



Instituto Politécnico de Lisboa

Escola Superior de Dança

“EXPOSIÇÃO DE SI MESMO” – Um Processo Coreográfico de Sentimentos e Emoções na Adolescência, com alunos do 3º Ciclo na disciplina de Práticas Complementares de Dança, na Escola Vocacional de Dança das Caldas da Rainha

Diana Filipa Leal Sábio

Orientadora

Professora Especialista Ana Silva Marques

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

setembro de 2016



Instituto Politécnico de Lisboa
Escola Superior de Dança

“EXPOSIÇÃO DE SI MESMO” – Um Processo Coreográfico de Sentimentos e Emoções na Adolescência, com alunos do 3º Ciclo na disciplina de Práticas Complementares de Dança, na Escola Vocacional de Dança das Caldas da Rainha

Diana Filipa Leal Sábio

Orientadora

Professora Especialista Ana Silva Marques

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

setembro de 2016

“Exposição de si mesmo” – Um Processo Coreográfico de Sentimentos e emoções na adolescência, com alunos do 3ºCiclo na disciplina de Práticas Complementares de Dança, na Escola Vocacional das Caldas da Rainha

AGRADECIMENTOS

Agradeço à Professora e amiga de longa data Isabel Barreto, pela sua amizade, aprendizagem, compreensão, apoio e confiança ao longo de todos estes anos. Um enorme obrigado.

À Professora Ana Silva Marques, que me orientou desde o início nesta longa caminhada. Obrigada pelo apoio, força e conhecimento que me disponibilizou desde que nos conhecemos.

Um agradecimento muito especial aos meus pais, irmã, prima Helena e namorado pela paciência, carinho e força que me deram para chegar ao final desta longa etapa sem nunca desistir.

Às minhas amigas Cátia Sancho, Susana Pereira e Ana Coutinho pelo apoio, amizade, força e pelo incentivo que me foram dando, ajudando a seguir sempre em frente.

Agradeço também à Escola Vocacional de Dança das Caldas da Rainha, bem como ao local do estágio C.R.D.L., pelo apoio de toda a equipa maravilhosa que me acolheu desde o início, pois sem eles não teria sido possível cumprir a realização deste estágio.

E a todos os meus colegas que de alguma forma me acompanharam e contribuíram com concelhos, partilhas e ideias.

Um sincero, obrigada a todos vós!

RESUMO

O Relatório final de Estágio aqui presente desenvolveu-se no contexto da disciplina de Práticas Complementares de Dança, tendo sido tomada como opção, da Escola Cooperante, a Composição Coreográfica. A instituição de acolhimento foi a Escola Vocacional de Dança das Caldas da Rainha. O público-alvo deste estudo incidiu em duas turmas, uma de 7ºAno, contando com dezassete alunos e outra de 8ºAno de nove alunas, ambas inseridas no Curso Básico de Dança – 3ºCiclo. Esta decisão foi tomada de forma a cumprir o número de horas estabelecido no Estágio. Neste sentido, apenas a turma do 8º Ano foi levada a um produto final, Espetáculo Final de Ano, designado por “Exposição de si mesmo”, sendo que o 7ºAno também teve a possibilidade de vivenciar todos os conteúdos lecionados da outra turma. No que respeita à temática, procurámos através de um processo coreográfico, aplicar de forma eficaz estratégias metodológicas, bem como pedagógicas que conseguissem promover nos alunos uma maior consciência de tudo o que fazem, como fazem e de que forma o fazem, bem como compreenderem o que sentem, quais as suas as emoções e sentimentos. Neste sentido, tornou-se essencial desenvolver nos alunos um olhar crítico e reflexivo sobre si próprios e sobre tudo o que os rodeia, despertando neles a criatividade.

A pesquisa da sua própria identidade foi o ponto de partida deste processo, proveniente de diferentes estímulos e da improvisação como ferramenta para a criação. Desta forma, conseguiu-se chegar mais rapidamente à intenção e mensagem que os alunos pretendiam transmitir, sendo estes verdadeiros consigo próprios, levando-os a uma construção/transformação da sua essência.

Quanto à prática pedagógica utilizaram-se técnicas tais como: Grelhas de Observação, Diários de Bordo, Registo Fotográfico e Videográfico e Questionário Final, as quais fazem parte de uma uma investigação-ação.

Palavras-Chave: Processo Criativo; Adolescência, Ensino Vocacional; Emoções e Sentimentos;

ABSTRACT

The internship final report, which will be here presented, was developed in the context of the Complementary Practices of Dance discipline, at the Choreographic Composition, which was a choice of the Cooperating School. The host institution was the Vocational School of Dance of Caldas da Rainha. The target audience for this study was divided in two groups, a 7th grade class, with seventeen students, and a 8th grade class with seven students, both inserted in the Basic Course of Dance of the 3rd Cycle. This decision was taken in order to comply with the number of hours established for this internship. Therefore, only the 8th grade class was lead to a final product, the academic year-end show, called “Ehxibition of yoursel”, however, the 7th grade class also had the chance to experience all the contents taught to the other class. On what concerns to the theme, we sought through a choreographic process to effectively implement methodological and pedagogic strategies that are able to arouse in the students a greater awareness of everything they do, how they do it and in which way they do it, as well as to understand what they feel and what are their emotions and feelings. Therefore, it is essential to develop in the students a critical and reflective look on themselves and about everything that surrounds them, awakening their creativity.

The search for their own identity was the starting point of this process, resulting from different stimuli and improvisation as a tool for creation. In this way, we managed to get quickly to the purpose of the message that the students intended to convey, staying true to themselves, leading them to a construction/transformation of their own essence.

On what concerns to the pedagogic practice there were used techniques such as: Observation Grids, Logbooks, Photographic and Videographic Records and a Final Questionnaire, which form part of the methodology of action research.

Keywords: Creatice Process; Adolescence; Vocational Education; Emotions and Feelings

ÍNDICE

INTRODUÇÃO	5
CAPÍTULO I – ENQUADRAMENTO GERAL	10
1. CARATERIZAÇÃO DA ESCOLA COOPERANTE	10
2. CARATERIZAÇÃO DA POPULAÇÃO.....	13
3. OFERTA EDUCATIVA	14
CAPÍTULO II – ENQUADRAMENTO TEÓRICO	18
1. ENSINO VOCACIONAL	18
2. PROCESSO CRIATIVO EM DANÇA	19
3. PROCESSO COREOGRÁFICO NA DISCIPLINA DE PRÁTICAS COMPLEMENTARES	26
4. ADOLESCÊNCIA.....	33
5. EMOÇÕES E SENTIMENTOS	36
CAPÍTULO III – METODOLOGIA DE INVESTIGAÇÃO	41
1. PROGRAMA DE COMPOSIÇÃO COREOGRÁFICA PARA O CURSO BÁSICO DE DANÇA - 3º CICLO	41
2. CARATERIZAÇÃO DAS TURMAS.....	44
3. OBJETIVOS	46
4. PLANO DE AÇÃO	47
4.1 Descrição de métodos/técnicas/instrumentos utilizados	49
4.2 Observação Estruturada.....	51
4.3 Participação Acompanhada	51
4.4 Lecionação Supervisionada.....	52
4.5 Outras atividades Pedagógicas	52
CAPÍTULO IV – APRESENTAÇÃO E ANÁLISE DOS DADOS.....	53
1. PRÁTICA PEDAGÓGICA.....	53
3. PARTICIPAÇÃO ACOMPANHADA.....	56
4. LECCIONAÇÃO SUPERVISIONADA.....	58
5. QUESTIONÁRIO FINAL	60
CAPÍTULO V – CONCLUSÃO.....	76
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	81
ANEXOS	86
ANEXO A. CURSO BÁSICO DE DANÇA L 2º CICLO.....	86
ANEXO B. CURSO BÁSICO DE DANÇA L 3º CICLO.....	88
APÊNDICES	90

“Exposição de si mesmo” – Um Processo Coreográfico de Sentimentos e emoções na adolescência, com alunos do 3ºCiclo na disciplina de Práticas Complementares de Dança, na Escola Vocacional das Caldas da Rainha

APÊNDICE A. GRELHA DE OBSERVAÇÃO ESTRUTURADA (EXEMPLO) - 7º C.....	90
APÊNDICE B. DIÁRIO DE BORDO/OBSERVAÇÃO ESTRUTURADA (EXEMPLO) - 7º C.....	92
APÊNDICE C. GRELHA DE OBSERVAÇÃO ESTRUTURADA (EXEMPLO) - 8º A.....	94
APÊNDICE D. DIÁRIO DE BORDO – OBSERVAÇÃO ESTRUTURADA (EXEMPLO) 8ºA.....	96
APÊNDICE E. DIÁRIO DE BORDO – PARTICIPAÇÃO ACOMPANHADA (EXEMPLO) 7ºC	98
APÊNDICE F. DIÁRIO DE BORDO – LECIONAÇÃO SUPERVISIONADA (EXEMPLO) 8ºA	101
APÊNDICE G. QUESTIONÁRIO FINAL	105
APÊNDICE H. MATRIZ DA PROVA DE EXAME A NÍVEL DE ESCOLA -3º ANO (7ºC).....	108
APÊNDICE I. MATRIZ DA PROVA DE EXAME A NÍVEL DE ESCOLA -4º ANO (8ºA)	110

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 - Logótipo da EVDCR. _____	10
Figura 2 - Instalações da EVDCR _____	11
Figura 3 – Foto de Apresentação do Colégio Rainha. _____	14
Figura 4 – Os cinco processos coreográficos de Butterwork. _____	23
Figura 5 - Respostas à questão como classifica o processo de trabalho desenvolvido no decorrer deste ano letivo, na disciplina de Práticas Complementares _____	61
Figura 6 - Qual a aprendizagem que retiras deste processo coreográfico implementado nesta disciplina? _____	62
Figura 7 - Achas que este trabalho teve um impacto positivo no teu percurso profissional, bem como Pessoal? _____	64
Figura 8 – Respostas dadas pelos alunos que mencionaram que o processo teve impacto positivo no teu percurso profissional bem como pessoal _____	66
Figura 9 - Respostas dadas pelos alunos que mencionaram que o processo não teve impacto positivo no teu percurso profissional bem como pessoal _____	67
Figura 10 – Respostas à questão sobre quais foram as dificuldades sentidas durante o processo de trabalho. _____	68
Figura 11 – Respostas à questão sobre o que motivou neste processo de composição coreográfica. _____	70
Figura 12 – Respostas à questão sobre em que medida considera que os objetivos propostos neste processo coreográfico foram alcançados e como estes se verificam no produto final “Exposição de si mesmo”. _____	72
Figura 13 – Respostas à questão sobre qual o impacto que este espetáculo teve. _____	73
Figura 14 – Respostas à questão se voltaria a frequentar a Disciplina de Práticas Complementares. _____	74

ÍNDICE DE QUADROS

Quadro 1 - Oferta Educativa do Ensino Livre _____	15
Quadro 2 – Oferta Educativa do Ensino Vocacional _____	16
Quadro 3 - Caraterização da Turma 1 - 7º C _____	45
Quadro 4 - Caraterização da Turma 2 - 8º A _____	45
Quadro 5 - Caraterização da Turma 2 - 8º A _____	49
Quadro 6 - Questionário Final /Caraterização da Amostra _____	60

INTRODUÇÃO

Com a evolução dos tempos, é cada vez mais recorrente, na prática da dança, expressarmos as nossas emoções e sentimentos, transmitindo aos outros a nossa própria linguagem, especificidade, forma única de exprimir aquilo que realmente sentimos. Tal como afirma Lindner e Rossini (2013) “(...) a linguagem corpórea de cada pessoa é particularmente única e as suas possíveis leituras da mesma forma. As pessoas “leem” e “escrevem” a dança a partir das perspectivas de suas culturas e experiências pessoais.”(p.23) É importante que este trabalho seja desenvolvido a partir do interior para o exterior de cada um de nós, com base nas suas vivências, para que desta forma possam desenvolver uma maior consciência de si próprio, realizando-o de forma verdadeira. Segundo Marques e Xavier (2013) “(...) dançar leva-nos “à transformação, à criatividade, à expressividade, à comunicação e à construção do “eu” e do mundo que nos rodeia.”(p.48). Conforme as autores,

(...) a Educação Artística, que se concretiza através de objectivos como fazer dança, criar dança, aprender acerca de dança, analisar e ver dança; e a formação artística vocacional, designada de Ensino Artístico Vocacional, em que os mesmos objectivos são desenvolvidos, a um nível mais avançado, com o intuito de formar profissionais de Dança (Intérpretes/Criadores) com as devidas competências exigidas pelo tecido artístico profissional contemporâneo. (Marques e Xavier, 2013, p.48)

Neste sentido, o relatório final de estágio aqui apresentado foca-se no ensino vocacional, surgindo no âmbito do Curso de Mestrado em Ensino de Dança da Escola Superior de Dança (ESD), do Instituto Politécnico de Lisboa (IPL), como conclusão de um ciclo de estudos. A prática pedagógica foi realizada no contexto da Disciplina de Práticas Complementares, tendo a EVDCR como opção a Composição Coreográfica. A EVDCR assina o seu primeiro protocolo de colaboração ao nível do ensino articulado, em 2009 com o Colégio Rainha D. Leonor, iniciando desta forma o seu percurso no Curso Básico de Dança. Anteriormente a esta data e durante o processo da Reforma do Ensino Artístico em Portugal, a

EVDCR, apesar de reconhecida pelo Ministério de Educação desde 2003, lecionava apenas para 1º ciclo do Ensino Artístico Especializado/Iniciações e Cursos Livres.

O público-alvo deste estudo incidiu em duas turmas: uma de 3ºAno (7º Ano), contando com dezassete alunos; e outra de 4º Ano (8º Ano) de nove alunas, ambas inseridas no Curso Básico de Dança do 3º Ciclo.

No que respeita à temática desenvolvida neste estudo, procurámos através de um processo de Composição Coreográfica despertar nos alunos uma maior consciência de si mesmo, em tudo o que fazem, como o fazem, de que forma o fazem, bem como quais as suas emoções e sentimentos que daí resultam. A consciência, segundo os autores,

(...) é a capacidade pessoal de autoconhecimento em suas condições físicas. É você saber exactamente o que é e como é o seu corpo, além do que ele é capaz de realizar em termos de movimento. Conhecer o seu próprio corpo, seus limites e possibilidade subsidiam o indivíduo a conhecer as possíveis formas de expressão.” (Lindner e Rossini, 2013, p. 23)

Segundo as autoras, “(...) através do movimento, o indivíduo percebe seu corpo, suas capacidades e suas relações com os outros, ele comunica-se e expressa seus sentimentos.” (Lindner & Rossini, 2013, p.23) Desta forma, pretendeu-se com este processo, desenvolver nos alunos um olhar crítico e reflexivo sobre si próprios e sobre tudo o que os rodeia, sendo essencial utilizar as etapas do processo criativo, particularmente a improvisação. Os alunos tiveram a liberdade de expressar e transmitir o que sentiam, praticando diferentes exercícios e tarefas diversificadas utilizando vários estímulos partilhados em aula. Neste sentido, os mesmos tiveram a possibilidade de desenvolver a sua criatividade, criar algo novo e seu, descobrindo a sua forma de transmitir a mensagem para os outros, desenvolvendo assim o seu ponto de vista e forma de pensar face ao que lhes era proposto. Como refere Ostrower (2001)

Criar é, basicamente, formar. É poder dar uma forma a algo novo. Em qualquer que seja o campo de atividade, trata-se, nesse "novo", de novas coerências que se estabelecem

para a mente humana, fenômenos relacionados de modo novo e compreendidos em termos novos. O ato criador abrange, portanto, a capacidade de compreender; e esta, por sua vez, a de relacionar, ordenar, configurar, significar. (p.9)

Figueira (2008) identifica a dança como: “forma de conhecimento que possibilita uma intervenção direccionada para a ampliação da expressividade dos sujeitos dado que ela permite ler a gestualidade humana como uma linguagem.”(p.1). Deste modo, a dança é o comunicar da mensagem para os outros, através do corpo, revelando emoções e sentimentos a partir do movimento, bem como do gesto.

No que respeita à temática deste trabalho, foi uma escolha da estagiária, sendo que no decorrer do seu percurso profissional quase sempre teve o papel de intérprete em peças coreográficas, sentindo que estava na altura de explorar o outro lado, a criação de uma forma mais aprofundada. Enquanto estudante de dança, sempre lhe foi despertado o interesse em compreender qual era o seu papel nos seus trabalhos coreográficos, fossem eles solos, duetos, trios, entre outros. Sempre tentou descobrir quais eram as emoções e sentimentos que os trabalhos provocavam em si própria, tentando entender o que sentia ao dançar. Tomou uma maior consciência disso quando entrou para o Grupo Experimental de Dança das Caldas da Rainha (GED), sendo a altura que teve maior contato com diferentes coreógrafos, de diversas linguagens. Neste sentido, no decorrer de cada processo, em cada forma de trabalhar tentava perceber o que sentia ao interpretar o que lhe era solicitado. Desta forma, a opção foi construir uma peça coreográfica, abordando esta temática, possibilitando que outros alunos experienciem um processo criativo sobre si próprios, despertando “o sentir” a cada um deles. No que diz respeito ao processo coreográfico, este desenrolou-se de forma fluída mediante a planificação das aulas, sendo inserido sempre no processo ensino-aprendizagem os princípios da dança em que é transversal o criar, o interpretar e o analisar, fazendo com que os alunos adquirissem competências tanto ao nível artístico, pedagógico, didático bem como metodológico.

Smith-Autard (2002) refere que a Dança é uma disciplina que requer que os alunos componham e explorem ideias, improvisem soluções para vários problemas seleccionem as mais apropriadas ações e formas do movimento para as suas frases e trabalhos coreográficos.

A Dança combina a competência técnica com ensaios interpretativos. Exige disponibilidade para comentar, através da crítica construtiva, um trabalho finalizado ou em progresso. Requer observação e competências analíticas, conhecimentos criteriosos e percepções de diferentes estilos e formas de dança.

Assim sendo, tal como refere Marques (2011), é necessário que seja desenvolvido “(...) um trabalho rigoroso, sistemático e consistente de forma a oferecer estratégias que favoreçam o processo de aprendizagem que estimulem o desenvolvimento da criatividade dos alunos (...).”(p. 29). O público-alvo deste estágio incidu em duas turmas, uma de 3ºAno (7ºAno) e outra de 4ºAno (8ºAno) de nove alunas, ambas inseridas no Curso Básico de Dança – 3º Ciclo. Esta decisão foi tomada de forma a cumprir o número de horas estabelecido no Estágio. Desta forma, apenas a turma do 4ºAno (8º Ano) foi levada a um produto final, sendo criada a peça coreográfica “Exposição de si mesmo” inserida no âmbito da apresentação Final do Curso Básico de Dança, realizada no Centro Cultural e Congressos das Caldas da Rainha (CCC). O título escolhido para definir a peça criada no âmbito do estágio, define literalmente o conceito do projeto desenvolvido. “Exposição de si mesmo” traduz-se numa exposição das próprias intérpretes, numa galeria de arte. Desta forma, é visível no decorrer da peça momentos de auto-análise, questionamento, reflexão, demonstração do “eu” e relação consigo e com os outros. Nesta fase da adolescência não é só abordada a relação com elas próprias, mas também uma pesquisa interior dos seus defeitos e qualidades, da sua personalidade, da sua pessoa, e sobretudo a relação existente entre mãe e filha, onde são mencionadas frases usualmente ditas pelas mães aos filhos, onde todo o trabalho é explorado através de exercícios de voz e movimento.

Neste sentido, as alunas neste processo coreográfico procuraram a sua própria identidade, existindo uma pesquisa constante do seu “eu”, projetando através do seu corpo, movimentos e gestos que as conduziram às suas verdadeiras emoções e sentimentos, provenientes do seu interior, sendo recordadas memórias de experiências e vivências, demonstrando assim a intenção e o significado do que pretendiam realmente transmitir nesta obra coreográfica.

Quanto à organização do relatório final, este encontra-se estruturado em cinco capítulos; CAPÍTULO I – Enquadramento Geral, onde será apresentada a instituição na qual foi desenvolvida a prática de estágio, dando uma breve apresentação do seu historial, qual a

“Exposição de si mesmo” – Um Processo Coreográfico de Sentimentos e emoções na adolescência, com alunos do 3ºCiclo na disciplina de Práticas Complementares de Dança, na Escola Vocacional das Caldas da Rainha

população existente e a oferta educativa que disponibiliza. **CAPÍTULO II** – Enquadramento Teórico, apresentará a revisão da bibliografia, uma contextualização de todas as temáticas intrínsecas ao estudo desenvolvido; Ensino Vocacional, Processo Criativo em Dança, Processo na disciplina Práticas Complementares, Adolescência e Emoções e Sentimentos. **CAPÍTULO III** – Metodologia de Investigação, onde serão apresentados os métodos de investigação que serviram de base a este estágio. É caracterizada a amostra, os procedimentos e também toda a descrição dos instrumentos utilizados na recolha de dados e sua avaliação. **CAPÍTULO IV** – Apresentação e análise dos dados, onde se apresentará todos os dados recolhidos e análise dos mesmos. Por último, temos o **CAPÍTULO V** – Conclusão, no qual serão apresentadas todas as conclusões finais, sendo feita uma reflexão de todo o trabalho desenvolvido ao longo destes meses.

Este trabalho foi desenvolvido no âmbito da metodologia de investigação-ação, sendo esta de cariz qualitativa, em que os instrumentos utilizados foram Grelhas de Observação, Diários de Bordo, Registo Fotográfico, Videográfico e Questionário Final.

CAPÍTULO I – ENQUADRAMENTO GERAL

O capítulo que se segue destina-se a uma breve apresentação da escola cooperante, na EVDCR, apresentando a sua população e a sua oferta educativa.

1. Caraterização da escola cooperante

A EVDCR foi fundada em 2002 por Isabel Barreto e Vanda Aguiar, dando continuidade ao trabalho desde 1991 pelo Atelier da Dança. Criada no âmbito da reestruturação do Ensino Artístico Especializado, regulou-se então, pelos princípios consagrados na Portaria nº 691/2009, de 25 de junho. Desta forma, esta é uma escola particular de ensino artístico especializado, situada no 1º piso do edifício dos Pimpões, na Rua Dr. Fernando Correia – Bairro Além da Ponte, em pleno centro da cidade de Caldas da Rainha e tem como Entidade Titular a Sociedade de Instrução e Recreio “Os Pimpões”. Integrou de 2002/2003 a 2008/2009, o projecto da Experiência Pedagógica, ao abrigo do Despacho nº 25 549/99, visando o desenvolvimento do Curso Básico de Dança e Iniciações ao 1º Ciclo, ministra Cursos Oficiais e Livres. Atualmente rege-se por Portaria n.º 225/2012 de 30 de julho. O Curso Básico de Dança é ministrado em Regime Articulado no 2º e 3º Ciclo do Ensino Básico.

Figura 1 - Logótipo da EVDCR.



Fonte: Adaptado de <http://escolavocacionaldanca.blogspot.pt>

“Exposição de si mesmo” – Um Processo Coreográfico de Sentimentos e emoções na adolescência, com alunos do 3ºCiclo na disciplina de Práticas Complementares de Dança, na Escola Vocacional das Caldas da Rainha

[Consultado a 8 de Agosto de 2016 (25/07/2016)]

Neste sentido, a mesma oferece um leque abrangente no que respeita à sua oferta educativa, sendo composta por cursos de Ensino Vocacional desde o 1º ao 3º Ciclo, bem como cursos de Ensino Livre desde o Ano 0 ao nível Avançado. Por razão da “Reforma do Ensino Artístico em Portugal”, a EVDCR começou a lecionar no panorama do ensino artístico especializado e no regime de Articulado em Dança no 2º Ciclo apenas em 2009, tendo trabalhado anteriormente apenas nas Iniciações (1º Ciclo) e Cursos Livres. Tal como foi referido anteriormente, a escola encontra-se situada no 1º piso do edifício dos Pimpões, tendo o seu acesso através de uma escada localizada no *hall* de entrada do mesmo. Esta é constituída por dois estúdios de Dança, o Estúdio 1 e 2, com capacidade para dezassete e catorze alunos, respetivamente (4m²/aluno), e pelos restantes espaços necessários ao bom funcionamento do estabelecimento de ensino, nomeadamente: Entrada, *Hall*/Estar, Sala da Direção, Vestiário de Docentes, Sala de Docentes, Sala de Estudo/Música, Camarins/Vestiários, antecâmara, Instalações Sanitárias/Balneários Femininos e Masculinos.

Figura 2 - Instalações da EVDCR



Fonte: Adaptado de <http://evdcr.weebly.com> (s.d.). [Consultado a 8 de Agosto de 2016]

É uma escola muito dinâmica, que proporciona aos seus alunos a oportunidade de participarem em diversos projetos como o Evento Encontro Regional de Dança, o Evento Programação Caldas em Dança, Espetáculos de Encerramento de Ano Letivo, GED (Grupo Experimental de Dança da EVDCR), *Workshops*, *Master Classes*, entre muitas outras atividades. Respetivamente ao GED, a EVDCR tem trabalhado com coreógrafos conceituados tais como; Alfonso Caetyano, Bruno Cochat, Catarina Moreira, Clara Leão, Nuno Almeida, Daniel Cardoso, Ana Margarida Costa, Rui Lopes Graça, João Fernandes e Bárbara Griggi, Marta Baptista e Joana Carlos. Ao longo dos anos, no que diz respeito a *Workshops e Master Classes* têm passado pela escola nomes de referência tais como; Carlos Caldas, Luísa Carles, Sofia Santiago, Luísa Vendrell, José Luís Vieira, Alfonso Caeytano, Paula Lança, Luís Antunes, Luís Damas, Ana Marques, Sofia Silva, Francisco Pedro, Bruno Cochat, Rui Lopes Graça, João Fernandes, Daniel Cardoso, entre outros.

Considera-se relevante salientar, que esta escola é reconhecida pelo Ministério da Educação, pois comprova-se que alunos finalistas desta escola, muitos deles seguem o caminho nesta área, nomeadamente a Escola Superior de Dança, Fórum Dança e na *Codarts* em Rotterdam, entre outras. Tem protocolos de colaboração com o Colégio Rainha D. Leonor no âmbito do Ensino Articulado desde 2009 e com o Agrupamento de Escolas Raul Proença, desde julho de 2016. Também mantém dois protocolos com a Escola Superior de Dança do IPL, de Lisboa, um no âmbito do GED e o da colaboração conjunta no sentido de fomentar a entrada de alunos finalistas da ESD no mercado de trabalho. Esta parceria abrange os alunos finalistas da ESD que podem colaborar como criadores ou intérpretes do GED e permite a colaboração de alunos da EVDCR como intérpretes. O segundo protocolo visa regular as relações entre a ESD e a EVDCR, tendo em vista a realização da componente de formação de iniciação à prática profissional, designada por estágio, do curso de Mestrado em Ensino da Dança, prevista na alínea c) do n.º 2 do art.º 7º do D.L. n.º 220/2009, de 9 de setembro.

Com o aparecimento do CCC em 2008, proporcionou a toda a cidade uma maior diversidade de espetáculos, destinado às mais diversas áreas culturais com o intuito de oferecer uma vasta agenda cultural. Em 2010 a escola celebrou um protocolo de colaboração com o CCC, no que visa para além da valorização das relações culturais e artísticas já existentes, intensificar a cooperação tecnológica, pedagógica e artística das duas instituições.

Anualmente, inserido na Programação Caldas em Dança, esta promove um espetáculo de celebração do Dia Mundial da Dança, “Composição”, sendo este criado no decorrer do ano letivo. A EVDCR foi também pioneira ao promover o 1º Encontro de “Trocas Pedagógicas”, uma formação para docentes do ensino artístico especializado que consiste na partilha do trabalho desenvolvido pelas escolas intervenientes. Este é um encontro dedicado às Escolas de Ensino Artístico Especializado no âmbito da Experiência Pedagógica, direcionado especialmente às Direções Pedagógicas de cada estabelecimento de ensino, com o intuito de promover a partilha de conhecimento. Neste sentido, todas as escolas envolvidas neste encontro têm o acesso ao trabalho desenvolvido de cada uma das escolas, verificando divergências e semelhanças, mas sobretudo têm o objetivo de traçar uma linha horizontal na aplicação dos planos de estudo em vigor e respetiva avaliação. Assim sendo, esta pretende ser uma escola em que a qualidade de ensino e das aprendizagens seja promotora de uma cultura de exigência, responsabilidade, inclusão e participação da comunidade escolar, tendo em vista a promoção de percursos académicos e formativos que assentem numa formação integral do aluno, valorizando as dimensões estéticas e artísticas do desenvolvimento do mesmo, assegurando uma oferta diversificada e de qualidade que proporcione à comunidade educativa o acesso à cultura e à arte.

2.Caraterização da População

Depois de caracterizada a escola cooperante, passamos agora à caracterização da população da EVDCR. Nesta escola, a população existente é bastante diversificada, o que faz com que as turmas sejam agrupadas tendo em atenção alguns aspetos como: perceber em função das idades e dos conhecimentos dos alunos, quais os graus de aprendizagem/formação a que estes correspondem e a partir daí constroem-se as turmas.

Relativamente ao presente estágio, este realizou-se com duas turmas, uma de 7ºAno de escolaridade com idades compreendidas entre os 12-13 anos e a outra de 8ºAno, com alunos de 13-14 anos, ambas do 3º Ciclo do Curso Básico de Dança. O processo de trabalho foi desenvolvido no âmbito da Disciplina de Práticas Complementares de Dança, tendo como opção da EVDCR a Composição Coreográfica. Pela logística própria que o Curso Básico de Dança exige, é normal a EVDCR lecionar noutros espaços, nomeadamente na sala de Ensaios do CCC e nos estúdios do Colégio Rainha D. Leonor, equipados a par com o objetivo de

“Exposição de si mesmo” – Um Processo Coreográfico de Sentimentos e emoções na adolescência, com alunos do 3ºCiclo na disciplina de Práticas Complementares de Dança, na Escola Vocacional das Caldas da Rainha

agilizar deslocações. Este estágio desenvolveu-se em tempos letivos atribuídos ao espaço do Colégio Rainha D. Leonor, tendo estúdios adequados para a prática da dança com espelhos, barras e meios audiovisuais. De acordo com o Plano de Estudos, o tempo atribuído são de 90” por semana, para as aulas de Práticas Complementares de Dança. Neste ano lectivo, o horário definido foi quintas-feiras das 14.50h às 16.20h, (Turma 1 - 3ºano) e das 16.30h às 18.00h (Turma 2 - 4ºano), sendo que a Turma 1 realizava sempre aula de Técnica de Dança Clássica antes da Disciplina de Práticas Complementares de Dança.

Figura 3 – Foto de Apresentação do Colégio Rainha.



Fonte: Adaptado de <http://www.crdl.pt> (s.d). [Consultado a 19 de Agosto de 2016]

3.Oferta Educativa

Neste ponto falamos da Oferta Educativa da EVDCR, estando esta dividida entre o Ensino Livre e o Ensino Vocacional. No que diz respeito ao Ensino Livre ou não Vocacional, este é constituído por sete disciplinas: Introdução ao Movimento, Técnica de Dança Clássica,

“**Exposição de si mesmo**” – Um Processo Coreográfico de Sentimentos e emoções na adolescência, com alunos do 3ºCiclo na disciplina de Práticas Complementares de Dança, na Escola Vocacional das Caldas da Rainha

Dança Criativa, Técnica de Dança Contemporânea, Condição Física, Sapateado e Pop Out. No seguinte quadro, podemos observar a organização curricular dos cursos livres.

Quadro 1 - Oferta Educativa do Ensino Livre

Cursos Livres	
• Introdução ao Movimento	Ano Zero I 3 e 4 anos
• Técnica de Dança Clássica	Babies/4 anos Iniciação/5 anos Nível 1/ 1º-Ano Nível 2/ 2º-Ano Nível 3/ 3º-Ano Nível 4/ 4º-Ano Nível 5/ 5º-Ano Nível 6/ 6º Ano Elementar/ 7º- e 8º- Ano Intermédio/ 9º- e 10º- Ano Avançado/ 11º- e 12º- Ano
• Dança Criativa	Nível 5/5º Ano Nível 6/6º- Ano Elementar/ 7º- e 8º- Ano Intermédio/9º- e 10º- Ano Avançado/ 11º- e 12º- Ano
• Técnica de Dança Contemporânea	Elementar/ 7º- e 8º- Ano Intermédio/9º- e 10º- Ano Avançado/ 11º- e 12º- Ano Complemento Curricular da Opção de Dança Criativa
• Condição Física	s/especificidade
• Sapateado	s/especificidade
• Pop Out	Turma de exibição/+16 anos

Fonte: Projeto Educativo da Escola Vocacional de Dança das Caldas da Rainha - julho 2016

Este é um ensino que se destina a toda a população, desde os três anos de idade que completem os quatro até Dezembro do ano letivo seguinte. Esta abrange uma diversidade de alunos, em que por vezes nas turmas se verifica uma disparidade das idades, pois numa turma de elementar é possível ter alunos com idades compreendidas entre os treze e os dezassete anos. Este é um ensino que tem como objetivo a aprendizagem da Dança não como via profissionalizante mas sim um complemento formativo ou então como um *hobbie*. No entanto a EVDCR defende que todo o ensino da dança deve ser rigoroso e com qualidade, pois desta forma abrange um maior número de população e constitui-se também como um elemento importante na formação de públicos.

“Exposição de si mesmo” – Um Processo Coreográfico de Sentimentos e emoções na adolescência, com alunos do 3ºCiclo na disciplina de Práticas Complementares de Dança, na Escola Vocacional das Caldas da Rainha

Respetivamente ao Ensino Vocacional ou Ensino Artístico Especializado, este destina-se a alunos que sentem e revelam vocação nesta área artística e que procurem uma formação de excelência que lhes proporcione no futuro uma profissão neste ramo artístico. Abraça alunos que pretendam vir a integrar Grupos/Companhias de Dança/Escolas em Portugal e no Estrangeiro, bem como optar por outras vias profissionais no domínio das artes, tendo esta formação como base essencial. Desta forma, a EVDCR é constituída por três ciclos. Inicia com o 1º Ciclo (Iniciação), desde os seis aos nove anos de idade, seguidamente para o 2º Ciclo, do Ensino Básico, ou seja a partir dos dez anos de idade até aos doze anos (grau elementar), e conclui com o 3º ciclo no Ensino Básico, desde os doze aos quinze anos de idade (Grau intermédio). No próximo quadro, podemos observar a organização curricular, demonstrando a oferta educativa no 1º ciclo, tendo uma duração global mínima de 135 minutos semanais.

Quadro 2 – Oferta Educativa do Ensino Vocacional

1º- Ciclo do Ensino Básico		
TURMAS	1º-, 2º-, 3º-, 4º- •Técnica de Dança Clássica	45”
DISCIPLINAS	•Introdução à Técnica de Dança Contemporânea	45´
	•Dança Criativa	45´

Fonte: Projeto Educativo da Escola Vocacional de Dança das Caldas da Rainha - julho 2016

O Curso Básico de Dança destina-se a alunos que ingressem no 2º Ciclo e 3º Ciclo, que demonstrem vocação e capacidades para esta área da Dança e que pretendam uma formação intensiva e especializada. No Anexo A e B será apresentado as áreas disciplinares e a carga horária semanal de cada ciclo. Neste sentido, esta é uma escola que tem como objetivo primordial oferecer aos seus alunos um ensino técnico e artístico de qualidade, proporcionando-lhes o contato com diferentes linguagens de movimento conseguidas, por um lado através das aulas ministradas na própria escola, mas também pelo contato com outras realidades expressas através dos diversos coreógrafos e professores de dança convidados. Desta forma, e atendendo à especificidade desta escola, a mesma pretende formar e não formatar, promover uma pedagogia diferenciada e ter recurso a várias formas de Arte como

ferramenta pedagógica. Deste modo, para um bom processo de ensino-aprendizagem é preciso que haja uma preocupação com os alunos, querer que estes aprendam num ambiente feliz, sentindo-se bem e com motivação para continuar a estudar. Segundo Freire (2002) é “(...) preciso estar aberto ao gosto de querer bem, à coragem de querer bem . . . e à própria prática educativa (...)” (p.89). Tal como o autor refere, “A prática educativa é tudo isso: afectividade, alegria, capacidade científica, domínio técnico a serviço da mudança (...)” (p.90). Assim, todos os docentes devem promover aulas dinâmicas, abordando diferentes conteúdos, devendo estar disponíveis para receber opiniões e sugestões por parte dos alunos, pensando sempre em escutá-los, para saber o que pensam, pois esta é uma das formas de progredir quer a nível pessoal, quer profissional. Para o autor “(...) ensinar não é transferir conhecimento, mas criar as possibilidades para a sua própria produção ou a sua construção.” (p.27). Ainda afirma que escutar, “(...) significa a disponibilidade permanente por parte do sujeito que escuta para a abertura à fala do outro, ao gesto do outro, às diferenças do outro.” (p.75).

CAPÍTULO II – ENQUADRAMENTO TEÓRICO

Este capítulo pretende dar a conhecer uma visão teórica de todos os conceitos que estiveram subjacentes à prática do estágio desenvolvido e que fundamentam os métodos utilizados e as escolhas do plano de atividades desenvolvidos no decorrer do estudo. Neste sentido, serão apresentadas cinco temáticas: Ensino vocacional, Processo Criativo em Dança, Processo coreográfico na Disciplina de Práticas Complementares de Dança, Adolescência, Emoções e Sentimentos.

1. Ensino Vocacional

Segundo o Artº-11, do Decreto-Lei nº-344/90, de 2 de novembro a educação Artística, “Entende-se por Educação Artística Vocacional a que consiste numa formação especializada, destinada a indivíduos com comprovadas aptidões ou talentos em alguma área artística específica.” Neste sentido, como todos nós sabemos a escola constitui o primeiro espaço formal, onde se promove o desenvolvimento dos cidadãos, sendo um meio fundamental para promover o Ensino Artístico Vocacional nas diferentes áreas, preocupando-se em conter um Sistema Educativo que inclua um currículo equilibrado (plano de estudos), incluindo uma diversidade de disciplinas de expressão como a Música, a Pintura, a Dança, o Teatro e Artes Plásticas. Em Portugal, a importância do Ensino através das Artes encontra-se refletido de acordo com o artigo nº7 do Decreto-Lei 344/90, de 2 de novembro, no qual indica a educação que a educação artística genérica destina-se “(...) a todos os cidadãos, independentemente das suas aptidões ou talentos específicos nalguma área, sendo considerada parte integrante indispensável da educação geral”. Desta forma, o Ensino Vocacional deveria estar implementado desde sempre no plano curricular em todas as escolas, visto que somente desta forma, todos os alunos poderiam usufruir destas áreas tão relevantes para o seu futuro. Este ensino desperta a vocação artística nos jovens, desenvolvendo uma multiplicidade de competências criativas, bem como expressivas que contribuem para uma melhor e completa formação do indivíduo, reforçando o gosto pela dança. Proporciona aos alunos conhecimentos técnicos e teóricos, desenvolvendo um trabalho consciente tanto ao nível estético, bem como intelectual, tendo a possibilidade de seguirem uma carreira na dança se assim o entenderem. De acordo com Batalha (2004) “(...) o objetivo é desenvolver competências criativas e

performativas adquiridas através de movimentos de exploração e de resolução de pequenas situações-problema.(p.18). Este é um ensino ministrado em escolas públicas ou particulares, desde o nível de iniciação até ao nível Secundário. Os alunos que concluem o Curso Básico de Dança obtêm o Diploma do Curso Básico de Dança, e os que terminam o Secundário obtêm o Diploma de Bailarino Profissional. Deste modo, o Ensino Vocacional inicia com o 1º Ciclo (Iniciação), dos seis aos nove anos de idade, seguidamente para o 2º Ciclo, do Ensino Básico, ou seja a partir dos dez anos até aos doze anos (grau elementar), depois o 3º ciclo com o Ensino Básico, dos doze aos quinze anos, (Grau intermédio) e termina com o Secundário, alunos dos quinze aos dezoito anos, (grau avançado). Foi no ano letivo de 1999/2000, com a publicação do Despacho nº. 549/99, de 27 de dezembro que se iniciou esta experiência pedagógica na área da Dança permitindo que alunos adquirissem um nível elementar de formação, de forma a obterem bases gerais do vocabulário e das técnicas de Dança. Neste contexto, é ainda de salientar que os Planos de Estudo previstos para o Ensino Artístico têm vindo a sofrer algumas alterações nos últimos dois anos, pois no que respeita à disciplina integrada no Planos de Estudo para o 3º Ciclo, esta sofreu uma redução da carga horária no ano de 2010/2011, em que a maioria das escolas optou por enquadrar a disciplina de Composição Coreográfica como opção nas Práticas Complementares de Dança, uma vez que esta é considerada de extrema importância para dar continuidade ao trabalho desenvolvido no 2º Ciclo, na disciplina de Expressão Criativa.

2.Processo criativo em Dança

Segundo Marques e Xavier (2013) “(...) o ensino da dança deve passar primeiro pelo conhecimento do corpo, onde naturalmente começa por surgir a parte expressiva e criativa, contribuindo para o desenvolvimento da pessoa, e na qual está também implícita a interpretação estética e artística.”(p.50)

Neste contexto, é de facto importante estarmos atentos ao nosso próprio corpo, à maneira como este se move e expressa tudo aquilo que deseja transmitir aos outros. Com isto, o ser humano conhece-se cada vez melhor e ganha uma nova consciência, mais profunda de si mesmo, estando sempre num processo de constante transformação consigo próprio, bem como com os outros. Marques e Barbosa (2003), citado por Monteiro (2012) defendem a dança “(...) igualmente, como área de conhecimento, ao permitir que, por meio do corpo que dança,

se estabeleçam relações com sons, palavras, imagens, facultando narrativas e diálogos, permitindo uma (re)leitura diferenciada de nós mesmos, dos outros e do mundo.”(p.87). Desta forma, é importante salientar que em qualquer processo criativo, o instrumento essencial é o corpo e é a partir do mesmo que tudo se desenrola. É necessário que este contenha em si: “Percepção, sensibilidade, intuição, memória, capacidade de projeção e intencionalidade são algumas das ferramentas mais poderosas que possuímos enquanto espécie humana, todas elas vivenciadas a partir da linguagem e da arte”.(Canda & Batista, 2009, p. 112). Tal como refere Freire (2001) “É por meio de nossos sentidos que recebemos informação do ambiente interno e externo.”(p.90). Neste sentido, torna-se importante referir quais os princípios pedagógicos essenciais em qualquer processo criativo:

- Exploração e Experimentação – este princípio tem como função estimular a pesquisa do corpo e do movimento na construção em dança; valorizar a importância do processo criativo; encorajar a pesquisa de novos desafios coreográficos através do rompimento com modelos pré-estabelecidos; disponibilizar tempo para que o pensamento criativo possa emergir; promover a resolução de propostas de carácter aberto com o intuito de abordar as suas diversas perspectivas;

- Concretização / Materialização – este tem como intuito desenvolver a capacidade de decisão; desenvolver a capacidade de articular, transformar e redefinir ideias; valorizar a importância do produto criativo através da sua materialização em propostas coreográficas singulares;

- Reflexão Crítica – que permite alargar o conhecimento estético e técnico da área de intervenção; estimular a reflexão como um lugar de questionamento.

Com isto, conforme referido por Smith-Autard (2010), citado por Marques e Xavier (2013)

Sugere-se, por isso, a ideia de que através das experiências em Dança que incluam o fazer, criar, o interpretar e o observar, numa vertente de formação artística genérica, se potencia o desenvolvimento de competências relevantes para a possível progressão profissional no âmbito das diferentes Artes.(p. 49)

Como foi referido anteriormente, cada processo criativo é construído de uma forma muito particular, sendo que cada coreógrafo utiliza o seu método de trabalho e organiza o processo à sua maneira. Neste sentido, devemos salientar alguns dos modelos de ensino-aprendizagem mencionando os seus respetivos autores: Jo Butterworth (2004) no seu artigo *“Teaching Choreography in higher education: a process continuum model”* faz referência a um modelo definido por “espectro didático-democrático”, em que é dada relevância ao papel do intérprete, bem como do coreógrafo, o que significa que o trabalho de ambos (fazer/executar e dirigir/orientar) é de igual importância para se conseguir chegar ao produto final (resultado). Deste modo, Jo Butterworth (2004)

The elements are placed into a flexible, working framework or spectrum, organized in such a way as to demonstrate the value of teaching some aspects of choreography from a directed, ‘teaching by showing’ approach termed ‘didactic’, and, at the other end of the spectrum, the value of learning to work in a shared, cooperative, collaborative approach termed ‘democratic’.(p.45-46)

Segundo Bruner (1999) “The definition of this term ‘didactic’ concerns not only the instructional element of ‘teaching by showing’, but also refers to the development of skill whereby competence comes with practice, which is the basis of apprenticeship.”(p.10-12)

Deste modo, considera-se que existe uma relação de colaboração entre o coreógrafo e o intérprete no trabalho desenvolvido de ambos, chegando a um resultado final. O modelo de “espectro didático-democrático” foi criado para alunos/intérpretes e professores/coreógrafos com o intuito de promover uma maior motivação e envolvimento, despertando na realização do trabalho um bom ambiente e relacionamento. De acordo com Butterworth (2004) “(...) its purpose is to guide student engagement with choreography, to promote understanding of a range of approaches, and to help students appreciate differing dancer-choreographer relationships, both artistic and social.”(p.46)

Assim, o mesmo propõe que o ensino-aprendizagem se baseie na aquisição de um diversificado leque de competências (*skills*) e conhecimento, de forma a que os

alunos/intérpretes tenham acesso a diferentes perspetivas e formas de trabalhar na composição coreográfica, alcançando assim bons resultados ao nível profissional. Marques e Xavier (2013) referem que “Um dos aspectos fundamentais deste modelo é a noção de *slippage* (deslizamento) e *overlap* (*sobreposição*).”(p.55). Neste sentido, a metodologia de Butterworth apresenta cinco processos de criação coreográfica:

1.O coreógrafo é identificado como *expert* e o bailarino como *instrument*, resultando desta relação um método de ensino caracterizado por ser *authoritarian* e à aprendizagem na perspetiva de “*conform, receive and process instruction*”;

2.O coreógrafo é reconhecido como *author* e o bailarino como *interpreter*, estabelecendo-se um método de ensino *directorial* e uma aprendizagem na perspetiva de “*receive and process instruction and utilize own experience as performer*”;

3.O coreógrafo é considerado *pilot* e o bailarino *contributor*, o método de ensino é caracterizado por ser “*leading, guiding*” e a aprendizagem por ser “*respond to tasks, contribute to guided discovery, replicate material from others*”;

4.Identifica-se o coreógrafo como *facilitator* e o bailarino como *creator*, propondo-se nesta relação um método de ensino caracterizado por “*nurturing, mentoring*” e a aprendizagem por “*respond to tasks, problem-solve, contribute to guided discovery, actively participate*”;

5.Onde o coreógrafo surge como *colaborator* e o bailarino como *co-owner*, o método de ensino é caracterizado por “*shared authorship*” e a aprendizagem por *experiential*. “*Contribute fully to concept, dance, content, form, style, process, discovery.*” (Marques & Xavier, 2013, p. 55-56).

Estes modelos aqui mencionados podem ser utilizados em qualquer fase do processo de criação coreográfica, tanto em contextos profissionais, bem como em contextos educativos. Estes oferecem aos bailarinos/estudantes a possibilidade de conhecer, experimentar e refletir acerca dos diferentes métodos utilizados, ajudando-os a definir as suas preferências coreográficas nos seus percursos profissionais. Para melhor compreensão de todos estes processos, são demonstrados esquematicamente na Figura abaixo.

Figura 4 – Os cinco processos coreográficos de Butterwork.

Didactic-Democratic Spectrum	Didactic-Democratic Spectrum	Didactic-Democratic Spectrum	Didactic-Democratic Spectrum	Didactic-Democratic Spectrum
Process 1	Process 2	Process 3	Process 4	Process 5
Tutor Role	Tutor Role	Tutor Role	Tutor Role	Tutor Role
Choreographer as Expert	Choreographer as Author	Choreographer as Pilot	Choreographer as Facilitator	Choreographer as Collaborator
Student Role	Student Role	Student Role	Student Role	Student Role
Dancer as Instrument	Dancer as Interpreter	Dancer as Contributor	Dancer as Creator	Dancer as Co-owner
Choreographer Skills	Choreographer Skills	Choreographer Skills	Choreographer Skills	Choreographer Skills
Control of concept, style, content, structure and interpretation. Generation of all material	Control of concept, style, content, structure and interpretation in relation to capabilities/qualities of dancers	Initiation of concept, able to direct, set and develop tasks through improvisation or imagery, shape the material that ensues	Provide leadership, negotiate process, intention, concept. Contribute methods to provide stimulus, facilitate process from content generation to macro-structure	Share with others research, negotiation and decision-making about concept, intention and style, develop/share/adapt dance content and structures of the work
Dancer Skills	Dancer Skills	Dancer Skills	Dancer Skills	Dancer Skills
Convergent: imitation, replication	Convergent: imitation, replication, interpretation	Divergent: replication, content development, content creation, (improvisation and responding to tasks)	Divergent: content creation and development (improvisation and responding to tasks)	Divergent: content creation and development (improvisation, setting and responding to tasks), shared decision-making on aspects of intention and structure
Social Interaction	Social Interaction	Social Interaction	Social Interaction	Social Interaction
Passive but receptive, can be impersonal	Separate activities, but receptive, with personal performance qualities stressed	Active participation from both parties, interpersonal relationship	Interactive	Interactive
Teaching Methods	Teaching Methods	Teaching Methods	Teaching Methods	Teaching Methods
Authoritarian	Directorial	Leading, guiding	Nurturing, mentorship	Shared authorship
Learning Approaches	Learning Approaches	Learning Approaches	Learning Approaches	Learning Approaches
Conform, receive and process instruction	Receive and process instruction and utilize own experience as performer	Respond to tasks, contribute to guided discovery, replicate material from others, etc.	Respond to tasks, problem solve, contribute to guided discovery, actively participate	Experiential. Contribute fully to concept, dance content, form, style, process, discovery

Fonte: Adaptado de Butterwork (2004, p. 55)

Outro dos autores de referência, Donna Davenport¹(2006), citado por Marques e Xavier (2013) “que no seu artigo “*Building a Dance Composition Course: An Act of Creativity*” reflete sobre as estratégias adotadas na definição de um curso de composição coreográfica. Refere como principal objetivo da maioria dos cursos de composição, a procura da novidade e invenção do movimento, sendo que, muitas vezes a valorização da criatividade não está contemplada na definição do curso.” Desta forma, “o experimentar”, é sem dúvida um aspeto essencial num processo criativo, na medida em que só assim os alunos conseguem compor material e posteriormente fazer uma análise do que produziram, conseguindo encontrar um fio condutor para um produto final. Davenport (2011) “Historically, the basic methodology for dance composition is a show-and-tell model: present the movement study, then critique it.(p.25) Neste sentido, os seis objetivos pedagógicos que a mesma considera fundamentais para a construção de um processo de composição coreográfica, é visível através do acrónimo C.R.E.A.T.E:

C= *Critical reflection* (reflexão crítica para um processo evolutivo de aprendizagem);

R= *Reason for dance making* (motivação coreográfica);

E= *Exploration and experimentation* (exploração e experimentação em busca da criatividade e do movimento);

A= *Aesthetic agenda* (sentido estético e artístico);

T= *Thematic integrity* (integração temática e fio condutor);

E= *Expression and experience* (expressão, experiência e vivência do aluno).

Desta forma, Davenport (2011) refere que

The educational potential of this class structure resides in the usefulness of learning: to follow artistic direction, to choreograph through trial-and-error, to observe critically, and to use verbal feedback as an evaluative process. Choreography teaches choreography. When healthy classroom dynamics and supportive teaching behaviors underlie this structure, students learn how to compose dances and how to talk about composition.(p.25)

¹ Davenport, D. (2006). “*Building a dance composition course: an act of creativity*” em *Journal of Dance Education*, 6 (1) 25-32.

Neste contexto, os conteúdos geralmente abordados na Composição Coreográfica são:

(...) a tradução de pensamentos ou ideias em corpo/movimento; a improvisação como ferramenta de um processo de composição; o estudo de estímulos; construção e composição da frase de movimento; consciencialização de elementos da composição (corpo, movimento, frase, transições, sequências, secções, unidade; variedade e contraste; clímax); componentes estruturais do movimento: ações, dinâmicas, espaço e relações (...). (Xavier & Monteiro, 2012, p.207)

Larry Lavender (2006), sendo outro dos autores de referência, no seu artigo “*Creative Process Mentoring: Teaching the making in dance-making*” fala sobre o ensino-aprendizagem na composição coreográfica, em que o mesmo propõe a criação de um “processo criativo tutorial”. Lavender (2006), “defende que, no ensino da dança, inicialmente, os alunos necessitam de adquirir e acumular experiências na exploração e invenção do movimento, aprender a reconhecer e aplicar os conceitos básicos que a dança contempla.”(p.7). Deste modo, os alunos têm de entender e criar pequenos problemas coreográficos, praticando a observação, descrição e análise dos seus trabalhos. É importante que reflitam sobre o porquê de fazer as coisas daquela forma e não de outra. Reconhecer os desafios que lhe estão associados como forma de conhecimento do seu próprio processo criativo. É ainda de salientar, o quão relevante é a reflexão constante de tudo o que fazem, como fazem e de que forma o fazem para que possam ter uma visão mais alargada dos seus trabalhos. Lavender (2006) defende quatro operações principais para o processo de composição coreográfica, através do acrónimo I.D.E.A:

- *Improvisation*: invenção e criação do material (mentalmente ou pelo espaço); gerar material partindo de diferentes improvisações inerentes ao tema/estímulo.

- *Development*: manipulação do material e criação da forma de composição; testar a tolerância do movimento, nos seus limites e possibilidades (dinâmica, tempo, forma, tamanho, espaço, estrutura, etc.).

- *Evaluation*: avaliação das suas ações de composição para poder modificar se precisar; avaliação intuitiva ou reflexiva do material gerado e a sua manipulação.

- *Assimilation*: diz respeito à própria composição coreográfica; unir as partes como um todo; estabelecer ligações; completar e terminar a coreografia. (p.8-9)

Assim sendo, apesar das diferentes perspetivas sobre métodos de composição coreográfica, é importante os docentes incutirem não só aos alunos, bem como a eles próprios a procura e a pesquisa constante dos mais variados processos de ensino-aprendizagem, aumentando o seu conhecimento. Com isto, estes tem o dever de proporcionar aos alunos uma vasta panóplia de linguagens e diversos estilos de movimento, para que os mesmos possam descobrir e encontrar neles próprios a sua linguagem e o seu gosto pessoal. Ainda assim, considera-se que o processo criativo em dança é algo sempre inovador, tendo a possibilidade de utilizar inúmeros estímulos, bem como o uso das novas tecnologias, vídeo-dança, a utilização da voz, a improvisação, a exploração de vários objetos e espaços cénicos, a escolha musical entre outras, para que promovam nos alunos capacidades coreográficas tanto ao nível estético, bem como artístico.

Contudo, de acordo com Marques e Xavier (2013) “Os modelos de ensino-aprendizagem da composição coreográfica devem ser definidos a partir da ideia de que é necessário desenvolver competências técnicas, artísticas e criativas nos futuros intérpretes/criadores contemporâneos.”(p.54-55)

Para Smith – Autard² (1994), citado por Marques e Xavier (2013) “(...)o processo de Dança deve resultar do movimento natural e expressivo, mas também do conhecimento e desenvolvimento de habilidades que promovam a pesquisa de novas formas de movimento, da aquisição de competências técnicas e estilos coreográficos.”(p.50)

3.Processo coreográfico na disciplina de Práticas Complementares

Esta disciplina tem como intuito ser um lugar onde se vive experiências, onde se pratica a exploração do movimento, sendo uma constante descoberta de identidade de cada aluno, desenvolvendo assim o seu potencial criativo. É um lugar de experimentar, de arriscar, sem ter receios nem medo de errar, pois tudo nesta disciplina é válido, sendo esta dirigida por um(a) professor(a). Neste sentido, esta disciplina desperta nos alunos a vontade de criar os

² Smith-Autard J. M. (1994 A). *The art of dance in education*. London: A & C Black Publisher

seus próprios trabalhos, expressando o que sentem de uma forma mais complexa e vocacionada levando-os à composição coreográfica, sendo este o foco principal da Criação Coreográfica. Nestas aulas os alunos adquirem novas noções de composição como por exemplo o Estímulo, Tema e Estrutura, onde estes são aplicados em exercícios de aula, tendo sempre um progresso no trabalho desenvolvido.

A composição coreográfica é um processo complexo que envolve o ser humano em várias dimensões artísticas e intelectuais – o conhecimento do movimento e do seu corpo na dança, o sentido crítico e estético, a reflexão, o sentido musical, a noção de estrutura, a relação com outros corpos, com o espaço e com o tempo, a perspectiva artística, o conceito, a motivação, a capacidade criativa, entre outras. É um processo que, muitas vezes, parte da intuição e outras, é acompanhado de intelecto, de pesquisa e exploração. (Marques, 2015, p.4)

O foco principal da Disciplina de Práticas Complementares de Dança é incentivar os alunos à reflexão sobre a sua capacidade de criar, de expressar a sua individualidade e singularidade de uma forma mais complexa e vocacionada principalmente para a Composição Coreográfica. Nestas aulas abordam-se inúmeras matérias, sendo feito um trabalho de pesquisa de movimento constante, de forma progressiva, onde os alunos aprendem a pensar, a refletir, a experimentar e assim se constrói dança. É essencial que os alunos compreendam que tudo o que criam venha do interior de cada um deles, na medida em que só desta forma é que as coisas se tornam realmente verdadeiras e se possa assim realizar um bom trabalho. A prática desta disciplina promove nos alunos a exploração individual, a descoberta e o aperfeiçoamento de aptidões pessoais, contribuindo para o aumento da auto-estima dos alunos e também para uma maior consciência do que fazem, como fazem e de que forma o fazem, demonstrando assim uma enorme vontade e empenho em todo o seu trabalho.

No que respeita à carga horária da disciplina de Composição Coreográfica, esta sofreu uma redução no decorrer do Ano letivo 2010/2011, sendo feito um reajuste nas escolas. Neste

sentido, as escolas passaram a optar a disciplina de Composição Coreográfica para a Disciplina de Práticas Complementares de Dança, dando assim uma continuidade coerente ao trabalho desenvolvido no 2º ciclo em Expressão Criativa. Tendo como carga horária para cada turma dois blocos de 45 minutos, o que totaliza 90” por semana a cada turma. Smith-Autard (2002) refere que

(...) a Dança é uma disciplina que requer que os alunos componham e explorem ideias, improvisem soluções para vários problemas seleccionem as mais apropriadas ações e formas do movimento para as suas frases e trabalhos coreográficos. A Dança combina a competência técnica com ensaios interpretativos. Exige disponibilidade para comentar, através da crítica construtiva, um trabalho finalizado ou em progresso. Requer observação e competências analíticas, conhecimentos criteriosos e perceções de diferentes estilos e formas de dança. Segundo a autora, os princípios organizacionais na educação artística da dança deverão envolver no processo o criar, interpretar e analisar.

De acordo com Batalha (2004), “defende que se trata de um acto criativo que é levado a palco por um intérprete, no entanto, sempre com a perspectiva do significado e com a intenção de comunicar algo ao público.” Cada processo coreográfico desenrola-se de forma única e muito particular, sendo que quem o dirige tem a sua própria maneira de o fazer, a qual é feita de forma muito específica. Neste sentido, cada coreógrafo procura a sua própria linguagem e forma de a transmitir ao intérprete. Tal como refere Gil (2001) “A procura de uma lógica de movimento própria”, e “a forma como essa lógica é posta em prática, através de conceitos operativos e de determinados procedimentos coreográficos, difere de coreógrafo para coreógrafo.”(Marques e Xavier, 2013, p. 54). Deste modo, é então necessário falar sobre criatividade, a capacidade que o aluno demonstra a partir do momento que começa a criar algo através de um estímulo que lhe foi atribuído, ponto de partida num processo criativo. Considera-se relevante compreender de fato como é que o aluno responde, o que é que isso provoca em si mesmo.

Segundo Xavier e Monteiro (2012) “(...) o elemento que de forma imprescindível contribui para uma valorização do ensino da composição coreográfica na formação de futuros agentes nesta área artística - a criatividade”(p.207). De acordo, com Bahia (2007), a criatividade pode ser definida como “a capacidade de superar ideias tradicionais, regras, padrões ou relações já existentes e de criar novas ideias, formas, métodos, interpretações com significado”(p.2), sendo esta fundamental em qualquer processo educativo.

Cada aluno/intérprete tem as suas próprias ideias e forma de pensar, é preciso apenas colocar em prática. Segundo Vianna (1998) “A criatividade reside na individualidade de cada artista na sua capacidade de se questionar – “que é a mola propulsora da vida, da arte e de todo o conhecimento.”(p.76) Tal como refere Novaes (1971) criar significa “dar existência a, sair do nada, estabelecer relações até então não estabelecidas pelo universo do indivíduo, visando determinados fins.”(p.17) De acordo com Ostrower (1986) “Criar é, basicamente, formar. É poder dar uma forma a algo novo.” Deste modo, criar tem como intuito construir algo inovador, aplicando a nossa forma de pensar, consoante as experiências que vivenciamos, a forma como observamos as coisas e o que estas significam para nós. De acordo com Louis (1992) “criar é dar existência ao que não existia antes”.(p.138). Para Novaes (1971), citado por Mayer (1998) “Criar é expressar o que se tem dentro de si, devendo ser a conceção criativa sempre original e individual, uma vez que todo esforço autêntico de criação é interior.”(p.51)

Passamos agora à questão, o que é o processo coreográfico? Este é um caminho no qual o intérprete entra e ao entrar vai descobrindo a sua própria capacidade de criar, de “fazer algo crescer”. Segundo Novaes (1971), “para poder criar é preciso haver primeiramente um impulso ligado a uma necessidade, seguido depois de actividade de investigação para chegar-se à realização”.(p.50) De acordo com Vianna (1998) “O Processo Criativo deve assegurar a individualidade, a autenticidade de cada um. O processo deve ser dirigido de forma que os personagens sejam construído sobre bases subjectivas, “na verdade de cada um (...).”(p.76)

Neste contexto, o processo criativo tem como intuito por em prática estratégias metodológicas bem como pedagógicas que façam desenvolver a expressividade, a criatividade, a capacidade de comunicar dos alunos permitindo assim uma constante construção/transformação dos mesmos. Desta forma, estes devem sentir-se confiantes para interpretar papéis de forma “séria”, isto é, encararem com seriedade o que estão a fazer, tendo

uma maior consciência, eficácia e empenho no que fazem, como o fazem, e de que forma o fazem. Assim sendo, revelam o seu potencial individual, fazendo-os crescer pessoalmente, bem como intelectualmente adotando um olhar crítico e reflexivo.

Os processos integrados na criação coreográfica desenvolvem-se em doze etapas, sendo estas; “1.Estímulo; 2.Acompanhamento; 3.Decisão sobre o tipo de dança, 4.Decisão sobre o modo de representação; 5.Improvisação; 6.Avaliação da improvisação; 7.Seleção e refinamento de motivos; 8.Desenvolvendo e variando os motivos para criar repetição; 9.Construção do desenho do tempo e do espaço; 10.Avaliação; 11.Alteração e 12.Refinamento.”(Marques, 2015, p.23). De acordo com Smith-Autard, (2010) no que respeita aos estímulos para a dança, estes podem ser:

- Auditivos: a música pode evocar uma série de sentimentos, ideias, posturas, climas lembranças, que exteriorizadas como acções, propostas Coreográficas, movimentos, etc. Além da música: sons percutidos, vozes, palavras, poesia, ruídos, etc.
- Visuais: pinturas, filmes, esculturas, objectos, formas, estruturas, etc.
- Cinestésicos: o movimento que estimula o movimento, algum movimento que vimos, o movimento de um elemento (fogo, mar, etc.), o movimento das pessoas, animais, etc.
- Tácteis: a textura de determinados materiais, o contacto com elementos de diferentes temperaturas como o gelo, calor, que poderão provocar respostas de movimento.
- Ideacionais: o movimento surge com a intenção de representar uma ideia ou uma história. Por exemplo: uma festa de anos, medo, alegria, etc.”(p.29-32)

É através de um estímulo, seja ele qual for, que parte a inspiração de qualquer coreógrafo/ professor ou intérprete/aluno, pois é necessário que exista um ponto de partida para fazer algo crescer. Smith-Autard (2002) refere que

(...) o estímulo é o ponto de partida à criação, podendo ser externo ou interno ou até, agregar as duas vertentes, dando mais intensidade e intenção ao movimento. A partir dos estímulos, produzem-se improvisações que levam a uma seleção de material ou de movimentos, que aperfeiçoados, constituem o trabalho de criação. A intuição aliada aos conhecimentos é de facto fundamental ao trabalho de um coreógrafo.

No que diz respeito à improvisação, considera-se que esta seja uma descoberta de si mesmo, pois permite desenvolver em cada um de nós um maior conhecimento e relação com o nosso próprio corpo e com os outros, disfrutando assim de uma enorme liberdade. Conforme Blom e Chaplin (1989) “a improvisação é uma forma de experimentar e aprender conceitos coreográficos.”(p.3). É um exercício de imaginação e de procura do interior de cada um de nós, permitindo a cada um “chegar” a um determinado material tanto ao nível físico/racional, bem como psicológico/emocional. Segundo Coelho (1985) “não se trata de simples introspecção, de procurar no mais íntimo aquilo que provocou a emoção, nem de um exercício puramente racional”.(p.44). É necessário que os alunos/intérpretes sintam liberdade enquanto dançam para poderem arriscar, explorar, experienciar e expressar o que têm dentro de si, é então aí que por vezes surge o risco, risco esse que provoca no indivíduo um maior ou menor proveito, pois é algo desconhecido.

“Com o risco é mais estimulante compor dança, construir uma relação de confiança consigo e com os outros, pois os nossos centros ligam-se, as nossas energias também, os nossos desejos e pensamentos vibram, cruzam-se e articulam-se. O risco é a competência que anima e que permite avançar.”(Lacince & Nóbrega, 2010)

Este é um processo que nem sempre é fácil para todos, pois cada pessoa tem a sua personalidade e o seu próprio tempo para se sentir à vontade e com confiança. Segundo Vianna (1990) por vezes “existe um medo (...) grande do autoconhecimento e maioria das pessoas não resiste ao processo inicial, que sem dúvida requer uma grande dose de vontade e despojamento.”(p.117) É necessário neste trabalho haver uma entrega total do que se está a produzir, ser sincero consigo mesmo e é sem dúvida gostar verdadeiramente do que se está a fazer, pois só desta forma é possível realizar um ótimo trabalho. Bruhns (1994) relata que

(...) a importância deste afeto para conversar com o corpo: Amar é coisa que tem a ver com o corpo, corpo que sabe se entregar, que sabe ser brinquedo, que sabe brincar.

Mas parece que isto, que tem a ver com a nossa felicidade, ainda não foi elevado à dignidade de coisa a merecer um lugar em nossa educação do corpo...(p.41)

Desta forma, é importante refletir sobre o valor que damos à nossa ferramenta de trabalho, o corpo. É claramente relevante escutá-lo, observá-lo e senti-lo, pois cada corpo tem muita coisa a dizer. Segundo Fux (1998) “Dançando de dentro para fora e reconhecendo-nos através de nossos corpos, sentimo-nos melhor. Primeiro nos aceitamos e depois aos outros.” (p.23). Desta forma é preciso salientar que a improvisação é uma fase essencial no processo de composição coreográfica, porque tanto o intérprete/aluno como o coreógrafo/professor devem promover no seu processo, um maior reconhecimento ao nível do seu interior. Tal como refere Fux (1996) “Cada movimento corresponde a uma palavra.”(p.10). Estes mesmos movimentos não partem do nada, mas sim de um conjunto de experiências que cada aluno/intérprete vivência na sua vida. Conforme Ostrower (1995) “existe uma necessidade de querermos compreender, de ordenarmos estas inquietações e percepções de modo que sejam extraídos significados.”(p.257).

Após compreendermos melhor esta fase inerente ao processo coreográfico, passamos agora à importância da seleção do material já existente. Neste sentido, é feita por parte do coreógrafo/professor uma escolha e decisão de partes/seções de material criado no decorrer do processo. Posteriormente, realiza-se a construção da estrutura da peça, pensando realmente no que se pretende transmitir ao público, seleccionando as diferentes partes. Posto isto, é concretizada avaliação de todo o trabalho, passando a algumas alterações, para depois se seguir ao refinamento, em que dada uma atenção especial a determinados aspetos e detalhes como questões de luzes, figurinos, marcas espaciais, entre outras. Segundo Coelho, (1985), o processo coreográfico é sistematizado da seguinte forma

Produção da Obra – Coreografia

(Processo Criativo)

Idéia – (motivo)

Improviso – (movimento espontâneo automático)

Seleção – (tentativa de “agarrar” o movimento espontâneo)

Estruturação (Organização dos materiais)

“Afinação” – (movimento elaborado automático)

Neste contexto, verificámos que é necessário determinar uma ordem em cada processo, independentemente da forma de trabalho de cada coreógrafo/professor, o importante é realmente a partir da ideia ou intuição que surja, “agarrá-la” e saber como a desenvolver.

De acordo com Marques e Xavier (2013)

(...) o processo de composição depende de um conjunto de elementos de movimento, experimentados e praticados pelo intérprete, não havendo portanto um estilo ditatorial, sendo inicialmente uma combinação intuitiva dos diversos elementos em exploração, que, por sua vez, dará lugar a uma variedade ilimitada de passos e gestos, concretizados de forma cada vez mais consciente, e que posteriormente poderão ser organizados e estruturados coreograficamente.(p.48)

Contudo, tal como refere Novaes (1971) “A criação é uma força que se distribui na sociedade porque é construtiva e essencial para seu desenvolvimento, não devendo ser abafada, nem atrofiada pelas próprias pressões sociais.”(p.128). É relevante que cada indivíduo seja verdadeiro consigo próprio e que tenha confiança em si e no trabalho que desenvolve todos os dias, para que consiga viver em sociedade, contornando os obstáculos que surgem diariamente.

4.Adolescência

De acordo com Muuss (1976), citado por Ferreira e Nelas (2006), “A palavra adolescência vem do latim “adolescere” que significa “fazer-se homem/mulher” ou “crescer na maturidade.”(p.142). Esta é uma fase bastante complexa, individual e especial, que inicia por volta dos onze/doze anos de idade e termina mais ou menos aos vinte anos, fase esta em que os jovens adquirem a sua própria autonomia. A Organização Mundial de Saúde, citada por Ferreira e Nelas (2006), afirma que “a adolescência compreende o período entre os 11 e

19 anos de idade, desencadeado por mudanças corporais e fisiológicas provenientes da maturação fisiológica.”(p.142). Para Sampaio (1995), esta é caracterizada por inúmeras mudanças pessoais tanto ao nível físico, psicológico e cognitivo, sendo estes fatores marcantes na descoberta da sua própria identidade. Esta é uma etapa do desenvolvimento do indivíduo, que decorre entre a puberdade e a idade adulta, sendo esta a fase em que começam a surgir as primeiras alterações físicas, bem como psicológicas. Este é um caminho expresso por inúmeras interrogações consigo próprio e com a sua vida: Quem sou eu? O que gostaria de ser? O que faço aqui? Sirvo para quê? Entre outras. Segundo Myers (1999)

(...) o adolescente tem a difícil tarefa de sintetizar o passado, o presente e as possibilidades futuras, com o intuito de alcançar um sentimento mais claro de quem ele é. Isso justifica, então, as especulações do adolescente demonstradas em questionamentos do tipo: Quem sou eu como um indivíduo? O que eu quero fazer da minha vida? Por quais valores devo viver? Em que acredito?(p.85).

Os adolescentes como se encontram em conflito consigo mesmo têm dificuldade em concordarem com os adultos, principalmente com os seus próprios pais, sendo estes os mais chegados e os que lhe impõem regras, sendo estas por vezes não muito bem aceites. Desta forma, de acordo com Rabello e Passos (s.d.), “o adolescente pode sentir vazio, isolado, ansioso, sentindo-se também, muitas vezes, incapaz de se encaixar no mundo adulto, o que pode muitas vezes levar a uma regressão.” Esta fase para Freud (1958),³citado por Câmara e Cruz, (s.d.),

(...) assinala as alterações dos instintos, a organização do eu, as relações objetais e os papéis sociais que caracterizam esse período e dão lugar ao processo que leva desde o equilíbrio psicossocial da infância dentro de seu grupo familiar, passando por uma inevitável etapa de transtornos do desenvolvimento, até a independência adulta. Em que

³ Freud, A. (1958). *Adolescence*. The Psycho Analytical Study of the Child. New York, 13

pese a importância e as mudanças que acarretam, as frequentes crises na adolescência não devem ser vistas como distúrbios indesejáveis, mas sim como fenômenos necessários para ensaios e erros, para a busca de um novo sentido da personalidade e seu papel social.

Desta forma, é de enorme relevância referir que os adolescentes precisam de apoio das diferentes partes, tanto em casa com a sua família, bem como na escola com os professores, amigos e colegas, porque este é um caminho de constante transformação de novos aspetos tanto físicos, bem como psicológicos. Falamos de apoio, pois de fato é importantíssimo que estes sintam confiança e compreensão por parte das pessoas mais próximas, que lhes dêem conselhos e que os ajudem a encontrar o seu caminho na vida. Neste sentido, de acordo com Campos (2002) “(...) os pais têm papel preponderante na questão da identidade. O adolescente não costuma se identificar com os pais; pelo contrário, revolta-se contra eles, rejeitando seu domínio, valores e orientações sobre particularidades da vida.”(p.89). No que toca aos amigos, estes são essenciais no desenvolvimento e crescimento dos adolescentes, visto que é através dos mesmos que eles conseguem ter uma melhor percepção do tipo de pessoa que são e do que se querem tornar, quais os seus gostos e onde se querem inserir. Segundo Suárez (2005)

(...) os amigos cumprem um papel importante na vida do adolescente, pois o ajudam a encontrar sua própria identidade, em um contexto social. O sentimento de participação no grupo é muito forte nas rodas de adolescentes, e determinam um sentimento de grupo e muitas vezes de intolerância para com as diferenças, criando e valorizando códigos de linguagem, gestos e modos de vestir.(p. 35)

A mudança/transformação é intrínseca neste período, o que significa que os jovens alteram a sua forma de pensar e de agir constantemente, pois procuram o seu caminho, sentindo a necessidade de experienciar novas realidades, conhecer novas pessoas, construindo aos poucos a sua personalidade. Neste sentido, o adolescente atravessa uma fase da sua vida,

em que se preocupa com o que os outros pensam de si próprio, sentindo-se por vezes confuso com a sua própria identidade, alterando a sua forma de atuar, pois neste período de transformação constante, este constrói aos poucos a sua própria personalidade. (Rabello & Passos (s.d) Deste modo, segundo os autores a confusão de identidade pode ser boa para o adolescente, visto que se o mesmo tiver resolvido as suas crises anteriores, maior é a hipótese de vir a conseguir estabilizar a sua identidade. Quando a sua identidade estiver sólida e o mesmo conquistar a lealdade e a fidelidade consigo mesmo e com seus propósitos, como refere Erikson (s.d.), conquista, assim, o senso de identidade contínua.

Quanto ao presente estágio, podemos dizer que o processo coreográfico teve como intuito principal promover nos alunos a descoberta da sua própria realidade e autenticidade/verdade da sua essência, ajudando-os de certa forma a descobrirem a sua própria identidade de uma forma mais consciente. Apesar de estarem numa fase de constante transformação tanto ao nível físico, bem como psicológico, já conseguem ter a capacidade de compreender e analisar melhor o seu próprio movimento na dança, perceber o que lhes é mais fácil ou difícil aprender, quais as suas habilidades e dificuldades. Assim sendo, trabalhar com estas idades é sem dúvida um enorme desafio tentar compreender o que sentem e o que pensam nesta fase das suas vidas e de que forma correspondem ao que lhes é solicitado.

5. Emoções e Sentimentos

Segundo Marques e Xavier (2013), “Ao dançarmos expressamos sentimentos, emoções e integramos o corpo, a mente e o espírito, numa forma essencial da expressão humana.”(p.48). Neste sentido, a dança possibilita-nos comunicar com os outros através da nossa própria mensagem, exprimindo o que realmente sentimos, estando em constante transformação/construção de nós próprios. É de enorme importância salientar, o fato que através desta via, as emoções e sentimentos podem ser exteriorizados para com os outros.

Segundo Damásio (2003) na obra *“Ao Encontro de Espinosa: As Emoções Sociais e a Neurologia de Sentir”*, defende que

Os sentimentos são a expressão do florescimento humano ou do sofrimento humano, na mente e no corpo. Os sentimentos não são uma mera decoração das

emoções, qualquer coisa que possamos guardar ou deitar fora. Os sentimentos podem ser, e geralmente são, *revelações* do estado da vida dentro do organismo.(p.20)

O autor acrescenta ainda que os sentimentos

(...) são necessariamente invisíveis para o público, tal como é o caso com todas as outras imagens mentais, escondidas de quem quer que seja excepto do seu devido proprietário, a propriedade mais privada do organismo em cujo cérebro ocorrem.” Quanto às emoções o autor afirma que “(...) são acções ou movimentos, muitos deles públicos, que ocorrem no rosto, na voz, ou em comportamentos específicos.(p.43-44)

Desta forma, tanto os sentimentos, bem como as emoções podem ser bons ou maus, sendo que os sentimentos podem ser guardados dentro de nós, em nosso íntimo sem que os outros reparem, enquanto que as emoções já podem ser demonstradas aos olhos dos outros como por exemplo, através do olhar. Conforme Damásio (2003) as emoções encontram-se alinhadas com o corpo e os sentimentos com a mente. Desta forma, considera-se fundamental em qualquer processo criativo trabalhar desde o ponto de partida, as emoções e os sentimentos com os alunos/intérpretes em tudo o que se produz, porque se o intérprete sentir realmente o que está a fazer, tudo se torna mais genuíno, sendo mais fácil transmitir a mensagem para quem assiste, de forma verdadeira.

No decorrer da nossa vida ocorrem situações que nos fazem despoletar sentimentos e emoções, fazendo reagir o corpo de determinadas formas, de acordo com o que acontece. Se porventura a situação for agradável, o corpo reagirá de uma forma feliz e descontraída. Tal como refere o autor “Se não tivéssemos a experiência do corpo em estados apazíveis e que consideramos «bons» e «positivos» no enquadramento geral da vida, não teríamos qualquer razão para considerar nenhum pensamento como feliz ou triste.”(Damásio, 2003, p.105). O autor afirma que “um sentimento é uma ideia, uma ideia de corpo, uma ideia de um certo aspecto do corpo quando o organismo é levado a reagir a um certo objecto ou situação.”(p.107). Deste modo, um sentimento pode ser levado a desencadear uma emoção ou

não, isto é, por um lado, podemos ter um sentimento e ele não ser despertado emocionalmente, mas por outro lado, podemos ter um sentimento de emoção, ou seja o sentimento pode ser estimulado de forma a desencadear a emoção. Partindo para um exemplo mais concreto, uma pessoa encontra-se preocupada com um determinado assunto, mas que não quer que a família tenha conhecimento, logo pode disfarçar quando estiver perto dela, desabafando mais tarde com alguém reagindo através do choro ou do “ralhar” sendo então libertada a emoção. Logo, “Um sentimento de emoção é uma ideia do corpo quando este é perturbado pelo processo emocional, ou seja quando um estímulo emocionalmente competente desencadeia uma emoção.”(Damásio, 2003, p.107)

De acordo com Damásio (2003) as emoções classificam-se em três categorias:

- Emoções de Fundo - são emoções que decorrem durante longos períodos de tempo, horas ou dias, como por exemplo «O Pedro está com péssimo humor». Estas dependem de manifestações produzidas através dos membros ou do corpo inteiro, tendo em conta a força dos movimentos, a sua precisão, a sua frequência e amplitude e expressões faciais. No que respeita à linguagem, as palavras não são aquilo que realmente importa nem o seu significado.
- Emoções Primárias – são aquelas que vêm logo à cabeça, apresentam uma lista que inclui o medo, a zanga, o nojo, a surpresa, a tristeza e a felicidade.
- Emoções Sociais - incluem a simpatia, a compaixão, o embaraço, a vergonha, a culpa, o orgulho, o ciúme, a inveja, a gratidão, a admiração, o espanto, a indignação, e o desprezo. Estas emoções são componentes das emoções primárias, fazendo parte integrante em diversas combinações das emoções sociais.

Segundo Damásio (2013), “Um dos aspectos fundamentais da história do desenvolvimento humano diz respeito ao modo como a maior parte dos objectos que nos rodeiam acaba por ser capaz de desencadear emoções, fortes ou fracas, boas ou más, conscientemente ou não.”(p.72). Assim, o indivíduo independentemente do sítio onde se encontre no seu dia-a-dia, tem a possibilidade através de inúmeros estímulos, acontecimentos, experiências de vida, de introduzir as suas próprias emoções e é importante que o faça, para que se descubra e conheça cada vez melhor a si mesmo bem como aos outros.

Há uma necessidade básica essencial para que ocorram emoções e sentimentos, a consciência. Segundo Goleman (2014) na sua obra *Foco: O Motor Oculto da Excelência*, o autor refere que a consciência de si mesmo

(...) representa um foco essencial, que nos harmoniza com os subtis murmúrios interiores que podem ajudar a orientar o nosso caminho na vida. E, como veremos, este radar interno contém a chave para gerirmos aquilo que fazemos – e, igualmente importante, aquilo que *não* fazemos.(p.83)

De acordo com o autor “existem dois principais fluxos de consciência de si mesmo: o «mim», que constrói narrativas acerca do passado e do futuro, e o «eu», que nos transporta para o presente imediato.”(Goleman, 2014, p.87). Deste modo, o significado de «mim» transporta-nos para aquilo que já tivemos oportunidade de experienciar até aos dias de hoje, sendo que o «eu» refere-se à experiência que vivenciamos no momento. Damásio (2013) menciona que o sentimento e a consciência são termos complexos, mas que a criação do si depende da forma como os sentimentos se estruturam dentro de nós próprios, sendo que sem si, não é possível conhecermo-nos nem adquirirmos consciência. Neste sentido, o autor afirma que os sentimentos “(...) dependem não apenas da presença de um corpo e da presença de um cérebro capaz de representar esse corpo, mas também da existência prévia de dispositivos de regulação da vida que incluem os mecanismos de emoção e apetite.”(p.132)

Quanto à temática desenvolvida no estágio, considera-se de importância salientar que de fato, para que se consiga ser um aluno/intérprete completo, é fundamental num processo de Composição Coreográfica “entrar” desde início com vontade de trabalhar tanto a nível corporal, bem como intelectual. Compreender o que está a desenvolver e a aprender, tomando consciência disso mesmo e pensar desde logo, o que é que o processo está a provocar em si próprio, o que está a sentir, quais as emoções e sentimentos que daí surgem. É importante também desenvolver um olhar crítico e reflexivo sobre tudo o que está acontecer, para que possa analisar, refletir e dar o seu parecer sobre os trabalhos realizados. No processo coreográfico em questão, foi feita uma pesquisa da identidade de cada um, procurando o seu “eu”, através de exercícios maioritariamente de improvisação, projetando através do corpo, movimentos e gestos que despertam diferentes emoções e sentimentos, vindos do interior de cada aluno/intérprete.

Pode-se afirmar que na fase da adolescência, o desafio é bem maior, porque nestas idades, alguns alunos demonstram ainda não ter maturidade suficiente para o fazer, no entanto

“Exposição de si mesmo” – Um Processo Coreográfico de Sentimentos e emoções na adolescência, com alunos do 3ºCiclo na disciplina de Práticas Complementares de Dança, na Escola Vocacional das Caldas da Rainha

o trabalho é sempre possível ser feito, encontrando estratégias e formas de aplicar os exercícios em aula para que os mesmos consigam praticar e explorar, chegando ao que se pretende, demonstrando assim a intenção e o significado da sua mensagem.

Capítulo III – METODOLOGIA DE INVESTIGAÇÃO

Neste capítulo iremos apresentar o Programa de Composição Coreográfica no 3º Ciclo, a caracterização das duas turmas, os objetivos e toda a organização do estágio.

1. Programa de Composição Coreográfica para o Curso Básico de Dança - 3º Ciclo

A disciplina de Criação Coreográfica integra o Plano de Estudos do Curso Básico de Dança - Ensino Artístico Especializado, no âmbito da experiência pedagógica no 3º Ciclo de Escolaridade. Neste sentido, a organização do programa seguiu determinados parâmetros de forma sistematizada, de acordo com a especificidade dos conteúdos, apoiando-se num processo organizativo do geral para o particular. Desta forma, são apresentadas as seguintes finalidades, objetivos, visão geral dos temas/conteúdo e competências a desenvolver.

FINALIDADES

- Proporcionar aos alunos determinadas competências, conhecimentos técnicos, metodológicos e interpretativos, no âmbito da Criação Coreográfica;
- Adquirir e consolidar as competências criativas;
- Alargar os limites de criação/interpretação;
- Criar condições que visem o prosseguimento de estudos;
- Criar condições e capacidade de participarem em apresentações públicas;
- Reforçar o gosto pela prática da dança;
- Promover o sentido de autonomia, responsabilidade e atitudes de cooperação e interação com os restantes elementos que integram o grupo;
- Assegurar o aperfeiçoamento interpretativo;
- Consciencializar para a dimensão individual e social da dança enquanto expressão artística e cultural;
- Fomentar a criação e qualificação de novos públicos;
- Desenvolver a sensibilidade e a consciência crítica e autocrítica;

“Exposição de si mesmo” – Um Processo Coreográfico de Sentimentos e emoções na adolescência, com alunos do 3ºCiclo na disciplina de Práticas Complementares de Dança, na Escola Vocacional das Caldas da Rainha

OBJETIVOS

- Utilizar e manipular os conceitos introduzidos no 1º e 2º ciclo com vista à criação coreográfica;
- Consolidar os objetivos enunciados para a disciplina de Dança Criativa, no 2º Ciclo;
- Criar hábitos de descoberta através do autoconhecimento;
- Transformar a disciplina num espaço experimental, onde se tenta fornecer respostas às questões colocadas pelos alunos no âmbito criativo;
- Criar uma regularidade no ato de criar, através de metodologias, que convertam o material informal em formal;
- Desenvolver a capacidade de análise e crítica (ou reflexão).
- Intervir em apresentações públicas com repertório criado no âmbito da disciplina;
- Dominar o processo de composição coreográfica: criação, planificação, estruturação;
- Dominar a noção de macro e micro estrutura coreográfica;
- Explorar o seu próprio estilo de movimento;
- Investigar estratégias de composição coreográfica, particularmente aquelas desenvolvidas no séc. XX;
- Contactar com linguagens diversificadas de movimento (repertório);
- Investiga o uso de novas tecnologias aplicadas à coreografia como, vídeo-dança, trabalho “*site-specific*”, etc.
- Explorar espaços cénicos alternativos;
- Desenvolver noções de produção e organização de suporte à criação em dança.

VISÃO GERAL DOS TEMAS/CONTEÚDOS

Os conteúdos foram elaborados seguindo uma abordagem progressiva e abrangente da aprendizagem, focalizam-se na aquisição e prática de conhecimentos essenciais na área da Dança Criativa, permitindo fazer a evolução para as matérias da composição em dança. Para a aquisição dos elementos base da Criação Coreográfica considera-se de vital importância o desenvolvimento das seguintes noções básicas de suporte ao trabalho criativo pelos vários aspetos da área de produção de espetáculo:

- Método de Trabalho – etapas do processo criativo (estímulos, estruturas, improvisação, jogos, memórias, narração, imagens, *frames*,...);
- Estruturas Coreográficas Globais, Estímulos, Manipulação do Motivo, Manipulação da Dinâmica, Tipo de Movimento, Manipulação do Corpo, Manipulação do Tempo, Manipulação do Espaço, Relações, Manipulação das Ações, Organização das Microestruturas, Organização das Macroestruturas, Métodos de Estruturação (estrutura cíclica, *canon*, musical, episódica, *suspense*, ambivalência, conceito, ...= estrutura de composição (frases de movimento, Repetida com diferentes nuances);
- Forma, Linha dramática, Selecção Musical, Espaço Cénico, Produção, Linguagens e estilos de Movimento, Capacidade Crítica, Análise dos “Strands” em Dança, Experiências Interdisciplinares/Novas Tecnologias.

“**Exposição de si mesmo**” – Um Processo Coreográfico de Sentimentos e emoções na adolescência, com alunos do 3ºCiclo na disciplina de Práticas Complementares de Dança, na Escola Vocacional das Caldas da Rainha

COMPETÊNCIAS A DESENVOLVER

1. Competências Técnicas

Sendo a Composição Coreográfica uma disciplina correlacionada com a análise, a vivência, a averiguação e a individualidade, verbos como “experimentar”, “analisar”, “descobrir”, “manipular” e “improvisar” apresentam-se pois sinónimos de competências a desenvolver. Assim, a nível das competências técnicas, o aluno deverá demonstrar que:

- Aplica corretamente à nova disciplina Criação Coreográfica, as competências técnicas adquiridas no 2º ciclo no âmbito da disciplina de Dança Criativa;
- Conhece a terminologia da disciplina de Criação Coreográfica, ou seja;
 - Identifica as “armas criativas” estudadas e os restantes componentes coreográficos - elementos do processo de criação e composição, integrantes do Caderno Coreográfico: Introdução, Contextualização, Objetivos, Específicos/Técnicos/Artísticos, Ficha Técnica, Estímulo Coreográfico/Tema, Tipo de Movimento, Forma, Método de Trabalho, Estrutura Coreográfica, Estrutura Espacial, Elementos Sonoros, Elementos Multimédia, Figurinos, Elementos Cénicos, Iluminação, Calendarização
 - Reconhece a noção “motivo”, como matéria basilar de trabalho

Estímulos: observa e pesquisa a realidade exterior ou individual, para encontrar estímulos de criação e identifica o tipo de estímulo;

Corpo: Explora o Corpo como matéria coreográfica, estímulo ou tema;

Espaço: Explora o espaço em todas as suas componentes de direção, níveis e percurso, e aplica-o como base estrutural coreográfica; Gere o espaço partilhado e espaço individual como base e estratégia de composição; Experimenta diferentes tipos de espaço na busca de uma precisa “intenção” e expressividade do movimento das microestruturas; Explora a relação espacial público/bailarino

Tempo: Identifica e manipula as diversas dinâmicas de Tempo na matéria coreográfica da microestrutura; Aplica diferentes dinâmicas na composição da macroestrutura; Encontra coerência na dinâmica da Macroestrutura; Equaciona os tempos de duração da micro e macroestrutura

Relações: Experimenta as diferentes relações do corpo com outros corpos ou espaço, no contexto de um tema, e obedecendo a uma linha dramática ou estratégica estrutural compositiva;

Ações: Manipula as Ações como estímulo, tema, tipo de movimento ou estratégia compositiva

Estruturas e matéria estrutural: Constrói e organiza as Microestruturas; Contrói e organiza as Macroestruturas; Conhece o processo geral de criação; Explora e desenvolve material coreográfico – encontra e desenvolve o “motivo”; Define uma estrutura (aplica métodos de estruturação: improvisação e instrumentos coreográficos); Improvisa com confiança – busca material estrutural (“motivo”); Identifica e testa os instrumentos coreográficos – aplica-os no “motivo”; Identifica e experimenta os vários métodos Estruturais (cíclica, canon, musical, episódica, suspense, ambivalência, conceito,...);

Linha Dramática: Define uma Linha Dramática, ou opta pela isenção da mesma (no sentido formal) Experimenta e descobre “fios condutores” dramáticos ou de coerência dramática;

Seleção Musical: Aplica a música como base estrutural; elimina a música como base estrutural; Elege a

“Exposição de si mesmo” – Um Processo Coreográfico de Sentimentos e emoções na adolescência, com alunos do 3ºCiclo na disciplina de Práticas Complementares de Dança, na Escola Vocacional das Caldas da Rainha

música como estímulo criativo; Altera a música para explorar a autoridade da mesma na criação, no que concerne ao tema; considera a qualidade e género da selecção musical; Coordena trabalho conjunto entre músicos ao vivo e bailarinos;

Espaço Cénico: Concebe o cenário, acessórios e as outras componentes plásticas (luz, figurinos, etc.); Explora a autoridade e condicionamentos que o espaço cénico pode conferir a uma criação coreográfica; Desenvolve o cenário como estímulo, tema ou base estrutural de espaço e coreografia;

Produção: Contacta e participa nas várias etapas de produção; elabora um Plano de Produção;

Linguagens e Estilos de Movimento: Explora linguagens e estilos de movimento, pessoais ou fornecidos, como matéria de composição, estímulo ou tema; Aplica métodos de exploração – como: Improvisação, condicionantes físicas ou temáticas, estando na busca constante de um estilo próprio.

Capacidade Crítica: Expõe e exercita a sua capacidade Crítica; Analisa os “*strands*” em Dança;

Interdisciplinaridade: Desenvolve temas propostos por outras disciplinas do ensino curricular, e apresenta o trabalho final na escola (ou a outros públicos) – emprega a dança como meio do estímulo e de partilha de conhecimentos; Aplica exercícios interdisciplinares/Novas Tecnologias; Pesquisa noutras áreas do conhecimento, os estímulos e os temas, bem como novas estruturas de composição ou estratégias;

Repertório: Conhece o repertório atual ou histórico, com base no conhecimento dos seus métodos de composição; Participa e apresenta publicamente os trabalhos coreográficos desenvolvidos em aula;

Artísticas: Apresenta qualidade coreográfica, com resultados estéticos e reações favoráveis do público; Elabora trabalhos com características avaliadas de “originais” e “criativas”;

2.Competências Sociais e Relacionais

Tem capacidade de se relacionar com os restantes elementos da turma/grupo; tem autodisciplina e determinação; apresenta iniciativa e autonomia; empreende e sugere pesquisas, em grupo ou sozinho; tem capacidade de concentração; é atento à realidade e ao contexto de vida e de trabalho; e sensível à criação artística; é crítico e autocrítico; promove a interdisciplinaridade na sua vertente social, ou seja, estabelece vínculos entre dança e outros meios, transporta-a como agente participativo com o exterior.

2.Caraterização das Turmas

No que respeita à amostra do estágio, decidiu-se desde logo que a sua realização incidia em duas turmas, uma Turma do 7º Ano, composta por dezassete alunos e outra Turma de 8º Ano com nove alunas, de forma a respeitar o número de horas do estágio. Desta forma, participaram no total 26 alunos inseridos em turmas distintas. Neste sentido, procedemos então à caraterização de cada turma individualmente, apresentando detalhadamente no quadro abaixo.

“Exposição de si mesmo” – Um Processo Coreográfico de Sentimentos e emoções na adolescência, com alunos do 3ºCiclo na disciplina de Práticas Complementares de Dança, na Escola Vocacional das Caldas da Rainha

Quadro 3 - Caraterização da Turma 1 - 7º C

	TURMA 1
➤ Ano escolar	7º C
➤ Ano Vocacional	3ºAno – 3º Ciclo do Ensino Básico
➤ Nº Alunos	17
➤ Idade	Entre os 12-13 anos
➤ Género	2 Rapazes e 15 Raparigas
➤ Carga horária	1 x 90” por semana
➤ Denominação da Disciplina	Práticas Complementares de Dança (Opção Criação Coreográfica)

A Turma 1, composta por dezassete alunos, dois deles rapazes, apresentavam idades compreendidas entre os doze e treze anos de idade. A mesma estava integrada na mesma turma de ensino regular designada por 7º C, no Colégio Rainha Dona Leonor, tendo sido realizada a prática pedagógica no mesmo local devido ao protocolo existente com a EVDCR. No que respeita à carga horária, esta contempla um bloco de noventa minutos, uma vez por semana. A Turma caracteriza-se por ser heterogénea tanto ao nível físico e psicológico, bem como ao nível técnico.

Quadro 4 - Caraterização da Turma 2 - 8º A

	TURMA 2
➤ Ano escolar	8º A
➤ Ano Vocacional	4ºAno – 3ºCiclo do Ensino Básico
➤ Nº Alunos	9
➤ Idade	Entre os 13-14 anos
➤ Género	9 Raparigas
➤ Carga horária	1 x 90” por semana
➤ Denominação da Disciplina	Práticas Complementares de Dança (Opção Criação Coreográfica)

A Turma 2, composta por nove alunas, apresentando idades compreendidas entre os treze e catorze anos de idade, estando esta integrada na mesma turma de ensino regular designada por 8º A, tendo sido também realizada a prática pedagógica no Colégio Rainha Dona Leonor. No que respeita à carga horária esta contempla um bloco de noventa minutos,

uma vez por semana tal como a turma anterior, sendo uma turma mais homogénea tanto a nível físico como técnico.

3.Objetivos

Como foi referido anteriormente, o estágio foi desenvolvido em duas turmas com níveis distintos, considerou-se então relevante aplicar em ambas as turmas, alguns exercícios iguais para que fosse possível comparar o trabalho desenvolvido nas aulas. Neste sentido, serão apresentados de seguida quais os objetivos gerais e específicos a aplicar no decorrer do estágio.

Objetivos Gerais

- Construir uma peça coreográfica em que no processo criativo esteja inerente os sentimentos e emoções individuais dos alunos e da perceção deles próprios em relação a si mesmos;
- Promover uma maior consciência de tudo o que fazem, como fazem e de que forma o fazem, aplicando estratégias metodológicas, bem como pedagógicas;
- Estabelecer e promover laços de confiança, relação e interajuda com os alunos e entre eles;

Objetivos Específicos

- Promover a pesquisa da sua própria identidade, desenvolvendo um olhar crítico e reflexivo sobre si mesmo e sobre tudo o que os rodeia, para melhor compreenderem o que sentem, quais as suas emoções e sentimentos;
- Implementar exercícios que promovam e desenvolvam nos alunos a criatividade, a expressividade e comunicação;
- Utilizar a improvisação como ferramenta para o processo coreográfico;
- Refletir e questionar o trabalho desenvolvido, para que os alunos sejam objetivos, estruturados e verdadeiros consigo próprios e que cheguem rapidamente à intenção e mensagem que pretendem transmitir.
- Chegar a um produto final, apenas com a turma do 8º Ano, remetendo para uma apresentação pública no espetáculo final de Ano Letivo;

“Exposição de si mesmo” – Um Processo Coreográfico de Sentimentos e emoções na adolescência, com alunos do 3ºCiclo na disciplina de Práticas Complementares de Dança, na Escola Vocacional das Caldas da Rainha

- Aplicar em ambas as turmas, exercícios iguais para que haja comparação do trabalho desenvolvido;

4. Plano de Ação

Para a prática do estágio foi necessário, de acordo com os procedimentos previstos no Regulamento do Curso e do Estágio criar um plano de ação para planificar e organizar todo o ano letivo. Neste sentido, o estágio incluiu as modalidades de Observação Estruturada de aulas na escola cooperante, de seguida a Participação Acompanhada, a Lecionação Supervisionada e a Colaboração em outras atividades pedagógicas. Com a realização da prática pedagógica em duas turmas, tornou-se mais fácil cumprir o número de horas propostas para a prática do estágio. Desta forma, o plano de ação a seguir apresentado, permite visualizar as datas e o total de horas respeitantes às modalidades e quais as metodologias/estratégias utilizadas.

PLANO DE AÇÃO

(continua)

Curso: 3ºCiclo do Ensino Básico

Escola: Vocacional de Dança das Caldas da Rainha

Local do Estágio: Colégio Rainha D. Leonor

Carga Horária: Bloco 90´

Horário: 5ª-Feiras - Turma 7ºC (3º EAE – 14.50 90´) e Turma 8ºA [4ºEAE – 16.30 90´]

Interrupções Lectivas:

18/12/2015 a 3/01/2016 - Férias do Natal

8/02/2015 a 10/02/2016 - Férias de Carnaval

21/03/2016 a 3/04/2016 - Férias de Páscoa

Total da Prática de Estágio:72horas

UNIDADE CURRICULAR: PRÁTICAS COMPLEMENTARES I COMPOSIÇÃO COREOGRÁFICA

“Exposição de si mesmo” – Um Processo Coreográfico de Sentimentos e emoções na adolescência, com alunos do 3ºCiclo na disciplina de Práticas Complementares de Dança, na Escola Vocacional das Caldas da Rainha

PLANO DE AÇÃO - 3º e 4º Ano do Ensino Artístico Vocacional				
Datas Observação Estruturada	Datas Participação Acompanhada	Datas Leccionação Supervisionada	Datas Últimos Ensaios	Datas Espetáculo Final
1/10/2015 15/10/2015 22/10/2015	29/10/2015 5/11/2015 19/11/2015 26/11/2015 3/12/2015	14/01/2016 21/01/2016 28/01/2016 4/02/2016 11/02/2016 18/02/2016 3/03/2016 10/03/2016 07/04/2016 21/04/2016 28/04/2016 5/05/2016 12/05/2016 19/05/2016 26/05/2016 2/06/2016	31/05/2016 1/06/2016 6/06/2016 7/06/2016 8/06/2016 9/06/2016	11/06/2016
Total de Horas:9h (3 aulas p/ cada turma = 3 Semanas)	Total de Horas:15h (5 aulas p/cada turma = 5 Semanas)	Total de Horas:48h (16 aulas p/cada turma = 16 Semanas)	Horas partilhadas com as outras professoras	Hora do Espetáculo: 18h00
METODOLOGIAS/ESTRATÉGIAS				
Observar/Refletir nos aspetos:	Interagir/Intervir na aula em situações pontuais:	Planificar aulas 90' com cada turma	Passagens da Peça	Ensaio Geral
<ul style="list-style-type: none"> • Pedagógicos • Metodológicos • Didáticos • Relacionais 	<ul style="list-style-type: none"> • Lecionar em alguma secção da aula; • Esclarecer e demonstrar em alguns conteúdos programáticos; • Orientar pedagogicamente para a criação coreográfica; • Aprofundar competências tanto a nível artístico, pedagógico, didático bem como metodológico; 	<ul style="list-style-type: none"> • Abordar exercícios/tarefas utilizando diferentes estímulos; • Seleção do material criado e desenvolvido nas aulas anteriores; • Seleção musical; • Abordar a construção da composição coreográfica; • Limpar o movimento e trabalhar a interpretação dos alunos; 	<ul style="list-style-type: none"> • Fazer passagens da peça coreográfica, para que as alunas se adaptem ao espaço; • Marcar <i>spacing</i> no palco; • Fazer luzes; • Passagem com luz; 	<ul style="list-style-type: none"> • Verificar com alguma antecedência se está tudo organizado; • Ensaio Geral; • Ajudar no que for necessário, para que tudo corra bem na hora do espectáculo;

(Conclusão)

“Exposição de si mesmo” – Um Processo Coreográfico de Sentimentos e emoções na adolescência, com alunos do 3ºCiclo na disciplina de Práticas Complementares de Dança, na Escola Vocacional das Caldas da Rainha

4.1 Descrição de métodos/técnicas/instrumentos utilizados

Numa investigação qualitativa é necessário passar por um processo de recolha de dados. Neste sentido, a estagiária utilizou com o apoio à metodologia de investigação-ação os seguintes instrumentos: como Registo Escrito utilizou as grelhas de observação, os diários de bordo e a aplicação de um questionário Final. No que respeita ao Registo Videográfico, utilizou fotografias e filmagens das aulas, ensaios e espetáculo final.

Desta forma, os instrumentos utilizados serão apresentados no próximo quadro.

Quadro 5 - Caracterização da Turma 2 - 8º A

INSTRUMENTOS DE RECOLHA DE DADOS				
<p>• Registo escrito:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Grelha de observação estruturada de cada aula; - Diário de bordo pessoal, registo da observação; 	<p>• Registo escrito:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Diário de bordo pessoal; 	<p>• Registo escrito:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Diário de bordo pessoal (notas, ideias e todo o processo criativo); - Diário de bordo dos alunos (notas, reflexões, exercícios solicitados e sensações/emoções que sentiram nas aulas); 	<p>• Registo escrito:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Diário de bordo pessoal (notas, ideias e todo o processo criativo); - Diário de bordo dos alunos (notas, reflexões, exercícios solicitados e sensações/emoções que sentiram nas aulas); - Aplicação de um Questionário Final aos alunos; 	<p>• Registo escrito:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Diário de bordo pessoal (notas, ideias e todo o processo criativo);
<p>• Registo fotográfico e videográfico</p> <ul style="list-style-type: none"> - Filmagens de algumas partes de aula; - Fotografias; 	<p>• Registo fotográfico e videográfico</p> <ul style="list-style-type: none"> - Filmagens de algumas partes de aula - Fotografias; 	<p>• Registo fotográfico e videográfico</p> <ul style="list-style-type: none"> - Filmagens de algumas partes de aula; - Fotografias; 	<p>• Registo fotográfico e videográfico</p> <ul style="list-style-type: none"> - Filmagens de algumas partes de aula e dos ensaios; - Fotografias; 	<p>• Registo fotográfico e videográfico</p> <ul style="list-style-type: none"> - Filmagens do espetáculo; - Fotografias;

Após a apresentação dos instrumentos de recolha de dados, é ainda importante esclarecer a finalidade de cada um dos instrumentos individualmente. Deste modo, no que toca ao Registo Escrito utilizou-se;

- **Grelhas de Observação** – estas tiveram o intuito de registar informações sobre a prática pedagógica tanto ao nível metodológico, pedagógico e didático. Procurou-se compreender o desenvolvimento do ensino-aprendizagem através da realização das atividades propostas em aula, a relação de interação/comunicação entre a professora e os alunos e a atitude/comportamento demonstrado por parte dos alunos, bem como da professora. Com isto, foi possível conhecer melhor as duas turmas, quais as potencialidades dos alunos, observar o funcionamento das aulas enquanto grupo de trabalho, ter conhecimento das características da turma quer individualmente, quer em grupo.(ver exemplos em Apêndices A. e C.)

- **Diários de Bordo** – este instrumento possibilitou registar tudo sobre as aulas, sendo feita uma análise e reflexão sobre o que estava a ser desenvolvido. Desde início, este foi um enorme apoio para todo o processo, onde eram descritos todos os exercícios aplicados em aula, apresentando no final uma breve reflexão acerca da mesma e quais os conteúdos e objetivos que se tinham aplicado. Cada aluno também tinha o seu diário, onde tiravam as suas notas durante ou após a aula ter terminado.(ver exemplos em Apêndices B., D., E. e F.)

- **Questionário Final** – este instrumento foi aplicado na última semana de aulas, ou seja, na semana de ensaios, antes do espetáculo final, tendo como propósito compreender de que forma os alunos caracterizaram e analisaram o processo coreográfico e toda a experiência que vivenciaram no decorrer do ano letivo.(ver Apêndice G.)

No que respeita ao Registo Fotográfico e Videográfico foram utilizados os seguintes instrumentos:

- **Fotografias** – este instrumento permitiu não só o registo das aulas para se analisar e refletir sobre as mesmas, mas também como ferramenta para mais tarde aplicar como cenário no espetáculo final de ano.

- **Filmagens** – estas foram utilizadas para acompanhar todo o processo criativo, de forma a que a estagiária tivesse a possibilidade de visualizar mais tarde o trabalho que tinha sido desenvolvido em aula, e conseguir pensar, analisar e refletir sobre tudo o que estava a acontecer, na medida em que ao detetar erros, encontrava estratégias e soluções para aplicar nas seguintes aulas.

4.2 Observação Estruturada

O estágio iniciou no dia 1 de outubro de 2015 com duas turmas, uma de 7º Ano e outra de 8º Ano na Disciplina de Práticas Complementares de Dança, tendo como carga horária, uma aula semanal de 90 minutos. A turma do 7º Ano, desde logo, foi escolhida para que a mestranda conseguisse cumprir a carga horária destinada ao respeitante estágio. Deste modo, o plano de trabalho para o ano letivo 2015/2016 foi desenvolvido de acordo com a temática da mesma, seguindo os conteúdos programáticos definidos pelo programa. No decorrer do mesmo, foram aplicados exercícios iguais em ambas as turmas, não só para obter a resposta por parte dos alunos, mas também para comparar o trabalho desenvolvido nas duas turmas. O plano de trabalho na turma 1, nesta fase do estágio consistia essencialmente na criação de solos Coreográficos com base em diferentes estímulos transmitidos pela professora cooperante, Isabel Barreto. Na turma 2, o plano de trabalho destinava-se à criação de um Projeto Coreográfico, começando também com a criação de Solos Coreográficos com base no mesmo estímulo da turma anterior. Esta fase do estágio tinha como objetivo observar e refletir sobre aspetos pedagógicos, metodológicos, didáticos e relacionais em ambas as turmas, sendo aplicado um total de 9 horas.

4.3 Participação Acompanhada

No dia 29 de outubro, iniciou-se a fase da Participação Acompanhada, com ambas as turmas. A carga horária estipulada era a mesma, um bloco de 90 minutos por semana. As turmas nesta fase ainda se encontravam no início dos seus trabalhos coreográficos, sendo que o trabalho consistia essencialmente na exploração e experimentação de vocabulário, realizando vários exercícios de improvisação aplicando diferentes premissas para que os alunos obtivessem novo material para as suas criações. Nesta fase do estágio, os objetivos pretendidos eram essencialmente o aprofundar competências tanto a nível artístico, pedagógico, didático bem como metodológico, lecionar algumas partes da aula orientando pedagogicamente para a criação coreográfica. Neste sentido, a fase de Participação Acompanhada teve um total de cinco aulas em cada turma, o que resultou no total de 15 horas.

4.4 Lecionação Supervisionada

No que respeita à fase da Lecionação Supervisionada, iniciada no dia 14 de Janeiro em ambas as turmas, tendo na mesma um bloco de 90 minutos por semana. Nesta fase, as turmas exploravam e praticavam diferentes exercícios utilizando muitas vezes a improvisação. Desenvolveu-se o material criado anteriormente, usando sempre os conteúdos do processo de composição coreográfica. O plano de trabalho para a Turma 1 consistia em desenvolver exercícios abordando a temática da mestrandia. Respetivamente à turma 2, esta desenvolvia a temática da mestrandia de uma forma mais aprofundada, continuando o processo de criação coreográfica para a construção de um espectáculo final de ano. Os objetivos aqui presentes consistiam na seleção de material já existente, desenvolvido em aulas anteriores, começando a construir pequenas estruturas espaciais, bem como coreográficas. A seleção de músicas, que mais tarde poderiam vir a ser utilizadas para o espetáculo final, abordar conteúdos do processo da Composição Coreográfica e ainda o aprimorar o movimento anteriormente criado, desenvolvendo com os alunos o trabalho de interpretação. Assim sendo, a fase de Lecionação Supervisionada teve um total de dezasseis aulas em cada turma, o que resultou num total de 48 horas.

4.5 Outras atividades Pedagógicas

Esta fase do estágio destina-se à colaboração de outras atividades pedagógicas. Neste sentido, as quatro horas foram dedicadas ao Espetáculo Final de Ano no dia 2 de julho no CCC, tendo este a participação de turmas com idades compreendidas entre os quatro e os seis anos de idade, pelo que foi necessário auxiliar cada turma no que diz respeito à maquilhagem, penteados, o vestir dos figurinos e também a participação como júri nos Exames do 3º Ciclo da EVDCR. Esta fase cumpriu com a suposta carga horária regulamentada para o estágio.

Capítulo IV – APRESENTAÇÃO E ANÁLISE DOS DADOS

Neste capítulo iremos apresentar todas as fases inerentes ao processo de estágio, sendo feita uma análise e reflexão acerca do mesmo.

1.Prática Pedagógica

O processo de estágio foi constituído por três fases fundamentais, sendo estas 9 horas de Observação Estruturada, 15 horas de Participação Acompanhada e 48 horas de Leccionação Supervisionada. Em cada uma das fases foram aplicados Instrumentos de Recolha de Dados para que o estágio se realizasse da melhor forma, conseguindo obter bons resultados. Desta forma, como foi referido anteriormente, os instrumentos utilizados foram as grelhas de observação, diários de bordo, registos Fotográficos e Videográficos e Questionário Final. No decorrer deste processo, as aulas seguiram sempre um percurso definido, sendo primeiramente aplicados exercícios de exploração para a criação coreográfica abordando a temática em questão. Seguidamente, as aulas destinaram-se à composição coreográfica, ou seja, à construção e composição do produto final para apresentação no espetáculo final de Ano, isto na turma 2. Nas aulas da turma 1, o trabalho desenvolvido consistia também na composição coreográfica, tendo como base a temática da mestranda. O trabalho foi realizado de forma contínua, as aulas eram planificadas anteriormente, incluindo a descrição de cada exercício, quais os objetivos, conteúdos programáticos e depois após a leccionação era sempre realizada uma reflexão sobre a mesma.

Em cada período letivo pretendia-se não só trabalhar para o projeto de estágio da mestranda, mas também que o trabalho desenvolvido durante cada Período se introduzisse nas aulas abertas, sendo estas apresentadas na última semana do 1º Período, (antes das férias do Natal), nos exames internos realizados no 2º Período e por fim no 3º Período, nos espetáculos finais do Ano.

Durante as aulas também eram realizados Registos Fotográficos e Videográficos como forma de observação do trabalho que se estava a desenvolver. Na última semana de ensaios em que eram realizadas várias passagens tanto no estúdio de ensaios do CCC, bem como no grande auditório, as aulas eram partilhadas pelas professoras, para que existisse uma partilha

dos trabalhos entre as várias turmas e que se habituassem a ter público. O ensaio geral realizou-se no próprio dia do espetáculo final de ano.

2.Observação Estruturada

No 1º Período, o trabalho para a Turma 1 (7ºAno) consistiu na criação de solos coreográficos, designados por solo de Identidade, que posteriormente os alunos intitularam de “Eu sei quem sou”, criado através do estímulo, 4 defeitos e 4 qualidades escolhidos pelos alunos, acerca deles próprios. Seguidamente, iniciou-se a tarefa de criação de um novo solo coreográfico, mas agora com base noutra estímulo – um texto retirado da “Carta Coreográfica - Fábulas para dançar” de Madalena Vitorino. Desta forma, a professora cooperante, Isabel Barreto, escolheu dez palavras do texto para que os alunos iniciassem o seu novo trabalho de criação.

Quanto à Turma 2 (8ºAno), o estágio iniciou no mesmo dia da turma anterior, com a mesma disciplina e igual carga horária. No 1º Período, o trabalho definido para esta turma consistia também na criação de solos de Identidade, designados mais tarde pelas alunas por “Quem sou eu”, criado através do mesmo estímulo da turma anterior, sendo feita a escolha por parte das mesmas. O plano de trabalho pretendido para este ano letivo era um Projeto Coreográfico desenvolvido pelas alunas no decorrer do estágio, para que posteriormente fosse apresentado no Espetáculo Final de Ano Letivo. Os instrumentos de Recolha de Dados aplicados nesta fase do estágio foram as Grelhas de Observação, os Diários de Bordo, os Registos Fotográfico e Videográficos.

Com estes, pretendeu-se recolher o máximo de informação, observar as características de cada turma, quais as suas competências técnicas, físicas e intelectuais, as suas dificuldades, conhecê-los melhor e perceber como eram lecionadas as aulas, ou seja, como funcionava o processo de ensino-aprendizagem, ter conhecimento das turmas e como funcionavam enquanto grupo de trabalho. Desta forma, nas Grelhas de Observação foram registados a relação de interação/comunicação entre professor e os alunos; o desenvolvimento no processo de ensino-aprendizagem; a atitude/comportamento dos alunos bem como da professora.

No que diz respeito à relação entre a professora e os alunos pode-se afirmar que houve sempre uma boa relação entre ambos. Desde a primeira aula que se verificou bom ambiente, existindo uma relação de colaboração entre a professora e os alunos, favorecendo assim uma

boa aprendizagem. A professora cooperante demonstrou sempre uma atitude de segurança no trabalho que desempenhava, apresentando a matéria de forma clara e precisa. É uma pessoa bastante ativa, sempre disposta a ajudar os alunos, conseguindo captar atenção dos mesmos. Demonstrou desde início, ser organizada no seu trabalho, planificando com antecedência o que pretendia aplicar nas aulas, logo nunca precisava de consultar a planificação dos exercícios. Em ambas as turmas, a professora reconheceu a diversidade dos alunos, tentando atender às diferenças individuais de cada um. Com a duração de 90 minutos em cada aula, nem sempre foi fácil chegar a todos de igual forma, no entanto houve sempre uma preocupação em arranjar soluções e estratégias para ajudar os alunos com maiores dificuldades. Neste sentido, nas aulas construíam-se grupos, de forma, a que os alunos com maiores dificuldades trabalhassem com os alunos com menores dificuldades, conseguindo assim equilibrar melhor a turma. A professora sempre apelou para a individualidade e criatividade de cada aluno, fazendo-os trabalhar não só em grupo mas também individualmente.

Quanto à metodologia e didática na prática pedagógica, a professora cooperante seguiu o plano curricular, cumprindo com os conteúdos programáticos da Disciplina em questão. As aulas foram lecionadas de forma clara e motivadora, procurando desenvolver estratégias pedagógicas que auxiliassem a aprendizagem dos alunos. Neste sentido, no decorrer das mesmas observou-se por parte da professora, a demonstração de exercícios para melhor clarificar os alunos acerca do que lhes era solicitado, dando-lhes tempo suficiente para explorarem e criarem individualmente ou em grupo. Após a realização das tarefas era dado um *feedback* aos alunos, esclarecendo as suas dúvidas.

Relativamente ao comportamento dos alunos, estes sempre tiveram uma atitude de respeito perante a professora, demonstrando nas aulas empenho e entusiasmo para aprender. Em geral, verificou-se que a maioria dos alunos gostava da Disciplina de Práticas Complementares por ser uma aula não só de técnica mas também de criação, em que os mesmos podiam explorar e criar os seus trabalhos. Verificou-se, ainda, alguma falta de atenção e concentração, sobretudo em conteúdos programáticos mais exigentes ao nível da maturidade. Nestas ocasiões foi normal recorrer a mais do que uma explicação e até mesmo introduzir estratégias alternativas para se alcançarem os objetivos. Nos Diários de Bordo, foram registados os exercícios da aula, observações, reflexões, ideias, sugestões sobre o

trabalho que se estava a desenvolver. Quanto aos Registos Fotográficos e Videográficos, foram tiradas algumas fotografias e feitas filmagens de algumas partes da aula. Nesta primeira fase em ambas as turmas, observou-se que estiveram à vontade com a presença da estagiária, realizando as aulas normalmente. A turma do 3ºAno (7º C), era mais heterogénea do que a do 4ºAno (8ºA) tanto ao nível físico, bem como psicológico. Nas aulas observou-se que os alunos por vezes em determinados exercícios de improvisação, ou de exploração estavam um pouco “agarrados” a movimentos/passos da aula de técnica, tornando os trabalhos pouco conscientes, pensados e questionados. A reprodução dos movimentos eram dançados de uma forma muito rápida, com muita energia, mas pouco sentida e superficial, passando muito rapidamente para outro movimento (um novo), sem terem chegado “à profundidade daquele momento, ou seja, quando começava acontecer algo interessante os alunos mudavam logo para outra coisa. No entanto, as duas turmas demonstraram boas capacidades de aprendizagem, interesse pelo trabalho desenvolvido, envolvendo-se com gosto no que estavam a fazer. As turmas eram criativas, trabalhadoras, estando dispostas a apreender, gerando um bom ambiente de trabalho em aula.

Desta forma, conclui-se que as grelhas de observação, bem como os diários de bordo foram instrumentos bastante úteis para dar início ao estágio, sendo que através dos mesmos foi possível conhecer melhor os alunos, registar aspetos importantes no que diz respeito ao funcionamento das aulas e ao comportamento de ambas as partes, quer dos alunos, quer da professora cooperante e ainda fazer uma avaliação e análise das suas maiores dificuldades para posteriormente procurar soluções. Assim, a estagiária conseguiu ficar com uma ideia de como tudo funcionava, podendo organizar-se para a seguinte fase, a Participação Acompanhada.

3.Participação Acompanhada

No que respeita à Participação Acompanhada, a Turma 1 (7ºAno) nesta fase encontrava-se num processo de construção e exploração de material, nos Solos de Identidade e da respetiva fábula de Madalena Victorino. Posteriormente, iniciaram o trabalho em dueto, tendo como estímulo a 2ª parte da Fábula. Seguidamente, ainda se construíram dois grupos, em que cada um deles aprendeu uma sequência de movimento transmitida por cada professora. Quanto à turma 2 (8ºAno), foi também desenvolvida o trabalho coreográfico dos

Solos de Identidade, depois foi-lhes transmitida uma sequência de movimento criada pela mestrandia, proveniente da frase “Só não te esqueces da cabeça porque a tens agarrada ao corpo”. Mais tarde, cada aluna aprendeu um momento do solo de cada colega, originando uma frase de grupo. As aulas decorriam da seguinte forma: os alunos criavam individualmente ou em grupo os seus trabalhos, através de um estímulo que lhes era fornecido e posteriormente existia uma parte da aula destinada à partilha dos trabalhos com os colegas e professoras. Esta apresentação era realizada individualmente ou em grupos de duas ou três pessoas para que de seguida fosse dado um *feedback* por parte das professoras e que os alunos pudessem tirar as suas dúvidas ou até mesmo colocar questões. No decorrer destas aulas, foram criados inúmeros exercícios, especialmente de improvisação, com o intuito de superar as dificuldades dos alunos, pensar em que competências poderiam ser aprofundadas para que os alunos pudessem melhorar e progredir nos seus trabalhos criativos, desenvolvendo competências tanto a nível artístico, pedagógico, didático bem como metodológico. Nesta fase, considerou-se importante a partilha e cooperação de trabalho entre as professoras, criando desta forma novas soluções e sugestões, dando cada uma o seu parecer sobre o trabalho que se estava a desenvolver. As aulas eram orientadas por ambas as professoras, enquanto uma lecionava a outra observava e de seguida a outra interagia, e vice-versa. A planificação das aulas era realizada também por ambas as professoras e algum tempo antes da aula começar era cruzada toda informação para que se decidisse realmente o que se iria lecionar. Nesta fase, os instrumentos de Recolha de Dados utilizados foram os diários de bordo e os registos fotográficos e videográficos. Nesta fase, nos diários de bordo continuava-se com o mesmo sistema, registavam-se todos os exercícios aplicados em aula e uma breve reflexão no final de tudo o que se tinha implementado.

Quanto aos alunos verificou-se uma evolução no seu trabalho, começando estes a adquirir uma maior consciência do que sentiam no decorrer das tarefas propostas, e a “entregarem-se” de uma outra forma a tudo o que faziam. Os exercícios de improvisação com ou sem toque realizados em aula de olhos fechados, ajudaram os alunos a desenvolver a sua capacidade de escuta por parte do outro corpo, bem como do seu. Estes exercícios foram difíceis de executar, pois os alunos não conseguiam manter uma fluidez no movimento. No que respeita à improvisação das frases em voz alta, foi outra das barreiras que os alunos tiveram de superar, pois não estavam muito habituados a este tipo de exercícios, ficando um

pouco reticentes no início. Deste modo, os alunos demoravam algum tempo até começarem a falar e quando iniciavam falavam baixinho ou esperavam uns pelos outros, para que não se percebesse o que estavam a dizer. Com o decorrer das aulas, os alunos começaram a ficar mais à vontade, a própria estagiária também demonstrava o que pretendia e desta forma os alunos foram conseguindo ultrapassar as suas dificuldades. No decorrer de todo o estágio, na maioria das tarefas o questionamento estava sempre presente, para que os alunos adquirissem uma maior percepção de tudo o que produziam em aula, desenvolvendo uma maior consciência, procurando em si próprio quais os sentimentos e emoções.

4.Leccionação Supervisionada

Na fase de Leccionação Supervisionada, a Turma 1 (7ºAno) continuava o trabalho dos solos de identidade, aprofundando e melhorando tanto a nível técnico, bem como ao nível da interpretativo. Eram aplicados diferentes estímulos no decorrer das aulas, como por exemplo; para cada solo era abordado um sentimento, em que num bilhete fornecido aos alunos, este apresentava algumas emoções às quais os mesmos tinham de recordar ou lembrar episódios, lembranças, memórias para depois conseguirem introduzir “o sentimento” no seu solo. (Solo - Sentimento de tristeza – Emoções: Depressão, Desespero, Infelicidade, Melancolia).

Seguidamente, foram criados duetos através de imagens (estímulo) de *Jiri Kylian's* com o intuito de desenvolver a temática pretendida, compreender o que sentiam quando estavam a criar e questionarem-se sobre o que produziam. Os exercícios de improvisação foram os mais utilizados no processo de estágio, tanto ao nível individual, bem como em grupo, desenvolvendo nos alunos o trabalho de relações, através do toque, o contato com o outro; aprender a escutar e a sentir o outro, melhorando desta forma a sua própria qualidade de movimento, expressividade do corpo, energia, manipulando o espaço, níveis e direcções. Realizaram-se muitas vezes os exercícios de olhos fechados, principalmente no início dos mesmos para que os alunos adquirissem uma maior concentração e foco no seu trabalho. Após terem criado os duetos, foram escolhidos doze momentos desse trabalho, sendo criadas duas sequências de movimento. Cada professora criou uma sequência com as alunas, dividindo a turma em dois grupos.

No que respeita à turma 2 (8ºAno), o objetivo era criar uma peça coreográfica através de um processo de Composição Coreográfica para que fosse apresentado no espetáculo Final de

Ano. Desta forma, continuaram o trabalho dos solos de identidade aperfeiçoando-os. Posto isto, cada aluna escolheu o melhor momento do seu solo, criando uma nova sequência de movimento, adicionando algumas ligações. No decorrer do processo, tal como a turma anterior foram concretizados exercícios de improvisação, sendo esta uma ferramenta fundamental para todo o trabalho desenvolvido. Nesta fase, foi também explorado e estimulado o trabalho de voz e escrita com as alunas, realizando exercícios em tempo real como por exemplo: escrita automática em um minuto, improvisar sobre frases, gestos em voz alta da relação mãe-filha e vice-versa, explorando pequenas composições com todo o material que ia surgindo. O vocabulário criado em cada solo foi fundamental para a peça, pois dos solos surgiu outro solo, um dueto, dois trios e também uma sequência de movimento.

É ainda de salientar que no 2º Período foi realizada a montagem da estrutura para o exame interno, realizado anualmente na EVDCR.(Ver em Apêndices H. e I.). Nesta estrutura foram introduzidos os solos, duetos e sequências de movimento criadas em aula. Mais tarde, foram selecionados os alunos que iriam representar as turmas no Evento de 8 de maio - Caldas em Dança/ Composição 5, no CCC. Considerou-se relevante promover e desenvolver nos alunos uma maior consciência de si próprios e dos seus trabalhos, a descoberta das suas emoções e sentimentos, bem como desenvolver a sua própria linguagem e qualidade de movimento. Despertar e desenvolver nos alunos a sua capacidade criativa e interpretativa, tornando-os mais criativos e que tudo o que produziam viesse do interior para o exterior, conseguindo “chegar” ao significado da sua própria mensagem e ao sentido dos seus trabalhos. Alguns dos estímulos utilizados nas aulas foram: imagens, músicas, textos, entre outros. No decorrer deste processo, foram-se encontrando novas formas e estratégias para promover nos alunos um olhar crítico e reflexivo sobre si e sobre tudo os que as rodeava. Nesta fase, as aulas decorriam da mesma forma da Participação Acompanhada, sendo conduzida maioritariamente pela mestrande, mas sempre na companhia da professora cooperante Isabel Barreto. No decorrer do estágio, a temática foi aplicada em ambas as turmas, utilizando muitas vezes as mesmas ferramentas e exercícios, sendo que ao longo do tempo, foi-se definido em cada turma o seu percurso.

Durante toda esta fase, utilizou-se como instrumentos de recolha de dados os diários de bordo, onde se inseria a planificação da aula, a descrição dos exercícios, uma breve observação/reflexão da aula e por fim um quadro com os conteúdos programáticos, os

“Exposição de si mesmo” – Um Processo Coreográfico de Sentimentos e emoções na adolescência, com alunos do 3ºCiclo na disciplina de Práticas Complementares de Dança, na Escola Vocacional das Caldas da Rainha

objetivos gerais e específicos. Também foram utilizados Registos Fotográficos e Videográficos, obtendo algumas filmagens e fotografias do trabalho desenvolvido e ainda o Questionário Final aplicado na semana de ensaios antes do espetáculo. Assim sendo, a fase de Lecionação Supervisionada teve um total de dezasseis aulas em cada turma, o que resultou num total de 48 horas.

5.Questionário final

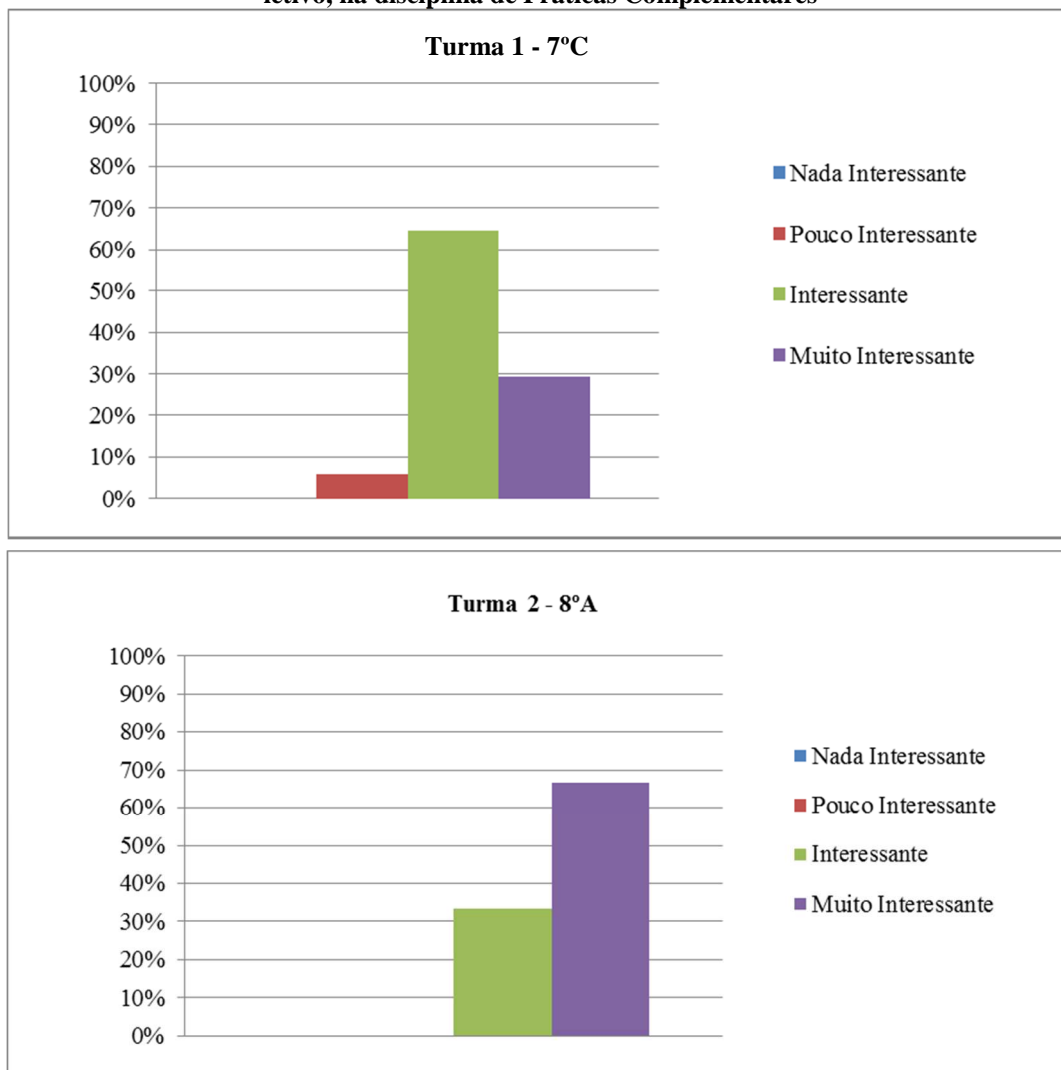
Considerou-se pertinente aplicar no final de todo o processo de estágio um outro instrumento de Recolha de Dados, um Questionário Final, sendo este aplicado aos alunos na última semana de ensaios, já próximo do Espetáculo Final de Ano. Segundo Sousa e Baptista (2011) um questionário deverá ser entendido como um instrumento que pretende recolher informação com base na investigação de um grupo representativo da população em estudo, permitindo recolher uma amostra representativa dos conhecimentos, comportamentos, valores e atitudes da população. Desta forma, este instrumento teve como intuito compreender, de que forma é que os alunos caraterizaram e analisaram todo o processo coreográfico, bem como a experiência educativa. Quais as suas motivações, interesses e dificuldades que sentiram ao longo do ano. Perceber quais os resultados obtidos no decorrer deste trabalho e conseguir fazer uma reflexão sobre tudo isto. Foram obtidas na Turma 1 (7ºAno) dezassete respostas aos questionários e na Turma 2 (8ºAno), nove respostas, o que deu um total de vinte e seis questionários. Neste sentido, no quadro abaixo é possível observar a caraterização da Amostra deste Questionário Final.

Quadro 6 - Questionário Final /Caraterização da Amostra

CARATERIZAÇÃO DA AMOSTRA		
Turmas	7°C	8ºA
Número de Raparigas	15	9
Número de Rapazes	2	0
Total da População alvo	17	9
Total dos Questionários respondidos	26	

Os questionários foram aplicados ao número total de alunos, sendo estes constituídos por oito questões fechadas, sendo uma delas subdividida em mais duas perguntas. O questionário é todo de resposta fechada, garantindo o total anonimato, confidencialidade e proteção de dados. Segundo Sousa e Baptista (2011) este tipo de questionário “(...) tem na sua construção questões de resposta fechada, permitindo obter respostas que possibilitam a comparação com outros instrumentos de recolha de dados. Este tipo de questionário facilita o tratamento da informação (...)”(p.91). Neste sentido, iremos agora apresentar abaixo as questões colocadas no questionário.

Figura 5 - Respostas à questão como classifica o processo de trabalho desenvolvido no decorrer deste ano letivo, na disciplina de Práticas Complementares



Fonte: Curso frequentado no ensino superior. Dados recolhidos em Questionário Final aplicado aos alunos de 3º ano do Curso Básico de Dança da Escola Vocacional de Dança das Caldas da Rainha, 2015-2016.

Na *Figura 5* são apresentadas as classificações quanto ao processo de trabalho nas duas Turmas no decorrer deste ano letivo. Neste sentido, como se pode observar 65% da Turma 1 considerou o processo de trabalho **interessante**, já na Turma 2, 67% considerou o processo **muito interessante**. Desta forma, verificou-se que para ambas as turmas o processo de trabalho foi positivo. Neste sentido, no decorrer do mesmo, foram definidos e aplicados conteúdos e objetivos, os quais foram atingidos com sucesso.

Uma possível razão para a Turma 2 referir o processo muito interessante e a Turma 1 apenas mencionar interessante, poderá ter a ver com o fato de só a Turma 2 ter realizado o produto final, espetáculo final de ano, o que pode ter causado um maior envolvimento e uma maior vivência de todo o processo.

Figura 6 - Qual a aprendizagem que retiras deste processo coreográfico implementado nesta disciplina?

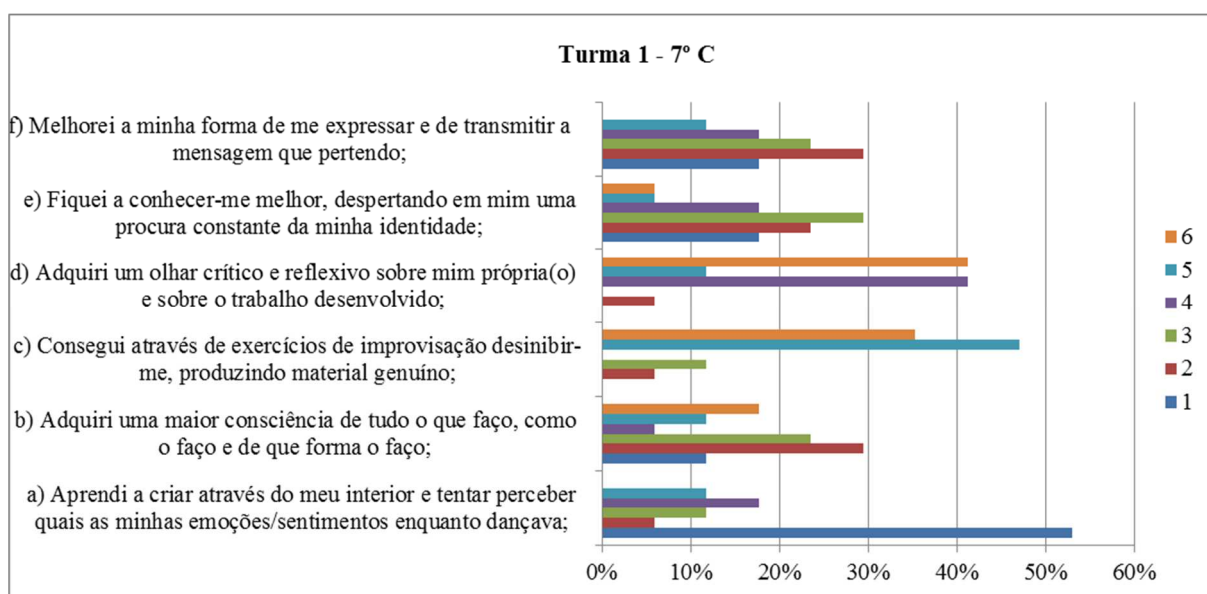
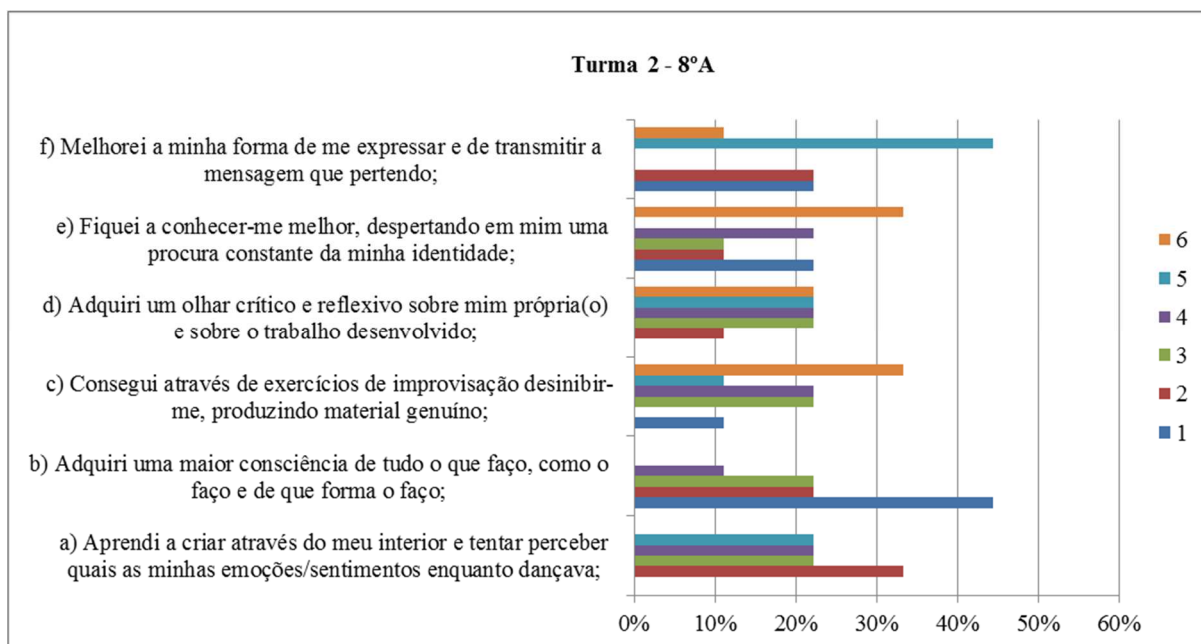


Figura 6 (continuação) - Qual a aprendizagem que retiras deste processo coreográfico implementado nesta disciplina?



Fonte: Curso frequentado no ensino superior. Dados recolhidos em Questionário Final aplicado aos alunos de 3º ano do Curso Básico de Dança da Escola Vocacional de Dança das Caldas da Rainha, 2015-2016.

Relativamente às respostas obtidas nesta questão, na *Figura 6*, como se pode observar 53% da Turma 1 considerou de **maior importância** a resposta a) **Aprendi a criar através do meu interior e tentar perceber quais as minhas emoções/sentimentos enquanto dançava**; sendo que a Turma 2 referiu como a **mais importante**, com 44% a resposta b) **Adquiri uma maior consciência de tudo o que faço, como faço e de que forma o faço**.

Ambas as Turmas consideraram **pouco importante** a resposta c) **Consegui através de exercícios de improvisação desinibir-me, produzindo material genuíno**; apresentando a Turma 1, 47% e a Turma 2, 33%. O que poderá dever-se, por um lado, ao fato dos alunos não terem a maturidade necessária para desenvolver uma maior pesquisa interior das temáticas solicitadas em aula, e, por outro lado, a concentração e o foco por vezes era difícil de atingir.

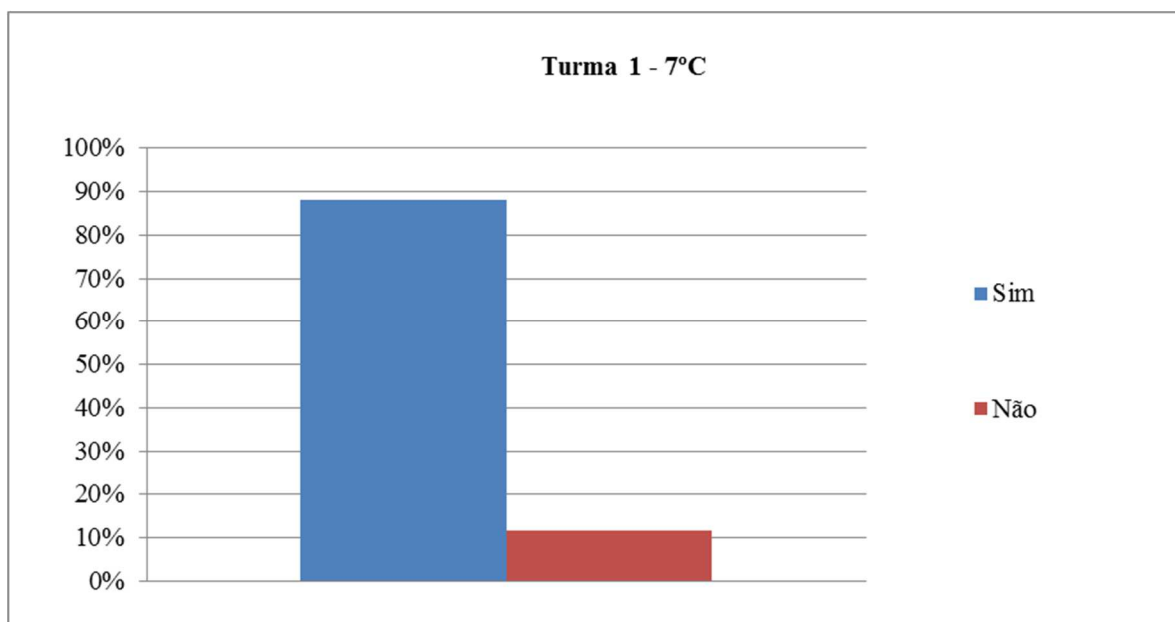
Outras das aprendizagens consideradas de menor importância foram a resposta d) **Adquiri um olhar crítico e reflexivo sobre mim própria(o) e sobre o trabalho desenvolvido**, com 41% na Turma 1 e 44% na Turma 2; e a resposta f) **Melhorei a minha forma de me**

expressar e de transmitir a mensagem que pretendo, a qual apresenta a mesma percentagem, 44%,na Turma 2.

Apesar das dificuldades sentidas pelos alunos, considera-se que ao nível da aprendizagem, estes adquiriram novos conhecimentos, novas competências, com as quais aprenderam a trabalhar de uma forma mais consciente consigo próprios, construindo vocabulário interessante e criativo, sendo este mais coerente com o que sentiam. Deste modo, compreendiam melhor quais as suas emoções e sentimentos, enquanto dançavam.

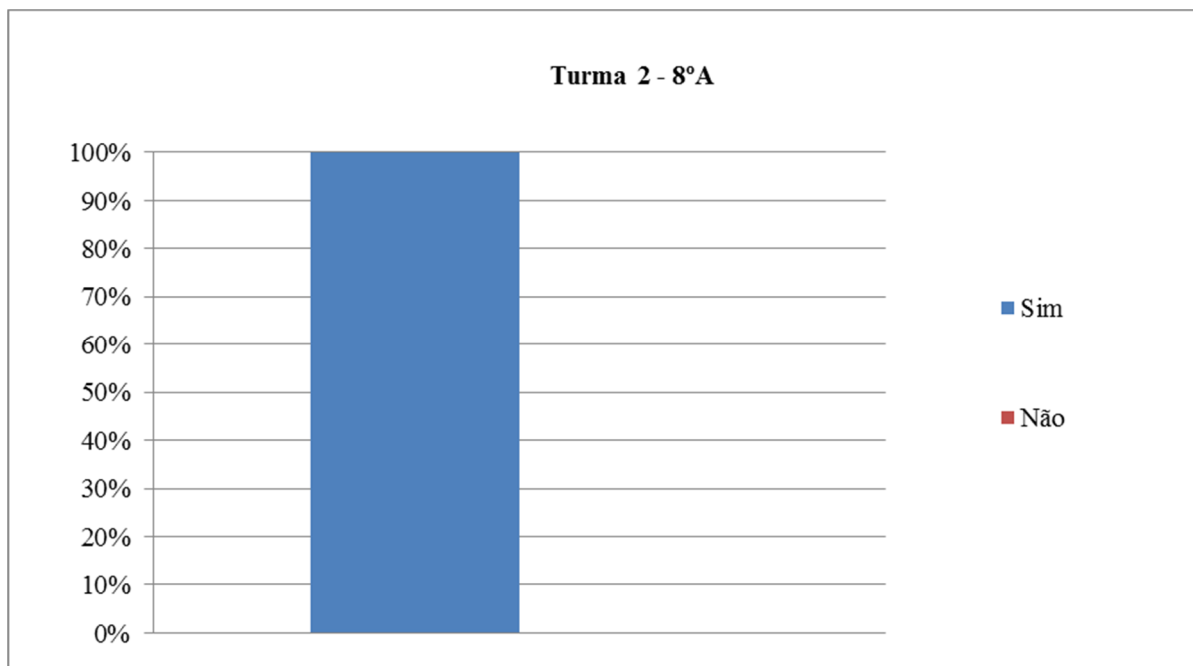
Ainda assim, se verificou uma dificuldade na prática de exercícios de improvisação, tendo os alunos dificuldade na entrega emocional, dando intenção à mensagem que pretendiam transmitir, pois era visível às vezes um pouco de vergonha em se exporem, em terem liberdade para improvisarem, pois ficavam na dúvida o que fazer, havia uma preocupação por estarem a ser observados, pensando “o que é que os outros poderiam estar a pensar de mim”, então dançavam com uma dinâmica rápida, com muita energia, mas por vezes pouco sentida.

Figura 7 - Achas que este trabalho teve um impacto positivo no teu percurso profissional, bem como Pessoal?



“Exposição de si mesmo” – Um Processo Coreográfico de Sentimentos e emoções na adolescência, com alunos do 3ºCiclo na disciplina de Práticas Complementares de Dança, na Escola Vocacional das Caldas da Rainha

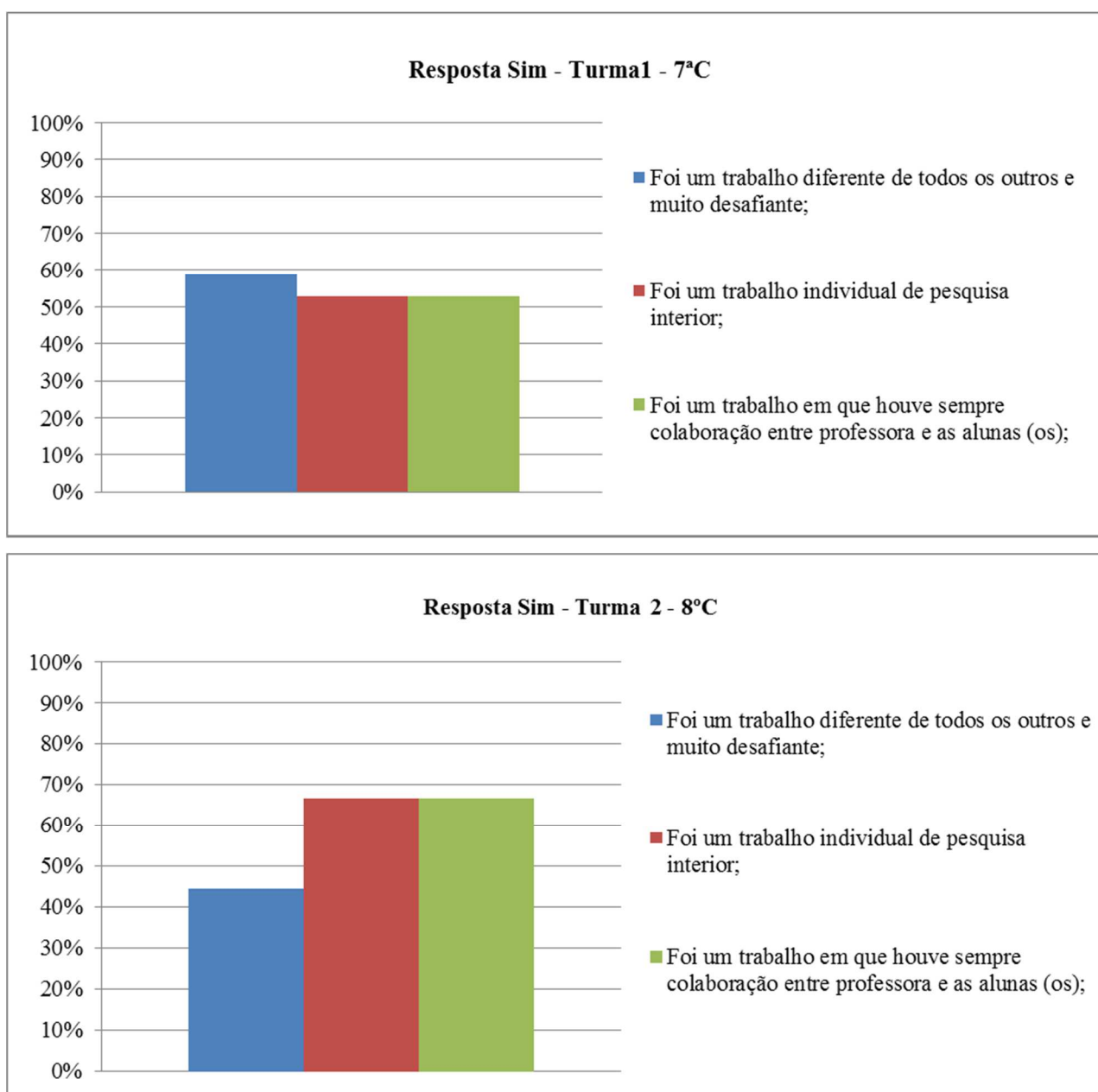
Figura 7 (continuação) - Achas que este trabalho teve um impacto positivo no teu percurso profissional, bem como Pessoal?



Fonte: Curso frequentado no ensino superior. Dados recolhidos em Questionário Final aplicado aos alunos de 3º ano do Curso Básico de Dança da Escola Vocacional de Dança das Caldas da Rainha, 2015-2016.

“Exposição de si mesmo” – Um Processo Coreográfico de Sentimentos e emoções na adolescência, com alunos do 3ºCiclo na disciplina de Práticas Complementares de Dança, na Escola Vocacional das Caldas da Rainha

Figura 8 – Respostas dadas pelos alunos que mencionaram que o processo teve impacto positivo no teu percurso profissional bem como pessoal



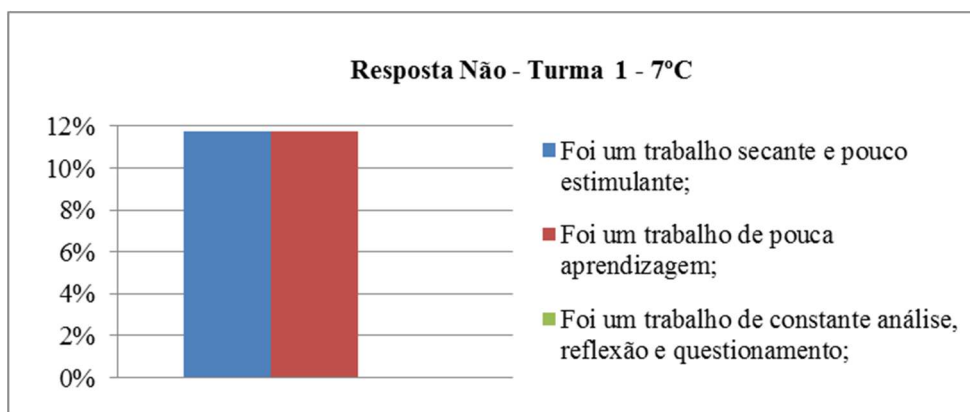
Fonte: Curso frequentado no ensino superior. Dados recolhidos em Questionário Final aplicado aos alunos de 3º ano do Curso Básico de Dança da Escola Vocacional de Dança das Caldas da Rainha, 2015-2016.

Como se pode observar esquematicamente na *Figura 7*, a maioria (88%) da Turma 1 considerou que este trabalho teve um enorme impacto no seu percurso profissional, bem como pessoal. Pode-se, ainda, afirmar que a totalidade da Turma 2 considerou que este trabalho também teve um impacto positivo no seu percurso. Neste sentido, este verifica-se sem dúvida

muito positivo para ambas as turmas, pois foi um trabalho diferente de todos os outros, onde os alunos adquiririam novas aprendizagens sobre o processo de trabalho, mas também sobre si próprios, sendo um trabalho de constante pesquisa quer a nível individual, bem como em grupo.

Na *Figura 8* são apresentadas as respostas dos alunos que indicaram que projeto teve um impacto positivo. No caso da Turma 1, 59% mencionaram ser um trabalho positivo por **ser diferente de todos os outros e muito desafiante**; enquanto que na Turma 2, se valorizou maioritariamente com 67%, por ser **um trabalho individual de pesquisa interior** e por existir sempre uma **colaboração entre professora e as alunas (os)**. Assim sendo, verifica-se que este trabalho de alguma forma transformou e acrescentou algo positivo para os alunos tanto ao nível pessoal, bem como profissional. Contudo, apesar das respostas indicadas nas duas turmas serem diferentes, o importante é que para todos eles, este foi um trabalho diferente, que os marcou de alguma maneira e os fez pensar em si mesmos, contando sempre com um trabalho de cooperação e ajuda mútua entre colegas e professoras.

Figura 9 - Respostas dadas pelos alunos que mencionaram que o processo não teve impacto positivo no teu percurso profissional bem como pessoal

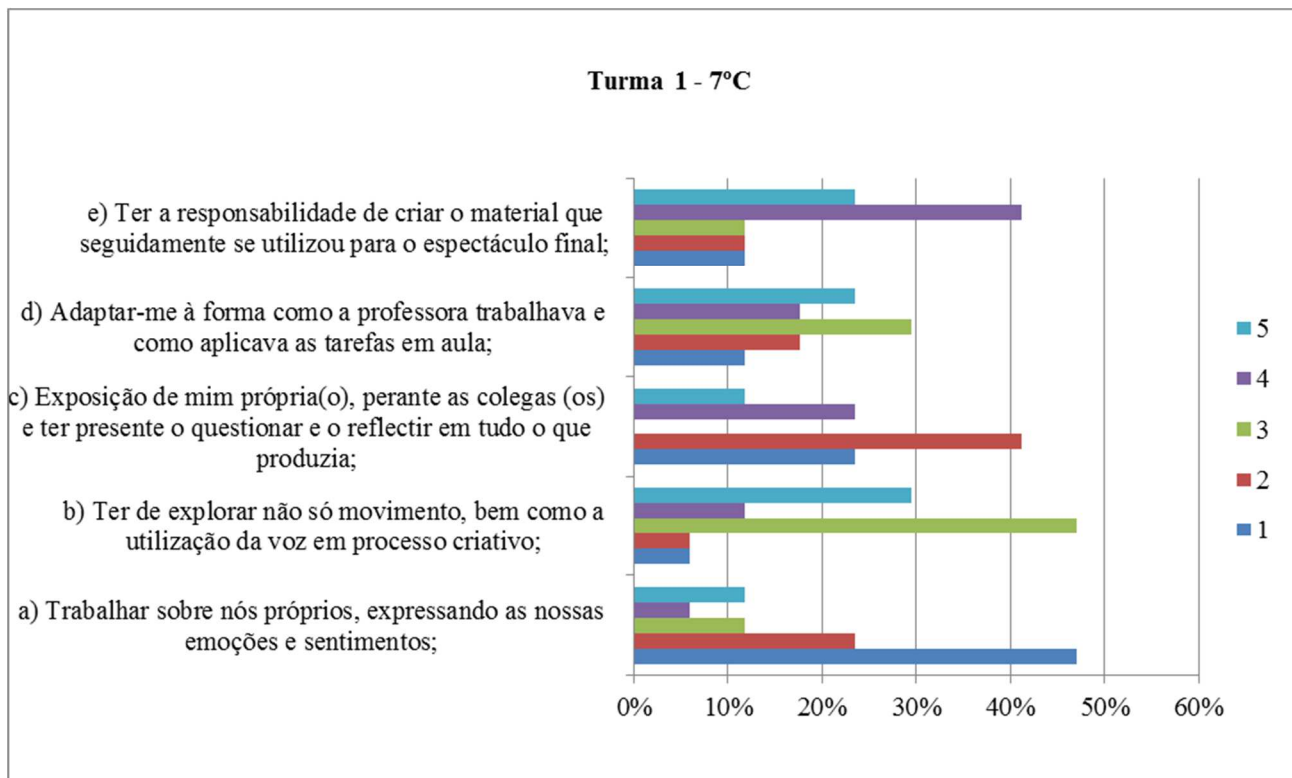


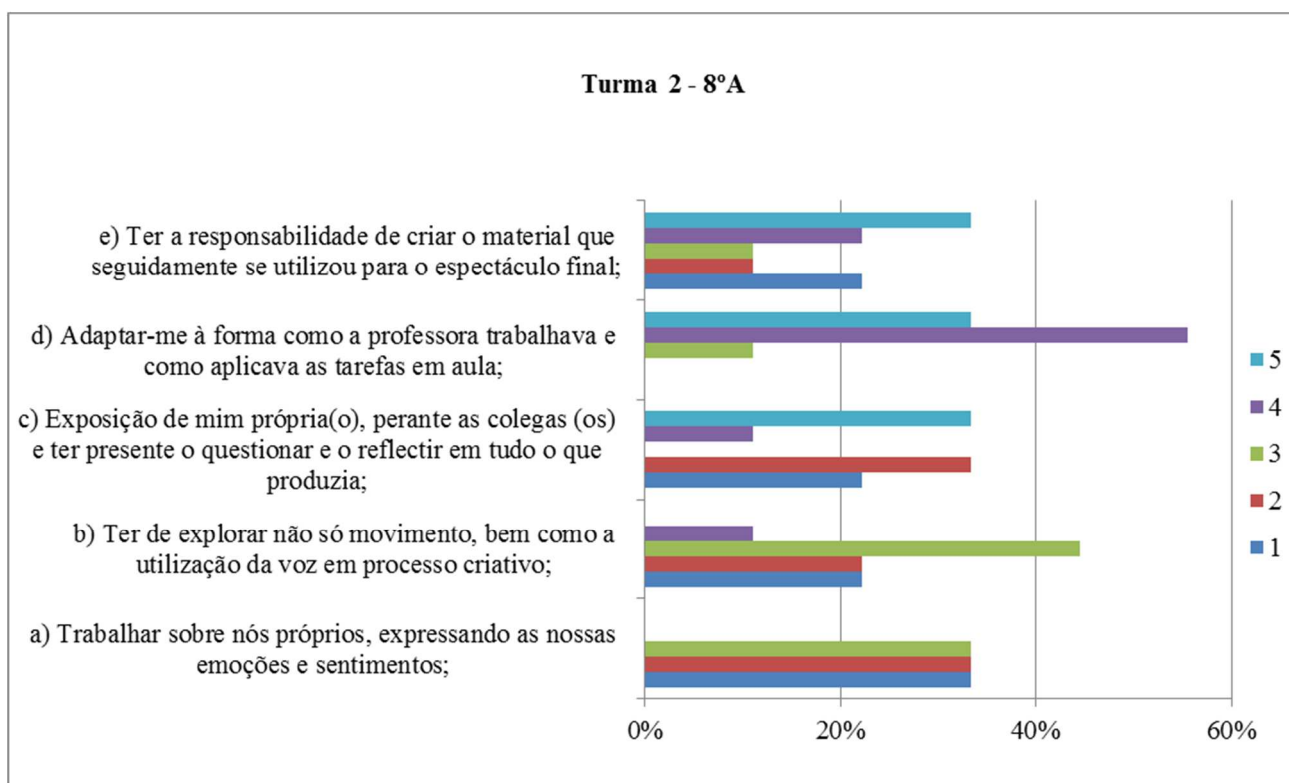
Fonte: Curso frequentado no ensino superior. Dados recolhidos em Questionário Final aplicado aos alunos de 3º ano do Curso Básico de Dança da Escola Vocacional de Dança das Caldas da Rainha, 2015-2016.

Na *Figura 9*, verifica-se que 12% da Turma 1 referiu que o trabalho teve um impacto negativo, por ter sido um **trabalho secante, pouco estimulante** e de **pouca aprendizagem**. No entanto, nunca foi mencionado ou dado a entender pelos alunos algum descontentamento,

havendo sempre liberdade para partilhar com os colegas e professoras o que estavam a sentir e a desenvolver no decorrer das aulas.

Figura 10 – Respostas à questão sobre quais foram as dificuldades sentidas durante o processo de trabalho.





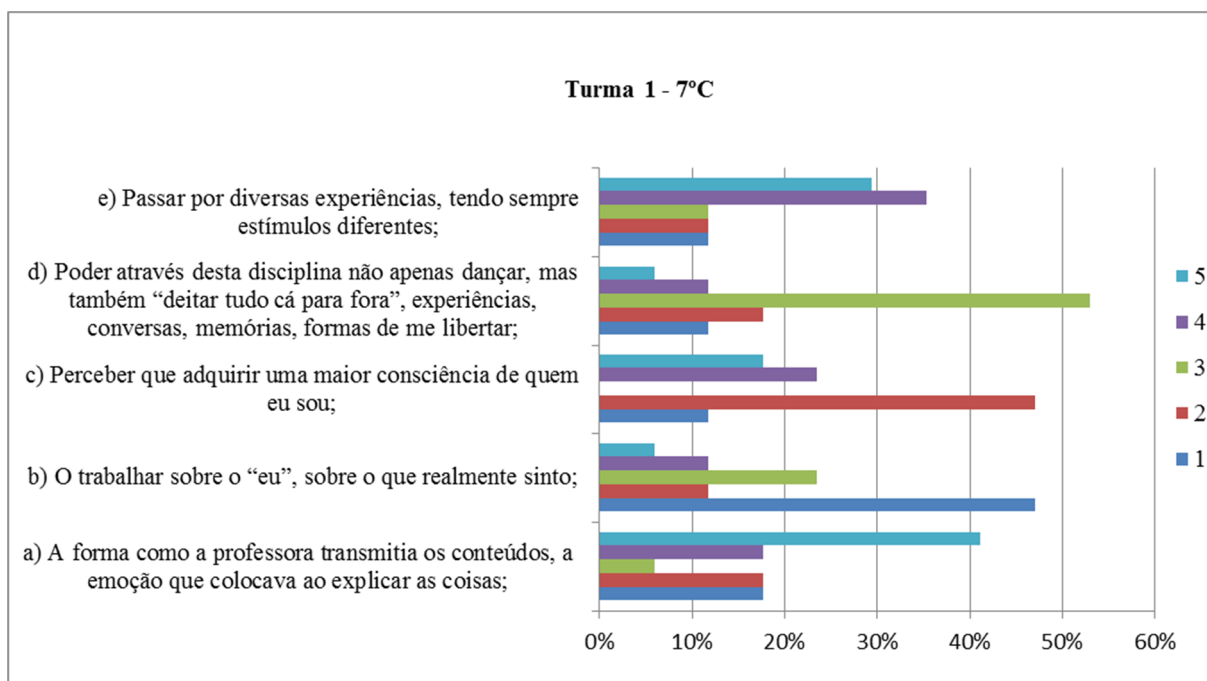
Fonte: Curso frequentado no ensino superior. Dados recolhidos em Questionário Final aplicado aos alunos de 3º ano do Curso Básico de Dança da Escola Vocacional de Dança das Caldas da Rainha, 2015-2016.

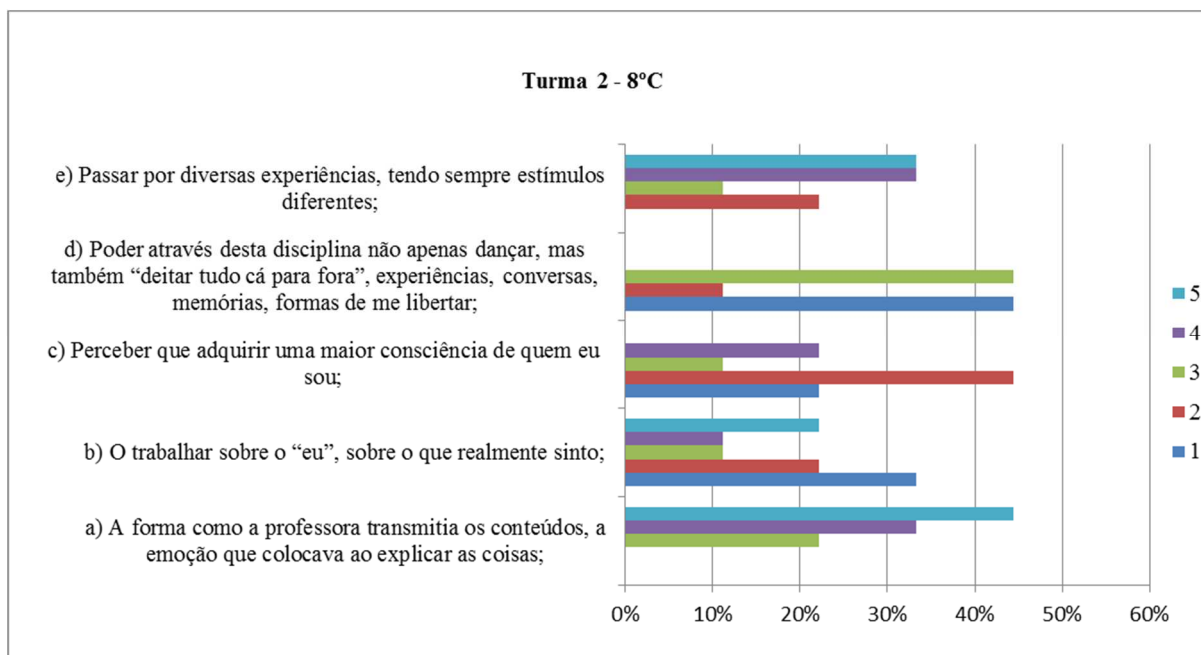
Relativamente às dificuldades sentidas por parte dos alunos, a maioria da Turma 1 na *Figura 10* com 47% considera que as maiores dificuldades foram a opção a) **Trabalhar sobre nós próprios**, expressando as nossas **emoções e sentimentos**; e a b) **Ter de explorar não só movimento, bem como a utilização da voz em processo criativo**. No que toca à Turma 2, observa-se que a maior dificuldade foi também a opção b), tal como foi referida na Turma 1.

A razão pela qual as turmas apresentam estas dificuldades, poderá ter a ver com o fato de não estarem habituados a trabalhar e pensar sobre si próprios, sendo este um processo de adaptação, em que por vezes era difícil chegar às emoções e sentimentos, tendo sempre que recordar histórias, lembranças, memórias das suas vidas para conseguirem “lá chegar”. Ao estarem a atravessar a fase da adolescência, verificou-se em algumas aulas, um pouco de vergonha por parte dos alunos em expressarem aquilo que realmente sentiam e pensavam, pois tinham receio da opinião dos colegas e professoras, o que iriam eventualmente achar e pensar do seu trabalho. Também a concentração e o foco eram difíceis de alcançar às vezes em alguns exercícios, porque era fácil dispersar e começarem a rir ou a conversar, como por exemplo em exercícios de improvisação em que tinham de inserir a voz.

No que respeita às dificuldades menos sentidas nas duas turmas a opção d) Adaptar-me à forma como a professora trabalhava e como aplicava as tarefas em aula; e a opção e) Ter a responsabilidade de criar o material que seguidamente se utilizou para o espetáculo final, estas foram as de menor importância, uma vez que alguns alunos criaram desde logo uma empatia com a professora estagiária, facilitando o desenrolar do processo de trabalho. Os alunos desde início tiveram a consciência de que tudo o que produziam nas aulas era para ser utilizado mais tarde no espetáculo final de ano.

Figura 11 – Respostas à questão sobre o que motivou neste processo de composição coreográfica.





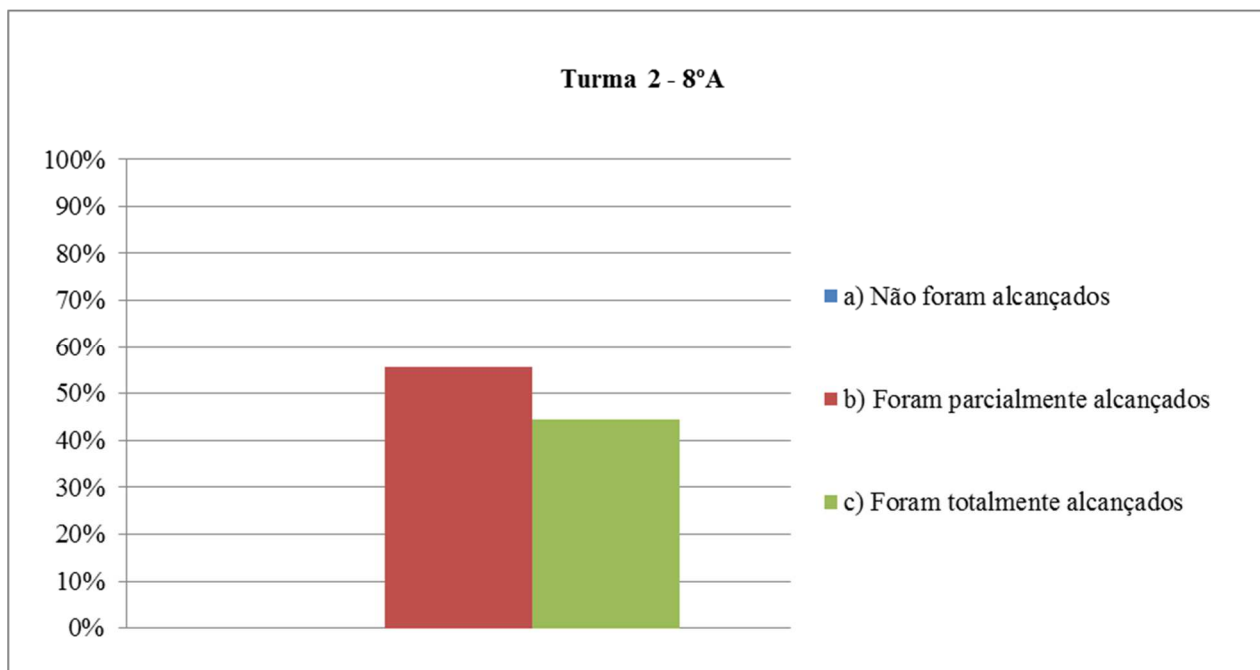
Fonte: Curso frequentado no ensino superior. Dados recolhidos em Questionário Final aplicado aos alunos de 3ºº ano do Curso Básico de Dança da Escola Vocacional de Dança das Caldas da Rainha, 2015-2016.

Como se pode observar esquematicamente na *Figura 11*, o que motivou a maioria dos alunos da Turma 1 neste processo de composição coreográfica, considerado muito importante foi poder através desta disciplina **não apenas dançar, mas também “deitar tudo cá para fora”**, experiências, conversas, memórias, formas de me libertar (resposta d), com 53%. As respostas b) O trabalhar **sobre o “eu”**, sobre o que realmente sinto e c) Perceber que adquiri uma **maior consciência de quem eu sou**, cada uma delas representa 47%.

No que toca à Turma 2, observa-se que a maioria das alunas considera que o que as mais motivou foi também poder através desta disciplina **não apenas dançar, mas também “deitar tudo cá para fora”**, experiências, conversas, memórias, formas de me libertar (resposta d), com 44%, e perceber que adquiri uma **maior consciência de quem eu sou** (resposta c). Neste sentido, ambas as turmas são da mesma opinião no que respeita à motivação, podendo concluir-se que estas sentiram que este processo coreográfico as ajudou a conhecerem-se melhor, tomarem consciência disso mesmo e ainda terem a oportunidade de partilhar em aula experiências, memórias, histórias sobre a sua própria identidade e sobre a sua vida e terem liberdade de expressar tudo isso em movimento, gestualidade e voz, construindo assim vocabulário genuíno, único e real.

“Exposição de si mesmo” – Um Processo Coreográfico de Sentimentos e emoções na adolescência, com alunos do 3ºCiclo na disciplina de Práticas Complementares de Dança, na Escola Vocacional das Caldas da Rainha

Figura 12 – Respostas à questão sobre em que medida considera que os objetivos propostos neste processo coreográfico foram alcançados e como estes se verificam no produto final “Exposição de si mesmo”.

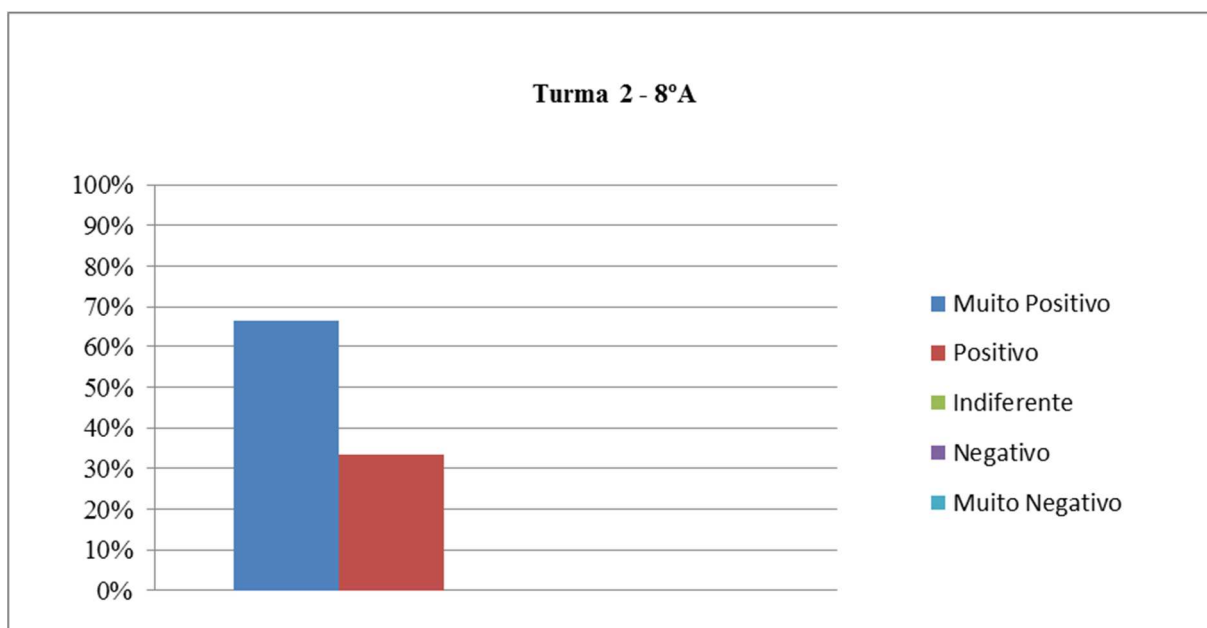


Fonte: Curso frequentado no ensino superior. Dados recolhidos em Questionário Final aplicado aos alunos de 3º ano do Curso Básico de Dança da Escola Vocacional de Dança das Caldas da Rainha, 2015-2016.

A questão 6 e 7 foram apenas respondidas pela Turma 2, porque foi a única turma apresentar um espetáculo final de ano, produto final. Neste sentido, como é apresentado na *Figura 12*, 56% da turma considerou que os objetivos foram parcialmente alcançados e 44% considerou que os objetivos foram totalmente alcançados, pelo que se verifica que os objetivos propostos foram cumpridos, uma vez que em todas as aulas foram aplicadas e desenvolvidas diferentes tarefas introduzindo vários estímulos que conduziam a um novo vocabulário coreográfico.

“Exposição de si mesmo” – Um Processo Coreográfico de Sentimentos e emoções na adolescência, com alunos do 3ºCiclo na disciplina de Práticas Complementares de Dança, na Escola Vocacional das Caldas da Rainha

Figura 13 – Respostas à questão sobre qual o impacto que este espetáculo teve.

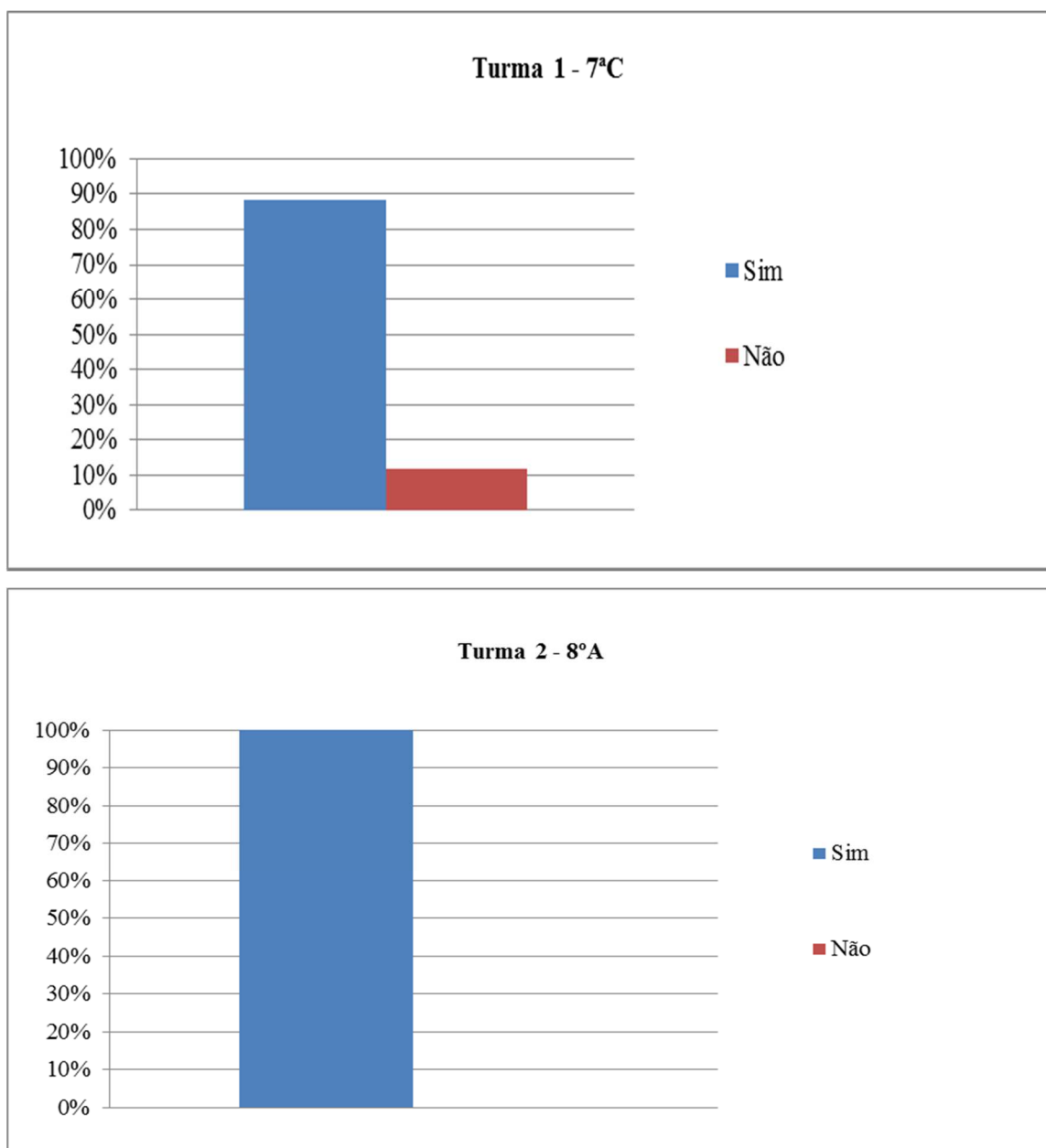


Fonte: Curso frequentado no ensino superior. Dados recolhidos em Questionário Final aplicado aos alunos de 3º ano do Curso Básico de Dança da Escola Vocacional de Dança das Caldas da Rainha, 2015-2016.

Relativamente ao impacto que este espetáculo final teve na Turma 2, de acordo com *Figura 13*, verifica-se que a maioria das alunas considerou que este teve um impacto muito positivo para si mesmo, com 67%. Este resultado poderá ser justificado pelo fato de o espetáculo ser diferente de todos os outros que elas desenvolveram anteriormente, por se tratar de uma exposição delas mesmas, pelo fato de permitir desenvolver a sua criatividade, refletindo sobre o seu “eu”: os seus defeitos e qualidades, a personalidade de cada uma, a relação existente em casa com os pais, sobre o que pensam nesta fase da adolescência.

“Exposição de si mesmo” – Um Processo Coreográfico de Sentimentos e emoções na adolescência, com alunos do 3ºCiclo na disciplina de Práticas Complementares de Dança, na Escola Vocacional das Caldas da Rainha

Figura 14 – Respostas à questão se voltaria a frequentar a Disciplina de Práticas Complementares.



Fonte: Curso frequentado no ensino superior. Dados recolhidos em Questionário Final aplicado aos alunos de 3ºº ano do Curso Básico de Dança da Escola Vocacional de Dança das Caldas da Rainha, 2015-2016.

“Exposição de si mesmo” – Um Processo Coreográfico de Sentimentos e emoções na adolescência, com alunos do 3ºCiclo na disciplina de Práticas Complementares de Dança, na Escola Vocacional das Caldas da Rainha

Por último, a questão 8 foi colocada a ambas as turmas, conforme *Figura 14*, verifica-se que a grande maioria da Turma 1 voltaria a frequentar a disciplina de Práticas Complementares de Dança, e a Turma 2 voltaria na sua totalidade. Desta forma, pode-se afirmar que ambas as turmas gostaram do processo desenvolvido no decorrer do ano letivo nesta disciplina, porque sentiram que esta lhes proporcionou não só uma abordagem sobre a dança, como também uma abordagem sobre eles próprios, o que significa que houve uma enorme partilha com os colegas e professoras em aula de histórias, experiências e memórias relacionadas com as suas vidas.

Capítulo V – CONCLUSÃO

Neste capítulo iremos apresentar uma avaliação global do estágio, tendo em conta o trabalho desenvolvido no decorrer de todo o ano letivo. Iremos referir quais os processos de trabalho, mencionando os aspetos positivos, bem como os que poderiam ser melhorados, o espaço institucional onde se desenvolveu o estágio e também dar a conhecer uma perspetiva futura deste processo de trabalho.

Neste sentido, após a concretização do estágio, chega agora o momento de refletir e avaliar alguns aspetos relacionados com o trabalho desenvolvido no mesmo. Desta forma, partindo da temática principal do estágio, desenvolveu-se através de um processo coreográfico um produto final, onde se promoveu a criatividade dos alunos, uma maior consciência do que fazem, como fazem e de que forma fazem os seus trabalhos. Quais os sentimentos e as emoções que foram despertados nos alunos ao criarem e dançarem, e de que forma é que se analisam a si próprios, bem como aos outros. Segundo Vernon (1989), citado por Seabra (2007) “A criatividade é a capacidade da pessoa para produzir ideias, descobertas, reestruturações, invenções, objectos artísticos novos e originais (...)” (Seabra, 2007, p.4). Deste modo, cada aluno desenvolveu o seu caminho, a sua própria linguagem e forma de se expressar, adquirindo ao longo do processo, a intenção da mensagem que pretendia transmitir. Desta forma, este percurso caracteriza-se, segundo Portela (2015), por ser um “Caminho de experimentação, de realização, de descoberta, de integração. (...) Caminho individual, mas profundamente interconectado com tudo e com todos. Caminho de aprendizado, mas também de mestria crescente.” (p.130). Esta foi sem dúvida, para os alunos uma constante pesquisa da sua identidade, uma adaptação a um novo processo de criação, a novos estímulos para que se criassem novas soluções, resultando daí um produto final “Exposição de si mesmo”, apenas com a Turma 2, como já foi referido anteriormente. Durante todo este processo, procurou-se desenvolver nas turmas uma descoberta deles próprios, como refere Portela (2015), “A descoberta de nós próprios. O conhecermo-nos a nós mesmos. Num crescendo de humildade, de despojamento, de participação verdadeiramente integrada. O despertar para a realidade, para o que é tão simples como o que é.” (p.130)

Ao nível do processo de trabalho, ambas as turmas vivenciaram um diferente processo, tendo sido utilizado os mesmos conteúdos de trabalho. Foram estimuladas novas formas de pensar, de agir, de construir e refletir os seus trabalhos coreográficos, conduzindo os alunos a novos horizontes. Neste sentido, os mesmos demonstraram uma melhoria acentuada quer ao nível da criatividade, quer da sua interpretação, começando a questionar cada vez mais o que criavam, sentindo o trabalho que se estava a desenvolver, de uma outra maneira. Posto isto, verificou-se que à medida que o processo ia avançando, os alunos começavam a entender melhor quais os seus sentimentos e emoções, adquirindo uma maior consciência, sendo ela diferente daquela que tinham inicialmente, tanto que nas aulas chegavam a dizer que o trabalho era difícil, mas que o achavam interessante e muito desafiante, na medida em que pesquisavam sobre si próprios, criavam material coreográfico, partindo sempre de um diferente estímulo, tentando compreender o que realmente sentiam. Os alunos tornavam o seu trabalho único e verdadeiro com eles próprios. Segundo Portela (2015) a consciência “ Parece ser uma instância que atua como princípio organizador da vivência subjectiva, que dá sentido e significado ao conjunto de fenómenos comportamentais, controlando os processos neurofisiológicos que ocorrem no cérebro, no sistema nervoso em geral e, afinal, em todo o corpo físico.”(Portela, 2015, p.38). Deste modo, cada aluno experienciou este processo de um trabalho consoante a sua vivência, criando do seu interior para o exterior, sendo que todos nós somos diferentes uns dos outros, atuando de forma distinta e única em função do nosso estado físico e psicológico.

Quanto ao processo, podemos refletir e analisar de acordo com as respostas ao questionário final aplicado aos alunos, que o impacto foi positivo, os objetivos propostos foram cumpridos e alcançados. De uma forma geral, os alunos referiram que este foi um trabalho muito desafiante, de pesquisa interior e diferente de todos os outros que já tinham realizado até então. O processo de trabalho foi considerado interessante na medida em que os alunos destacaram como pontos mais relevantes de aprendizagem; aprender a criar através do interior e tentar perceber quais as emoções e sentimentos e aquisição de uma maior consciência de tudo o que faziam, como e de que forma o faziam. No entanto, o que menos valorizaram foram os exercícios de improvisação, em que não conseguiram desinibir-se e estar totalmente à vontade e não conseguiram adquirir um olhar crítico e reflexivo sobre eles próprios. Desta forma, considera-se que os alunos ao estarem a atravessar a fase da adolescência, não

revelaram maturidade suficiente para desenvolverem uma pesquisa de maior profundidade com eles próprios face às tarefas propostas. Ao estarem perante a fase da adolescência, os alunos em ambas as turmas, encontravam-se num processo de diferentes mudanças e oscilações tanto de humor, como forma pensar, de sentir, entre outras. No decorrer das aulas, observava-se por vezes algum receio em libertarem-se nos exercícios de improvisação, todavia, pode-se afirmar que os alunos adquiriram novos conhecimentos e competências, começando a trabalhar de uma forma mais consciente, pensando mais nas emoções e sentimentos que sentiam enquanto dançavam e produziam. Quanto às dificuldades mais sentidas por parte dos alunos, verificou-se que foi difícil trabalhar sobre eles próprios, compreender as suas emoções e sentimentos e ter de explorar não só o movimento, mas também a voz no decorrer do processo de trabalho.

O que motivou ambas as turmas foi de fato, a disciplina proporcionar aos alunos não apenas a dança, mas também a partilha de experiências, vivências, conversas, memórias sobre eles próprios, possibilitando o exprimir de várias formas as suas vidas, transpondo isso para vocabulário coreográfico, utilizando mais tarde no espetáculo final. Outra das motivações foi trabalhar sobre si próprio, ter de pensar, analisar e refletir sobre o seu “eu”, ganhando uma maior consciência da sua própria pessoa e também de tudo à sua volta, dos colegas e de todo o trabalho desenvolvido.

Relativamente à disciplina de Práticas Complementares de Dança, esta disponibilizou aos alunos processos e métodos de trabalho de enorme relevância para o seu crescimento tanto pessoal, bem como profissional, tais como desenvolver tarefas a partir de diferentes estímulos, como textos, músicas, imagens, fotografias, escrita automática, exercícios de improvisação no qual foram explorados não só o movimento, mas também a voz. Promoveram-se novas formas e ideias de trabalhar, de explorar novas linguagens utilizando diferentes estímulos, procurando sempre desenvolver a sua criatividade, definindo a sua própria linguagem enquanto aluno/intérprete.

Posteriormente, estas tarefas resultaram em material coreográfico, solos, duetos, trios e sequências de grupo, que depois foram manipulados, aprimorados e utilizados para a construção da estrutura da peça coreográfica, trabalhando o sentido estético e artístico da peça final de ano. Seguidamente, foi selecionado um alinhamento para a peça, sendo construída uma estrutura espacial, a escolha de figurinos, de adereços, som e luzes. Todo este processo

de ensino-aprendizagem na composição coreográfica para com estes alunos foi sem dúvida, colocar a sua experiência e vivência em aula, criando individualmente o seu material coreográfico, tendo sempre em atenção qual a intenção da mensagem que pretendiam transmitir, as emoções e aos sentimentos, sendo depois manipulado e cruzado com o material dos colegas e professoras. Os alunos na generalidade, todos se adaptaram ao processo de trabalho, sendo este um pouco diferente do que estavam habituados.

Relativamente à escola cooperante, EVDCR, afirma-se que esta foi uma escola que desde início demonstrou uma enorme cumplicidade e colaboração. Neste sentido, houve sempre um contato muito positivo e de grande colaboração entre a professora cooperante e a estagiária, possibilitando uma partilha de ideias e formas de aplicar os conteúdos da disciplina em questão, tomando-se decisões tanto a nível metodológico, bem como pedagógico. Quanto à organização da prática pedagógica, esta foi planificada e acordada entre a estagiária e professora cooperante, tendo sido disponibilizado à estagiária a informação necessária de cada período letivo, para que a mesma pudesse definir as tarefas em função do que era suposto desenvolver durante todo o ano. Desta forma, no decorrer do estágio tiveram sempre presentes as duas professoras, existindo uma colaboração e entre-ajuda constante para que tudo corresse da melhor forma e se conseguisse realizar um bom trabalho. Deste modo, a organização da prática pedagógica foi estruturada de acordo com o regulamento do estágio, sendo composta pela Observação Estruturada, Participação Acompanhada e Lecionação Supervisionada, sendo todas estas fases acompanhadas de registos escritos de ambas as turmas permitindo assim, refletir e analisar todo o processo de ensino-aprendizagem, definindo estratégias para aplicar posteriormente nas aulas seguintes.

Assim sendo, face exposto, considera-se que o produto final, peça coreográfica “Exposição de si mesmo” teve um impacto positivo e muito gratificante, considerando que as alunas conseguiram superar algumas adversidades que inicialmente pareciam impossíveis de alcançar, mas que no final foram atingidos. No entanto, admite-se que se houvesse mais tempo para ensaios, a peça poderia a nível técnico e interpretativo chegar mais longe e de um modo geral ser mais aprofundado, tanto nos solos, duetos, trios e mesmo a nível da improvisação, ao nível da utilização da voz “as frases ditas pelas mães.” Contudo, os objetivos foram atingidos, cada aluna encontrou de forma criativa a sua forma de se expressar,

demonstrando através da sua linguagem de movimento e gestualidade quem eram e o que pretendiam transmitir.

Segundo Goleman (2014) “A diferença entre a forma como nos vemos e como os outros nos classificam proporciona uma das melhores avaliações que se podem obter da consciência de nós mesmos.”(p. 90). Numa perspetiva futura, poder-se-ia propor desenvolver uma abordagem diferente da consciência de nós próprios,

(...) uma avaliação de «360 graus», em que se pede para a pessoa se avaliar a si mesma numa série de comportamentos ou características específicas. Essas avaliações são confrontadas com avaliações de cerca de uma dúzia de pessoas a quem se pediu para classificar a pessoa na mesma escala. (p.90)

Assim, tomaríamos conhecimento da análise de nós, realizada pelos outros, o que nos permite sabermos mais sobre nós, conhecermo-nos melhor, saber o que os outros vêem, o que pensam de nós e também o que nós somos capazes de transmitir aos outros. Tal como refere Goleman (2014) “Uma avaliação de 360 graus aplica o poder de nos vermos pelos olhos dos outros, o que proporciona uma outra via para a consciência de si mesmo.” Neste sentido, seria relevante explorar diferentes formas de nos conhecermos melhor e adquirirmos uma maior consciência de quem somos, sendo desenvolvido um trabalho a partir da análise dos outros.

Para terminar, é importante salientar que independentemente do que outros possam pensar e analisar acerca da nossa pessoa, o que devemos reter é apenas informação para que daqui em diante possamos melhorar a pessoa que somos e tornarmo-nos pessoas melhores...

Segundo Goleman (2014)

Não deixem que a voz das opiniões dos outros afogue a vossa voz interior. E, mais importante, tenham a coragem de seguir o vosso coração e a vossa intuição. Eles, de algum modo, sabem já aquilo em que vocês verdadeiramente se querem tornar.(p.85)

Referências Bibliográficas

- Aguiar, M. F. C. (2013). As emoções e o desenvolvimento da criatividade dos alunos do 3ºCiclo, no âmbito da composição Coreográfica, na Escola Vocacional de Dança das Caldas da Rainha (Dissertação de mestrado, Escola Superior de Dança, Lisboa). Consultado em <http://repositorio.ipl.pt/handle/10400.21/3735>.
- Batalha, A. P. (2004). *Metodologia do ensino da dança*. Cruz Quebrada: Faculdade de Motricidade Humana. Edições.
- Bittencourt, A., Gehres, A. F., Curi, A. S., Corrêa, A. C., Viana, A. F., Hackl, A., ... Verde, T. V. (2012). *Atas da Conferência Internacional 2012: Corpos (Im)perfeitos na Performance Contemporânea*. Ana Macara Ana Paula Batalha Kátia Mortari, (Eds.). Faculdade de Motricidade Humana Serviço de Edições 1495-002 Cruz Quebrada, Portugal.
- Blom, L. A. & Chaplin, T. L. (1989). *The intimate act of Choreography*. Pittsburgh: University of Pittsburgh Press
- Bruhns, H. T. (org.), (1994). *Conversando sobre o Corpo*. (5ª.ed.) São Paulo: Papirus
- Bruner, J. (1999) Folk pedagogies, in: J. Leach & B. Moon (Eds) *Learners and pedagogy* (London, Paul Chapman).
- Butterworth, J. (2004). “Teaching choreography in higher education: *a process continuum model*” em *Research in Dance Education*, 5, 45-67.
- Câmara, M. M. & Cruz, A. R. (s.d.). *Adolescência prolongada: o tempo que não se quer deixar passar*.
- Campos, D. M. S. (2002). *Psicologia da adolescência: normalidade e psicopatologia*. (11ª.ed.) Petrópolis: Vozes.

“Exposição de si mesmo” – Um Processo Coreográfico de Sentimentos e emoções na adolescência, com alunos do 3ºCiclo na disciplina de Práticas Complementares de Dança, na Escola Vocacional das Caldas da Rainha

- Canda, C. N. & Batista, C. M. P. (2009, jul./dez). *Qual o lugar da arte no currículo escolar?* FAP, Curitiba, 4 (2), 107-119.
- Coelho. H. (1985). *Processo Criativo em Dança: implicações Ludens. Expressão Artística/ Dança.*
- Damásio, A. (2003). *Ao Encontro de Espinosa: As emoções Sociais e a Neurologia do Sentir.* Publicações Europa-América.
- Davenport, D. (2011). *Building a Dance Composition Course: An Act of Creativity.* Journal of Dance Education, 25-32.
- Decreto-Lei nº-344/90 de 2 de Novembro. *Diário da República nº 253 – I Série.* Ministério da Educação, Lisboa.
- Ferreira, M. & Nelas, P. B. (2006). *Adolescências... Adolescentes... Educação, ciência e tecnologia.* Instituto Politécnico de Viseu, 141-162.
- Figueira, M. L. M. (2008). *A dança na escola: educação do corpo expressivo.*
- Freire, I. (2001). *Dança-Educação: O corpo e o Movimento no Espaço do Conhecimento, Cadernos Cedes, ano XXI, 53.*
- Freire, P. (2002). *Pedagogia da Autonomia: Saberes necessários à prática educativa.* Colectivo Sabotagem.
- Fux, M. (1988). *Dançaterapia.* Traduzido por: Beatriz A. Cannabrava. (3ª.ed.) São Paulo: Summus
- Fux, M. (1996). *Formação em Dançaterapia.* São Paulo: Summus
- Gil, J. (2001). *Movimento Total - O corpo e a Dança.* Relógio D'água Editores.

“Exposição de si mesmo” – Um Processo Coreográfico de Sentimentos e emoções na adolescência, com alunos do 3ºCiclo na disciplina de Práticas Complementares de Dança, na Escola Vocacional das Caldas da Rainha

- Goleman, D. (2014). Foco: O motor oculto da Excelência. Temas e Debates – Círculos de Leitores.
- Lacince, N. & Nóbrega, P. (2010, jul/set). Corpo, dança e criação: conceitos em movimento. Movimento, Porto Alegre, 16 (3), 241-258.
- Lavender, L. (2006). Creative Process Mentoring: Teaching the “Making” in Dance-Making. Journal of Dance Education, 6 (1) 6-13.
- Lindner, M. K. & Rossini, I. S. (2013, jul. /set.). Dança como linguagem corporal. Revista Caminhos, On-line, “Saúde”, Rio do Sul 4 (7), 19-27.
- Marques, A. S. & Xavier, M. (2013). Criatividade em Dança: concepções, métodos e processos de composição coreográfica no ensino da dança. Revista Portuguesa de Educação Artística (Revista anual com arbitragem científica), 47-59.
- Marques, A. S. (2011). *As concepções pessoais da criatividade em dança dos professores e alunos do ensino artístico*. (Projecto de Tese de Doutoramento não publicado). Universidade Nova de Lisboa, Lisboa.
- Marques, A. S. (2015). Material de apoio (Mestrado em Ensino de Dança).
- Monteiro, E. (2012). *Ensino- Aprendizagem da Dança – Que desafios?* Ana Macara Ana Paula Batalha Kátia.
- Murray, L. (1992). *Dentro da Dança* (V. Ribeiro, Trad.). Rio de Janeiro: Nova Fronteira.
- Myers, D. G. (1999). *Introdução à psicologia geral*. (A.B. Pinheiro de Lemos, Trad.) (5ª.ed.). Rio de Janeiro: LTC

“Exposição de si mesmo” – Um Processo Coreográfico de Sentimentos e emoções na adolescência, com alunos do 3ºCiclo na disciplina de Práticas Complementares de Dança, na Escola Vocacional das Caldas da Rainha

- Novaes, M. H. (1971). *Psicologia da criatividade*. Petrópolis: Vozes.
- Ostrower, F. (1986). *Criatividade e processos de criação*. (5ªed). Petrópolis: Vozes.
- Ostrower, F. (1995). *Acasos e Criação Artística*. (5ª.ed.) Rio de Janeiro: Campus
- Portela, Luís (2013). *Ser Espiritual da Evidência à Ciência*. (20ª.ed.). Gradiva.
- Rabello, E. & Passos, J. S. (s.d.). *Erikson e a Teoria Psicossocial do Desenvolvimento*. Consultado em <http://www.josesilveira.com/artigos/erikson.pdf>.
- Sampaio, D. (1995). *Inventem-se novos pais*. Lisboa. Editorial Caminho.
- Seabra, J. M. (2007). *Criatividade*. (p.1- 42).
- Smith-Autard, J.M. (2002). *The art of dance in education*. (2nd ed.). London: A & C Black Publisher.
- Smith-Autard, J. M. (2010). *Dance Composition: A practical guide to creative success in dance making*. London, UK.: A & C Black.
- Sousa, M. & Baptista, C. (2011). *Como fazer investigação, dissertações, teses e relatórios*. Factor, Lisboa. Consultado em <http://repositorio.ipl.pt/handle/10400.21/3059>
- Suárez, A. S. (2005). *Crise de Identidade: breve análise e implicações para a práxis religiosa segundo a teoria Erick Erikson*. Acta Científica – Ciências Humanas 31-38
- Vianna, K. (1990). *A dança*. São Paulo: Siciliano
- Vianna, K. (2005). *A dança*. (colaboração de Marco Antonio de Carvalho). (6ª.ed). São Paulo: Summus.

“Exposição de si mesmo” – Um Processo Coreográfico de Sentimentos e emoções na adolescência, com alunos do 3ºCiclo na disciplina de Práticas Complementares de Dança, na Escola Vocacional das Caldas da Rainha

- Xavier, M. & Monteiro, E. (2012). (Re)pensar o Ensino da Composição Coreográfica. *Corpos (Im) perfeitos na Performance Contemporânea*. Livro de Atas. Ana Macara; Ana Paula Batalha & Kátia Mortari. Edição: Faculdade de Motricidade Humana.

“Exposição de si mesmo” – Um Processo Coreográfico de Sentimentos e emoções na adolescência, com alunos do 3ºCiclo na disciplina de Práticas Complementares de Dança, na Escola Vocacional das Caldas da Rainha

ANEXOS

Anexo A. Curso Básico de Dança I 2º Ciclo

Componentes currículo	Carga horária semanal (a) (b)		
	5º ano	6º ano	Total de ciclo
Línguas e Estudos Sociais Português Inglês História e Geografia de Portugal	(c) 500	(c) 500	1000
Matemática e Ciências Matemática Ciências Naturais	(d) 350	(d) 350	700
Educação Visual	90	90	180
Formação Vocacional	630	630	1260
Técnicas de Dança (e)	450	450	900
Música	90	90	180
Expressão Criativa	90	90	180
Educação Moral e Religiosa (f)	(45)	(45)	(90)
(g)	(45)	(45)	(90)
Tempo a cumprir (h)	1665/1710 (1710/1755)	1665/1710 (1710/1755)	3330/3420 (3420/3510)

(a) Carga letiva semanal em minutos referente a tempo útil de aula, ficando ao critério de cada escola a distribuição dos tempos pelas diferentes disciplinas de cada área disciplinar, dentro dos limites estabelecidos — mínimo por área disciplinar e total por ano ou ciclo. (b) Quando as disciplinas forem lecionadas em turma não exclusivamente constituída por alunos do ensino artístico especializado, os alunos frequentam as disciplinas comuns das áreas disciplinares não vocacionais com a carga letiva adotada pela escola de ensino geral na turma que frequentam. (c) Do total da carga, no mínimo, 250 minutos para Português. (d) Do total da carga, no mínimo, 250 minutos para Matemática. (e) Sob a designação de Técnicas de Dança incluem-se as seguintes técnicas: Técnica de Dança Clássica e Técnica de Dança Contemporânea. De acordo com o seu projeto pedagógico, os estabelecimentos de ensino artístico especializado podem desenvolver mais

“Exposição de si mesmo” – Um Processo Coreográfico de Sentimentos e emoções na adolescência, com alunos do 3ºCiclo na disciplina de Práticas Complementares de Dança, na Escola Vocacional das Caldas da Rainha

aprofundadamente uma das técnicas de dança; contudo devem assegurar o desenvolvimento das capacidades de base específicas das várias técnicas. Atendendo à sua natureza, a disciplina pode ser lecionada por mais de um professor, desde que tal não implique, no somatório dos horários dos professores da disciplina, mais que a carga letiva prevista para a leção da mesma. (f) Disciplina de frequência facultativa, com carga fixa de 45 minutos.

(g) Contempla mais 45 minutos de oferta facultativa, a serem utilizados na componente de formação vocacional, em atividades de conjunto ou no reforço de disciplinas coletivas, podendo esta carga letiva global ser gerida por período letivo. (h) Se, da distribuição das cargas letivas das componentes de formação não vocacional, em tempos letivos semanais, resultar uma carga letiva inferior ao total de tempo mínimo a cumprir, subtraído o tempo semanal a cumprir na componente de formação vocacional, o tempo sobran- te é utilizado no reforço de atividades letivas da turma nas componentes de formação não voca- cional, pela escola de ensino básico geral, quando a frequência ocorrer em regime articulado. (i) A carga letiva indicada corresponde à carga máxima da disciplina da componente de formação vocacional, podendo ser também aplicada na leção de duas disciplinas de Oferta Complementar. Esta oferta é gerida em função dos recursos da escola. Caso as escolas não pretendam oferecer a disciplina de Oferta Complementar.

“Exposição de si mesmo” – Um Processo Coreográfico de Sentimentos e emoções na adolescência, com alunos do 3ºCiclo na disciplina de Práticas Complementares de Dança, na Escola Vocacional das Caldas da Rainha

Anexo B. Curso Básico de Dança I 3º Ciclo

Componentes currículo	Carga horária semanal (a) (b)			
	7º ano	8º ano	9º ano	Total de Ciclo
Áreas Disciplinares				
Português	200	200	200	600
Línguas estrangeiras	225	225	225	675
Inglês				
Língua estrangeira II				
Ciências Humanas e Sociais	200	200	225	625
História				
Geografia				
Matemática	200	200	200	600
Ciências Físicas e Naturais	225	225	225	675
Educação Visual (c)	(90)	(90)	(90)	(270)
Formação Vocacional	720	810	900	2520
Técnicas de Dança (d)	540	630	900	2070
Música	90	90	90	270
Práticas Complementares de Dança (e) (f)	90	90	-	180
Educação Moral e Religiosa (g)	(45)	(45)	(45)	(135)
(h)	(45)	(45)	(45)	(135)
Tempo a cumprir (i)	1845/1980 (1890/2025)	1935/2070 (1980/2115)	2115/2250 (2160/2295)	5895/6300 (6030/6435)
Oferta Complementar (j)	(90)	(90)	(90)	(270)

(a) Carga letiva semanal em minutos referente a tempo útil de aula, ficando ao critério de cada escola a distribuição dos tempos pelas diferentes disciplinas de cada área disciplinar, dentro dos limites estabelecidos — mínimo por área disciplinar e total por ano ou ciclo.

(b) Quando as disciplinas forem lecionadas em turma não exclusivamente constituída por alunos do ensino artístico especializado, os alunos frequentam as disciplinas comuns das áreas disciplinares não vocacionais com a carga letiva adotada pela escola de ensino geral na turma que frequentam.

(c) Disciplina de frequência facultativa, mediante decisão do encarregado de educação — e de acordo com as

“Exposição de si mesmo” – Um Processo Coreográfico de Sentimentos e emoções na adolescência, com alunos do 3ºCiclo na disciplina de Práticas Complementares de Dança, na Escola Vocacional das Caldas da Rainha

concretas

possibilidades da escola — a tomar no momento de ingresso no Curso Básico de Dança do 3.º ciclo regulado pelo presente diploma. A opção tomada deve manter-se até ao final do ciclo.

(d) Sob a designação de Técnicas de Dança incluem-se as seguintes técnicas: Técnica de Dança Clássica e Técnica de Dança Contemporânea. De acordo com o seu projeto pedagógico, os estabelecimentos de ensino artístico especializado podem desenvolver mais aprofundadamente uma das técnicas de dança; contudo deverão assegurar o desenvolvimento das capacidades de base específicas das várias técnicas.

(e) Atendendo à sua natureza, a disciplina pode ser lecionada por mais de um professor, desde que tal não implique, no

somatório dos horários dos professores da disciplina, mais que a carga letiva prevista para a leção da mesma.

(f) A carga letiva semanal da disciplina de Práticas Complementares de Dança pode ser reduzida para 45 minutos, sendo

o tempo letivo remanescente gerido de forma flexível pela escola, dentro do mesmo período letivo. Esta alteração deve constar do horário dos alunos e ser dada a conhecer aos encarregados de educação.

(g) Disciplina de frequência facultativa, com carga fixa de 45 minutos.

(h) Contempla mais 45 minutos de oferta facultativa, a serem utilizados na componente de formação vocacional, em atividades de conjunto ou no reforço de disciplinas coletivas, podendo esta carga letiva global ser gerida por período letivo.

(i) Se, da distribuição das cargas horárias das componentes de formação não vocacional, em tempos letivos semanais,

resultar uma carga letiva inferior ao total de tempo mínimo a cumprir, subtraído o tempo semanal a cumprir na componente de formação vocacional, o tempo sobranete é utilizado no reforço de atividades letivas da turma nas componentes de formação não vocacional, pela escola de ensino básico geral, quando a frequência ocorrer em regime articulado.

(j) A carga letiva indicada corresponde à carga máxima da disciplina da componente de formação vocacional, podendo ser também aplicada na leção de duas disciplinas de Oferta Complementar. Esta oferta é gerida em função dos recursos da escola. Caso as escolas não pretendam oferecer a disciplina de Oferta Complementar a carga letiva correspondente não é transferível para outras disciplinas.

“Exposição de si mesmo” – Um Processo Coreográfico de Sentimentos e emoções na adolescência, com alunos do 3ºCiclo na disciplina de Práticas Complementares de Dança, na Escola Vocacional das Caldas da Rainha

APÊNDICES

Apêndice A. Grelha de Observação Estruturada (Exemplo) - 7º C

Grelha de Observação – Aula nº1

Hora: 14h50 -16h20
Data: 1 de Outubro de 2015
Local: Colégio Rainha D. Leonor
Ano/Turma: 7ºC
Curso: 3ºCiclo do Ensino Básico
Escola: Vocacional de Dança das Caldas da Rainha
Unidade Curricular: Práticas Complementares I Composição Coreográfica
Professora: Isabel Barreto

Metodologia e Didáctica na Prática Pedagógica (Desenvolvimento do ensino aprendizagem através da realização das actividades lectivas)	Sempre	Às vezes	Nunca	Não Observado
➤ Cumprir o Plano Curricular	x			
➤ Apresenta o tema/tarefa/actividade de forma clara e motivadora	x			
➤ Explora e utiliza diferentes estímulos em coerência com o previsto	x			
➤ Desenvolve estratégias pedagógicas diferenciadas tendo em conta a diversidade dos alunos				x
➤ Disponibiliza ferramentas metodológicas aos alunos		x		
➤ Apresenta exemplos e/ou demonstração de determinados conteúdos de movimento		x		
➤ Atribui aos alunos tempo adequado para responderem às perguntas/solicitações	x			
➤ Explora e desenvolve o sentido estético e artístico dos alunos	x			
➤ Promove momentos livres de exploração e de improvisação	x			
➤ Solicita a importância da técnica do movimento	x			
➤ Proporciona momentos de análise e reflexão, com vista a um feedback construtivo		x		
➤ Demonstra capacidade de gestão de tempo	x			
➤ É directo e preciso nas suas intervenções	x			
➤ Acompanha a realização dos trabalhos de autonomia		x		
➤ Invoca ao sentido musical do movimento		x		

(continua)

“Exposição de si mesmo” – Um Processo Coreográfico de Sentimentos e emoções na adolescência, com alunos do 3ºCiclo na disciplina de Práticas Complementares de Dança, na Escola Vocacional das Caldas da Rainha

(continuação)

Relação Pedagógica com os alunos (Relação de interação/ comunicação entre o professor e os alunos)	Sempre	As vezes	Nunca	Não Observado
➤ Apresenta regras de convivência de trabalho	×			
➤ Promover que os alunos interajam, colaborem e cooperem	×			
➤ Reconhece a diversidade dos alunos e atende às diferenças individuais		×		
➤ Existe um clima favorável à aprendizagem, ao bem-estar e desenvolvimento afectivo, emocional e social dos alunos	×			
➤ Consegue gerir de forma eficaz o comportamento dos alunos	×			
➤ Repete e explica novamente a tarefa		×		
➤ Apela à individualidade e criatividade de cada aluno		×		

Atitude/Comportamento dos alunos				
➤ Demonstram uma atitude positiva e envolvente nas tarefas propostas		×		
➤ Possuem respeito entre professor e alunos	×			
➤ Os alunos estão atentos	×			
➤ Sempre que foi necessário mantiveram o silêncio		×		
➤ Os alunos ouviram as propostas dos exercícios/tarefas até ao fim		×		
➤ Realizaram as tarefas/exercícios com concentração		×		
➤ Demonstraram entusiasmos		×		
➤ Demonstraram empenho na concretização da aula	×			

Atitude/Comportamento do professor				
➤ Fala de forma expressiva	×			
➤ Demonstra segurança na orientação e demonstração	×			
➤ Apresenta sentido de humor adequado	×			
➤ Evidência e proporciona descontração		×		
➤ Recorre demasiado à planificação				×
➤ Sabe estimular os alunos e captar a sua atenção	×			
➤ Termina as distrações dos alunos de forma construtiva	×			
➤ Dá espaço à análise, reflexo e auto-avaliação		×		

(conclusão)

“Exposição de si mesmo” – Um Processo Coreográfico de Sentimentos e emoções na adolescência, com alunos do 3ºCiclo na disciplina de Práticas Complementares de Dança, na Escola Vocacional das Caldas da Rainha

Apêndice B. Diário de Bordo/Observação Estruturada (Exemplo) - 7º C

Diário de Bordo – Observação Estruturada – Aula nº1

	Hora: 14h50 -16h20
	Datas: 1 de Outubro de 2015
	Local: Colégio Rainha D. Leonor
Turma: 7º C	
Curso: 3ºCiclo do Ensino Básico	
Escola: Vocacional de Dança das Caldas da Rainha	
Unidade Curricular: Práticas Complementares I Composição Coreográfica	
Professora: Isabel Barreto	

Descrição dos Exercícios

Aquecimento

Exercício 1 – “Improvisação no estúdio”

Posição Inicial: Escolheram um espaço no estúdio e colocaram-se numa posição a seu gosto.

Descrição do Exercício: Improvisar aplicando as seguintes premissas: pausa, foco, respiração, concentração e amplitude de movimento.

Objectivos:

- Aquecer o corpo e despertar nos alunos a percepção de noção espacial;
- Promover a criatividade e exploração do movimento individual, seguindo as premissas indicadas;

Notas: No decorrer do exercício a professora ia dando indicações para que os alunos conseguissem responder às premissas solicitadas.

Exercício 2 – “Jogo do Espelho”

Posição Inicial: Escolheram um espaço no estúdio, colocando-se dois a dois, na posição vertical, frente a frente pés paralelos, tendo os braços ao lado do tronco.

Descrição do Exercício: Improvisação realizada frente a frente, em que existia um líder a dirigir a outra pessoa. Este aplicava movimentos subtis com diferentes energias. A professora no decorrer do exercício funcionava como obstáculo, colocando-se no meio dos duetos para destabilizar e desconcentrar os alunos.

Objectivos:

- Promover a criatividade e exploração do movimento;
- Conseguir reproduzir o movimento o mais “idêntico” possível ao movimento que está a ser dançado pela pessoa líder;
- Desenvolver a concentração e o foco, não deixando que o obstáculo/barreira “professora” os perturbe;

Notas: O foco foi utilizado desde o início do exercício, através do olhar para o colega que estava em frente. Os alunos já tinham de ter em atenção as premissas introduzidas no exercício anterior.

(continua)

“Exposição de si mesmo” – Um Processo Coreográfico de Sentimentos e emoções na adolescência, com alunos do 3ºCiclo na disciplina de Práticas Complementares de Dança, na Escola Vocacional das Caldas da Rainha

(continuação)

Desenvolvimento

Exercício 3 – Solo/“Eu sei quem sou”

Posição Inicial: Colocaram-se num sítio do estúdio à sua escolha para trabalhar individualmente.

Descrição do Exercício: Criaram solos a partir de 4 defeitos e 4 qualidades da sua própria pessoa;

Objectivos:

- Criar de forma livre e espontânea através da temática dos seus defeitos e qualidades;
- Desenvolver a criatividade, adquirindo consciência do seu próprio corpo;
- Explorar o seu próprio estilo de movimento;
- Fazê-los pensar e questionar sobre si próprios;
- Estimular e desenvolver individualmente a expressividade e a comunicação nos seus solos.

Notas: A professora ia esclarecendo as dúvidas que surgiam.

Exercício 4 – Mostrar/“Eu sei quem sou”

Posição Inicial: Formaram uma roda utilizando todo o espaço do estúdio.

Descrição do Exercício: Apresentaram os solos, três a três dentro do círculo enquanto os outros colegas observavam de pé, as diferentes perspectivas.

Objectivos:

- Transmissão de ideias e pensamentos;
- Desenvolver a fluidez, amplitude e projecção do movimento;
- Desenvolver uma respiração adequada no movimento;

Notas: No final das apresentações, a professora comentou em geral os trabalhos e deu algumas sugestões para que os alunos na próxima aula pudessem melhorar o seu trabalho.

Observação/Reflexão geral da aula

No primeiro contacto em aula com os alunos, constatei que a turma esteve à vontade com a minha presença, pois alguns deles já me conheciam de “vista”. Observei que a turma, além de ser grande é muito heterógena tanto ao nível intelectual bem como ao nível dos corpos (estrutura, alturas entre outras características). No que respeita ao vocabulário técnico e artístico dos mesmos, posso dizer que é visível nos seus corpos uma linguagem técnica e que em geral dominam os conteúdos programáticos inerentes à disciplina. No entanto, verifiquei tanto na parte de exploração, bem como na criação e improvisação, que o que fazem ainda é concebido de uma forma pouco sentida e superficial. Deste modo, os movimentos dos alunos por vezes encontram-se “agarrados” a movimentos/passos da aula de técnica, tornando os trabalhos pouco conscientes, pensados e questionados. Desta forma, os alunos não têm ainda muita consciência do que realmente fazem, como fazem e de que forma o fazem. Outro dos aspectos que verifiquei em aula, foi o facto de iniciarem uma tarefa solicitada pela professora, neste caso uma improvisação, e não sendo esta dirigida, os alunos começavam logo a reproduzir movimentos muito rápidos, com muita energia e passavam rapidamente para outra coisa, isto é, nunca chegavam “à profundidade de cada momento”.

Ainda assim, afirmo que esta é turma criativa, trabalhadora e disposta apreender, o que gera um bom ambiente de trabalho e que no decorrer dos exercícios e até mesmo quando a professora acaba de explicar, se ainda não tiverem percebido voltam a perguntar novamente até ficarem esclarecidos.

(conclusão)

“Exposição de si mesmo” – Um Processo Coreográfico de Sentimentos e emoções na adolescência, com alunos do 3ºCiclo na disciplina de Práticas Complementares de Dança, na Escola Vocacional das Caldas da Rainha

Apêndice C. Grelha de Observação Estruturada (Exemplo) - 8º A

Grelha de Observação – Aula nº1

Hora: 16h30-18h00
Data: 1 de Outubro de 2015
Ano/Turma: 8ºA
Escola: Vocacional de Dança das Caldas da Rainha
Curso: 3ºCiclo do Ensino Básico
Unidade Curricular: Práticas Complementares Composição Coreográfica
Professora: Isabel Barreto

Metodologia e Didáctica na Prática Pedagógica (Desenvolvimento do ensino aprendizagem através da realização das actividades lectivas)	Sempre	Às vezes	Nunca	Não Observado
➤ Cumpre o Plano Curricular	x			
➤ Apresenta o tema/tarefa/actividade de forma clara e motivadora	x			
➤ Explora e utiliza diferentes estímulos em coerência com o previsto	x			
➤ Desenvolve estratégias pedagógicas diferenciadas tendo em conta a diversidade dos alunos				x
➤ Disponibiliza ferramentas metodológicas aos alunos		x		
➤ Apresenta exemplos e/ou demonstração de determinados conteúdos de movimento		x		
➤ Atribui aos alunos tempo adequado para responderem às perguntas/solicitações	x			
➤ Explora e desenvolve o sentido estético e artístico dos alunos	x			
➤ Promove momentos livres de exploração e de improvisação	x			
➤ Solicita a importância da técnica do movimento	x			
➤ Proporciona momentos de análise e reflexão, com vista a um feedback construtivo	x			
➤ Demonstra capacidade de gestão de tempo	x			
➤ É directo e preciso nas suas intervenções	x			
➤ Acompanha a realização dos trabalhos de autonomia		x		
➤ Invoca ao sentido musical do movimento		x		

(continua)

“Exposição de si mesmo” – Um Processo Coreográfico de Sentimentos e emoções na adolescência, com alunos do 3ºCiclo na disciplina de Práticas Complementares de Dança, na Escola Vocacional das Caldas da Rainha

(continuação)

Relação Pedagógica com os alunos (Relação de interação/ comunicação entre o professor e os alunos)	Sempre	Às vezes	Nunca	Não Observado
➤ Apresenta regras de convivência de trabalho	×			
➤ Promover que os alunos interajam, colaborem e cooperem		×		
➤ Reconhece a diversidade dos alunos e atende às diferenças individuais		×		
➤ Existe um clima favorável à aprendizagem, ao bem-estar e desenvolvimento afectivo, emocional e social dos alunos	×			
➤ Consegue gerir de forma eficaz o comportamento dos alunos	×			
➤ Repete e explica novamente a tarefa		×		
➤ Apela à individualidade e criatividade de cada aluno	×			

Atitude/Comportamento dos alunos	Sempre	Às vezes	Nunca	Não Observado
➤ Demonstram uma atitude positiva e envolvente nas tarefas propostas	×			
➤ Possuem respeito entre professor e alunos	×			
➤ Os alunos estão atentos		×		
➤ Sempre que foi necessário mantiveram o silêncio		×		
➤ Os alunos ouviram as propostas dos exercícios/tarefas até ao fim		×		
➤ Realizaram as tarefas/exercícios com concentração		×		
➤ Demonstraram entusiasmo	×			
➤ Demonstraram empenho na concretização da aula	×			

Atitude/Comportamento do professor	Sempre	Às vezes	Nunca	Não Observado
➤ Fala de forma expressiva	×			
➤ Demonstra segurança na orientação e demonstração	×			
➤ Apresenta sentido de humor adequado	×			
➤ Evidência e proporciona descontração		×		
➤ Recorre demasiado à planificação				×
➤ Sabe estimular os alunos e captar a sua atenção	×			
➤ Termina as distrações dos alunos de forma construtiva	×			
➤ Dá espaço à análise, reflexo e auto-avaliação		×		

(conclusão)

“Exposição de si mesmo” – Um Processo Coreográfico de Sentimentos e emoções na adolescência, com alunos do 3ºCiclo na disciplina de Práticas Complementares de Dança, na Escola Vocacional das Caldas da Rainha

Apêndice D. Diário de Bordo – Observação Estruturada (Exemplo) 8ªA

Diário de Bordo - Observação Estruturada - Aula nº1

	Hora: 16h30 -18h00
	Datas: 1 de Outubro de 2015
	Local: Colégio Rainha D. Leonor
Turma: 8º A	
Curso: 3ºCiclo do Ensino Básico	
Escola: Vocacional de Dança das Caldas da Rainha	
Unidade Curricular: Práticas Complementares I Composição Coreográfica	
Professora: Isabel Barreto	

Descrição das Actividades

Aquecimento

Exercício 1 – “Improvisação no estúdio”

Posição Inicial: Escolheram um espaço no estúdio e colocaram-se numa posição a seu gosto.

Descrição do Exercício: Improvisação introduzindo as seguintes premissas: o uso da pausa, do foco, da respiração, da concentração e da amplitude de movimento.

Objectivos:

- Aquecer o corpo e despertar nos alunos a percepção de noção espacial;
- Promover a criatividade e exploração do movimento individual seguindo as premissas indicadas;

Notas: No decorrer do exercício a professora ia dando indicações para que as alunas conseguissem responder às premissas que iam sendo solicitadas.

Exercício 2 – “Jogo do Espelho”

Posição Inicial: Escolheram um espaço no estúdio, colocaram-se duas a duas, frente a frente na posição vertical, pés paralelos, braços ao lado do tronco. O foco foi utilizado desde o início através do olhar para a colega que estava em frente.

Descrição do Exercício: Improvisação realizada frente a frente, em que existia um líder que dirigia a outra pessoa. Este aplicava movimentos subtis com diferentes energias. A professora no decorrer do exercício funcionava como obstáculo, colocando-se no meio dos duetos para destabilizar e desconcentrar as alunas.

Objectivos:

- Promover a criatividade e exploração do movimento;
- Conseguir reproduzir o mais “idêntico” possível o movimento que está a ser dançado pela pessoa líder;
- Desenvolver a concentração e o foco, não deixando que o obstáculo “professora” os perturbe;

Notas: Neste exercício as alunos já tinham de ter em atenção as premissas introduzidas no exercício anterior.

(continua)

“Exposição de si mesmo” – Um Processo Coreográfico de Sentimentos e emoções na adolescência, com alunos do 3ºCiclo na disciplina de Práticas Complementares de Dança, na Escola Vocacional das Caldas da Rainha

(continuação)

Desenvolvimento

Exercício 3 – Solo/“Quem sou Eu”

Posição Inicial: Colocaram-se num sítio do estúdio à sua escolha para trabalhar individualmente.

Descrição do Exercício: Criaram solos a partir de 4 defeitos e 4 qualidades da sua própria pessoa;

Objectivos:

- Criar de forma livre e espontânea através da temática dos seus defeitos e qualidades;
- Desenvolver a criatividade, adquirindo consciência do seu próprio corpo;
- Explorar o seu próprio estilo de movimento;
- Fazê-los pensar e questionar sobre si próprios;
- Estimular e desenvolver a expressividade e a comunicação nos alunos ao nível individual.

Notas: Sempre que necessário a professora ia tirando dúvidas.

Exercício 4 – Mostrar/“Quem sou Eu”

Posição Inicial: Formaram uma roda grande de forma a utilizar bem o espaço.

Descrição do Exercício: Apresentaram os solos, três a três dentro do círculo enquanto os outros colegas observavam em diferentes perspectivas.

Objectivos:

- Transmissão de ideias e pensamentos;
- Desenvolver a fluidez, amplitude e projecção do movimento;
- Desenvolver uma respiração adequada no movimento;

Notas: No final das apresentações, a professora comentou em geral os trabalhos e deu algumas sugestões para que os alunos na próxima aula pudessem melhorar o seu material.

Observação/Reflexão da aula em geral

Como no primeiro contacto com a outra turma, aqui aconteceu o mesmo, algumas das alunas já me conheciam de “vista”, logo mostraram-se à vontade com a minha presença.

Observei que esta turma é bem mais pequena que a outra, tendo apenas nove alunas. É uma turma de 4ºAno o que faz com que se verifique uma maior maturidade, tendo também uma consciência diferente de tudo o que fazem. No que toca à exploração, improvisação e criação, verifica-se que o trabalho é mais organizado, complexo e criativo, mas têm de trabalhar ainda a questão de sentir mais o que fazem e criam, serem verdadeiras com elas próprias. Para que tudo isto se desenvolva e aconteça a concentração também tem de ser trabalhada. Esta turma demonstra boas capacidades de aprendizagem, interesse pelo trabalho desenvolvido em aula e envolvem-se no que fazem com gosto.

(conclusão)

“Exposição de si mesmo” – Um Processo Coreográfico de Sentimentos e emoções na adolescência, com alunos do 3ºCiclo na disciplina de Práticas Complementares de Dança, na Escola Vocacional das Caldas da Rainha

Apêndice E. Diário de Bordo – Participação Acompanhada (Exemplo) 7ºC

Diário de Bordo – Participação Acompanhada – Aula nº1

	Hora: 14h50 -16h20
	Datas: 29 de Outubro de 2015
	Local: Colégio Rainha D. Leonor
Turma: 7º C	
Curso: 3ºCiclo do Ensino Básico	
Escola: Vocacional de Dança das Caldas da Rainha	
Unidade Curricular: Práticas Complementares I Composição Coreográfica	
Professora cooperante: Isabel Barreto	
Professora estagiária: Diana Sábio	

Descrição dos Exercícios

Aquecimento

Exercício 1 – “Andar”

Música: Double Bass Looping - Adam Ben Ezra

Posição Inicial: Espalhados pelo estúdio;

Descrição do Exercício: Andar pelo espaço livremente utilizando as seguintes premissa indicadas pela professora estagiária. No decorrer do exercício, foi aplicado diferentes as direcções (frente, lado e trás); diferentes dinâmicas (Rápido e lento), noção de Pausa; usar a Meia-ponta; aproximar/afastar.

Objectivos:

- Aquecer o corpo e despertar os alunos para a noção espacial;
- Desenvolverem a consciência das premissas utilizadas.

Notas: Ter olhos bem abertos, para ninguém chocar com ninguém e ocupar todos os espaços vazios. Estimular de relações (uns com os outros através do olhar).

(continua)

“Exposição de si mesmo” – Um Processo Coreográfico de Sentimentos e emoções na adolescência, com alunos do 3ºCiclo na disciplina de Práticas Complementares de Dança, na Escola Vocacional das Caldas da Rainha

(continuação)

Exercício 2 – “Aquecimento/Alongamento”

Música: Hauschka – Subconscious

Posição Inicial: Pés em paralelo, braços ao lado do tronco

Descrição do Exercício:

Tempo/Contagens

1-2	Ombros rodam p/ trás	
3-6	Mãos dirigem a <i>snake</i> e cabeça olha em frente	Colocar as mãos no chão
7-8	Retoma a P.I	
1-8	%	
1-8	% Fica em meia-ponta	
1-4	Alonga	
5-8	Retoma a P.I	
1-4	4 Insistências	Braço p/o lado Esq. passa por cima da cabeça
5-8	Troca o braço Esq p/ o lado Dt.	
1-4	4 Insistências	
5-8	Retoma a P.I	
1-2	2 Braços sobem	
3-4	Passam pelo tronco (<i>curve</i>)	
5-8	Mãos sobem até esticar	Palmas das mãos viram para o tecto
1-4	Meia-ponta	
5-8	Equilíbrio	

Objectivos: • Aquecer e alongar o corpo, especialmente a coluna vertebral;
• Aplicar em cada movimento, o máximo da extensão;
• Adquirir consciência do corpo.

Notas: Ter em atenção à fluidez do movimento e ir à extensão máxima em cada movimento.

Desenvolvimento

Exercício 3 – Solo/“Eu sei quem sou”

Música: Shadows- Lindsey Stirling

Posição Inicial: Formaram uma roda

Descrição do Exercício: Rever os solos e apresentar 3 a 3 dentro da roda;

Objectivos: • Promover o sentido estético e artístico dos alunos;

Notas: Foi dado feedback por parte das duas professoras.

(continua)

“Exposição de si mesmo” – Um Processo Coreográfico de Sentimentos e emoções na adolescência, com alunos do 3ºCiclo na disciplina de Práticas Complementares de Dança, na Escola Vocacional das Caldas da Rainha

(continuação)

Exercício 4 – “Fábula- continuação”

Música: Camille Bazbaz - Souviens-Toi

Posição Inicial: A turma dirige-se à parede

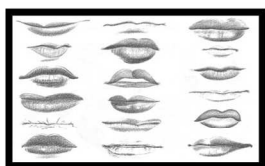
Descrição do Exercício: Após terem sido colocadas imagens na parede referentes à fábula, os alunos dirigem-se até lá observando-as. Seguidamente, continuam a trabalhar na criação do seu solo, tendo uma linha dramática, a Fábula.

Objectivos:

- Promover nos alunos o criar a partir de estímulos;
- Desenvolver nos alunos, o lado de análise e reflexão de estímulos, através do observar de imagens

Notas: A professora estagiária levou para a aula, algumas imagens de acordo com as palavras da fábula para que este fosse mais um estímulo de apoio à criação dos solos.

Imagens:



Boca



Céu



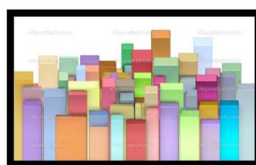
Parede inclinada



Caracóis



Ventoinha



Rectangulares



Montanha



Pequenas casas



Maldades



Vassoura

Exercício 3 – “Apresentação”

Música: Zoë Keating - We Insist

Posição Inicial: Colocaram-se em fila do lado direito do estúdio

Descrição do Exercício: Apresentaram 2 a 2 e depois voltavam à fila

Objectivos:

- Partilha com os colegas e professoras dos trabalhos a solo;
- Promover o sentido estético e artístico dos alunos;

Notas: Foi dado feedback por parte das duas professoras aos alunos.

(continua)

(continuação)

Observação/Reflexão da aula em geral

Nesta primeira aula de leccionação partilhada, construí antecipadamente os exercícios com a professora cooperante e leccionámos a aula em conjunto. Os alunos reagiram bem ao serem duas pessoas a dar a aula e responderam activamente às tarefas propostas demonstrando interesse.

No que respeita ao trabalho da fábula (solos), tinha verificado na última aula que os trabalhos estavam pouco adiantados, ou seja, havia pouco vocabulário e pouca pesquisa ao nível de exploração. Desta forma, senti que precisavam de outro estímulo para os ajudar. Assim sendo, para esta aula trouxe-lhes imagens de acordo com as palavras escolhidas da fábula, para que os alunos pudessem observar e analisar as imagens, tirando destas novas ideias para continuarem o seu trabalho. Durante a exploração e criação, as professoras iam tirando dúvidas, questionando os alunos em determinados momentos, para que estes pudessem adquirir uma maior consciência do que faziam. As professoras davam também alguns exemplos em concreto de sensações, movimentos, acções, para que estes percebessem melhor o que era pretendido no trabalho. No final da aula, após terem apresentado os solos, as professoras comentaram os trabalhos, dando algumas indicações concretas.

(conclusão)

Apêndice F. Diário de Bordo – Lecionação Supervisionada (Exemplo) 8ºA

“Exposição de si mesmo” – Um Processo Coreográfico de Sentimentos e emoções na adolescência, com alunos do 3ºCiclo na disciplina de Práticas Complementares de Dança, na Escola Vocacional das Caldas da Rainha

Diário de Bordo – Lecionação Supervisionada **Aula nº1**

Hora: 16h30 -18h00

Datas: 14 de Janeiro de 2016

Local: Colégio Rainha D. Leonor

Turma: 8º A

Curso: 3ºCiclo do Ensino Básico

Escola: Vocacional de Dança das Caldas da Rainha

Unidade Curricular: Práticas Complementares I Composição Coreográfica

Professora cooperante: Isabel Barreto

Professora estagiária: Diana Sábio

Descrição dos Exercícios

Aquecimento

Exercício 1 – “Activo/Passivo”

Música: Balanescu Quartet - Insomnia

Posição Inicial: Colocam-se em duetos, sendo que 1 deita-se de barriga para cima e o outro começa o aquecimento numa parte do corpo;

Descrição do Exercício: Aquecimento articular em simultâneo com alongamento. A pessoa que faz o aquecimento, massaja o corpo do outro ao mesmo tempo que o alonga, enquanto a outra pessoa se encontra com o corpo o mais disponível e descontraído possível.

Objectivos:

- Aquecimento articular com alongamento;
- Deixar o corpo aquecer de uma forma natural;
- Oferecer o peso ao solo;

Notas: Ter o corpo descontraído, para que seja mais fácil para a outra pessoa e que a saiba bem para quem está a receber.

Desenvolvimento

Exercício 2 – “ Solo de identidade – Quem sou eu”

Música: Susumu Yokota - Inception

Posição Inicial: Colocam-se num sítio do estúdio à sua escolha;

Descrição do Exercício: Rever os solos de identidade. Perceber como estão feitas as transições e o que podem melhorar. Posto isto, foi-lhes proposto que pensassem apenas num momento do solo, sendo este qualidade ou defeito e que questionassem o que realmente tinham feito.

Ex: Qualidade: Teimosa – O que foi criado? Analisar e Questionar o porquê de ter sido feito assim?

Objectivos:

- Promover o sentido estético e artístico dos alunos;
- Estimular as alunas a ter consciência daquilo que fazem? Como o fazem? E de que forma o fazem?
- Promover nas alunas a capacidade de reflectirem e de analisarem o seu trabalho;

Notas: Aperfeiçoar os solos, estimulando as alunas a interrogarem-se a si próprias do material que constroem e também a compreende-lo melhor. Neste exercício também pedi as alunas que pensassem em memórias da sua vida para auxiliar na criação.

(continua)

“Exposição de si mesmo” – Um Processo Coreográfico de Sentimentos e emoções na adolescência, com alunos do 3ºCiclo na disciplina de Práticas Complementares de Dança, na Escola Vocacional das Caldas da Rainha

(continuação)

Exercício 3 – “Improvisar a pares”

Música: Ef – Hello Scotland

Posição Inicial: Colocam-se 2 a 2 num sítio do estúdio à escolha;

Descrição do Exercício: Exercício de improvisação, em que ambas as pessoas lideram o dueto. Neste sentido, tem de haver uma escuta de ambas as partes, havendo pergunta/resposta;

Objectivos:

- Explorar o peso corporal de ambos;
- Ter consciência de como nos movemos e o que isso pode provocar nas pessoas;
- Ter o “foco” bem presente no sentir o toque do outro corpo;
- Utilizar uma respiração adequada;
- Aprender a confiar na pessoa que estamos a trabalhar, oferecendo o peso do corpo (saber dar e receber)

Notas: Neste exercício, eu ia entrando em cada grupo para perceber se havia uma continuidade no movimento, e que este era fluído e se os corpos funcionavam bem. Senti em alguns deles que não funcionavam tão bem e que oscilavam enquanto dançavam.

Exercício 4 – “Eu sou...”

Música: Silêncio

Posição Inicial: Sentam-se num sítio do estúdio com papel e caneta;

Descrição do Exercício: Esta tarefa foi feita em dois minutos. Com este tempo tinham de escrever sobre a sua pessoa, definirem-se sem levantar a caneta do papel, começando todas por Eu sou... Posteriormente, cada aluna escolheu uma palavra/frase e de seguida colocaram-se todas em diagonal para uma breve improvisação com o que tinham escrito em papel, experimentando vários níveis, direcções, falas etc...

Objectivos:

- Promover uma improvisação através de um exercício da escrita automática;

Notas: Neste exercício algumas das alunas levantaram a caneta antes de terminar o tempo, logo essas alunas não escreveram mais, porque o objectivo era escrever “as primeiras coisas que lhes viessem à cabeça”.

(continua)

(continuação)

Observação/Reflexão da aula em geral

Neste primeira aula, abordei praticamente os mesmos exercícios que fiz para a turma do 7ºAno. Deste modo, as alunas trabalharam a relação com o seu próprio corpo e com outro. Seguidamente reverão os solos de identidade, melhorando-o em alguns aspetos como transições, limpeza de movimento, dinâmicas entre outras. A escrita automática surgiu também nesta aula, para mais uma vez fazê-las pensar Quem são elas? Que pessoas são? Quais as suas características, defeitos e qualidades, para que nos exercícios de improvisação surgisse novo material. O foco desta aula foi essencialmente trabalhar as relações/contacto e os solos de cada aluna.

Conteúdos Programáticos	<ul style="list-style-type: none">➤ Relações, contacto com o outro;➤ Qualidade de movimento, expressividade do corpo, energia;➤ Etapas do processo criativo: estímulos e improvisação;
Objectivos Gerais	<ul style="list-style-type: none">➤ Explorar através do toque/contacto;➤ Promover a interpretação (a intenção que pretendem transmitir);➤ Capacidade de criar e de expressar a sua singularidade;
Objectivos Específicos	<ul style="list-style-type: none">➤ Improvisação individual e a pares com toque;➤ Rever e aperfeiçoar o solo identidade individualmente;➤ Improvisar através do exercício de escrita- automática;

(conclusão)

Apêndice G. Questionário Final

QUESTIONÁRIO FINAL

No âmbito do Curso de Mestrado em Ensino de Dança, da Escola Superior de Dança, do Instituto Politécnico de Lisboa, como estagiária gostava de conhecer a tua opinião relativamente ao processo de trabalho durante este ano lectivo. Neste sentido, preciso da tua colaboração para que respondas a todas as questões abaixo indicadas. É muito importante que sejas o mais verdadeiro contigo próprio.

Garanto o total anonimato, confidencialidade e proteção dos teus dados.

Muito obrigada!

Diana Sábio

1. Classifica o processo de trabalho desenvolvido no decorrer deste ano letivo, na Disciplina de Práticas Complementares? Assinala com X a tua opção.

- a) Nada interessante
- b) Pouco Interessante
- c) Interessante
- d) Muito Interessante

2. Qual a aprendizagem que retiras deste processo coreográfico implementado nesta Disciplina? Ordena de acordo com a tua importância, (sendo 1 para a mais importante e para o 6 menos importante?)

- a) Aprendi a criar através do meu interior e tentar perceber quais as minhas emoções/sentimentos enquanto dançava;
- b) Adquiri uma maior consciência de tudo o que faço, como o faço e de que forma o faço;
- c) Consegui através de exercícios de improvisação desinibir-me, produzindo material genuíno;
- d) Adquiri um olhar crítico e reflexivo sobre mim própria(o) e sobre o trabalho desenvolvido;
- e) Fiquei a conhecer-me melhor, despertando em mim uma procura constante da minha identidade;
- f) Melhorei a minha forma de me expressar e de transmitir a mensagem que pertendo;

3. Achas que este trabalho teve um impacto positivo no teu percurso profissional, bem como pessoal?

Sim

Não

(continua)

“Exposição de si mesmo” – Um Processo Coreográfico de Sentimentos e emoções na adolescência, com alunos do 3ºCiclo na disciplina de Práticas Complementares de Dança, na Escola Vocacional das Caldas da Rainha

(continuação)

3.1. Se SIM, porquê? Assinala as duas que mais valorizas;

- a) Foi um trabalho diferente de todos os outros e muito desafiante;
- b) Foi um trabalho individual de pesquisa interior;
- c) Foi um trabalho em que houve sempre colaboração entre professora e as alunas (os);

3.2. Se NÃO, porquê? Assinala as duas que mais valorizas;

- a) Foi um trabalho secante e pouco estimulante;
- b) Foi um trabalho de pouca aprendizagem;
- c) Foi um trabalho de constante análise, reflexão e questionamento;

4. Quais foram as dificuldades sentidas durante o processo de trabalho? Ordena de acordo com a tua importância, (sendo 1 para a mais importante e para o 5 menos importante)?

- a) Trabalhar sobre nós próprios, expressando as nossas emoções e sentimentos;
- b) Ter de explorar não só movimento, bem como a utilização da voz em processo criativo;
- c) Exposição de mim própria(o), perante as colegas (os) e ter presente o questionar e o reflectir em tudo o que produzia;
- d) Adaptar-me à forma como a professora trabalhava e como aplicava as tarefas em aula;
- e) Ter a responsabilidade de criar o material que seguidamente se utilizou para o espectáculo final;

5. O que te motivou neste processo de composição coreográfica? Ordena de acordo com a tua importância, (sendo 1 para a mais importante e para o 5 menos importante)?

- a) A forma como a professora transmitia os conteúdos, a emoção que colocava ao explicar as coisas;
- b) O trabalhar sobre o “eu”, sobre o que realmente sinto;
- c) Perceber que adquirir uma maior consciência de quem eu sou;
- d) Poder através desta disciplina não apenas dançar, mas também “deitar tudo cá para fora”, experiências, conversas, memórias, formas de me libertar;
- e) Passar por diversas experiências, tendo sempre estímulos diferentes;

6. Em que medida consideras que os objetivos propostos neste processo coreográfico foram alcançados e se verificam no produto final “EXPOSIÇÃO DE SI MESMO”? Assinala com X a tua opção.

- a) Não foram alcançados
- b) Foram parcialmente alcançados
- c) Foram totalmente alcançados

(continua)

“Exposição de si mesmo” – Um Processo Coreográfico de Sentimentos e emoções na adolescência, com alunos do 3ºCiclo na disciplina de Práticas Complementares de Dança, na Escola Vocacional das Caldas da Rainha

(continuação)

7. Qual o impacto que este espetáculo teve para ti? Assinala com X a tua opção.

- a) Muito Positivo
- b) Positivo
- c) Indiferença
- d) Negativo
- e) Muito Negativo

8. Voltarias a participar na Disciplina de Práticas Complementares? Assinala com X a tua opção.

Sim

Não

(conclusão)

Nota: Nas questões 6 e 7, apenas a Turma do 8º A respondeu às questões do Questionário Final, por ter sido a mesma a fazer o espectáculo final “Exposição de Si mesmo”

“Exposição de si mesmo” – Um Processo Coreográfico de Sentimentos e emoções na adolescência, com alunos do 3ºCiclo na disciplina de Práticas Complementares de Dança, na Escola Vocacional das Caldas da Rainha

Apêndice H. Matriz da Prova de Exame a Nível de Escola -3º Ano (7ºC)

MATRIZ DA PROVA DE EXAME A NÍVEL DE ESCOLA

CURSO BÁSICO DE DANÇA – 3ºCiclo / 7ºC



Tipo de Prova: Prática

Duração: 15 minutos

Estrutura da Prova

1ª- Parte – Improvisação

TEMA	ESTÍMULOS	GRUPOS	OBJECTIVOS
Esta parte do exame é apresentada em quatro grupos, sendo que cada aluno, individualmente tem uma premissa diferente a explorar. É distribuído a cada aluno um papel com uma frase, sendo de seguida recolhido todos os papéis para que se inicie o exercício.	<ul style="list-style-type: none"> • Frase retirada da Fábula “coreográfica para dançar (Agora)” de Madalena Victorino; 	<p>Grupo A – 1, 2, 3, 4</p> <p>Grupo B – 5, 6, 7, 8</p> <p>Grupo C – 9, 10, 11, 12</p> <p>Grupo D – 13, 14, 15, 16,17</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Promover a improvisação através de um estímulo – frase ao acaso; • Desenvolver em cada aluno a capacidade de criar, interpretar em tempo real;

2ªParte – Solos de Identidade

TEMA	ESTÍMULOS	GRUPOS	OBJECTIVOS
Esta parte é apresentada individualmente em grupos de dois ou três pessoas.	<ul style="list-style-type: none"> • Quatro Defeitos (de si próprio); • Quatro Qualidades (de si próprio); 	<p>Patrícia (1) e Leonor (2)</p> <p>Vitória (3) e Marta (4)</p> <p>Beatriz (5) e Guilherme (6)</p> <p>Hugo (7) e Ana (8)</p> <p>Marta (9) e Lily (10)</p> <p>Joana (11) Lara (12)</p> <p>Maria(13), Camila (14) e Viviana (15)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Promover uma interpretação/intenção da mensagem que pretendem transmitir para quem observa; • Desenvolver em cada aluno, o seu próprio estilo/linguagem;

(continua)

“**Exposição de si mesmo**” – Um Processo Coreográfico de Sentimentos e emoções na adolescência, com alunos do 3ºCiclo na disciplina de Práticas Complementares de Dança, na Escola Vocacional das Caldas da Rainha

(continuação)

3ªParte – Sequência de Movimento

TEMA	ESTÍMULOS	GRUPOS	OBJECTIVOS
A parte final do exame é subdividida na apresentação de quatro grupos, em que cada um deles teve a tarefa de criar uma sequência de grupo manipulando o movimento já existente nos seus solos. Posteriormente, é apresentada uma pequena composição coreográfica com todo o material dos quatro grupos.	• Melhores momentos dos seus solos;	Grupo 1 – Leonor, Marta, Patrícia e Victoria; Grupo 2 – Madalena, Beatriz, Aluma, Guilherme; Grupo 3 – Marta, Hugo, Lily, Ana; Grupo 4 –Lara, Maria, Joana, Joana, Camila, Viviana;	• Desenvolver a capacidade de trabalho em grupo; • Promover a capacidade de criar uma sequência de movimento com momentos dos diferentes solos;

Posição Inicial: Encontram-se nos lugares onde terminaram a aula de técnica de dança contemporânea. Após isto, abrem o pé para a direcção em que vão sair e deslocam-se para os lugares de dança criativa, formando duas filas.

Indumentária: Mayot preto, collants pretos e pés descalços.

Agradecimentos: Retomam aos lugares do centro e agradecem em filas.

(conclusão)

“Exposição de si mesmo” – Um Processo Coreográfico de Sentimentos e emoções na adolescência, com alunos do 3ºCiclo na disciplina de Práticas Complementares de Dança, na Escola Vocacional das Caldas da Rainha

Apêndice I. Matriz da Prova de Exame a Nível de Escola -4º Ano (8ºA)

MATRIZ DA PROVA DE EXAME A NÍVEL DE ESCOLA

CURSO BÁSICO DE DANÇA – 3ºCiclo / 8ºA



Tipo de Prova: Prática

Duração: 15 minutos

Estrutura da Prova

1ª Parte – Improvisação

TEMA	ESTÍMULOS	GRUPOS	OBJECTIVOS
Esta parte do exame é apresentada em quatro grupos, sendo que cada aluno, individualmente tem uma premissa diferente a explorar. É distribuído a cada aluno um papel com uma frase, sendo de seguida recolhido todos os papéis para que se inicie o exercício.	<ul style="list-style-type: none"> • Frase escolhida pela professora; 	<p>Grupo 1 – Inês Pêgo, Inês Catita, Sofia Pascoalinho, Beatriz Brás e Joana Felix</p> <p>Grupo 2 – Mafalda Simões, Madalena Vidigal, Teresa Pereirae Leonor Martins</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Promover a improvisação através de um estímulo – frase ao acaso; • Desenvolver em cada aluno a capacidade de criar, interpretar em tempo real;

2ª Parte – Solos de Identidade

TEMA	ESTÍMULOS	GRUPOS	OBJECTIVOS
Esta parte é apresentada individualmente. Por ordem definida apresentam o solo, terminado em corrida, ficando atrás da pessoa que vai apresentar de seguida.	<ul style="list-style-type: none"> • Quatro Defeitos (de si próprio); • Quatro Qualidades (de si próprio); 	<p>Mafalda Simões (1) Madalena Vidigal (2) Teresa Pereira (3) Leonor Martins (4) Inês Pêgo (5) Inês Catita (6) Sofia Pascoalinho (7) Beatriz Brás (8) Joana Félix (9)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Promover uma interpretação/intenção da mensagem que pretendem transmitir para quem observa; • Desenvolver em cada aluno, o seu próprio estilo/linguagem;

(continua)

“**Exposição de si mesmo**” – Um Processo Coreográfico de Sentimentos e emoções na adolescência, com alunos do 3ºCiclo na disciplina de Práticas Complementares de Dança, na Escola Vocacional das Caldas da Rainha

(continuação)

3ªParte – Sequência de Movimento

TEMA	ESTÍMULOS	GRUPOS	OBJECTIVOS
A parte final do exame é subdividida na apresentação de dois grupos, em que cada um deles teve a tarefa de criar uma sequência de grupo manipulando o movimento já existente nos seus solos. Posteriormente, é apresentada uma pequena composição coreográfica com todo o material de ambos os grupos.	<ul style="list-style-type: none">• Melhores momentos dos seus solos;	<p>Grupo 1 – Inês Pêgo, Inês Catita, Sofia Pascoalinho, Beatriz Brás e Joana Felix</p> <p>Grupo 2 – Mafalda Simões, Madalena Vidigal, Teresa Pereirae Leonor Martins</p>	<ul style="list-style-type: none">• Desenvolver a capacidade de trabalho em grupo;• Promover a capacidade de criar uma sequência de movimento com momentos dos diferentes solos;

Posição Inicial: Encontram-se nos lugares onde terminaram a aula de técnica de dança contemporânea. Após isto, abrem o pé para a direcção em que vão sair e deslocam-se para os lugares de dança criativa, formando uma fila de costas para o júri.

Indumentária: Mayot preto, collants pretos e pés descalços.

Agradecimentos: Retomam aos lugares do centro e agradecem em filas.

(conclusão)