pos.	
-----	-----	-----
1 – 2	<i>Demi plié, alonga</i>	Braço dir. sobe p/ 5ª pos. olhar segue a mão
3 – 4	<i>Demi plié, alonga</i>	Braço esq. sobe p/ 5ª pos. olhar segue a mão
5	Respira p/ alongar a coluna	
6 – 7	<i>Temps lié en arrière</i>	Braços passam pela 1ª pos. e abrem em 4ª pos. <i>alongé</i>
8	Fecha 5ª pos.	Braço abre p/ 2ª pos.
1 – 4	<i>Port de bras en avant, recupera</i>	Braço sobe em 5ª pos.
5 – 6	<i>Cambré, recupera</i>	
7	<i>Dégagé à la seconde</i>	Abrem os braços lentamente

8	Fecha 5ª pos. <i>devant croisé</i>	p/ 2ª pos. <i>Bras bas</i>
1 – 2	<i>Demi plié, alonga</i>	
3 – 4	<i>Demi plié, alonga</i>	
5	Respira p/ alongar a coluna	
6 – 7	<i>Temps lié en arrière</i>	
8	Fecha 5ª pos.	<i>Bras bas</i>
1	<i>Posé de côté c/ a perna dir.</i>	Braço dir. abre em 2ª pos. passando pela 1ª pos.
2	Passa a perna esq. p/ <i>dégagé derrière</i>	Braço dir. abre em 2ª pos. passando pela 1ª pos.
3 – 4	<i>Temps lié en arrière</i>	Com <i>port de bras, bras bas</i>
5 – 8	%	

Notas:

Procura-se, apelar para a vertente artística. Relativamente a utilização da respiração, fluidez e projeção do movimento.

Anexo XV – Bloco III – 4 aulas de TP

TÉCNICA DE PONTA

Bloco III – 4 aulas de TP – Lecionação Supervisionada

Data: início da aula 13 março 2014

BARRA

RISES

Música	Descrição do exercício	Observações
2/4	<i>Pos. inicial:</i> de frente p/ a barra, 1ª pos., <i>bras bas</i>	Cabeça p/ frente
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde, bras bas</i>	
3 – 4	Apoiar mãos na barra	
1	<i>Rise p/ ¼ de ponta</i>	
2	<i>Rise p/ ½ de ponta</i>	
3	<i>Rise p/ ¾ de ponta</i>	
4	<i>Rise p/ ponta</i>	
5 – 8	<i>Demi plié, alonga</i>	
9 – 12	Descer para ¾ de ponta e subir em ponta 4 vezes	
13 – 14	Descer em 1ª pos. (3/4, 1/2, 1/4 e <i>pied plá</i>)	
15	<i>Dégagé à la seconde</i>	
16	Pousa o pé em 2ª pos.	
1 – 48	% em 2ª, 4ª e 5ª pos.	

RELEVÉ C/ RETIRÉ

Música	Descrição do exercício	Observações
2/4	<i>Pos. inicial:</i> de frente p/ a barra, 5ª pos., <i>bras bas</i>	Cabeça em frente
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde, bras bas</i>	
3 – 4	Apoia as mãos na barra	

1	<i>Demi plié</i>	
2	Alonga	
3 – 4	<i>Rise, desce</i>	
5 – 8	%	
9	<i>Demi plié</i>	
10	<i>Sharp rise</i>	
11 – 12	%	
13 – 14	Desce em 5ª pos.	
15 – 16	<i>Dégagé à la seconde, fecha 5ª pos. derrière</i>	
1 – 16	% c/ a outra perna	
1	<i>Demi plié</i>	
2	Alonga	
3 – 4	<i>Rise, desce</i>	
5 – 8	%	
9 – 10	<i>Soussous</i>	
11 – 12	<i>Retiré devant</i> , desce para 5ª pos. na ponta	
13 – 14	<i>Retiré devant</i> , desce para 5ª pos. na ponta	
15 – 16	<i>Retiré passe derrière</i> , desce 5ª pos.	
1 – 16	% c/ outra perna	

Notas:

COUPÉ RELEVÉ C/ PAS DE BOURRÉE PIQUÉ E COURU

Música	Descrição do exercício	Observações
2/4	<i>Pos. inicial:</i> de lado p/ a barra, 5ª pos., <i>bras bas</i>	Cabeça voltada ¼ p/ fora
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde</i>	
3 – 4	<i>Bras bas</i>	
e	<i>Demi plié c/ coupé derrière</i>	<i>Bras bas</i>
1	<i>Coupé devant sur le point</i>	
2	Desce c/ d. <i>plié</i> em <i>coupé derrière</i>	
3 – 4	%	
5 – 8	<i>2 relevés coupé derrière</i>	Braço em 1ª pos.
e	<i>Demi plié c/ coupé derrière</i>	
1	<i>Coupé devant sur le point</i>	
2	Desce c/ d. <i>plié</i> em <i>coupé derrière</i>	
3 – 4	%	
5 – 8	<i>Pas de bourrée piqué en tournant</i> (termina em 5ª pos. nas pontas)	Braço em 1ª pos.
1 – 7	<i>Pas de bourée couru</i> p/ fora da barra (terminando p/ o lado	Braço em 5ª pos.

	esq.) RAPAÇES: caminhada– uma mão na cintura e a outra em 1ª pos.	
8	<i>Desce 5ª pos.</i>	<i>Bras bas</i>

Notas:

Anteriormente, este exercício foi realizado de frente para a barra, agora o exercício apresenta-se de lado para a barra e o *pas de bourrée piqué* é feito *en tournant*.

Pretende-se com este exercício fortalecer o pé para facilitar a realização dos passos de *pas marché en avant e piqué en attitude en avant* correspondentes do bailado.

ÉCHAPPÉ SUR LE POINTS – 2ª e 4ª pos.

Música	Descrição do exercício	Observações
4/4 Marcha	<i>Pos. inicial:</i> de lado p/ a barra, 5ª pos., <i>bras bas</i>	Cabeça voltada ¼ p/ fora
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde</i>	
3 – 4	<i>Bras bas</i>	
-----	-----	-----
1 – 4	2 <i>échappés</i> em 2ª pos.	<i>Bras bas</i>
5 – 7	3 <i>échappés</i> (à tempo) alternando as pernas	
8	Fecha 5ª pos. <i>derrière c/ demi plié</i>	Braço em 1ª pos.
1 – 8	%	
1 – 4	2 <i>échappés</i> em 4ª pos.	<i>Bras bas</i>
5 – 6	2 <i>échappés</i> em 4ª pos. (à tempo)	
7	<i>D. detourné en dedans</i>	Braço em 1ª pos.
8	<i>Desce 5ª pos. devant</i>	<i>Bras bas</i>
1 – 8	% c/ a outra perna	
1	<i>Demi plié</i>	
2	<i>Sousous</i>	Braço em 1ª pos.
3	<i>Retiré devant</i>	
4 – 6	Fica	
7	Desce em 5ª pos. nas pontas	Braço abre em 2ª pos.
8	Desce 5ª pos. <i>pied plá</i>	<i>Bras bas</i>

Notas:

Este exercício é uma progressão do exercício de *échappés sur le points* realizado na planificação da aula (1) de Técnica de Pontas anterior. Os *échappés sur le points* eram realizados individualmente (primeiro *échappés* em 2ª posição, depois em 4ª posição) de frente para a barra, agora passa a ser feito de lado para a barra inserindo os dois *échappés* (para 2ª e 4ª posição) no mesmo exercício.

CENTRO

RELEVÉ E ÉCHAPPÉ – 2ª e 4ª pos.

Música	Descrição do exercício	Observações
2/4	<i>Pos. inicial:</i> de lado p/ a barra, 5ª pos., <i>bras bas</i>	Cabeça voltada ¼ p/ fora
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde</i>	
3 – 4	<i>Bras bas</i>	

1 – 6	3 <i>relevés</i> em 1ª pos.	<i>Bras bas</i>
7 – 8	<i>Demi plié</i> , Alonga	
e 1	<i>Échappé sur le points</i> p/ 2ª pos.	<i>Bras bas</i>
2	<i>Demi plié</i> em 2ª pos.	
3 – 5	2 <i>relevés</i>	
6	Fecha 5ª pos. <i>devant</i>	
7 – 8	Alonga	
1 – 6	3 <i>échappés</i> p/ 2ª pos.	
7 – 8	Alonga	
9 – 16	% os <i>échappés</i>	
1	<i>Dégagé devant croisé</i>	
2	<i>Demi plié</i> em 4ª pos.	
3 – 6	2 <i>relevés</i> em 4ª pos.	
7	<i>Dégagé devant</i>	
8	Fecha 5ª pos. c/ <i>demi plié</i>	
9 – 14	3 <i>échappés</i> p/ 4ª pos.	
15 – 16	<i>Échappé</i> p/ 2ª pos., fecha 5ª pos. <i>derrière</i>	
1 – 16	% c/ a outra perna	

Notas:

TEMPS LIÉ C/ POSÉ EN AVANT

Música	Descrição do exercício	Observações
4/4	<i>Pos. inicial:</i> 5ª pos., <i>croisé</i> , <i>bras bas</i>	Cabeça voltada ¼ p/ fora
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde</i>	
3 – 4	<i>Bras bas</i>	

1	<i>Demi plié</i>	
2	<i>Dégagé devant</i>	
3	<i>Posé p/ 5ª pos. na ponta</i>	Braços abrem para a linha do arabesque
4	Desce em 5ª pos.	<i>Bras bas</i>
5 – 12	Repete mais 2 vezes	
13 – 16	<i>Temps lié de côté</i>	
1 – 16	% tudo c/ a outra perna	
1	<i>Dégagé devant c/ fondu</i>	Braços cruzados à frente, olhar para as mãos
2 – 4	<i>Pas de bourrée couru en avant</i>	Braços 5ª pos.
5 – 8	<i>Pas de bourrée sur place virando en face</i>	
1 – 4	<i>Pas de bourrée couru en tournant</i> (vira pelo lado da perna da frente)	
5 – 12	%	
13 – 16	Sai em diagonal com caminhada (o outro grupo entra)	Braços abrem de 5ª pos. para 2ª pos.

Notas:

O passo de *temps lié en avant* já foi inserido na barra. Sendo também realizado com *coupé derrière* e com *petit développé devant*. Neste exercício, optamos por realizar apenas o *temps lié en avant* e 1 *temps lié de côté*. Mais tarde, de acordo com a evolução técnica dos alunos, poderá ser realizado com *coupé*. Embora durante os ensaios do bailado já ter inserido o *pas marché* e *posé attitude en avant*, é necessário reforçar e limpar de base do *temps lié* com suas respectivas progressões. Para além da qualidade técnica, procuramos neste exercício explorar a capacidade artística dos alunos (respiração e projeção).

RELEVÉ C/ RETIRÉ PASSÉ

Música	Descrição do exercício	Observações
4/4	<i>Pos. inicial:</i> de lado p/ a barra, 5ª pos., <i>bras bas</i>	Cabeça voltada ¼ p/ fora
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde</i>	
3 – 4	<i>Bras bas</i>	
-----	-----	-----
e 1	<i>Relevé retiré passé derrière</i> (perna dir.)	
e 2	<i>Relevé retiré passé derrière</i> (perna esq.)	
e 3	<i>Relevé retiré passé derrière</i> (perna dir.)	
e 4	Alonga	
e 5 – e 8	%	
e 1 – e 2	2 <i>relevés retirés devant</i>	Braço 3ª pos.
e 3	<i>Relevé retiré passé derrière</i>	Braço abre p/ 2ª pos.
e 4	Fecha 5ª pos. <i>derrière</i> , alonga	<i>Bras bas</i>

e 5 – 8	% c/ outra perna	
---------	------------------	--

Notas:

Mais tarde realizar o *relevé retiré passé devant*.

PAS MARCHÉ EN AVANT- diagonal

Música	Descrição do exercício	Observações
2/4	<i>Pos. inicial: croisé, coupé derrière, bras bas</i>	Cabeça voltada ¼ p/ fora
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde</i>	
3 – 4	Fica	
-----	-----	-----
1 – 12	<i>Pas marché en avant</i>	
13 – 15	<i>Pas de bourrée couru en avant (1ª pos.)</i>	Braço em 1ª pos. alongé
16	<i>Posé en avant p/ 5ª pos. nas pontas</i>	Braço na linha de arabesque

Notas:

Elemento técnico do Repertório.

Anexo XVI – Bloco IV – TDC/TP

BARRA

Trabalho de pontas

Bloco IV – Lecionação Supervisionada

Data: início da aula 23 abril 2014

AQUECIMENTO

Música	Descrição do exercício	Observações
3/4	<i>Pos. inicial: de frente p/ a barra, 6ª pos., bras bas</i>	Cabeça p/ frente
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde, bras bas</i>	
3 – 4	Apoiar mãos na barra	
-----	-----	-----
1 – 2	Pedalar com os pés (dir, esq.)	
3	<i>Demi plié c/ o pé dir. sur le points</i>	
4	Fecha em 6ª pos. esticando as pernas	
5 – 8	% começando c/ o pé esq.	
1	<i>Dégagé devant</i> (paralelo)	
2	Cruza o pé sobre o pé esq.	
3 – 4	Realizar 2 pequenos <i>d. pliés</i> (p/ forçar o peito do pé dir.)	
5	<i>Dégagé devant</i>	
6	Fecha 6ª pos.	
7 – 8	<i>Rise</i> , desce	
1 – 16	% tudo começando com a perna esq. (abrir 1ª pos. de pés)	
1 – 32	% tudo com os pés em 1ª pos. * em vez de cruzar a perna dir. sobre a esq., realiza-se um <i>dégagé à la seconde</i> e dobra a perna de trabalho em <i>sur le points</i> para forçar o peito do pé.	
1 – 4	<i>Demi port de bras en avant</i> , recupera	
5 – 8	<i>Cambré</i> (c/ a palma da mão virada p/ cima, por baixo da barra), recupera e <i>bras bas</i>	

Notas:

Considerações metodológicas:

- Aquecer, flexibilizar e mobilizar as articulações, tendões e músculos dos pés de forma contínua na alternância dos pés (pedalar) e no alongamento dos pés (forçar o pé para frente com *demi plié – devant* e *à la seconde*);

- Fortalecer os pés com o intuito de preparar os alunos para os exercícios da aula e para o ensaio do repertório clássico;
- Flexibilizar e alongar a coluna vertebral na flexão e extensão da mesma;

PLIÉ

Música	Descrição do exercício	Observações
2/4	<i>Pos. inicial:</i> de lado p/ a barra, 1ª pos., <i>bras bas</i>	Cabeça ¼ p/ fora
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde</i>	
3 – 4	<i>Bras bas</i>	
-----	-----	-----
1 – 2	<i>D. plié</i> , alonga	Braço sobe e 1ª pos.
3 – 4	<i>Rise</i> , desce	Braço sobe em 5ª pos., e abre em 2ª pos.
5 – 8	<i>Grand plié</i>	<i>C/ port de bras</i>
1 – 4	<i>Port de bras en avant</i> , recupera	
5 – 6	<i>2 rises</i> à tempo	Braço em 1ª pos.
7	<i>Dégagé à la seconde</i>	Braço abre em 2ª pos.
8	Pousa o pé em 2ª pos.	<i>Bras bas</i>
1 – 16	% tudo em 2ª pos. (<i>c/ port de bras à la seconde</i>)	
1 – 16	% tudo em 4ª pos. (<i>c/ demi port de bras en avant e en arrière</i>)	Com inclinação do tronco e braço em 2ª pos. <i>allongé</i>
1 – 16	% tudo em 5ª pos. (<i>c/ cambré</i>)	Braço em pos. de arabesque
1 – 64	% tudo o outro lado	

Notas:

Considerações metodológicas:

- O movimento deve ser contínuo e elástico;
- Os joelhos devem estar em rotação externa e fletir em direção dos dedos dos pés;
- Na descida do *grand plié*, os *calcanhares* devem sair gradualmente do chão (com exceção da 2ª pos.) até chegarem na profundidade do *grand plié*. Na subida, o corpo deve erguer-se com controle e os *calcanhares* devem baixar gradualmente;
- Sentir os 3 apoios do pé (tripé), o bordo externo e interno devem estar devidamente apoiados no chão;
- Os dedos devem estar alongados e pressionados no chão sem “enrolar” os dedos;
- A respiração deve acompanhar os movimentos, assim como os braços e cabeças;
- Projetar o olhar e o movimento;
- Os músculos abdominais devem estar contraídos ao mesmo tempo que alongados e para cima, como se tivesse 2 argolinhas nos ossos do quadril (ilíaco) que puxamos para cima;

BATTEMENT TENDU – 1ª pos.

Música	Descrição do exercício	Observações
2/4	<i>Pos. inicial:</i> de lado p/ a barra, 1ª pos., <i>bras bas</i>	Cabeça ¼ p/ fora
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde</i>	
3 – 4	<i>Bras bas</i>	

1	<i>Dégagé devant</i>	Braço em 2ª pos.
2 – 3	Flete o pé, alonga o pé	
4	Fecha 1ª pos. c/ d. <i>plié</i>	
5	<i>Dégagé devant</i>	
6	Posiciona em 4ª pos.	
7 – 8	Fecha em 1ª pos., deslizando a sola do pé no chão	
1 – 8	<i>% à la seconde</i>	
1 – 8	<i>% derrière</i>	
1 – 3	<i>3 b. tendus devant</i> (acento dentro)	
e 4	<i>D. rond de jambe en dehors</i> (acento à <i>la seconde</i>)	
5 – 7	<i>3 b. tendus à la seconde</i>	
e 8	<i>D. rond de jambe en dehors</i>	
1 – 3	<i>3 b. tendus derrière</i>	
e 4	<i>D. rond de jambe en dedans</i>	
5 – 7	<i>3 b. tendus à la seconde</i>	
e 8	<i>D. rond de jambe en dedans</i>	
1	<i>D. plié</i>	Braço em 1ª pos.
2	<i>Rise</i>	
3 – 4	Alonga	
5 – 6	Fica	
7 – 8	Desce em 1ª pos.	<i>Bras bas</i>

Notas:

Considerações metodológicas:

- Este exercício tem como objetivo aquecer, mobilizar e articular os pés, trabalhar a parte interna da coxa – abdutores (importante no trabalho de *batteries*) e acentuações (dentro e fora);
- A anca não deve oscilar juntamente com o exercício.

BATTEMENT TENDU – 5ª pos.

Música	Descrição do exercício	Observações
4/4	<i>Pos. inicial:</i> de lado p/ a barra, 1ª pos., <i>bras bas</i>	Cabeça ¼ p/ fora
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde</i>	
3 – 4	<i>Bras bas</i>	
-----	-----	-----
1 – 3	<i>3 b. tendus devant</i> (acento dentro)– o último fecha c/ d. <i>plié</i>	Braço em 2ª pos.
4	<i>Demi detourné en dedans</i>	Braço fecha em 1ª pos.
5 – 8	% p/ o outro lado	
1 – 2	<i>2 b. tendus</i> – o 1ª fecha 1ª pos., o 2º fecha 5ª pos. <i>derrière</i>	Quando fecha 5ª pos. <i>derrière</i> , realizar um <i>allongé</i>
3 – 4	<i>2 b. tendus</i> – o 1ª fecha 1ª pos., o 2º fecha 5ª pos. <i>devant</i>	
5 – 6	<i>2 b. tendus</i> – o 1ª fecha 1ª pos., o 2º fecha 5ª pos. <i>derrière</i>	
7 – 8	<i>Demi plié</i> , alonga	<i>C/ port de bras</i>
1 – 16	% tudo <i>en dedans</i>	
1 – 2	<i>Assemblé soutenu devant</i> (<i>sur le points</i>)	Rapazes: 1/2 ponta
3 – 4	<i>Assemblé soutenu derrière</i>	
5 – 6	<i>Assemblé soutenu à la seconde</i>	
7 – 8	Fica nas pontas	
1 – 2	<i>Assemblé soutenu derrière</i>	
3 – 4	<i>Assemblé soutenu devant</i>	
5 – 6	<i>Assemblé soutenu à la seconde</i> – quando fecha em 5ª pos. <i>sur le points</i> , realizar ¼ de pivot p/ a barra (perna dir. à frente)	
7 – 8	Descer <i>pied plá</i>	
1	<i>*Demi plié c/ coupé derrière</i>	
2	Alonga	
3 – 4	<i>Rise</i> , desce	
5 – 16	% + 3 vezes	
1 – 8	<i>Balance</i> , desce, <i>bras bas</i>	

Notas:

Considerações metodológicas:

Neste exercício, podemos verificar que existem vários elementos a serem trabalhados em articulação com o bailado. O *demi detourné*, inserido neste exercício, tem como objetivo trabalhar a dinâmica, rapidez e qualidade técnica deste movimento - elemento constituinte do bailado (parte do *entré*). O *Assemblé soutenu* também promove para o trabalho técnico do *pas de bourrée en avant* e *en arrière* do bailado (parte do *entré*), além de trabalhar para os *assemblés soutenu en tournant* (elemento da aula na parte do centro e elemento constituinte do

bailado (a aluna 3 realiza este movimento na parte do *pas de deux – entré*). Este exercício também trabalha o fortalecimento do pé (muito útil para execução do bailado de repertório “*The Naiade and The Fisherman*”), como podemos constatar na parte final do exercício (*).

BATTEMENT JETÉ

Música	Descrição do exercício	Observações
2/4	<i>Pos. inicial:</i> de lado p/ a barra, 1ª pos., <i>bras bas</i>	Cabeça ¼ p/ fora
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde</i>	
3 – 4	<i>Bras bas</i>	
-----	-----	-----
1 – 4	4 <i>b. jetés devant</i> (acento dentro)	Braço em 2ª pos.
5 – 8	4 <i>b. jetés à la seconde</i> (1ª fecha à frente)	
9 – 12	4 <i>b. jetés derrière</i>	
13 – 14	2 <i>b. piqués devant</i> (perna de dentro da barra)	
15 – 16	<i>Ballonné devant</i> , fecha 5ª pos. <i>devant</i>	
1 – 16	% tudo <i>en dedans</i>	
1 – 2	<i>Battement soutenu devant</i> (45°), fecha 5ª pos. <i>sur le points</i>	
3 – 4	<i>Battement soutenu derrière</i> (45°), fecha 5ª pos. <i>sur le points</i>	
e 5 – 8	<i>Pas de bourré en arrière</i>	
1 – 2	<i>Battement soutenu derrière</i> , fecha 5ª pos. <i>sur le points</i>	
3 – 4	<i>Battement soutenu devant</i> , fecha 5ª pos. <i>sur le points</i>	
5 – 8	<i>Pas de bourrée en avant</i>	
1 – 2	<i>Demi plié</i> , alonga	Braço em 1ª pos.
3 – 4	<i>Rise</i> , desce	
5 – 12	% + 3 vezes	
13 – 14	Fica - <i>balance</i>	
15 – 16	Desce 5ª pos. <i>devant</i>	<i>Bras bas</i>

Notas:

Considerações metodológicas:

- A acentuação dentro do *b. jeté*, como podemos verificar na tabela, tem como objetivo trabalhar a acentuação do *ballonné* (elemento do repertório em questão), que também é trabalhado neste exercício. Pretendemos também, trabalhar a qualidade técnica do *pas de bourrée en avant e en arrière* (elemento do repertório em questão)
- Os *rises* e o *balance* no final do exercício, tem como objetivo fortalecer os pés, trabalhar o controle na subida e descida das pontas e equilíbrio.

- O *b. jeté* é muito importante para o trabalho que está sendo desenvolvido no bailado, pois o repertório “*The Naiade and The Fisherman*” possui vários saltos e movimentos técnicos que provém do trabalho do *b. jeté*;
- No *b. piqué*, o pé deve estar bem esticado e tocar no chão de forma rápida e seca, sem esmagar os dedos no chão. Esta ação proporciona um som específico, no qual ajuda os professores identificarem se o aluno está a realizar o movimento corretamente;

Simplificações:

- Primeiramente, o *battement soutenu* é realizado na ½ ponta (mais tarde em pontas)

Progressões:

- Após a verificação da melhoria do fortalecimento dos pés, o *battement soutenu* passa a ser realizado na ponta. (As alunas que ainda apresentam dificuldades, nomeadamente as alunas 9, 12, 13 e 14, continuam a realizar este movimento em ½ ponta);

ROND DE JAMBE À TERRE

Música	Descrição do exercício	Observações
3/4	<i>Pos. inicial:</i> de lado p/ a barra, 5ª pos., <i>bras bas</i>	Cabeça ¼ p/ fora
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde</i>	
3 – 4	<i>Bras bas</i>	
-----	-----	-----
1	<i>Demi plié c/ o pé dir. na ponta</i>	Braço em 1ª pos.
2	Pé esq. sobe na ponta em <i>demi plié</i>	
3	<i>Alonga</i>	
4	Desce	Braço abre em 2ª pos.
5	<i>Dégagé devant</i>	
6	Dobra o joelho da perna dir. e forçar o <i>cou-de-pied</i>	Olhar p/ dentro da mão dir.
7	Alonga o joelho	
8	<i>Demi rond de jambe en dehors</i>	
1 – 4	<i>4 rond de jambes en dehors</i>	
5	<i>Relevé lent devant (90°)</i>	
6 – 7	<i>Grand rond de jambe en dehors</i>	
8	Fecha 5ª pos. <i>derrière</i>	
1 – 16	% tudo <i>en dedans</i>	
1	<i>Demi plié</i>	<i>Bras bas</i>
2 – 4	<i>Rise c/ d. plié</i> , alonga	Sobe braço em 1ª pos.
5 – 8	Desce p/ ¾ de ponta 4 vezes (à tempo)	
1 – 2	Cruzar a 5ª pos., <i>retiré devant</i>	
3 – 6	Fica - <i>balance</i>	
7	Fecha 5ª pos. nas pontas	

8	Desce 5ª pos.	<i>Bras bas</i>
---	---------------	-----------------

Notas:

Considerações metodológicas:

- Este exercício tem como objetivo fortalecer e alongar os pés, além de trabalhar a amplitude e fortalecimento da perna no *grand rond de jambe*;
- O acento do *rond de jambe à terre* é no *écarté devant e derrière*;
- O pé da perna de trabalho deve deslizar pelo chão no *rond de jambe à terre*, sem perder contacto com o mesmo, realizando um movimento fluído e ao mesmo tempo dinâmico;
- Sentir o “pull up” no sentido de deixar livre a perna de trabalho;
- Não oscilar a anca durante o exercício.

BATTEMENT FONDU

Música	Descrição do exercício	Observações
2/4	<i>Pos. inicial: de lado p/ a barra, 5ª pos., bras bas</i>	Cabeça ¼ p/ fora
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde, bras bas</i>	
3	Sobe nas pontas, braço sobe em 1ª pos.	
4	Braço e perna dir. abrem <i>à la seconde</i>	
-----	-----	-----
1 – 4	<i>2 b. fondu devant</i> em 1/2 ponta (depois pontas)	Braço em 1ª pos.
5 – 6	<i>Demi plié c/ a perna dir. em attitude devant</i> - pé flete, alonga	Tudo realizado em ½ ponta
7 – 8	<i>Ballonné devant</i> na ½ ponta (depois-pontas)	
1 – 8	<i>% à la seconde</i>	
1 – 8	<i>% devant (c/ a perna de dentro da barra)</i>	
1 – 2	<i>Retiré derrière</i>	Braço em 1ª pos.
3 – 7	Fica	
8	Fecha 5ª pos. <i>derrière</i> na ½ ponta	
1 – 32	<i>% tudo en dedans</i>	

Notas:

Considerações metodológicas:

- Deve-se ter especial atenção a coordenação de ambas as pernas no *b. fondu*, fletindo e alongando simultaneamente;
- Os joelhos devem estar para fora. O joelho da perna de apoio quando flete deve ficar alinhado com os dedos do pé da mesma perna;
- A respiração e fluidez é essencial no *b. fondu*.

Simplificações:

- Inicialmente o exercício pode ser realizado em ½ ponta.

Progressões:

- Após verificar a melhoria da turma em relação ao fortalecimento dos pés, realizar o exercício em *sur le points*.

BATTEMENT FRAPPÉ

Música	Descrição do exercício	Observações
2/4	<i>Pos. inicial:</i> de lado p/ a barra, 5ª pos., <i>bras bas</i>	Cabeça ¼ p/ fora
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde</i>	
3 – 4	<i>Bras bas</i>	
-----	-----	-----
1 – 3	<i>3 b. frappés devant</i>	Braço em 1ª pos.
4	<i>B. frappé à la seconde</i>	
5 – 7	<i>3 b. frappés derrière</i>	
8	<i>B. frappé à la seconde</i>	
1 – 4	<i>2 duplos b. frappés à la seconde</i>	
5	<i>Glissade dessus p/ fora da barra</i>	
6	<i>Glissade dessus p/ dentro da barra</i>	
7	<i>Demi detourné en dedans</i>	
8	<i>Desce 5ª pos. devant</i>	
1 – 2	<i>Petit battement devant, fica</i>	
3 – 4	%	
5 – 8	<i>4 petits battements devant (à tempo)</i>	<i>Bras bas</i>
1	<i>Demi plié</i>	
2	<i>Soussus</i>	
3 – 6	<i>Fica - balance</i>	
7 – 8	<i>Desce 5ª pos. devant</i>	<i>Bras bas</i>
	% tudo outro lado (c/ paragem)	

Notas:

Considerações metodológicas:

- Este exercício tem como objetivo, além de trabalhar a ação correta do *b. frappé* (essencial para realização dos *glissades*, *jetés*, *assemblés* constituintes no bailado), promover a qualidade técnica e dinâmica do *glissade* e *demi detourné* que faz parte do bailado em questão (parte do *entré*);
- A ação do *b. frappé* deve ser seca, como o riscar de um fósforo;
- Passar os dedos do pé pelo chão;
- Trazer o joelho *en dehors* na volta dos *b. frappés* (para a posição de pé fletido no *cou-de-pied*);
- No *glissade*, deslizar os pés pelo chão. Nesta ação, deve haver um pequeno momento o qual visualizamos os dois pés fora do chão em 2ª pos.;
- O acento do *p. battement* é *devant*;

Simplificações:

- ---

Progressões:

- Realizar duplo *b. frappé à la seconde* (no 1º realizado).

ADAGIO

Música	Descrição do exercício	Observações
3/4	<i>Pos. inicial:</i> de lado p/ a barra, 5ª pos., <i>bras bas</i>	Cabeça ¼ p/ fora
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde</i>	
3 – 4	<i>Bras bas</i>	

1 – 4	<i>Developpé c/ d. plié- croisé devant</i>	Braço em 5ª pos.
5 – 6	Alonga	
7 – 8	Fecha 5ª pos. <i>devant</i>	<i>Bras bas</i>
1 – 8	<i>% derrière-croisé derrière</i> (perna de dentro da barra)	Braço em 1º arabesque
1 – 4	<i>Developpé à la seconde écarté derrière</i>	
5	<i>D. plié</i>	
6	<i>D. detourné en dehors</i> (1 volta completa)	Braço em 1ª pos.
7 – 8	<i>D. plié, alonga</i>	
1 – 4	<i>Grand rond de jambe en dehors</i>	
5	<i>Attitude derrière</i>	Braço em 5ª pos.
6	<i>Alongé c/ d. plié</i>	Braço em 5ª pos.
7 e 8	<i>Pas de bourrée piqué en avant</i>	<i>Bras bas</i>
1	<i>Chassé en avant – croisé devant</i>	Braços em 4ª pos.
2 – 8	<i>Deep fondu c/ port de bras en avant c/ ½ pivot, fecha 5ª pos. derrière</i>	
1 – 4	<i>Demi por de bras en avant em fondu</i>	
5 – 6	Recupera	
7 – 8	Ajoelha	Raparigas-braços cruzados à frente. Rapazes-uma mão na cintura e a outra <i>d. seconde</i>

EXERCÍCIO PARA ARABESQUE

Música	Descrição do exercício	Observações
3/4	<i>Pos. inicial:</i> de frente p/ a barra – com uma distância de 1 passo – 5ª pos., <i>bras bas</i>	Cabeça p/ a frente

<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde</i>	
3 – 4	<i>Bras bas</i>	
-----	-----	-----
1 – 2	<i>2 passos en avant (dir., esq.</i>	Braço passa por 1ª pos.
3	<i>Posé piqué em arabesque</i>	
4	Fica em <i>arabesque</i>	
5 – 6	<i>Demi plié, relevé</i>	
7 – 10	% mais 2 vezes o <i>relevé</i>	Braços em <i>d. seconde allongé</i>
11 – 12	Fica no <i>arabesque</i>	
13 – 14	<i>2 passos en arrière (esq., dir.)</i>	
15 – 16	Fica na pose	Braços <i>d. seconde allongé</i>
1 – 16	% tudo com a perna esq.	
1 – 32	% tudo mais uma vez	
	2ª parte do exercício	
e	<i>Dégagé devant c/ d. plié</i>	Braços cruzados à frente
1 – 3	<i>Pas de bourrée couru de côté p/ dir.</i> RAPAZES- apenas caminhada	Braços em 4ª pos.
4	<i>Dégagé devant c/ d. plié</i>	Braços em 4ª pos.
5 – 8	% para o lado esquerdo	
1 – 4	<i>Temps lié en avant (lento)</i>	Braço em arabesque (passando por 1ª)
5 – 8	<i>Temps lié en arrière</i>	Braços em 4ª pos. (passando por 1ª)
1 – 4	<i>Temps lié en avant</i>	Braço em arabesque
5 – 8	Ajoelha * RAPAZES- apenas ajoelham c/ uma mão na cintura e a outra em 2ª pos.	*Tal como no bailado, descer devagar 4 vezes c/ o braço em <i>arabesque</i> , até chegar na posição de joelhos
1 – 4	Braço dir. vai de encontro c/ o esq. e cruzam as mãos	
5 – 7	Subir c/ <i>dégagé derrière</i>	Braços em <i>arabesque</i>
8	Fecha 5ª pos. <i>derrière</i>	<i>Bras bas</i>
1 – 32	Alunos 1 e 3 se encontram no centro da sala e realizam o <i>promenade</i> em <i>attitude derrière</i> (= ao bailado)	O <i>promenade</i> é lento e c/ pausa nas posições – <i>retiré e attitude derrière</i>
1 – 4	O restante da turma realiza: um <i>posé piqué</i> em arabesque p/ a barra	
5 – 6	<i>Attitude derrière</i>	
7 – 12	Fica	
13 – 14	Alonga p/ <i>arabesque</i>	
15 – 16	<i>2 passos p/ trás</i>	
1 – 16	% c/ a outra perna	

Notas:

As alunas que já possuem força suficiente, podem realizar este exercício nas pontas (sendo que primeiramente, este deve ser realizado na ½ ponta, com o intuito de fortalecer os tornozelos).

Na próxima aula, vamos realizar a segunda parte deste exercício, como progressão do mesmo, sendo mais coreográfico para a aula de avaliação e para contribuir para o trabalho do bailado.

GRAND BATTEMENT

Música	Descrição do exercício	Observações
2/4	<i>Pos. inicial: de lado p/ a barra, croisé, 5ª pos., bras bas</i>	Cabeça ¼ p/ fora
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde</i>	
3 – 4	<i>Bras bas</i>	
-----	-----	-----
1 – 6	<i>3 Grand battements devant</i>	Braço em 5ª pos.
e 7	<i>Enveloppé devant – passo novo</i>	
8	<i>Fecha 5ª pos. devant</i>	
1 – 8	<i>% Derrière (perna de dentro da barra)</i>	Braço em arabesque
1 – 8	<i>% à la seconde – en face</i>	
1 – 8	<i>4 échappés sur le points – alternando as pernas</i>	Braço em 2ª pos.

Notas:

Depois que os alunos já dominarem o *g. battement enveloppé*, irão realizar o mesmo exercício, acrescentando o *g. battement développé*. (ex: 2 *g. battement*, 1 *g. battement développé* e 1 *g. battement enveloppé – devant, derrière e a la seconde*).

PETIT CHANGEMENT SUR LE POINTS

Música	Descrição do exercício	Observações
2/4	<i>Pos. inicial: frente p/ a barra, bras bas</i>	Cabeça ¼ p/ fora
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde</i>	
3 – 4	<i>D. plié, Soussus</i>	Mãos na barra
-----	-----	-----
1 – 5	<i>5 p. changement</i>	
6 – 8	<i>Alonga as pernas</i>	
1 – 8	<i>% começando c/ a outra perna</i>	
1 – 8	<i>% tudo mais 1 vez</i>	

Notas:

Rapazes realizam o exercício de *entrechat quatre*.

Considerações metodológicas:

- Após verificação de fragilidades das raparigas em relação a execução dos pequenos saltos em pontas (6ª pos.) durante o ensaio do bailado, propusemos a realizar este exercício com intuito de promover a qualidade técnica de execução do mesmo no bailado;
- Durante os *changement sur le points*, não devemos deixar os pés irem para frente, se não, não conseguimos executar este movimento;
- Deve-se cruzar bem as quintas posições de pés;

ENTRECHAT QUATRE

Música	Descrição do exercício	Observações
2/4	<i>Pos. inicial: frente p/ a barra, bras bas</i>	Cabeça ¼ p/ fora
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde</i>	
3 – 4	Apoia as mãos na barra	
-----	-----	-----
1	<i>Demi plié</i>	
e 2	<i>Entrechat quatre</i>	
3 – 4	Alonga	
5 – 12	% + 2 vezes	
13	<i>Demi plié</i>	
e 14	<i>Changement Battu</i>	
15 – 16	Alonga	
1 – 16	% tudo c/ a perna esq.	

Notas:

As raparigas realizam também este exercício.

Considerações metodológicas:

- Pensar na ação do abrir e fechar de uma tesoura, ou seja, o movimento (a ação do bater as pernas) deve ser realizado lateralmente;

Simplificações:

- ---

Progressões:

- Executar este exercício no centro.

CENTRO

BATTEMENT TENDU COM RELEVÉ

Música	Descrição do exercício	Observações
2/4	<i>Pos. inicial: croisé, 5ª pos. de pés, bras bas</i>	Cabeça ¼ p/ fora
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde, bras bas</i>	
3	Sobe braços em 1ª pos.	
4	Abre braços em 3ª pos.	
-----	-----	-----
1	<i>Dégagé devant</i>	Braço em 3ª pos.
2	<i>Demi plié em 4ª pos.</i>	
3 – 4	<i>Relevé, d. plié</i>	
5	<i>Dégagé devant</i>	
6	<i>Demi plié em 5ª pos.</i>	
7 – 8	<i>Soussous, desce 5ª pos.</i>	Braços em 1ª pos.
1 – 8	<i>% derrière</i>	
1 – 8	<i>% à la seconde (o 2º dégage fecha 5ª pos. derrière)</i>	
1	<i>Soussous</i>	Braço em 1ª pos.
2	<i>Demi detourné en dedans</i>	
3 – 4	Desce em 5ª pos. c/ <i>demi plié</i> , alonga	
5 – 8	<i>% c/ a outra perna</i>	
1 – 32	<i>% tudo o outro lado</i>	

ADAGIO

Música	Descrição do exercício	Observações
6/8	<i>Pos. inicial: croisé, 5ª pos., bras bas</i>	Cabeça ¼ p/ fora
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde</i>	
3 – 4	<i>Bras bas</i>	
-----	-----	-----
1	<i>Demi plié</i>	Braço em 1ª pos.
2	<i>Dégagé devant</i>	

3	<i>Posé piqué en avant c/ coupé derrière (mais tarde retiré derrière) RAPAZES-retiré derrière</i>	Braços em 1ª pos.
4	Fecha 5ª pos. <i>sur le points</i>	
5 – 12	% + 2 vezes	
e 13 – 14	<i>Pas de bourrée piqué</i>	Braço em 3ª pos.
15	<i>Demi plié</i>	Braço em 1ª pos.
16	<i>Soussous</i>	Braços em 5ª pos.
1 – 2	<i>Developpé devant</i>	Braços em 4ª pos.
3	<i>Demi rond de jambe en dehors</i>	
4	Fecha 5ª pos. <i>devant</i>	
5 – 6	<i>Développé à la seconde</i>	Braços em 4ª pos.
7	<i>Demi rond de jambe en dehors</i>	Braço em 1º <i>arabesque</i>
8	Fica em 1º <i>arabesque</i>	
1 – 2	<i>Demi plié</i> , alonga	
3 – 4	%	
5	Fecha braços em 1ª pos.	
6	Abre <i>attitude derrière</i>	Braço sobe em 4ª pos.
7	<i>Allongé</i>	Braço em 4ª pos. <i>allongé</i>
e 8	Passa a perna p/ <i>chassé en avant</i> , fecha 5ª pos.	Braços em 4ª pos.
1 – 32	% tudo começando pelo o outro lado	

ALLEGRO

PETIT SAUT

Música	Descrição do exercício	Observações
2/4	<i>Pos. inicial: en face, 5ª pos. de pés, bras bas</i>	Cabeça p/ frente
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde</i>	
3 – 4	<i>Bras bas</i>	
-----	-----	-----
1 – 2	<i>Demi plié</i> , alonga	Braços <i>bras bas</i>
3 – 4	<i>Rise</i> , desce	
5 – 8	%	
1	<i>Demi plié</i>	
2 – 4	<i>3 sautés</i>	
5	1 <i>sauté</i> p/ a 2ª pos., alonga	
6 – 8	Alonga	

1 – 16	% tudo na 2ª pos., o último <i>sauté</i> fecha na 1ª pos.	
--------	---	--

PETIT ALLEGRO

PETIT CHANGEMENT C/ ÉCHAPPÉ SAUTÉ

Música	Descrição do exercício	Observações
2/4	<i>Pos. inicial: en face, 5ª pos. de pés, bras bas</i>	Cabeça p/ frente
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde</i>	
3 – 4	<i>Bras bas</i>	
-----	-----	-----
1 – 2	<i>2 p. changements</i>	Braços <i>bras bas</i>
3	<i>Petit sissone devant</i>	
4	<i>Petit assemblé devant</i>	
5 – 6	<i>2 p. changements</i>	
7	<i>Petit sissone derrière</i>	
8	<i>Petit assemblé derrière</i>	
1 – 6	<i>3 échappés sautés</i>	Braços <i>d. seconde</i>
7 – 8	<i>2 p. changement</i>	
1 – 16	<i>% tudo começando c/ a perna esq.</i>	

Notas:

PETIT CHANGEMENT C/ 1/4 e 1/2 volta

Música	Descrição do exercício	Observações
2/4	<i>Pos. inicial: en face, 5ª pos. de pés, bras bas</i>	Cabeça p/ frente
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde</i>	
3 – 4	<i>Bras bas</i>	
-----	-----	-----
1 – 2	<i>2 p. changements</i>	Braços <i>bras bas</i>
3	<i>Petit sissone devant</i>	
4	<i>Petit assemblé devant</i>	
5 – 6	<i>2 p. changements</i>	
7	<i>Petit sissone derrière</i>	
8	<i>Petit assemblé derrière</i>	
1 – 8	<i>4 p. changement c/ ¼ de volta</i>	
1 – 16	<i>% tudo com 2 p. changement c/ ½ volta</i>	

Notas:

Este exercício tem como objetivo preparar os rapazes para o passo de *tour en l'air*.

MIDDLE ALLEGRO

ASSEMBLÉ

Música	Descrição do exercício	Observações
6/8	<i>Pos. inicial: en face, 5ª pos. de pés - dir. à trás, bras bas</i>	Cabeça p/ frente
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde</i>	
3 – 4	<i>Bras bas</i>	
-----	-----	-----
e 1	<i>Glissade derrière</i>	Braço em 4ª pos. <i>allongé</i>
2	<i>Assemblé dessus</i>	
3 – 4	<i>Alonga</i>	Braços <i>bras bas</i>
5 – 8	<i>% p/ o outro lado</i>	
e 1 – 2	<i>Glissade, assemblé dessus</i>	
e 3 – 4	<i>% c/ a outra perna</i>	
5 – 8	<i>3 assemblés dessus à tempo, alonga</i>	<i>Bras bas</i>

Notas:

Este exercício também é bom tanto para as raparigas como para os rapazes, já que realizam *assemblé dessus* no bailado.

BALLONNÉ COM GLISSADE E DEMI DETOURNÉ

Música	Descrição do exercício	Observações
2/4	<i>Pos. inicial: croisé, coupé derrière, demi seconde</i>	Cabeça ¼ p/ fora
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde, bras bas</i>	
3	<i>Chassé en avant</i>	Braço em 1ª pos.
4	<i>Pos. preparatória – coupé derrière</i>	<i>Demi seconde allongé</i>
-----	-----	-----
1 – 4	<i>4 ballonnés en avant</i>	Braço em 3ª pos.
5	<i>Posé en avant</i>	Braços em 1ª pos.
6	<i>Assemblé en avant</i>	Braço em <i>d. seconde allongé</i>
7 – 8	<i>2 petit changements</i>	<i>Bras bas</i>
1 – 8	<i>% p/ o lado esq.</i>	
e 1	<i>Glissade dessus</i>	Braço em 3ª pos.
2	<i>Fica em d. plié</i>	
e 3	<i>Glissade dessous</i>	Braço em 3ª pos.
4	<i>Fica</i>	

5	<i>Demi detourné en dedans</i>	Braço em 1ª pos.
6	<i>Desce c/ d. plié</i>	
7 – 8	<i>Alonga</i>	
e 1	<i>Glissade derrière</i>	
2	<i>Jeté derrière</i>	
3 – 4	<i>% c/ perna esq.</i>	
e 5	<i>Posé en avant</i>	
6	<i>Assemblé en avant</i>	
7 – 8	<i>Alonga</i> <i>% tudo começando c/ a perna esq.</i>	

GRAND ALLEGRO

TEMPS LEVÉ ARABESQUE (diagonal)

Música	Descrição do exercício	Observações
3/4	<i>Pos. inicial: croisé, coupé derrière, demi seconde</i>	Cabeça ¼ p/ fora
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde, bras bas</i>	
3	<i>Chassé en avant</i>	Braço em 1ª pos.
4	<i>Pos. preparatória – coupé derrière</i>	<i>Demi seconde allongé</i>
-----	-----	-----
1	<i>Temps levé arabesque</i>	Braço em 1º arabesque
2	<i>Temps levé c/ coupé derrière</i>	Braços em 3ª pos. O braço é o mesmo da perna que está em <i>coupé derrière</i>
3 – 4	<i>% + 1 vez</i>	Braço em 1º arabesque
5 – 8	<i>4 Temps levés arabesque - seguidos</i>	Braço em <i>d. seconde allongé</i>
1 – 2	<i>Posé piqué en avant</i>	Braço em 1º arabesque

PAS MARCHÉ (diagonal)

Música	Descrição do exercício	Observações
2/4	<i>Pos. inicial: croisé, coupé derrière, demi seconde</i>	Cabeça ¼ p/ fora
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde, bras bas</i>	
3	<i>Chassé en avant</i>	Braço em 1ª pos.
4	<i>Pos. preparatória – coupé derrière</i>	<i>Demi seconde allongé</i>
-----	-----	-----

1 – 12	<i>Pas marché en avant</i>	Braço em <i>d. seconde allongé</i>
13 – 15	<i>Pas de bourrée couru en avant</i>	Braços em 1ª pos. <i>allongé</i>
16	<i>Posé piqué en avant</i>	Braço em 1º <i>arabesque</i>

Notas: Rapazes, realizar em diagonal, *cabriole* e *chassé en avant* (igual ao do bailado).

ASSEMBLÉ SOUTENU EN TOURNANT (diagonal)

Raparigas- *sur le points*, rapazes- ½ ponta.

PORT DE BRAS C/ RÉVERENCE

Música	Descrição do exercício	Observações
4/4	<i>Pos. inicial: croisé, 5ª pos., bras bas</i>	Cabeça ¼ p/ fora
<i>Preparação 4 acordes</i>		
1 – 2	<i>Demi seconde</i>	
3 – 4	<i>Bras bas</i>	
-----	-----	-----
1 – 2	<i>Demi plié, alonga</i>	C/ port de bras com o braço dir. (sobe p/ 5ª pos.)
3 – 4	<i>Demi plié, alonga</i>	C/ port de bras com o braço esq.
5 – 7	<i>Chassé en arrière</i>	Braço passa por 1ª pos. e sobe na posição de 4ª pos. <i>allongé</i>
8	<i>Fecha 5ª pos. devant</i>	Braço em 2ª pos.
1 – 4	<i>Por de bras en avant, recupera</i>	Braços em 5ª pos.
5 – 7	<i>3 passos en arrière</i> (o 1º sai com a perna dir.) para o ponto 1 (<i>cecchetti</i>)	Braços abrem em 2ª pos.
8	<i>Fecha 5ª pos. devant</i>	<i>Bras bas</i>
1 – 2	<i>Demi plié, alonga</i>	C/ port de bras com o braço esq.
3 – 4	<i>Demi plié, alonga</i>	C/ port de bras com o braço dir.
5 – 8	<i>Chassé en arrière, fecha 5ª pos. devant</i>	
1 – 2	<i>Posé de côté c/ perna dir., esq.</i>	
3 – 4	<i>Temps lié en arrière</i>	<i>c/ port de bras</i>
5 – 8	<i>% p/ outro lado</i>	
1 – 2	<i>Pose – raparigas ajoelham c/ braços em d. seconde</i> rapazes – permanecem em pé c/ o braço dir. em 5ª pos. e o esq. na cintura	

Anexo XVII – Referências musicais das aulas

REFERÊNCIAS MUSICAIS

BLOCO II – TDC – fase lecionação supervisionada	
BARRA	
Aquecimento	Rouco, S. - Música Para Ballet - vol VI (faixa 1)
Plié	Broadway (faixa 3)
Battement Tendu – 1ª pos.	Thaller, R. - Music For Ballet Class: Repertoire - (faixa 4)
Battement Tendu – 5ª pos.	Choukroun, L. - Débutants - vol VII (faixa 3)
Battement Jeté	Thaller, R. - Music For Ballet Class: Repertoire - (faixa 6)
Rond de Jambe à terre	Rouco, S. - Música Para Ballet - vol. III (faixa 9)
Battement Fondu	Cabanach, M. - Equinoxe - (faixa 10)
Battement Frappé	Thaller, R. - Music For Ballet Class: Repertoire - (faixa 13)
Rond de Jambe en l'air	Rouco, S. - Música Para Ballet - vol. VI - (faixa 12)
Adágio	Thaller, R. - Music For Ballet Class: Repertoire - (faixa 16)
Petit Battement	Cabanach, M. - Equinoxe - (faixa 14)
Pas de bourée	Thaller, R. - Music For Ballet Class: Repertoire - (faixa 22)
Grand Battement	Cabanach, M. - Equinoxe - (faixa 15)
Pé na mão, grand écart	Sem música
CENTRO	
Port de bras	Shults, D. - Minkus - (faixa 26)
Battement Tendu	Shults, D. - Minkus - (faixa 29)
Adágio	Shults, D. - Minkus - (faixa 21)
Pirouette en dehors	Cabanach, M. - Equinoxe - (faixa 22)
Petit Saut	Cabanach, M. - Equinoxe - (faixa 29)
Échappé Relevé	Shults, D. - Minkus - (faixa 5)
Changement Emboité	Thaller, R. - Music For Ballet Class: Repertoire - (faixa 37)
Ballonné en avant	Cabanach, M. - Equinoxe - (faixa 29)
Polka c/ ballonné e jeté en avant	Choukroun, L. - Débutants - vol VII (faixa 24)
Chassé en avant	Choukroun, L. - Débutants - vol VII (faixa 24)
Skipes	Broadway (faixa 25)
Sauté em 6ª pos.	Choukroun, L. - Débutants - vol VII (faixa 16)
Pas de bourrée en avant e en arrière c/ emboites attitude devant	Choukroun, L. - Débutants - vol VII (faixa 24)
Réverence	Thaller, R. - Music For Ballet Class: Repertoire - (faixa 29)

BLOCO II – TP – Fase lecionação supervisionada	
BARRA	
Rises	Vepevoykintsa, A. - (faixa 2)
Relevé e échappé sur le points p/ 2ª pos.	Shults, D. - Minkus - (faixa 5)
Relevé e échappé sur le points p/ 4ª pos.	Shults, D. - Minkus - (faixa 5)
Échappé sur le points – 2ª pos.	Vepevoykintsa, A. - (faixa 3)
Relevé c/ sur le cou-de-pied derrière e pas de bourrée piqué	Vepevoykintsa, A. - (faixa 4)
Sauté sur le points Assemblés - rapazes	Vepevoykintsa, A. - (faixa 5)
Piqué c/ petit developpé en avant	Vepevoykintsa, A. - (faixa 15)
Jeté c/ pas de bourré piqué - rapazes	Vepevoykintsa, A. - (faixa 19)
Pas marché en avant	Kazimirska, M. - Dance With Margot - vol. III - (faixa 58)

CENTRO	
Pas de bourrée couru en avant	Thaller, R. - Music For Ballet Class: Repertoire - (faixa 34)
Réverence	

BLOCO III – TDC – Fase lecionação supervisionada	
BARRA	
Aquecimento	Rouco, S. - Música Para Ballet - vol VI (faixa 1)
Plié	Choukroun, L. - Débutants - vol VII (faixa 2)
Battement Tendu – 1ª pos.	Rouco, S. - Música Para Ballet - vol. III (faixa 4)
Battement Tendu Pour Batterie	Llyich, P. - Classics For Kids - (faixa 6)
Battement Tendu – 5ª pos.	Cabanach, M. - Equinoxe - (faixa 4)
Battement Jeté	Thaller, R. - Music For Ballet Class: Repertoire - (faixa 8)
Rond de Jambe à terre	Rouco, S. - Música Para Ballet - vol. III (faixa 9)
Battement Fondu	Roberts, M. - Between The Barres - (faixa 12)
Battement Frappé	Corkery, G. & Mitchell, S. - Music For Pre Ballet Class: Imaginative Dance Class For Young Children - (faixa 7)
Rond de Jambe en l'air	Rouco, S. - Música Para Ballet - vol. VI - (faixa 12)
Adágio	Korsacov. - Classics For Kids - (faixa)
Petit Battement Serré	Delma, N. - Brasileiríssimas - (faixa 8)
Grand Battement	Shults, D. - Music from Company Class - (faixa 25)
Échappé Sauté Battu	Cabanach, M. - Equinoxe - (faixa 30)
Pé na mão, grand écart	Sem música
CENTRO	
Battement Tendu	Cabanach, M. - Equinoxe - (faixa 4)
Adágio	Korsacov. - Classics For Kids - (faixa 15)
Pirouette en dehors	Cabanach, M. - Equinoxe - (faixa 22)
Petit Saut	Cabanach, M. - Equinoxe - (faixa 29)
Échappé Sauté	Narciso, D. - Brasileiríssimas - (faixa 20)
Assemblé	Narciso, D. - Brasileiríssimas - (faixa 22)
Ballonné en avant	Cabanach, M. - Equinoxe - (faixa 29)
Changement c/ petit sissone e petit assemblé	Nanci - (faixa 17)
Cabriole en avant	Choukroun, L. - Débutants - vol VII (faixa 24)
Skipes	Broadway (faixa 25)
Temps levé arabesque	Rouco, S. - Música Para Ballet - vol. III (faixa 23)
Réverence	Cabanach, M. - Equinoxe - (faixa 51)

BLOCO III - TP – Fase lecionação supervisionada	
BARRA	
Rises	Vepevoykintsa, A. - (faixa 2)
Relevé c/ retiré	Rouco, S. - Música Para Ballet - vol. III (faixa 14)
Coupé relevé c/ pas de bourrée piqué e couru	Korsacov. - Classics For Kids - (faixa 9)
Échappé relevé – 2ª e 4ª pos.	Kazimirska, M. - Dance With Margot - vol. III - (faixa 8)
CENTRO	
Relevé e échappé	Vepevoykintsa, A. - (faixa 9)
Temps lié en avant e pas de bourrée couru em 5ª pos.	Shults, D. - Minkus - (faixa 21)
Relevé c/ retiré e passé	Kazimirska, M. - Dance With Margot - vol. III - (faixa 4)
Pas marché en avant	Kazimirska, M. - Dance With Margot - vol. III - (faixa 58)
Réverence	Cabanach, M. - Equinoxe - (faixa 51)

BLOCO IV – TDC/TP – Fase lecionação supervisionada	
BARRA	
Aquecimento	David Howard – Ballet Music For Barre & Center Floor (faixa 1)
Plié	Shults, D. – Music from Minkus - (faixa 1)
Battement Tendu – 1ª pos.	David Howard - Ballet Music For Barre & Center Floor (faixa 2)
Battement Tendu – 5ª pos.	David Howard - Ballet Music For Barre & Center Floor (faixa 4)
Battement Jeté	Nicolace, D. - Brasileiríssimas - (faixa 5)
Rond de Jambe à terre	Nicolace, D. - Brasileiríssimas - (faixa 6)
Battement Fondu	Nicolace, D. - Brasileiríssimas - (faixa 7)
Battement Frappé	Nicolace, D. - Brasileiríssimas - (faixa 10)
Adágio	Nicolace, D. – Música para Ballet “Repertório” - (faixa 12)
Exercício para Arabesque	Shults, D. – Music from Minkus - (faixa 19)
Grand Battement	Nicolace, D. - Brasileiríssimas - (faixa 12)
Changement sur le points / entrechat quatre	Nicolace, D. - Brasileiríssimas - (faixa 20)
CENTRO	
Battement Tendu	Nicolace, D. - Brasileiríssimas - (faixa 15)
Adágio	Nicolace, D. - Brasileiríssimas - (faixa 14)
Pirouette en dehors	Nicolace, D. - Música para Ballet “Repertório” - (faixa 13)
Pirouette en dehors - rapazes	David Howard e Mark Jelks - Classics For Kids (faixa 17)
Petit Saut	Nicolace, D. - Brasileiríssimas - (faixa 19)
Changement	David Howard – Ballet Music For Barre & Center Floor (faixa 17)
Assemblé	Nicolace, D. - Brasileiríssimas - (faixa 22)
Ballonné com glissade e demi detourné	Vepevoykintsa, A. - (faixa 20)
Temps levé arabesque	Margot (faixa 52)
Pas Marché en avant	Nicolace, D. - Brasileiríssimas - (faixa 25)
Assemblé soutenu en tournant	Nicolace, D. - Brasileiríssimas - (faixa 25)
Réverencé	Cabanach, M. - Equinoxe - (faixa 51)

Anexo XVIII – Orfeão de Leiria Conservatório de Artes – Registo de avaliação 2013/14 (3º período)



ORFEÃO DE LEIRIA
conservatório de artes

ORFEÃO DE LEIRIA CONSERVATÓRIO DE ARTES REGISTO DE AVALIAÇÃO 2013/14 (3º PERÍODO)

CURSO BÁSICO DE DANÇA

LUCIANO ANDRÉ MARTINS VIEIRA
20399-EOL-12

Articulado Ano7 TurmaA

3º Grau TÉCNICA DE DANÇA CLÁSSICA

Períodos
1º 2º 3º

APRECIÇÃO ARTÍSTICA	Períodos		
	1º	2º	3º
Escala 1 a 5			

Qualidade de Movimento (projeção e musicalidade) 3 3

APRECIÇÃO TÉCNICA	Períodos		
	1º	2º	3º
Escala 1 a 5			

Flexibilidade 3 3
Coordenação 4 4
Alinhamento 3 4

ATITUDES E VALORES	Períodos		
	1º	2º	3º
Escala 1 a 5			

Pontualidade/Apresentação 4 4
Comportamento/Interesse demonstrado 4 4

CAPACIDADE CINESTÉSICA	Períodos		
	1º	2º	3º
Escala 1 a 5			

Orientação e Projeção Espacial 4 3

COMPETÊNCIA	Períodos		
	1º	2º	3º
Escala 1 a 5			

Compreensão, Domínio e Progressão da Aprendizagem 3 4

Aulas previstas			36
Aulas dadas			36
Faltas justificadas			
Faltas injustificadas			

Classificação / Nota final	3	3	3
Escala 1 a 5			

Apreciação global / Observações

1ºPer. O Luciano está de parabéns pelo trabalho desenvolvido. Está mais empenhado e melhorou os seus comportamentos. No entanto tem capacidades para obter melhores resultados. Obteve 3+
2ºPer. O Luciano teve uma prestação muito irregular ao longo do período. Deverá empenhar-se mais no 3º período porque tem capacidades para obter melhores resultados.

3ºPer. O Luciano melhorou o seu desempenho ao longo do 3º período e está de parabéns. Obteve um 3+



ORFEÃO DE LEIRIA
conservatório de artes



QUALIFICAR E CRESCER



QUADRO DE REFERÊNCIA
ESTRATÉGICO
NACIONAL



Governo da República
Portuguesa



UNião Europeia
Fundo Social Europeu



GOVERNO DE
PORTUGAL

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
E CIÊNCIA



ORFEÃO DE LEIRIA
conservatório de artes

ORFEÃO DE LEIRIA CONSERVATÓRIO DE ARTES
REGISTO DE AVALIAÇÃO
2013/14 (3º PERÍODO)

CURSO BÁSICO DE DANÇA

MAFALDA MATIAS GOMES
20499-EOL-12

Articulado Ano7 TurmaA

3º Grau **TÉCNICA DE DANÇA CLÁSSICA** Períodos
1º 2º 3º

APRECIÇÃO ARTÍSTICA	Períodos		
	1º	2º	3º
Escala 1 a 5			
Qualidade de Movimento (projeção e musicalidade)	4	4	5

APRECIÇÃO TÉCNICA	Períodos		
	1º	2º	3º
Escala 1 a 5			
Flexibilidade	4	4	4
Coordenação	4	4	4
Alinhamento	4	4	5

ATITUDES E VALORES	Períodos		
	1º	2º	3º
Escala 1 a 5			
Pontualidade/Apresentação	5	5	5
Comportamento/Interesse demonstrado	5	5	5

CAPACIDADE CINESTÉSICA	Períodos		
	1º	2º	3º
Escala 1 a 5			
Orientação e Projeção Espacial	4	4	5

COMPETÊNCIA	Períodos		
	1º	2º	3º
Escala 1 a 5			
Compreensão, Domínio e Progressão da Aprendizagem	4	4	5

Aulas previstas			36
Aulas dadas			36
Faltas justificadas			
Faltas injustificadas			

Classificação / Nota final	4	4	5
Escala 1 a 5			

Apreciação global / Observações

1ºPer. A Mafalda está de parabéns pelo trabalho desenvolvido. É uma aluna muito aplicada e exemplar nos seus comportamentos e atitudes. Deve "arriscar" mais e melhorar a projeção e qualidade de movimento.
2ºPer. A Mafalda melhorou a sua qualidade artística. Continua uma aluna empenhada e exemplar no seu comportamento e atitudes. necessita melhorar o trabalho de allegro.

3ºPer. A Mafalda está de parabéns pelo trabalho desenvolvido. Foi evoluindo ao longo do ano letivo e concluiu com uma excelente qualificação ao nível técnico e artístico.



ORFEÃO DE LEIRIA
conservatório de artes



QUALIFICAÇÃO E CRESCIMENTO



QUADRO DE REFERÊNCIA
ESTRATÉGICO
NACIONAL



Governo da República
Portuguesa



UNIAO EUROPEIA
Fundação Europeia



GOVERNO DE
PORTUGAL



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
E CIÊNCIA



ORFEÃO DE LEIRIA
conservatório de artes

ORFEÃO DE LEIRIA CONSERVATÓRIO DE ARTES
REGISTO DE AVALIAÇÃO
2013/14 (3º PERÍODO)

CURSO BÁSICO DE DANÇA

MARGARIDA MARCELINO MANAIA
20466-EOL-12

Articulado Ano7 TurmaA

3º Grau TÉCNICA DE DANÇA CLÁSSICA

Períodos
1º 2º 3º

APRECIÇÃO ARTÍSTICA	Períodos		
	1º	2º	3º
Escala 1 a 5			
Qualidade de Movimento (projeção e musicalidade)	3	4	4

APRECIÇÃO TÉCNICA	Períodos		
	1º	2º	3º
Escala 1 a 5			
Flexibilidade	4	4	4
Coordenação	4	4	4
Alinhamento	4	4	4

ATITUDES E VALORES	Períodos		
	1º	2º	3º
Escala 1 a 5			
Pontualidade/Apresentação	5	5	5
Comportamento/Interesse demonstrado	5	5	5

CAPACIDADE CINESTÉSICA	Períodos		
	1º	2º	3º
Escala 1 a 5			
Orientação e Projeção Espacial	4	4	4

COMPETÊNCIA	Períodos		
	1º	2º	3º
Escala 1 a 5			
Compreensão, Domínio e Progressão da Aprendizagem	4	5	5

Aulas previstas			36
Aulas dadas			36
Faltas justificadas			
Faltas injustificadas			

Classificação / Nota final	4	5	5
Escala 1 a 5			

Apreciação global / Observações
1ºPer. A Margarida está de parabéns pelo trabalho desenvolvido. É uma aluna muito aplicada e exemplar nos seus comportamentos e atitudes. Necessita melhorar a projeção e qualidade de movimento.
2ºPer. A Margarida progrediu este período lectivo a nível artístico. Continua muito aplicada e exemplar nos seus comportamentos e atitudes. Obteve um 5-.
3ºPer. A Margarida está de parabéns pelo trabalho desenvolvido e pelo seu empenho ao longo do ano letivo. Deve continuar a melhorar a projeção artística.



ORFEÃO DE LEIRIA
conservatório de artes



QUALIFICAR E CRESCER



QUADRO DE REFERÊNCIA
ESTRATÉGICO
NACIONAL



Governo da República
Portuguesa



UNião Europeia
Fundos Sociais Europeus



GOVERNO DE
PORTUGAL

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
E CIÊNCIA



ORFEÃO DE LEIRIA
conservatório de artes

ORFEÃO DE LEIRIA CONSERVATÓRIO DE ARTES
REGISTO DE AVALIAÇÃO
2013/14 (3º PERÍODO)

CURSO BÁSICO DE DANÇA

MARIA JOÃO RODRIGUES FERREIRA
20550-EOL-12 Articulado Ano7 TurmaA

3º Grau TÉCNICA DE DANÇA CLÁSSICA Períodos
1º 2º 3º

APRECIÇÃO ARTÍSTICA	Períodos		
Escala 1 a 5	1º	2º	3º
Qualidade de Movimento (projeção e musicalidade)	4	4	4

APRECIÇÃO TÉCNICA	Períodos		
Escala 1 a 5	1º	2º	3º
Flexibilidade	3	3	4
Coordenação	4	4	4
Alinhamento	4	4	4

ATITUDES E VALORES	Períodos		
Escala 1 a 5	1º	2º	3º
Pontualidade/Apresentação	5	5	5
Comportamento/Interesse demonstrado	5	5	5

CAPACIDADE CINESTÉSICA	Períodos		
Escala 1 a 5	1º	2º	3º
Orientação e Projeção Espacial	4	4	4

COMPETÊNCIA	Períodos		
Escala 1 a 5	1º	2º	3º
Compreensão, Domínio e Progressão da Aprendizagem	4	4	4

Aulas previstas			36
Aulas dadas			36
Faltas justificadas			
Faltas injustificadas			

Classificação / Nota final	4	4	4
Escala 1 a 5			

Apreciação global / Observações

1ºPer. A Maria João está de parabéns pelo trabalho desenvolvido. É uma aluna muito aplicada e exemplar nos seus comportamentos e atitudes. Deve trabalhar mais em alongamento.
2ºPer. A Maria João empenhou-se neste período, mas necessita melhorar ao nível do alongamento muscular.
3ºPer. A Maria João está de parabéns pelos resultados obtidos.



ORFEÃO DE LEIRIA
conservatório de artes



QUALIFICAR E CRESCER



QUADRO DE REFERÊNCIA
ESTRATÉGICA NACIONAL
2007-2013



Governo da República
Portuguesa



UNião Europeia
Fundos Sociais Europeus



GOVERNO DE
PORTUGAL

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
E CIÊNCIA



ORFEÃO DE LEIRIA
conservatório de artes

ORFEÃO DE LEIRIA CONSERVATÓRIO DE ARTES
REGISTO DE AVALIAÇÃO
2013/14 (3º PERÍODO)

CURSO BÁSICO DE DANÇA

MARIANA VITAL GOMES
20453-EOL-12

Articulado Ano7 TurmaA

3º Grau TÉCNICA DE DANÇA CLÁSSICA

Períodos
1º 2º 3º

APRECIÇÃO ARTÍSTICA	Períodos		
	1º	2º	3º
Escala 1 a 5			
Qualidade de Movimento (projeção e musicalidade)	4	4	4

APRECIÇÃO TÉCNICA	Períodos		
	1º	2º	3º
Escala 1 a 5			
Flexibilidade	3	3	4
Coordenação	4	4	4
Alinhamento	3	3	4

ATITUDES E VALORES	Períodos		
	1º	2º	3º
Escala 1 a 5			
Pontualidade/Apresentação	5	5	5
Comportamento/Interesse demonstrado	4	4	4

CAPACIDADE CINESTÉSICA	Períodos		
	1º	2º	3º
Escala 1 a 5			
Orientação e Projeção Espacial	3	3	3

COMPETÊNCIA	Períodos		
	1º	2º	3º
Escala 1 a 5			
Compreensão, Domínio e Progressão da Aprendizagem	3	3	4

Aulas previstas			36
Aulas dadas			36
Faltas justificadas			
Faltas injustificadas			

Classificação / Nota final	1º	2º	3º
Classificação / Nota final	3	3	4
Escala 1 a 5			

Apreciação global / Observações
1ºPer. A Mariana é uma aluna empenhada e exemplar no seu comportamento e atitudes, mas necessita ter mais confiança nela própria e "arriscar" mais. Tem que acreditar nas suas capacidades e empenhar-se mais de forma a obter melhores resultados. Obteve 3+
2ºPer. A Mariana teve uma prestação mais irregular neste período. Necessita concentrar-se mais. Tem capacidades para obter melhores resultados. Obteve um 3+
3ºPer. A Mariana melhorou o seu desempenho no 3º período. Deve confiar mais nas suas potencialidades. Parabéns.



ORFEÃO DE LEIRIA
conservatório de artes



QUALIFICAR E CRESCER



QUADRO DE REFERÊNCIA
ESTRATÉGICO
NACIONAL



Governo da República
Portuguesa



UNião Europeia
Fundo Social Europeu



GOVERNO DE
PORTUGAL

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
E CIÊNCIA



ORFEÃO DE LEIRIA
conservatório de artes

ORFEÃO DE LEIRIA CONSERVATÓRIO DE ARTES
REGISTO DE AVALIAÇÃO
2013/14 (3º PERÍODO)

CURSO BÁSICO DE DANÇA

MATILDE GAMA PIMENTEL
20449-EOL-12

Articulado Ano7 TurmaA

3º Grau **TÉCNICA DE DANÇA CLÁSSICA** Períodos
1º 2º 3º

APRECIÇÃO ARTÍSTICA	Períodos		
	1º	2º	3º
Escala 1 a 5			
Qualidade de Movimento (projeção e musicalidade)	4	4	4

APRECIÇÃO TÉCNICA	Períodos		
	1º	2º	3º
Escala 1 a 5			
Flexibilidade	4	4	4
Coordenação	4	4	4
Alinhamento	4	4	4

ATITUDES E VALORES	Períodos		
	1º	2º	3º
Escala 1 a 5			
Pontualidade/Apresentação	5	5	5
Comportamento/Interesse demonstrado	5	5	5

CAPACIDADE CINESTÉSICA	Períodos		
	1º	2º	3º
Escala 1 a 5			
Orientação e Projeção Espacial	4	4	4

COMPETÊNCIA	Períodos		
	1º	2º	3º
Escala 1 a 5			
Compreensão, Domínio e Progressão da Aprendizagem	4	4	4

Aulas previstas			36
Aulas dadas			36
Faltas justificadas			
Faltas injustificadas			

Classificação / Nota final	4	4	4
Escala 1 a 5			

Apreciação global / Observações

1ºPer. A Matilde está de parabéns pelo trabalho desenvolvido. É uma aluna muito aplicada e exemplar nos seus comportamentos e atitudes. Deve melhorar a projeção e qualidade de movimento.

2ºPer. A Matilde continua uma aluna empenhada e exemplar nos seus comportamentos e atitudes. Apesar de ter melhorado a nível artístico ainda pode projetar mais o movimento.

3ºPer. A Matilde está de parabéns pelo trabalho desenvolvido ao longo deste ano, mas pode "arriscar" mais e melhorar a projeção do movimento.



ORFEÃO DE LEIRIA
conservatório de artes



QUALIFICAR E CRESCER



QUADRO DE REFERÊNCIA
ESTRATÉGICO
NACIONAL



Governo da República
Portuguesa



UNião Europeia
Fundo Social Europeu



GOVERNO DE
PORTUGAL

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
E CIÊNCIA



ORFEÃO DE LEIRIA
conservatório de artes

ORFEÃO DE LEIRIA CONSERVATÓRIO DE ARTES
REGISTO DE AVALIAÇÃO
2013/14 (3º PERÍODO)

CURSO BÁSICO DE DANÇA

RODRIGO MORGANIÇA DOMINGUES
20446-EOL-12

Articulado Ano7 TurmaA

3º Grau TÉCNICA DE DANÇA CLÁSSICA

Períodos
1º 2º 3º

APRECIÇÃO ARTÍSTICA	Períodos		
Escala 1 a 5	1º	2º	3º
Qualidade de Movimento (projeção e musicalidade)	3	3	3

APRECIÇÃO TÉCNICA	Períodos		
Escala 1 a 5	1º	2º	3º
Flexibilidade	3	3	3
Coordenação	3	3	3
Alinhamento	3	3	4

ATITUDES E VALORES	Períodos		
Escala 1 a 5	1º	2º	3º
Pontualidade/Apresentação	5	5	5
Comportamento/Interesse demonstrado	4	4	5

CAPACIDADE CINESTÉSICA	Períodos		
Escala 1 a 5	1º	2º	3º
Orientação e Projeção Espacial	3	3	4

COMPETÊNCIA	Períodos		
Escala 1 a 5	1º	2º	3º
Compreensão, Domínio e Progressão da Aprendizagem	3	3	3

Aulas previstas			36
Aulas dadas			36
Faltas justificadas			
Faltas injustificadas			

Classificação / Nota final	3	3	3
Escala 1 a 5			

Apreciação global / Observações

1ºPer. O Rodrigo é um aluno empenhado mas necessita melhorar a sua postura e alinhamento.
2ºPer. O Rodrigo é um aluno muito esforçado mas ainda revela algumas dificuldades ao nível da coordenação e postura.
3ºPer. O Rodrigo está de parabéns pelo trabalho desenvolvido. Apesar das dificuldades nunca desiste e tenta supera-las. Obteve um 3+



ORFEÃO DE LEIRIA
conservatório de artes



QUALIFICAR E CRESCER



QUADRO DE REFERÊNCIA
ESTRATÉGICO
NACIONAL



Governo da República
Portuguesa



UNião Europeia
Fundos Sociais Europeus



GOVERNO DE
PORTUGAL

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
E CIÊNCIA



ORFEÃO DE LEIRIA
conservatório de artes

ORFEÃO DE LEIRIA CONSERVATÓRIO DE ARTES
REGISTO DE AVALIAÇÃO
2013/14 (3º PERÍODO)

CURSO BÁSICO DE DANÇA

SOFIA VITAL GOMES
20452-EOL-12

Articulado Ano7 TurmaA

3º Grau TÉCNICA DE DANÇA CLÁSSICA

Períodos
1º 2º 3º

APRECIÇÃO ARTÍSTICA	Períodos		
	1º	2º	3º
Escala 1 a 5			
Qualidade de Movimento (projeção e musicalidade)	5	5	5

APRECIÇÃO TÉCNICA	Períodos		
	1º	2º	3º
Escala 1 a 5			
Flexibilidade	4	4	4
Coordenação	4	4	4
Alinhamento	4	4	4

ATITUDES E VALORES	Períodos		
	1º	2º	3º
Escala 1 a 5			
Pontualidade/Apresentação	5	5	5
Comportamento/Interesse demonstrado	5	4	5

CAPACIDADE CINESTÉSICA	Períodos		
	1º	2º	3º
Escala 1 a 5			
Orientação e Projeção Espacial	5	5	5

COMPETÊNCIA	Períodos		
	1º	2º	3º
Escala 1 a 5			
Compreensão, Domínio e Progressão da Aprendizagem	4	4	4

Aulas previstas			36
Aulas dadas			36
Faltas justificadas			
Faltas injustificadas			

Classificação / Nota final	1º	2º	3º
Classificação / Nota final	4	4	4
Escala 1 a 5			

Apreciação global / Observações
1ºPer. A Sofia está de parabéns pelo trabalho desenvolvido. É uma aluna muito empenhada e exemplar no seu comportamento e atitudes. Obteve um 4+
2ºPer. A Sofia este período teve uma prestação mais irregular. Por vezes distrai-se nas aulas o que prejudica a sua prestação. Tem capacidades para obter melhores resultados.
3ºPer. A Sofia concluiu com êxito o ano letivo. Parabéns.



ORFEÃO DE LEIRIA
conservatório de artes



POCH
QUALIFICAR E CRESCER



QUADRO DE REFERÊNCIA
ESTRATÉGICA NACIONAL
2007-2013



Governo da República
Portuguesa



UNião Europeia
Fundo Social Europeu



GOVERNO DE
PORTUGAL

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
E CIÊNCIA



ORFEÃO DE LEIRIA
conservatório de artes

ORFEÃO DE LEIRIA CONSERVATÓRIO DE ARTES
REGISTO DE AVALIAÇÃO
2013/14 (3º PERÍODO)

CURSO BÁSICO DE DANÇA

ADRIANA CAL GUIMARÃES VICENTE
20458-EOL-12

Articulado Ano7 TurmaG

3º Grau TÉCNICA DE DANÇA CLÁSSICA

Períodos
1º 2º 3º

APRECIÇÃO ARTÍSTICA	Períodos		
Escala 1 a 5	1º	2º	3º
Qualidade de Movimento (projeção e musicalidade)	3	3	3

APRECIÇÃO TÉCNICA	Períodos		
Escala 1 a 5	1º	2º	3º
Flexibilidade	3	3	3
Coordenação	2	2	2
Alinhamento	2	3	3

ATITUDES E VALORES	Períodos		
Escala 1 a 5	1º	2º	3º
Pontualidade/Apresentação	3	3	3
Comportamento/Interesse demonstrado	3	3	3

CAPACIDADE CINESTÉSICA	Períodos		
Escala 1 a 5	1º	2º	3º
Orientação e Projeção Espacial	3	3	3

COMPETÊNCIA	Períodos		
Escala 1 a 5	1º	2º	3º
Compreensão, Domínio e Progressão da Aprendizagem	2	3	3

Aulas previstas			36
Aulas dadas			36
Faltas justificadas			
Faltas injustificadas			

Classificação / Nota final	3	3	3
Escala 1 a 5			

Apreciação global / Observações

1ºPer. A Adriana necessita empenhar-se mais nas aulas de forma a colmatar as suas lacunas ao nível técnico e artístico e melhorar a sua prestação. Obteve um 3-
2ºPer. A Adriana empenhou-se mais neste período. No entanto, ainda revela algumas lacunas nas noções técnicas básicas da Dança Clássica. Necessita concentrar-se mais.

3ºPer. A Adriana concluiu o ano lectivo com êxito, no entanto apresenta algumas lacunas técnicas: manutenção do en dehors e postura.



ORFEÃO DE LEIRIA
conservatório de artes



QUALIFICAR E CRESCER



QUADRO DE REFERÊNCIA
ESTRATÉGICO
NACIONAL



Governo da República
Portuguesa



UNião Europeia
Fundo Social Europeu



GOVERNO DE
PORTUGAL

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
E CIÊNCIA



ORFEÃO DE LEIRIA
conservatório de artes

ORFEÃO DE LEIRIA CONSERVATÓRIO DE ARTES
REGISTO DE AVALIAÇÃO
2013/14 (3º PERÍODO)

CURSO BÁSICO DE DANÇA

ANA RITA RODRIGUES CORDEIRO
20448-EOL-12

Articulado Ano7 TurmaG

3º Grau TÉCNICA DE DANÇA CLÁSSICA

Períodos
1º 2º 3º

APRECIÇÃO ARTÍSTICA	Períodos		
	1º	2º	3º
Escala 1 a 5			
Qualidade de Movimento (projeção e musicalidade)	3	3	3

APRECIÇÃO TÉCNICA	Períodos		
	1º	2º	3º
Escala 1 a 5			
Flexibilidade	3	3	3
Coordenação	3	3	4
Alinhamento	3	3	3

ATITUDES E VALORES	Períodos		
	1º	2º	3º
Escala 1 a 5			
Pontualidade/Apresentação	3	3	4
Comportamento/Interesse demonstrado	3	3	4

CAPACIDADE CINESTÉSICA	Períodos		
	1º	2º	3º
Escala 1 a 5			
Orientação e Projeção Espacial	3	3	3

COMPETÊNCIA	Períodos		
	1º	2º	3º
Escala 1 a 5			
Compreensão, Domínio e Progressão da Aprendizagem	3	3	3

Aulas previstas			36
Aulas dadas			36
Faltas justificadas			
Faltas injustificadas			

Classificação / Nota final	1º	2º	3º
Escala 1 a 5	3	3	3

Apreciação global / Observações
1ºPer. A Ana Rita tem capacidades para obter melhores resultados. *Necessita empenhar-se mais nas aulas.*
2ºPer. A Ana Rita necessita empenhar-se mais nas aulas. *Com as capacidades que tem poderia obter melhores resultados.*
3ºPer. A Ana Rita melhorou um pouco o seu desempenho, no entanto tem capacidades para obter melhores resultados.



ORFEÃO DE LEIRIA
conservatório de artes



QUALIFICAR E CRESCER



QUADRO DE REFERÊNCIA
ESTRATÉGICA
NACIONAL



Governo da República
Portuguesa



UNião Europeia
Fundo Social Europeu



GOVERNO DE
PORTUGAL



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
E CIÊNCIA



ORFEÃO DE LEIRIA
conservatório de artes

ORFEÃO DE LEIRIA CONSERVATÓRIO DE ARTES
REGISTO DE AVALIAÇÃO
2013/14 (3º PERÍODO)

CURSO BÁSICO DE DANÇA

ANDRÉ FILIPE BACELAR SENA MARTINS TRANSMONTANO

20455-EOL-12

Articulado Ano7 TurmaG

3º Grau **TÉCNICA DE DANÇA CLÁSSICA**

Períodos
1º 2º 3º

APRECIÇÃO ARTÍSTICA	Períodos		
	1º	2º	3º
Escala 1 a 5			
Qualidade de Movimento (projeção e musicalidade)	3	3	3

APRECIÇÃO TÉCNICA	Períodos		
	1º	2º	3º
Escala 1 a 5			
Flexibilidade	3	3	3
Coordenação	3	3	3
Alinhamento	3	3	3

ATITUDES E VALORES	Períodos		
	1º	2º	3º
Escala 1 a 5			
Pontualidade/Apresentação	4	4	4
Comportamento/Interesse demonstrado	4	3	4

CAPACIDADE CINESTÉSICA	Períodos		
	1º	2º	3º
Escala 1 a 5			
Orientação e Projeção Espacial	3	3	4

COMPETÊNCIA	Períodos		
	1º	2º	3º
Escala 1 a 5			
Compreensão, Domínio e Progressão da Aprendizagem	3	3	3

Aulas previstas			36
Aulas dadas			36
Faltas justificadas			
Faltas injustificadas			

Classificação / Nota final	1º	2º	3º
Escala 1 a 5	3	3	3

Apreciação global / Observações

1ºPer. O André está mais empenhado nas aulas e evoluiu, mas necessita concentrar-se mais.
2ºPer. O André teve uma prestação muito irregular ao longo do período. Distrai-se com facilidade, o que prejudica a sua prestação.

3ºPer. O André melhorou um pouco o seu desempenho relativamente ao período anterior. Parabéns.



ORFEÃO DE LEIRIA
conservatório de artes



QUALIFICAR E CRESCER



QUADRO DE REFERÊNCIA
ESTRATÉGICO
NACIONAL



Governo da República
Portuguesa



UNião Europeia
Fundo Social Europeu



GOVERNO DE
PORTUGAL

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
E CIÊNCIA



ORFEÃO DE LEIRIA
conservatório de artes

ORFEÃO DE LEIRIA CONSERVATÓRIO DE ARTES
REGISTO DE AVALIAÇÃO
2013/14 (3º PERÍODO)

CURSO BÁSICO DE DANÇA

DÉBORA ALEXANDRA SEBASTIÃO VEIGA DE MORAIS
20451-EOL-12

Articulado Ano7 TurmaG

3º Grau TÉCNICA DE DANÇA CLÁSSICA

Períodos
1º 2º 3º

APRECIÇÃO ARTÍSTICA	Períodos		
Escala 1 a 5	1º	2º	3º
Qualidade de Movimento (projeção e musicalidade)	3	3	3

APRECIÇÃO TÉCNICA	Períodos		
Escala 1 a 5	1º	2º	3º
Flexibilidade	3	3	3
Coordenação	2	2	2
Alinhamento	3	3	3

ATITUDES E VALORES	Períodos		
Escala 1 a 5	1º	2º	3º
Pontualidade/Apresentação	3	3	4
Comportamento/Interesse demonstrado	4	4	4

CAPACIDADE CINESTÉSICA	Períodos		
Escala 1 a 5	1º	2º	3º
Orientação e Projeção Espacial	3	3	3

COMPETÊNCIA	Períodos		
Escala 1 a 5	1º	2º	3º
Compreensão, Domínio e Progressão da Aprendizagem	3	3	3

Aulas previstas			36
Aulas dadas			36
Faltas justificadas			
Faltas injustificadas			

Classificação / Nota final	3	3	3
Escala 1 a 5			

Apreciação global / Observações

1ºPer. A Débora apresenta algumas dificuldades ao nível da coordenação e falta de tonicidade muscular, no entanto é uma aluna empenhada.

2ºPer. A Débora é uma aluna interessada mas necessita concentrar-se mais nas aulas. Necessita melhorar a postura e fortalecimento muscular.

3ºPer. A Débora transitou para o 4º ano, no entanto necessita realizar um programa de fortalecimento muscular.



ORFEÃO DE LEIRIA
conservatório de artes



QUALIFICAR E CRESCER



QUADRO DE REFERÊNCIA
ESTRATÉGICO
NACIONAL



Governo da República
Portuguesa



UNião Europeia
Fundo Social Europeu



GOVERNO DE
PORTUGAL

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
E CIÊNCIA



ORFEÃO DE LEIRIA
conservatório de artes

ORFEÃO DE LEIRIA CONSERVATÓRIO DE ARTES
REGISTO DE AVALIAÇÃO
2013/14 (3º PERÍODO)

CURSO BÁSICO DE DANÇA

INDIARA NUNES SILVA
20457-EOL-12

Articulado Ano7 TurmaG

3º Grau TÉCNICA DE DANÇA CLÁSSICA

Períodos
1º 2º 3º

APRECIÇÃO ARTÍSTICA	Períodos		
	1º	2º	3º
Escala 1 a 5			
Qualidade de Movimento (projeção e musicalidade)	3	3	3

APRECIÇÃO TÉCNICA	Períodos		
	1º	2º	3º
Escala 1 a 5			
Flexibilidade	3	3	3
Coordenação	4	4	4
Alinhamento	3	3	3

ATITUDES E VALORES	Períodos		
	1º	2º	3º
Escala 1 a 5			
Pontualidade/Apresentação	3	3	3
Comportamento/Interesse demonstrado	3	3	4

CAPACIDADE CINESTÉSICA	Períodos		
	1º	2º	3º
Escala 1 a 5			
Orientação e Projeção Espacial	3	3	3

COMPETÊNCIA	Períodos		
	1º	2º	3º
Escala 1 a 5			
Compreensão, Domínio e Progressão da Aprendizagem	3	3	3

Aulas previstas			36
Aulas dadas			36
Faltas justificadas			
Faltas injustificadas			

Classificação / Nota final	1º	2º	3º
Escala 1 a 5	3	3	3

Apreciação global / Observações

1ºPer. A Indira tem capacidades para obter melhores resultados. *Necessita empenhar-se mais nas aulas.*
2ºPer. A Indira necessita ser mais pontual e empenhar-se nas aulas. *Os resultados obtidos ficam aquém das suas capacidades.*

3ºPer. A Indira melhorou um pouco o seu desempenho, apesar de ter capacidades para obter melhores resultados.



ORFEÃO DE LEIRIA
conservatório de artes



QUALIFICAR E CRESCER



QUADRO DE REFERÊNCIA
ESTRATÉGICO
NACIONAL



Governo da República
Portuguesa



UNião Europeia
Fundos Social Europeu



GOVERNO DE
PORTUGAL

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
E CIÊNCIA



ORFEÃO DE LEIRIA
conservatório de artes

ORFEÃO DE LEIRIA CONSERVATÓRIO DE ARTES
REGISTO DE AVALIAÇÃO
2013/14 (3º PERÍODO)

CURSO BÁSICO DE DANÇA

MARIANA MENEZES DA SILVA MONIZ
20462-EOL-12

Articulado Ano7 TurmaG

3º Grau TÉCNICA DE DANÇA CLÁSSICA

Períodos
1º 2º 3º

APRECIÇÃO ARTÍSTICA	Períodos		
	1º	2º	3º
Escala 1 a 5			
Qualidade de Movimento (projeção e musicalidade)	2	3	3

APRECIÇÃO TÉCNICA	Períodos		
	1º	2º	3º
Escala 1 a 5			
Flexibilidade	2	3	3
Coordenação	2	2	2
Alinhamento	3	3	3

ATITUDES E VALORES	Períodos		
	1º	2º	3º
Escala 1 a 5			
Pontualidade/Apresentação	3	3	3
Comportamento/Interesse demonstrado	3	3	3

CAPACIDADE CINESTÉSICA	Períodos		
	1º	2º	3º
Escala 1 a 5			
Orientação e Projeção Espacial	3	3	3

COMPETÊNCIA	Períodos		
	1º	2º	3º
Escala 1 a 5			
Compreensão, Domínio e Progressão da Aprendizagem	2	2	2

Aulas previstas			36
Aulas dadas			36
Faltas justificadas			
Faltas injustificadas			

Classificação / Nota final	1º	2º	3º
Escala 1 a 5	3	3	3

Apreciação global / Observações

1ºPer. A Mariana necessita empenhar-se mais nas aulas de forma a colmatar as suas lacunas ao nível técnico e artístico e melhorar a sua prestação. Obteve um 3-
2ºPer. A Adriana empenhou-se um pouco mais neste período. No entanto, ainda revela algumas lacunas nas noções técnicas básicas da Dança Clássica. Necessita concentrar-se mais.

3ºPer. A Mariana transitou para o 4º ano, no entanto continua a apresentar algumas lacunas ao nível técnico e artístico.



ORFEÃO DE LEIRIA
conservatório de artes



QUALIFICAR E CRESCER



QUADRO DE REFERÊNCIA
ESTRATÉGICO
NACIONAL



Governo da República
Portuguesa



UNião Europeia
Fundo Social Europeu



GOVERNO DE
PORTUGAL

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
E CIÊNCIA



ORFEÃO DE LEIRIA
conservatório de artes

ORFEÃO DE LEIRIA CONSERVATÓRIO DE ARTES
REGISTO DE AVALIAÇÃO
2013/14 (3º PERÍODO)

CURSO BÁSICO DE DANÇA

RODRIGO ALEXANDRE CARREIRA PEREIRA
20461-EOL-12

Articulado Ano7 TurmaG

3º Grau **TÉCNICA DE DANÇA CLÁSSICA**

Períodos
1º 2º 3º

APRECIÇÃO ARTÍSTICA	Períodos		
Escala 1 a 5	1º	2º	3º
Qualidade de Movimento (projeção e musicalidade)	4	5	5

APRECIÇÃO TÉCNICA	Períodos		
Escala 1 a 5	1º	2º	3º
Flexibilidade	4	4	4
Coordenação	4	4	4
Alinhamento	3	3	4

ATITUDES E VALORES	Períodos		
Escala 1 a 5	1º	2º	3º
Pontualidade/Apresentação	5	5	5
Comportamento/Interesse demonstrado	4	4	4

CAPACIDADE CINESTÉSICA	Períodos		
Escala 1 a 5	1º	2º	3º
Orientação e Projeção Espacial	3	4	4

COMPETÊNCIA	Períodos		
Escala 1 a 5	1º	2º	3º
Compreensão, Domínio e Progressão da Aprendizagem	3	4	4

Aulas previstas			36
Aulas dadas			36
Faltas justificadas			
Faltas injustificadas			

Classificação / Nota final	3	4	4
Escala 1 a 5			

Apreciação global / Observações

1ºPer. O Rodrigo é um aluno empenhado mas necessita melhorar o trabalho de pés e alongamento dos membros inferiores. Obteve 3+

2ºPer. O Rodrigo empenhou-se mais este período, mas deve concentrar-se mais nas aulas. O 4- é uma avaliação para incentivo. Deve melhorar ao nível do alongamento muscular e trabalho de pés.

3ºPer. O Rodrigo foi evoluindo ao longo do ano e concluiu com êxito. Está de parabéns pelo trabalho desenvolvido.



ORFEÃO DE LEIRIA
conservatório de artes



QUALIFICAR E CRESCER



QUADRO DE REFERÊNCIA
ESTRATÉGICO
NACIONAL



Governo da República
Portuguesa



UNião Europeia
Fundo Social Europeu



GOVERNO DE
PORTUGAL

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
E CIÊNCIA

Anexo XIX – Relatório da conclusão de estágio

AVENIDA 25 DE ABRIL | 2400-265 LEIRIA | TEL. +351 244 829 850 | FAX. +00351 244 829 551 | WWW.ORFEAOLEIRIA.COM | GERAL@ORFEAOLEIRIA.COM

RELATÓRIO



ORFEÃO DE LEIRIA
conservatório de artes

No âmbito do Mestrado em Ensino da Dança, a professora Anadélia Giscafré realizou o seu Estágio pedagógico na Escola de Dança do Orfeão de Leiria | Conservatório de Artes (EDOL), com a turma do 3º ano do Curso Básico de Dança sendo as aulas partilhadas com a professora Ana Manzoni.

A Prática Pedagógica decorreu desde o início do 2º período estendendo-se até à apresentação do espectáculo final do ano lectivo 2013/14, que teve lugar no Castelo de Leiria nos dias 27 e 28 de Junho.

Ao longo de todo o processo a professora Anadélia Giscafré revelou uma atitude responsável, assídua e pontual. A sequência de progressão das actividades desenvolvidas foram estruturadas de forma eficaz, considerando os objectivos propostos para a realização do estágio, o programa da disciplina e respectiva planificação anual. No final de cada aula era realizada uma consideração conjunta numa perspectiva reflexiva e construtiva.

Foram adoptadas metodologias e estilos de ensino diversificados que se revelaram enriquecedoras para os alunos, aferindo as necessidades individuais de cada elemento e estimulando a vontade de aprender e superar as suas dificuldades.

A apresentação pública do trabalho desenvolvido na prática pedagógica - variação do bailado *Ondine* - foi entusiasmante para os alunos. Neste processo releva-se o empenho da turma e evidencia-se a professora Anadélia Giscafré que abraçou e enriqueceu com grande profissionalismo a preparação deste evento.

A Direcção Pedagógica da EDOL

Ana Manzoni

Leiria, 24 de Julho de 2014

AGRACIADO COM O GRAU DE OFICIAL DA «ORDEM DE BENEMERÊNCIA
MEDALHA DE 1ª CLASSE DA CIDADE DE LEIRIA E MEMBRO DA ORDEM DO
INFANTE DOM HENRIQUE»
MEDALHA DE MÉRITO CULTURAL DO MINISTÉRIO DA CULTURA 1985
MEDALHA DE MÉRITO CULTURAL FESTIVAL "MÚSICA EM LEIRIA"



CINQUENTENÁRIO
1946-1996

INSTITUIÇÃO DE UTILIDADE PÚBLICA | PESSOA COLECTIVA Nº 501 150 480

Anexo XX – Registos fotográficos



Workshop: aproximação ao bailado-Contexto histórico e visualização de vídeo



Workshop: aproximação ao bailado-Contexto histórico e visualização de vídeo



Workshop: como preparar as sapatilhas para a apresentação



