



Instituto Politécnico de Lisboa

Escola Superior de Dança

## **JOGAR COMO QUEM DANÇA, DANÇAR COMO QUEM JOGA**

Os jogos tradicionais como potencializadores da ludicidade e das habilidades de movimento no 2º ano do Ensino Artístico Especializado em Dança na disciplina de Técnica de Dança Contemporânea.

Maria Pia Rebelo Barroso

Orientadora

Professora Especialista Cristina Graça

Relatório final de estágio apresentado à Escola Superior de Dança com vista à obtenção do grau de Mestre em Ensino de Dança

Setembro 2022



Instituto Politécnico de Lisboa

Escola Superior de Dança

## **JOGAR COMO QUEM DANÇA, DANÇAR COMO QUEM JOGA**

Os jogos tradicionais como potencializadores da ludicidade e das habilidades de movimento no 2º ano do Ensino Artístico Especializado em Dança na disciplina de Técnica de Dança Contemporânea.

Maria Pia Rebelo Barroso

Orientadora

Professora Especialista Cristina Graça

Relatório final de estágio apresentado à Escola Superior de Dança com vista à obtenção do grau de Mestre em Ensino de Dança

Setembro 2022

“PORQUE EU SÓ PRECISO DE PÉS LIVRES,

MÃOS DADAS E OLHOS BEM ABERTOS”

(João Guimarães Rosa, 1997)



## **AGRADECIMENTOS**

À equipa de docentes da Escola Superior de Dança, por expandir horizontes.

Ao Ginásio Escola de Dança, por acolher a realização do estágio.

À orientadora professora Cristina Graça, pela confiança e abertura ao diálogo.

À Inês Cerqueira, pela disponibilidade na partilha dos seus conhecimentos.

À Leonor Carneiro, professora cooperante, pelo exemplo de docência inspiradora e apoio ao longo da jornada-projeto-investigação.

À Joana Lopes, pelos incentivos e ensinamentos. Por ser leve e iluminada.

Ao Marcelo Ferreira e Ana D'Andrea, que do outro lado do Atlântico, assinalaram caminhos e acreditaram no projeto.

À Sara Afonso, pela presença, cumplicidade e sincera amizade. Por ajudar a resgatar a força e o ânimo nos momentos mais desafiadores. Gratidão!

A cada uma das alunas participantes, por jogar-dançar com alegria e entusiasmo.

À minha família, pelo apoio incondicional. Sempre.

Ao Álvaro, companheiro.

## RESUMO

O presente texto dá forma a um relatório final de estágio a nível de mestrado em Ensino de Dança pela Escola Superior de Dança, Instituto Politécnico de Lisboa, desenvolvido no ano letivo 2021/2022, em torno do tema “Os jogos tradicionais como potencializadores da ludicidade e das habilidades de movimento” com alunas do 2º ano do Ensino Artístico Especializado, na disciplina de Técnica de Dança Contemporânea, no Ginásio Escola de Dança.

A motivação inicial da mestranda ao escolher o tema proposto para a aplicação do projeto de estágio, relacionou-se à crença de que os jogos tradicionais, podem constituir uma mais-valia na construção de um conhecimento onde o corpo, em variadas ações de movimento, potencializa vivências que favorecem aprendizagens significativas em contexto formativo de dança.

Todo o processo foi acompanhado pela revisita e o aprofundamento no pensamento de Rudolf Laban, bem como de um conjunto expressivo e diversificado de textos de autores contemporâneos de diversas áreas.

O estudo da literatura de referência requerida para construção da trama conceitual necessária à elaboração das chaves de leitura da experiência a ser analisada – nomeadamente os conceitos de jogo e ludicidade, jogos tradicionais e habilidades de movimento – possibilitou uma contextualização teórica que se mostrou necessária e adequada à reflexão proposta no projeto de investigação.

A mestranda formulou perguntas que foram tomadas como ponto de partida e de chegada da jornada-projeto-investigação, e que funcionaram como impulsionadoras do pensar sobre uma prática que visa propiciar aprendizagens artísticas significativas e o aprofundamento da compreensão sobre o processo educativo implicado no ensino da dança, processo que assume o corpo-sujeito como fio condutor da aprendizagem.

As fotografias captadas ao longo do processo, assim como os registos no diário de bordo das participantes, evidenciaram o envolvimento com a experiência.

Concluiu-se que, o ato de jogar-dançar, enriqueceu a performance técnica-artística validando a integração dos jogos tradicionais como um recurso que promove aprendizagens significativas em contexto de aula e a construção de conhecimentos no processo formativo em dança.

**Palavras-chave:** Jogar-brincar-dançar; jogos tradicionais, habilidades de movimento.

## **ABSTRACT**

The present text forms an internship report at the master's level in Dance Teaching at Escola Superior de Dança, Instituto Politécnico de Lisboa, developed around the theme "Traditional Games as potentiators of playfulness and movement skills", experienced with students of the 2nd year of Artistic Education Specialized in Dance, in the discipline of Contemporary Dance Technique, at Ginásio Escola de Dança.

The master's student's initial motivation when choosing the proposed theme for the application of the internship project, was related to the belief that traditional games, understood as a manifestation that integrates the childhood culture, can be an asset in the construction of a knowledge where the body, in various movement actions, enables multiple learnings that favor the construction of cognitive, emotional, social and psychomotor skills.

Notably, the entire process was accompanied by revisiting and deepening the thinking of Rudolf Laban, as well as an expressive and diverse set of texts by contemporary authors.

The study of the reference literature for the construction of the conceptual framework, required for the elaboration of the keys for reading the experience to be analyzed – namely the concepts of game and ludicity, traditional games and movement skills – made possible a theoretical contextualization that proved to be necessary and adequate to the reflection proposed in the research project.

The master's student formulated questions that were taken as the starting and ending point of the journey-project-research that acted as drivers of thinking about a practice that aims to provide significant artistic learning and the deepening of understanding about the educational process involved in dance teaching, a process that assumes the subject-body as the guiding thread of learning.

The photographs captured throughout the process, as well as the entries in the participants' logbooks, evidenced their involvement with the experience.

It was concluded that the act of playing-dancing enriched the technical-artistic performance, validating the integration of traditional games as a resource that promotes meaningful learning in the classroom context and the construction of knowledge in the training process in dance.

**Key Words:** Play-dance; traditional games; movement skills.

## ÍNDICE

Introdução .....	9
I. CONTEXTUALIZAÇÃO GERAL	
1. Ensino Artístico Especializado .....	11
- Características da escola cooperante .....	11
2. Motivação pessoal e perguntas orientadoras .....	13
3. Sujeitos da experiência .....	14
4. Objetivos geral e específico.....	14
II. CONTEXTUALIZAÇÃO TEÓRICA	
1. O conceito de Jogo e Ludicidade.....	16
2. Jogos Tradicionais .....	21
3. Habilidades de movimento .....	25
4. Rudolf Laban.....	32
III. CONTEXTUALIZAÇÃO METODOLÓGICA	
1. A metodologia da Investigação-ação .....	38
2. Instrumentos de registo e recolha de dados .....	40
IV. O ESTÁGIO	
1. Observação Estruturada .....	43
1.1 Um olhar sobre o grupo .....	43
1.2 Método de trabalho .....	45
1.3 Conteúdos, estrutura das aulas, reflexão sobre o processo de aprendizagem .....	46
1.4 Considerações finais .....	46
2. Participação Acompanhada .....	48
2.1. Preparação da Participação Acompanhada .....	48
2.2. Conteúdos, descrição das aulas, reflexão sobre o processo de aprendizagem .....	49
2.3. Considerações finais .....	49

3. Lecionação Supervisionada .....	51
3.1. Preparação da Lecionação Supervisionada .....	51
3.2. Método de trabalho .....	52
3.3. Bloco I: Jogo Apanhada: descrição das aulas, reflexão sobre o processo, considerações finais .....	54
3.4. Bloco II: Jogo do Elástico: descrição das aulas, reflexão sobre o processo, considerações finais .....	64
3.5. Bloco III: Jogo Bola-de-Meia: descrição das aulas, reflexão sobre o processo, considerações finais .....	71
3.6. Bloco IV: Finalização do projeto .....	79
V. ANÁLISE REFLEXIVA .....	81
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....	84
APÊNDICES	
A. Observação Estruturada .....	vi
B. Participação Acompanhada: .....	x
C. Preparação da Lecionação Supervisionada .....	xvi
D. Lecionação Supervisionada	
Bloco I – Jogo apanhada .....	xxvi
Bloco II – Jogo do elástico: .....	xxxvii
Bloco III – Jogo Bola-de-meia .....	l
Bloco IV – finalização do projeto .....	lix
E. Calendarização estágio .....	lxv
ANEXO	
1. Autorização uso de imagens .....	lxvi

## **ÍNDICE DE FIGURAS**

Figura 1. Ciclo de ação-reflexão .....	39
Figura 2. Método de trabalho - Lecionação Supervisionada .....	53
Figura 3. Mãos .....	80

## INTRODUÇÃO

O relatório final do estágio pedagógico “Os jogos tradicionais como potencializadores da ludicidade e das habilidades de movimento” surge no âmbito do Curso de Mestrado em Ensino de Dança, da Escola Superior de Dança, Instituto Politécnico de Lisboa.

O estágio, realizado entre os meses de outubro de 2021 a maio de 2022, foi desenvolvido com uma turma de 2º ano, na disciplina de técnica de Dança Contemporânea, no Ginásio Escola de Dança, localizado na cidade de Vila Nova de Gaia.

A motivação inicial da mestranda ao escolher o tema proposto para a aplicação do projeto de estágio, revelou-se diretamente relacionada à crença de que os jogos tradicionais, compreendidos como uma manifestação que integra a cultura da infância, são uma mais-valia para a construção de um conhecimento onde o corpo-sujeito, em variadas ações de movimento, potencializa vivências que favorecem aprendizagens significativas e o desenvolvimento de capacidades técnicas-artísticas em contexto formativo de dança.

A metodologia de investigação-ação foi adotada por ser considerada a mais adequada para uma investigação no contexto artístico-educativo, na medida em que estimula um constante exercício de observação e reflexão sobre as ações praticadas.

A observação, o diário de bordo e a fotografia, foram os instrumentos de registo e recolha de dados definidos para a avaliação da proposta, tendo sido a base da construção do relatório final.

O projeto de estágio verificou e analisou a aplicação dos jogos tradicionais como um recurso que estimula a ludicidade e o aprimoramento de habilidades de movimento, em um processo formativo em dança. Ao longo da jornada-projeto-investigação foi possível constatar que a proposta favoreceu o enriquecimento do vocabulário de movimento na técnica de Dança Contemporânea e provocou inspirações que estimularam o corpo a jogar como quem dança e a dançar como quem joga. O jogo tradicional caracterizou-se como motor da ação de uma proposta pedagógica que desafiou o corpo-sujeito a experienciar diversas coordenações, arriscar novos territórios, ampliar o vocabulário de movimento e a capacidade de interação com o grupo.

Na experiência em foco, durante a exploração dos jogos tradicionais, a estagiária percebeu corpos brincantes estabelecendo diálogos em movimento.

O ato de jogar-dançar estimulou a vitalidade, a alegria, a sensibilidade e a criatividade. A partilha de descobertas entre as participantes proporcionou um tipo de cumplicidade que caracterizou o jogar-dançar em grupo, onde a interatividade promoveu a construção de conhecimentos.

O relatório está estruturado em cinco partes:

1ª parte - Contextualização geral: apresenta a escola cooperante e uma breve consideração sobre o Ensino Artístico Especializado em Dança; a motivação pessoal da estagiária e as perguntas orientadoras da investigação; considerações sobre os sujeitos integrantes do projeto e os objetivos.

2ª parte - Contextualização teórica: composta por reflexões fundamentadas sobre os temas: o conceito de jogo e ludicidade, jogos tradicionais, habilidades de movimento e Rudolf Laban.

3ª parte – Contextualização metodológica: apresenta a metodologia de investigação-ação e os instrumentos de registo e recolha de dados.

4ª parte - O estágio: contempla uma descrição detalhada das etapas – Observação Estruturada, Participação Acompanhada e Lecionação Supervisionada.

5ª parte - Análise reflexiva sobre o processo de realização do projeto.

O planeamento das aulas, o desenvolvimento da metodologia e a reflexão sobre o processo de aprendizagem estão descritas de forma pormenorizada nos apêndices A, B, C, e D. As imagens, distribuídas ao longo dos apêndices, constituem uma mostra significativa do registo fotográfico operado durante todo o processo da experiência.

## I CONTEXTUALIZAÇÃO GERAL

### 1. Ensino Artístico Especializado em Dança

De acordo com a ANQEP - Agência Nacional para a Qualificação e Ensino Profissional<sup>1</sup> – o Curso Artístico Especializado em Dança caracteriza-se por uma trajetória de ensino que possibilita uma formação especializada a jovens que revelam interesse e aptidões para ingressar em percursos de estudos artísticos. Ao longo deste percurso e em contato com as linguagens expressivas, serão desenvolvidas competências sociais, científicas e artísticas e a obtenção do nível básico ou secundário de dança.

O Curso Artístico Especializado de nível básico 2º e 3º ciclos (Portaria nº223-A/2018, de 3 de agosto), propõem uma formação geral e uma formação artística especializada na área da dança e da música. O Curso Artístico Especializado em Dança do ensino secundário (portaria 229-A/2018, 14 de agosto), possui uma duração de três anos e culmina com a defesa e apresentação de um projeto de final de curso denominado Prova de Aptidão Artística (PAA), perante um júri.

A formação artística em dança pode ser frequentada em regime integral, possibilitando ao aluno frequentar todas as disciplinas que compõem a formação geral e o ensino artístico em um mesmo local. No regime articulado as disciplinas que compõem o ensino artístico são lecionadas na escola do ensino artístico especializado e a formação geral é ministrada em uma escola do ensino básico ou secundário.

#### - Características da escola cooperante

O Ginásio Escola de Dança<sup>2</sup>, é uma escola que se insere na rede de escolas do Ensino Artístico Especializado, com financiamento do Ministério de Educação para o regime articulado. Fundada em 1987, é uma instituição privada com estatuto de utilidade pública, localizada em Vila Nova de Gaia, possui autonomia pedagógica e dedica-se ao ensino e à difusão artística nas vertentes dança e canto. Visa um ensino que promove o gosto e a sensibilidade para as artes e o desenvolvimento integral do aluno, no sentido de formar cidadãos responsáveis, criativos, autónomos

---

<sup>1</sup> Ver em: [https://angep.gov.pt/np4/Cursos\\_Art%C3%Adsticos\\_Especializados.html](https://angep.gov.pt/np4/Cursos_Art%C3%Adsticos_Especializados.html).

<sup>2</sup> Ver em: <https://ginasiano.pt/>

e participativos. A formação convida o jovem a desenvolver disciplina, envolvimento, responsabilidade e capacidade de trabalho em equipa. Tem como finalidade proporcionar aos alunos os conhecimentos técnicos, expressivos e artísticos necessários na vertente dança e canto ou à formação posterior nestes ou noutros ramos das artes do espetáculo.

Para além dos cursos artísticos especializados, de nível Básico (2º e 3º ciclos) e Secundário (10º, 11º, 12º anos), em regime articulado, o Ginasiano oferece a aprendizagem da dança ao nível da iniciação, para o infantil e 1º ciclo, com a aprendizagem e integração das três áreas de expressão: dança, música e expressão plástica.

O Curso Básico de Dança (2º e 3º ciclos) é constituído por cinco anos curriculares funcionando em regime articulado, sendo os alunos dispensados de algumas disciplinas ou tempos letivos do currículo do ensino regular, cuja carga horária reverte para o currículo artístico. O Curso Básico de Dança tem como finalidade o aprimoramento de habilidades corporais, através de desafios psicomotores, estéticos e expressivos com crescente grau de complexidade. O currículo é composto pelas disciplinas de Técnica de Dança (Clássica, Contemporânea e Moderna), Música, Expressão Criativa e Práticas Complementares de Dança (3º ciclo).

No Curso Secundário de Dança, os alunos são organizados em grupos por níveis técnicos artísticos, com a possibilidade de se especializarem numa das vertentes das técnicas de dança. O curso proporciona a formação em contexto de trabalho, integrando ao final a Prova de Aptidão Artística, na qual os alunos apresentam a elaboração e a apresentação pública de um projeto pessoal.

Tanto no curso Básico como no Secundário, os conhecimentos técnicos artísticos direcionados à formação em dança enfatizam o encontro entre a aprendizagem, o domínio do código técnico e a aplicação a nível performativo.

A partir da parceria entre a Kale Companhia de Dança e o Ginasiano Escola de Dança, foi estruturado um projeto, denominado Kale2 (K2), direcionado aos jovens bailarinos em formação. O projeto propõe-se dar a conhecer e preparar o jovem para o trabalho pré-profissional, desenvolvendo perspetivas e competências neste caminho. A vivência performativa e a dimensão profissional são estimuladas e fomentadas através do desenvolvimento de repertórios orientados para a faixa etária juvenil. A Kale2, Companhia de Dança, integra bailarinos em formação entre os doze e os quinze anos de idade.

O corpo docente do Ginásio Escola de Dança é constituído por profissionais experientes, com capacidade e sensibilidade para implementar projetos educativos apostando no incentivo, criação e fortalecimento de uma identidade educacional e artística onde as crianças e os jovens, com idades entre os quatro e os dezoito anos, são reconhecidos como sujeitos ativos no próprio processo de formação.

No Espaço Sacramento, situado na zona histórica de Vila Nova de Gaia, (rua Guilherme Braga, 60) decorrem as aulas do Curso Artístico Especializado em Dança, 2º e 3º ciclo e Secundário. Os projetos paralelos – Kale Companhia de Dança e Armazém 22 – partilham com a escola o Espaço Sacramento.

O Espaço Pádua Correia, (rua Pádua Correia 305), abriga os alunos do Infantil e 1º ciclo (iniciações em dança) e as turmas de 2º ciclo.

O Ginásio Escola de Dança possui protocolos com escolas de Vila Nova de Gaia e do Porto, assim como polos nas cidades de São João da Madeira, Braga e Arouca. É intenção do projeto-escola, possibilitar e proporcionar o acesso, a difusão artística e a formação na vertente dança a um vasto público que, através desta formação, tem a possibilidade de desenvolver sensibilidades e seguir uma futura formação artística.

## **2. Motivação pessoal e perguntas orientadoras**

A motivação inicial da mestranda ao escolher o tema proposto para a aplicação do projeto de estágio, revelou-se diretamente relacionada à crença de que os jogos tradicionais potencializam vivências que favorecem aprendizagens significativas em contexto de dança.

Neste sentido, a motivação pessoal da mestranda em verificar a aplicação do projeto “Os jogos tradicionais como potencializadores da ludicidade e de habilidades de movimento” no 2º ano do Ensino Artístico Especializado em Dança, encontrou-se diretamente relacionada a algumas inquietações que ganharam contorno através de perguntas, que conduziram reflexões sobre a mais-valia da vivência dos jogos tradicionais no programa curricular da formação em dança.

A mestranda formulou perguntas que, neste contexto, foram tomadas como ponto de partida e de chegada da jornada-projeto-investigação, e funcionaram como impulsionadoras do pensar sobre uma prática que visa proporcionar aprendizagens artísticas e o aprofundamento da compreensão sobre o processo educativo implicado, processo que assume o corpo-sujeito como fio condutor da aprendizagem:

- Que importância e significados os jogos tradicionais adquirem numa experiência formativa de ensino em dança?
- Será possível propor a vivência do jogo tradicional num contexto de formação em dança, sem retirar o caráter espontâneo do ato de jogar-brincar?
- Como os jogos tradicionais constituem um recurso que potencializa a ludicidade e habilidades de movimento em contexto formativo de dança?

Aqui, ao dar forma às perguntas, o exercício da indagação foi reconhecido como uma bússola que orientou o acompanhamento do processo. Uma vez formuladas, as perguntas balizaram o olhar e o refletir, tendo em vista a produção de conhecimento sobre a própria experiência vivida no espaço educativo de formação em dança.

### **3. Os sujeitos da experiência**

O projeto pedagógico “Os jogos tradicionais como potencializadores da ludicidade e das habilidades de movimento”, interveio em um grupo formado por estudantes do 2º ciclo, 2º ano, com idades entre 11 e 12 anos.

O grupo iniciou no mês de setembro de 2021, as aulas do Ensino Artístico Especializado em Dança, 2º ciclo, no Ginásio Escola de Dança, em regime articulado, estabelecendo contacto com o universo da dança em contexto formativo, vivenciando uma rotina que implica a incorporação de regras e condutas específicas à aprendizagem da dança.

Entendemos que ao longo do processo formativo seja vital proporcionar experiências que favoreçam o envolvimento do jovem com a aprendizagem e com processos criativos e lúdicos; experiências que estimulem uma relação saudável e prazerosa com o corpo; propostas onde o aprendiz de dança possa valorizar o seu potencial técnico-artístico e a criatividade como um meio de ressignificar realidades.

Nesse contexto cabe ao docente da dança “estudar o movimento no que respeita fundamentalmente ao ponto de partida e ao fim a que se ajusta, simultaneamente com o seu significado e a sua intenção”. (Fonseca, 1997, p. 15)

### **4. Objetivos geral e específicos**

#### Objetivo geral:

- Desenvolver aprendizagens significativas à formação em dança através da integração dos jogos tradicionais no processo educativo-formativo;

Objetivos Específicos:

- Promover espaço à expressão da ludicidade, como elemento de desenvolvimento do bem-estar, da criatividade e da expressividade;
- Ampliar o repertório das habilidades de movimento;
- Integrar ao ato de dançar a experiência do jogar-brincar;
- Estimular a participação colaborativa e o sentido de coletivo.

## II CONTEXTUALIZAÇÃO TEÓRICA

### 1. O conceito de jogo e ludicidade

Esta reflexão pretende apresentar algumas considerações em torno dos conceitos de jogo e ludicidade, tendo em conta que são muitas as percepções, contextos, realidades que se cruzam e ampliam a compreensão de tais conceitos.

Jogo e ludicidade encontram-se entrelaçados numa linha formada por muitas histórias. Ao longo dos tempos os conceitos de jogo e ludicidade têm sido analisados e muitos são os estudos impulsionados em diversas áreas do conhecimento, como a psicologia, a sociologia, a antropologia, a educação, a filosofia e as artes, que buscam integrar saberes aprofundando o entendimento sobre esses conceitos que se encontram na essência do humano.

No livro *Jogo e Civilização: História, Cultura e Educação*, Santos (2015) inicia a sua reflexão partindo da etimologia da palavra jogo: “vem do latim *jocus* e, na sua etimologia, significa lúdico. [...] O significado de *jocus* está relacionado ao gracejo, ao prazer, ao divertimento, entre outras características que estão ligadas diretamente ao sentimento de alegria”. (p.37)

No que diz respeito à etimologia da palavra lúdico, Almeida (2018) refere que “deriva do francês *ludique* que, por sua vez vem do latim *ludus*. O seu significado remete para divertimento e jogo”. [...] “A palavra lúdico, pode ser associada aos termos jogo e brincadeira [...], compreendidos como “o tempo e o espaço de fruição, de ludicidade” (pp.155, 162).

Na história das civilizações, o jogo foi utilizado com diferentes fins e propósitos, sendo destinado a cerimônias, rituais secretos, educação, classes sociais, divertimento, prazer, desenvolvimento de valores e crítica social.

Santos (2015) menciona que o jogo, considerado sagrado, ocupava um lugar de honra na vida de diferentes sociedades. Adultos e crianças, jovens e idosos, sempre consideraram o jogo como presença determinante e inquestionável no dia-a-dia. Ninguém desconsiderava os ensinamentos e o valor do jogo “pois representava aquilo que era mais importante para os povos, aquilo que deveria ser respeitado e venerado: suas crenças e seus valores morais.” (p.170)

Chevalier & Gheerbrant (1982), assinalam no *Dicionário dos Símbolos*, a relação dos jogos com o sagrado e a sua função nas sociedades. Lembram-nos que aspetos diversos caracterizam os jogos de acordo com a demanda dos diferentes grupos sociais e as necessidades de uma determinada época. Os autores referem que os jogos “podem ser iniciáticos, didáticos, miméticos,

competitivos. Inspiraram-se nas exigências da vida e desenvolvem as faculdades de adaptação social. (p.388)

Ariès (2014) enfatiza que o papel dos jogos nas civilizações antigas foi determinante para integrar a sociedade já que contribuía para fortalecer o elo coletivo. Através dos jogos o sentimento de união, a experiência integrativa e o espírito colaborativo eram incentivados. O papel social do jogo surgia principalmente nas grandes festas sazonais e tradicionais. Nestas ocasiões, “as crianças e os jovens participavam delas em pé de igualdade com todos os outros membros da sociedade, e quase sempre desempenhavam um papel que lhes era reservado pela tradição”. (p.93)

Na perspectiva de Couto (2013), o jogo enquanto tradição é considerado um estímulo que impulsiona e estimula a capacidade criativa e inventiva, compondo realidades paralelas que estruturam a formação e a identidade humana. A autora enfatiza que “tudo isso revela que, desde o princípio, a sociedade humana se apresenta inteiramente marcada pelo jogo”. (p.40)

O historiador Johann Huizinga, estudou e pesquisou o valor do jogo do ponto de vista histórico e social. No seu livro *Homo Ludens*, publicado em 1938, desenvolveu significativas reflexões sobre a natureza e o significado do jogo enquanto atividade humana e fenómeno cultural. Para Huizinga, o jogo “genuíno e puro, é uma das bases principais da civilização.” (p.21). A finalidade central da obra do autor é a integração do conceito de jogo no conceito de cultura, sendo este abordado de um ponto de vista histórico e não-científico.

Na cultura, encontramos o jogo como um fator pré-existente à própria cultura, que a acompanha e impregna desde os seus primórdios até à fase civilizacional em que presentemente vivemos. O jogo está presente em toda a parte como uma qualidade de ação bem definida, distinta da vida normal. (Huizinga, 2003, p.20)

O autor reconhece aspetos fundamentais que caracterizam o jogo e que podem ser resumidos da seguinte forma: acontece de forma voluntária; possui limites temporais e espaciais; possui uma função significativa, um sentido, uma ordem própria, sendo determinado por regras; é naturalmente dotado por uma qualidade estética, ritmo e harmonia; integra elementos de repetição e alternância; proporciona expectativas, divertimento, tensões, alegria; estimula relações grupais e a imaginação, transportando os jogadores para um outro tempo-espço que perdura até que o jogo termine. Huizinga destaca a relação do jogo com a festa e o

ritual, a alegria e o prazer; com a presença e beleza do corpo em movimento, onde “a fronteira entre o que é brincar e o que é a sério é sempre fluida”. (*id., ibid.*, p.24)

Assim, o historiador reconheceu no jogo um inestimável valor para o desenvolvimento integral do ser humano, sua obra tornou-se uma referência e ponto de partida para o estudo do jogo na educação.

Há, no entanto, uma terceira função aplicável tanto à vida humana como à vida animal, e tão importante como a racionalidade e o ato de fazer – o jogo. Quanto a mim, a seguir ao *Homo Faber* e talvez ao mesmo nível do *Homo Sapiens*, o *Homo Ludens*, o homem lúdico e jogador, tem direito a um lugar na nossa nomenclatura. [...] Não vemos motivo para abandonar a noção de jogo como fator distinto e de extrema importância na vida e na ação no mundo. Há muito que tenho a convicção de que a civilização surge e se desenvolve com o jogo. (Huizinga, 2003, p.15).

Surdi (2019) reconhece a relação entre o jogo, a ludicidade e o brincar, refere que o movimento é o elo que permite essa experiência.

O jogo inclui o lúdico, que engloba o brincar. No brincar, a intencionalidade do ser humano é maximizada pelo fato de ele ser o ator de sua ação. O jogo engloba o movimento humano e é englobado por ele. [...] No jogo também são exploradas as formas de criação e invenção. As condutas partem do sujeito, que buscam construir regras, brincadeiras, atividades condizentes com os participantes. (p.108)

O filósofo e educador Cipriano Luckesi, esclarece a forma como a palavra ludicidade vem sendo utilizada, referindo que habitualmente existe uma tendência a relacionar o termo ludicidade às brincadeiras da infância, que fazem parte de um abrangente leque de atividades lúdicas. O autor ressalta que uma atividade lúdica só poderá ser reconhecida desta forma tendo como ponto de partida o sujeito e o contexto no qual a experiência foi vivenciada. A atividade lúdica será considerada positiva ou negativa de acordo com o estado emocional e a circunstância em que o sujeito vivenciou a experiência, considerada única e intransferível. Nesse sentido,

[...] a ludicidade é um estado interno ao sujeito, ainda que as atividades, denominadas como lúdicas, sejam externas, observáveis e possam ser descritas por observadores, tais como os didatas, os historiadores, os sociólogos. A experiência lúdica (= ludicidade), que é uma experiência

interna ao sujeito, só pode ser percebida pelo sujeito que a vivencia.  
(Luckesi 2014, pp. 15, 17)

Assim, podemos compreender que para Luckesi o conceito de ludicidade não se restringe apenas à ideia do lúdico enquanto atividade de entretenimento, supostamente planejada para tal fim. A sua compreensão está diretamente relacionada a um estado de consciência, ao valor da experiência que nos proporciona prazer, bem-estar, ampliação da sensibilidade e do estado de presença.

Quando estamos definindo ludicidade como um estado de consciência, onde se dá uma experiência em estado de plenitude [...], estamos sim falando do estado interno do sujeito que vivencia a experiência lúdica. Mesmo quando o sujeito está vivenciando essa experiência com outros, a ludicidade é interna; a partilha e a convivência poderão oferecer-lhe, certamente oferecem, sensações do prazer da convivência, mas, ainda assim, essa sensação é interna de cada um, ainda que o grupo possa harmonizar-se nessa sensação comum. (Luckesi, 2002, p.6)

O olhar de Luckesi sobre o conceito de ludicidade enquanto vivência pessoal, dialoga com a compreensão do pedagogo Jorge Larrosa Bondía, sobre o significado da experiência e do saber da experiência:

a experiência é para cada qual sua, singular e de alguma maneira impossível de ser repetida. O saber da experiência é um saber que não pode separar-se do indivíduo concreto em quem encarna. [...] A experiência e o saber que dela deriva são o que nos permite apropriar-nos de nossa própria vida. (Bondía, 2002, p. 27)

Nesse sentido a experiência da ludicidade não está restrita apenas às crianças. Ela permeia todos os ciclos da vida. Da infância à velhice, ela é o que nos faz pulsar, vibrar, seguir em busca do novo, recriar o cotidiano e as realidades. A ludicidade gera “um estado interno de bem-estar, prazer e plenitude”. (Luckesi, 2014, p.19)

Em diálogo com os autores acima referidos, Bartholo (2019), afirma que

a ludicidade é compreendida como uma força interna que coloca o ser humano numa condição de abertura para o novo, para o processo criativo. Imbuído dessa força, suas experiências tornam-se mais intensas ao mesmo tempo em que é tomado por uma suavidade. (p.27).

A autora reconhece que, através de experiências verdadeiramente lúdicas, processos internos são estimulados e a capacidade criativa encontra espaço para manifestar-se.

Na experiência lúdica vibramos outra intensidade, com mais leveza e ao mesmo tempo muito mais intensidade, nos sentimos mais plenos de vida. A arte, por sua capacidade de falar a linguagem dos sentidos, é, por essência, uma atividade que favorece a experiência lúdica de entrar em fluxo criativo. (p.32)

Tendo como base a compreensão de jogo e ludicidade, Couto (2013) ressalta que “o lúdico nos mobiliza para a ação, para o brincar, para o criar; é nesse jogo que temas antigos e atuais, universais e locais, relacionam-se na intrincada teia de elementos lúdicos que se entrecruzam dentro de nós. (p.40)

Assim, Câmara Cascudo na obra *Civilização e Cultura*, dimensiona a presença do lúdico, do jogo e do brincar:

A necessidade lúdica, o desejo de brincar, o uso do jogo é uma permanente humana. Há transfigurações ampliadoras de sua influência, tornando-a fonte originária das artes, religião, sociedade. O exercício lúdico é a expansão do saldo energético que o homem, ou a criança, não pôde aplicar numa atividade produtora. Essa energia, em seu valor cinético, expressa-se no movimento, incontido, irrefreável, tanto mais impulsivo quanto maior haja sido sua contenção. A disponibilidade lúdica não abandona o homem em toda a sua existência. (2004, p.580)

Surdi (2019) em diálogo com os autores acima referidos lembra-nos que “a ludicidade se faz presente no processo de humanização do homem, no qual se expressam principalmente os sentimentos de prazer e de alegria. Servindo como estímulo primordial e fonte de inspiração para diversos jogos”. (p.111)

A ludicidade como dimensão do humano encontra a sua plenitude na infância que ressignifica realidades no ato de jogar-brincar. Neste sentido o filósofo Walter Kohan, menciona: “Ela é condição. Não há como abandonar a infância, não há ser humano inteiramente adulto. A humanidade tem um *soma* infantil que não lhe abandona e que ela não pode abandonar” (Kohan, 2003, p.245).

Maturana & Verden-Zoller (2004), alertam sobre o papel da ludicidade expressa pelo ato de brincar e as consequências da sua ausência:

Nossa cultura ocidental moderna desdenhou o brincar como uma característica fundamental generativa na vida humana integral. Talvez ela faça ainda mais: talvez negue o brincar como aspeto central da vida humana, mediante sua ênfase na competição, no sucesso e na instrumentalização de todos os atos e relações. Acreditamos que para recuperar um mundo de bem-estar social e

individual – no qual o crime, o abuso, o fanatismo e a opressão mútua não sejam modos institucionalizados de viver, e sim erros ocasionais de coexistência – devemos devolver ao brincar o seu papel central na vida humana. Também cremos que para que isso aconteça devemos de novo aprender a viver nessa atmosfera. (pp. 244-245)

Pensadores e autores em diversas áreas do conhecimento continuam a debruçar-se sobre a temática do jogo e da ludicidade. Deles trazemos a compreensão do jogo e da ludicidade como possibilidade de experiência, como condição para a existência humana e para o desenvolvimento harmonioso dos diferentes ciclos de vida. Fomentar essa experiência em contexto educativo é fortalecer, apoiar e respeitar o processo de humanização.

## **2. Os jogos tradicionais**

Santos (2015) lembra-nos que o termo tradição, de origem latina, *tradere*, significa transmissão, passar completamente, entregar um legado, um conhecimento, ou narrar episódios e factos passados. “Tradição é costume e o costume difunde as expressões mais genuínas da cultura popular e da identidade cultural de uma realidade. O jogo como tradição ocorre quando o conhecimento sobre ele se perpetua na memória lúdica de um grupo social” (p. 41).

Na perspetiva de Amado (2011), as tradições populares, incluindo os jogos, os brinquedos e as brincadeiras, danças e cantos, são os fundamentos, o âmago das diferentes culturas e sociedades. “A cultura popular traduz, em muito, a identidade de cada povo. Certamente há que procurar também no património lúdico aqueles que são os elementos identificadores da cultura local”. (p.60)

O jogo tradicional, como enfatiza Santos (2015), por ter a característica de permanecer no tempo e agregar novas possibilidades, não é antagónico à modernidade. “Há uma propensão para que o jogo seja, ao mesmo tempo, transformado e repetido em determinado contexto” (p. 41).

Sobre a relação do jogo tradicional com o tempo histórico e a sua conceção, a autora ressalta:

Cada tempo histórico possui uma conceção do jogo que está subjacente aos valores, costumes e comportamentos dos indivíduos, ao mesmo tempo que é submetida à estrutura social que a representa. É corriqueiro pensarmos em um quotidiano infantil quando falamos em jogo, contudo não podemos limitar as relações estabelecidas com o

jogo, restringindo-o à fase da infância ou simplificando-o como uma atividade fútil e inexpressiva, como se essa condição não revelasse a seriedade do fenômeno. (p. 83)

Assim também na compreensão de Chicon (2020):

O jogo tradicional guarda a produção cultural de um povo em certo período histórico. Essa cultura não oficial, desenvolvida especialmente de modo oral, está sempre em transformação, incorporando criações anônimas das gerações que se vão sucedendo. Por ser elemento folclórico, o jogo tradicional infantil assume as características de anonimato, tradicionalidade, transmissão oral, conservação, mudança e universalidade. (p.30)

Para o autor o jogo tradicional é para a criança a porta de entrada numa cultura muito particular, envolvida por um tempo histórico. A criança se apropria dessa cultura em movimento, formada por uma diversidade de jogos compostos por conteúdos culturais. Neste encontro, a criança é o sujeito que reproduz o jogo e ao mesmo tempo o transforma de acordo com a sua própria realidade.

Chevalier & Gheerbrant (1982), fazem menção à riqueza simbólica dos jogos e das brincadeiras tradicionais que nos dias atuais são esquecidos e muitas vezes menosprezados. “Estes jogos e brincadeiras não deixam de ter, ainda hoje, uma razão de ser que, por não ser sagrada, preenche uma função psicológica e social importantíssima como símbolos agonísticos e pedagógicos”. (p.387).

Os autores citam Roger Caillois que nas suas pesquisas identificou exemplos muito significativos da rica simbologia que reveste os jogos. Podendo citar:

O mastro de cocanha ou pau de sebo está ligado aos mitos de conquista do céu, o futebol à disputa do globo solar entre duas fratrias antagônicas. Alguns jogos de cordas serviam para augurar a preeminência das estações e dos grupos sociais que a elas correspondiam. [...] O jogo da macaca representava provavelmente o labirinto, onde o iniciado se perdia a princípio. (Caillois, cit. In Chevalier & Gheerbrant, 1982 p. 387)

Na perspectiva de Friedman (1996) o jogo tradicional é transmitido entre gerações, assimilado espontaneamente, variando as regras de acordo com a cultura e o grupo:

muda a forma, mas não o conteúdo do jogo tradicional. O conteúdo é constituído pelos interesses lúdicos particulares ligados a tal ou qual objeto, que é o objetivo básico do jogo; a forma é a organização do jogo

do ponto de vista dos materiais utilizados, do espaço, do número de jogadores, etc. Esses jogos são imitados ou reinterpretados, perpetuando a sua tradição. (p.43)

Em diálogo com Friedman (1996), Kishimoto (1993) ao referir-se aos jogos tradicionais, reforça a ideia fundamental da transmissão geracional, do legado da expressão oral e da memória, ressaltando que “enquanto manifestação espontânea da cultura corporal, os jogos tradicionais têm a função de perpetuar a cultura infantil e desenvolver formas de convivência social. (p.15)

Para Brougère (1998) o jogo tradicional enquanto espaço social,

exige uma aprendizagem concomitante e supõe a existência de um acordo prévio que subjaz a uma significação unívoca que cada participante lhe atribui a partir do conhecimento e do domínio prático das regras que o regem. (p.192)

Silveira e Cunha (2014), ressaltam que os jogos tradicionais possibilitam à criança compreender e interagir com o meio “bem como vivenciar as suas próprias experiências, ou seja, propiciam à criança observar, criar, experimentar e relacionar-se com as pessoas e com o meio ambiente”. (p.53)

O sociólogo Roger Caillois (1990), estabeleceu quatro principais características para os jogos tradicionais, sendo elas: *Agôn*, *Alea*, *Mimicry* e *Ilinx* que correspondem respectivamente a competição, sorte/acaso, simulacro e vertigem. As quatro categorias fundamentais identificadas pelo autor revelam um vasto leque de intensões, sensações e emoções que integram o universo dos jogos.

Em *Agôn*, encontramos os jogos de competição nos quais os participantes se confrontam de igual para igual, com as mesmas oportunidades. Interessa em *Agôn* o reconhecimento da excelência em um determinado domínio.

Trata-se sempre de uma rivalidade que se baseia em uma única qualidade (rapidez, resistência, vigor, memória, habilidade, engenho) exercendo-se sem limites definidos e sem nenhum auxiliar exterior, de tal forma que o vencedor apareça como sendo o melhor, numa determinada categoria de proezas. (p.34)

Em *Alea*, encontramos os jogos de sorte, acaso, onde tudo pode acontecer. A força de vontade e o valor da responsabilidade não são considerados.

*Alea* assinala e revela a benevolência do destino. O jogador, face a ele, é inteiramente passivo, não faz uso das suas qualidades ou disposições, dos seus recursos de habilidade, de força, inteligência. [...]

Alea nega o trabalho, a paciência a habilidade e a qualificação; elimina o valor profissional, a regularidade, o treino. (p.37)

*Mimicry*, convida-nos a viver a ilusão, o faz de conta, o jogo imaginário, incorporar uma personagem, ser legião, usar o artifício dos disfarces.

Encontramo-nos, então, perante uma variada série de manifestações que têm como característica comum à de se basearem no facto de o sujeito jogar a crer, a fazer crer a si próprio ou a fazer crer aos outros que é outra pessoa. (p.39)

E por fim, *Ilinx* que nos confronta com o desafio da vertigem, da instabilidade, o risco do salto, do voo, da queda, o êxtase dos giros. Caillois refere-se a *Ilinx* da seguinte maneira: “Para abarcar as diversas variedades de uma tal exaltação que é um atordoamento simultaneamente orgânico e psíquico, proponho o termo *Ilinx*, nome grego para o turbilhão das águas e de que deriva na mesma língua, o designativo de vertigem”. (p.45)

Gomes da Silva (2011) assinala a relação da presença do corpo, o valor da experiência e do movimento no ato de jogar:

Nas práticas motoras os jogadores participam de um mesmo circuito de comunicação e se envolvem num vínculo de convivência. E esse vínculo implica os sujeitos naquilo que gesticulam entre si, os seus movimentos não estão apenas dentro do jogo, mas pertencem ao jogo e constituem o jogo. (Silva, cit. In Souza-Cruz, 2020, p. 48)

Em relação ao valor dos jogos tradicionais no desenvolvimento da capacidade de tomar decisões, raciocinar, articular soluções e descobrir novos caminhos de ação, Sousa-Cruz (2020) ressalta:

Acredito na relevância dos jogos tradicionais, por serem partícipes da cultura lúdica, com variações de nomenclatura e de funcionamento. Muitas vezes, são simples de jogar, porém, complexos nas ações que exigem em relação ao espaço, ao objeto e aos jogadores. [...] As decisões são pensadas a partir das situações que surgem constantemente, que os levam a pensar o que fazer no jogo, como fazer e a perceber melhor as suas ações, bem como as dos outros, em prol de atingir os objetivos do jogo partindo da lógica de funcionamento. (p.22)

No que diz respeito à relação do jogo tradicional com o desenvolvimento das habilidades de movimento e aquisições motoras, Adriana Klisys (2015) e João Batista Freire (2017), trazem significativas contribuições à compreensão do tema.

Klisy (2015) lembra-nos o impulso constante da criança que, ao jogar, revela o prazer no aprimoramento das ações, buscando sempre atingir novas conquistas:

A disposição, qualidade marcante na criança, sobretudo no que se refere à construção e ao aperfeiçoamento de suas habilidades motoras e relacionais, permite expandir o movimento no mundo e ampliar o leque de possibilidades de atuação. O jogo está sempre direcionado para o aperfeiçoamento das habilidades: se já sabe saltar cordas, busca novos desafios, como pular bem depressa, em dupla, cruzando e descruzando os braços, e assim por diante. (p. 97-98)

No mesmo sentido, Freire (2017) valoriza a importância da vivência dos jogos tradicionais na construção das habilidades de movimento e refere alguns aspectos a serem considerados, podendo citar: a repetição sistemática característica do ato de jogar favorece a assimilação, a manutenção e o aprimoramento de habilidades psicomotoras, garantindo conhecimentos adquiridos e a integridade do que foi aprendido. O ato de repetir e de adquirir o prazer da repetição torna possível o aperfeiçoamento de habilidades psicomotoras, abrindo o caminho para novas aquisições com graus de complexidade mais desafiadoras.

Sobre o desenvolvimento da inteligência criativa através do jogo, o autor afirma que “o inusitado que reveste o jogo é uma das possibilidades de desenvolvimento de formas bastante originais de inteligência, a inteligência diante do inusitado, a inteligência que leva o sujeito pelo caminho que nunca trilhou antes” (Freire, 2017, p.20).

Santos (2015) lembra-nos que nos dias atuais marcados pela insegurança, conflitos e violência, crianças e jovens impossibilitados de brincarem nas ruas, não perpetuam a tradição e a memória dos jogos tradicionais. No entanto, a autora refere que o jogo tem sido considerado “um importante instrumento, como, por exemplo, na psicologia para acompanhar o processo de terapias, na educação como recurso pedagógico, na ciência da computação em construções e desenvolvimento de novas tecnologias”. (p.166)

### **3. Habilidades de movimento**

Na aprendizagem da dança as conquistas não surgem de imediato, são muitas as etapas e não há atalhos ou soluções instantâneas ao longo do processo formativo. Há um tempo para compreender, organizar e incorporar a ação, um tempo para dar forma ao gesto, tornar o que antes parecia difícil em algo orgânico, natural, estético. “No estudo do desenvolvimento humano observa-se que a

sedimentação de cada nova etapa do conhecimento se associa sempre a um novo conhecimento do movimento” (Bertazzo, 1998, p.21).

O corpo-sujeito, ao mover em um contexto de aprendizagem de dança, confronta-se com limites, descobre possibilidades, estabelece conexões, processa e integra informações. O aprendiz de dança vivencia uma série de movimentos sucessivos, simultâneos, alternados e coordenados entre si, que são percebidos como um devir constante que acontece em um tempo-espaço envolvido pela expressividade e pela comunicação. Conhecer, aprimorar e articular as habilidades de movimento contribui para a ampliação do repertório motor, estimula o interesse pela aprendizagem e pela compreensão do corpo que sente, age e pensa em constantes trocas relacionais. Impulsionado a conquistar novas habilidades de movimento ao dançar, o corpo-sujeito como num jogo, lança, arrisca, explora e descobre-se como uma usina de movimentos articulados, onde “o aprendizado abre novos campos perceptivos, construindo um elo entre o aprendiz e o mundo. O entendimento se dá, assim, tanto no pensamento como na ação” (Bertazzo, 2010, p. 36).

Bertazzo (1998), ao referir a importância da estimulação das habilidades de movimento, considera o seu aprimoramento como essencial para o desenvolvimento afetivo, social e intelectual do indivíduo e ressalta: “nascemos para criar significados, para ganhar um significado. E o corpo é produtor desses significados. A prática do movimento é o instrumento capaz de fornecer condições para que nossas potencialidades ganhem forma”. (p. 29).

Aqui tomamos como referência incontornável o professor Vítor da Fonseca que, através dos seus estudos, compreendeu o corpo como um recetáculo de histórias e memórias formado por incontáveis experiências psicomotoras. Fonseca (2008) define habilidade e movimento da seguinte maneira:

Habilidade: Capacidade de expressão corporal que permite obter o resultado máximo com o mínimo de esforço em uma dada tarefa, demonstrando harmonia, melodia, sinergia, velocidade, precisão e disponibilidade psicomotora. A promoção de habilidades é um objetivo crucial da educação, da reeducação, da terapia e da reabilitação psicomotora. (p.571)

Movimento: Mudança de posição efetuada por um organismo ou por uma das suas partes. Manifestação crucial da vida de um organismo, cuja imobilização e regulação dependem do seu sistema nervoso. No ser humano o movimento compreende o suporte concreto do gesto

expressivo e o suporte transcendente das praxis, com as quais a humanidade atingiu, por um lado, a linguagem e, por outro, a fabricação de instrumentos, funções psicomotoras que estão na base da civilização. (p.574)

De acordo com as definições acima referidas podemos compreender habilidade de movimento como a capacidade que o indivíduo possui de realizar tarefas de uma maneira eficaz, revelando rigor na execução, mínimo gasto de energia e sentido estético, identificado pela harmonia da ação corporal. Para tal torna-se necessário o tempo da experiência, que envolve a prática e o aprimoramento.

No que diz respeito à conquista das habilidades de movimento, Fonseca (2008) enfatiza a mudança de comportamento provocada pela prática continuada: “a fluência sonhada e desejada é então incorporada e continuamente aperfeiçoada, a perícia e a excelência performática não param de ser apuradas”. (pp.70-71)

No vasto e complexo universo do mover descobrem-se caminhos para que possamos perceber a intrincada rede que compõe o desenvolvimento do ser humano que, da infância à velhice, é movimento, emoção, memória. Nessa linha do tempo o movimento é a manifestação do ser na sua trajetória que se constrói passo a passo ao longo da vida.

Nesse sentido Bertazzo (1998), considera o movimento como

a base de toda a inteligência, e as funções mais sutis do corpo humano são forçosamente subordinadas à estrutura do movimento. [...] No estudo do desenvolvimento humano observa-se que a sedimentação de cada nova etapa do conhecimento se associa sempre a um novo conhecimento do movimento. (pp.21 e 29)

Assim, na compreensão de Fonseca (1977)

O movimento, não resulta da integração de estímulos isolados, mas unicamente das situações concretas que o determinam. O movimento ocupa grande parte das manifestações da história biológica do indivíduo, dado que como exteriorização significativa não é uma revelação abstrata, mas sim, do concreto vivido inerente ao sujeito. [...] Para nós, o essencial é a intencionalidade, a significação e a expressão do movimento, e desta forma o movimento põe em jogo toda a personalidade do indivíduo. (p.17)

Em diálogo com os autores acima referidos, Surdi (2019) ressalta que o movimento humano produz significados e é sempre único na sua manifestação.

Cada gesto intencionado para o mundo tem sua particularidade que é original de cada sujeito que se expressa da sua maneira. Dessa forma, o estudo sobre o movimento humano deve ser mais explorado. O ser humano é o movimento e o movimento é o que nos caracteriza neste mundo. (p.117)

Rudolf Laban (1978), assinala a presença do movimento afirmando que:

O homem se movimenta a fim de satisfazer uma necessidade. Com sua movimentação, tem por objetivo atingir algo que lhe é valioso. [...] O movimento, portanto, revela evidentemente muitas coisas diferentes. Suas formas e ritmos mostram a atitude da pessoa que se move numa determinada situação. [...] Cada um dos movimentos se origina de uma excitação interna dos nervos, provocada tanto por uma impressão sensorial imediata quanto por uma complexa cadeia de impressões sensoriais previamente experimentadas e arquivadas na memória. (pp. 19, 20 e 49)

O autor analisou as conquistas e o desenvolvimento de habilidades e ações de movimento, considerando interações que ampliaram a compreensão do corpo como um todo:

O corpo é nosso instrumento de expressão por via do movimento. O corpo age como uma orquestra, na qual cada ação está relacionada com qualquer uma das outras partes e é uma parte do todo. [...] Cada ação de uma parte particular do corpo deve ser entendida em relação ao todo que sempre deverá ser afetado, seja por uma participação harmoniosa, por uma contraposição deliberada, ou por uma pausa. (p.67)

Laban enfatizou na sua pedagogia a importância do aprimoramento das habilidades de movimento no sentido de manifestar

ações corporais nítidas, isto é, usar o corpo e as suas articulações com clareza tanto na imobilidade quanto em movimento. Os movimentos de cada parte do corpo se relacionam aos de qualquer outra parte ou partes, por intermédio de propriedades temporais, espaciais e tensionais. (p.88)

Encontramos o conceito de ação integrado ao de movimento e, nesse sentido, consideramos pertinente uma breve referência de como este conceito é compreendido tanto por Rudolf Laban como por Vítor da Fonseca.

Para Fonseca (2008), ação é todo o “movimento do corpo humano em relação com o mundo exterior, integrando dados do espaço, do tempo e dos objetos e suas múltiplas relações dinâmicas. Concebida como conduta adaptativa do indivíduo, a ação emana de esquemas destinados a resolver eficazmente situações-problema”. (p.561)

Rengel (2005), ao elaborar o Dicionário Laban, identifica no conjunto da terminologia labaniana o significado de ação e/ou ação corporal como:

Uma sequência de movimentos onde uma atitude interna do agente resulta num esforço definido, o qual, por sua vez, imprime uma qualidade ao movimento. Laban reforça que atitude, esforço e movimento dão-se simultaneamente e que o termo corporal engloba os aspectos intelectuais, espirituais, emocionais e físicos, ou seja, o corpo é uma totalidade complexa. A ação corporal caracteriza-se sempre por ser a projeção externa de um impulso inerente para o movimento, seja ele funcional ou expressivo. A ação corporal compreende o envolvimento total da pessoa e a ação física compreende a ação mecânica do corpo. (p.23)

Em diálogo com Laban e Fonseca, Bertazzo (1998) enfatiza que “função e estrutura são mutuamente dependentes no movimento humano. A ação cria a forma, a forma condiciona a ação, a ação reelabora a forma, sucessivamente”. (p.38)

Vítor da Fonseca (2008), ao citar Ray Barsch, criador da Teoria da Movigenética, ressalta alguns aspectos relevantes a considerar:

Quanto maior for a eficiência motora do ser humano (individual, social, profissional, escolar ou de expressão artística), maior será também, a possibilidade de adaptação e sobrevivência. [...] É pelo movimento que se processa a maturidade do sistema nervoso e da percepção, maturidade essa que vai desde a total dependência do indivíduo (no momento do nascimento ou nos momentos iniciais de qualquer nova aprendizagem) até à sua movimentação e orientação autónoma em relação ao mundo que o rodeia. [...] A eficiência do movimento é função da organização contínua dos segmentos corporais. O movimento do ser humano evolui das aquisições motoras mais simples para as mais complexas e em função de uma sequência em contínua integração e interação multisensorial dependente de redes neuronais entretanto estabelecidas. (pp. 300, 301, 302).

Feldenkrais (1988) também enfatiza a relação do movimento com a sobrevivência: “Portanto a questão do bom movimento é basicamente se ele assegura a sua sobrevivência e auto preservação. [...] A sobrevivência não é conseguida por apresentarmos ações corretas, mas sim evitando ações que comprometem nossa vitalidade e nossa vida. (pp. 46 e 48).

Digelmann (1991) refere que o movimento no método Eutonia, de Gerda Alexander, é compreendido como a:

Maneira ou a ação de mover o corpo, permite satisfazer as necessidades e os instintos do sujeito. Insistimos que sempre considerou o movimento como expressão ou ação do sujeito como unidade. É utilizado para o desenvolvimento da consciência do corpo a partir da sensação cinestésica. (p.62)

Bertazzo (2010) lembra-nos que

o ser humano possui inscrito em suas células um imenso leque de possibilidades gestuais que vão além dos funcionais e mecânicos. Os movimentos humanos estão amalgamados ao universo afetivo e cultural, construindo pontes e representações entre ações motoras e mundo imaginário. (p.26).

O autor refere a importância da estimulação das habilidades de movimento, considerando o seu aprimoramento essencial para o desenvolvimento afetivo e intelectual do adolescente e da criança.

O ser humano não nasce pronto. O aparelho locomotor sobretudo precisa de uma vasta experimentação, para que venha a constituir-se numa autêntica fábrica de gestos, que por sua vez influenciará o desenvolvimento do aparelho neurológico. A prática da coordenação motora nunca deve cessar, assim como não deveria cessar a evolução intelectual. É essencial no crescimento da criança e do jovem, e na manutenção da saúde do adulto. (Bertazzo, 2004, p. 41)

Gallahue, Osmun & Goodway (2012) consideram que o termo habilidade de movimento é similar a habilidade motora, identificando-a como:

Uma tarefa ou ação de movimento voluntário aprendida, orientada para um objetivo, de uma ou mais partes do corpo. É uma ação aprendida que tem um objetivo específico e como resultado é de natureza voluntária e requer movimento de alguma parte ou partes da anatomia humana. (p. 15)

Magill (2000), assinala aspectos do desenvolvimento das habilidades motoras: há uma meta a ser atingida com a intenção de conquistar um determinado objetivo;

as habilidades motoras são desempenhadas voluntariamente e a aprendizagem das ações envolve tempo e prática. O autor ressalta ainda que durante o processo de evolução o indivíduo vivencia diversas etapas que envolvem a capacidade de precisão, adaptação e persistência e que o processo de aprimoramento das habilidades motoras implica uma relação direta com o grau de atenção e a resposta do controle motor.

Arena (2016) refere que “o crescimento no aspecto motor tem relação direta com as possibilidades de movimento, ou seja, com os estímulos motores e com a aprendizagem de habilidades básicas aplicadas ou especializadas” (p.15). A autora traça um paralelo com o desenvolvimento das habilidades de movimento e a vivência do jogar-brincar, referindo a mais-valia deste recurso para a cognição e para o amadurecimento de competências relacionais, já que estimulam aspectos considerados essenciais como a curiosidade, a linguagem, a atenção, a resiliência, a concentração, a colaboração e a interajuda.

Neto (2020) menciona a relação da motricidade com processos de maturação diretamente relacionados com a experiência e a relação com o meio.

O desenvolvimento da motricidade é o conjunto das transformações de respostas, entendidas numa fase diacrónica, e constatáveis ao nível dos movimentos, das qualidades físicas e motoras e das atividades humanas na adaptação às variações do meio físico e social. É um processo que decididamente dependente da maturação, do crescimento e da aprendizagem. O jogo e a motricidade representam um instrumento poderoso, que, se, bem utilizado, possibilita a promoção e a aquisição de um conjunto de habilidades fundamentais no desenvolvimento psicológico, emocional e social das crianças. (p.18)

Surdi (2019), assim como Neto (2020), também traça um paralelo do movimento humano com o jogo e as experiências motoras. Refere que ambos, movimento e jogo

podem ser entendidos como sendo uma real possibilidade de descoberta do mundo pelo homem, por intermédio do diálogo que o homem em movimento faz com o mundo. Compreender o mundo pela ação quer dizer utilizar o movimento próprio do ser humano em direção ao mundo, mundo este que é sempre um mundo vivido, onde utilizamos as nossas experiências e vivências motoras mais originais impulsionados pela nossa intencionalidade. (p.111)

Na perspectiva de Smith-Autard (2010) o movimento é considerado uma linguagem: Deve ficar claro que o movimento é uma ampla linguagem de comunicação e que as variedades de combinações de seus elementos constituem muitos milhares de “palavras” de movimento. Além disso, no contexto de uma dança, os movimentos devem ser entendidos como significativos em justaposição com outros. (p.17)

Mansur (2013) refere-se ao movimento como a possibilidade de encontro com a dança e a intenção do mover:

Da necessidade do movimento surgiu a dança. Da possibilidade da dança estabeleceu-se a necessidade de dançar, como um ciclo de complexidade humana que insiste em desafiar todas as questões que a lógica procura clarear. Tão necessário como respirar e mover, intencional o movimento, dar-lhe significado. Único, preciso, emocionado. (p.211)

#### **4. Rudolf Laban**

O legado de Rudolf Von Laban (1879-1954) inspira bailarinos, coreógrafos, educadores, artistas, profissionais de diversas áreas, que reconhecem a sua obra como um recurso de inestimável valor para o desenvolvimento integral do ser humano. Durante muitos anos atuando como pesquisador, bailarino, artista plástico, coreógrafo e educador, observou o corpo em movimento em diversos contextos e nos diferentes ciclos que compõem a linha do tempo da trajetória humana. Dedicou-se em profundidade a estudar e criar um sistema de notação – *Labanotation* – que permite a interpretação e a reconstrução dos movimentos e suas respectivas qualidades.

De acordo com Louppe (2012), Rudolf Laban está situado na origem da Dança Contemporânea. A autora lembra-nos que Laban considerou “o corpo em movimento, e não um corpo fantasiosamente originário, imóvel, no qual o movimento viria imprimir a sua marca”. (p.103). A autora refere que, para Laban, “a relação entre o movimento e o contexto social passa por uma dinâmica muito mais profunda que não se pode descrever meramente em termos de formas miméticas” (p.119).

Rudolf Laban, viveu e refletiu intensamente a dança, analisou o gesto, a energia, a qualidade e as intenções do corpo que, ao dançar, desvela histórias de mundos interiores. Experimentou e proporcionou vivências com foco na relação corpo-espaço, dinâmica, ritmo e fluência do movimento, expandindo desta forma a

compreensão e a consciência da presença do corpo-sujeito. A sua abordagem e análise do movimento é uma mais-valia em diversas esferas da vida, tendo sido reconhecida como uma referência para educadores, artistas, terapeutas e pessoas interessadas em contatar a potência do corpo em movimento.

Maria Mommensohn (2006), ao analisar a metodologia de Laban, enfatiza: o método que propõe Laban não passa pela noção de técnica de desenvolvimento de habilidades simplesmente, mas sobretudo pelo estado de atenção na realização de qualquer ação corporal. Não trata somente dos movimentos extraordinários dos bailarinos, mas também do impulso primeiro para o espaço, a intenção subjacente no gesto, quer seja ele amplo ou pequeno. (p. 117)

No livro Domínio do Movimento, Laban (1978) partilha a sua compreensão e respeito pela dimensão do corpo sensível enquanto veículo da Arte do Movimento, manifestada através dos gestos quotidianos e pela dança propriamente dita:

A extraordinária estrutura do corpo, bem como as surpreendentes ações que é capaz de executar, são alguns dos maiores milagres da existência. Cada fase do movimento, cada mínima transferência de peso, cada simples gesto de qualquer parte do corpo revela um aspeto da nossa vida interior. [...] Na verdade, a dança pode ser considerada como a poesia das ações corporais no espaço. (pp.48, 52)

Rudolf Laban valorizou o ato de brincar-dançar manifestado em diferentes grupos sociais. Neste sentido, expressa a ideia de um corpo-brincante que, ao brincar-dançar, arrisca, descobre e seleciona genuínas ações de movimentos. Estes, configuram qualidades e esforços que enriquecem o repertório psicomotor que, por sua vez, caracterizam culturas e tradições de diferentes comunidades.

A brincadeira é de grande valia para o crescimento da capacidade de esforço e para a sua organização. [...] A imperiosa necessidade de brincar e dançar expandiu-se, em consequência, numa variedade estonteante de tradições de movimentos, em todos os campos da atividade humana. (Laban, 1978, pp.41, 43)

Laban (1990), compreendia e considerava a dança como um meio de educação. Ressaltava a importância da criança encontrar espaços para expressar o impulso inato da dança, que “as introduz no mundo do fluxo do movimento e reforça as suas faculdades naturais de expressão” (p.18). O cultivo da espontaneidade do movimento e o fomento da expressão artística eram também considerados por Laban essenciais na formação integral da criança e do jovem. Ele ressaltava a

importância de “integrar o conhecimento intelectual com a habilidade criativa, um objetivo de suma importância em qualquer forma de educação”. (p.10)

Com a sua sensibilidade Laban percebeu a importância do papel da dança e da arte ao longo do processo acadêmico, na medida em que este não permite à criança e ao jovem viverem a plenitude do corpo enquanto meio de expressão e comunicação:

A aprendizagem da dança requer especial importância à medida que os estudos acadêmicos são mais intensos, com o fim de equilibrar os esforços intelectuais cada vez maiores com esforços ativos, de maneira que a criança se desenvolva em sua totalidade, isto é, física, mental e emocionalmente. (Laban, 1990, p.29)

A sua abordagem e pedagogia do movimento constituem inspiração e referência fundamentais no campo do ensino da Dança Contemporânea, das quais destacamos alguns aspectos relevantes: cultivar a espontaneidade; dar a conhecer os princípios que governam o movimento; incentivar e proporcionar o dançar em grupo e estimular a expressão artística e estética ao longo do processo.

Através do conceito de cinesfera, Laban rompeu os limites e desafiou o corpo a conquistar novos territórios de ação, ampliando assim as suas possibilidades e o conhecimento de si enquanto um corpo-sujeito:

O conceito de uma cinesfera que incluiu todos os movimentos possíveis – o espaço que o corpo transporta consigo, ou melhor, onde ele se constrói e se constitui - é a reunião de todos os acontecimentos motores possíveis, nos quais se distinguem os modos de transferência de peso e as qualidades ou orientações tensionais. (Louppe, 2012, p. 121)

De acordo com Laban (1978):

As ações corporais produzem alterações na posição do corpo ou em partes dele, no espaço que o rodeia. Cada uma dessas alterações leva um certo tempo e requer uma certa dose de energia muscular. É possível determinar e descrever qualquer ação corporal respondendo às quatro questões:

1. Qual a parte do corpo que se move?
2. Em que direção ou direções do espaço o movimento se realiza?
3. Qual a velocidade em que se processa o movimento?
4. Quanto de energia muscular é gasto no movimento? (pp.55-56)

Fernandes (2002), refere que a partir da análise das ações do corpo, Laban identificou e definiu quatro fatores de movimento: espaço, peso, tempo e fluência.

Cada um dos fatores de movimento possui duas formas básicas de serem experienciadas. A autora compôs pequenos versos considerados uma mais-valia para a compreensão de cada um dos fatores de movimento que são partilhados a seguir (pp. 107-119):

Fluxo livre ou contínuo: Sou fluxo incontrolável. Não posso interromper-me. Só vou e vou. Continuamente movimento.

Fluxo contido ou controlado: Controlado e controlável, cada movimento é restrito e cuidadoso.

Espaço indireto: Atento a todo espaço ao meu redor, todos os pontos ao mesmo tempo. Meu corpo move-se consciente de muitos simultâneos pontos. Céu repleto de estrelas.

Espaço direto: Consciente de meu espaço, objetivo, mira, alvo. Sei onde quero ir, todo o meu corpo canaliza-se ao ponto escolhido.

Peso leve: Sou carregado pelo ar, quase que contra a gravidade. Minhas células são leves plumas.

Peso forte: Meu corpo se impõe, vigoroso, firme. Armazeno e movo força.

Tempo desacelerado: Descansado, prolongado, desacelero no tempo. Cada vez mais vagaroso e lento.

Tempo acelerado ou urgente: Apressado, urgente. Acelero no tempo. Cada vez mais rápido.

O método de análise do movimento desenvolvido por Laban, oferece ferramentas que tornam possível o estudo e a composição do movimento em dança, podendo ser considerado como um caleidoscópio, tão vasto e múltiplo é o leque das possibilidades de combinações entre os quatro fatores de movimento e as oito ações básicas por ele identificadas: deslizar, flutuar, pontuar, sacudir, pressionar, torcer, socar, chicotear.

A observação direta das ações do corpo em movimento fornece diretrizes e orientações para que os bailarinos, atores, educadores, estudantes, possam enriquecer e ampliar o repertório de movimentos, assim como a experiência criativa em diferentes contextos da aprendizagem.

Os princípios básicos do movimento definidos por Laban encontram-se presentes em toda e qualquer atividade onde o corpo manifesta-se como veículo de comunicação. São considerados um guia no que diz respeito à análise e compreensão do movimento. A sua vivência amplia o vocabulário e favorece o futuro estudo da composição do movimento.

Laban dividiu os princípios básicos do movimento da seguinte maneira:

- O corpo: Que movimentos pode o corpo fazer?
- O espaço: Onde pode o corpo dançar?
- A energia/fluxo: Como nos movemos? Que qualidades, dinâmica e tempo pode o corpo explorar?
- A relação: Com quem ou com o quê, em que circunstâncias nos movemos?

A sua aplicação revela-se uma mais-valia no ensino da Dança Contemporânea já que possibilita articular uma série de combinações que tornam a aprendizagem artística rica em desafios técnicos, expressivos, criativos, estéticos e relacionais. A Dança Contemporânea como nos lembra Louppe (2012), “não exclui qualquer movimento.” (p.122)

No mesmo sentido, Rengel (2005) reforça a importância da pedagogia de Laban no processo de aprendizagem:

Laban nos ensinou que com o corpo adquirimos conhecimento. Ele, já na sua época, dizia que não é possível separar conceitos abstratos, ideias ou pensamentos. Ele (o corpo) é a base primeira do que podemos dizer, pensar, saber, comunicar. A noção de que corpo e mente fazem parte de uma mesma realidade é a base da Arte do Movimento de Rudolf Laban. Por esta razão, o emprego do método de Laban no ensino do movimento nas escolas é tão presente e importante. Ele aponta possibilidades múltiplas do movimento no processo educativo, oferecendo uma movimentação menos restrita, mais criativa, e de acordo com o desenvolvimento global da pessoa. (p.13)

Victorino (2009), lembra-nos que Laban percebia e valorizava o movimento humano como Arte, manifestação genuína da experiência:

Laban, fascinado pela análise do movimento como um grande sistema lógico e expressivo, via na associação direta entre movimento e estado da mente, no valor social de um gesto, nas relações entre movimento, personalidade e caráter uma base de trabalho singular. Laban queria que as pessoas tivessem a experiência do mundo que o movimento abarca. (p.11)

O sistema Laban convida-nos a lançar olhares ao corpo-sujeito que move em busca de novas formas de agir, ampliando desta forma a sua capacidade de autoexpressão e relação com o meio ao qual pertence.

Quando tomamos consciência de que o movimento é a essência da vida e que toda a forma de expressão (seja falar, escrever, cantar, pintar ou dançar) utiliza o movimento como veículo, vemos quão importante é

entender esta expressão externa da energia vital interior. (Laban, 1990, p.100)

### III. CONTEXTUALIZAÇÃO METODOLÓGICA

#### 1. A metodologia da Investigação-Ação

Esteves (2008), refere que o conhecimento prático “é constituído em contextos culturais, sociais e educacionais específicos e tem características coletivas que cada profissional experiencia na sua história de vida. É, assim, experienciado por cada profissional nos níveis inter e intrapessoal.” (p.8)

Nesse sentido a metodologia de investigação-ação configura-se como um instrumento que incentiva lançar olhares em busca de novas maneiras de considerar os atos de planear, agir, observar e refletir.

No contexto desse estágio a prática é refletida através da metodologia de investigação-ação, voltada à construção de um saber alicerçado numa abordagem qualitativa, que compreende o processo como determinante para uma aprendizagem geradora de conhecimentos.

Na dança é constante o ato de dar formar, criar e transformar, isto porque dançar envolve vivências que estimulam a subjetividade, a criatividade, diálogos em movimento que ressignificam realidades. O confronto com as incertezas também é um facto, já que o próprio processo de aprendizagem, implica viver experiências não-lineares que envolvem um constante construir e reconstruir, moldar, adaptar-se.

Levando em conta o contexto, afirmamos a adequação de tal metodologia, já que propõe “agir e investigar a ação para a transformar; formar na ação transformando-a; investigar a transformação para reconstruir o conhecimento praxeológico.” (Esteves, 2008, p. 11).

E, como aprendemos do educador Paulo Freire, “quem forma, se forma e reforma ao formar; e quem é formado, forma-se e forma ao ser formado” (Freire, 2011, p.25).

Coutinho, Sousa, Dias, Bessa, Ferreira e Vieira (2009) são alguns autores que destacam a mais-valia da metodologia de investigação-ação no contexto educativo, visto que se caracteriza como um projeto de ação flexível, que permite ao educador experimentar e adotar diferentes estratégias, assumindo uma atitude de disponibilidade frente às necessidades de mudança que surgem. Para os autores acima referidos, o carácter cíclico e dinâmico dessa metodologia concretiza a ideia de um movimento que impulsiona novas reflexões sobre a prática, estimulando a sistematização dos conhecimentos construídos no ato pedagógico.

Sousa & Baptista (2011) referem que a metodologia de investigação-ação “funciona como uma espiral de planeamento, ação e procura de fatos sobre os resultados das ações tomadas, um ciclo de análise e reconceptualização do problema, planeando a intervenção, implementando o plano e avaliando a eficácia da intervenção” (p.66).

Cortesão (1998) destaca a característica cíclica, já que o processo de investigação proporciona uma espiral de ciclos geradora de mudanças que impulsionam novos ciclos, onde a teoria e a prática estão sempre entrelaçadas.

Em Zuber-Skerrit (1992) temos o destaque da característica participativa e colaborativa da investigação-ação, uma vez que esta metodologia implica todos os intervenientes que assumem o papel de sujeitos/atores no processo. Coutinho (2009) aponta como características os aspetos práticos e interventivos, já que como sujeito/ator, o investigador intervém deliberadamente no seu contexto de ação e relaciona a ação a processos de mudança.

No que diz respeito ao caráter colaborativo participativo, Amado (2014) ressalta a importância de considerar e reconhecer os sujeitos da experiência, sejam crianças ou adultos, como indivíduos capazes de produzir conhecimento.

Atores sociais, com voz e ação, integrados no processo de investigação onde participam em parceria, as crianças surgem [...] como sujeitos ativos, produtores de conhecimento e com uma voz a ser ouvida. [...] como parceiros de pleno direito na investigação, com competências e saberes específicos e com capacidade de escolha e de decisão de determinados rumos do projeto. (p. 191 e 192)

No contexto deste projeto pedagógico assume-se como referência pertinente o ciclo de Ação-Reflexão proposto por MacNiff & Whitehead (2006), que apresentam uma espiral composta por um conjunto de ações – observar, refletir, agir, avaliar, modificar, seguir para novas direções.



Figura 1. Ciclo de ação-reflexão (MacNiff & Whitehead, 2008)

## 2. Instrumentos de registo e recolha de dados

A definição dos instrumentos de registo e de recolha de dados foi ao encontro do objetivo do estágio pedagógico, durante o qual pretendeu-se verificar a mais-valia dos “Jogos tradicionais como potencializadores da ludicidade e das habilidades de movimento”, no 2º ano do Ensino Artístico Especializado em Dança.

Neste sentido foram definidos os seguintes instrumentos de registo e recolha de dados:

- Observação:

“Observar uma situação pedagógica é olhá-la, fitá-la, mirá-la, admirá-la, para ser iluminada por ela”. (Madalena Freire, 2008, p.136)

O olhar investigativo busca, garimpa o que deseja ver, indaga:

O que se quer observar, que hipóteses se quer verificar, o que se intui que não se vê. [...]. Os focos da observação estão centrados no próprio processo de aprendizagem, na dinâmica do grupo e no ensinar do educador. [...] (Freire, 2008, pp. 130 e 133)

Ao longo do percurso todas as observações foram registadas através do recurso às notas de campo e ao diário de bordo.

- Diário de bordo:

“O registo da prática é o fio que vai tecendo a história do nosso processo. É através dele que ficamos para os outros”. (Madalena Freire, 2008, p,55)

O diário de bordo foi compreendido como um espaço onde foram traçados, como num jogo, os passos a percorrer, o momento de parar, recuar, avançar em busca de novas direções, refletir, reconsiderar ou afirmar o planeado, valorizando o diálogo entre a prática e a teoria.

O exercício do registo diário, oportuniza, de maneira ímpar, a articulação entre aspetos teóricos e práticos implicados na ação docente, entre conquistas realizadas e desafios mapeados, entre o projetado e o concretizado. Sobretudo: ao registarem e refletirem sobre o conteúdo registado, professores e professoras, apropriando-se de sua história, ensaiam autoria. (Ostetto, 2018, p. 17)

As notas de campo e os registos feitos no diário de bordo<sup>3</sup> foram a base da construção do relatório final, assim como um meio de avaliar a validade da proposta,

---

3. Ver reflexões da estagiária registadas no diário de bordo nos Apêndices A, B, C e D.

a ação da estagiária e a participação do grupo.

- Registo fotográfico

“Todavia, depois de realizada, a foto se abre a diferentes leituras da realidade capturada, possibilita múltiplas interpretações, de acordo, agora, com aquele que vê o conteúdo. Não se limita aos olhos nem à perspectiva de quem fez a foto; permite a construção de outras histórias, tecidas pelo olhar e pela subjetividade de quem tiver contato com ela”. (Ostetto, 2018, p.43)

Alfredo Hoyuelos (2006), citado por Ostetto (2018), ressalta a validade do registo fotográfico em contexto de processos educativos:

A máquina fotográfica oferece uma nova competência e habilidade profissional aos educadores. É uma forma de testemunhar e de contar acontecimentos extraordinários [...] que a memória poderia apagar. A documentação fotográfica torna públicos os processos observados e registados, por isso possibilita o confronto e o intercâmbio. (p.199)

A autora ressalta a importância do uso consciente do recurso fotográfico<sup>4</sup> e estabelece algumas perguntas que orientaram a estagiária e que são partilhadas a seguir:

Como, quando, porque as fotografias foram feitas?

Elas se caracterizam pela captação de algumas faces do processo ou estão sendo acumuladas na intencionalidade de um produto final?

Alguns tópicos para guiar a análise foram estabelecidos: qual o conteúdo da imagem? São fotos posadas ou espontâneas? Com qual finalidade foram tiradas?

O que se pode ler/ver, através da imagem sobre as crianças e sobre a prática pedagógica? O que é possível interpretar? (p. 41)

Esteves (2008), faz referência ao uso e a validade destes instrumentos de registo e recolha de dados da seguinte forma:

A observação permite o conhecimento direto dos fenómenos tal como eles acontecem num determinado contexto. [...] A observação ajuda a compreender os contextos, as pessoas que nele se movimentam e as suas interações. [...] O diário representa o lado mais pessoal do trabalho, uma vez que inclui os sentimentos, as emoções e reações a tudo o que rodeia o professor-investigador [...] O diário é, pois, um dos recursos metodológicos mais recomendado, pela sua potencial riqueza

---

4. Ver registo fotográfico nos Apêndices B e D.

descritiva, interpretativa e reflexiva. Como acompanha o professor-investigador durante toda a investigação, é uma fonte de dados muito fecunda para a análise da ação em curso, mas também para a análise do desenvolvimento do pensamento do professor sobre o decurso da mesma. [...] As imagens registadas não pretendem ser trabalhos artísticos, apenas documentos que contenham informação visual disponível para mais tarde, serem analisadas e reanalisadas, sempre que tal seja necessário. (pp. 87, 88, 89)

## **IV. O ESTÁGIO**

### **1. OBSERVAÇÃO ESTRUTURADA**

“Observar uma situação pedagógica não é vigiá-la, mas sim fazer vigília por ela, isto é, estar e permanecer acordado por ela, na cumplicidade da construção do projeto, na cumplicidade pedagógica.” (Madalena Freire, 2008, p. 136)

Este relato diz respeito à primeira etapa, Observação Estruturada, que compõe o conjunto das quatro etapas do estágio do Curso de Mestrado em Ensino de Dança. Foi elaborado tendo como base os registros feitos no diário de bordo pela estagiária entre os dias 8 e 26 de outubro de 2021.

Através do exercício da observação, iniciou-se a produção de uma documentação, onde o ato de observar, registrar e refletir compõe o eixo central no contexto do estágio, cuja aplicação está alicerçada na metodologia de investigação-ação, numa abordagem qualitativa, que estimula um constante exercício de reflexão sobre as ações desenvolvidas. A elaboração da documentação foi compreendida como um recurso que potencializou o diálogo entre a prática e a teoria, reconhecendo no exercício da observação um meio de inestimável valor para análise e compreensão dos processos de ensino-aprendizagem que envolvem a docência da dança.

O relato da etapa Observação Estruturada foi composto por 4 partes: um olhar sobre o grupo; método de trabalho; conteúdos, estrutura das aulas, reflexão sobre o processo de aprendizagem e considerações finais.

#### **1.1 Um olhar sobre o grupo**

“O grupo é um grande corpo constituído de suas diferenciadas partes. Assim como cada elemento é diferente, cada grupo também é único porque é diferente”. (Madalena Freire, 2008, p. 159)

O grupo foi formado por catorze alunas do segundo ano, do Curso Básico de Dança, segundo ciclo, com idades entre onze e doze anos. Seis alunas iniciaram o ano letivo com dez anos de idade, tendo completado onze anos entre setembro e dezembro. Todas as alunas frequentaram o primeiro ano do Curso Básico de Dança, 2ºciclo, no Ginásio Escola de Dança. Pela manhã estudam em três diferentes agrupamentos do ensino regular (EB 2/3 Soares dos Reis; Teixeira Lopes e Dr. Costa Matos) e, por vivenciarem a realidade do Ensino Artístico Especializado em Dança, o cotidiano dessas alunas é bastante preenchido: todas acordam antes

das sete horas da manhã e mantêm-se em atividades dirigidas uma média de sete horas por dia.

No que diz respeito ao crescimento e as transformações que marcam o início da puberdade, percebeu-se nos corpos a chegada de significativas modificações. Algumas alunas revelavam sinais mais evidentes de mudança no tamanho e na forma do corpo: o crescimento dos seios, os pelos axilares e a oleosidade da pele sinalizavam a proximidade do primeiro ciclo menstrual.

Em relação à altura, notou-se uma certa homogeneidade, com exceção de duas alunas que assinalavam um surto de crescimento muito rápido e abrupto, com alterações no aumento do quadril, crescimento dos seios e no comprimento dos ossos longos do corpo. O crescimento acelerado, desafia estas alunas a buscar adaptações na relação do corpo com o espaço, já que neste momento, com apenas onze e doze anos, medem em torno de 1.63m. No entanto, apesar do surto acelerado de crescimento, ambas possuem uma organização postural equilibrada e harmoniosa.

Os sinais de perda de flexibilidade, equilíbrio, projeção da extensão dos braços e das pernas, modificação do peso e desequilíbrios do eixo vertebral, recorrentes no período de puberdade, não são ainda significativos e não foram identificados como fatores preocupantes no desenvolvimento dos aspetos técnicos-artísticos das alunas.

Em apenas duas alunas foi visível a tendência ao aumento de peso e uma delas demonstrava algum desconforto e insegurança na exposição do corpo e na execução de alguns exercícios.

Durante a etapa de Observação Estruturada verificou-se a dinâmica das relações interpessoais entre as alunas. Nesse sentido o convívio diário é enriquecido pelas interações vivenciadas, potencializando o desenvolvimento da personalidade e descobertas que ampliam conhecimentos numa aprendizagem mediada pela dança e por estímulos criativos. O grupo indicou estar a desenvolver cumplicidade e busca de uma identidade coletiva; revelou também uma satisfatória capacidade de escuta e diálogo, bem como articulação de ideias e opiniões. Não foram identificadas lideranças ou situações de conflito, exclusão ou isolamento durante o período da Observação Estruturada. Verificou-se o interesse pelas propostas que envolvem o contacto corporal e pelas dinâmicas nas quais a intenção é ajudar uma colega a encontrar soluções e superar desafios.

No conjunto das aulas, apesar de o grupo manter o interesse e a motivação, observou-se uma tendência a uma atitude passiva no que diz respeito à autonomia

e à tomada de decisões, assim como insegurança em arriscar e se expor individualmente.

A estagiária esteve atenta às ações do grupo durante os intervalos e constatou que com frequência as alunas reuniam-se imediatamente após a aula, em pequenos grupos, para o uso do telemóvel, que passa a ser, neste momento, uma extensão do próprio corpo. Quando manipulavam o telemóvel estavam geralmente sentadas muito próximas umas das outras, com o corpo curvado e o olhar absorto no ecrã. Esporadicamente, aproveitavam o tempo de intervalo para explorar ações conjuntas, aproveitando o espaço da sala. Registou-se nesses momentos: corridas, giros, saltos, pinos, rodas com uso do apoio de uma ou duas mãos. Observou-se um clima efusivo e de interajuda na realização de movimentos mais complexos.

Os jogos e as brincadeiras aconteciam raramente, no curto espaço de tempo que marca a passagem de uma aula para outra. O corpo-brincante, que ousa arriscar elaboradas ações, revelava-se nas entrelinhas dos instantes que compõem os intervalos entre aulas.

## **1.2 Método de trabalho**

No conjunto das aulas observadas registou-se aspetos relativos à docência que favoreceram positivamente a aprendizagem, o envolvimento, a confiança e a concentração, podendo citar: organização no planeamento, clareza nos objetivos a atingir, capacidade em dar uma atenção diferenciada e conhecimento do programa. Durante as aulas o ambiente foi descontraído, porém a disciplina e o rigor foram valorizados como atitudes necessárias e imprescindíveis à aprendizagem da dança.

Verificou-se um método de trabalho que prioriza a aprendizagem pormenorizada, a repetição e a progressão gradativa da complexidade dos exercícios, como recursos que favorecem a análise dos movimentos e a consolidação dos conteúdos.

Foram identificadas na metodologia premissas das abordagens somáticas que compõem a Release Technique, tendo como base processos perceptivos que estimulam o conhecimento do corpo a partir do apelo sensorial.

Observou-se na condução das aulas, proficiência na instrução verbal e na demonstração e execução dos movimentos.

O grupo foi estimulado a trabalhar em duplas estabelecendo uma relação de entreajuda, sendo a prática da correção incentivada e considerada um recurso necessário, não só ao aprimoramento de desafios motores que integram o repertório da Técnica de Dança Contemporânea, como também ao desenvolvimento da consciencialização corporal. As estratégias referidas

constituíram uma mais-valia na relação ensino-aprendizagem, já que proporcionaram uma atmosfera de cumplicidade, autonomia e partilha de saberes.

Sobre a relação da docente com o grupo registou-se uma boa vinculação e um olhar atento a cada integrante; respeito pelas diferenças; cuidado em proporcionar o reforço positivo; reconhecimento das conquistas; incentivo à reflexão sobre o desenvolvimento individual e coletivo e apreciação crítica com caráter construtivo, favorecendo desta forma a autonomia, a autoestima e o desenvolvimento da capacidade de resiliência frente aos desafios da aprendizagem da dança.

### **1.3 Conteúdos, estrutura das aulas, reflexão sobre o processo de aprendizagem**

Durante o período de Observação Estruturada, foram abordados conteúdos<sup>5</sup> considerados nucleares no programa do 2º ciclo da Técnica de Dança Contemporânea. Vale ressaltar que os conteúdos relacionados são vivenciados durante todo o ano com um crescente grau de complexidade, levando em consideração que,

Aprender a dançar é mais uma experiência cíclica do que linear, em termos de progressão. O conteúdo deve ser revisitado, os conceitos reintroduzidos, as habilidades reencontradas, a fim de dar aos alunos a oportunidade de reforçar a compreensão e de ampliar e aprofundar os seus conhecimentos. (Gough, 1999, p.29).

Em relação à estrutura da aula foram identificadas as etapas: aquecimento/*warm up*, desenvolvimento/*deep work* e retorno à calma/*cool down*. As etapas foram descritas de forma pormenorizada no diário de bordo pela estagiária, assim como a reflexão sobre o processo de aprendizagem.<sup>6</sup>

### **1.4 Considerações finais**

No conjunto das aulas observadas considerou-se o grupo motivado e homogêneo no que diz respeito ao processo de aprendizagem.

Verificou-se ser benéfico ao processo de aprendizagem contemplar durante as aulas a pesquisa de movimentos através de dinâmicas que estimulassem a criatividade, a capacidade de articulação do vocabulário e a fluidez nas ações de expandir e recolher o corpo, assim como, vivências de sensibilização do centro do corpo, ponto que condensa a energia que se propaga às extremidades do corpo-estrela.

---

5. Ver quadro dos conteúdos do programa curricular observados no Apêndice A.

6. Ver descrição das aulas e reflexão sobre o processo de aprendizagem no Apêndice A.

O período de Observação Estruturada proporcionou repensar a ação docente e a mais-valia de um percurso pedagógico no qual a relação ensino-aprendizagem é mediada pelo corpo. Ao assumir a posição de testemunha, a estagiária compreendeu a dimensão do ato de observar como uma ação que amplia e ilumina a compreensão dos processos de aprendizagem já que,

Observar não é um ato neutro que simplesmente reproduz a realidade. É, ao contrário, um ato interpretativo, que traduz intenções, concepções, valores, expectativas e representações do observador que, ao documentar, revela o seu olhar, o seu pensamento, da documentação produzida. (Ostetto, 2018, p. 25).

Testemunhar a docência inspiradora da professora cooperante proporcionou significativas aprendizagens e reflexões sobre a didática de ensino e os princípios da técnica de Dança Contemporânea.

A etapa – Observação Estruturada – foi considerada geradora de decisões que nortearam o caminho a seguir nas etapas de Participação Acompanhada e Lecionação Supervisionada.

## **2 PARTICIPAÇÃO ACOMPANHADA**

“A troca de experiências e a partilha de saberes consolidam redes de formação mútua, nas quais cada professor é chamado a desempenhar, simultaneamente, o papel de formador e de formando. [...] O diálogo entre os professores é fundamental para consolidar saberes emergentes da prática profissional”. (Nóvoa, 2002, p.63)

Este relato diz respeito à segunda etapa, Participação Acompanhada, que compõe o conjunto das quatro etapas do estágio do Curso de Mestrado em Ensino de Dança. A documentação aqui apresentada, foi elaborada tendo como base os registos feitos no diário de bordo pela estagiária entre os dias 5 e 23 de novembro de 2021.

No período de Participação Acompanhada o foco incidiu na intenção de colaborar, descobrir caminhos, entrelaçar propostas e criar um espaço de troca onde o ato de formar e ser formado foi vivenciado por ambas, estagiária e professora cooperante.

O relato da etapa Participação Acompanhada foi composto por 4 partes: preparação; conteúdos programáticos, descrição das aulas, reflexão sobre o processo de aprendizagem e considerações finais.

### **2.1 Preparação da Participação Acompanhada**

Em reunião com a professora cooperante, a estagiária apresentou o relatório produzido durante a etapa de Observação Estruturada. Em seguida foi feita uma verificação dos conteúdos a serem transmitidos de acordo com o plano da professora cooperante. A verificação permitiu elaborar a articulação entre os conteúdos previstos e as sugestões da estagiária, com a intenção de contribuir para colmatar necessidades identificadas durante a etapa de Observação Estruturada.

No planeamento da professora cooperante foram contemplados revisão, aprimoramento e aumento do grau de complexidade dos conteúdos vivenciados na fase de Observação Estruturada, uma maior ênfase em ações de locomoção, com o objetivo de desenvolver força, impulsão, agilidade, velocidade e resistência, assim como exploração da mobilidade articular dos braços e improvisações com foco na movimentação global e segmentada do corpo.

Ficou acordado integrar ao plano de trabalho as dinâmicas sugeridas pela estagiária, no sentido de favorecer a assimilação dos conteúdos expansão e recolhimento, mobilidade da coluna vertebral, o contato do corpo com o chão, assim como estimular a pesquisa de movimentos e vivências que proporcionassem o

encontro com o centro do corpo. Ficou definido que a estagiária iria orientar um bloco de três aulas e participar de forma colaborativa nas outras três aulas orientadas pela professora cooperante.

## **2.2 Conteúdos programáticos, descrição das aulas, reflexão sobre o processo de aprendizagem**

1ª aula: 5/11/2021\_

Conteúdos: Automassagem; mobilidade da coluna vertebral, alinhamento postural; mobilidade dos três volumes da coluna vertebral (cabeça, tórax e anca); a relação do corpo com o chão; deslocamentos com uso de movimentos fundamentais de locomoção – andar e correr;

2ª aula: 12/11/2021

Material utilizado: estrela de cordão

Conteúdos: noção do centro do corpo como ponto de irradiação de energia e impulso do movimento; expansão e recolhimento;

- ✓ Aprendizagem e confecção de uma estrela de cordão, a partir das imagens do livro de Renata Meireles (2007) *Giramundo e outros brinquedos e brincadeiras dos meninos do Brasil*<sup>7</sup>.

3ª aula: 19/11/2021 - Corpo-Estrela e a sua Cinesfera

Material utilizado: elástico

Conteúdos: Mobilidade da coluna vertebral; alinhamento postural e projeção do eixo vertebral; expansão e recolhimento do corpo na cinesfera - centro do corpo como ponto de irradiação de energia e impulso do movimento.

A descrição das aulas e as reflexões sobre o processo de aprendizagem<sup>8</sup> foram minuciosamente registadas no diário de bordo pela estagiária.

## **2.3 Considerações finais**

No conjunto das aulas orientadas na etapa de Participação Acompanhada, as sugestões propostas foram ao encontro das necessidades verificadas na etapa de Observação Estruturada. O uso dos materiais favoreceu a experiência lúdica manifestada pela alegria, satisfação, criatividade e pelo entusiasmo em descobrir novos territórios de ação a partir do diálogo do corpo com o elástico e a estrela de cordão.

---

7.Ver imagens da confecção e manipulação da estrela de cordão: livro *Giramundo e outros brinquedos e brincadeiras dos meninos do Brasil* no Apêndice B.

8.Ver descrição das aulas e reflexão sobre o processo de aprendizagem no Apêndice B.

A manipulação do elástico<sup>9</sup> permitiu a prática de uma série de movimentos que proporcionaram: jogos de equilíbrio com uso de transferência de peso sobre diferentes apoios corporais; ativação de grupos musculares envolvendo a movimentação ampla das pernas e dos braços, projeção do gesto e a noção do centro do corpo como ponto que condensa a energia que se propaga às extremidades.

Na confecção e manipulação da estrela<sup>10</sup> o movimento das mãos e os micro movimentos dos dedos foram estimulados favorecendo o aprimoramento da habilidade motora fina, assim como a visualização do movimento de expansão e recolhimento. A confecção da estrela possibilitou a compreensão de que o movimento é composto por etapas<sup>11</sup> que devem ser compreendidas e conquistadas.

Através das improvisações o grupo articulou conteúdos anteriormente trabalhados, a partir de novos estímulos, enriquecendo desta forma o vocabulário de movimento. As improvisações impulsionaram diálogos em movimento evidenciando a mais-valia de uma aprendizagem que acontece entre pares e coletivamente. A manipulação da estrela de cordão e do elástico propiciou momentos poéticos de experiência estética plena em beleza.

O conjunto das aulas foi permeado por uma relação de apoio, incentivo e cumplicidade entre a professora cooperante e a estagiária que refletiram sobre a prática e buscaram novos caminhos no fazer pedagógico.

No entanto, o tempo foi curto para a vivência das propostas. A manipulação de materiais requer um espaço-tempo mais alargado para que as possibilidades do objeto sejam de fato compreendidas e assimiladas através da ação corporal.

Vale ressaltar a mais-valia destes estímulos, que devem ser integrados às aulas como um recurso que permite a compreensão de conceitos, amplia a percepção do corpo e possibilita ações criativas tanto individualmente como em grupo.

Tanto quanto a Observação Estruturada, a etapa Participação Acompanhada configurou-se como uma mais-valia para o estudo e a compreensão do contexto no qual a proposta de estágio foi aplicada.

---

9. Ver o registo fotográfico sobre a manipulação do elástico no Apêndice B.

10. Ver confecção e manipulação da estrela de cordão no Apêndice B.

11. Ver etapas da aprendizagem motora (Kimmerle & Côté, 2003).

### **3. LECIONAÇÃO SUPERVISIONADA**

Em cada jogo há inúmeras práticas de linguagens, que organizam o modo do sujeito agir no mundo natural/social, interagindo consigo e com os demais, construindo sentimentos, habilidades e pensamentos, enfim, constituindo a subjetividade humana. (Gomes-da-Silva, 2017, p.44)

Este relato diz respeito à terceira etapa, Lecionação Supervisionada, que compõe o conjunto das quatro etapas do estágio do Curso de Mestrado em Ensino de Dança. A documentação apresentada foi elaborada tendo como base os registros feitos no diário de bordo pela estagiária entre os meses de dezembro de 2021 e maio de 2022.

A etapa de Lecionação Supervisionada marcou o início da aplicação do projeto “Os jogos tradicionais como potencializadores da ludicidade e das habilidades de movimento” no 2º ano do Ensino Artístico Especializado em Dança, na disciplina de técnica de Dança Contemporânea. O jogo tradicional caracterizou-se como motor da ação de uma proposta pedagógica que desafiou o corpo-sujeito a experienciar diversas coordenações, arriscar novos territórios, ampliar o vocabulário de movimento e a capacidade de interação com o grupo.

#### **3.1 Preparação da Lecionação Supervisionada**

Com intuito de uma melhor organização, a fase de preparação da Lecionação Supervisionada foi dividida em 3 etapas<sup>12</sup>, referidas a seguir:

##### Etapa I

- Partilha do relatório produzido durante a etapa de Participação Acompanhada;
- Verificação da premissa pedagógica da técnica de Dança Contemporânea 2º ciclo, do Ginásio Escola de Dança e do planejamento do 2º semestre elaborado pela professora cooperante;
- Reencontro com as perguntas impulsionadoras – exercício da indagação e revisão da adequação dos objetivos do projeto;
- Articulação da calendarização: horários/dias da Lecionação Supervisionada; apresentação do plano de ação a desenvolver;

---

12. Ver a descrição e reflexões sobre as etapas I, II e III no Apêndice C.

## Etapa II

- Seleção e contextualização dos jogos tradicionais;

## Etapa III

- Identificação dos conteúdos de técnica de Dança Contemporânea a potencializar e aprimorar a partir da vivência dos jogos tradicionais.

### **3.2 Método de trabalho**

Mas é sabido que os jogos ou atividades lúdicas têm sido aplicados como meio de ensino e aprendizagem pelas instâncias educacionais desde há muito. Nos tempos atuais, as reflexões sobre essa utilização têm evidenciado a consolidação de uma pedagogia pelo jogo ou do jogo, de seu emprego eficaz como aprendizagem, conservando as suas características essenciais, a ludicidade e a participação voluntária, entendendo a criança como protagonista do processo e a sociedade como sua interlocutora nessa troca de experiências e conhecimentos. (Miranda, D. S. introdução. In: Klisys, 2015)

De acordo com Freire (2009) “etimologicamente método vem a ser caminho através, ou seja, fazer algo com método é definir um caminho através do qual se chegará a algo pretendido. Claro que o método escolhido é um entre diversos possíveis. [...] O método me diz o que ensino.” (pp. 158 -159)

Nesse sentido, a elaboração do método de trabalho concebido pela estagiária, pretendeu ser um meio para potencializar o encontro com a ludicidade e estimular a conquista de habilidades de movimento, considerando não só os aspetos técnicos, mas a apreciação estética do gesto e do corpo-sujeito em movimento, no diálogo do jogo com a dança e da dança com o jogo.

Santos (2015) que identifica “o jogo como um facilitador para a compreensão de saberes propostos”, ressalta algumas premissas a considerar numa metodologia que assume o uso do jogo em contexto pedagógico:

- O jogo por si só não faz com que o aluno aprenda, é preciso que os educadores estabeleçam relações entre o objeto de estudo e o jogo utilizado;
- O jogo como estratégia pedagógica deve se basear no domínio dos objetivos propostos;
- Quando o jogo é um instrumento pedagógico, é preciso que seja pensado sobre as ações que serão realizadas pelos educadores e pelos estudantes;

- O jogo deve ser selecionado e utilizado em situações didáticas específicas. (pp. 164-165)

O método concebido, contemplou quatro etapas interligadas que compõem a estrutura da aula<sup>13</sup>: encontro no círculo (início e finalização); encontro com o corpo; encontro no jogo; encontro jogo-dança.

Foi prioridade na composição do método de trabalho contemplar um tempo mais alargado durante a aula para que o grupo pudesse desfrutar da experiência coletiva do jogar: conhecer o jogo, identificar e definir as regras, jogar com o grupo, recriar o jogo-dança, aprender no e com o jogo.

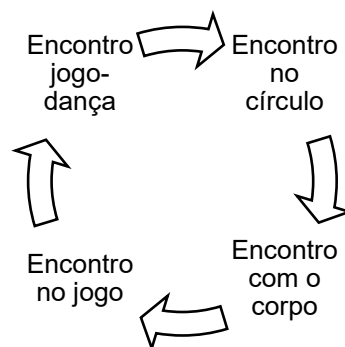


Figura 2. Estrutura da aula de Lecionação Supervisionada

Abordagem Pedagógica utilizada durante as aulas:

- *Release Technique*

Ênfase na aprendizagem com base em processos perceptivos que estimulam o conhecimento do corpo a partir do apelo sensorial: o uso do toque como promotor da percepção entre as partes do corpo; referência do esqueleto enquanto estrutura de sustentação; consciencialização da organização e do alinhamento postural; identificação do ponto de partida e de chegada do movimento e a sua trajetória no espaço; o uso da imagética como estímulo à compreensão dos alinhamentos e à construção do movimento; o recurso mental da visualização do trajeto do gesto e da forma do corpo; a prática de *attunement* ao início da aula.

- Princípios Básicos do Movimento – Rudolf Laban – como referência e inspiração para a análise das ações que compõem o jogo:  
Ações do corpo – Uso do espaço – Dinâmica - Relação

Recursos:

- Visionamento de fotografias; repertório musical;
- Rodas de conversa: diálogo sobre as vivências;

13. Ver descrição e reflexões sobre a estrutura da aula no Apêndice C.

- Diário de bordo: reflexão sobre a prática e o conjunto das vivências;
- Elaboração de *Power Points*: sistematização das aprendizagens.

### **3.3. BLOCO I – JOGO APANHADA**

#### **Descrição das aulas e reflexões sobre o processo de aprendizagem**

O planeamento<sup>14</sup> do Bloco I, composto por sete aulas, foi concebido de forma a proporcionar o cruzamento dos desafios motores do jogo tradicional apanhada com os conteúdos da técnica de Dança Contemporânea.

#### Aula I - 09/12/2021

A apresentação do *power point* possibilitou ao grupo perceber a interligação entre as diversas etapas do estágio e ter a noção do passo-a-passo da proposta de Lecionação Supervisionada.

Durante a visualização do *power point* a estagiária mostrou ao grupo imagens das obras de artistas plásticos<sup>15</sup> que pintaram a temática dos jogos tradicionais. Nas telas de Cândido Portinari, Orlando Teruz, Aldemir Martins, Pieter Bruegel, o universo lúdico é revelado através de cenas de crianças a jogar-brincar e ousar com os seus corpos múltiplas ações de movimento. O jogo é o elemento de ligação e a ação conjunta revela-se como um jogar-dançar que irradia integração, alegria e vitalidade.

O grupo foi estimulado a observar, apreciar e analisar cada imagem, identificar os jogos, descrever a posição dos corpos, o local do jogo, as ações executadas e a relação estabelecida entre os participantes.

A estagiária ficou surpresa ao constatar alguma dificuldade por parte do grupo na partilha dos jogos que conheciam. Os jogos mencionados foram: apanhada, escondidas, macaca, a velha, saltar as cordas, macaco chinês, estica, o rei manda, salto ao eixo.

Em seguida a estagiária propôs: O que vamos jogar? O jogo escolhido foi a apanhada. O grupo foi orientado a esclarecer as regras<sup>16</sup>, já que este jogo tradicional apresenta inúmeras variações.

Verificou-se que o grupo jogou com uma algazarra contagiante, manifestada por risos, gritos, respirações ofegantes, excesso de verbalização. O ambiente tornou-se aparentemente tenso, desorganizado, tumultuado.

---

14.Ver a descrição do planeamento das aulas e os respetivos conteúdos no Apêndice D, Bloco I.

15.Ver obras dos artistas plásticos no Apêndice D, Bloco I.

16.Ver regras do jogo apanhada no Apêndice D, Bloco I.

Sobre as reações exteriorizadas pelo grupo e observadas durante o jogo, Santos (2015) relaciona-as como uma busca de auto-organização que implica a relação entre ordem-desordem e elucida:

A ordem e a desordem presentes no jogo são representadas pela agitação constante, corrida, gritos, movimentos constantes e expressivos que levam ao estabelecimento de relações dinâmicas entre dispor as ações de forma linear regular, para ações que evidenciam o desarranjo e certa confusão. Assim, o jogo favorece o estabelecimento contínuo de uma nova ordem, a partir da desordem que ele mesmo provoca. (p.47)

No que diz respeito ao desempenho das ações de movimento, observou-se pouca eficácia ao correr em contexto de jogo; frequentes encontrões, dificuldades no uso do espaço global e na realização das trajetórias de um ponto ao outro; receio em saltar e ultrapassar o corpo das colegas que estavam deitadas no chão; resposta lenta na transição do nível baixo para o alto, ao levantar do chão e vice-versa.

A estagiária constatou que seria importante preparar o corpo para os desafios do jogo, contemplando dinâmicas elaboradas com ênfase no repertório motor do próprio jogo: andar e correr, saltar, desviar, deitar, levantar, agachar, potencializando desta forma a agilidade, a velocidade, a resistência, a impulsão e a destreza.

#### Aula II - 16/12/2021

O diálogo sobre a compreensão, função e a validade das regras foi considerado uma mais-valia, pois ressaltou a importância de uma atitude colaborativa e abriu espaço para esclarecimentos, possíveis modificações das regras e dúvidas sobre a dinâmica do jogo. No que diz respeito à vivência das regras, Santos (2015) ressalta a visão de Piaget (1977) quando afirma que,

o sujeito ao ter uma experiência real das regras e de interações cooperativas, tem a oportunidade de não constituir a regra como algo pronto, imutável e inquestionável, mas como uma condição que pode ser mudada e inovada, desde que haja reciprocidade e respeito mútuo entre os sujeitos que a interagem. (p.64)

A contextualização<sup>17</sup> sobre o jogo apanhada ampliou o significado e o sentido

---

17.Ver contextualização sobre o jogo apanhada no Apêndice C.

das ações que integram o jogo, refletindo-se positivamente no desempenho das ações de movimento, no estado de presença e na expressividade do corpo-sujeito ao jogar.

Antes da preparação corporal, a estagiária esclareceu que a vivência do jogo em contexto de aula seria uma oportunidade para aprimorar conteúdos e potencializar habilidades de movimento para o desenvolvimento da *performance* em dança.

Nesse sentido, a preparação corporal foi planejada de forma a integrar os desafios motores do jogo e os conteúdos programáticos da técnica de Dança Contemporânea. A ênfase incidiu sobre a sensibilização dos pés (tatilidade) – o contato dos pontos de apoio dos pés no chão, o aprimoramento das habilidades fundamentais de locomoção - andar e correr, frente/costas; e a prática das ações - desviar, deitar, levantar, agachar, com ênfase na agilidade entre a execução das ações. A estagiária recorreu a interrupção do movimento com uso da sustentação da forma, estimulando o equilíbrio e o foco, fazendo desta forma uma ligação com uma das variações do jogo apanhada, onde a pessoa que apanha, ‘cola’ o adversário que interrompe a corrida e mantém-se imóvel até que seja ‘salvo’. As dinâmicas transformaram-se em um pré-jogo, potencializando a atenção, o estado de presença, a coragem, a vitalidade e a espontaneidade.

Durante o jogo apanhada foi possível perceber alguns ganhos na atitude e na *performance* das participantes no que diz respeito:

- Aplicação da regra, sentido de grupo; iniciativa;
- Assertividade na execução das ações de movimento: andar, correr, desviar, deitar e levantar;
- Uso do espaço global e realização das trajetórias;
- Resposta mais ágil – ação e reação do corpo.

O grupo finalizou o jogo animado, ofegante e excitado. As posturas de alongamento realizadas em círculo favoreceram o retorno à calma. Algumas participantes referiram sentir cansaço ao jogar. Verificou-se a importância de um aquecimento adequado e gradativo com ênfase no desenvolvimento da capacidade anaeróbica.

Na partilha sobre a vivência do jogo, durante as posturas de alongamento, as participantes identificaram sensações e emoções que foram devidamente registradas pela estagiária:

- “Corpo quente”; “coração bate, bate”; “corpo muito quente”; “tensão”; “atenção”; “ventania; ter medo de bater em alguém; coração a acelerar;

concentração; nervosa”; “perdida”; “nervos, tudo muito rápido”; “confusão”; “furacão, desviar”.

O grupo identificou algumas características do jogo e concluiu que:

- “A apanhada é um jogo coletivo e de interação”; “exige rapidez”, “agilidade, velocidade”, “atenção”, “coragem”; “em alguns momentos há riscos e é preciso cuidado”; “é um jogo estratégico”, muito agitado”; “é possível brincar com os movimentos”.

Ao observar o grupo a jogar e analisar a partilha após a realização do jogo, a estagiária constatou que a vivência favoreceu a experiência lúdica manifestada por um estado de alegria, euforia, prazer pela ação conjunta, espontaneidade e presença. A partilha das participantes confirmou as considerações de Luckesi (2014) sobre o estado de inteireza, alegria e bem-estar que confirmam a experiência lúdica.

### Aula III - 17/12/2021

Início do registo no diário de bordo.<sup>18</sup>

Considerou-se pertinente que as participantes escrevessem uma apresentação pessoal, já que cada uma delas é considerada sujeito cooperante na realização do projeto.

Algumas alunas relataram o dia-a-dia através de uma linha do tempo e outras optaram pela escrita de um texto narrativo. Verificou-se que todas as alunas têm uma semana muito preenchida e que o contato com o jogar-brincar em tempos livres é praticamente inexistente.

Pela leitura dos relatos, a estagiária confirmou o que tinha percebido durante a etapa de Observação Estruturada: a vivência dos jogos tradicionais não faz parte do dia-a-dia das participantes que aprenderam, desde muito cedo, a fazer a gestão de uma rotina regida por rígidos horários e composta por responsabilidades formativas. O corpo-sujeito, aprendiz de dança, no dia-a-dia não tem a possibilidade de explorar livremente o potencial motriz através do jogar-brincar, onde as regras devem ser articuladas, a técnica aprimorada e a coragem de correr riscos e superar desafios celebrada coletivamente.

### Aula IV - 13/01/2022

A intenção da estagiária ao apresentar as palavras registadas sobre as características do jogo e as sensações ao jogar, foi manter o fio de ligação entre as

---

18. Ver registos sobre a rotina diária nos diários de bordo das participantes no Apêndice D, Bloco I.

aulas iniciais, valorizar o exercício de observação, apreciação e análise da vivência do jogo.

A série baseada na saudação ao sol (Yoga) foi integrada à preparação corporal por acionar o estado de presença e fortalecer a musculatura como um todo. Assim sendo, ao longo do Bloco I, as séries - mobilidade articular, saudação ao sol, dinâmicas com uso de ações de locomoção – mantiveram-se, com o intuito de estabelecer uma rotina estável de exercícios, favorecendo a capacidade de aprimoramento e a preparação do corpo para a vivência das propostas seguintes.

A preparação corporal orientada de forma dinâmica, cumpriu com a função de estimular o corpo para o jogo apanhada e aprimorar as ações de andar, correr, desviar, deitar, levantar. As ações aproximar e recuar, interromper o movimento, rolar e saltar (explosão), saltar por cima das colegas, saltar o eixo, foram integradas às dinâmicas de preparação corporal que gradativamente tornou-se mais desafiadora no que diz respeito ao aumento do grau de complexidade.

A vibrante e irreverente música Zlabya, usada na preparação corporal, contribuiu para acentuar a dinâmica e a qualidade das ações de movimento, a intencionalidade e a expressividade. O corpo manifestou-se brincante, vivaz, alegre e com vitalidade durante as explorações com uso do repertório motor do jogo. A preparação corporal mais uma vez assumiu o caráter de pré-jogo e a música estimulou a sensação de jogar-dançar.

Verificou-se um crescer significativo na qualidade da execução das ações de movimento por parte de todas as participantes, assim como ganhos de agilidade, resistência, velocidade, força e impulsão ao correr e saltar, integrando rolamentos e mudanças rápidas entre os níveis do espaço. A estagiária identificou conquistas no que diz respeito a atitude perante a *performance*, podendo citar: segurança, coragem e capacidade de iniciativa, sentido de grupo e aplicação das regras.

Na etapa - Encontro no Jogo - a divisão em equipas permitiu observar pormenorizadamente o jogo do começo ao fim, assim como a qualidade das ações motoras executadas.

Essa foi a terceira vez que o grupo vivenciou o jogo, portanto a estagiária considerou ser o momento propício para o exercício de análise das ações de movimento<sup>19</sup>. Os aspetos a observar foram definidos ao início tendo como inspiração os Princípios Básicos do Movimento definidos por Rudolf Laban. Considerados um guia, foram uma mais-valia no que diz respeito a análise e

---

19. Ver análise das ações de movimento no diário de bordo das participantes, Apêndice D, Bloco I.

compreensão das ações do corpo vivenciadas durante o jogo. Nesse sentido o grupo foi orientado a observar:

- Ações que o corpo executa;
- Partes do corpo que são mais solicitadas durante o jogo;
- A dinâmica do jogo e o fluxo dos movimentos;
- Com quem jogamos;
- De que maneira o grupo se organiza no espaço;

O registo no diário de bordo proporcionou uma reflexão individual e coletiva sobre a vivência do jogo e as ações executadas. Todas as participantes conseguiram registar a regra do jogo e elaboraram desenhos com indicações das trajetórias espaciais.

No que diz respeito a análise do jogo o grupo identificou:

- Ações executadas pelo corpo: andar, correr, desviar, deitar, levantar, agachar, saltar, apanhar, aproximar, recuar, rolar;
- Partes do corpo mais exigidas: pernas, pés, braços e os olhos;
- A dinâmica do jogo: o jogo é rápido e exige velocidade e agilidade;
- O fluxo do movimento é livre;
- Uso do espaço: o espaço é percorrido com trajetórias curvilíneas;
- Relações: o jogo é coletivo e integra muitos jogadores, pode ser jogado infinitamente;
- A mente é muito exigida porque o jogo solicita estratégias.

A divisão do grupo em duas equipas favoreceu um olhar mais crítico por parte da estagiária que registou conquistas significativas comparativamente à primeira vez, podendo citar:

- Aplicação adequada da regra;
- Desenvoltura na ação de correr e arriscar manobras mais elaboradas ao esquivar-se durante o ato de perseguir e ser perseguido;
- Uso eficaz da coordenação das pernas e do impulso nas deslocções ao correr;
- Resposta mais ágil ao deitar e levantar na transição do nível baixo para o alto e vice-versa;
- Melhor aproveitamento do espaço global na execução das trajetórias;
- Ganhos de agilidade, força, velocidade, resistência;
- Uso mais eficaz do foco indireto e direto;

- Menos receio de correr riscos; mais coragem; alegria e espírito colaborativo.

#### Aula V - 20/01/2022

A aula teve início com a visualização das fotografias do grupo a jogar a apanhada<sup>20</sup>. A visualização estimulou a capacidade de observar e analisar as ações executadas, assim como identificar as manifestações expressivas e as reações durante o jogo: frações de segundos que revelam corpos que se deslocam no espaço com leveza e assumem posições complexas que desafiam a própria gravidade.

Durante a construção das frases de movimento a estagiária auxiliou os grupos na transição entre as ações e na definição do fim da sequência. O contato visual foi um aspeto relembado como sendo essencial durante a realização dos movimentos.

Verificou-se que na composição das frases, o corpo-sujeito revelou-se brincante, explorando ações como aproximar e recuar, tocar, desviar e correr, saltos, giros, rolamentos, transferência de peso lateral, frontal e posterior, atitude expressiva de desafio, uso adequado do foco, interrupção do movimento, uso dos níveis do espaço. A construção das sequências tornou-se jogo-dança que impulsionou o corpo a arriscar novos territórios, interiorizar conhecimentos e competências que dizem respeito a aprendizagem da técnica de Dança Contemporânea.

Ao testemunhar as frases de movimento elaboradas pelas participantes, a estagiária sentiu-se mais confiante no que diz respeito à validade da proposta do estágio: potencializar a ludicidade e habilidades de movimento, estimulando o cruzamento entre o jogo tradicional e a técnica de Dança Contemporânea.

Durante o momento de apreciação da aula, o grupo manifestou interesse em dar continuidade a elaboração das frases de movimento. Uma aluna referiu que se sentiu a dançar o jogo apanhada.

#### Aula VI - 27/01/2022

Ao iniciar a aula VI, a estagiária apresentou as palavras e as expressões partilhadas na aula II, sobre as sensações e emoções do grupo ao jogar a apanhada:

---

20. Ver registo fotográfico jogo-dança apanhada no Apêndice D, Bloco I.

- “Corpo quente”; “coração bate, bate”; “corpo muito quente”; “tensão”; “atenção”; “ventania; ter medo de bater em alguém; “coração a acelerar”; “concentração”; “nervosa”; “perdida”; “nervos, tudo muito rápido”; “confusão”; “furacão, desviar”.

A partir das palavras e das expressões, a estagiária propôs ao grupo a criação de uma síntese poética em homenagem ao jogo apanhada. Coletivamente e de maneira muito ágil o grupo compôs o seguinte poema:

“Corpo quente, coração bate-bate.  
Tensão, concentração, coração a acelerar,  
Ter medo de bater ao desviar.  
Atenção! É tudo muito rápido!  
Com tantos nervos, é uma grande confusão  
O corpo muito quente,  
Parece estar perdido no meio de um furacão”.

Em seguida, a estagiária apresentou o registo feito pelas participantes e as ações de movimento identificadas ao observar o jogo:

- “A apanhada é um jogo coletivo e de interação”; “exige rapidez”, “agilidade, velocidade”, “atenção”, “coragem”; “em alguns momentos há riscos e é preciso cuidado”; “é um jogo estratégico”, muito agitado”; “é possível brincar com os movimentos”.
- Ações de movimento realizadas no jogo: andar, correr, desviar, saltar, deitar, levantar, aproximar e recuar, abaixar, apanhar, fugir.

A estagiária orientou a divisão do grupo em duas equipas e propôs que cada equipa transformasse o jogo em dança, tendo o poema, as ações de movimento, as sequências elaboradas na aula anterior e o próprio jogo como estímulos à criação - Será possível jogar como quem dança e dançar como quem joga?

Entre risos, brincadeiras e alguma agitação, pouco a pouco, as composições foram surgindo e como num puzzle, as peças do jogo-dança e da dança-jogo, começaram a se encaixar. Ao testemunhar as participantes em ação, com um misto de surpresa e admiração, a estagiária vislumbrou a metamorfose do jogo em dança. Ali, à sua frente, surgiram uma série de ações integradas e boas ideias a serem exploradas.

Ao final da aula os grupos apresentaram as composições.

## Aula VII – 03/02/2022

Ao início da aula, a estagiária apresentou ao grupo as anotações feitas sobre as sequências elaboradas na aula anterior e um roteiro integrando as composições criadas. Por sugestão da estagiária o próprio jogo tradicional apanhada foi incluído ao roteiro passando a fazer parte da coreografia.

- Roteiro dança-jogo apanhada:

1. Grupo espalhado pelo espaço desafia-se com o olhar;
2. Deslocação no espaço global, uso do caminhar que gradativamente acelera; manter o contato visual;
3. Frente a frente desafiar o par com ações de desviar, avançar, recuar; saltos, rolamentos, giros;
4. Avançar, tocar/apanhar o par, interromper o movimento e sustentar a forma, retornar ao sítio; repetir.
5. Posições que expressem a forma do corpo ao ser apanhado – 4 poses;
6. Organização do grupo na formação original do jogo apanhada, enquanto duas integrantes deslocam-se devagar no centro do espaço, bem próximas, desafiam-se através do olhar, executam a sequência da transferência de peso: lateral, frontal, posterior;
7. Jogo apanhada;
8. Organização em linhas; sequência de transferências de peso lateral, frontal, posterior, rolamentos, salto/explosão e salto a partir da posição paralela com giro completo;
9. Corre-corre, tumulto, furacão: grupo corre pelo espaço global, a desviar-se e ao final da música interrompem o movimento e apanham uma colega.

Em seguida, deu-se início a construção da composição coreográfica<sup>21</sup> com a execução de cada uma das etapas definidas no roteiro, inicialmente sem o uso da música. Com intuito de otimizar o trabalho o grupo foi dividido em duas equipas. Após algumas repetições, a música foi integrada e novos desafios surgiram pois as sequências elaboradas foram gradativamente sendo ajustadas à dinâmica da música.

Durante a composição o grupo manifestou interesse, boa integração e alegria ao sentir-se a jogar como quem dança e a dançar como quem joga.

Foram necessários alguns ajustes na última sequência, considerada mais complexa, já que os movimentos de transferência de peso, rolamentos, salto estrela

---

21. Ver registo fotográfico da composição coreográfica no Apêndice D, Bloco I.

e salto com giro completo, eram executados sucessivamente e em dinâmica rápida. No entanto, percebeu-se resistência por parte do grupo no que diz respeito ao aprimoramento de algumas ações, que foram criadas de forma muito espontânea e intuitiva. A estagiária verificou que para o grupo, mais importante do que o desempenho técnico, foi sentir-se coletivamente em um jogo-dança. Naquele momento, a insistência em relação ao aprimoramento iria comprometer a espontaneidade do jogar-dançar.

Ao final da aula, ao partilhar sobre a experiência de dançar o jogo, uma das participantes comentou que gostou de sentir o jogo na dança e a dança no jogo. Porém, referiu que se sentiu preocupada em manter as marcações, os movimentos no tempo da música e posicionar-se corretamente no espaço. Esta opinião foi comum a outras participantes o que fez com que a estagiária refletisse sobre uma das perguntas impulsionadoras que questiona o caráter espontâneo do jogo tradicional em contexto formativo.

O jogo-dança apanhada foi vivenciado em outras aulas onde foi possível memorizar, rever e aprimorar as etapas da composição coreográfica.

### **Considerações finais**

O conjunto das sete aulas que integraram o Bloco I, proporcionou ao grupo apropriar-se do jogo apanhada e vivenciar desafios que potencializaram a ludicidade e habilidades de movimento, favorecendo o desenvolvimento do repertório psicomotor e aprendizagens técnicas artísticas significativas.

Verificou-se que a vivência do jogo apanhada potencializou um crescer significativo na qualidade da execução das ações de movimento: correr, saltar, desviar, deitar, levantar, agachar, aproximar e recuar; o desenvolvimento das competências técnicas artísticas: domínio da espacialidade, níveis do espaço, agilidade, resistência, velocidade, impulsão, ação e reação, expressividade, dançar em grupo; e a atitude perante a performance: coragem, iniciativa, sentido de grupo, atenção, aplicação das regras.

Ao longo do Bloco I, as partilhas, os momentos de observação, análise e apreciação da participação coletiva foram sempre incentivados e valorizados.

Ao registrar no diário de bordo as impressões sobre a proposta de jogar-dançar a apanhada, as participantes validaram e deram voz à experiência, tendo a oportunidade de rever as ações e conferir a mais-valia da vivência do jogo em contexto formativo de dança. Verificou-se que o corpo-sujeito superou desafios e

demonstrou alegria e prazer na ação conjunta de jogar como quem dança e dançar como quem joga.

Os registos elaborados nos diários de bordo foram importantes para a compreensão de como cada participante percebeu a experiência de jogar-dançar. As conquistas a nível do desenvolvimento técnico artístico confirmaram a mais-valia da integração do jogo apanhada em contexto de aprendizagem da técnica de Dança Contemporânea.

Vale ressaltar que um dos momentos mais significativos no olhar da estagiária foi a partilha de uma das alunas que registou no seu diário de bordo a possibilidade de “brincar com os movimentos”. A partir dessa partilha adotou-se a expressão corpo-brincante: corpo que busca ir ao encontro de novas e inusitadas possibilidades, corpo irreverente, curioso, corajoso.

### **3.4 BLOCO II – JOGO DO ELÁSTICO**

#### **Descrição das aulas, reflexão sobre o processo de aprendizagem**

O planeamento<sup>22</sup> do Bloco II, composto por sete aulas, foi concebido de forma a proporcionar o cruzamento dos desafios psicomotores do jogo tradicional do elástico com os conteúdos da técnica de Dança Contemporânea.

#### Aula I e II – 10 e 17/02/2022

Levando em consideração o pouco tempo de experiência com o elástico e o interesse do grupo pelo material, a estagiária contemplou duas aulas de carácter exploratório antes de apresentar o jogo tradicional. A manipulação requer um espaço-tempo mais alargado para que o corpo-sujeito tenha oportunidade de entrar em relação e dialogar com o objeto. O diálogo, permeado de ações e reações, amplia a perceção do mover, permite a assimilação de conceitos e o investimento numa pesquisa criativa tanto individual como em grupo.

A automassagem realizada na aula I, valorizou o toque leve das mãos a deslizar em todos os segmentos corporais. As participantes foram orientadas a sentir o contato das mãos com a textura da roupa, da pele, com o contorno e o comprimento do corpo.

O *attunement* realizado na 2ª aula a partir da proposta do contorno do corpo, desenhar o contorno do corpo deitado e de pé, sentir o corpo a ser contornado com

---

22. Ver planeamento das aulas no Apêndice D, Bloco II.

um marcador imaginário, propiciou a percepção do tamanho, do comprimento e do espaço que o corpo ocupa na cinesfera, assim como a conexão entre os segmentos corporais. Observou-se durante a dinâmica cuidado ao contornar o corpo e prazer ao receber o toque.

O espreguiçar/estirar o corpo como um todo e partes isoladas e a exploração do maior/menor espaço que o corpo ocupa na cinesfera, foi uma dinâmica considerada adequada para a posterior manipulação do elástico. A interrupção do movimento e a sustentação da forma estimulou jogos de equilíbrio, o foco, a distribuição e a transferência do peso entre os apoios corporais.

Na exploração da cinesfera o corpo cresceu e diminuiu e a cantata de Bach inspirou a pesquisa de movimentos contínuos, assim como o fluxo contido, favorecendo a percepção da trajetória do gesto no espaço circundante.

Verificou-se na manipulação do elástico<sup>23</sup> a exploração da expansão e do recolhimento do corpo, transferências de peso lateral, posturas de equilíbrio sobre uma perna, uso dos níveis alto, médio e baixo, uso de apoios corporais, fluência de movimentos e o uso do fluxo contido.

Individualmente, em duplas ou trios as participantes exploraram movimentos com uso de um, dois e até três elásticos manipulados simultaneamente.

Tramas/teias de elásticos foram criadas pelas participantes e ultrapassar os espaços tornou-se uma aventura, desafiando a capacidade de adaptação no uso dos níveis baixo, médio e alto para transpor os espaços vazios proporcionados pela trama: corpo-sujeito curioso, que espreita e avança.

A exploração do elástico, favoreceu a percepção do tamanho do corpo como um todo, o comprimento e a extensão dos braços, pernas, coluna vertebral, a projeção e a direção do gesto no espaço. Improvisações sem o uso do elástico foram realizadas em outras aulas, validando a manipulação desse material como um recurso que enriquece a consciencialização corporal, a vivência e a interiorização de importantes conteúdos da técnica de Dança Contemporânea podendo citar: expansão e recolhimento, alinhamento postural, projeção do gesto na cinesfera, transferência de peso, equilíbrio e foco.

Verificou-se mais uma vez que o grupo apreciou criar e apresentar as suas composições, observar, analisar o movimento, partilhar descobertas e traçar comentários sobre as criações. O gosto pelas partilhas tanto individuais como coletivas estimulou o processo de aprendizagem: “o aluno se desenvolve

---

23. Ver registo fotográfico sobre a manipulação do elástico no Apêndice D, Bloco II.

observando o outro, testemunhando a ação do colega. Por meio de estímulos trazidos pelo professor e pelos companheiros, as trocas começam a ocorrer, desencadeando uma rede de mútuas influências benéficas”. (Bertazzo, 2004, p. 31).

### Aula III – 24/02/2022

O jogo tradicional<sup>24</sup> do elástico foi apresentado através do visionamento de fotografias que permitiram identificar ações de movimento e o uso do espaço durante o jogo.

A ênfase da preparação corporal foi o aquecimento do conjunto articular das pernas: pés, tornozelos, joelhos, articulação coxofemoral, caminhadas com diferentes dinâmicas, deslocamentos com uso dos apoios dos pés, com joelhos flexionados, corridas e saltitos.

A sequência do jogo do elástico sugerida pela estagiária foi composta da seguinte maneira: cinco saltos em 6<sup>o</sup> posição, um salto em posição paralela; ao retornar do salto os pés calcam o elástico, executa-se um cruzamento do elástico nos tornozelos, seguido de um saltito para descruzar o elástico e recomeçar o jogo. Durante o jogo salta-se para dentro e para fora do retângulo que define o espaço da ação. Uma lengalenga sobre os dias da semana marcou o ritmo dos saltos.

Ao início do jogo, verificou-se a inexperiência das participantes. Foram muitas as evidências que comprovaram que o grupo nunca tinha tido a oportunidade de jogar este jogo tradicional<sup>25</sup> tão desafiador e divertido.

Ao jogar, as alunas confrontaram-se com alguns desafios, podendo citar: ocupar o espaço reduzido do elástico, saltar com precisão de forma a calcar o elástico com os pés imediatamente após o salto; dificuldades ao prever a força da impulsão do salto de acordo com a altura do elástico; precisão do foco. Algumas alunas demonstraram insegurança em arriscar manobras e receio em errar.

A estagiária percebeu, por parte do grupo como um todo, urgência por terminar o jogo e cumprir as etapas previstas. Uma reação semelhante foi verificada durante a confecção da estrela, quando, frente aos pormenores, observou-se pouco investimento na realização das etapas, assim como o desejo de alcançar o fim sem cumprir os passos necessários ou realizando-os de uma maneira inadequada. Frente ao que foi verificado durante a vivência do jogo, é possível traçar um paralelo

---

24. Ver registo fotográfico do jogo tradicional do elástico no Apêndice D, Bloco II.

25. Ver contextualização sobre o jogo tradicional do elástico no Apêndice C, etapa II.

entre o processo de aprendizagem do jogo e da dança a partir das reflexões de Roger Callois (1990) quando refere que o jogo “supõe uma atenção persistente, um treino apropriado, esforços assíduos e vontade de vencer. Implica disciplina e perseverança” (p.35). E ainda, “o jogo não prepara para uma profissão definida; introduz o indivíduo na vida, no seu todo, aumentando-lhe as capacidades para ultrapassar os obstáculos ou para fazer face às dificuldades.” (p.16).

Ao final da aula algumas participantes referiram que o jogo do elástico parecia fácil, mas afinal era complexo. A conversa girou em torno do que seria necessário para que a *performance* corresse melhor. Algumas participantes referiram que era importante ter atenção, foco, treinar os saltos e repetir. Ficou acordado que a vivência do jogo continuaria na aula seguinte.

#### Aula IV – 03/03/2022

Durante a preparação corporal a estagiária integrou a sequência do jogo do elástico composta por saltitos em 6ª posição, 2º paralela, passagem de uma posição para outra. Verificou uma boa resposta do grupo na execução da coordenação entre os saltos, porém observou que um número significativo de participantes fazia pouco uso da flexão do joelho, tanto no início como na receção do salto; observou também que ao retornarem dos saltos, os calcanhares não aterravam no chão. A estagiária constatou que a prática do jogo do elástico poderia, de facto, ser benéfica para a compreensão da mecânica dos saltos: flexão dos joelhos, contato dos pés com o chão, o impulso ascendente do salto a partir da flexão dos joelhos.

A proposta de recriação do jogo<sup>26</sup> do elástico envolveu o grupo que mais uma vez manifestou satisfação por elaborar e criar sequências próprias. A estagiária surpreendeu-se pela positiva em relação a complexidade das descobertas e possibilidades de recriação do jogo. Testemunhou variações que nunca poderia imaginar ser possível, como por exemplo: o uso do salto simultâneo, tanto de quem executa a sequência como de quem está a sustentar o elástico. Outras interessantes maneiras de jogar o elástico foram elaboradas, integrando articulações entre passos, saltos, mudanças de direção, uso de *lifts*, relação de entreajuda e encorajamento.

Notou-se cuidado na realização das sequências e ganhos na mecânica do salto. A prática do jogo do elástico favoreceu a compreensão e o aprimoramento da flexão dos joelhos e o uso correto dos apoios dos pés na receção do salto; foi também

---

26. Ver registo fotográfico sobre a recriação do jogo do elástico no Apêndice D, Bloco II.

registado uma boa projeção do tronco e leveza ao saltar. O foco foi utilizado com mais precisão possibilitando um maior número de acertos no que diz respeito ao pisar sobre o elástico após os saltos.

As apresentações das sequências foram apreciadas e consideradas uma boa oportunidade para que o grupo refletisse sobre a mecânica do salto e o bom uso da estrutura corpo durante a ação do jogo.

#### Aula V – 10/03/2022

O visionamento das fotografias do grupo a saltar o elástico proporcionou o exercício da observação e a análise das ações executadas durante o jogo. A estagiária conduziu o olhar do grupo no que diz respeito a perceber a posição do tronco, a altura do salto, a flexão dos joelhos antes e na recepção do salto, o contato dos pés no chão e a direção do olhar.

Na preparação corporal foram aprimoradas as sequências sobre mobilidade articular, ativação do conjunto das pernas, as caminhadas com ênfase no uso correto dos pés ao andar e correr. Foram acrescentados nas dinâmicas do elástico invisível o salto com uso de meio giro e giro completo com pernas em posição paralela, sendo este, um salto recorrente tanto no jogo do elástico como na dança. As caminhadas foram intercaladas com a dinâmica do elástico invisível: reproduzir a sequência do jogo a imaginar o elástico em diferentes alturas. O jogo do elástico invisível favorece a dinâmica de execução dos pequenos saltos/*allegros*, assim como agilidade, força, impulso e resistência. Foram praticados saltitos com ênfase na preparação e recepção do salto: de 2 pés para 2 pés; de 2 pés para 1; de 1 pé para 2. Os saltitos foram feitos sem e com deslocação.

Após a preparação corporal a estagiária partilhou com o grupo imagens de notações de movimento retiradas do livro *Giramundo e outros brinquedos e brincadeiras dos meninos do Brasil* - de Renata Meireles (2007)<sup>27</sup>. As notações de movimento registam etapas de um mesmo jogo minuciosamente detalhadas e são sinalizadas com pequenos pezinhos que marcam cada salto e as diferentes maneiras de cruzar o elástico.

O grupo revelou interesse pelas notações de movimento, tendo sido uma oportunidade para referir a importância das notações como uma forma de representar e registrar a ação do corpo e composições realizadas na dança.

---

27. Ver as notações de movimento do jogo do elástico no Apêndice D, Bloco II.

No seguimento da visualização, as participantes dividiram-se em grupos e escolheram uma ou duas partes para jogar. Foi definido um tempo para a interpretação do jogo, memorização e aprimoramento. O exercício de decodificação da notação provocou análises e discussões, pois em alguns grupos foi interpretada de maneiras distintas, proporcionando para uma mesma notação diferentes formas de executar o movimento, principalmente na ação de cruzar o elástico.

Durante o jogo observou-se ganhos na qualidade da *performance* de todas as participantes, podendo citar:

- Uso do espaço do jogo delimitado pelo elástico; precisão do salto, correta flexão dos joelhos na preparação e na recepção dos saltos;
- Colocação dos pés ao calcar o elástico – uso adequado dos apoios; alinhamento correto do tronco;
- Força de impulsão; controle do equilíbrio/desequilíbrio ao saltar e ao retornar do salto; uso do foco direto; resistência, agilidade;
- Coragem e assertividade; atenção e presença; determinação e persistência no cumprimento das etapas do jogo; espírito colaborativo; satisfação e alegria.

Ao final da aula os grupos apresentaram as sequências, seguido de uma apreciação sobre a experiência. Durante a partilha, uma das participantes referiu: “Quando fazemos muitas vezes, vamos aprimorar, mas também fazer cada vez melhor”. O relato da participante revelou o gosto por fazer bem feito e o prazer por conquistar novas etapas. E assim, “ganhamos com o jogo uma nova maneira de encarar os desafios: como uma gestão de possibilidades”. (Klisy, 2015, p.99)

Ao final da aula a estagiária valorizou o bom trabalho realizado em equipa e ficou acordado, por sugestão do grupo, dar continuidade ao jogo do elástico.

#### Aula VI - 17/03/2022

O repertório do jogo do elástico e do elástico invisível continuou a ser integrado ao aquecimento, com um gradativo aumento de desafios. A estagiária enfatizou o aprimoramento do salto com meio giro e giro completo em posição paralela, incentivando as participantes a imaginarem-se a saltar o elástico.

A aula VI incidiu sobre a recriação do jogo do elástico, a elaboração da respetiva notação de movimento <sup>28</sup>e a reprodução da sequência sem o elástico. Verificou-se

---

28. Ver notação de movimento e recriação do jogo do elástico no apêndice D, Bloco II.

um excelente nível na elaboração das notações que exigiram atenção, capacidade em articular as ideias e adequar o desenho de acordo com os passos estabelecidos.

A estagiária considerou extremamente gratificante acompanhar o processo de realização da proposta. Mais uma vez testemunhou e surpreendeu-se com a criatividade, originalidade, capacidade de elaboração, resolução de problemas e agilidade de raciocínio das participantes.

A proposta foi percebida como uma atividade lúdica confirmando a afirmação de Klisy (2015) quando refere: “A atividade lúdica tem força viva, criativa, plena de autoria e alto potencial de interação com as pessoas e com o conhecimento”. (p. 112)

Os jogos elaborados revelaram articulações complexas entre os saltos que exigiram destreza, agilidade e precisão. Alguns foram concebidos para serem jogados por duas pessoas simultaneamente, com o uso de dois ou até três elásticos.

A aula foi finalizada com a apreciação das notações gráficas, no entanto, o tempo foi curto para que os grupos pudessem desfrutar do jogar e partilhar as composições.

#### Aula VII – 24/03/2022

A ênfase da aula foi a revisão e finalização das sequências e das notações de movimento. Foi contemplado um tempo mais alargado para o desfrute do jogo e a partilha das criações. Ao final da aula organizou-se um momento de apresentação.

#### **Considerações finais**

O conjunto das sete aulas que integraram o Bloco II, proporcionou ao grupo conhecer, aprender e apropriar-se do jogo do elástico e vivenciar desafios que potencializaram a ludicidade e diversas habilidades de movimento, favorecendo o desenvolvimento do repertório psicomotor e aprendizagens técnicas artísticas significativas.

Verificou-se que a vivência do jogo do elástico potencializou um crescer significativo na qualidade da execução dos saltos, assim como a compreensão da correta mecânica da ação de saltar; o desenvolvimento das competências técnicas artísticas: domínio da espacialidade e do repertório de saltos, verticalidade e controle do eixo, agilidade, destreza, resistência, precisão, ritmo, impulsão, memorização, raciocínio; e a atitude perante a performance: persistência, aprimoramento, atenção, realização das etapas, colaboração, aprender com o outro.

No que diz respeito a manipulação do elástico, ressalta-se a mais-valia da manipulação como um recurso que contribui para a interiorização dos conteúdos expansão/recolhimento e exploração da cinesfera.

A estagiária registou alguns comentários partilhados na roda de conversa da última aula que evidenciaram o envolvimento do grupo com a proposta:

- “Quando começamos a jogar o jogo do elástico ficamos preocupadas com as regras do jogo. Começamos a ter ideias e descobrimos novas maneiras de jogar;”
- “Pensamos no que a professora disse e criamos um jogo novo;”
- “Foi divertido. Estávamos antenadas a descobrir coisas novas;”
- “É complexo porque eu estava a pensar em muitas coisas ao mesmo tempo. E conseguimos fazer um novo jogo;”
- “Divertido! Começamos, por fazer o jogo e depois fizemos de uma forma diferente;”
- “Quando fazemos muitas vezes, vamos aprimorar, mas também fazer cada vez melhor;”
- “Ao saltar o elástico a qualidade do salto ficou bem melhor.

O jogo do elástico foi vivenciado em outras aulas onde foi possível recriar as etapas e aprimorar sequências de saltitos que compõem o jogo.

A evolução positiva do desempenho técnico artístico de todas as participantes, a motivação e o envolvimento, validaram a experiência, confirmando a mais-valia da aplicação do jogo do elástico em contexto formativo de dança.

### **3.5 BLOCO III – BOLA-DE-MEIA**

#### **Descrição das aulas, reflexão sobre o processo de aprendizagem**

O planeamento<sup>29</sup> do Bloco III, composto por sete aulas, foi concebido de forma a proporcionar o cruzamento dos desafios psicomotores do jogo tradicional com os conteúdos da técnica de Dança Contemporânea.

#### Aula I – 31/03/2022

A proposta de confeccionar a bola-de-meia<sup>30</sup> surpreendeu as alunas que referiram nunca terem tido a experiência de construir o próprio brinquedo.

---

29. Ver planeamento das aulas no Apêndice D, Bloco III.

30. Ver contextualização sobre a bola-de-meia no Apêndice C, etapa II.

Após a confecção da bola, o grupo foi estimulado a explorar possibilidades de lançamento e recepção da bola: lançar com as duas mãos, de uma mão para a outra, somente com uma das mãos; receber a bola com uma e/ou as duas mãos; passar a bola de uma mão a outra, pela frente e por trás do tronco e entre as pernas. Verificou-se que durante os arremessos as participantes integraram o uso dos níveis, deslocações, rolamentos, saltitos e a busca de um ritmo próprio no sucessivo jogo de lançar e receber a bola. As explorações foram feitas de forma espontânea e em poucos segundos o espaço-sala transformou-se em um espaço do brincar: duetos e trios foram formados, risos, conversas, balbúrdia, bolas lançadas sem direção definida. O corpo-sujeito parecia descobrir algo novo, ações corporais inusitadas. Em um cotidiano formativo repleto de códigos técnicos, o corpo-sujeito celebrava o encontro com o brincar, arriscando novos territórios de ação de uma forma intuitiva.

Observou-se que somente quatro alunas demonstraram proficiência na manipulação da bola. O restante grupo assinalou dificuldades manipulativas nas ações de lançar e receber a bola; a ação de lançar revelou-se pouco precisa, ora com pouco impulso, ora com excesso; na recepção foram visíveis dificuldades ao ajustar a bola às mãos que pareciam frágeis e imaturas. Identificou-se pouca precisão no uso da coordenação óculo motora na ação de lançar e receber a bola. Ao organizarem-se em duplas e trios, verificou-se pouca precisão no arremesso, na destreza ao receber a bola, na atenção, no foco da ação e na capacidade de dosear a força ao lançar a bola.

A estagiária surpreendeu-se ao constatar que o simples gesto de lançar e receber a bola exigia uma série de complexas ações, que envolviam e mobilizavam o corpo-sujeito a reagir e a buscar novas soluções para conseguir concluir a ação de apreensão da bola estando sempre em constante movimento.

No exercício contínuo de observar, analisar e refletir os processos de aprendizagem, a estagiária reconsiderou rever o planejamento e elaborar dinâmicas que estimulassem a relação do corpo-sujeito com o objeto, a sensibilidade das mãos, e a prática/aprimoramento das habilidades motoras manipulativas que integram o jogar-brincar com a bola-de-meia.

## Aula II - 07/04/2022

A intenção nuclear da aula II foi proporcionar ao grupo dinâmicas de sensibilização para estimular a percepção do corpo como um todo e a qualidade da relação corpo/objeto, lembrando que “tudo aquilo que tocamos também nos toca”. (Alexander, 1983, p.XII). Importou ativar a sensibilidade tátil e a relação de contato

das mãos com a bola<sup>31</sup>, considerando que “o tato nos fornece informações essenciais sobre o mundo que nos cerca, suas formas, sua temperatura, sua consciência, sobre as numerosas sensações vindas do exterior.” (Alexander, p.17).

Foi sugerido ao grupo, inicialmente, fechar os olhos, sentir a bola entre as mãos (forma, tamanho, textura, temperatura, volume, peso), tocá-la levemente percebendo o contato da palma da mão e dos dedos; pressionar, ora com a palma das mãos, ora com a ponta dos dedos. Observou-se que ao pressionar a bolinha entre as mãos o reflexo postural foi ativado proporcionando um estado de presença ao corpo.

Na dinâmica de integração em formação circular, o grupo foi orientado a lançar a bola a uma colega, manter o foco na trajetória e acompanhar o percurso da bola do ponto de partida ao ponto de chegada. O jogo possibilitou a prática de ações simultâneas: olhar para a colega, falar o nome, lançar a bola.

A massagem favoreceu a consciencialização de diferentes partes do corpo, assim como a ativação da musculatura das mãos e braços que foi solicitada no ato de pressionar a bola contra o corpo. Verificou-se presença, sensibilidade e cuidado com o próprio corpo.

As participantes foram incentivadas a jogar a bolinha individualmente e em seguida em pares ou trios. Algumas jogaram sentadas a passar a bolinha de mão em mão; outras elaboraram sequências lançando e recebendo a bola a saltar, a rolar, a usar os níveis alto, médio e baixo, transferindo o peso de uma perna para outra. Durante a dinâmica averiguou-se pequenas conquistas no que diz respeito a atenção ao executar as ações.

Na dinâmica em dupla (conversa entre bolinhas), o corpo-sujeito manifestou-se expressivo, brincante, recetivo, criativo, numa dança mediada pelo objeto, percebendo que “também é de importância decisiva a pessoa descobrir que se pode relacionar com um grupo por meio de um simples objeto, e que é possível agir como grupo, relacionando-se com novas situações e promovendo uma adaptação recíproca, sem que haja uma liderança.” (Alexander, 1983, p. XVI)

Ao final da aula algumas participantes demonstraram as suas descobertas, possibilitando ao grupo analisar as ações, reconhecer as conquistas e a articulação dos conteúdos.

---

31. Ver registo fotográfico da dinâmica de sensibilização tátil com a bola-de-meia no Apêndice D, Bloco III.

A estagiária confirmou a mais-valia do mover/dançar com a bolinha para o aprimoramento da direção do olhar e da manutenção do foco durante a ação, competência essencial na aprendizagem da dança.

### Aula III – 21/04/2022

A ênfase da aula III foi a aprendizagem do jogo tradicional com uso da bola-de-meia<sup>32</sup>. O jogo inicialmente pareceu ao grupo ser de fácil execução, no entanto, na prática, não foi tão simples cumprir a sequência proposta pela lengalenga. O jogo exige destreza, uma rápida capacidade de ação/reação e domínio de ações motoras simultâneas, que ocorrem em um curto espaço de tempo podendo citar: narrar a lengalenga, lançar e receber a bola, dosear a força de impulsão, controlar o foco, antecipar a ação, executar todos os gestos sugeridos pela lengalenga sem deixar a bolinha cair.

Verificou-se por parte de quase todo o grupo, urgência em concluir a sequência e ultrapassar as etapas, revelando pouco investimento na realização dos desafios manipulativos propostos pelo jogo. Mais uma vez a estagiária verificou a tendência do grupo em querer concluir o jogo sem ultrapassar devidamente as etapas.

Vale ressaltar que a repetição, a alternância, o conjunto de regras, o desejo de fazer bem feito e vencer os desafios são aspetos transversais ao jogo e à dança. Aspetos estes inerentes a todo processo de aprendizagem onde o conhecimento é construído através de um conjunto de desafios com um gradativo aumento da complexidade. A construção da aprendizagem não é imediata e está inexoravelmente circunscrita a um tempo: o tempo de conhecer, aprender, assimilar.

Nesse sentido, Bertazzo (2004) reflete de uma maneira muito pertinente sobre essa situação tão recorrente na aprendizagem da dança:

Nossa sociedade altamente especializada, baseada na tecnologia e na grande velocidade, imprime um ritmo muito acelerado à nossa vida, despejando muito mais informações do que somos capazes de perceber. Nesse contexto, não admira que o jovem de hoje se mostre inconstante, dispersivo, saltando rapidamente de uma ideia a outra. Atolado de informações, forçosamente se defende contra novos conhecimentos. Por isso mesmo nosso trabalho consiste em ensiná-lo a envolver-se durante mais tempo com uma ideia. (p. 36)

---

32. Ver as regras do jogo com a bola-de-meia no Apêndice D, Bloco III.

Ao refletir sobre a reação das participantes ao jogar, a estagiária considerou importante insistir e dar continuidade à proposta, com intenção de motivar o grupo a concluir e aprimorar as etapas que compõem o jogo.

No entanto, ficou evidente, que o jogar/dançar livremente criando os próprios desafios manipulativos, despertou mais interesse do que o jogo propriamente dito.

#### Aula IV – 28/04/2022

A ênfase da aula IV incidiu no aprimoramento<sup>33</sup> da sequência do jogo tradicional da bola-de-meia. A estagiária utilizou o recurso da prática mental, imagética de movimento, orientando as participantes a fechar os olhos, imaginar a sequência dos movimentos mentalmente, os pormenores das ações integradas ao ritmo da lengalenga, com o intuito de proporcionar o reencontro com o passo a passo do jogo. Xarez (2015), refere que a imagética do movimento pode ser considerada “um potencial instrumento do próprio treino, na aprendizagem, na preparação, na antecipação e no reforço das habilidades técnicas e do repertório coreográfico”. (p.149). Krasnow & Wilmerding (2015) enfatizam que a prática mental é um recurso de inestimável valor para a aprendizagem de novas habilidades de movimento, assim como para a revisão de habilidades já assimiladas. Favorece o estado de presença, ativa a musculatura e prepara o corpo para a ação. Ressaltam que a prática mental/imagética do movimento, pode ser também vista como um recurso de apoio psicológico, sendo considerada essencial na formação em dança.

Após a prática mental, o grupo foi conduzido a refletir que, tanto o jogo como a dança solicitam o ato de repetir e aprimorar. Adquirir o domínio das habilidades motoras é um desafio e nem sempre é uma tarefa fácil, necessita persistência e regularidade. O prazer pelo fazer bem feito gera satisfação, torna o jogo ainda mais divertido e a conquista dos desafios nos encoraja a seguir em frente.

A estagiária assumiu como referência as orientações de Bertazzo (2010) sobre o processo de aprendizagem. De acordo com o autor, este deve ser cuidado com atenção, já que a construção da base será essencial para o avanço de novas conquistas psicomotoras:

Quando se ensina ao aprendiz um gesto que ainda não faz parte de seu repertório de movimentos, os primeiros contatos devem ser lentos, para que ele se perceba executando o novo gesto. A experiência deve acontecer etapa por etapa e deve ser repetida inúmeras vezes,

---

33. Ver registro fotográfico do aprimoramento do jogo com a bola-de-meia no Apêndice D, Bloco III.

selecionando-se finalmente a trajetória mais eficaz. Esses cuidados são necessários, pois rapidamente o cérebro se apropria da experiência [...]. A precaução é não armazenar modelos fragmentados. (p.36)

Durante a prática foi possível observar ganhos na atenção, na execução das habilidades manipulativas e na atitude que se refletiu positivamente na qualidade da execução da sequência como um todo.

É no curso de aquisição de domínio de uma técnica, é em meio a essa sensação de descoberta, de aprender a “pôr o ovo em pé”, que cada um desses adolescentes começa a diferenciar-se, passando a entender como se deve atuar e qual é a sua forma pessoal de atuação” (Bertazzo, 2004, p.36)

Na finalização da aula foram identificados pelas participantes os benefícios da prática mental e as conquistas no domínio das habilidades manipulativas durante a realização do jogo. No entanto, o grupo referiu mais uma vez que preferia dançar livremente com a bolinha-de-meia e criar os próprios desafios como haviam feito nas aulas iniciais.

A estagiária considerou dar continuidade ao uso da bola-de-meia como um estímulo para que as participantes desenvolvessem as habilidades manipulativas a partir da recriação do jogo e da pesquisa de novos desafios motores.

#### Aula V – 05/05/2022

A dinâmica inicial da aula, imaginar a bolinha a mover no interior do corpo a partir da coluna vertebral, proporcionou um estado de presença, consciência dos espaços internos e a conexão entre os segmentos corporais, assim como uma vivência de movimentos contínuos, em fluxo controlado.

Tocar a bolinha em diferentes partes do corpo favoreceu a reação e a liderança do movimento a partir de distintas partes do corpo.

Na sequência de enrolamento da coluna, a bolinha foi manipulada de forma a marcar a linha mediana do topo da cabeça ao umbigo. Ao desenrolar a coluna, a bolinha, segura pelas duas mãos, rolou do umbigo ao topo da cabeça e auxiliou a projeção dos braços ao alto e lateralmente, favorecendo a verticalidade.

Verificou-se ganhos significativos na precisão do foco e na dinâmica de lançar e receber a bola com uso de diferentes posições do corpo.

Do interior para o exterior do corpo, a bolinha conduziu a projeção do gesto possibilitando um jogo-dança no qual o corpo-sujeito revelou-se sensível, criativo, atento, demonstrando ganhos no controle manipulativo, na capacidade adaptativa frente aos desafios e no entendimento entre guiar e ser guiado.

As improvisações<sup>34</sup> em dupla tendo a bolinha como guia revelaram-se mais uma vez um momento de partilha poética, de fruição e de conexão entre as participantes. Jogar como quem dança e dançar como quem joga, promoveu interações e a autoestima do grupo como um todo; a criatividade, a presença na ação e o bem-estar após e durante a vivência foram identificadas como uma verdadeira experiência lúdica tanto individual como coletiva.

A performance das participantes confirmou que “quando estamos realizando uma atividade realmente lúdica, nos envolvemos de tal forma na atividade que ela própria nos satisfaz por inteiro. Doamo-nos por completo e é exatamente nesse momento que percebemos do que realmente somos e da capacidade que possuímos”. (Surdi, 2019, p.112)

#### Aula VI -12/05/2022

A proposta inicial da aula foi a sensibilização da pele através do contato da bolinha, reconhecendo que “a sensação transmitida pela pele nos fornece a dimensão de nosso volume corporal. Manipulando a pele vamos construindo e refinando essa imagem” (Bertazzo, 2001, p. 58).

O recurso da imagética - a bolinha ligada ao umbigo por um longo fio – favoreceu a localização do centro do corpo, enfatizou o percurso do gesto tendo como ponto de partida e retorno o centro do corpo e a conexão do olhar com o trajeto do movimento. Verificou-se na pesquisa de movimentos a projeção e a direção do gesto na sua cinesfera, o uso da contração e da expansão do movimento a partir do centro.

A dinâmica proporcionou a ativação de todo o corpo-sujeito, que num devir de movimentos, dançou e projetou o gesto do centro do corpo para além do espaço circundante, em um fluxo contínuo de movimentos.

Foram explorados os níveis do espaço, as torções, passagens por posturas complexas onde poucos apoios corporais tocavam o chão. Foi uma experiência plena em beleza estética, silêncio e dança.

A estagiária surpreendeu-se com a inteireza e o estado de presença de todas as participantes que revelaram extrema sensibilidade nas suas pesquisas.

---

34. Ver registro fotográfico das improvisações com a bola-de-meia no Apêndice D, Bloco III.

Ficou acordado entre a estagiária e o grupo que a aula do dia 19/12 seria a última com o uso da bola-de-meia. O plano era revisar algumas dinâmicas realizadas e verificar os registos no diário de bordo <sup>35</sup>.

#### Aula VII- 19/05/2022

Após a dinâmica de sensibilização tátil e a sequência de enrolamento de coluna vertebral, as dinâmicas com uso da bolinha foram revisitadas: a bolinha ligada ao umbigo/centro do corpo: mover o corpo com ênfase na expansão e no recolhimento; lançar e receber a bolinha de diferentes maneiras com e sem uso de deslocação; dialogar com outras bolinhas estabelecendo o contato entre bolas, dançar-jogar com a bola.

Na aula prevaleceu um clima descontraído onde todas puderam jogar-dançar-brincar, fortalecendo cumplicidades em movimento. O corpo-sujeito projetou o gesto no espaço integrando as aprendizagens conquistadas. A aula foi finalizada com uma massagem em dupla com o uso da bolinha.

Em roda de conversa, a estagiária partilhou com o grupo que seriam realizados os encontros finais da jornada-projeto-investigação na semana seguinte.

#### **Considerações finais**

O conjunto das sete aulas que integraram o Bloco III, proporcionou ao grupo conhecer, aprender e apropriar-se do jogo da bola-de-meia e vivenciar desafios que potencializaram a ludicidade e diversas habilidades de movimento, favorecendo o desenvolvimento do repertório psicomotor e aprendizagens técnicas artísticas significativas.

Verificou-se que o jogo da bola-de-meia e a manipulação da bola potencializaram um crescer significativo na qualidade da execução das ações de movimento: lançar e receber e ações motoras simultâneas e sucessivas; o desenvolvimento das competências técnicas artísticas: domínio da espacialidade, transferências de peso, níveis do espaço, entradas e saídas do chão, impulso, controle do eixo, lateralidade, agilidade, destreza, equilíbrio, precisão, ritmo, coordenação óculo motora, memorização, criatividade, ação e reação, dançar em pares; e a atitude perante a performance: persistência, aprimoramento, atenção, realização das etapas, colaboração, aprender com o outro.

No decorrer das aulas a estagiária foi desafiada a buscar novas direções ao reconhecer que o jogo tradicional proposto não envolveu o grupo de acordo com o

---

35. Ver registos do diário de bordo das participantes no Apêndice D, Bloco III.

previsto. Considerou-se pertinente a decisão de estimular as participantes a conquistarem uma melhor performance no jogo tradicional. O confronto com a dificuldade possibilitou o diálogo sobre a importância da persistência, do gosto de fazer bem feito, não só em contexto formativo, mas na vida como um todo.

O jogo corporal com a bolinha de meia, brinquedo tradicional, tão singelo e acessível, possibilitou ao corpo-sujeito a interiorização da ação de contrair, expandir e recolher e a noção do centro do corpo como um ponto que concentra a energia e impulsiona o movimento.

Durante a exploração dos jogos corporais, o corpo brincante, estabeleceu diálogos em movimento, dançando com harmonia, sensibilidade e criatividade. O ato de jogar-dançar com a bola-de-meia potencializou vitalidade, alegria e a integração do grupo. O corpo-sujeito foi estimulado a explorar uma ciranda de gestos, onde as mãos receberam e lançaram a bola, os olhos atentos acompanharam a trajetória e com saltos, giros, rolamentos, o corpo brincou-dançou projetando o gesto no espaço. Piorsky (2016) ressalta que “o objeto brinquedo não se faz sem a brincadeira, não se faz sem o corpo e a imaginação, não tem o caráter de narrativa sem o brincar. Brincadeiras corporais fazem do corpo brinquedo.” (p.86).

A evolução positiva do desempenho técnico artístico de todas as participantes, a motivação e o envolvimento, validaram a experiência, confirmando a mais-valia da aplicação do jogo e da manipulação da bola-de-meia em contexto de aprendizagem da técnica de Dança Contemporânea.

### **3.6 BLOCO IV – Finalização do projeto “Os jogos tradicionais como potencializadores da ludicidade e das habilidades de movimento”**

#### **Descrição das aulas, reflexão sobre o processo de aprendizagem**

##### Aulas I e II: 26 e 27/05/2022

A estagiária considerou coerente finalizar o estágio com a apresentação de um *power point* contendo a síntese de todo o percurso percorrido. Dessa forma, o grupo percebeu a interligação entre as diversas etapas e o passo a passo da proposta, desenvolvida entre os meses de outubro de 2021 a maio de 2022.

O registo elaborado com um número considerável de fotografias<sup>36</sup>, valorizou a presença de cada integrante e do grupo como um todo.

---

36. Ver o registo fotográfico sobre o processo de trabalho nos Apêndice B, D, Bloco I, II, III, IV.

No seguimento da visualização do power point foram partilhadas as perguntas consideradas pela estagiária o ponto de partida e de chegada da jornada-projeto-investigação. As opiniões e reflexões sobre as perguntas foram partilhadas inicialmente em roda de conversa e depois registadas pelas participantes nos diários de bordo<sup>37</sup>.

A estagiária propôs ao grupo reencontrar alguns jogos e dinâmicas que foram vivenciados ao longo do projeto. Verificou-se interesse, envolvimento e integração do grupo na articulação das propostas que tiveram início com o labirinto, improvisação com as bolinhas-de-meia e por último o jogo-dança apanhada.

E assim, a jornada ao universo do jogar como quem dança e dançar como quem joga, foi finalizada evidenciando a validade da integração dos jogos tradicionais à aprendizagem da Dança Contemporânea.

Algumas alunas despediram-se a dar adeus. Nas mãos pequeninas pessoas foram desenhadas a jogar-brincar-dançar.



Figura 3. Mãos

---

37. Ver as reflexões no diário de bordo das participantes no Apêndice D, Bloco IV.

## V – ANÁLISE REFLEXIVA

Na dança, o corpo em ação é um constante devir que assume variadas formas, reunindo em si múltiplas possibilidades, dinâmicas e qualidades. Corpo em ação, ação no corpo. Para a estagiária, que conduziu as aulas e ao mesmo tempo envolveu o seu próprio corpo no processo, tornou-se vital encontrar meios de refletir, avaliar e sistematizar as etapas do projeto.

Neste sentido, a metodologia de investigação-ação incentivou a busca de novas maneiras de considerar os atos de planejar, atuar e refletir a prática num contexto formativo em dança, onde a relação ensino-aprendizagem é mediada pelo corpo-sujeito em movimento.

Ao assumir a posição de testemunha, a estagiária compreendeu a dimensão do ato de observar, transversal a todas as etapas do estágio, como uma ação que ampliou a compreensão dos processos de aprendizagem e a identificação das potencialidades a serem estimuladas.

A jornada-projeto-investigação proporcionou a construção de aprendizagens significativas, geradoras de conhecimentos que se afirmaram a partir de diálogos em movimento e ações coletivas mediadas pelo jogo.

As alunas participantes que integraram o projeto foram reconhecidas como portadoras de saberes e capazes de produzir conhecimento. Cada participante, sujeito ativo, deu voz ao corpo que, através do jogo, descobriu novas formas de expressão. Nas rodas de conversas o diálogo foi incentivado, sugestões foram partilhadas, assim como apreciações e críticas construtivas, afirmando dessa forma a importância do caráter colaborativo-participativo que configura a abordagem qualitativa em educação.

O diário de bordo constituiu tanto para a estagiária como para as participantes um espaço onde o pensamento alinhavou ideias e possibilidades de ação. Com marcadores de muitas cores o universo dos jogos tradicionais foi descrito, as ações analisadas, os passos a seguir anunciados e a prática dialogou com a teoria.

Os relatos e os registros das participantes evidenciaram que a vivência de cada um dos jogos tradicionais propostos foi um meio que potencializou a ludicidade, compreendida aqui como parte essencial do desenvolvimento harmônico do ser humano. Ao testemunhar as participantes em ação, a estagiária surpreendeu-se ao ver que ao longo da jornada o corpo-sujeito-brincante revelou-se, arriscou novos territórios de ação, experimentou qualidades e dinâmicas de movimento, encontrou espaços de expressão lúdica manifestada pelo entusiasmo, pela vitalidade, alegria e prazer na ação conjunta.

De forma criteriosa e dentro das possibilidades colocadas, a estagiária captou através da fotografia, as expressões, a sutileza dos gestos, os receios, o voo do corpo a lançar-se no espaço, a queda, a conquista de novas habilidades de movimento, os passos percorridos e a relação entre pares e grupo. A fotografia validou e estimulou o exercício de analisar e apreciar, sendo reconhecida como um significativo recurso que favoreceu a elaboração da documentação pedagógica.

O método de trabalho priorizou um espaço-tempo de vivência do jogo tradicional, valorizando a percepção do corpo na ação do jogo, apoiando-se no pressuposto de Santos (2015) que identifica “o jogo como um facilitador para a compreensão de saberes propostos”.

Ao jogar como quem dança e dançar como quem joga, o corpo-sujeito em presença e fruição, tornou-se mais corajoso, sendo constantemente desafiado a experimentar intrincadas coordenações que dimensionaram o prazer de ser um corpo hábil e em ação.

O jogo tradicional com a sua complexidade característica estimulou o confronto com dificuldades e a busca de novas possibilidades. Os jogos propostos durante a aplicação do projeto apresentaram diferentes graus de problematização, estimulando o refinamento do pensar, sentir, agir e a capacidade de antecipar e realizar a ação motora. Ao jogar a apanhada, ao saltar o elástico e ao manipular a bola-de-meia, as participantes, inteiras na ação, buscaram caminhos de aprimoramento que promoveram o refinamento da técnica de Dança Contemporânea.

Durante a aplicação do projeto “Os jogos tradicionais como potencializadores da ludicidade e de habilidades de movimento”, as participantes moveram e foram movidas pela ação de jogar-dançar-brincar, ampliaram o acervo motor, habilidades foram conquistadas, os afetos e a colaboração foram estimulados, assim como, a imaginação e a criatividade. Fazer e refazer, aprender e reaprender, descobrir as melhores soluções para que o corpo acione as coordenações adequadas no momento certo e preciso, tornou-se uma experiência significativa de superação individual e ao mesmo tempo coletiva; no jogar-dançar o corpo projetou-se no espaço, o ritmo sustentou a dinâmica e distintas qualidades de movimento foram experienciadas.

O corpo-sujeito-brincante dançou a energia *Agôn*, *Alea*, *Mimicry* e *Ilinx*, (Caillois,1990)<sup>38</sup>, ao ousar correr riscos e desafiar os limites, ao dar à volta aos acasos rindo da queda imprevista; ao vibrar com a corrida, com os saltos, com a vertigem do fluxo livre e com o prazer de ao jogar-dançar sentir-se em mundos imaginários.

Participante ativo, o corpo-sujeito reencontrou e recriou os jogos tradicionais, puxou o fio da memória de uma tradição esquecida num dia-a-dia repleto de compromissos e atividades formativas. Tradição que compõe a história das sociedades num constante criar e recriar coletivo.

O jogo tradicional, percebido como recurso pedagógico, estimulou novos e criativos caminhos de aprimoramento da técnica de Dança Contemporânea. Técnica compreendida, assim como o jogo tradicional, como um legado, uma herança cultural, um elo entre o passado, o presente e o futuro, uma tradição em movimento que evolui no tempo e é enriquecida pelas diferentes realidades e contextos.

A elaboração do presente projeto de estágio exigiu uma revisão da literatura que proporcionou um importante aprofundamento temático, além de organizar as ideias para fundamentar uma prática educativa que faz parte do percurso da estagiária enquanto profissional do ensino de dança, bem como para estruturar o processo, o passo a passo do estágio e a elaboração de uma documentação, fruto da reflexão e do diálogo entre a prática e a teoria.

O exercício da escrita e a produção de uma documentação de caráter pedagógico, alimentou a convicção sobre a validade deste tipo de proposta e a crença na importância da criação de espaços, em contextos de formação em dança, onde o adolescente tenha a oportunidade de vivenciar a prática corporal ao longo do processo formativo de uma forma lúdica, prazerosa e criativa.

Em suma, a aplicação do projeto constituiu um estímulo para seguir investindo na descoberta de novos caminhos que possibilitem ao corpo jogar como quem dança e dançar como quem joga.

---

38. As quatro principais características dos jogos tradicionais: *Agôn*, *Alea*, *Mimicry* e *Ilinx* – correspondem respectivamente a competição, sorte/acaso, simulacro e vertigem.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Alexander, G. (1983). *Eutonia: um caminho para a percepção corporal*. Martins Fontes.

Almeida, T. (2018). O governo da infância: o brincar como técnica de si. *Arquivos Brasileiros de Psicologia*, n. 70, p. 152-166.

Amado, J. (2011). Entrevista por Xosé López Gonzalez. *Revista Galega de Educación*, n. 51, p. 56-60.

Amado, J. (2021). Brinquedos populares: Um património inspirador e sem fronteiras. In: R. Vieira; C.J. Marques; P. Silva; A. Vieira; C. Margarido; R. Matos (orgs.). *8ª Conferência de Mediação Intercultural e Intervenção Social – Ócio, Jogo e Brincadeira: aprendizagem e mediação intercultural*. Livro de Atas, p. 17-26.

Amado, J. (org.) (2014). *Manual de Investigação Qualitativa em Educação*. Imprensa da Universidade de Coimbra.

Agência Nacional para Qualificação e o Ensino Profissional. (2022). *Cursos Artísticos Especializados*.  
[https://www.angep.gov.pt/np4/Cursos\\_Art%C3%ADsticos\\_Especializados.html](https://www.angep.gov.pt/np4/Cursos_Art%C3%ADsticos_Especializados.html)

Arena, S. S. (2016). *Crescimento e desenvolvimento com qualidade de vida*. Phorte.

Ariès, P. (2014). *História Social da Criança e da Família*. LTC.

Bartholo, M.F. (2019). Educação e ludicidade na construção de uma experiência interna plena. *Educação no Século XXI – Ludicidade*, vol. 29, cap. 4, p. 26-34. Poisson.

Bertazzo, I. (1998). *Cidadão Corpo: Identidade e Autonomia do Movimento*. Summus.

Bertazzo, I. (2001). Consciência Corporal. In: Machado, A. (org.). *Folias Guanabaras*. E.R.M. Ivaldo Bertazzo, p. 40-63.

Bertazzo, I. (2004). *Espaço Corpo: Guia de Reeducação do Movimento*. SESC.

Bertazzo, I. (2010). *Corpo Vivo: Reeducação do Movimento*. SESC.

Bondía, L.J. (2002). Notas sobre a experiência e o saber da experiência. *Revista Brasileira de Educação*, n.19, p. 19-28.

- Brougère, G. (1998). *O jogo e a educação*. Artes Médicas Sul.
- Caillois, R. (1990). *O jogo e os homens: a máscara e a vertigem*. Cotovia.
- Cascudo, C. (2004). *Civilização e Cultura*. Global Editora.
- Chevalier, J.& Gheerbrant, A. (1982). *Dicionário dos Símbolos: mitos, sonhos, costumes, gestos, formas, figuras, cores, números*. Teorema.
- Chicon, F. J. (2020). *Jogo, Mediação Pedagógica e Inclusão: Um Mergulho no Brincar*. Fontoura.
- Cortesão, L. (1998). *Da necessidade de Vigilância Crítica à Importância da Prática da Investigação-Ação*. Faculdade de Ciências da Universidade de Lisboa.
- Coutinho, C. et al. (2009). Investigação-Ação: Metodologia preferencial nas práticas educativas. *Psicologia, Educação e Cultura*, v. XIII, n.2, p. 455-479.
- Couto, Y. A. (2013). A arte, o jogo, a dança e a brincadeira: dos primórdios lúdicos aos processos de civilização e cultura. *Poíesis Pedagógica*, v.11, n.1, p. 38-53.
- Digelmann, D. (1991). *La Eutonia de Gerda Alexander*. Paidós.
- Esteves, M-L. (2008). *Visão panorâmica da Investigação-Ação*. Porto Editora.
- Feldenkrais, M. (1988). *Vida e Movimento*. Summus Editorial.
- Fernandes, C. (2002). *Corpo em Movimento: o sistema Laban/Bartenieff na formação e pesquisa em artes cênicas*. Annablume.
- Fonseca, V. (1977). *Contributo para o estudo da génese da psicomotricidade*. Notícias.
- Fonseca, V. (2008). *Desenvolvimento Psicomotor e Aprendizagem*. Artmed.
- Freire, B. J. (2017). *Jogo: Entre o Riso e o Choro*. Autores Associados.
- Freire, B. J. (2009). *Oficinas do Jogo: ensino, pesquisa e extensão*. *Revista Brasileira de Docência, Ensino e Pesquisa em Educação Física*, vol. 1, n.1, p. 157-175.
- Freire, M. (2008). *Educador, educa a dor*. Paz e Terra.
- Freire, P. (2011). *Pedagogia da Autonomia: saberes necessários à prática educativa*. Paz e Terra.

- Friedmann, A. (1996). *Brincar, crescer e aprender: o resgate do jogo infantil*. Moderna.
- Gallahue, L. D.; Ozmun, C. J.; Goodway, D. J. (2012). *Understanding motor development: infants, children, adolescents, adults*. MCGrawHill.
- Gough, M. (1999). *Knowing Dance – A guide for Creative Teaching*. Dance Books.
- Huizinga, J. (2003). *Homo Ludens: um estudo sobre o elemento lúdico da cultura*. Edições 70.
- Kishimoto, T. M. (1993). *Jogos tradicionais infantis: o jogo, a criança e a educação*. Vozes.
- Klisys, A. (2015). *Quer Jogar?* SESC.
- Kimmerle, M. & Côté, P. (2003). *Teaching Dance Skills: a motor learning and development approach*. Michael J. Ryan.
- Kohan, W. (2003). *Infância: entre educação e filosofia*. Autêntica.
- Laban, R. (1978). *Domínio do Movimento*. Summus.
- Laban, R. (1990). *Dança Educativa Moderna*. Ícone.
- Loupe, L. (2012). *Poética da Dança Contemporânea*. Orfeu Negro.
- Luckesi, C. (2014). Ludicidade e formação do educador. *Entre Ideias*, v.3, n.2, p.13-23.
- Luckesi, C. (2002). *Ludicidade como área de conhecimento*.  
<http://luckesi002.blogspot.com/search?q=04+ludicidade+como+%C3%A1rea+de+conhecimento>
- Magill, R. A. (2000). *Aprendizagem Motora: Conceitos e Aplicações*. Blucher.
- MacNiff, J. & Whitehead, J. (2006). *All You Need To Know About Action-Research*. Sage Publications.
- Mansur, F. (2013). Sobre o movimento, educar o movimento e dançar. In: J. Calazans; J. Castilho.; S. Gomes (coord). *Dança e Educação em Movimento*, cap. 4, p. 209-215. Cortez.
- Maturana, H. & Verden-Zoller, G. (2004). *Amar e Brincar: fundamentos esquecidos do humano – Do patriarcado à democracia*. Palas Athena.
- Meirelles, R. (2007). *Giramundo e outros brinquedos e brincadeiras dos meninos do Brasil*. Terceiro Nome.

Mommensohn, M. & Petrella, P. (2006). *Reflexões sobre Laban, o Mestre do Movimento*. Summus.

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

Nóvoa, A. (2002). *Formação de professores e trabalho pedagógico*. Educa.

Ostetto, E. L. (org.) (2018). *Registos na Educação Infantil: pesquisa e prática pedagógica*. Papirus.

Piorski, G. (2016). *Brinquedos do chão: a natureza, o imaginário e o brincar*. Peirópolis.

*Ginasiano Escola de Dança. Projeto Educativo*. <http://www.ginasiano.pt/wp-content/uploads/2020/07/GED-Projeto-Educativo-Julho-2020.pdf>

Rengel, L. (2005). *Dicionário Laban*. Annablume.

Santa Rosa, S.N. (2001). *Brinquedos e Brincadeiras*. Moderna.

Santos, L.F.G. (2015). *Jogo e Civilização: história, cultura e educação*. Eduel.

Silva, G. N. P. & Caminha, O, I. (2017). *Movimento Humano: Incursões na educação e na cultura*. Appris.

Silveira, L. & Cunha, A.C. (2014). *O Jogo e a Infância: entre o mundo pensado e o mundo vivido*. De Facto.

Smith-Autard, J. (2000). *The art of dance in education*. A&C Black.

Souza-Cruz, R.W. (2020). *Jogo tradicional-popular e aprendizagem*. Appris.

Surdi, A. C. (2019). *A Educação Física e o Movimento Humano Significativo: uma possibilidade fenomenológica*. Appris.

Tani.G.; Corrêa. U.C. (orgs) (2016). *Aprendizagem motora e o ensino do esporte*. Blucher.

Victorino, M. (2008). *Uma carta coreográfica: O corpo como adivinha, a dança como fábula*. Direção-Geral das Artes, Programa TerritórioArtes, Ministério da Cultura.

Xarez. L. (2015). *Treino em Dança*. FMH.

Zuber-Skerrit, O. (1992). *Action Research in Higher Education: Examples and reflections*. Kogan Page.

## **APÊNDICES, ANEXO e FIGURAS**

## **ÍNDICE DOS APÊNDICES E ANEXO**

### **APÊNDICE A**

#### **OBSERVAÇÃO ESTRUTURADA**

- Reflexão sobre o processo de aprendizagem ..... vi-vii
- Conteúdos observados ..... vii-viii

### **APÊNDICE B**

#### **PARTICIPAÇÃO ACOMPANHADA**

- Descrição das aulas, reflexão sobre o processo de aprendizagem,  
registo fotográfico ..... ix-xvi

### **APÊNDICE C**

#### **PREPARAÇÃO DA LECIONAÇÃO SUPERVISIONADA**

- Descrição das etapas I, II, III ..... xvii-xxi
- Conteúdos da técnica de Dança Contemporânea transversais à vivência dos  
jogos tradicionais ..... xxi-xxii
- Descrição da estrutura das aulas de Lecionação Supervisionada ..... xxii

### **APÊNDICE D – LECIONAÇÃO SUPERVISIONADA**

#### **BLOCO I – JOGO DA APANHADA**

- Planeamento das aulas ..... xxiii-xxv
- Regras do jogo ..... xxv
- Diário de bordo das participantes ..... xxvi-xxxi
- Registo fotográfico – dinâmicas e jogo apanhada ..... xxxi-xxxii

#### **BLOCO II – JOGO DO ELÁSTICO**

- Planeamento das aulas ..... xxxii-xxxv
- Regras do jogo ..... xxxv
- Registo fotográfico – dinâmicas e jogo do elástico ..... xxxvi-xxxix
- Depoimentos das participantes sobre a vivência do jogo ..... xxxix-xl

### BLOCO III – JOGO DA BOLA-DE-MEIA

- Planeamento das aulas .....	xl-xlii
- Regras do jogo .....	xlii
- Registo fotográfico – dinâmicas e jogo bola-de-meia .....	xliii
- Diário de bordo das participantes .....	xliv-xlv

### BLOCO IV – FINALIZAÇÃO DO PROJETO

- Planeamento .....	xlvi
- Diários de bordo das participantes .....	xlvi-xlvii
- Registo fotográfico .....	xlvii

### APÊNDICE E – CALENDARIZAÇÃO ..... lviii

### ANEXO A – Autorização de utilização de imagens ..... xlix

### ÍNDICE DOS QUADROS

1 – Conteúdos técnica de Dança Contemporânea .....	vii-viii
2 – Conteúdos transversais à vivência dos jogos .....	xxi-xxii
3 – Descrição da estrutura das aulas .....	xxii
4 – Planeamento das aulas Bloco I .....	xxiii-xxv
5 – Regras do jogo apanhada .....	xxv
6 – Textos das participantes nos diários de bordo .....	xxx-xxxi
7 – Planeamento das aulas Bloco II .....	xxxii-xv
8 – Regras do Jogo do elástico .....	xxxv
9 – Depoimentos das participantes: jogo do elástico .....	xxxix-xl
10 – Planeamento das aulas Bloco III .....	xl-xlii
11 – Regras do jogo bola-de-meia .....	xlii
12 – Textos das participantes nos diários de bordo .....	xliv
13 – Planeamento das aulas Bloco IV .....	xlvi
14 – Texto das participantes sobre a vivência jogar-dançar .....	xlvi-xlvii
15 – Calendarização .....	lviii

## ÍNDICE DAS FIGURAS

1. Massagem – coluna vertebral .....	xi
2. Estrela de cordão .....	xii
3. Etapas aprendizagem motora .....	xiii
4. Etapas construção da estrela .....	xiv
5. Manipulação da estrela .....	xv
6. Manipulação do elástico .....	xvi
7. Obras dos artistas plásticos Cândido Portinari, Pieter Bruegel, Orlando Teruz, Aldemir Martins .....	xxv
8. Capa do diário de bordo .....	xxvi
9. Diário de bordo – rotina diária .....	xxvi
10. Regras e análise do jogo apanhada .....	xxvii-xxviii
11. Ações de movimento e poema jogo apanhada .....	xxix
12. Elaboração do diário de bordo .....	xxix
13. Preparação corporal – jogo apanhada .....	xxxi
14. Jogo apanhada .....	xxxi
15. Composição coreográfica: Jogar como quem dança, dançar como quem joga .....	xxxii
16. Manipulação do elástico .....	xxxvi
17. Aprendizagem jogo do elástico .....	xxxvi
18. Recriação do jogo do elástico .....	xxxvii
19. Prática de saltitos .....	xxxvii
20. Notação jogo do elástico .....	xxxviii
21. Recriação e notação jogo do elástico .....	xxxviii
22. Composição sequência elástico invisível .....	xxxix
23. Jogar como quem dança, dançar como quem joga.....	xxxix
24. Prática habilidade manipulativa, regras do jogo bola-de-meia.....	xliii
25. Massagem com bola de meia .....	xliii
26. Dinâmica: foco, guiar e ser guiado .....	xliii
27. Improvisação: ação e reação, expandir e recolher .....	xliii
28. Diário de bordo bola-de-meia .....	xliv
29. Diário de bordo jogo-dança .....	xlvi
30. Jogar-dançar .....	xlvi
31. Jogos tradicionais: elástico, bola-de-meia, jogo apanhada .....	xlvi

## APÊNDICE A

### OBSERVAÇÃO ESTRUTURADA

#### Reflexão sobre o processo de aprendizagem

8 a 26/10/2021

- Aquecimento/Warm up

Verificou-se durante o aquecimento/warm up, envolvimento e concentração do grupo. No *attunement* a docente recorreu ao uso da imagética, sugerindo aos alunos visualizarem um foco de luz no topo da cabeça e o seu percurso pelo corpo. Verificou-se a validade deste estímulo pela forma como as alunas mantinham a projeção e o alinhamento do eixo vertebral.

A automassagem favoreceu a aprendizagem de tocar o corpo com cuidado e respeito. Houve uma atenção especial à qualidade do toque e ao uso de diferentes dinâmicas, como por exemplo: o toque ligeiro executado com as pontas dos dedos no topo da cabeça e o toque forte das mãos em concha ao longo de toda a perna. Observou-se significativo aprimoramento do toque ao longo das aulas.

Na execução da série com ênfase no aquecimento das articulações o grupo revelou capacidade de segmentação articular, no entanto a ênfase dada à exploração da mobilidade dos segmentos da coluna vertebral foi pequena.

Durante as deslocções verificou-se o uso correto dos apoios dos pés ao caminhar e correr frente/costas. Ao correr o grupo assinalou dificuldades no uso do espaço global e em desviar-se uns dos outros.

As posturas de alongamento favoreceram a capacidade de permanência, estabilidade, equilíbrio, resistência e força de sustentação. A docente utilizou toques muito precisos para auxiliar as alunas a corrigirem o posicionamento, o alinhamento do corpo e a distribuição do peso sobre os apoios. Registou-se por parte do grupo alguma heterogeneidade na qualidade da execução e no investimento relativo aos aspetos do aprimoramento. Oito alunas revelaram-se atentas, persistentes e rigorosas na execução das posturas, enquanto outras seis demonstraram impaciência na permanência e na sustentação da forma, dispersão e pouco cuidado na execução das mesmas. A estagiária verificou um significativo avanço na qualidade de execução das posturas, assim como no nível de atenção e investimento dessas alunas a partir da terceira aula.

Vale destacar na etapa *warm up*, a mais-valia do alinhamento dos exercícios e o uso da repetição como um recurso que promove a consciência corporal e o aprimoramento. No entanto, como a maior ênfase das aulas foi a aprendizagem e

a assimilação do conteúdo expansão e recolhimento do corpo, considerou-se que o conjunto dos exercícios de aquecimento, embora válidos, não sensibilizou o corpo de uma forma significativa para a vivência do tema central das aulas. Exercícios com ênfase na sensibilização da coluna vertebral e ativação do centro do corpo poderiam ser incluídos, assim como uma experiência que sensibilizasse a relação entre os apoios corporais e o chão.

- Desenvolvimento/Deep Work

Verificou-se uma considerável ênfase no conjunto dos exercícios de chão cujo foco incidiu sobre: alinhamento da coluna vertebral, relação dos apoios corporais com o chão, expansão e recolhimento e transferência do peso entre apoios corporais.

A série sobre a coluna vertebral incluindo enrolamentos, mergulhos, *flatback* e torções foi executada corretamente, mas verificou-se a necessidade de um maior investimento na fluidez e na mobilidade da coluna vertebral. A série foi feita em duas posições (pé com pé; perna esticadas) que, *a priori*, são consideradas difíceis devido aos encurtamentos da musculatura posterior.

A aprendizagem da sequência envolvendo o conteúdo expansão e recolhimento foi repetida de forma sistemática em todas as aulas, integrando mudanças de velocidade e tornando-se mais complexa no que diz respeito à combinação entre as formas que conduziam o corpo a expandir e recolher.

Inicialmente, com as alunas posicionadas na postura da estrela, foi feito um minucioso inventário com ênfase na percepção dos apoios corporais, partes do corpo que tocavam o chão e na percepção do centro do corpo. A visualização de um foco de luz na região do umbigo que se propaga a partir do centro às extremidades do corpo-estrela, foi uma mais-valia para a localização e referência do centro como ponto de partida do movimento.

Em uma das aulas, antes da execução da sequência sobre expansão e recolhimento, o grupo foi orientado a deslizar/tocar o corpo no chão, sem perder o contato com a superfície de apoio, explorando e pesquisando a mobilidade do corpo-estrela.

Esta dinâmica que antecedeu à execução da sequência foi identificada como interessante, porém não foi explorada em todas as aulas, reduzindo a oportunidade de as alunas interiorizarem e perceberem a mobilidade do corpo-estrela que se expressa no espaço, num constante jogo entre o expandir e recolher, abrir e fechar. Movimento que parte e retorna ao centro, ponto que condensa a energia que se propaga às extremidades do corpo-estrela.

Percebeu-se que este era ainda um conceito a descobrir e ficou evidente a necessidade de proporcionar ao grupo vivências que sensibilizassem e favorecessem o encontro com o centro do corpo. Notou-se durante a execução da série pouca fluidez entre a ação de expandir e recolher, tensões na região da cintura lombar e pouca projeção de braços e pernas no espaço circundante/cinesfera. A estagiária refletiu que explorar ludicamente as ações encolher e esticar, sumir e aparecer, crescer e diminuir, usar estímulos que favorecessem a compreensão do centro como ponto de irradiação de energia e impulso de movimento, poderia beneficiar a compreensão do conteúdo e a realização da sequência, valorizando o fluxo contínuo e a expressividade do corpo.

A dinâmica de introdução sobre *swing* de pernas, foi realizada em apenas duas aulas com a intenção de ser praticada posteriormente.

Notou-se uma baixa de energia em algumas alunas, assim como dispersão, devido ao prolongado tempo destinado à prática das sequências de chão. Em consequência, pouca prontidão para integrarem no corpo a energia necessária às dinâmicas de deslocamentos e saltos. Ficou visível a necessidade de um maior investimento em propostas que impliquem desafios que desenvolvam a força, resistência, velocidade, agilidade.

- Retorno à calma/cool down

Feito de uma forma cuidadosa com posturas de alongamento, foi realizado em todas as aulas.

### Conteúdos de técnica de Dança Contemporânea

Aquecimento – <i>Warm up</i>	Desenvolvimento – <i>Deep work</i>
<p><u>Attunement</u>: alinhamento e projeção do eixo postural; contato dos pés no chão, distribuição do peso sobre os apoios dos pés;</p> <p><u>Automassagem</u>: estimulação vigorosa do corpo através do toque;</p> <p><u>Mobilidade articular</u>: ombros, cotovelos, punhos, dedos das mãos, articulação coxa-femoral, joelhos, tornozelos, dedos dos pés, coluna vertebral;</p>	<p><u>Expansão e recolhimento</u>: o corpo estrela- irradiação centro-periferia;</p> <p><u>Swings de pernas</u>;</p> <p><u>Coluna vertebral</u>: enrolamento frontal, lateral, flat back, torção;</p> <p><u>Sequência/frase de movimento</u>: apoios corporais, transferência de peso; rolamentos; cambalhotas;</p> <p><u>Deslocações</u>: andar, correr – frente, costas;</p>

<p><u>Deslocações</u>: andar - frente, costas; exploração dos apoios dos pés – calcanhar, borda externa e interna, meia ponta; uso da flexão dos joelhos; correr de frente e de costas;</p> <p><u>Posturas baseadas na técnica de Yoga</u>: alongar/fortalecer diferentes grupos musculares.</p>	<p><u>Saltos</u>: sem deslocações em 6<sup>a</sup>, 1<sup>o</sup> e 2<sup>o</sup> posições;</p> <p><u>Dinâmicas</u>: em dupla: revisão das sequências - apoio à correção e ao aprimoramento;</p> <p><u>Improvisação</u> - expansão e recolhimento.</p>
<p>Retorno à calma – <i>Cool Down</i></p>	
<p>Posturas de alongamento</p>	

Quadro 1. Conteúdos - técnica de Dança Contemporânea

## APÊNDICE B

### PARTICIPAÇÃO ACOMPANHADA

#### Descrição das aulas, reflexão sobre o processo de aprendizagem, registo fotográfico

1º aula – 5/11/2021

- Aquecimento/warm up
- ✓ Automassagem: as mãos como um carimbo pressionam o corpo seguindo o percurso: cara, cabeça, pescoço; costelas, região abdominal; posterior do tronco; anca e o conjunto das pernas/pés; braços/mãos.

Com as duas mãos em concha dar quatro leves pancadinhas no centro do corpo, em seguida estender os braços ligeiramente arredondados à frente, projetando o gesto na inspiração e retornando na expiração. O movimento dos braços segue as direções frente, lado e ao alto, retornando as mãos ao centro do corpo seguindo o fluxo da respiração.

- ✓ Deslocação: andar de frente/costas com atenção à projeção do eixo vertebral. Ao sinal dado aproximar o corpo do chão até chegar ao nível baixo, tocar o chão com diferentes partes; mover de forma contínua, fluida (fazer festas ao chão). O grupo deve ser estimulado a pesquisar movimentos de abrir e fechar, expandir e recolher em um fluxo contínuo; erguer o corpo do chão, voltar a caminhar.

Música: *Kalimba Suíte, Bob MacFerrin. Álbum: Beyond the Words.*

- Desenvolvimento/Deep work
- ✓ Dinâmica com ênfase na mobilidade dos três volumes da coluna: cabeça, tórax e anca. Em posição paralela mover somente a cabeça, micros movimentos isolando o movimento do pescoço e mantendo a projeção do eixo vertebral - imagem: a cabeça como um balão muito leve que balança suavemente; em seguida somente o tórax, depois a anca com os joelhos ligeiramente fletidos. A partir da anca mover toda a coluna vertebral explorando os movimentos de flexão, extensão, rotação axial/torção, flexão lateral.

Música: *Sisters, Bob MacFerrin. Álbum: Beyond the Words.*

- ✓ Posição paralela: flexão/enrolamento frontal da coluna vertebral com flexão dos joelhos, desenrolar a coluna, simultaneamente esticar os joelhos; enrolamento até a postura de cócoras, retorno à verticalidade; elevação dos braços pela lateral até ao alto, *flatback* com joelhos fletidos, retorno à

verticalidade - desenrolar da coluna; elevação dos braços ao alto, arco para o lado direito/esquerdo; balanço dos braços envolvendo o tronco e proporcionando uma leve torção do eixo vertebral; passagem para postura do gato a partir da posição de cócoras: mobilização da coluna vertebral e pesquisa de possíveis movimentos nesta postura.

Sentados sobre os calcanhares, alinhar e projetar o eixo vertebral: exploração dos movimentos da cabeça, micro movimentos; movimentação da anca para trás e para frente; simultaneamente mover anca e pescoço; flexão/enrolamento frontal, lateral, mergulho/*flatback*; retorno à posição de cócoras, desenrolar a coluna.

Música: *Kalimba Suíte, Bob MacFerrin. Álbum: Beyond the Words.*

- ✓ Em diagonal: deslocar-se com uso de quatro apoios passar à postura da semente, recolhendo o corpo, retornar à posição de quatro apoios, seguir nesta deslocação sucessivamente.

Pesquisa de movimentos/improvisação integrando os conteúdos da aula: contato do corpo com o chão, mobilidade da coluna vertebral, expansão e recolhimento do corpo, uso dos níveis do espaço.

Música: *Muna Mateka, Samite of Uganda. Pearl of Reborn.*

- Retorno à calma/ Cool Down
  - ✓ Massagem em dupla: em posição de semente – massagem ao longo do eixo vertebral.

### **Reflexão sobre o processo de aprendizagem**

Verificou-se que a automassagem favoreceu a percepção do volume, a conexão entre as partes e o acordar do centro do corpo.

Observou-se uma movimentação mais integrada e harmoniosa do corpo em contato com o chão e ganhos na fluidez. Ao fazer ‘festas ao chão’ o corpo espontaneamente assumiu múltiplas formas, integrou movimentos de recolher, expandir, crescer, diminuir, rolamentos e cambalhotas. A dinâmica composta por andar de frente e de costas, aproximar e afastar o corpo do chão, explorar movimentos diversos no nível baixo, proporcionou um divertido jogo entre ações motoras que ativaram o estado de presença, a agilidade e a vitalidade do corpo.

A dinâmica com ênfase na mobilidade dos três volumes – cabeça, tórax, anca – estimulou o reflexo postural, a percepção da conexão entre volumes e da coluna, assim como o alinhamento dos mesmos ao longo do eixo vertebral.

As participantes revelaram dificuldade ao mover a anca estando de pé. Nesta faixa etária é recorrente verificar-se uma resistência e timidez em relação ao

movimento desta região do corpo, o que limita a compreensão da mobilidade, do posicionamento da anca e da sua relação com o centro do corpo.

Na série de enrolamentos de coluna vertebral algumas participantes não conseguiram apoiar os pés no chão na posição de cócoras, tendo sido orientadas a dar prioridade ao alinhamento dos joelhos e permanecer apoiadas sobre os dedos/metatarso até desenrolarem a coluna.

O grupo não revelou resistência ao mover a anca na postura sentada sobre os joelhos. Foi sugerido que ao deslocarem a anca para trás e para frente, tocassem com as mãos na região do umbigo, o que auxiliou a localização e a percepção do centro do corpo.

A deslocação em posição de gatas proporcionou a expansão da coluna; ao passar para a posição da semente a coluna arredondou-se em um movimento de enrolamento. Na postura da semente foi feita uma pequena pausa, tempo de perceber o recolhimento, a respiração e a proximidade com o centro do corpo. A aproximação entre os pontos – cabeça e joelhos – conduz o corpo a uma postura de recolhimento.

A pesquisa de movimentos revelou-se criativa e despertou o corpo-brincante permitindo a integração dos conteúdos a partir de novas combinações.

A massagem em dupla proporcionou prazer e relaxamento. Todas as participantes revelaram cuidado ao tocar a colega. Foram orientadas a perceber o caminho e a extensão da coluna ao longo das costas, assim como sentir o movimento da respiração.



Figura 1. Massagem – coluna vertebral

## 2º aula –12 /11/2021

Início da aula em círculo: apresentação de imagens de uma estrela feita de cordão; aprendizagem da confecção da estrela. No seguimento da confecção, mover a estrela num jogo contínuo de expandir e recolher, ora mantendo-a próxima ao centro do corpo, ora afastando-a em pequenas evoluções para diferentes direções; vivenciar a proposta individualmente e em seguida dialogar com uma outra estrela em um constante jogo de crescer e diminuir, aparecer e desaparecer; dançar com a estrela que cresce e diminui, contrai e expande.

Música: Mãe D'Água, Décio Gioielli. Álbum: Meu Neném. Grupo Palavra Cantada.

### **Reflexão sobre o processo de aprendizagem**

Devido ao tempo destinado à aprendizagem da construção da estrela de cordão, a estagiária optou por não seguir a estrutura das aulas anteriores. A proposta foi apresentada ao grupo através das imagens retiradas do livro *Giramundo e outros brinquedos e brincadeiras dos meninos do Brasil*, de Renata Meireles (2007). A autora refere “que crianças e adultos de todos os cantos do mundo tramam nas próprias mãos figuras que representam formas do quotidiano. [...] Sabe-se também que alguns povos utilizavam-se das figuras de fios em rituais sagrados, cada um com um propósito particular”. (p.112-113)



Figura 2. Estrela de cordão (Meireles, 2007, p. 121)

A estagiária demonstrou a confecção da estrela feita com a movimentação das mãos que ao cruzar o cordão de um lado para o outro, faz surgir uma estrela de cinco pontas. A confecção da estrela envolve a ação coordenada de pequenos grupos musculares (habilidade motora fina) e a integração de uma série de movimentos sucessivos que exigem a destreza de ambas as mãos na execução da sequência.

Espontaneamente após a demonstração, as alunas formaram pequenos grupos para descobrirem e partilharem a melhor forma de mover as mãos para construir a estrela. A urgência em dar forma a estrela impediu que as etapas necessárias fossem devidamente cumpridas. Todas as alunas falavam ao mesmo tempo e algumas revelavam impaciência por não conseguirem formar a estrela.

Foi importante para a estagiária perceber como cada aluna captou o movimento das mãos e a construção da estrela. Observou-se que o grupo não se deteve aos pormenores que compõem cada uma das etapas. Era urgente que a estrela aparecesse como num passe de mágica! Algumas alunas queixaram-se de tensão nas mãos.

A dinâmica foi um significativo exemplo da importância da compreensão das etapas que compõem a construção de uma habilidade de movimento. Kimmerle & Côté (2003), no livro *Teaching Dance Skills: a motor learning and development approach*, descrevem três etapas que auxiliam a aprendizagem. (p.52)

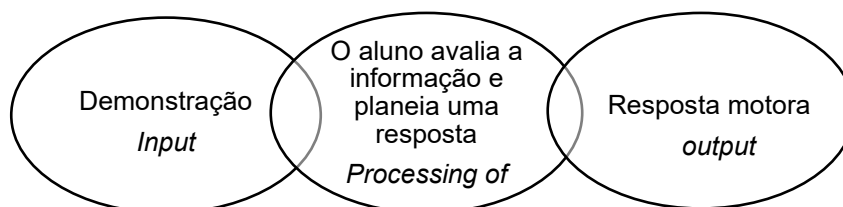


Figura 3. Etapas - aprendizagem motora (Kimmerle & Côté, 2003)

As autoras sugerem algumas perguntas orientadoras que auxiliam a aprendizagem de etapas motoras. Em relação a confecção da estrela as perguntas foram adaptadas e partilhadas com o grupo da seguinte maneira:

- Como a ação começou?
- O que as mãos fizeram?
- Os movimentos das mãos tinham início pela direita ou pela esquerda?
- Quando e por quanto tempo as mãos se moveram?
- O movimento das mãos aconteceu simultaneamente ou sucessivamente?

A estagiária reuniu o grupo e mais uma vez demonstrou a confecção da estrela, os ajustes e as adaptações das mãos. Só então é que as participantes detiveram a atenção ao passo-a-passo da movimentação e a partir daí, em poucos minutos, conseguiram fazer e desfazer a estrela com habilidade.

As participantes começaram a interagir em duplas ou trios, a criar movimentações originais, onde as estrelas se integraram num fluxo contínuo de expansão e recolhimento num devir de movimentos que entrelaçou mãos e fios. Este momento da aula foi considerado pela estagiária extremamente poético e proporcionou ao grupo uma experiência estética plena em beleza. A integração entre as estrelas estimulou a construção de belas e harmoniosas formas, as participantes revelaram prazer ao dançar coletivamente com as estrelas. A aula foi marcada pela alegria e pelo entusiasmo em aprender, confeccionar e mover com a estrela de cordão.

O movimento da estrela de cordão favoreceu a compreensão do conteúdo expansão e recolhimento e a noção do centro do corpo.

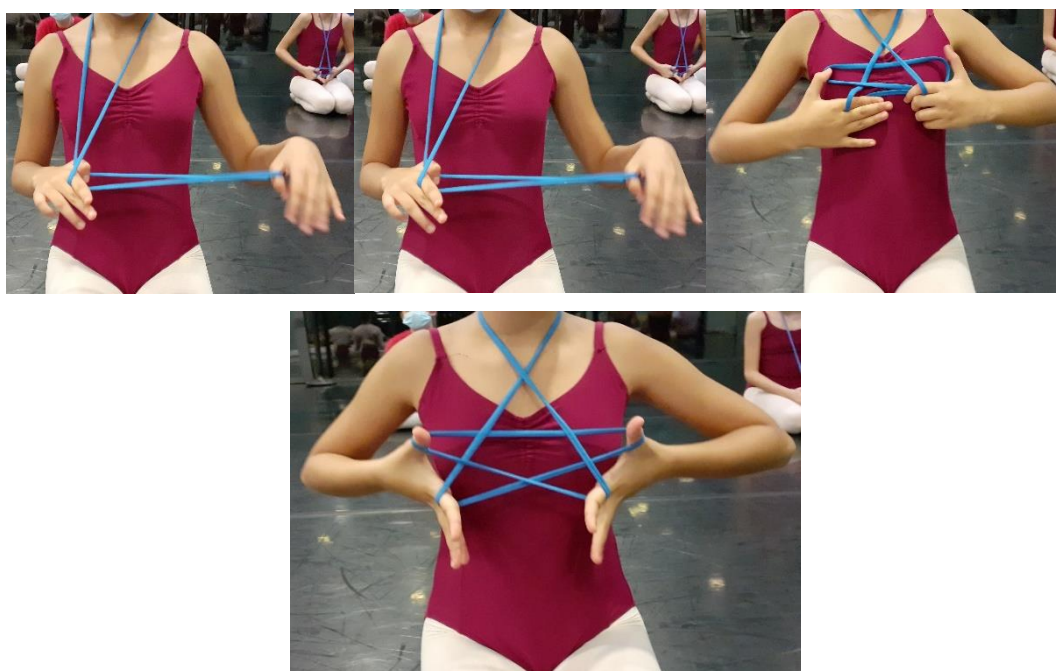


Figura 4. Etapas de construção da estrela

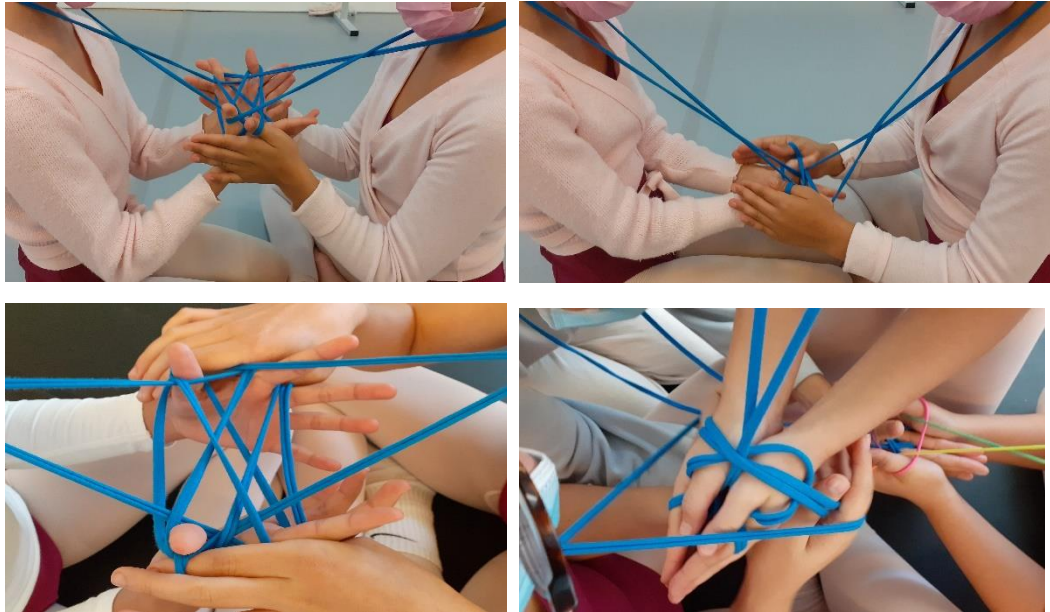


Figura 5. Manipulação da estrela

### 3ª aula: 19/11/2021 - Corpo-Estrela e a sua Cinesfera

- Aquecimento/Warm up

- ✓ Revisão e aprimoramento da automassagem e da mobilidade dos volumes da coluna – cabeça, tórax, anca (1ª aula): em posição paralela mover somente a cabeça mantendo a projeção do eixo vertebral, em seguida mover somente o tórax e depois a anca com os joelhos fletidos. A partir da anca mover toda a coluna vertebral;

Música: *Sisters*, Bob MacFerrin. Álbum: *Beyond the Words*.

- ✓ Deslocação - andar de frente/costas com atenção à projeção do eixo vertebral. Ao sinal dado aproximar o corpo do chão até chegar ao nível baixo, tocar o chão com diferentes partes; mover de forma contínua e fluida (fazer festas ao chão). Explorar movimentos de abrir e fechar, expandir e recolher, executar saltos em explosão; afastar o corpo do chão, desenrolar a coluna vertebral.

Música: *Muna Mateka, Samite of Uganda. Pearl of Reborn*.

- Desenvolvimento/Deep Work

- ✓ Postura do gato a partir da posição de cócoras: mobilização da coluna vertebral e pesquisa de possíveis movimentos nesta postura;

Sentados sobre os calcanhares, alinhar e projetar o eixo vertebral: exploração do movimento do pescoço: olhar para o alto, para o chão, lado direito e esquerdo;

movimentação da anca para trás e para frente; simultaneamente mover anca e pescoço; enrolamento frontal, lateral, mergulho; postura da montanha e do pássaro; retorno à posição de cócoras, desenrolar a coluna.

- ✓ Explorar o elástico com a intenção de ampliar, crescer, projetar, expandir e recolher o corpo-estrela na cinesfera, usando os diferentes níveis do espaço;

Pergunta motivadora: até onde as extremidades do corpo-estrela alcançam?

Música: *Musajawatu, Samite Uganda*. Álbum: *Pearl of Africa Reborn*.

### **Reflexão sobre o processo de aprendizagem**

A exploração do elástico favoreceu a percepção do tamanho do corpo, o comprimento e extensão dos braços, pernas e coluna vertebral, assim como a projeção do corpo no espaço pessoal, cinesfera. As participantes ficaram surpresas ao verificarem as linhas geométricas que surgiram, assim como a sustentação do corpo em interessantes posições de equilíbrio nos diferentes níveis do espaço. Algumas cruzaram o elástico, proporcionando a visualização de um ponto central e de linhas em diagonal; outras pesquisaram o movimento de expandir e recolher em posições sentada, deitada e de pé. Espontaneamente integraram-se em pequenos grupos para construir esculturas formadas por uma trama de linhas e corpos.

Registou-se na aula, durante a manipulação do objeto, integração entre as participantes e a eficácia de uma aprendizagem que acontece entre pares e coletivamente, através da troca de experiência e busca de soluções pela própria ação do corpo.

Confirmou-se a mais-valia do elástico como um material que estimulou a pesquisa de movimentos, a projeção do corpo, a experiência estética e a ludicidade manifestada através da alegria, da satisfação, do prazer e da criatividade.

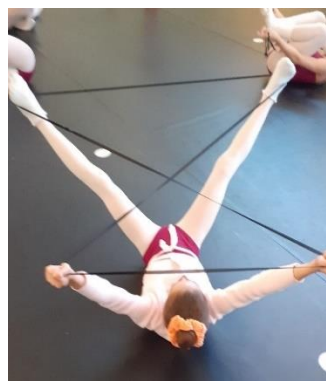


Figura 6. Manipulação do elástico

## **APÊNDICE C**

### **PREPARAÇÃO DA LECIONAÇÃO SUPERVISIONADA**

#### **Descrição das etapas I, II, III**

##### **Etapa I**

A partilha do relatório elaborado durante a etapa de Participação Acompanhada com a professora cooperante permitiu a reflexão sobre a prática pedagógica, reforçando a ideia de que “toda ação reflexiva leva sempre a constatações, descobertas, reparos, aprofundamento; e, portanto, nos leva a transformar algo em nós, nos outros, na realidade.” (Freire, 2008, p.49)

Na elaboração do planeamento da Lecionação Supervisionada a estagiária levou em consideração a premissa pedagógica da técnica de Dança Contemporânea (2º ciclo) do Ginásio Escola de Dança, constatando que a mesma está diretamente relacionada à intenção do projeto “Os jogos tradicionais como potencializadores da ludicidade e das habilidades de movimento”, já que enfatiza a valorização e a construção de um ambiente rico em desafios, incentivando a experimentação de múltiplas ações motoras, para que os alunos possam assimilar o maior número de vivências relacionadas ao movimento produzido pelo corpo, assim como, desenvolver um corpo-sujeito, sensível, colaborativo, recetivo, curioso, hábil, capaz de correr riscos e de responder criativamente aos estímulos.

Considerou-se importante ao início dessa etapa o reencontro com as perguntas orientadoras formuladas na elaboração do projeto:

- Que importância e significados os jogos tradicionais adquirem numa experiência formativa de ensino em dança?
- Será possível propor a vivência do jogo tradicional num contexto de formação em dança, sem retirar o carácter espontâneo do ato de jogar-brincar?
- Como os jogos tradicionais constituem um recurso válido para promover a ludicidade e a conquista de habilidades de movimento em contexto formativo de dança?

Os objetivos geral e específicos foram revistos e considerados coerentes com o plano de ação proposto:

### Objetivo geral:

- Desenvolver aprendizagens significativas à formação em dança através da integração dos jogos tradicionais no processo educativo-formativo;

### Específicos:

- Promover espaço à expressão da ludicidade como elemento de desenvolvimento do bem-estar, da criatividade e da expressividade;
- Ampliar o repertório das habilidades de movimento;
- Integrar ao ato de dançar a experiência do jogar-brincar;
- Estimular a participação colaborativa e o sentido de coletivo.

No que diz respeito à definição dos dias/horários da Lecionação Supervisionada e levando em conta que o horário da disciplina de Dança Contemporânea acontece duas vezes por semana, ficou acordado entre a professora cooperante e a estagiária um horário semanal de 1h.15, para a Lecionação Supervisionada, tendo como foco a vivência dos jogos tradicionais e a integração de conteúdos do programa curricular.

Considerando o intenso calendário de atividades, o programa curricular do 2º semestre letivo, a preparação da prova global e o espetáculo de final de ano, ficou definido a atuação da estagiária em um outro dia da semana, dando continuidade ao programa curricular juntamente com a professora cooperante, lecionando tanto autonomamente como em docência compartilhada. As 4 horas previstas de ações colaborativas, foram realizadas na preparação da prova global e em período de espetáculo com a função de apoio aos ensaios.

O plano de ação proposto pela estagiária para a etapa de Lecionação Supervisionada, foi aprovado pela professora cooperante.

## **Etapa II**

Foram três os jogos tradicionais selecionados para serem vivenciados: apanhada, elástico e bola-de-meia. O jogo da apanhada foi sugerido pelo grupo e marcou o início da aventura no universo dos jogos tradicionais.

A contextualização favoreceu a compreensão de cada um dos jogos e atribuiu ao ato de jogar um novo significado, ampliando desta forma a validade da experiência. A contextualização dos jogos é apresentada a seguir:

### Jogo Apanhada

De acordo com a pesquisa da escritora, pedagoga e educadora Nereide Schilano Santa Rosa (2001), as histórias da Idade Média sobre as bruxas inspiraram a criação do jogo apanhada, considerada uma das brincadeiras

tradicionais mais conhecidas no universo dos jogos tradicionais. No imaginário popular das narrativas das lendas europeias, a temível bruxa era uma ameaça, pois estava sempre a rondar e pronta a perseguir as pessoas. Em algumas regiões a criança escolhida para ser o pegador é ainda, nos dias atuais, chamada de bruxa, mantendo assim o fio de ligação com uma antiga tradição. A autora refere que essa brincadeira era também conhecida nas sociedades onde existia o tráfico de escravos que, ao fugirem, eram perseguidos pelos seus donos ou por pessoas especialmente contratadas para procurar escravos fugitivos.

A publicação “Mapa do Brincar”<sup>1</sup> descreve o jogo da apanhada da seguinte maneira:

Geralmente, a brincadeira divide os participantes em pegador e fugitivos, mas há muitos jeitos de brincar de pega-pega. Em algumas variações é comum ter um pique, que é um lugar, uma posição (deitado no chão) na qual os participantes estarão a salvo do pegador. [...] Outras variantes da brincadeira são a organização da área onde se brinca, formas de salvamento, comandos e diálogos. Nas brincadeiras de pegar quanto mais crianças brincarem melhor.

As diversas versões da apanhada são sempre muito dinâmicas, estimulam a vitalidade, a integração e a colaboração. As regras geralmente são combinadas pelo grupo e modificam-se mediante os acordos estabelecidos. É um jogo que exige a capacidade de elaborar rapidamente estratégias tanto para fugir como para apanhar, assim como a coragem de correr riscos.

#### Jogo do elástico

Crianças e jovens de diferentes partes do mundo fazem do jogo do elástico um desafio coletivo a ser conquistado. A cada salto repetem “gestos presentes em várias culturas, estabelecendo um verdadeiro diálogo entre as diferentes infâncias, que se reconhecem nessas brincadeiras” (Meireles, 2007, p.166).

Conquistar cada vez mais altura ao saltar, ser capaz de estar, ora dentro, ora fora do espaço limitado, saltar e pisar com precisão no fio esticado que se rende ao peso do corpo é uma aventura. Durante o jogo nunca estamos sozinhos. Sabemos que aqueles que sustentam o elástico jogam conosco através do olhar atento que acompanha a evolução de cada passo.

---

<sup>1</sup> Ver no Sítio do Mapa do Brincar: <https://mapadobrincar.folha.com.br/projeto/>

Klisy (2015) lembra-nos que o jogo do elástico pode ser uma variação do jogo cama de gato onde os fios são trançados nas mãos. No jogo do elástico a trama entre fios é construída nos pés e pernas. “O parentesco entre cama de gato e brincadeira do elástico faz pensar na construção das brincadeiras a partir do legado lúdico da humanidade” (p.109).

No texto da publicação “Mapa do Brincar”<sup>2</sup> temos a descrição do jogo do elástico da seguinte maneira:

- Para pular ou saltar na brincadeira de elástico são necessários no mínimo três participantes. As crianças amarram as pontas de uma tira de elástico de aproximadamente três metros de comprimento. [...] Duas crianças, colocam o elástico ao redor de suas pernas, formando um retângulo; o terceiro participante se posiciona ao lado do elástico esticado e pula no vão do retângulo, com uma ou duas pernas. Os pulos são alternados de acordo com a sequência estipulada pelos participantes e também de acordo com a movimentação do elástico, que, sobe, desce e cruza. Uma canção ou até mesmo o cantar de uma palavra, dividida sílaba por sílaba, pode determinar os movimentos de quem pula.

### Bola-de-meia

João Amado (2021) define os brinquedos tradicionais populares como:

materiais lúdicos que eram/são construídos pela própria criança e ou familiares próximos, com base em materiais da natureza ou aproveitando desperdícios caseiros, e sempre com base na passagem inter-geracional de memórias, de saberes e de fazeres lúdicos. [...] Tratava-se, por outras palavras, de um modo de brincar que também era um saber/fazer/desfazer que tinha, entre outras consequências, o desenvolvimento e afirmação da autoestima, ao lado de um sentimento da efemeridade das coisas e da sua posse. (p. 20)

E lembra-nos que, ao dar forma ao seu próprio brinquedo, a criança, sujeito criador, vai ao encontro das necessidades vitais que integram o seu processo de desenvolvimento: “liberdade de movimentos, possibilidade de experimentar sem riscos, desejo de conhecer os segredos do mundo que as rodeia, vontade de dar

---

<sup>2</sup> Ver em: <https://mapadobrincar.folha.com.br/brincadeiras/elastico/>

vida ao que aparentemente é inerte”. (Amado, 2011, p. 59)

### Etapa III

Considerou-se essencial para a organização do plano de trabalho identificar os conteúdos da técnica de Dança Contemporânea a potencializar e aprimorar a partir da vivência dos jogos tradicionais.

### Conteúdos da técnica de Dança Contemporânea transversais à vivência dos jogos tradicionais

JOGO APANHADA
<p><u>Ações de movimento</u>: correr, saltar, desviar, deitar, levantar, agachar, aproximar, recuar.</p> <p><u>Fatores de movimento</u>: fluxo livre; espaço direto/indireto; peso leve; tempo urgente; foco direto/indireto; relacionamento jogar-dançar com o grupo.</p> <p><u>Competência técnicas artísticas</u>: domínio da espacialidade, níveis do espaço, agilidade, velocidade, resistência, força, impulsão, ação e reação, expressividade.</p> <p><u>Atitude perante a performance</u>: coragem, iniciativa, sentido de grupo, atenção, aplicação das regras.</p>
JOGO DO ELÁSTICO
<p><u>Ações de movimento</u>: saltos sem e com deslocação - saltos em paralelo e em rotação externa em 6ª e 2ª posição; passagem do salto de 6ª para 2ª e vice-versa (<i>échappé</i>); saltos de um pé para o outro, saltos dos dois pés para um; saltos sobre os dois pés; saltos com giros: meio giro e giro completo; força e impulsão, destreza, agilidade; projeção e alinhamento do eixo vertebral;</p> <p><u>Fatores de movimento</u>: fluxo: controlado; espaço direto; peso leve; tempo urgente; foco direto; relacionamento com o grupo.</p> <p><u>Competências técnicas-artísticas</u>: domínio da espacialidade e do repertório de saltos; verticalidade, controle do eixo, agilidade, destreza, resistência, precisão, ritmo, impulsão, elevação, memorização.</p> <p>Atitude perante a performance: persistência, aprimoramento, atenção, realização das etapas, colaboração, aprender com o outro.</p>

## BOLA-DE- MEIA

Ações de movimento: lançar e receber a bola, ações motoras simultâneas e sucessivas.

Competências técnicas-artísticas: domínio da espacialidade, transferências de peso, níveis do espaço, entradas e saídas do chão, impulso controle do eixo, lateralidade, agilidade, destreza, equilíbrio, precisão, ritmo, coordenação oculomotora, memorização.

Fatores de movimento: fluxo controlado; espaço direto; peso forte; tempo constante; Relacionamento: jogo individual, dupla.

Atitude perante a performance: persistência, aprimoramento, atenção, realização das etapas, colaboração, aprender com o outro.

Quadro 2. Conteúdos transversais à vivência dos jogos tradicionais

### Descrição da estrutura das aulas de Lecionação Supervisionada

Encontro no círculo	Encontro com o corpo
<p>Início: apresentação da proposta; <i>attunement</i>, dinâmica de integração; Finalização: apreciação da aula; diálogo sobre as vivências, descobertas, valorização das aprendizagens; registo no diário de bordo – momentos de reflexão sobre a prática.</p>	<p>Preparação corporal: aquecimento do corpo: dinâmicas tendo como referência os conteúdos do programa curricular e o repertório de movimento do jogo; Prática e aprimoramento das habilidades de movimento relacionadas ao jogo.</p>
Encontro no jogo	Encontro no jogo-dança
<p>Conhecer e aprender o jogo; identificar e aplicar as regras; Jogar com o grupo; Recriar o jogo tradicional, explorar novas possibilidades;</p>	<p>Dançar o jogo – pesquisa de movimentos, improvisações a partir dos estímulos proporcionados pelo jogo: jogar como quem dança, dançar como quem joga.</p>

Quadro 3. Descrição da estrutura das aulas

## APÊNDICE D – LECIONAÇÃO SUPERVISIONADA

### BLOCO I – JOGO APANHADA

#### Planeamento das aulas

##### **Aula I – 9/12/2021**

**Encontro no Circulo** - Início: *power point*: proposta do estágio; visionamento e análise de imagens sobre os jogos tradicionais; partilha sobre a vivência pessoal com os jogos tradicionais;

**Encontro com o corpo**: Automassagem; sequência - mobilidade articular: ombros, cotovelos, punhos, dedos das mãos, articulação coxa-femoral, joelhos, tornozelos, dedos dos pés, coluna vertebral; movimentação global do corpo; interrupção do movimento: sustentação da forma; caminhar frente/costas; caminhar com uso da flexão dos joelhos;

Música: *Mother Nature`s Son*, Uakti. Álbum: *Uakti Beatles*

**Encontro no jogo** – O que vamos jogar?

**Encontro no Circulo** – Momento de sintonização: respiração em grupo.

##### **Aula II – 16/12/2021**

**Encontro no Circulo** - Início: Jogo de integração: jogo dos nomes;

Conversa sobre a função das regras do jogo; contextualização sobre o jogo apanhada;

**Encontro com o corpo** - *Attunement*: Percepção do contato dos pés no chão; transferência do peso para os dedos, calcanhares, lado direito e esquerdo; dinâmica: tatilidade - pressão do pé contra o chão - o pé como um carimbo marca o chão; revisão mobilidade articular; movimentação global do corpo, interrupção do movimento, sustentação da forma;

Música: *Mother Nature`s Son* - Álbum: *Uakti Beatles*;

Dinâmicas: andar//frente/costas; andar com uso de flexão dos joelhos, frente/costas; andar com passos curtos e longos, frente/costas; correr frente/costas; andar/correr, ao sinal dado - desviar-se, deitar e levantar; ao sinal dado - interrupção do movimento, sustentação da forma;

Música: *Get Back*. Álbum: *Uakti Beatles*;

**Encontro com o jogo** – Jogo da Apanhada;

**Encontro no Circulo** - Finalização: posturas de alongamento; reflexão sobre a experiência: Como sentes o corpo ao jogar? Como é que te sentes agora? Que aspetos caracterizam o jogo apanhada?

##### **Aula III – 17/12/2021**

<p><b>Encontro no círculo</b> - Registo no diário de bordo: apresentação pessoal e descrição da rotina diária durante a semana; partilha com o grupo.</p>
<p><b>Aula IV – 13/01/2022</b></p> <p><b>Encontro no círculo</b> - Início: visionamento das palavras registadas sobre as características do jogo e as sensações do corpo ao jogar;</p> <p><b>Encontro com o corpo</b> - Sequência - mobilidade articular; saudação ao sol (yoga);      Aprimoramento: ações de locomoção: andar/correr, frente/costas/lado; andar com uso de flexão dos joelhos; dinâmica integrando ações: correr, aproximar o corpo do chão e levantar; interromper a corrida, sustentar a forma do corpo, voltar a correr; rolamentos, salto em explosão; ação de recuar e aproximar; uso do corpo como um obstáculo para que uma colega ultrapasse;</p> <p>Divisão do grupo - apreciação da execução das ações: andar/correr, frente/costas, deitar/ levantar, saltar, rolar;</p> <p><u>Música:</u> <i>Zlabya. Amsterdam Klezmer Band. Álbum: Zaraza</i></p> <p><b>Encontro com o jogo</b> - Apanhada: grupo 1 e 2 - aspetos a observar:      Ações que o corpo executa: partes do corpo que são mais solicitadas durante o jogo; com quem jogamos; de que maneira usamos o espaço; integração e energia do grupo;</p> <p><b>Encontro no Círculo</b> - Apreciação da aula; análise do jogo – registo diário de bordo.</p>
<p><b>Aula V – 20/01/2022</b></p> <p><b>Encontro no círculo</b> - Início: observação, apreciação e análise das fotos do grupo a jogar;</p> <p><b>Encontro com o corpo</b> - Mobilidade articular; movimentação global, interrupção do movimento, sustentação da forma; saudação ao sol;</p> <p>Deslocações: andar/correr, frente/costas/lado; aproximar e afastar o corpo do chão -</p> <p><u>Música:</u> <i>Zlabya. Amsterdam Klezmer Band. Álbum: Zaraza</i></p> <p><b>Encontro no jogo- dança</b> – divisão em grupos – criação - frase de movimento integrando o repertório de ações que compõem o jogo apanhada: andar, correr, parar, desviar, saltar, rolar, avançar e recuar, deitar, levantar, apanhar, ser apanhado, interrupção do movimento;</p> <p>Apresentação das frases – Observação, apreciação;</p> <p><b>Encontro no círculo</b> - apreciação da aula.</p>
<p><b>Aula VI – 27/01/2022</b></p>

**Encontro no círculo** - Início: proposta - elaboração de uma síntese poética a partir das palavras registadas sobre as características do jogo e as sensações do corpo ao jogar;

**Encontro jogo-dança** - composição coreográfica em homenagem ao jogo apanhada;

**Encontro no círculo** - Finalização: apresentação das composições, apreciação da aula.

#### **Aula VII – 03/02/2022**

**Encontro jogo-dança:** criação de um roteiro coreográfico a partir das composições elaboradas na aula anterior - Jogar como quem dança, dançar como quem joga.

Quadro 4. Planeamento das aulas Bloco I

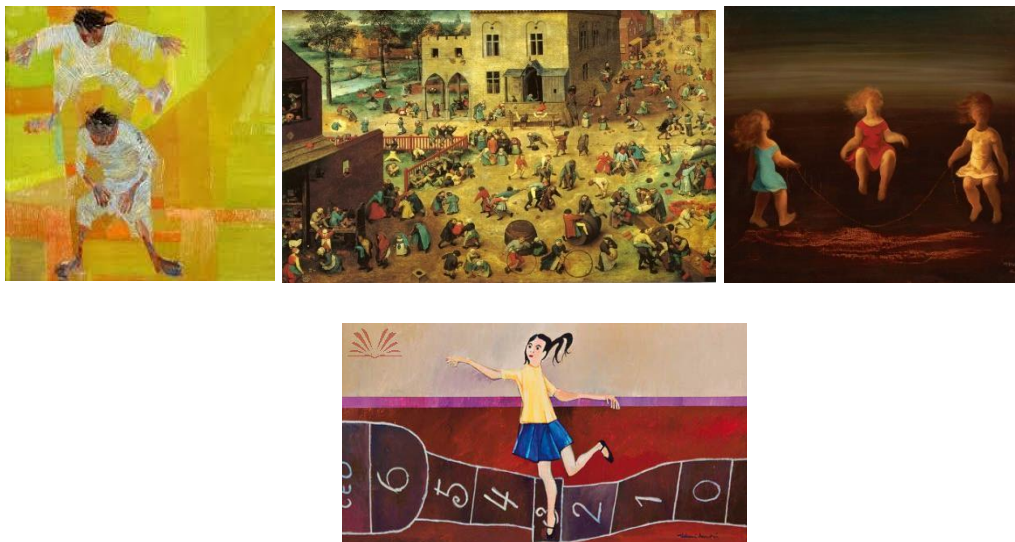


Figura7. Cândido Portinari: Moleques pulando cela (1958); Pieter Bruegel: Brincadeiras Infantis (1560); Orlando Teruz: Meninas pulando corda (1970); Aldemir Martins: Amarelinha (1974)

### **Regras do jogo**

#### **JOGO APANHADA**

Os participantes dividem-se em grupos de duas ou três pessoas que se deitam em diferentes pontos da sala, lado a lado. Escolhe-se duas pessoas, uma que irá fugir e a outra que irá apanhar. A pessoa que está a fugir deverá deitar-se em um dos grupos; quem está deitado na ponta oposta levanta-se rapidamente e passa a perseguir quem estava com a função de apanhar. Se a pessoa que assume a função de apanhar consegue alcançar e tocar quem está a fugir, invertem-se os papéis. Este processo vai se repetindo ao longo do jogo.

Quadro 5. Regras do jogo apanhada

## Registos - diário de bordo das participantes

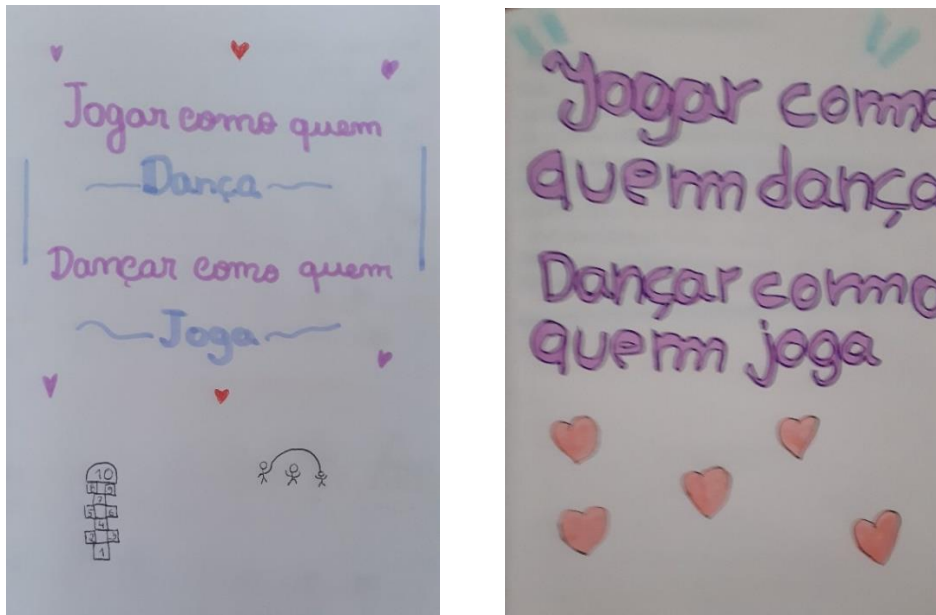


Figura 8: capa diário de bordo

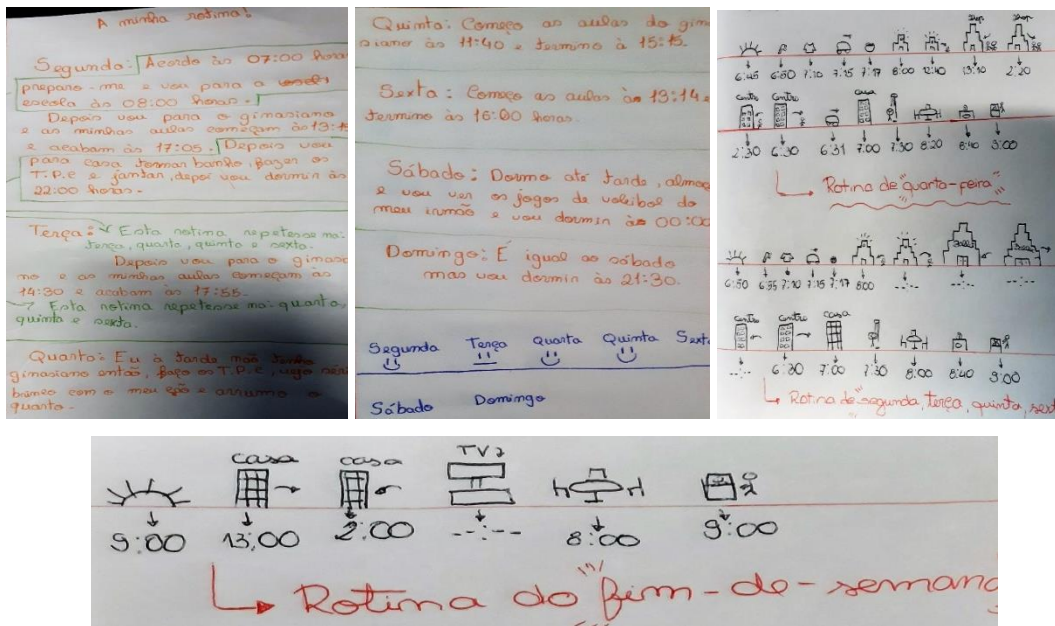


Figura 9: Registo no diário de bordo. Rotina diária

jogos tradicionais

jogo 1

Apanhada

Regras do jogo:

- Dividem as pessoas em grupos de 2 ou 3 dependendo do número de pessoas
- as 2 pessoas ficam de fora e 1 apanha a outra
- Quando uma sai do lado direito a se deita no chão do lado esquerdo
- Esta toda a gente deitada no chão do barriga para baixo
- E a pessoa que está a apanhar passa a ser a fugir.
- Se alguém apanhar a outra antes dela se deitar invertem.

jogo das apanhadas versão nº 2:

1- apanhar  
2- fugir

Uso do espaço - espaço global

- No jogos as partes do corpo mais exigidas são:

- pernas
- pés
- braços
- olhos

- O jogo é rápido porque tem de se ter uma estratégia para fugir e apanhar

- As ações usadas são: correr de frente e de costas deitar e apanhar.

Jogo 2 - desenho

Jogo 1 - desenho

1-  
2-

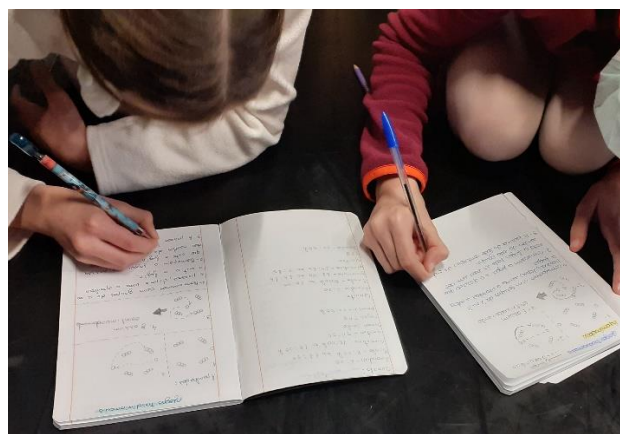
A cerca disto ↑

Uso do espaço:

Todo o corpo está envolvido na ação do jogo!

Rápido: Não é uma questão de ser lento ou rápido é uma questão de estratégia.

Partes do corpo: Pés, pernas, olhos e mente que utilizamos



# Jogos Tradicionais

## 1- Jogo das apanhadas

Fazemos vários grupos de 3 ou 2 pessoas, e uma é a apanhar outra é a fugir. O que está a fugir deita-se junto de um grupo e a pessoa que estava deitado do lado oposto levanta-se e passa a ser ele a apanhar.

# Jogos Tradicionais

## Apanhadas

→ fugir  
--- apanhar

- 1- Começamos com grupos de 2 ou 3 pessoas, depois uma a apanhar e outra a fugir.
- 2- Começam a jogar e a pessoa que está a fugir tenta ir para um dos cantos do círculo.
- 3- A pessoa do lado contrário de onde outra se deitou levanta-se e começa a apanhar a que anteriormente se via a apanhar quem se deitou.
- 4- Este processo vai se repetindo ao longo do jogo.

## Uso do espaço - espaço global

- No jogo as partes do corpo que são mais exigidas - pernas, pés, braços e olhos.
- O jogo é rápido e estratêgico porque tem de se ter estratégia para fugir e apanhar.
- As ações usadas são correr de frente, de costas, deitar e apanhar.

# Jogos

(31/3/2022)

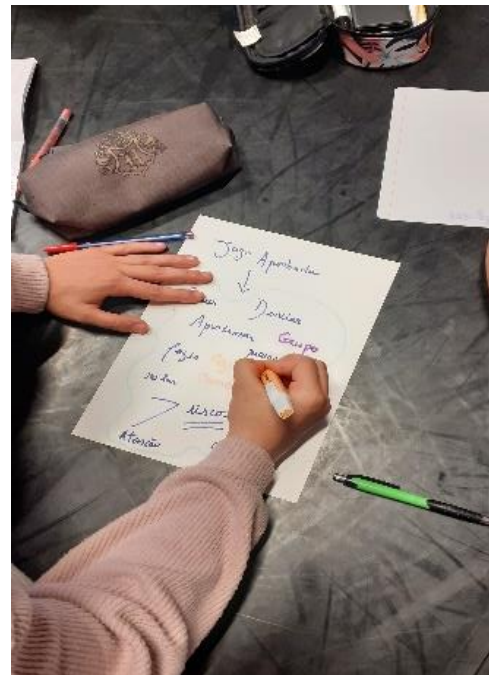
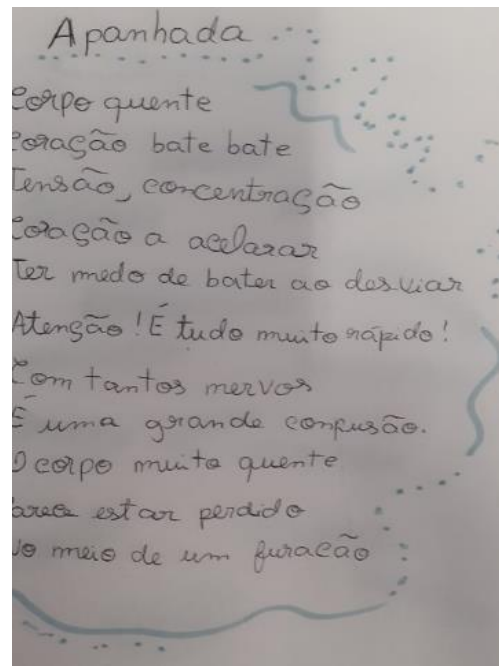
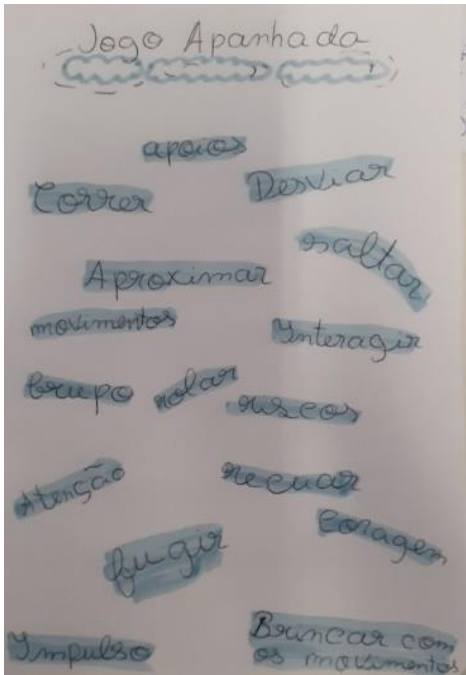
- Jogo 1 →
- apanhadas!

• Regras: Estão vários grupos de 3 pessoas deitadas, 1 pessoa a apanhar, e um a fugir. Quem está a fugir tem de se deitar num dos extremos do grupo de 3 pessoas, sendo a pessoa que estiver do seu lado oposto agora a apanhar quem apanha o anterior jogador.

• Caso o jogador fugitivo esteja a ser apanhado, terá de apanhar quem o apanhava anteriormente.

• Este jogo tem uma duração "infinita".

Figura 10. Regras e análise do jogo apanhada



Figuras 11 e12. Ações de movimento e poema jogo apanhada; elaboração do diário de bordo

## Textos das participantes nos diários de bordo

### JOGO APANHADA

O que caracteriza um corpo-brincante? Como ele se manifesta?

“É um corpo solto, que faz movimentos arriscados e engraçados. Um corpo sonhador. Um corpo sem pensar.”

“A expressão e a vontade de brincar-dançar. Que gosta de arriscar e dar o seu melhor em todos os sentidos. Intuitivo.

“Corpo feliz que não tem medo de arriscar, corpo sonhador, agitado. Corpo que gosta de pesquisar movimentos novos. Corpo criativo.”

“Um corpo que brinca. Um corpo que não tem medo de arriscar. Um corpo criativo, um corpo sonhador, um corpo que viaja”.

“Corpo criativo, corpo que brinca com os movimentos. Corpo agitado, corpo feliz, sem medo de correr riscos. Corpo que viaja na imaginação, corpo sonhador, sem pensar”.

“Divertido, alegre, criativo”.

“Corpo criativo, o modo de interpretar as personagens”.

“Corpo brincalhão, corpo que brinca com os movimentos, corpo que não tem medo de brincar, corpo criativo, corpo sonhador, corpo que consegue inventar movimentos facilmente”.

“Um corpo sem medo de correr medo. Criativo, sonhador”.

“Corpo agitado, feliz, sem medo, criativo, sonhador”.

“Um corpo alegre que interpreta as personagens e gosta de arriscar, um corpo criativo”.

O corpo foi brincante ao jogar-dançar a apanhada?

“Sim. Pela ação, porque é um jogo divertido”;

“Sim. Porque sentia que podia arriscar”;

“Sim. Porque quando estamos a fugir parece um desafio, para não seres apanhado”.

“Sim. Porque eu estava feliz”;

“Sim. Arrisquei movimentos e ao mesmo tempo que dançava estava a divertir-me;

“Sim, porque me diverti, aprendi novos movimentos e consegui meter a dança dentro do jogo e o jogo dentro da dança”;

“Sim, porque é divertido! Sinto-me livre e com vontade de continuar”.

“Sim, porque é um jogo dança desafiante. Sem medo de arriscar. Era um corpo feliz e agitado”;

“Sim! E a expressividade é um grande aliado porque com ela somos mais brincalhonas e dedicadas”;

“Sim. Divertido alegre e criativo”.

Quadro 6. Diário de bordo

### Registo fotográfico – Jogo apanhada



Figura 13. Preparação corporal – andar, correr, saltos em explosão, deitar, levantar



Figura 14. Jogo Apanhada



Figura 15. Composição coreográfica: Jogar como quem dança, dançar como quem joga

## LECIONAÇÃO SUPERVISIONADA

### BLOCO II – JOGO DO ELÁSTICO

#### Planeamento das aulas

##### **Aula I – 10/02/2022**

**Encontro no Círculo** – Apresentação do material a ser explorado;

**Encontro com o corpo** – Automassagem; espreguiçar/estirar o corpo como um todo; explorar o maior e o menor espaço que o corpo ocupa na cinesfera; ao sinal dado interrupção do movimento e sustentação da forma

Música: *Cantata, BWV, 140. Johann Sebastian Bach – Jonathan Carney, Royal Philharmonic*

**Encontro no jogo** - Exploração/manipulação do elástico, construção de labirintos: percorrer o labirinto;

**Encontro no círculo:** partilha de descobertas, apreciação das pesquisas apresentadas com o elástico.

### **Aula II – 17/02/2022**

**Encontro no Círculo** - Espreguiçar, estirar partes do corpo, todo o corpo; *attunement*;

Dinâmica em dupla: desenho do contorno do corpo: a partir do topo da cabeça traçar uma linha imaginária com a ponta do indicador e do polegar ao longo de todo o corpo: cabeça, pescoço, ombros, braços, tronco, parte externa e interna das pernas, base da coluna até ao topo da cabeça, linha mediana – testa, nariz, queixo, parte da frente do pescoço até o chegar abaixo do umbigo – posição: deitada e em seguida repetir de pé.

**Encontro com o corpo** - Exploração da cinesfera; explorar maior e menor espaço que o corpo ocupa na sua cinesfera, uso dos níveis alto, médio e baixo; interrupção do movimento e sustentação da forma;

Música: *Cantata, BWV, 140. Johann Sebastian Bach – Jonathan Carney, Royal Philharmonic*

**Encontro com o jogo-dança** – Exploração/manipulação do elástico; elaboração de sequência,

Música: *Minuet in G major from Anna Madalena's Notebook Johann Sebastian Bach – Classic Baby – Bach.*

**Encontro no Círculo** - Apreciação da aula – conquistas e descobertas- apresentação da exploração com o elástico.

### **Aula III – 24/02/2022**

**Encontro no círculo** - Visionamento de imagens sobre o jogo do elástico e contextualização;

**Encontro com o corpo:** Sequências: mobilidade articular pés/pernas, fortalecimento dos pés: meia ponta, ponta; *swing* de joelhos em posições paralelas e com uso de rotação externa; andar frente/costas; andar com os joelhos fletidos; andar na meia ponta e a deslizar os pés no chão; corrida suave, intercalar saltitos de um pé para o outro e sobre os dois pés;

Músicas: *Txalaparta e Arku- Dantza/ Arin-Arin. Álbum. Santiago – The Chieftains*

**Encontro com o jogo:** Aprendizagem do jogo do elástico; exploração das etapas do jogo; uso da lengalenga - dias da semana: saltar com os pés juntos para dentro e para fora do retângulo, pisar nos elásticos com os dois pés simultaneamente, cruzar o elástico e com um pequeno saltito descruzar, recomeçar o jogo modificando a altura do elástico;

**Encontro no círculo:** Apreciação da aula.

**Aula IV – 03/03/2022**

**Encontro no círculo:** Apresentação da proposta: revisão do jogo do elástico; criação de sequências/variações do jogo do elástico;

**Encontro com o corpo:** Sequências: mobilidade articular; fortalecimento dos pés/pernas: meia ponta, ponta; *swing* de joelhos em posições paralelas e com uso de rotação externa; andar frente/costas; andar com os joelhos fletidos; andar na meia ponta; corrida suave, intercalando saltitos de um pé para o outro; sequência com combinações baseadas na coordenação do jogo do elástico feito na aula anterior – salto em 6ª posição (*sauté*): para o lado direito, esquerdo; frente, atrás, saltar com passagem da 6ª posição para a 2ª paralela; salto com meio giro e giro completo;

Música: *Txalaparta e Arku- Dantza/ Arin-Arin*. Álbum: Santiago – *The Chieftains*;

**Encontro no jogo:** Revisão e aprimoramento do jogo do elástico (dias da semana); criação de sequências, memorização, aprimoramento e apresentação ao grupo;

**Encontro no círculo:** Apresentação das sequências e apreciação.

**Aula V – 10/03/20**

**Encontro no círculo -** Visionamento das fotografias do grupo a jogar elástico – observação, análise das ações do corpo ao jogar – posição do tronco, altura do salto, uso da flexão dos joelhos antes de saltar e no retorno do salto, contato dos pés no chão, direção do olhar/foco durante o jogo;

**Encontro com o corpo -** Sequência - mobilidade articular; *swing* de joelhos em posições paralelas e com uso de rotação externa: 1ª, 2ª posições; andar frente/costas; andar com os joelhos fletidos; corrida suave frente/costas; Dinâmica: elástico invisível: reproduzir os saltos do jogo do elástico a imaginar o elástico em diferentes alturas, integrar saltitos sobre os dois pés, de um para outro, com o pé esquerdo e direito; saltar/saltar e girar – meio giro, giro completo; intercalar o jogo do elástico invisível com caminhas, corridas e com execução rápida;

Música: Santiago de Cuba, Álbum: Santiago – *The Chieftains*;

**Encontro com o jogo –** Visionamento de notações gráficas sobre o jogo do elástico;

Dinâmica: em pequenos grupos, escolher uma ou duas das notações gráficas, reproduzir e memorizar o jogo; apresentação ao grupo;

**Encontro no Círculo –** Apreciação da aula.

**Aula VI – 17/03/2022**

**Encontro no círculo** - Visualização das notações gráficas sobre o jogo do elástico;  
**Encontro com o corpo** - Sequência: mobilidade articular; saltitos sobre os dois pés, de um para outro, com o pé esquerdo e direito; saltar/saltar e girar – meio giro, giro completo; saltar o elástico invisível;  
**Encontro no jogo** – Proposta: em pequenos grupos, criar uma sequência do jogo do elástico, a respetiva notação gráfica e a reprodução do jogo sem o elástico.  
**Encontro no círculo** - Finalização: apreciação das notações;

#### **Aula VII – 24/03/2022**

**Encontro no círculo:** Visionamento e finalização das notações gráficas elaboradas na aula anterior;

**Encontro com o corpo:** Aquecimento com uso de deslocações a andar de frente/costas/lado, flexão de joelhos e meia ponta; saltitos sobre os dois pés, de um para outro, com o pé esquerdo e direito; saltar/saltar e girar – meio giro, giro completo; saltar o elástico invisível;

**Encontro com o jogo** – Finalização das sequências, aprimoramento, apresentação das sequências;

**Encontro no círculo:** Apreciação da experiência: conquistas, descobertas.

Quadro 7: Planeamento das aulas Bloco II

#### REGRAS JOGO DO ELÁSTICO

Amarrar as pontas do elástico de aproximadamente três metros de comprimento. Duas participantes devem por o elástico ao redor das pernas, formando um retângulo; o terceiro participante se posiciona ao lado do elástico e salta no espaço do retângulo. Os saltos podem ser alternados de acordo com a sequência definida e de acordo com a movimentação do elástico que gradativamente fica mais alto. Uma lengalenga pode sugerir os movimentos e os desafios de quem pula.

Quadro 8: Regras do jogo do elástico

**Registo fotográfico: dinâmicas de aula e jogo do elástico**



Figura 16. Manipulação do elástico



Figura 17. Aprendizagem do jogo do elástico

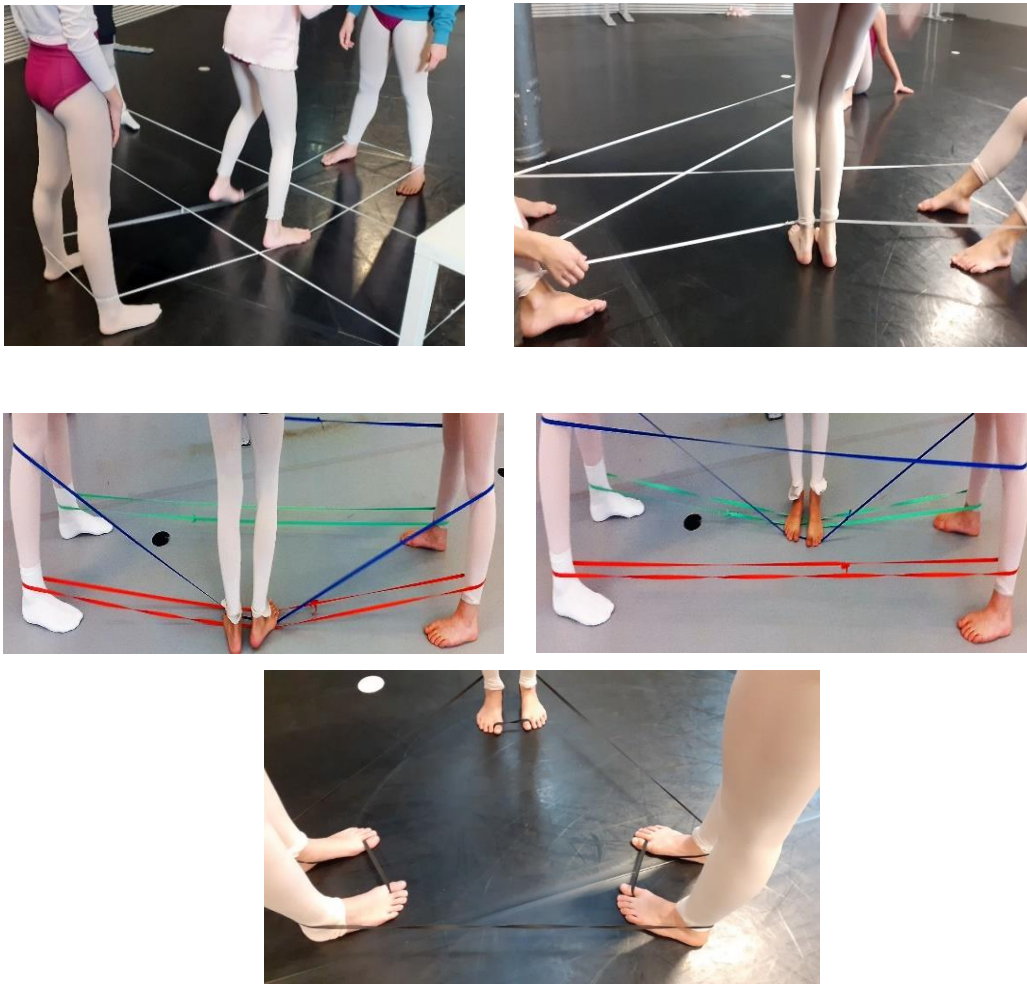


Figura 18. Recriação do jogo do elástico



Figura 19. Prática de saltitos

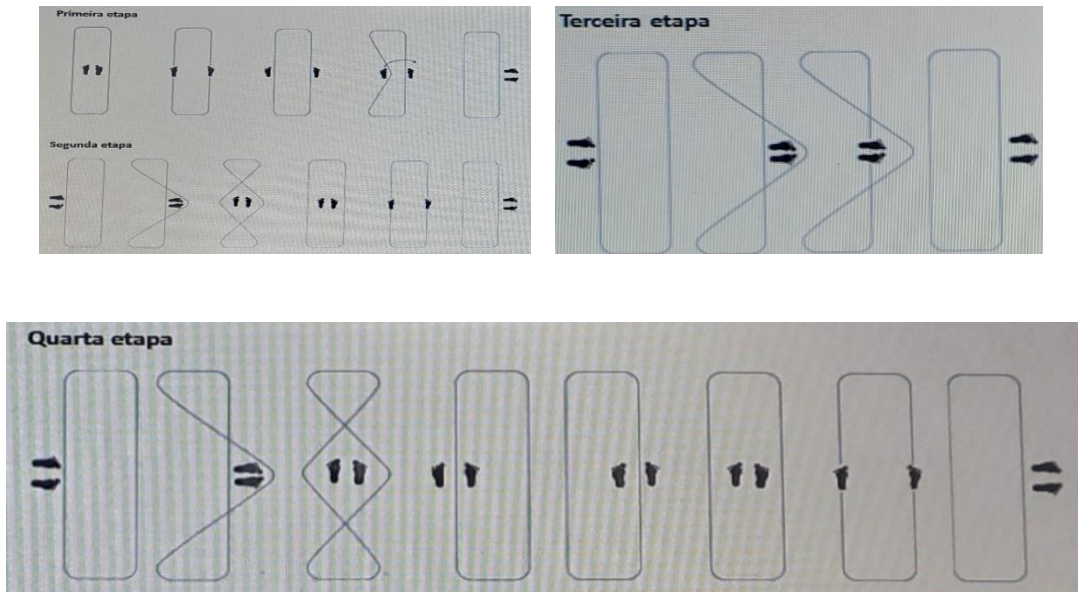


Figura 20. Notação do jogo do elástico (Meireles, 2007, pp. 170,171)

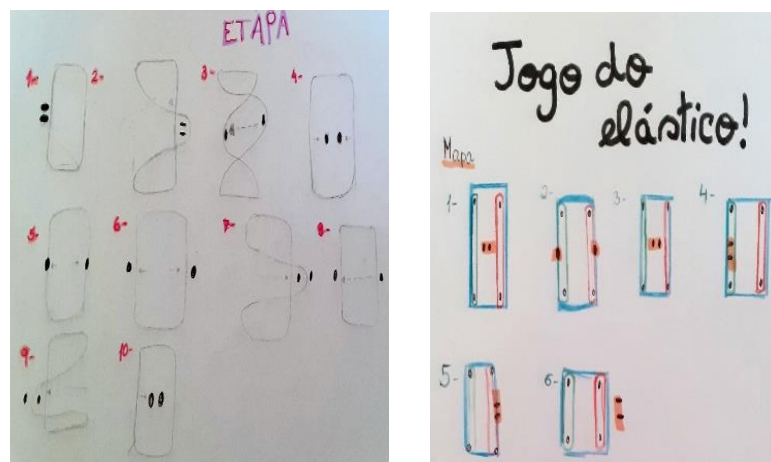


Figura 21. Recriação e notação jogo do elástico.

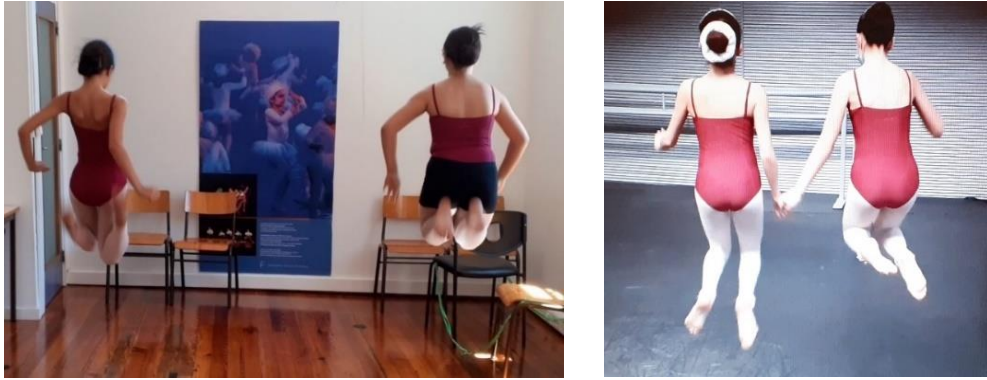


Figura 22: Composição de sequência: elástico invisível



Figura 23: Jogar como quem dança, dançar como quem joga

### Depoimentos das participantes

JOGO DO ELÁSTICO
<p>“Quando fazemos muitas vezes, vamos aprimorar, mas também fazer cada vez melhor”.</p> <p>“Quando começamos a jogar o jogo do elástico ficamos preocupadas com as regras do jogo. Começamos a ter ideias e descobrimos novas maneiras de jogar.”</p> <p>“Pensamos no que a professora disse e criamos um jogo novo.”</p> <p>“Foi divertido. Estávamos atentas a descobrir coisas novas.”</p>

“É complexo porque eu estava a pensar em muitas coisas ao mesmo tempo. E conseguimos fazer um novo jogo.”

“Divertido! Começamos, por fazer o jogo e depois fizemos de uma forma diferente.”

“Quando fazemos muitas vezes, vamos aprimorar, mas também fazer cada vez melhor.”

“Ao saltar o elástico a qualidade do salto ficou bem melhor”.

Quadro 9. Vivência do jogo do elástico

## LECIONAÇÃO SUPERVISIONADA

### BLOCO III – BOLA-DE-MEIA

#### Planeamento das aulas

##### **Aula I – 31/03/2022**

**Encontro no Círculo** – Confeção da bola de meia;

**Encontro com o corpo:** De que maneiras podemos jogar/brincar com a bola de meia?

**Encontro no Circulo** - Finalização: apreciação da aula, descobertas, desafios.

##### **Aula II – 07/04/2022**

**Encontro no Circulo** - *Attunement* – sensibilização tátil: sentir a bolinha entre as mãos: forma, volume, peso, textura; pressionar a bola com a palma da mão e com a ponta dos dedos;

Dinâmica: em círculo, rolar a bola de meia para uma colega e simultaneamente falar o nome da colega;

**Encontro com o corpo** - Automassagem: pressionar diferentes partes do corpo com a bolinha;

Música: Anzala – Samite of Uganda;

**Encontro com o jogo** – Dinâmicas: conversa entre bolas: estabelecer a comunicação o diálogo com outras bolinhas; de que maneiras podemos lançar e receber a bola? Ao sinal dado transportar a bolinha em diferentes partes do corpo;

**Encontro no Circulo** - Finalização: apreciação da aula – conquistas e descobertas.

##### **Aula III – 21/04/2022**

**Encontro no círculo:** *Attunement:* sensibilização tátil: bola/mão;

Dinâmica: em círculo, rolar a bola de meia para uma colega e simultaneamente falar o nome da colega;

**Encontro com o corpo:** Dinâmica: equilibrar a bolinha na palmada mão direita e esquerda, executar movimentos diversos com o braço direito e esquerdo sem deixar a bolinha cair.

Música: Anzala – Samite of Uganda;

**Encontro com o jogo:** Aprender e jogar o jogo tradicional da bola de meia.

#### **Aula IV – 28/04/2022**

**Encontro no círculo:** *Attunement:* sensibilização tátil: bola/mão

Prática mental/imagética do movimento: fechar os olhos, imaginar a sequência dos movimentos mentalmente, cada uma das etapas e os pormenores das ações integradas ao ritmo da lengalenga;

**Encontro com o corpo/jogo:** Praticar o arremesso da bola: lançar e receber; praticar ações isoladas do jogo; praticar/aprimorar a sequência do jogo.

**Encontro no círculo:** finalização: Apreciação, conquistas, descobertas; demonstração do jogo.

#### **Aula V – 05/05/2022**

**Encontro no círculo - Attunement:** sensibilização tátil: bola/mão;

**Encontro com o corpo:** Dinâmicas: a) Imaginar uma pequenina bola no interior da coluna vertebral que pouco a pouco move, percorre a coluna, até seguir para outras partes do corpo;

b) Pontuar diferentes partes do corpo com a bolinha: De que maneiras o corpo reage ao toque da bola?

Música: Pipó – Palavra Cantada. Álbum: meu Nenén;

Sequência: Enrolamento de coluna até a posição de cócoras - respirar e sentir o ar a preencher as costas/desenrolar; retornar à posição de cócoras e executar um pequeno rolamento/balancinho posterior com o corpo em forma de bolinha/desenrolar; enrolamento frontal da coluna vertebral com uso da bolinha em posições sentada e de pé; enrolamento lateral integrados à sequência;

**Encontro com o jogo -** Praticar diferentes maneiras de lançar e receber a bola individualmente e com uma colega; estabelecer um diálogo jogo-dança-bola individualmente em pares. – Guiar e ser guiado;

Música. Santa Moura – Júlio Pereira. Álbum: Geografias;

**Encontro no círculo:** Apreciação da aula, conquistas, descobertas. Espaço para apresentação das improvisações; registo no diário de bordo sobre a experiência.

#### **Aula VI e VII – 12 e 19/05/2022**

**Encontro no círculo** - *Attunement*: sensibilização tátil – bola/mão; massagear o corpo com a bola;

**Encontro com o corpo** – Aprimoramento da sequência: enrolamento de coluna até a posição de cócoras - respirar e sentir o ar a preencher as costas/desenrolar; retornar à posição de cócoras e executar um pequeno rolamento/balancinho posterior com o corpo em forma de bolinha/desenrolar; posição de quatro apoios-espreguiçar do gato;

Enrolamento frontal da coluna vertebral com uso da bolinha em posições sentada e de pé; enrolamento lateral integrados à sequência;

Dinâmica: Imaginar uma pequenina bola no interior da coluna vertebral que pouco a pouco move, percorre a coluna, até seguir para outras partes do corpo;

**Encontro no jogo-dança** - Massagear o centro do corpo com a bolinha; imagem da bolinha ligada ao umbigo por um longo fio - afastar e aproximar a bolinha do centro do corpo explorando os diferentes níveis do espaço;

**Encontro no círculo** - Apreciação da aula.

**Aula VII - 19/05/2022** – Última aula com uso da bolinha de meia - revisar as sequências sobre coluna vertebral e as dinâmicas realizadas com a bolinha

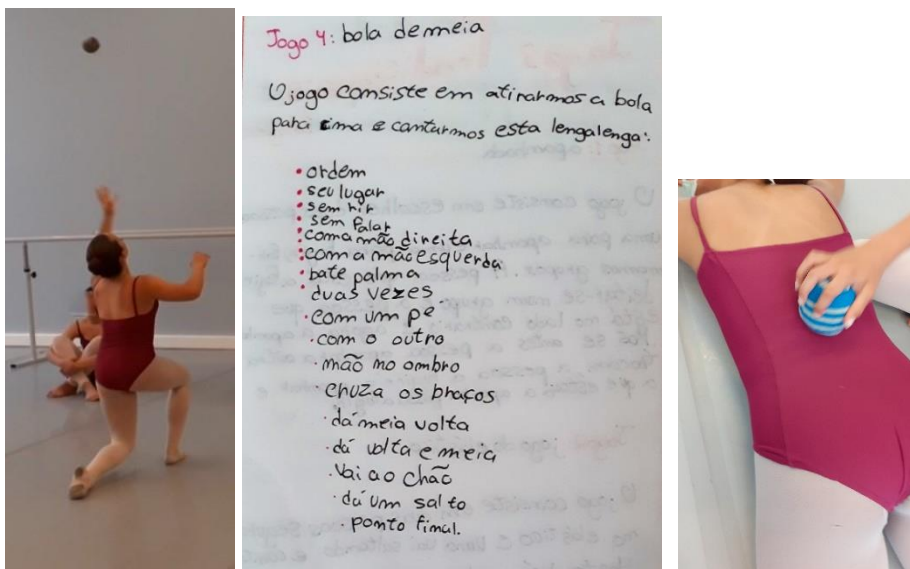
Quadro 10. Planejamento das aulas Bloco III

### Regras do jogo

Bola-de-Meia
<p>O jogo consiste em lançar a bolinha ao alto e agarrá-la de volta. Ao lançar a bola recitar e executar as ordens sugeridas pela lengalenga.</p> <p style="text-align: center;">Ordem, seu lugar, sem rir, sem falar Mão direita, mão esquerda Bate palma, duas vezes. Com um pé, com o outro pé Mão no ombro, braço em X Meia-volta, volta e meia Dá um salto, vai ao chão, ponto final.</p> <p>Se o jogador deixar a bolinha cair deve reiniciar a lengalenga. O jogo torna-se mais difícil gradativamente, pois o jogador segue as ordens da lengalenga executando todas as ações sem sair do sítio, sem rir, sem falar, a lançar a bola com apenas uma das mãos, a executar a sequência a equilibrar-se apenas sobre um pé, a girar, a saltar e assim por diante.</p>

Quadro 11. Regras do jogo bola-de-meia

## Registo fotográfico: Dinâmicas e jogo com a bola-de-meia



Figuras 24 e 25. Prática habilidade manipulativa, regras do jogo, massagem com bola-de-meia

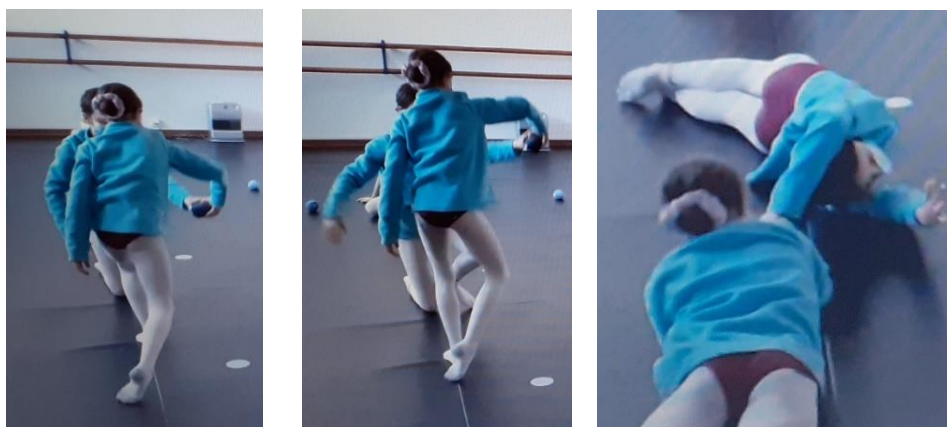


Figura 26. Dinâmica – Foco, guiar e ser guiado



Figura 27. Improvisação: ação e reação, expandir e recolher centro/periferia/centro

## Textos das participantes nos diários de bordo

### BOLA-DE-MEIA

“Foco. Ligação entre duas bolas. Conversa entre dois corpos e as bolas. Olhar para a trajetória da bola. Alongamento do corpo. Leveza enquanto salto com a bola. Encontro com o centro do corpo. Lançar a bola em vários níveis. Hipnotizada pela bola. Olhar. Suspense. Algum receio de cair a bola na minha cabeça.”

“Corpo alongado, corpo encolhido. Foco, concentração. Olhar direto para um ponto. Reação das bolas e das pessoas. Bola firme na mão, bola no ar. Olhar para o que está ao redor e ao trajeto da bola. Uso de vários níveis com a bola e o corpo. Passagem da bola pelas várias partes do corpo. Massagem com a bola no corpo. Dança e Jogo.”

“Pesquisa de novos movimentos. O corpo cresceu. Conversas com outras bolas. Corpo encolhe e estica. Relação entre corpos e bolas. Olhar para a trajetória da bola e para tudo o que está à volta. Diálogo sem falar. Uso dos níveis do espaço. Lançar a bola. Receio de deixar cair a bola. Leveza. Riscos.”

“Ligação entre duas pessoas e duas bolas. Olhar. Saltos. Encontro com o centro do corpo. Olhar para a trajetória da bola e para tudo que está ao redor e porque o corpo está a mover.”

Dança entre vários corpos. Concentração. Foco. Diálogo entre as bolas. Foco. O corpo estica e encolhe. Amizade entre os corpos e a bola. Atenção ao que está ao redor. Uso dos níveis. Salto das bolas no ar.”

“Uso do corpo muito esticado e muito encolhido. Leveza, riscos. Relação entre bolas e pessoas. Olhar para a trajetória da bola e para tudo o que está ao redor. Diálogo entre as bolinhas. Alongamento do corpo. Concentração. Foco.”

“Encontro de duas bolas. Reação entre duas bolas. Concentração na altura de atirar a bola.

“Níveis. Força. Interação. Foco, ação, visão. Agilidade, diversão, receio. Centro do corpo, alongamento. Trajeto. Um jogo calmo mas com a rapidez da bola.”

Quadro 12. Diário de bordo: vivência com a bola-de-meia

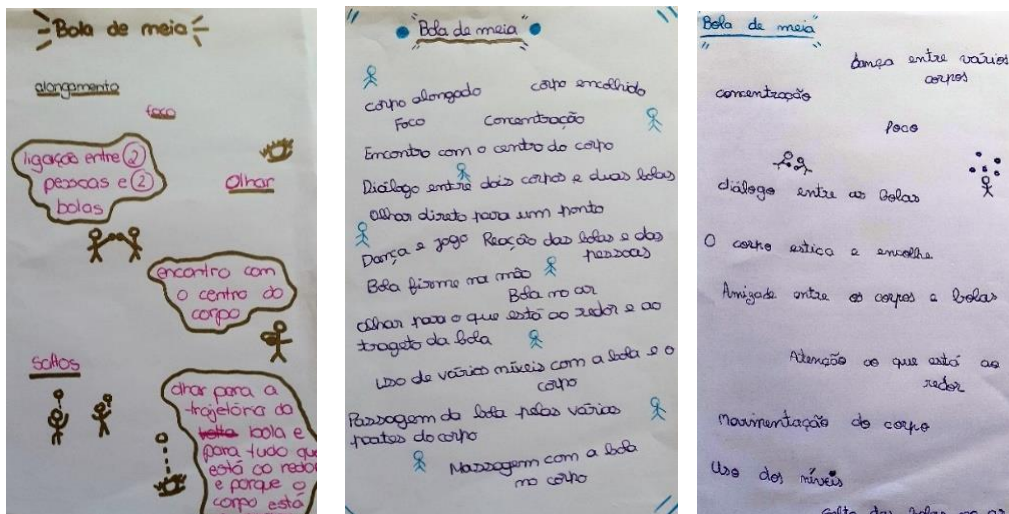


Figura 28. Diário de bordo bola-de-meia

## LECIONAÇÃO SUPERVISIONADA

**BLOCO IV** – Finalização do projeto-estágio – Jogar como quem dança, dançar como quem joga – “Os jogos tradicionais como potencializadores da ludicidade e de habilidades de movimento”.

### Planeamento

**Aula I e II – 26 e 27/05/2022**

**Encontro no Círculo** – visionamento do *power point* com a síntese das etapas realizadas;

Conversa sobre a mais-valia da experiência e da aplicação dos jogos em contexto de aprendizagem de dança.

Revisitar propostas e jogos vivenciados ao longo do projeto: dança-jogo apanhada, dinâmicas com o elástico e as bolinhas-de-meia.

Quadro 13. Planeamento das aulas Bloco IV

### Textos das participantes nos diários de bordo: vivência jogar-dançar

JOGO-DANÇA, DANÇA-JOGO

O que te parece ter em comum entre a dança e o jogo?

<p>“Energia, emoção, liberdade, grupo, animação, leveza, ligação, alongamento, alegria, colaboração, foco, concentração, emoções, disciplina, gosto, riscos, regras, criatividade, medo, expressividade, resistência, agilidade, trabalho em equipa, vontade, cansaço, felicidade, expressividade, rapidez, foco, coragem”.</p> <p>“A energia, a alegria, a rapidez, a concentração, a agilidade, o trabalho em equipa”.</p> <p>“Energia, concentração, regras, resistência, vontade, cansaço, trabalho em equipa”.</p> <p>“Para ambos é preciso ter agilidade, energia, resistência, vontade”.</p> <p>“Agilidade, vontade, resistência, concentração, regras, expressividade, riscos, energia, trabalho em equipa”.</p> <p>“Para mim o que é comum entre dançar e jogar, é que ambos têm expressividade, a mesma energia e o cansaço. Também a concentração e a resistência”.</p> <p>“Felicidade, rapidez, alegria, agilidade, foco, resistência, energia, medo”.</p> <p>“Concentração, agilidade, trabalho em equipa, regra, resistência, vontade, energia, cansaço, criatividade”.</p>
<p>A integração do jogo tradicional pode ser uma mais-valia na aprendizagem da técnica de Dança Contemporânea?</p>
<p>“Sim, porque podemos desenvolver novas habilidades, resistência, concentração, força, agilidade, saltar, correr, rolar”.</p> <p>“Sim, considero, porque há movimentos em comum. Treinamos a resistência e agilidade. Também podemos aprimorar alguns movimentos e a força, a resistência, a agilidade, o foco, correr e saltar.</p> <p>“Sim, para melhorar os nossos conhecimentos dos jogos mais antigos e porque também é divertido e dá-nos entusiasmo de jogar o jogo”.</p> <p>“Sim, porque aprendi movimentos novos, a correr ganho mais agilidade e consegui juntar duas coisas que pareciam diferentes: o jogo e a dança”.</p> <p>“Sim. Aprendi movimentos novos e vou aprimorando a minha agilidade, concentração e resistência”.</p> <p>“Sim. Porque nos fortalecem, resistência, agilidade, impulso”.</p> <p>“Sim. Porque pode ajudar a saltar, a dar mais impulso e flexibilidade”.</p> <p>“Sim. Porque dá-me mais agilidade, flexibilidade e reflexos</p>

Quadro 14. Texto das participantes sobre a vivência jogar-dançar

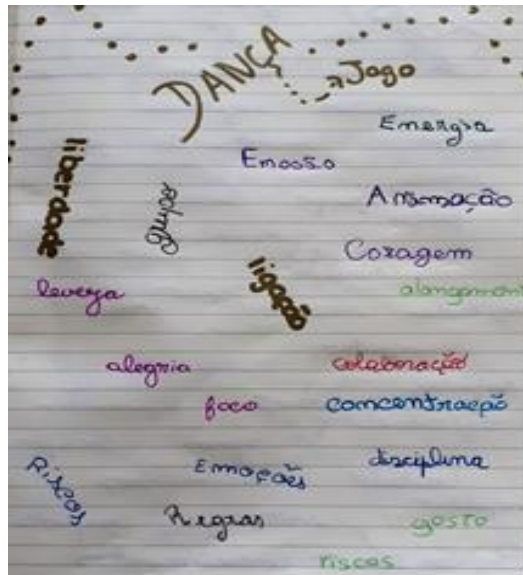


Figura 29. Diário de bordo: Dança-Jogo

### Registo fotográfico

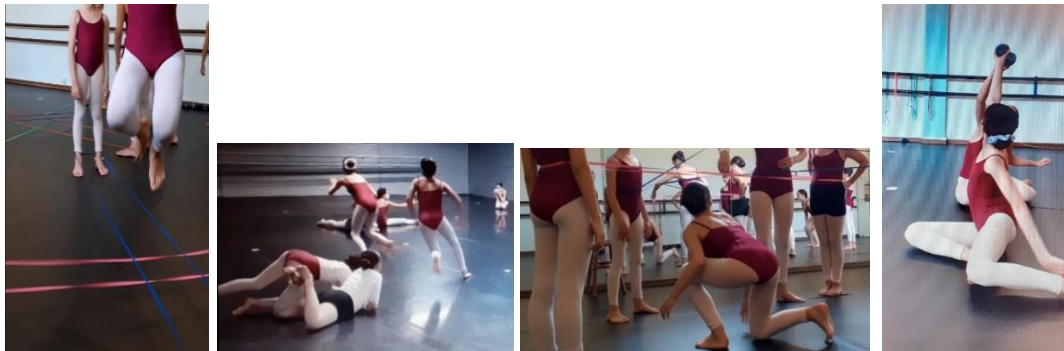


Figura 30. Jogar-dançar: elástico, apanhada, exploração da teia, bola-de-meia



Figura 31 . Jogos tradicionais: elástico, bola-de-meia, jogo apanhada

## APÊNDICE E – CALENDARIZAÇÃO

Etapas			Meses / nº de aulas								
etapa	Dias	n.hs.	Out	Nov	Dez	Jan	Fev	Mar	Ab	Mai	
1 <sup>a</sup> Observação	outubro 08;12;15; 19; 22; 26;	7h30	6								
2 <sup>a</sup> Lecionação Acompanha da	novembro 05; 09; 12; 16; 19; 23;	7h30		6							
3 <sup>a</sup> Lecionação Autônoma	dezembro/ maio 09/12 a 27/05	44h		-	4	6	6	8	6	5	
Total	47 dias	59h	6	6	4	6	6	8	6	5	

Quadro 15. Calendarização

## ANEXOS

### ANEXO A – Autorização - utilização de imagens



Ginasiano Escola de Dança  
Ensino Artístico Especializado de Dança  
Ano letivo: 2021 – 2022

No seguimento do trabalho que está a ser desenvolvido com as alunas da turma 2ºB na disciplina de Técnica de Dança Contemporânea pela aluna do Mestrado em Ensino de Dança (Escola Superior de Dança de Lisboa) Maria Pia Rebelo Barroso, serve o presente para solicitar aos Encarregados de Educação a indicação da autorização ou não autorização da utilização de imagens dos vossos educandos para efeitos de estudo e de fundamentação do trabalho de tese de mestrado.

O projeto “Os jogos tradicionais como potencializadores da ludicidade e das habilidades de movimento” em prática com a turma 2ºB na disciplina de Técnica de Dança Contemporânea, visa analisar a utilização de jogos tradicionais como um recurso que estimula a ludicidade e o aprimoramento de habilidades de movimento em alunos em processo de formação em dança. Espera-se com esta proposta possibilitar o enriquecimento do vocabulário de movimento na técnica de Dança Contemporânea, estimular a participação colaborativa, promover espaço à expressão da ludicidade, como elemento de desenvolvimento da criatividade e da expressividade e provocar inspirações que estimulem o corpo a jogar como quem dança e a dançar como quem joga.

O registo de imagens servirá para o acompanhamento e estudo do desenvolvimento do trabalho em questão, partilha ocasional com a orientadora do Estágio, Professora Cristina Graça, e eventual integração no relatório e respetiva apresentação de defesa, sendo que nenhuma imagem que permita identificação de alunos será incluída no documento final que posteriormente se tornará público.

Solicita-se que a indicação da autorização/ não autorização seja enviada para este endereço de email até ao próximo dia [definir uma data].

Antecipadamente gratos pela atenção dispensada, mantemo-nos ao inteiro dispor para qualquer esclarecimento adicional.

Com os melhores cumprimentos

Isabel Costa