



Instituto Politécnico de Lisboa
Escola Superior de Dança
Mestrado em Ensino de Dança

As emoções como estímulo no desenvolvimento da expressividade e da criatividade
na disciplina de Expressão Criativa, com os alunos do 2º ano do Conservatório Regional
Silva Marques

Inês Maria da Silva Nunes

Orientador:
Professor Vítor Garcia

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

outubro 2021



Instituto Politécnico de Lisboa
Escola Superior de Dança
Mestrado em Ensino de Dança

As emoções como estímulo no desenvolvimento da expressividade e da criatividade
na disciplina de Expressão Criativa, com os alunos do 2º ano do Conservatório Regional
Silva Marques

Inês Maria da Silva Nunes

Orientador:
Professor Vítor Garcia

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

outubro 2021

As emoções como estímulo no desenvolvimento da expressividade e da criatividade na disciplina de Expressão Criativa, com os alunos do 2º ano do Conservatório Regional Silva Marques

Dedicatória

Este projeto é dedicado a todos os meus alunos, os que já foram, os que são e os que vão ser. Que a dança e as emoções estejam sempre presentes nas suas vidas.

Agradecimentos

Começo por agradecer ao Conservatório Regional Silva Marques, às alunas do 2º ano do Ensino Artístico Especializado e à Mariana Aguiar, que esteve sempre presente para me ajudar.

À minha turma, que foi a primeira turma de mestrado a passar um confinamento, por todo o apoio nos momentos de stress e pânico que tiveram estes 2 anos. Um obrigada especial à Ana Sofia e à minha Susana, que não me deixaram sentir sozinha durante a escrita do relatório.

Ao meu orientador, Vítor Garcia, que nunca me deixou sem respostas e sempre me acompanhou durante todo este percurso.

À Escola de Dança Diogo de Carvalho, onde sempre me apoiaram, e às minhas alunas que, apesar de não terem sido o público-alvo deste projeto de estágio, estiveram sempre presentes como cobaias, com um sorriso e vontade de aprender.

À minha amiga do coração, a Ana, que aturou todos os momentos de loucura, entre o trabalho e o mestrado, e me ajudou sempre a 'pôr os trabalhos bonitos'.

À minha mãe e à minha irmã, para elas nem há palavras.

Resumo

O presente Relatório de Estágio surge no âmbito do Mestrado em Ensino de Dança, pela Escola Superior de Dança – Instituto Politécnico de Lisboa. O mesmo foi realizado nos 3º e 4º semestres do presente curso, no ano letivo 2020/2021.

O nível de ensino no qual o projeto foi aplicado foi o 2º ano do Curso Básico de Dança, na escola cooperante Conservatório Regional Silva Marques, inserido na disciplina de Expressão Criativa.

A sua temática baseia-se na utilização de estímulos emocionais como abordagem criativa e expressiva do movimento nas aulas de Expressão Criativa. Apesar de ter sido sempre objetivo que a consciência interpretativa que surgisse dessa temática, pudesse transpor a disciplina para as outras áreas artísticas da dança, as Técnicas de Dança Clássica e Contemporânea.

O seu objetivo principal foi desenvolver a capacidade interpretativa das alunas, na sua expressividade e criatividade. Tornando-se, assim, mais conscientes no que toca à comunicação de uma mensagem, emoção, ideia, sentimento, ou algo mais que a execução técnica do movimento, a quem está a observar.

Para isso, as alunas foram estimuladas a entender o que é a emoção e o que a despoleta, relacioná-la com o corpo em movimento, identificá-la através da observação dos colegas e interiorizar estratégias para a sua interpretação.

A metodologia de investigação utilizada foi a de investigação-ação, por permitir encontrar diferentes estratégias e abordagens no decorrer do processo de investigação, através dos instrumentos: diários de bordo (do investigador e do público-alvo); tabelas de observação estruturada; questionários e registo em vídeo.

Durante o decorrer do estágio foi observada uma crescente capacidade interpretativa, relacionada com a maturidade e concentração que as alunas aplicaram durante as aulas, onde foram estimuladas, principalmente, a desenvolver a capacidade de comunicar com o público, por outras palavras, a fortalecer a sua interpretação do movimento em cada coreografia realizada.

Palavras chave: dança criativa, emoções, interpretação, criatividade.

Abstract

This Internship Report comes within the scope of the Master Course in Dance Teaching, at the Escola Superior de Dança – Instituto Politécnico de Lisboa. It was developed in the 3rd and 4th semesters of the present course, in the academic year 2020/2021.

The level of education at which the project was applied was the 2nd year of the Basic Dance Course, in the cooperative school Conservatório Regional Silva Marques, inserted in the subject of Creative Expression.

Its theme is based on the use of emotional stimuli as a creative and expressive approach to movement in the classes of Creative Expression. Although it was always a goal that the interpretative awareness that arose from this theme could transpose the subject to the other artistic areas of dance, the Classical and Contemporary Dance Techniques.

Its main objective was to develop the students' interpretative capacity in their expressiveness and creativity. Becoming more conscious about communicating a message, an emotion, an idea, a feeling, or something other than the simple technical execution of movement, to the observer.

To do so, the students were stimulated to understand what emotion is and what triggers it, to relate it to the body in movement, to identify it through the observation of colleagues and to internalize strategies for its interpretation.

The research methodology used was the research-action method, since it allows the discovery of different strategies and approaches during the research process, through the following instruments: logbooks (of the investigator and of the target audience); structured observation tables; questionnaires and video recording.

During the internship, a growing interpretive capacity was observed, related to the maturity and concentration that the students applied during the classes, where they were stimulated, mainly, to develop the capacity to communicate with the audience, in other words, to strengthen their interpretation of the movement in each choreography performed.

Keywords: creative dance, emotions, interpretation, creativity.

Abreviaturas, siglas e acrónimos

CRSM - Conservatório Regional Silva Marques

EAE - Ensino Artístico Especializado

NEE - Necessidades Educativas Especiais

SEA - Sociedade Euterpe Alhandrense

Índice

Dedicatória	2
Agradecimentos.....	3
Resumo	4
Abstract	5
Abreviaturas, siglas e acrónimos	6
Introdução.....	12
Capítulo I – Enquadramento Geral.....	13
Motivação do estudo.....	13
Pertinência do estudo	13
A disciplina e o professor	15
Caracterização da instituição de acolhimento	15
Plano de estudos.....	16
Descrição dos recursos físicos e humanos existentes	17
Caracterização da população – público-alvo	17
Regime presencial/ <i>online</i>	18
Identificação dos objetivos gerais e específicos	19
Objetivo geral	19
Objetivos específicos.....	20
Descrição do plano de atividades/plano de ação	21
Capítulo II – Enquadramento teórico.....	23
Emoções.....	23
O que são?.....	23
Quais são os tipos de emoção?.....	24
Biologicamente, o que é que acontece durante uma emoção?.....	26
Função biológica das emoções	26
A influência da cultura e das experiências pessoais	27
O que causa uma emoção?.....	28
Como se manifesta uma emoção?	29
A emoção e o movimento	29
O que é a inteligência emocional?	30
Dança criativa	31

O que é?.....	31
Qual é o objetivo da dança criativa?	32
As componentes de uma aula de dança criativa	32
O que é a criatividade?	34
Como se desenvolve a criatividade?	36
O professor de uma disciplina criativa	36
Emoções na dança	38
Como se relacionam?	38
Emoções na educação	38
A dança desenvolve a inteligência emocional?	39
Interpretação + expressividade = comunicação?	39
Capítulo III – Metodologias de investigação	42
Descrição de métodos/técnicas/instrumentos utilizados.....	42
Técnica de observação – tabela de observação estruturada e diário de bordo (da investigadora e do público-alvo)	43
Técnica de conversação (inquérito) – questionário	44
Meios audiovisuais – gravação de vídeos das aulas.....	44
Observação estruturada	45
Lecionação partilhada.....	45
Lecionação autónoma	45
Participação em outras atividades	45
Capítulo IV – Estágio: apresentação e análise dos dados	46
Observação estruturada.....	46
Calendarização.....	46
Expressão Criativa - Objetivos.....	46
Expressão Criativa - Desenvolvimento	46
Expressão Criativa - Conclusões	46
Técnica de Dança Clássica - Objetivos.....	48
Técnica de Dança Clássica - Desenvolvimento	48
Técnica de Dança Clássica - Conclusões.....	48
Conclusões – observação estruturada.....	49
Lecionação partilhada.....	50
Calendarização.....	50

Objetivos	50
Desenvolvimento	50
Conclusões lecionação partilhada	51
Lecionação autónoma.....	52
Calendarização.....	52
Objetivos	53
Desenvolvimento	54
Conclusões lecionação autónoma	55
Apresentação de análise de resultados dos instrumentos de recolha de dados ..	57
Participação em outras atividades	62
Calendarização.....	62
Objetivos	62
Desenvolvimento	63
Conclusões da participação em outras atividades	63
Reflexão final.....	65
Referências bibliográficas	69
Apêndices.....	I
Apêndice A	I
Apêndice B	II
Apêndice C	IV
Apêndice D	V
Apêndice E	VII
Apêndice F.....	VIII
Apêndice G	X
Apêndice H	XI
Apêndice I.....	XII
Apêndice J.....	XIII
Apêndice K	XIV
Apêndice L.....	XV
Apêndice M.....	XVI
Apêndice N	XVII
Apêndice O	XXVI
Apêndice P	XXXV
Apêndice Q	XLII

Apêndice R	LI
Apêndice S	LVII
Apêndice T	LXI
Apêndice U	LXIV
Apêndice V	LXVI
Apêndice W	LXIX

Índice de tabelas

Tabela 1 - Plano de Estudos.....	17
Tabela 2 - Aulas de observação estruturada.....	46
Tabela 3 - Aulas de lecionação partilhada	50
Tabela 4 - Aulas de lecionação autónoma	52

Introdução

O presente relatório de estágio foi realizado durante os 3º e 4º semestres do curso Mestrado em Ensino de Dança, pela Escola Superior de Dança – Instituto Politécnico de Lisboa, e aplicado no 2º ano do Ensino Artístico Especializado (EAE) no Conservatório Regional Silva Marques.

Foi enquadrado na disciplina de Expressão Criativa, lecionada na escola cooperante durante os primeiros 2 anos do EAE. A sua temática está relacionada com a utilização de estímulos emocionais para o desenvolvimento da interpretação, da sua expressividade e criatividade, e tem como objetivo desenvolver a consciencialização do que é uma emoção para depois a transmitir através do corpo em movimento.

Durante a prática pedagógica, foram realizados módulos de aulas com base em emoções primárias (alegria, tristeza, medo, raiva e repulsa), sempre com o objetivo de experimentar, observar, refletir e adquirir estratégias para a transmissão de uma emoção.

A metodologia utilizada foi a de investigação-ação. Os instrumentos utilizados foram: diários de bordo (do investigador e do público-alvo); tabelas de observação estruturada (de turma e individuais); questionários às alunas (um inicial para compreender a perceção das alunas relativamente às emoções e um final com o objetivo de entender a sua perspetiva em relação à temática das emoções) e às professoras das técnicas clássica e contemporânea (com o objetivo de obter vários pontos de vista sobre se a temática abordada nas aulas de Expressão Criativa influenciou de alguma forma as outras aulas, principalmente durante as criações das coreografias para o espetáculo final) e registo de vídeo.

A escolha do tema parte de motivações pessoais. Duas áreas de interesse da mestranda são a dança criativa e a interpretação do movimento e como desenvolver nos alunos esta capacidade de comunicação com o público. E assim, a partir de uma reflexão surgiu a questão de partida: que estratégias se podem utilizar para ajudar os alunos a desenvolver a capacidade interpretativa do movimento, nomeadamente as suas expressividade e criatividade?

Os exercícios e tarefas propostas na disciplina de Expressão Criativa podem ser promotores de um desenvolvimento da interpretação do aluno, partindo da dança criativa para as outras áreas disciplinares como as Técnicas de Dança Clássica e Contemporânea.

No presente relatório de estágio, encontram-se os seguintes capítulos: Enquadramento Geral, Enquadramento Teórico, Metodologias de Investigação, Estágio – Apresentação e Análise dos dados, Reflexão Final e Referências Bibliográficas.

Capítulo I – Enquadramento Geral

Motivação do estudo

A motivação para a escolha da temática das emoções na realização do projeto de estágio surgiu de um gosto pessoal pela ‘magia’ da dança criativa, da forma como se podem transmitir sentimentos, emoções, mensagens e/ou histórias através do corpo, sem a obrigatoriedade de uma linguagem específica de movimento.

Surge, também, de um desejo de explorar a expressividade que é demonstrada em palco pelos bailarinos. Um trabalho que é iniciado nas aulas de dança, pelo professor, mas que pode ter uma continuidade no futuro. É um processo de aprendizagem que nunca termina, diferentes coreógrafos, ou apenas diferentes peças coreográficas, podem solicitar aos bailarinos diferentes interpretações, sendo uma constante na sua vida profissional e, por vezes, um desafio.

Ao abordar a expressividade e a criatividade na disciplina de Expressão Criativa, espera-se que o aluno transporte essas experiências emocionais para as outras disciplinas do currículo de dança, como a Técnica de Dança Clássica e Contemporânea, com o objetivo de melhorar a capacidade de comunicar com quem está a observar.

Pertinência do estudo

Anteriormente, no curso de Mestrado em Ensino de Dança, foram realizados projetos de estágio com a temática das emoções, nas suas variadas utilizações no contexto da área artística da dança. Por isso, é pertinente abordar as suas especificidades e apresentar algumas conclusões, com o objetivo de entender as semelhanças e as diferenças com o presente relatório.

Colin (2016), no seu relatório de estágio, abordou o envolvimento emocional dos alunos na prática da Composição Coreográfica. Uma das conclusões que se pode extrair deste projeto é que quando um aluno se concentra especificamente em melhorar competências, como a interpretação e a expressividade, esse processo acontece mais naturalmente.

Aguiar (2013), abordando principalmente obras escritas pelo autor José Luís Peixoto, fez a ponte entre o estímulo e a temática das emoções, explorando o “sentido, significado e mensagem.” (p.24). A autora utilizou também as experiências, vivências e memórias dos próprios alunos, resultando na criação de uma caixa que continha objetos representativos de experiências emocionais. Uma das conclusões a que chegou é que a reflexão é uma ferramenta fundamental para a evolução do trabalho coreográfico com a temática das emoções.

Sábio (2016), trabalhou estímulos externos que despertassem nos alunos memórias de emoções, de forma que nas suas sequências coreográficas integrassem os seus próprios sentimentos. Utilizou, de uma forma intensiva, a improvisação para transportar o que os alunos estavam a sentir para o movimento, partindo do interior para o exterior. A autora salienta que os alunos mudaram a consciência das suas próprias emoções e sentimentos, no decorrer do processo de estágio.

Partindo das conclusões destes alunos, já mestres formados por este curso, pretende-se uma abordagem diferente das emoções, noutra disciplina e com alunos mais jovens, de forma a tentar introduzir mais precocemente a noção de interpretação do movimento, da sua expressividade e criatividade.

Segundo Marques & Xavier (2013): “As técnicas de dança visam trabalhar e disciplinar o corpo, mas também dotá-lo de ferramentas que lhes permitam pesquisar e incorporar formas expressivas e comunicativas.” (p.53). Portanto, quando os alunos integram o ensino artístico há uma maior carga nas Técnicas de Dança (Clássica e Contemporânea), mas têm sempre uma disciplina de Expressão Criativa, com o objetivo de desenvolver o seu lado criativo e expressivo.

Vários coreógrafos utilizam a criatividade e expressividade dos bailarinos para as suas criações coreográficas, como por exemplo:

- Para Pina Baush, as emoções e os sentimentos são essenciais. Ao analisar variadas entrevistas à coreógrafa e a alguns bailarinos, todos referem o papel essencial da personalidade de cada um, como pessoas, das histórias de vida, das emoções e sentimentos que são partilhadas, sempre com o objetivo de produzir uma peça coreográfica (Climenhaga, 2009).
- Olga Roriz, durante a sua vida profissional “Foi recorrendo a múltiplos exercícios e estratégias sobre um tema, uma narrativa, uma emoção, ou uma situação, para que, através da fisicalidade própria de cada bailarino, pudesse escolher uma significação, intensidade e qualidade de movimento própria” (Borges, 2012, p.13).
- Ohad Naharin, na sua metodologia (*Gaga*) pede aos bailarinos que se foquem na sensação física e mental que o movimento lhes proporciona, em vez de reproduzirem a forma do movimento no corpo (Saumaa, 2017).

Estes são apenas alguns exemplos daquilo que é o panorama da criação coreográfica contemporânea, neste sentido, o desenvolvimento da interpretação, da sua expressividade e criatividade, torna-se uma matéria pertinente, atual e em desenvolvimento constante, que não deve ficar esquecida para os professores da arte da dança.

A disciplina e o professor

Para uma abordagem das emoções verdadeira e profunda, é essencial um professor que seja verdadeiro com os seus alunos, criativo e encorajador, mas também exigente e claro. Marques (2016) afirma que “o impulso criativo deve surgir tanto do aluno como do professor” (p. 30), e para Silva e Schwartz (2000) um professor deve ter competências ao nível técnico, bem como na “exploração dos diversos componentes, como a criatividade, a formulação de novos movimentos” (p.45). Ora estas premissas estiveram presentes durante toda a realização do projeto de estágio, tentando sempre que a professora estagiária fosse um exemplo para os alunos, tendo uma postura motivadora, mas também exigente, sempre com o objetivo do crescimento dos alunos, para que tivessem a oportunidade de dar o melhor de si, aprendendo e crescendo a nível artístico e, espera-se, também a nível pessoal.

Referindo a Expressão Criativa, disciplina onde foi realizado o estágio, é essencial pensar nas vantagens de um tipo de aprendizagem livre, com expressividade artística individual, e com uma reflexão crítica em desenvolvimento. Alguns dos pontos fortes deste tipo de ensino são descritos por Gaudry-Routledge, Madison e Binder (2020), defendendo que através da criação de um espaço aberto e livre, os alunos conseguem expressar-se, questionar o seu movimento, resolver problemas individualmente e em grupo, o que, numa aula com outras características, como as técnicas, não é usual. Através deste estudo conseguiram chegar à conclusão que através do movimento, os alunos têm “The capacity for movement to tell stories, explore identity, build communities, and challenge traditional processes of learning was significant” (Gaudry-Routledge, Madison e Binder, 2020, p.141).

Caracterização da instituição de acolhimento¹

O estágio foi realizado no Conservatório Regional Silva Marques (CRSM), uma escola de ensino particular e cooperativo, com uma oferta educativa que vai desde o ensino livre ao ensino oficial das áreas artísticas música e dança.

O CRSM, fundado em 1996, é uma instituição vinculada aos estatutos e regulamentos da coletividade Sociedade Euterpe Alhandrense (SEA), fundada em dezembro de 1862, situada em Alhandra, no concelho de Vila Franca de Xira.

Primeiramente, o CRSM funcionava apenas com a área artística da música, só em 2015 surge o curso de dança. Relativamente à música, obteve a autorização definitiva e autonomia pedagógica em 2001. Na área da dança conta com autonomia pedagógica desde o ano 2011 e autorização definitiva desde o ano 2020.

¹ Todo este capítulo é baseado no documento Projeto Educativo 19/22 do Conservatório Regional Silva Marques.

O CRSM tem protocolo com quinze escolas do concelho, contando com escolas das freguesias de Alenquer, Arruda dos Vinhos, Azambuja, Benavente e Cartaxo.

Apresenta como objetivo o desenvolvimento dos alunos, tanto ao nível artístico como ao nível social, cultural e cívico, referindo, no seu Projeto Educativo: “O CRSM tem por missão prestar à Comunidade um serviço educativo de qualidade, sustentável, com padrões de exigência e responsabilidade, valorizando o prosseguimento dos estudos, por via do desenvolvimento de atividades educativas e culturais de âmbito artístico.” (CRSM, 2019, p.24)

Uma vez que a SEA é considerada um centro histórico, esta abrange outras atividades para além do ensino da música e da dança, tais como: banda de música, grupo coral, grupos de teatro, entre outros.

Na perspetiva desta coletividade (SEA), a formação de crianças e jovens nas áreas de Música e Dança, tem um papel essencial. Reúne como principais objetivos o incentivo à formação de profissionais, o desenvolvimento da capacidade artística de cada um, ministrar um bom ensino vocacional de música e dança, entre outros.

O CRSM apresenta um leque de opções alargado no que toca a atividades relacionadas com a dança, tais como: dança para bebés; dança criativa; expressões (dos 3 aos 5 anos) e iniciação à dança; técnica de dança clássica; pontas; *progressing ballet technique*; dança contemporânea; barra no chão; expressão criativa; danças tradicionais; dança jazz e composição coreográfica.

É uma escola impulsionadora em campanhas de sensibilização para as artes, participando e criando diversas atividades e encontros para os seus alunos.

Plano de estudos

Relativamente ao curso de dança, conta com a direção pedagógica da professora Mariana Aguiar.

Os professores da turma do 2º ano de EAE, no ano letivo 2020/2021, foram:

- Técnica de Dança Clássica - professora Ana Margarida Silva
- Técnica de Dança Contemporânea – professora Mariana Aguiar
- Expressão Criativa - professora Mariana Aguiar
- Música – professor Pedro Fernandes

Estes três professores foram intervenientes neste estágio, na medida em que, a professora Mariana Aguiar era a professora cooperante, a professora Ana Margarida Silva, colaborou acolhendo a estagiária em várias aulas de observação estruturada, e o professor de música, Pedro Fernandes, com quem foi realizado um projeto no final do ano letivo de ligação das duas áreas artísticas, a música e a dança.

As emoções como estímulo no desenvolvimento da expressividade e da criatividade na disciplina de Expressão Criativa, com os alunos do 2º ano do Conservatório Regional Silva Marques

De seguida, apresenta-se o plano de estudos do 2º ano do EAE, uma vez que foi onde foi realizado o estágio:

Tabela 1 - Plano de Estudos

Disciplina	Carga horária
Técnica de Dança Clássica	4h30
Técnica de Dança Contemporânea	3h
Expressão Criativa	1h30
Música	1h30

Descrição dos recursos físicos e humanos existentes

O CRSM conta com cerca de 40 professores, entre a música e a dança, todos com habilitações correspondentes ao desempenho das suas funções. Do corpo docente da área da dança fazem parte 7 professores de dança e 2 de música.

Na sua estrutura organizacional conta com: Direção Pedagógica, Concelho Pedagógico, Departamentos Curriculares, Conselhos de Avaliação e Conselho Executivo.

Relativamente aos recursos físicos, o CRSM dispõe de dois auditórios, dois estúdios equipados com espelhos e barras para a dança, três salas de formação musical/classe de conjunto e, ainda, seis salas destinadas às aulas de instrumento, com áreas adequadas e devidamente apetrechadas.

Caracterização da população – público-alvo

O público-alvo deste projeto foi a turma de 2º ano do 2º ciclo do EAE de Dança, uma vez que se pressupõe que nestas idades os alunos já apresentem uma base significativa de conhecimentos de conteúdos do movimento, para que seja possível uma exploração e aprofundamento destes últimos através das emoções.

Trabalhou-se com uma turma com 9 alunas que, apesar de pertencerem todas à mesma turma de EAE, são de vários agrupamentos de escolas do concelho de Vila Franca de Xira (Agrupamento de Escolas Pedro Jacques Magalhães, Colégio Bartolomeu Dias, Agrupamento de Escolas Professor Reynaldo dos Santos e Agrupamento de Escolas da Póvoa Santa Iria) e, por conseguinte, de turmas diferentes do ensino regular.

Do total da turma, 7 alunas transitaram no 1º ano do EAE para o 2º e 2 alunas entraram apenas no 2º ano. Destas duas alunas, uma tinha um histórico de aulas de Técnica de Dança Clássica em regime de ensino livre, a outra aluna tinha frequentado o 1º ano do EAE de

música e praticava ginástica. Havia, ainda, uma aluna com Necessidades Educativas Especiais (NEE), com algumas adaptações específicas ao currículo.

Se, por um lado, ter uma turma pequena foi uma desvantagem para uma análise mais abrangente dos resultados, por outro lado, foi também uma vantagem pois, assim foi possível uma análise pormenorizada e personalizada a cada aluna, dando mais atenção e *feedback* a cada uma individualmente.

As idades das alunas estavam compreendidas entre os 11 e os 12 anos, uma idade de transição, de crianças para adolescentes, a chamada pré-adolescência, caracterizada pelo início das mudanças físicas, os conflitos interiores e as dúvidas.

Para Freitas-Magalhães (2003), esta fase é o início da adolescência, um período muito conturbado, onde existem mudanças drásticas de humor, há também uma redução do egocentrismo e um início da socialização, todas estas características foram observadas no decorrer do estágio. Um dos exemplos foi passarem de um estado bem-humorado a mal-humorado rapidamente e sem razão nenhuma aparente ou até, por vezes, começarem a chorar sem nada ter acontecido. Observou-se também o aumento da socialização, de uma forma progressiva, a capacidade de se ajudarem e de partilharem ideias, o que no início do ano letivo era complicado, foi-se tornando mais fácil e natural.

Vygotsky (2009) aborda também esta idade de transição, afirmando que se trata de uma idade com muitas situações contraditórias, refere mesmo que “é a idade em que se quebra o equilíbrio do organismo infantil sem que tenha sido ainda possível encontrar o equilíbrio do organismo adulto.” (p. 41).

Quanto ao professor de dança, deve estar atento a estas mudanças, ajudar e compreender o aluno é também uma parte essencial das suas aulas, como afirma a International Association for Dance Medicine and Science (2000).

Os benefícios da dança na adolescência são evidenciados por Connolly, Quin & Redding (2011), referindo que a criatividade, a resolução de problemas e a relação com a música são elementos que beneficiam a dança em relação a outras atividades físicas. Tal como é experienciado pelos alunos nas aulas de Expressão Criativa, onde se podem desenvolver todos estes conteúdos.

Regime presencial/*online*

Este ano letivo foi caracterizado pela implementação de aulas de forma presencial e também *online*. Apesar do ano letivo ter iniciado e terminado de uma forma presencial, com algumas regras de higiene e segurança em vigor, durante o 2º período houve uma interrupção nas aulas presenciais e passou a estar em vigor o ensino à distância.

Algumas das regras do ensino presencial, de forma a diminuir a propagação do vírus *Covid-19*, eram:

- O professor estava incumbido de desinfetar todo o estúdio após a aula.
- As alunas tinham um lugar específico no espaço, sempre o mesmo.
- Não havia possibilidade de relação pelo toque durante os exercícios.
- As alunas não podiam retirar a máscara durante a aula, salvo raras exceções em que as alunas se encontravam a, no mínimo, 2 metros de distância das colegas e professora.
- Nos trabalhos a pares/grupo, privilegiou-se a interação entre alunas que eram da mesma turma do ensino regular, de forma a diminuir a possibilidade de contágio.

Algumas destas regras impossibilitaram a realização de exercícios e tarefas, principalmente relativamente ao contacto pelo toque, o que fazia parte dos conteúdos programáticos da disciplina e seria desenvolvido nos planos de aulas com a temática das emoções.

A utilização constante de máscara foi, também, uma barreira física que dificultou muito a observação da evolução e desenvolvimento da expressão facial.

Durante o 2º período, o tempo que as alunas estiveram em aulas *online*, houve uma grande desmotivação na turma. Apesar de realizarem as tarefas e os exercícios pedidos, demonstraram mais dificuldade em articular e discutir ideias nos trabalhos em grupo, e, por isso, foi predominantemente o trabalho a solo que foi desenvolvido.

Identificação dos objetivos gerais e específicos

Tratando-se de um relatório de estágio, será pertinente colocar uma pergunta de investigação:

De que forma é que a utilização de estímulos emocionais pode melhorar a criatividade e a expressividade, componentes da interpretação, dos alunos do 2º ano do Conservatório Regional Silva Marques?

Objetivo geral

- Desenvolver a interpretação, nomeadamente a expressividade e a criatividade, através da utilização de estímulos emocionais.

O ponto de partida passou por colocar as alunas a sentir uma determinada emoção e, a partir daí, desenvolver e trabalhar o corpo em movimento. Numa fase inicial as alunas nem

sabiam que emoção ia ser abordada, no desenrolar da aula sentiam essa emoção interiormente para, de seguida, a exteriorizar. Uma abordagem suportada por Damásio e Immordino-Yang (2011), que defendem que a indução de uma emoção através de um estímulo do ambiente, direta ou indiretamente (através de pensamentos ou memórias), provoca alterações mentais e fisiológicas no organismo. Estes processos provocam “the influence of the mind on the body and of the body on the mind.” (Damásio e Immordino-Yang, 2011, p.127)

Objetivos específicos

- Desenvolver o autoconhecimento através da procura interior do que é a emoção e o que a promove.

Goleman (2021), refere que a inteligência emocional está relacionada com o indivíduo ter a capacidade de entender as suas emoções e saber geri-las. Através de um processo de procura interior, espera-se que o aluno tenha a capacidade da consciencialização da emoção.

- Utilizar o corpo em movimento, a expressividade facial e a corporal, para comunicar uma emoção.

O aluno deverá ter a capacidade de reconhecer que “as emoções podem espelhar-se em termos de comportamento expressivo [...] e de indicadores fisiológicos.” (Arruda, 2014, p.25), e utilizar esse movimento, ampliá-lo e transformá-lo, nos exercícios criativos propostos.

- Desenvolver as relações interpessoais através da identificação e compreensão da emoção no outro.

Desenvolvido através da observação e da colaboração com os colegas na realização dos exercícios e da interpretação de estímulos emocionais. A observação e reflexão são fundamentais, contribuindo para um desenvolvimento cognitivo do aluno. “Como se trabalha em grupo, poderá também incrementar as competências relacionadas com a inteligência interpessoal.” (Leandro, Monteiro & Melo, 2018, p.23)

- Criar estratégias no domínio psico-motor, para a interpretação e expressão da emoção.

Como um ator que não transmite uma emoção genuína, mas uma emoção transformada, citando Aronson (2003). Hertzler (2007), refere também que, para o ator transmitir a recreação da emoção só é possível quando existe controlo sobre a mesma.

Apesar de se tratar de outra área artística, que é o teatro, o aluno de dança deve saber o que despoleta uma emoção, mas não ter de pensar numa situação, deve criar mecanismos para a utilização da emoção de uma forma controlada e, por isso, não é uma emoção genuína, é transformada.

Num estudo desenvolvido por Nummenmaa, Glerean, Harib e Hietanen (2014), foram desenvolvidos mapas de sensação corporal para diferentes emoções (primárias e não primárias), onde se pôde observar uma tendência dos participantes para escolher as mesmas partes do corpo para uma emoção. No decorrer do estágio pretendeu-se relacionar cada emoção abordada, com um ou vários conteúdos de movimento, de forma a encontrar semelhanças, como os autores acima referidos encontraram para a sensação da emoção no corpo, neste caso, no corpo em movimento.

Descrição do plano de atividades/plano de ação

De acordo com o regulamento do estágio, documento da Escola Superior de Dança (2012), o estágio decorreu durante o 3º e 4º semestres do presente curso. Enquadrando-se, assim, no ano letivo 2020/2021.

O estágio tem a obrigatoriedade de duração de 60 horas, distribuídas por:

- Observação estruturada – 8 horas
- Participação acompanhada – 8 horas
- Lecionação – 40 horas
- Colaboração em outras atividades – 4 horas

Na realidade, o estágio contou com 63 horas e 30 minutos distribuídas por:

- Observação estruturada – 10 horas e 30 minutos
- Participação acompanhada – 9 horas
- Lecionação autónoma – 40 horas
- Colaboração em outras atividades – 4 horas

Este projeto desenvolveu-se na disciplina de Expressão Criativa que tem 1 aula semanal de 1 hora e 30 minutos, neste ano letivo presencialmente às terças-feiras das 17h15 às 18h45, em regime *online* das 16h45 às 18h15.

De acordo com o calendário do ano letivo 2020/2021, não haviam aulas suficientes desta disciplina para cumprir todas as horas obrigatórias, por isso foi adotada a estratégia de observação de aulas de Técnica de Dança Clássica (foram observadas 3 aulas de Técnica de Dança Clássica e 4 de Expressão Criativa) e também foram realizadas horas extraordinárias,

As emoções como estímulo no desenvolvimento da expressividade e da criatividade na disciplina de Expressão Criativa, com os alunos do 2º ano do Conservatório Regional Silva Marques

no último dia de aulas do 3º período, com o objetivo de realizar uma coreografia em conjunto com o professor de música, tendo a duração de 4 horas de preparação, ensaio e gravação.

A observação das aulas de Técnica de Dança Clássica teve como objetivo observar as alunas noutra aula, no sentido de entender a evolução da interpretação ao longo do ano letivo.

Todas as alterações foram antecipadamente combinadas e organizadas com a professora cooperante.

Capítulo II – Enquadramento teórico

Emoções

O que são?

Sendo este projeto de estágio sobre as emoções, torna-se essencial definir o seu conceito, apresentando os pontos de vista de vários autores sobre esta temática, que ainda gera alguma discórdia na comunidade científica, relativamente às suas definição e características.

As emoções são algo que o ser humano está constantemente a sentir, a sua vida é ditada pela procura de emoções agradáveis e felizes e, numa outra perspetiva, o afastar de emoções desagradáveis e tristes. Apesar disso, permitir ao corpo e à mente sentir todas as emoções é algo positivo, o bloquear das mesmas pode gerar conflitos de ordem psicológica e física.

São caracterizadas por serem sentidas interiormente e transmitidas para o exterior sendo, por isso, observáveis. Algumas são facilmente identificáveis e reconhecidas, enquanto as mais complexas não.

Damásio (2012), refere que as emoções são uma resposta automática para um determinado estímulo, são impulsos, por isso, não é possível controlá-las. Quando alguém sente tristeza não pode passar a sentir alegria só porque não deseja estar triste. Embora possam ser ‘mascaradas’ e até enganar quem está a ver, mas não quem as está a sentir.

Freitas-Magalhães (2003), define emoção como “uma reação afetiva imediata a estímulos externos e provocando alterações psicofisiológicas.” (p. 78). Esta relação entre o estímulo e a reação é importante, sendo que, de uma forma propositada, as alunas foram estimuladas a ter uma reação emocional durante o decorrer das aulas da lecionação autónoma.

Segundo vários autores, Darwin (1872), Goleman (2021), Ekman (1999) e Damásio (2012), as emoções têm, efetivamente, uma relação direta com a sobrevivência e o bem-estar, mas também com a cultura e a experiência pessoal.

Goleman (2021), refere que “cada emoção representa uma diferente predisposição para a ação [...] aponta-nos numa direção que já noutras ocasiões resultou bem para enfrentar o mesmo tipo de problema.” (p. 18). Com esta pequena frase, Goleman reflete sobre o que influencia a resposta emocional, tanto a nível biológico, relacionado com a sobrevivência da espécie, como a nível cultural e da experiência pessoal (ambas aprofundadas mais à frente).

As emoções envolvem mecanismos base que podem não ser conscientes, o que significa que o sujeito que está a sentir uma emoção pode não perceber de onde vem e o que

está a fazer ao seu corpo. Por outro lado, estas também podem acontecer de uma forma tão rápida que é possível que não cheguem a tornar-se conscientes (Ekman, 1999).

Quais são os tipos de emoção?

Para Damásio (2013) existem três tipos de emoção:

- Emoções primárias ou universais

Na perspetiva do autor, existem 6: alegria, tristeza, medo, cólera, surpresa e aversão. As emoções primárias são algo para o qual o nosso corpo já está programado para reagir. Caraterizam-se como “uma emoção de modo pré-organizado quando certas características dos estímulos [...] são detetadas” (Damásio, 1994, p.57). São emoções inatas, biologicamente incorporadas no nosso organismo e têm uma função essencial na sobrevivência da espécie.

Para Wrobel & Piórkowska (2017), as emoções primárias são universalmente expressas e reconhecíveis. Apesar de não haver uma lista de emoções primárias consensual entre todos os autores, referem as mesmas 6 emoções, referidas acima por Damásio.

O que são emoções e, mais especificamente, emoções primárias, continua em debate na comunidade científica, consoante os autores, existem várias listas e definições de emoções primárias.

São estas, as emoções primárias, que são a base de todo o trabalho desenvolvido ao longo do estágio, nomeadamente a alegria, tristeza, raiva, medo e repulsa. Apenas a surpresa foi deixada de parte por não haver tempo, durante o decorrer do ano letivo de uma abordagem aprofundada também desta emoção, por isso foi inicialmente decidido que seriam as 5 emoções já mencionadas que seriam abordadas.

- Emoções secundárias ou sociais

As emoções secundárias podem ser a vergonha, o ciúme, a culpa ou o orgulho. Estas, para Damásio (1994), estão relacionadas com os sentimentos e “causam um ‘estado emocional do corpo’”.

Damásio (2013), caracteriza também as emoções sociais como tendo algumas funções regulatórias conjugadas com componentes das emoções primárias. Acrescenta ainda que apesar de serem ‘sociais’, não são experienciadas apenas por humanos.

Estas emoções não foram abordadas diretamente durante as aulas, apesar de algumas serem facilmente detetáveis e outras não. Eram algo que tanto as alunas como a professora estavam constantemente a sentir e tiveram de aprender a regulá-las, principalmente a professora, para que houvesse na aula um processo de ensino-aprendizagem mais eficaz.

Damásio (1994), distingue as emoções primárias e secundárias: “A natureza, com a sua mania de fazer economia, não selecionou mecanismos independentes para exprimir emoções

primárias e secundárias. Limitou-se simplesmente a permitir que as emoções secundárias se exprimissem pelo veículo já preparado para as emoções primárias.” (p.60). Identificando assim, a diferença abissal que existe entre estes dois tipos de emoção.

- Emoções de fundo

São emoções como o bem-estar, a calma ou a boa disposição.

Ficam para o fim as emoções de fundo, que Damásio (2013) define como sendo constituídas por “processos fisiológicos em curso ou por interações do organismo com o meio ambiente, ou por ambas” (p. 74). O autor dá como exemplos a pessoa sentir-se bem depois de um esforço físico, sentir-se em baixo porque alguma coisa correu mal ou por estar nervosa por ter uma decisão difícil de tomar.

São maioritariamente estas as emoções com as quais o professor tem de aprender a lidar em relação aos seus alunos. E, muitas vezes, estas emoções ditam todo o decorrer de uma aula, se as alunas se encontram bem-dispostas, estão disponíveis para realizar a aula com todo o aproveitamento, se, pelo contrário, se encontram em baixo e cansadas, o professor vai ter mais obstáculos à realização da sua aula e tem de se esforçar para que as alunas transformem o seu ‘estado de espírito’.

Apesar de não ter sido utilizado, diretamente, para o estágio, não deixa de ser interessante a perspetiva de Goleman (2021), que defende que as emoções se constituem em famílias:

- “Ira: fúria, ultraje, ressentimento [...]
- Tristeza: dor, pena, desânimo [...]
- Medo: ansiedade, apreensão, nervosismo [...]
- Prazer: felicidade, alegria, alívio [...]
- Amor: aceitação, amizade, confiança [...]
- Surpresa: choque, espanto, assombro [...]
- Aversão: desprezo, desdém, troça [...]
- Vergonha: culpa, embaraço, desgosto” (pp. 302 e 303)

Para o autor, estas famílias são constituídas por um núcleo constituído por uma emoção forte, e depois, ao se afastar deste núcleo, encontram-se estes estados de espírito, que não são intensos, mas que duram muito mais tempo do que a explosão de uma emoção.

Biologicamente, o que é que acontece durante uma emoção?

Apesar de não estar em relação direta e óbvia com o processo de estágio, torna-se pertinente e até essencial, entender só um pouco de como as emoções se desenrolam dentro do organismo, para uma melhor percepção do que acontece desde o estímulo até à sua manifestação.

Segundo Damásio (2013), as emoções são respostas químicas e neurais que formam um padrão, conduzindo a algo vantajoso para organismo. Os órgãos que produzem as emoções estão situados num conjunto específico de regiões cerebrais, este conjunto de órgãos regula e representa estados corporais iniciados nas emoções. Estes dispositivos são ativados sem a consciência do sujeito que está a sentir a emoção. “Diversas emoções são produzidas por diversos sistemas cerebrais” (Damásio, 2013 p. 83). Através de estudos científicos começa a ser observado que da mesma maneira que uma expressão de alegria corresponde à emoção, os sistemas cerebrais trabalham com diferentes padrões quando se trata de alegria, tristeza ou medo.

Estas mensagens chegam ao cérebro por duas vias: a corrente sanguínea e os neurónios, e o seu resultado é uma modificação temporária no estado do organismo. Todas as emoções são manifestadas através do corpo, afetando também as operações cerebrais.

Lindquist, Wager, Kober, Bliss-Moreau e Barrett (2012), através do estudo de respostas cerebrais a diferentes emoções, chegaram à conclusão que não existe uma ‘regra’, um local específico do cérebro para responder a uma categoria de emoções. As regiões do cérebro que respondem às emoções, são também as mesmas que respondem a outros eventos na ordem de funções cognitivas.

Função biológica das emoções

As emoções têm uma função biológica, que resulta de longos anos de evolução, Darwin (1872) conseguiu encontrar semelhanças na expressão de uma emoção em várias culturas (e até espécies).

Como funções biológicas, Damásio (2013) apresenta duas:

- “produção de uma reação específica para a situação indutora” (p.76) – uma resposta para o exterior, para quem está a observar.
- “regulação do estado interno do organismo de tal modo que este possa estar preparado para essa reação específica” (p.76) – uma resposta interior, que só sente quem está a experienciar a emoção naquele momento.

Ekman (1999), apresenta a função principal das emoções como a biológica, ocupando primeiramente uma função de resposta rápida para uma situação que pode ser de perigo, sendo esta a função na evolução da espécie.

Todos estes autores estudaram a reação de uma emoção que se torna muito clara principalmente na emoção medo. É por isto que, ao introduzir esta emoção nas aulas de Expressão Criativa, as alunas têm tendência para realizar as mesmas ações. O medo é um exemplo muito eficaz no que toca à função biológica das emoções, porque, numa situação real, em princípio, toda a gente já sentiu a forma como o corpo se transforma, desde a reação de ficar paralisado até ter energia para correr o que não seria normal numa situação 'não emocional'. Durante as aulas foram encontradas muitas semelhanças na forma como as alunas reagem ao medo, como fugir, esconder, andar em 'pezinhos de lã' para não fazer barulho ou gritar. Acredita-se que todas estas reações estão intimamente relacionadas com esta função biológica.

A influência da cultura e das experiências pessoais

Para Damásio (2013), a cultura e a sociedade podem alterar a manifestação das emoções, sobrepondo-se a respostas de processos biológicos inatos. Neste caso, por muito que se possa imaginar como seria realizar este tipo de trabalho com outros alunos, de outra cultura, e as diferenças que poderiam ter resultado, este não aconteceu. Poderia até ser um projeto muito interessante, a abordagem das emoções na dança em diferentes culturas, com certeza traria resultados muito distintos.

Ekman (1999) salienta o papel fulcral da cultura na expressividade de uma emoção. Apesar de se saber que em todas as culturas existe alegria, raiva ou tristeza, estas podem ser manifestadas de diferentes formas, consoante a cultura e a experiência pessoal vivida pelo sujeito. De um modo geral, consegue-se identificar tristeza em diferentes culturas e até em animais, mas os seus detalhes específicos estão relacionados com o sujeito, a cultura, a sociedade ou até a espécie a que pertencem. Através das experiências pessoais e das influências culturais, todos os seres humanos são únicos, daí a beleza da expressão das emoções, apesar de terem semelhanças, acabam por ser todas diferentes. E isso foi observado nas aulas, em cada emoção, cada aluna tinha a sua forma de a exprimir, algumas mais enérgicas e outras mais subtis.

Darwin (1872), refere também que reações que até podem parecer naturais ao ser humano, são, por norma, efeito da cultura e sociedade do meio onde este se desenvolve. Apesar disso, reforça a função de comunicação que as emoções têm no diálogo intercultural.

A identificação da emoção no outro também foi abordada, não deixando dúvidas que as alunas tinham a capacidade de interpretar a emoção na outra pessoa, promovendo assim a comunicação, neste caso, não verbal.

O que causa uma emoção?

As emoções não aparecem do vazio, acontece sempre algo que desencadeia uma resposta emotiva, para Damásio (2013) existem duas formas de induzir uma emoção:

- Quando o sujeito experiencia algo, sensorialmente – acontece no momento, é uma experiência real.
- Quando a mente se recorda de determinadas situações, objetos e o que eles representam – aqui a experiência pessoal conta tudo. Todas as memórias são acompanhadas por uma reação emocional e todos os objetos e situações podem tornar-se emocionais, portanto, a lista dos estímulos é infinita, apesar de alguns serem mais fortes do que outros.

Sendo destas duas formas que acontece uma emoção, pode-se afirmar que existe algo que as desencadeia, e que o autor chama “estímulo-emocional-competente” (p.66), e este estímulo pode ser real ou uma memória.

Estas duas abordagens foram utilizadas no decorrer do estágio. Como experiência real:

- Na alegria foi utilizado o estado de espírito alegre em que as alunas se encontravam (logo após saírem do confinamento).
- Na tristeza foram reproduzidas frações de filmes de animação com mensagens tristes e as alunas ficaram realmente a sentir essa emoção.

Como memória de determinadas situações, onde se recordaram e até escreveram momentos que sentiram a emoção:

- Raiva;
- Medo;
- Repulsa.

Damásio (2013) refere ainda que estímulos que provocam emoções básicas como a tristeza, alegria e medo tendem a fazê-lo de uma forma consistente no mesmo indivíduo e em indivíduos que partilham a mesma cultura e alguns tipos de objetos ou acontecimentos tendem a estar ligados a determinadas emoções. É importante, por isso, referir que, por esta razão, se pode prever que determinados estímulos vão produzir determinadas respostas, o que foi realmente nítido na repulsa, que quase todos os estímulos causavam repulsa a todas as alunas.

Como se manifesta uma emoção?

Como já foi referido, as emoções acontecem de 'dentro para fora', por isso são observadas pelos outros. Damásio (2013) salienta que algumas são muito evidentes, como os músculos da cara a adotar uma expressão alegre, ou a expressão corporal da tristeza, enquanto outras não se observam, como as que acontecem internamente. No decorrer do estágio tentou-se sempre exteriorizar ao máximo a reação a uma emoção, havendo até uma tentativa de exagero da mesma.

Acredita-se que uma maior capacidade de interpretação das peças coreográficas se obtém através de uma melhor comunicação com o público, por isso existiu toda a abordagem das emoções, suportada por Damásio (1994) que refere as emoções como potenciadoras de comunicação interpessoal sendo, por isso, um importante sistema de comunicação com o exterior.

Apesar de todas estas características de comunicação, existe a capacidade de esconder emoções, ou mesmo de falsificar uma emoção (Ekman, 1999), que na verdade são as características tanto de um bom ator como de um bom mentiroso.

Damásio (1994), salienta a importância da consciência da emoção. O ser humano, tomando consciência da própria emoção e do que a estimula, pode reagir de formas diferentes consoante o meio onde se encontra. Isto só é possível porque possui consciência, sabe o que está a sentir e porque está a sentir a emoção, oferecendo variadas respostas. É também esta perspetiva da consciência da emoção que se desenvolve num projeto com emoções, e foi através das várias conversas sobre as emoções abordadas que se foi aprofundando esta capacidade.

A emoção e o movimento

Alguns autores relacionam a manifestação das diferentes emoções com tipos e velocidades de movimento, e, querendo transportar as emoções para a área da dança/movimento, não se podia deixar de referir algumas curiosidades encontradas.

Para Darwin (1872), emoções alegres conduziam a movimento rápido e repetitivo e emoções depressivas conduziam à ausência de movimento. O autor, na análise dos seus vários estudos, descreve também, várias expressões faciais e reações corporais a diferentes emoções, e realça que em crianças as emoções são mais expressivas e visíveis, do que em adultos. Todas estas características que Darwin descreveu há quase 150 anos estiveram, sem dúvida, presentes durante as aulas.

Damásio (2013), defende que emoções também estão presentes em seres unicelulares, interpretadas através do movimento: “movimentos rápidos em ziguezague sugerem ‘zanga’, saltos harmoniosos, mas explosivos sugerem ‘alegria’, movimentos de recuo fazem pensar em ‘receio’” (p.94). E novamente, tornaram-se nítidas estas características de movimento para cada emoção.

Através de uma experiência realizada por Damásio (2013), onde são analisados sujeitos a observar um vídeo com formas geométricas em movimento, tanto crianças como adultos conferem emoções diferentes consoante o tipo de movimento. O que se traduz na seguinte conclusão “a emoção, tal como o nome indica, tem a ver com movimento, tem a ver com um comportamento tornado externo” (Damásio, 2013 p.94)

E é nesta pequena frase de Damásio que se encontra a base para todo este projeto, a emoção tornada movimento visível, consciente e comunicativo.

O que é a inteligência emocional?

Mayer & Salovey (1995) referem que “makes sense to apply the concept of intelligence to emotion. Although basic emotion is often spoken of in terms of adaptation, more cognitively saturated emotion and emotional regulation may be evaluated in terms of intelligence.” (p.206)

Para os mesmos autores, Mayer & Salovey (1990), citados por Marques (2007), inteligência emocional pode-se caracterizar como a capacidade de entender, pensar, conhecer e criar emoções utilizando este conhecimento para o próprio crescimento pessoal.

E o que se espera de uma abordagem das emoções num projeto criativo e artístico? É exatamente o que os autores acima referem, resumidamente, uma maior capacidade de compreender as emoções, na própria pessoa e nos outros. Isto foi desenvolvido através de vários exercícios e conversas sobre esta temática.

Goleman (2021), apoiado pelas teorias de Salovey e Gardner, lista as principais capacidades desenvolvidas na inteligência emocional, quase todas abordadas durante o decorrer das aulas, algumas de uma forma superficial, outras mais aprofundadas:

- “Conhecer as nossas próprias emoções” (p.55), no sentido de tomar consciência daquilo que se está a sentir enquanto se está a sentir. Como durante uma aula só se abordava uma emoção, o que foi desenvolvido foi no sentido de apontar as situações em que se está a sentir uma determinada emoção, tomar consciência das mesmas e até pensar se essa emoção faz sentido nessa situação.
- “Gerir as emoções” (p.55), é ter a capacidade de controlar as emoções, gerindo o que os outros podem perceber ou não. Esta característica é demasiado

complexa, foi, por isso, apenas abordada superficialmente, porque, de facto, o que se queria obter durante a aula era sempre uma expressividade para uma emoção, e nunca esconder para que os outros não a observassem.

- “Motivarmo-nos a nós mesmos” (p.55), ter a capacidade de utilizar as emoções que se estão a sentir com um objetivo, isto pode ser benéfico para o desenvolvimento da concentração e da criatividade. Aqui houve de facto uma progressão durante o decorrer do ano letivo, notou-se que nas últimas emoções as alunas utilizaram realmente o que estavam a sentir para as suas improvisações e criações coreográficas, inclusivamente evitavam conversar umas com as outras após terem visto um filme ou ter conversado sobre o que estimula a emoção.
- “Reconhecer as emoções nos outros” (p.56), com o intuito de ser um ser humano mais sensível, reconhecendo o que o outro está a sentir. Para este parâmetro houve exercícios específicos, quase jogos, de adivinhar que emoção estavam a sentir, e toda a turma, no fundo, se tornou mais sensível para este aspeto.
- “Gerir relacionamentos” (p.56), com isto quer dizer, para além de gerir as próprias emoções, ter a aptidão para gerir as emoções dos outros. Este parâmetro não foi abordado diretamente, mas espera-se que inconscientemente tenha havido um desenvolvimento tanto para as alunas como para a professora.

Dança criativa

O que é?

Laban, considerado o ‘pai’ da dança criativa, explorou e teorizou os movimentos do ser humano, sem ligação a nenhuma técnica de dança. Foi pioneiro na abordagem dos conteúdos do movimento, desenvolvendo os conceitos de corpo, ações, espaço, dinâmicas e relações. Acreditou, portanto, que a dança continha teoria que deveria ser compreendida e analisada (Maletic, 1987). Partindo destes conceitos desenvolveu-se a dança criativa, a disciplina onde foram abordadas as emoções neste projeto de estágio. Laban afirmou, ainda, em relação ao simples movimento humano, sem falar em termos artísticos e de performance, referindo apenas o ser humano no dia a dia "There is no emotional arousal or mental effort without body movement and vice-versa." (Maletic, p. 172, 1987)

Leandro, Monteiro & Melo (2018), citando Joyce (1994), referem que a dança criativa consiste numa atividade de movimento corporal única e pessoal, onde “os alunos exploram e descobrem o seu movimento com a finalidade de transmitir algo, desenvolvendo assim, uma linguagem corporal com características expressivas e criativas.” (p.17). É na dança criativa

que o aluno encontra a sua própria linguagem, explora sem barreiras técnicas aquilo que o seu corpo tem a capacidade de fazer, que improvisa e cria através de estímulos o seu movimento, não haveria melhor disciplina para uma abordagem das emoções do que esta.

Sousa (2017) refere que a dança criativa é composta por “propostas de movimento lúdico-expressivo-criativo, com o objetivo [...] de promover o desenvolvimento integral da criança” (pp. 113 e 114). Esta disciplina desenvolve, assim, variadas componentes, desde a sua parte física, como a coordenação e lateralidade, passando pela artística, como a expressividade e a musicalidade, até à mental, como a autoestima e a segurança. Tudo isto acontece motivando o aluno a descobrir várias formas de movimento, desenvolvendo a sua criatividade, sem ter plena consciência de tudo o que está a trabalhar.

Qual é o objetivo da dança criativa?

Segundo Almeida (2007) e Cone & Cone (2005), citados por Leandro, Monteiro & Melo (2018): “a criança cria, executa e observa as danças, analisando os seus movimentos e desenvolvendo o pensamento crítico, a imaginação e a criatividade.” (p.18). Algo muito importante a desenvolver é efetivamente o pensamento crítico, através da observação dos colegas, da análise e comentários dos exercícios realizados, espera-se que o aluno vá desenvolvendo esta capacidade, tão importante para a dança, mas também durante a vida.

Na dança criativa, o principal objetivo é motivar o aluno a explorar o próprio movimento, explorando a criatividade de existe nas suas próprias emoções e criando sempre novas formas de o expressar (Sousa, 2017). Foi exatamente o que foi realizado em todo o período das aulas de lecionação autónoma.

Espera-se que, os alunos de dança criativa, utilizem os seus corpos para explorar “feelings, fantasies, desires and inner world of imagination and creativity” (Buckroyd, 2000, p.35). É a capacidade de ‘olhar para dentro’ do seu pensamento, e exteriorizar, através do movimento, tudo o que a autora refere.

Leandro, Monteiro & Melo (2018) referem que o objetivo da dança criativa é a comunicação, através do que é a componente mais expressiva do ser humano: o corpo em movimento. Para isso, o domínio cognitivo é ativado, principalmente na resolução de problemas. A parte comunicativa foi essencial neste projeto, sempre que se realizava um exercício, de improvisação ou criação, o seu objetivo era sempre comunicar.

As componentes de uma aula de dança criativa

Para Vitorino (2001) a dança criativa deve ser composta de três elementos. Através deles, a dança criativa desenvolve experiências de movimento, pessoais e em grupo:

- Interpretar – fazer, dançar
- Compor – criar, inventar
- Apreciar – sentir, observar

Batalha (2004), aponta, no ensino da dança, três situações distintas: “o ato criativo, o ato de dançar e o ato de apreciar” (p. 23) Todas devem ser estimuladas numa aula de dança criativa.

Para ambas as autoras, numa aula de dança criativa existem três fases distintas: a improvisação, a criação e a observação/apreciação.

Para cada emoção, foram abordados estes três elementos variadas vezes, havendo sempre primeiro uma aula somente dedicada à improvisação da emoção e, pelo menos uma aula, para a parte de criação. Ambas as partes com tempo para conversas com as alunas sobre a temática da aula, explorar as suas questões, as suas experiências pessoais e a sua análise do que se tinha feito.

Improvisação

- Para Tharp (2003), improvisar é como fazer um rascunho. Sem pensar no movimento que está a ser feito, é, para a autora, a melhor maneira de gerar ideias por se tratar de movimento completamente livre, independente de qualquer tipo de julgamento.
- Segundo Buckroyd (2000), deixar o aluno improvisar livremente, tendo como base a sua experiência pessoal, é uma forma de explorar a sua criatividade.
- Marques (2016), aborda a improvisação como um exercício necessário para, mais tarde, a criação. Para a autora, a exploração de movimento no momento da improvisação dá ao aluno a possibilidade de se expressar livremente expondo as suas emoções.
- Para Alves (2012), a improvisação é uma estratégia para desenvolver a capacidade de resposta rápida e criativa. Através da improvisação, o bailarino reinventa-se tanto em contexto de aula, como em contexto de espetáculo. A autora refere uma ligação muito forte entre os conceitos de criatividade e intuição, durante a improvisação. Referindo a intuição como sendo “quando as ‘escolhas’ são feitas sem o recurso a uma análise formal.” (Alves, 2012, p. 178). Citando os autores Moorman & Miner (1998), Alves (2012), identifica a improvisação como o momento em que a execução e a criação acontecem em simultâneo. A improvisação é, para a autora, uma competência imprescindível, no sentido em que desenvolve um pensamento divergente e uma criação rápida e intuitiva de muitas respostas perante um problema.

- Lavender (2006) salienta que para o aluno ser capaz de criar movimento, tem de passar por uma primeira fase em que improvisa, experimentando no seu corpo várias ideias, só após esta primeira fase, vai ter a capacidade de desenvolver material coreográfico.

Composição

- Marques (2016), refere que a criação surge a partir do “encontro criativo com o movimento” (p. 28). Após um momento de improvisação e de exploração, o aluno passa para a fase da ‘escolha’ do movimento para as criações coreográficas.
- Para Lavender (2006), o processo de composição coreográfica inicia na improvisação, passa por uma segunda fase onde o aluno desenvolve várias ideias com o material que já tem, como por exemplo mudar a velocidade ou o tamanho do movimento, na terceira fase avalia conscientemente o que já fez, se está a transmitir a ideia inicial e o que pode mudar e numa quarta fase assimila a coreografia.
- A criação coreográfica, para Cayatte & Marques (2012), é o momento criativo que passa por uma expressão de emoções, sentimentos, ideias, que o aluno está a sentir e que coloca em movimento, criando assim algo novo.
- Louppe (2012), define a composição, enquanto conhecimento indispensável ao bailarino, como um “exercício que parte da invenção pessoal de um movimento ou da exploração pessoal de um gesto ou motivo que termina com uma unidade coreográfica inteira.” (p. 223).

As aulas de dança criativa foram baseadas nas ideias de todos estes autores sobre improvisação e composição, pautadas com muitos momentos de análise e partilha.

O que é a criatividade?

Tal como o próprio nome indica, na dança criativa pressupõe-se que exista criatividade. Para Vygotsky (2009) “criar é fonte de alegria para o homem” (p.47), existem várias definições do conceito e fatores que a influenciam, alguns descritos de seguida.

Segundo Damásio e Immordino-Yang (2011), a criatividade surge de processos emocionais e sociais de pergunta-resposta em situações complexas. A criatividade desenvolve-se através do pensamento emocional, reconhecendo um dilema e uma situação complexa que gera respostas flexíveis e inovadoras.

Torrance (1969), citado por Craft (2001), define criatividade como um processo com várias fases, primeiro existe um problema, depois o pensamento em possíveis soluções, testagem, avaliação, e depois comunicação do resultado.

Após estas duas descrições gerais de criatividade, apresentam-se de seguida descrições de criatividade em relação à dança:

- Tharp (2003) refere que a criatividade surge dos factos, ficções e sentimentos e encontra novas formas de os conectar: "Creating is all about playing and innovating within familiar forms." (p. 76)
- Segundo Ribeiro & Marques (2012), a criatividade está acessível a todos os seres humanos, pode ou não ser trabalhada e desenvolvida. Na dança, o processo criativo inicia-se com um estímulo, um problema que precisa de uma solução e, a partir desse ponto, vão-se gerando processos mentais que levam à procura de soluções. As mesmas autoras, citando Csikzentmihaly (1997), salientam que para que haja desenvolvimento da criatividade, o sujeito tem de deter conhecimento sobre o problema em questão, só assim será capaz de criar soluções criativas sobre algo específico. A criatividade surge de uma motivação intrínseca, do prazer de gerar algo novo. O sujeito terá também de acreditar que é capaz de fazer aquilo que imaginou, a chamada autoeficácia.

Fatores internos que influenciam a criatividade:

- Intuição

Dobson (2012), defende a importância da identidade e da intuição no desenvolvimento da criatividade, na medida em que é delas que parte, que se desenvolve e que são encontradas variadas escolhas. A criatividade não se faz de razão, mas sim de intuição.

Baseando-se em vários autores, como Arendt (1974), Bergson (1998/1907) e Damásio (1994), Dobson (2012) defende que, para compreender a definição de criatividade, tem de se colocar um papel especial na intuição e deixar-se influenciar por emoções e sentimentos.

- Imaginação

Para Spock (1991) e Abreu (1994), citados por Freitas-Magalhães (2003), a imaginação tem uma parte importantíssima na criatividade, sem a qual não era possível existir pensamento criativo e chegar a um resultado final.

Vygotsky (2009), também coloca ênfase na imaginação para o ato de criar. Para o autor, a imaginação depende de experiências pessoais e, à medida que o sujeito vai crescendo, a capacidade de imaginação não diminui, esta capacidade amadurece e deixa de ser completamente fantasiada (como se observa nas crianças), para ser algo que se cruza com o real. É na adolescência, a idade da transição destes dois tipos de imaginação.

- Motivação

A criatividade não se pode separar do conceito de motivação, no sentido em que ela só acontece porque há algo que move o sujeito na procura de soluções (Freitas-Magalhães 2003). Para o autor, uma criação tem sempre presente uma emoção ou um sentimento, por estarem sempre presentes na vida do sujeito e, conseqüentemente, nas suas criações.

Como se desenvolve a criatividade?

Freitas-Magalhães (2003), apresenta as perspetivas de alguns autores, que podem levar ao desenvolvimento da criatividade:

- Segundo Bach (1991), o aluno deve: “1. Tomar contacto; 2. Descondicionar; 3. Levantar os bloqueios; 4. Alimentar o imaginário; 5. Percorrer o campo dos possíveis; 6. Realizar e avaliar.” (p. 45).
- Para Guildford e Lowenfeld é necessário: “a sensibilidade; a faculdade de permanecer num estado de recetividade; a mobilidade; a originalidade; a aptidão para transformar e redeterminar; a análise; a síntese; a organização coerente. (p.45)

De uma forma geral, as alunas de dança criativa passam por todos estes processos nos seus trabalhos coreográficos.

Marques (2016), citando Blom e Chaplin (1989), refere que a criatividade na dança desenvolve-se criando sequências de movimento, não é a ler sobre o assunto, ou conversar sobre ele, é a ‘fazer’, a dançar que se desenvolve e progride na criatividade em relação a uma área específica. Por isso se fazem tantos exercícios de improvisação e de composição, quanto mais contacto com o movimento houver, mas oportunidades surgem para os alunos desenvolverem esta competência tão importante para a área artística da dança.

Segundo Tharp (2003), a criatividade tem de ser constantemente trabalhada, de forma a ser desenvolvida e diminuir o receio de falhar. A criatividade tornar-se um hábito, só vai desenvolver e criar mais criatividade. Existe ainda um componente que é a surpresa, o acidente, aquilo que não se está à espera e depois acontece, que também faz parte do processo criativo.

O professor de uma disciplina criativa

Um professor de uma disciplina como a dança criativa deve ser um modelo e um exemplo para os seus alunos, no sentido de lhes mostrar que também é um ser criativo (Craft, 2001), deve, de uma forma consciente, demonstrar alguns exemplos de exercícios, nunca exagerando ao ponto de ‘mostrar’ simplesmente aos alunos como se faz, mas introduzindo nos alunos o pensamento de ‘eu consigo fazer’.

Para Freitas-Magalhães (2003), citando Best (1996), um professor de artes tem efetivamente de se empenhar, para que o processo de ensino-aprendizagem seja eficiente, tendo de mostrar uma postura de abertura a análises e discussões que levem o aluno ao pensamento crítico. Na verdade, qualquer professor deveria demonstrar esta capacidade, mas quando se aborda uma área artística e subjetiva como é a dança, estas características tornam-se fulcrais, tanto para uma boa abordagem da disciplina como para o desenvolvimento individual de cada aluno da turma.

Devem existir alguns fatores durante a aula, como um bom ambiente na aula, um espaço com o que é necessário para o aluno estar 'à vontade', a própria atitude do professor em relação à criatividade e uma boa relação entre o aluno e o professor, entre outras. (Angeloska-Galevska, 1996 citado por Craft 2001)

Já Sousa (2017), refere a importância da forma como o aluno é estimulado e encorajado pelo professor e como o ambiente na sala que deve ser descontraído e alegre, indo ao encontro do que os autores acima afirmam.

Para Buckroyd (2000), o papel do professor é orientar os alunos de uma forma individualizada, sugerindo a melhor abordagem de forma a evitar o bloqueio de emoções, tentando sempre utilizá-las e explorá-las como forma de comunicação em movimento. É neste ponto essencial que se baseou a maioria do projeto de estágio, com a professora a ter o papel de ajudar as alunas a expressarem a emoção, muitas vezes com a partilha de experiências pessoais, no sentido de desenvolver de uma forma livre e sem juízos de valor a própria criatividade da aluna.

Batalha (2004), faz uma listagem muito completa de todas as características que devem ter os professores de artes, entre elas salienta-se ter qualidades humanas e ser um artista competente. As qualidades humanas estão ao nível de ser compreensivo e ajudar os seus alunos a expressar sentimentos e emoções, desenvolvendo, assim, as suas atividades criadoras e expressivas. Um artista competente, no sentido de conhecer a arte que está a ensinar, mostrando aos seus alunos as suas competências criativas e artísticas. Um professor eficaz deve, também, conhecer a história da arte e acompanhar os desenvolvimentos, de forma a estar próximo, temporalmente, dos seus alunos. Deve ainda, questionar os alunos nas suas criações coreográficas e, ao mesmo tempo, dar tempo para as ideias e as coreografias serem maturadas. Para todas estas competências foi feito um esforço pela parte da professora estagiária, com o sentido de haver, sempre, um desenvolvimento positivo nas alunas da turma.

Emoções na dança

Como se relacionam?

Quando se fala em emoções relacionadas com a dança, segundo Smith-Autard (2002), deve-se ter em conta dois tipos de emoções:

- As emoções que os alunos/intérpretes querem transmitir numa peça coreográfica.
- As emoções que estão a ser sentidas pelos alunos/intérpretes aquando da criação, e que conferem a uma peça a sua individualidade.

Uma ligação das duas emoções foi o pretendido durante a elaboração deste estágio. Colocar as alunas a 'sentir' uma determinada emoção durante as suas improvisações e criações, para depois, nas apresentações transmitirem essa emoção ao público.

Como refere Buckroyd (2000), existem várias personalidades dentro de cada aula, alguns alunos estão familiarizados com situações de exposição onde mostram e revelam as suas emoções, mas outros não, têm mais dificuldades, tendem a esconder as suas emoções, e por vezes até as revelam de uma forma agressiva. Tendo isto em conta, houve sempre uma abordagem geral à turma, para cada emoção, mas depois uma ajuda individualizada, em que cada aluna teve a oportunidade de partilhar o que a fazia sentir determinadas emoções, e até haver uma conversa entre todas sobre essa emoção. Foram observadas respostas diferentes aos vários exercícios sobre as emoções, tal como era esperado, porque cada aluna é uma pessoa diferente.

Emoções na educação

Num estudo de Damásio e Immordino-Yang (2011), os autores referem a relação entre o ato de aprender e as emoções. As razões que levam uma criança a aprender são relativas a sensações de prazer e de sobrevivência dentro da própria cultura, e é via as próprias emoções que a cultura se forma, através da aprendizagem, pensamento e comportamento. É durante este processo de aprendizagem, que surge entre a cognição e a emoção, a criatividade. Todos os processos que levam à aprendizagem como a atenção, a memória e a motivação, são profundamente afetados por emoções. No decorrer do estágio houve sempre o objetivo de criar um bom ambiente no estúdio, pautado com uma boa relação entre professora e alunas e sensações de alegria, com o objetivo de criar um 'espaço seguro' para partilha de emoções.

As emoções têm a utilidade de direcionar o foco do ser humano para aquilo que é importante para uma situação ou problema específico, por isso têm um papel fundamental na cognição, o que pode permitir várias inovações na prática do ensino. Por isso quando

educadores e professores não incluem as emoções dos estudantes na sua prática de ensino, falta a peça chave para uma aprendizagem significativa. Os autores chegam até a dizer que “in fact, that we fail to appreciate the very reason that students learn at all.” (Damásio e Immordino-Yang, p.129, 2011).

A dança desenvolve a inteligência emocional?

Na dança criativa, como já foi referido acima, existe uma exteriorização das emoções e sentimentos do aluno que neste projeto de estágio se torna ainda mais evidente, por isso, para vários autores, esta procura e consciencialização leva ao desenvolvimento da inteligência emocional.

A inteligência emocional é relacionada com a dança por San-Juan-Ferrer e Hípola (2020), referindo a dança “as an expression through the artistic-expressive, gestural, and corporal movement of the individual’s emotional world; it is seen as an element that favours the individual’s affective and personal development, as a tool of self-awareness, self-knowledge, and self-reflection.” (p.58).

Os mesmos autores, através de uma revisão bibliográfica, relacionaram vários artigos sobre dança, inteligência emocional e adolescência, entre muitos salienta-se dois:

- Sunyoung (2018), defende que a expressão emocional de um corpo em movimento é considerada uma consciencialização das emoções.
- Para Im-Sun (2008) e Yoo (2009), a dança é uma maneira dos adolescentes experimentarem e regularem as suas emoções, por isso, exercícios que promovam esta consciência devem ser elementos fundamentais na construção de uma aula de dança.

Chega-se então à conclusão que trabalhando as emoções no corpo expressivo em movimento desenvolve-se a inteligência emocional, algo muito importante para o desenvolvimento cognitivo principalmente na fase da adolescência, em que um turbilhão de emoções habita um corpo, que tem a oportunidade de se exprimir através do movimento.

Interpretação + expressividade = comunicação?

Batalha (2004) aponta as artes como forma de comunicação e expressão de sentimentos, defendendo que a dança é uma forma de arte por transmitir ao público emoções, ideias, histórias, vidas, uma forma de linguagem e comunicação com uma intenção específica, constituindo assim uma forma de “mostrar o potencial comunicativo do corpo” (p. 35)

A dança é, portanto, uma forma de comunicação de emoções e/ou ideias. Através das emoções, o intérprete manifesta sensações no público. E é esta bonita relação que é o

objetivo principal deste projeto de estágio, desenvolver a interpretação do movimento, o que vai levar a uma melhor comunicação com o público. E a matéria utilizada para esse desenvolvimento são as emoções, já Laban (1948), citado por Smith-Autard (2002), dizia que “varying emotions can be induced through [the performer’s] actions” (p.12).

Apesar de se estar sempre a referir as aulas de Expressão Criativa, nas aulas de técnica, as emoções e interpretação do movimento são parte essencial e podem mudar completamente a execução do mesmo movimento (Martinelli, 2012). Tendo sido, por isso, também observadas aulas de técnica de dança durante o estágio, bem como no espetáculo final, analisadas as coreografias de Técnica de Dança Clássica e Contemporânea.

Vários autores e coreógrafos salientam esta relação entre as emoções e o espetador de uma peça de dança:

- Smith-Autard (2002), refere a procura interior consciente de sentimentos, com o objetivo de os expressar através das artes.
- Segundo Tharp (2003), a dança tem a capacidade de fazer o espetador vivenciar emoções, mesmo quando não se consegue descrever por palavras o que se está a sentir.
- Para Pina Baush, o processo de criação passa muito por questões emocionais que são respondidas pelos intérpretes, para a coreógrafa é importante que o público sinta algo, que a peça possa ‘falar por si própria’. (Climenhaga, 2009)
- Para Louppe (2012), “ser bailarino é escolher o corpo e o movimento do corpo como campo de relação com o mundo, como instrumento de saber, de pensamento e de expressão.” (p.69)
- Xavier (2017) refere a importância do intérprete, não só com a função de ‘reproduzir’ a obra, mas com um papel interativo e subjetivo, que confere à obra coreográfica a sua singularidade, tendo um papel também de cocriador da obra, fornecendo movimento e partilhando ideias. A autora designa o intérprete como capaz de comunicar com o público, capaz de mover o corpo ao mesmo tempo que lhe confere emoções que o ultrapassam e são transmitidas a quem assiste. Esta interação é de extrema importância para as coreógrafas Cláudia Dias, Olga Roriz e Marlene Freitas, para elas o intérprete é aquele que, com a sua experiência pessoal, dá emoção, comunicação e movimento àquilo que o coreógrafo pretende transmitir.

Com o suporte de todos estes autores, acredita-se ser de extrema importância o trabalho da interpretação desde o início do curso básico de dança, em vez de algo que só é abordado na altura dos espetáculos ou mesmo em idades mais avançadas. Através de uma

As emoções como estímulo no desenvolvimento da expressividade e da criatividade na disciplina de Expressão Criativa, com os alunos do 2º ano do Conservatório Regional Silva Marques

abordagem precoce à interpretação, acredita-se ser possível um desenvolvimento mais fluído, constante e positivo desta capacidade, que torna o intérprete único e que pode fazer toda a diferença na esfera profissional da dança.

Capítulo III – Metodologias de investigação

O presente relatório de estágio insere-se numa perspetiva qualitativa de investigação, por se tratar de uma investigação presencial para um grupo de pessoas, em que as próprias foram dando rumo à investigação, inserida sempre num contexto específico, não sendo possível, no final, generalizar as suas conclusões.

Para a realização deste estágio foi utilizada a metodologia de investigação-ação, definida por Coutinho (2019) como “uma família de metodologias de investigação que incluem ação (mudança) e investigação (ou compreensão) ao mesmo tempo, utilizando um processo cíclico ou em espiral que alterna entre ação e reflexão crítica.” (pp.363-364).

Tanto Coutinho (2019), como Candy (2006), apresentam a investigação-ação como uma abordagem baseada na teoria, desenvolvida num processo cíclico de uma investigação, uma decisão de medidas com base nos resultados dessa investigação, seguido de uma avaliação dos resultados. Exige uma intervenção que gera uma mudança para estudo do seu impacto na situação em questão.

Torna-se, por isso, uma metodologia muito comum em investigações relacionadas com a educação, por ser livre e se adaptar às mais variadas situações, indo sempre ao encontro daquilo que se quer estudar no público-alvo. O investigador pode observar, pensar e determinar estratégias, aplicá-las, voltar a observar e assim sucessivamente, de modo a ir correspondendo às necessidades de intervenção da turma que está a ser alvo de estudo no âmbito do estágio.

Segundo a autora Candy (2006), o presente projeto de estágio integrou-se numa investigação orientada pela prática. Este conceito define-se como a criação de novo 'conhecimento' relacionado com a prática, que tem significado no contexto específico, é explicável por palavras, o seu principal foco é o avanço do conhecimento sobre esta prática, inclui a prática como parte essencial no método e está inserido no domínio da investigação-ação. No presente estágio existe a abordagem das emoções, relacionada com a prática da dança, propondo descobrir de que forma é que esse estímulo pode funcionar na disciplina de Expressão Criativa.

Descrição de métodos/técnicas/instrumentos utilizados

A recolha de dados é essencial numa investigação. Almeida & Freire (1997) e Black (1999), citados por Coutinho (2019), reconhecem que a maneira como são recolhidos os dados e os respetivos instrumentos utilizados são do que depende a verificação científica e as conclusões a que o investigador pode chegar. Foram, por isso, utilizados métodos de

recolha de informação com instrumentos específicos e anotados o mais objetivamente possível.

Para Ribeiro (2018), os instrumentos de recolha de dados como questionários, inquéritos e anotações no diário de bordo são o que “materializa o contacto direto do investigador com a realidade estudada.” (p.122) O autor relembra ainda a importância do apoio do enquadramento teórico, numa investigação, e que a relação entre os dois enquadramentos (metodológico e teórico) são o que vai trazer relevância para o estudo em questão. Através da recolha de dados, a partir das várias técnicas, pretende-se chegar a questões importantes para o desenvolvimento do projeto, bem como às suas conclusões.

Salienta-se que, para este estudo, foi redigido e assinado um consentimento informado, enviado aos encarregados de educação, e entregue à professora estagiária, no sentido de ser possível todo o registo necessário à realização do projeto (consultar apêndice A). Porque “é importante não esquecer as questões éticas que se levantam quando se recorre a técnicas de observação para a recolha de dados” (Coutinho, 2019, p.138).

Apresentam-se, de seguida, as várias técnicas de investigação utilizados durante o estágio.

Técnica de observação – tabela de observação estruturada e diário de bordo (da investigadora e do público-alvo)

Na técnica de observação “o investigador consegue documentar atividades, comportamentos e características físicas sem ter de depender da vontade e capacidade de terceiras pessoas.” (Coutinho, 2019, p.136).

Como instrumento, foram utilizados dois tipos:

- Tabelas – observação estruturada
- Diário de bordo – observação não estruturada

A tabela estruturada foi utilizada durante todas as fases do estágio, com três parâmetros bem distintos: dimensão cognitiva, dimensão atitude e comportamento e dimensão emoções. Só na fase de observação estruturada houve mais um parâmetro, a dimensão metodológica e didática. Houve ainda, durante a lecionação autónoma, a realização de tabelas individuais, onde se pôde apontar e observar a evolução individual de cada aluna em relação a cada emoção abordada. Este tipo de instrumento tornou o processo de recolha de dados facilitado por se tratar de um “protocolo de observação pré-definido e estruturado em função das dimensões que pretende observar” (Coutinho, 2019, p.136).

Quanto ao diário de bordo da investigadora, foi utilizado durante todo o estágio, para recolha de apontamentos e descrição de elementos adequados ao progresso do estágio.

Neste caso “o investigador observa o que acontece ‘naturalmente’ [...] sendo um dos instrumentos preferencialmente usados na investigação qualitativa.” (Coutinho, 2019, p.138).

O público-alvo também participou na elaboração de um diário de bordo individual, durante a fase de lecionação autónoma, onde teve a oportunidade de fazer as suas próprias observações e responder às questões: quando, o quê, para quê e comentários pessoais, com o objetivo de a investigadora ter acesso a várias perspetivas sobre o seu estudo.

Técnica de conversação (inquérito) – questionário

Como técnica de conversação foram realizados dois inquéritos na forma de questionários aos alunos, um no início da fase de lecionação autónoma e o segundo no final da mesma. Estes tiveram objetivos diferentes:

- O primeiro foi “no sentido de caracterizar os traços identificadores de grandes grupos de sujeitos.” (Coutinho, 2019, p.139);
- O segundo questiona as alunas diretamente sobre se, na sua perspetiva, a abordagem das emoções melhorou a sua prestação e vivência como estudantes da área artística da dança.

O primeiro questionário estava relacionado diretamente com a problemática das emoções, com o objetivo de entender o que, como grupo, entendem como emoção. Como, por exemplo, se o que faz sentir medo, a cada um, tem características em comum, em termos de grupo. Este teve a utilidade de criação de estratégias e estímulos no planeamento das aulas.

Houve ainda, um questionário realizado às professoras de Técnica de Dança Clássica e Contemporânea, no sentido de perceber se a temática abordada nas aulas de Expressão Criativa teve alguma influência nas outras disciplinas.

Meios audiovisuais – gravação de vídeos das aulas

Os meios audiovisuais utilizados têm como objetivo registo para posterior análise da investigadora, numa perspetiva de recolha de materiais mais eficaz.

Também têm uma função importante na comparação de resultados, do início para o fim, e também de emoção para emoção.

De seguida apresentam-se os instrumentos divididos por fases do projeto.

Observação estruturada

Durante a observação estruturada os instrumentos utilizados foram a tabela de observação estruturada (consultar apêndice B), o diário de bordo da investigadora (consultar apêndice C) e o registo de vídeos.

Lecionação partilhada

Na lecionação partilhada foi também utilizada a tabela de observação estruturada (consultar apêndice D), registo escrito no diário de bordo da investigadora (consultar apêndice E), e o registo de vídeos.

Lecionação autónoma

Durante a lecionação autónoma foi utilizada a tabela de observação estruturada (consultar apêndice F), tabelas individuais de observação (consultar apêndice G), os diários de bordo da investigadora (consultar apêndice H) e do público-alvo (consultar apêndice I), questionário inicial (consultar apêndice J), questionário final (consultar apêndice K), questionário das professoras (consultar apêndice L) e registo de vídeos.

Participação em outras atividades

Na participação em outras atividades foram utilizados os instrumentos tabela de observação estruturada (consultar apêndice M) e o registo no diário de bordo da investigadora (consultar apêndice H).

Capítulo IV – Estágio: apresentação e análise dos dados

Observação estruturada

Calendarização

A observação estruturada foi realizada em parte nas aulas de Expressão Criativa e de Técnica de Dança Clássica. Decorreram quase todas durante o 1º período letivo, portanto no início do estágio, menos uma de Técnica de Dança Clássica, que aconteceu durante os ensaios para a coreografia final, no 3º período.

Tabela 2 - Aulas de observação estruturada

Data	Horário	Duração	Disciplina
22/09/20	17h15 – 18h45	1h30	Expressão Criativa
29/09/20	15h30 – 17h	1h30	Técnica de Dança Clássica
29/09/20	17h15 – 18h45	1h30	Expressão Criativa
06/10/20	17h15 – 18h45	1h30	Expressão Criativa
13/10/20	17h15 – 18h45	1h30	Expressão Criativa
15/12/20	15h30 – 17h	1h30	Técnica de Dança Clássica
01/06/21	15h30 – 17h	1h30	Técnica de Dança Clássica

Expressão Criativa - Objetivos

- Conhecer a turma e o professor cooperante.
- Entender a dinâmica da turma e das aulas de Expressão Criativa.
- Apontar, na tabela de observação estruturada, os registos escritos das aulas.
- Perceber eventuais pontos fortes e pontos fracos da turma.
- Descrever as características das aulas e da turma.

Expressão Criativa - Desenvolvimento

A observação estruturada aconteceu durante as primeiras aulas do 1º período. De uma forma passiva, a mestranda foi observando e registando em tabelas e diário de bordo a progressão das alunas durante a realização das aulas.

Todas as tabelas e gráficos correspondentes à observação estruturada das aulas de Expressão Criativa encontram-se no apêndice N.

Expressão Criativa - Conclusões

Dimensão metodológica e didática

A observação das aulas de Expressão Criativa não revela dúvidas quanto ao desenvolvimento das componentes do movimento, utilização de momentos de improvisação e criação coreográfica e apelo ao sentido estético e artístico do movimento. No entanto, por serem aulas de revisão da matéria do 1º ano, não foi dada muita atenção à expressividade do movimento, a professora cooperante estava focada em saber o que os alunos tinham apreendido no ano passado, principalmente por se ter tratado do 1º ano em que houve uma quarentena.

Dimensão pedagógica – comunicação e interação

Neste parâmetro existem muitos pontos positivos, como existirem regras de convivência de trabalho, ser promovida a interação, colaboração e cooperação nos alunos e ser observada autonomia pela parte dos alunos na realização das tarefas propostas.

Dimensão atitude e comportamento

As alunas estão empenhadas e têm sempre uma atitude positiva, envolvendo-se nas atividades propostas e respeitando a professora. São, por vezes, um pouco desconcentradas, principalmente durante os exercícios de improvisação, o que se tornou um objetivo a desenvolver durante a lecionação autónoma.

Dimensão emoções

Um fator importante é que as alunas demonstram alegria durante a aula. Quanto à expressividade demonstrada durante os exercícios, ainda não é observada pois não é objetivo durante estas primeiras aulas do ano letivo. Apesar de, em muitas demonstrações, a professora dar atenção à sua própria expressividade, o que leva as alunas a terem atenção a esse fator. As aulas observadas não foram ricas em variedade de expressões diferentes, pois, como já foi referido, não era esse o objetivo.

Comentários pessoais

As alunas colocam muitas perguntas, mesmo depois da professora explicar bem o exercício, pode ser porque estavam distraídas ou para terem a certeza do que têm de fazer.

Ainda não é dada importância à expressividade, por estar a ser feita revisão da matéria e ainda não foi introduzido o conceito de comunicar com o corpo algo, a interpretação do movimento. Neste momento o foco está no movimento e os conteúdos do movimento, que devem estar muito bem consolidados para se passar para uma nova fase.

As alunas têm noção e consciência dos conteúdos que estão a ser trabalhados. Respondem a estas questões de uma forma correta e com alguma rapidez.

Técnica de Dança Clássica - Objetivos

- Conhecer a turma noutra contexto (na aula de Técnica de Dança Clássica).
- Observar uma aula de Técnica de Dança Clássica antes de ser iniciada a temática das emoções.
- Observar uma aula de Técnica de Dança Clássica após haver uma primeira e breve abordagem à temática do estágio. (última aula do 1º período)
- Observar uma aula de Técnica de Dança Clássica no final das aulas de lecionação autónoma, com o objetivo de perceber se houve alguma diferença na preocupação com a interpretação do movimento.

Técnica de Dança Clássica - Desenvolvimento

Estas aulas de observação decorreram no início do 1º período, no final do mesmo e no final do 3º período. Tiveram como premissa base a observação da interpretação das alunas noutra contexto que não a Expressão Criativa. A mestranda observou e registou vários tipos de aulas, a aula propriamente de Técnica de Dança Clássica com uma parte de aula de pontas e a aula de criação coreográfica e ensaio para o espetáculo.

Todas as tabelas e gráficos correspondentes à observação estruturada das aulas de Técnica de Dança Clássica encontram-se no apêndice O.

Técnica de Dança Clássica - Conclusões

Dimensão metodológica e didática

Em comparação com as aulas de Expressão Criativa as alunas demonstram mais dificuldade na aprendizagem dos conteúdos desta disciplina e também na interpretação do movimento da Técnica de Dança Clássica.

Dimensão pedagógica – comunicação e interação

Quanto a esta dimensão, existem regras de convivência de trabalho, é promovida a interação, colaboração e cooperação nos alunos e existe uma relação afetiva na turma.

Dimensão atitude e comportamento

Na primeira aula observada, as alunas não demonstravam entusiasmo na aula de Técnica de Dança Clássica, mas, no decorrer do ano, melhoraram nesse aspeto.

Na maioria dos pontos observados, houve uma melhoria que depois voltou a piorar. Sendo que a aula com melhor comportamento foi a última do 1º período. Numa perspetiva de análise, no final do ano as alunas já se encontravam muito cansadas devido ao 3º período ter sido tão comprido, sem as pausas letivas planeadas no início do ano e com o ano letivo a terminar mais tarde. Ainda com alguns meses de aulas à distância, provocou nas alunas algum cansaço e falta de vontade de aprender, o que foi observável.

Dimensão emoções

No que toca às alunas se encontrarem alegres na aula, na primeira isso não foi observado, na segunda sim e na última houve um decréscimo da alegria à medida que a aula ia decorrendo.

Apesar da professora demonstrar os exercícios sempre com a expressividade e interpretação característica de cada exercício de clássico, só algumas vezes as alunas se esforçaram para realizar os exercícios com essa expressividade.

As alunas não projetavam o olhar na realização dos exercícios, mas na aula de ensaio e criação da coreografia para o espetáculo demonstraram uma diferença muito positiva neste parâmetro.

Em relação à utilização do *épaulement* para evidenciar a qualidade e a expressividade dos exercícios, houve claramente um crescendo nas três aulas observadas.

Comentários pessoais

Relativamente ao comportamento, as alunas apresentam-se mais desatentas e aborrecidas em comparação com a aula de Expressão Criativa.

As alunas mostram preocupação com a parte técnica e não com a parte artística (no entanto, elas estiveram sempre de máscara, o que torna o processo de observação e análise um pouco mais complicado e menos preciso).

Conclusões – observação estruturada

Nas duas disciplinas, as professoras estavam preocupadas em transmitir conteúdos relativos ao movimento, visto que no ano letivo passado tinham passado o 3º período inteiro com aulas *online*, compreende-se essa preocupação. Ter a certeza de que as alunas sabem os conteúdos todos das disciplinas, para depois poder cumprir os objetivos do plano no decorrente ano.

Lecionação partilhada

Calendarização

A lecionação partilhada foi realizada ainda durante o 1º período letivo (2ª parte), nas aulas de Expressão Criativa, as professoras cooperante e estagiária planearam e coordenaram entre si que a temática das aulas seria já uma abordagem superficial às emoções. Para isso desenvolveram um módulo de aulas com exercícios de ambas que acabou por resultar na prova do 1º período.

Tabela 3 - Aulas de lecionação partilhada

Número da aula	Data	Horário	Duração	Temática
Aula nº1	20/10/20	17h15 – 18h45	1h30	Balões das emoções
Aula nº2	27/10/20	17h15 – 18h45	1h30	Pausas com emoção
Aula nº3	03/11/20	17h15 – 18h45	1h30	Caixas das emoções
Aula nº4	10/11/20	17h15 – 18h45	1h30	As 5 emoções - preparação prova avaliação
Aula nº5	17/11/20	17h15 – 18h45	1h30	As 5 emoções - preparação prova avaliação
Aula nº6	24/11/20	17h15 – 18h45	1h30	As 5 emoções - prova avaliação

Objetivos

- Coordenar, com a professora cooperante, uma estratégia de introdução do tema do projeto de estágio, partilhando a implementação dos exercícios.
- Implementar um módulo de aulas planeadas em conjunto, introduzindo exercícios criados pela professora cooperante e a professora estagiária.
- Abordar, superficialmente, o tema das emoções, através da realização de exercícios com 5 emoções primárias (alegria, tristeza, raiva, medo e repulsa)
- Preparar as alunas para a prova do 1º período.
- Realizar a prova de Expressão Criativa com o tema das emoções.

Desenvolvimento

Nas aulas de lecionação acompanhada houve, efetivamente, uma partilha na realização do plano de aulas e também na lecionação das mesmas. Cada professora introduzia e explicava o seu exercício, isto acontecia alternadamente. Por vezes, a professora cooperante perguntava a opinião da estagiária, para várias problemáticas do decorrer da aula. O contrário

também aconteceu, quando a professora cooperante partilhava com a estagiária a sua opinião sobre exercícios específicos das emoções, e principalmente os seus objetivos.

Os planos de aulas foram como uma introdução à temática das emoções, onde foram realizados vários exercícios sobre as 5 emoções primárias abordadas durante todo o estágio.

As aulas de lecionação partilhada culminaram na prova de Expressão Criativa, que foi novamente lecionada pelas duas professoras, com um outro professor a avaliar a turma.

Todas as tabelas e gráficos correspondentes à lecionação partilhada encontram-se no apêndice P.

Conclusões lecionação partilhada

Dimensão cognitiva

A maioria das vezes as alunas são capazes de improvisar e criar a partir de vários estímulos, utilizando e explorando os conteúdos do movimento.

Muitas vezes dão sentido artístico aos seus trabalhos (improvisações e criações), desenvolvendo exercícios com sentido de comunicação (de uma mensagem, emoção, narrativa...).

As alunas demonstram que têm noção de musicalidade.

No decorrer das aulas foram efetivamente melhorando as suas capacidades ao nível cognitivo.

Dimensão atitude e comportamento

As alunas são assíduas, pontuais, empenham-se nas tarefas propostas, estão motivadas, respeitam as regras do bom comportamento durante a aula e demonstram uma relação afetiva entre elas. Demonstram, por vezes, alguma falta de concentração, apesar de, com o aproximar da prova de avaliação, o nível de concentração ter aumentado significativamente.

Dimensão emoções

Na sua maioria, as alunas 'abraçaram' o tema das emoções e demonstraram expressividade facial e corporal durante as aulas, transmitindo diferentes emoções através de diferentes qualidades de movimento.

Comentários pessoais

Por vezes, as alunas estavam distraídas e desconcentradas e tinham dificuldade em entender o que era pedido, fazendo muitas perguntas que já tinham sido respondidas aquando da explicação do exercício por parte da professora cooperante e da estagiária.

As alunas apresentam sempre conhecimento em relação aos conteúdos do movimento abordados durante as aulas de lecionação partilhada.

Em criações com as diretrizes mais livres as alunas apresentam muito mais facilidade do que uma com as diretrizes mais fechadas, tendo tido muitas dificuldades na memorização do solo realizado com as diretrizes mais fechadas.

As alunas apresentam muita consciência musical, tendo desenvolvido solos que posteriormente colocaram na música, um trabalho autónomo onde tiveram a capacidade de adaptar o movimento.

As alunas realizaram a prova prática com maturidade e concentração, havendo efetivamente uma evolução ao longo do período. Conseguiram expressar o que sentiam nos seus solos e por isso as notas corresponderam a um bom aproveitamento.

Lecionação autónoma

Calendarização

A lecionação autónoma decorreu, como já acima descrito, nas aulas de Expressão Criativa.

Tabela 4 - Aulas de lecionação autónoma

Número da aula	Data	Regime	Horário	Duração	Temática
1º período					
Aula nº1	15/12/20	Presencial	17h15 – 18h45	1h30	Questionário sobre as emoções + autoavaliação
2º período					
Aula nº2	05/01/21	Presencial	17h15 – 18h45	1h30	Raiva
Aula nº3	12/01/21	Presencial	17h15 – 18h45	1h30	Raiva
Aula nº4	19/01/21	Presencial	17h15 – 18h45	1h30	Raiva
Aula nº5	09/02/21	Online	16h45 – 18h15	1h30	Medo
Aula nº6	16/02/21	Online	16h45 – 18h15	1h30	Medo
Aula nº7	23/02/21	Online	16h45 – 18h15	1h30	Medo
Aula nº8	02/03/21	Online	16h45 – 18h15	1h30	Medo + raiva – preparação prova avaliação
Aula nº9	09/03/21	Online	16h45 – 18h15	1h30	Medo + raiva – 1ª parte prova avaliação

As emoções como estímulo no desenvolvimento da expressividade e da criatividade na disciplina de Expressão Criativa, com os alunos do 2º ano do Conservatório Regional Silva Marques

Aula nº10	16/03/21	Online	16h45 – 18h15	1h30	Medo + raiva – 2ª parte prova avaliação
Aula nº11	23/03/21	Online	16h45 – 18h15	1h30	Entrega das notas + autoavaliação
3º período					
Aula nº12	06/04/21	Presencial	17h15 – 18h45	1h30	Alegria
Aula nº13	13/04/21	Presencial	17h15 – 18h45	1h30	Alegria
Aula nº14	20/04/21	Presencial	17h15 – 18h45	1h30	Alegria
Aula nº15	27/04/21	Presencial	17h15 – 18h45	1h30	Repulsa
Aula nº16	04/05/21	Presencial	17h15 – 18h45	1h30	Repulsa
Aula nº17	11/05/21	Presencial	17h15 – 18h45	1h30	Repulsa
Aula nº18	18/05/21	Presencial	17h15 – 18h45	1h30	Tristeza
Aula nº19	25/05/21	Presencial	17h15 – 18h45	1h30	Tristeza
Aula nº20	01/06/21	Presencial	17h15 – 18h45	1h30	As 5 emoções – criação coreográfica
Aula nº21	08/06/21	Presencial	17h15 – 18h45	1h30	As 5 emoções – criação coreográfica
Aula nº22	14/06/21	Presencial	17h15 – 18h45	1h30	As 5 emoções – criação coreográfica
Aula nº23	22/06/21	Presencial	17h15 – 18h45	1h30	As 5 emoções – criação coreográfica
Aula nº24	29/06/21	Presencial	17h15 – 18h45	1h30	As 5 emoções – criação coreográfica
Aula nº25	06/07/21	Presencial	15h – 19h	4h	As 5 emoções – preparação, ensaio e gravação vídeo + Questionário final

Objetivos

- Realizar o questionário inicial e o final.
- Implementar os planos de aulas das emoções: raiva, medo, alegria, repulsa e tristeza, com o objetivo de explorar e aprofundar as diferentes emoções, através de estímulos intrínsecos e extrínsecos.
- Partilhar experiências emocionais com a turma.
- Observar e analisar as improvisações e criações das colegas.
- Implementar momentos de reflexão sobre os exercícios propostos.
- Procurar a consciencialização da emoção por parte do aluno para, posteriormente, criar estratégias para a sua transmissão, através do corpo em movimento.

- Realizar vários exercícios diferentes, de improvisação e criação, com vários estímulos, para cada emoção.
- Desenvolver a capacidade de interpretação da emoção, em variados contextos.
- Relacionar a expressão da emoção com conteúdos de movimento.
- Implementar momentos de cocriação, em pares, trios e a turma inteira, com o objetivo de respeitar as opiniões, ideias e emoções do outro.
- Identificar qualidades de movimento específicas para cada emoção, percebendo as semelhanças e diferenças no grupo.

Desenvolvimento

No decorrer da leção autónoma foram introduzidos módulos de aulas sobre cada uma das emoções separadamente: raiva, medo, alegria, repulsa e tristeza (ordem correta das emoções abordadas nas aulas).

A introdução da emoção foi feita sempre de forma diferente, e com o fator 'surpresa'. Isto acontecia porque existiam sempre exercícios diferentes, de improvisação, para iniciar a aula.

Para cada emoção foram necessárias 3 aulas, exceto para a tristeza, que foram apenas 2 aulas. Os módulos de aulas tinham os seguintes pontos:

1. Na primeira aula fazia-se uma introdução à emoção, e vários exercícios de improvisação, com estímulos diversificados, para a descoberta das qualidades de movimento da emoção.
2. Na segunda aula, após um exercício de improvisação para 'mergulhar' no tema, era o momento de criação coreográfica. Estes momentos aconteceram a solo, pares, trios e até a turma inteira.
3. Quando a criação não ficava terminada, usava-se uma terceira aula para finalizar e apresentar.

A cada emoção corresponderam determinados conteúdos de movimento:

- Raiva: dinâmicas de tempo - urgente/suspenso, peso - leve/pesado
- Medo: corpo – partes, tempo - suspenso, ações – locomoção
- Alegria: níveis – alto, relação com um objeto – atenção a, aproximar/afastar, rodear, tocar, puxar/empurrar, suportar
- Repulsa: corpo - articulações
- Tristeza: dinâmicas de tempo – suspenso, dinâmicas de fluência - fluente, ações - pausa, relações - atenção a....

No decorrer das aulas também houve momentos de preparação e realização da prova do 2º período, as autoavaliações e uma coreografia final com o tema das emoções, uma parceria com o professor de música, com o objetivo de ser filmada com um músico ao vivo.

Houve também tempo para os questionários, o questionário inicial sobre o que despoleta emoções em cada aluna e o questionário final sobre os resultados que as alunas extraem de um ano letivo dedicado a trabalhar estímulos emocionais.

Todas as tabelas e gráficos correspondentes à lecionação autónoma encontram-se no apêndice Q.

Conclusões lecionação autónoma

Dimensão cognitiva

As alunas são capazes de improvisar e criar a partir de vários estímulos, utilizam e exploram diferentes qualidades de movimento, dominam e manipulam os conteúdos do movimento. Têm a capacidade de perceção de grupo, de noção de qualidades de movimento, das suas semelhanças e diferenças e têm noção de musicalidade.

A esmagadora maioria das vezes dão sentido artístico aos seus trabalhos (improvisações e criações) e têm a capacidade de memorização e reprodução do movimento, desenvolvendo exercícios com sentido de comunicação (de uma mensagem, emoção, narrativa...).

Dimensão atitude e comportamento

As alunas foram sempre assíduas, mas, por vezes, não foram pontuais.

Ao longo das aulas, houve uma oscilação relativamente à concentração durante a realização dos exercícios, tendo sido no final do ano letivo que se verificou maior falta de concentração e um empenho decrescente nas tarefas propostas, talvez pelo facto do ano letivo ter terminado mais tarde e as alunas terem começado a ficar mais cansadas.

Foi observada uma quebra na motivação das alunas durante o período das aulas *online* e também no final do ano letivo.

Durante o confinamento e nas últimas aulas do ano letivo houve algum desrespeito pelas regras do bom comportamento, verificado em apenas uma ou duas alunas. Com algumas perturbações na aula, e demonstrando falta de maturidade e amizade entre a turma.

Dimensão emoções

As alunas demonstram sempre expressividade corporal na realização dos exercícios e também participam ativamente nas conversas sobre a temática da aula, dando a sua opinião pessoal e partilhando a sua perspetiva da emoção.

A maioria das vezes as alunas demonstraram expressividade facial na realização dos exercícios, tendo sido observada uma pequena diminuição desta qualidade durante o confinamento e logo após o regresso às aulas presenciais.

A esmagadora maioria das vezes as alunas conseguiram transmitir diferentes emoções através de diferentes qualidades de movimento e identificaram a emoção que se estava a trabalhar relacionando com tipos e qualidades de movimento.

As alunas conseguiram identificar emoções através da observação das colegas e, quase sempre, compreenderam a emoção do outro, mesmo não sentindo o mesmo.

Comentários pessoais

As alunas caracterizaram-se principalmente pelas suas questões, havia sempre muitas perguntas em relação aos exercícios, algumas no sentido de perceber exatamente o que era pedido para realizar o melhor possível as tarefas pedidas.

Ao longo das abordagens de todas as emoções, as alunas mostraram-se sempre entusiasmadas, dedicadas e expectantes tanto pela próxima emoção como pelo próximo exercício de improvisação ou criação, assim como durante a realização dos próprios exercícios.

Tendo sido o 2º ano da pandemia *covid-19*, e até houve uma interrupção das aulas presenciais, também houve momentos de desmotivação, distração e cansaço. Houve necessidade de vários momentos de conversa, reflexão e análise, com o objetivo de diminuir os efeitos destes comportamentos nas aulas de Expressão Criativa.

Durante o período das aulas *online*, apesar de ter iniciado com o entusiasmo tal como as aulas presenciais, houve claramente uma crescente desmotivação e uma necessidade de explicação muito mais pormenorizada e prolongada dos exercícios propostos, com algumas dificuldades técnicas também.

Salienta-se, ao longo de toda a lecionação autónoma, o esforço das alunas de compreensão das emoções, e partilha dos estímulos que levam à sua manifestação, tendo tido sempre a capacidade de relacionar conteúdos de movimento com cada emoção.

Na sua maioria, interpretaram com maturidade cada emoção abordada, transmitindo a emoção através da expressividade corporal e facial.

Após o confinamento, no início do 3º período, verificou-se uma interação entre turma e um entusiasmo e alegria que até à altura ainda não tinha sido observado, como consequência a emoção abordada (alegria), teve um resultado muito positivo nos exercícios de improvisação e criação, tendo levado a uma exploração de movimento mais arriscada e criativa.

Apresentação de análise de resultados dos instrumentos de recolha de dados

Questionário inicial - emoções

O questionário inicial foi realizado na última aula do 1º período, que correspondeu à primeira aula de lecionação autónoma. (Base do questionário – consultar apêndice J)

Objetivos:

- Identificar estímulos para cada emoção primária.
- Identificar semelhanças e diferenças nas situações que despoletam emoções.

As alunas mostraram alguma dificuldade em identificar e responder de uma forma rápida ao questionário.

Todas as tabelas e gráficos correspondentes ao questionário inicial encontram-se no apêndice R.

Conclusões:

- Para a emoção alegria, foi de uma forma muito clara que se identificaram 3 situações que causam esta emoção: dançar, estar com a família e estar com os amigos. Descreveram mais situações, mas apenas individuais, não tendo identificado mais nenhuma em comum.
- Já para a tristeza, a situação com mais respostas foi fazerem alguma ‘asneira’ e chatearem-se com alguém, de seguida as despedidas e, depois, receber más notas.
- Para o medo, o que obteve mais respostas foram os animais, desde cobras e aranhas a cães, e depois logo a seguir o escuro.
- Na repulsa, apresenta-se com mais respostas o ver e cheirar vômito, e depois animais como baratas e ratos.
- Na raiva, após uma análise dos dados, houve uma separação distinta das respostas: quando a raiva é sentida em relação à própria pessoa e quando é sentida em relação aos outros. Para a primeira, as respostas foram quando ‘me engano’ e quando ‘não me lembro’. Em relação à segunda, e a que teve mais respostas de todas, foi quando ‘me fazem *bullying*’.

Questionário final

O questionário final foi realizado na última aula do ano letivo. (Base do questionário – consultar apêndice K)

Tinha como objetivo entender, na perspectiva do público-alvo, a influência da abordagem das emoções, no desenvolvimento da interpretação do movimento, nomeadamente da sua criatividade de expressividade.

As alunas mostraram-se entusiasmadas e algumas foram até bastante descritivas nas respostas do questionário.

Todas as tabelas e gráficos correspondentes ao questionário final encontram-se no apêndice S.

Conclusões:

- Mostraram, com muita clareza, que a abordagem das emoções melhorou a sua interpretação nas coreografias e a expressividade e comunicação com o público.
- Como justificação apresentaram as aulas e a quantidade de exercícios para cada emoção especificamente.
- Acrescentaram ainda que se esforçaram e empenharam para sentir cada emoção nos variados exercícios.
- Como exemplo da influência das emoções na interpretação das coreografias, apresentaram alguns momentos das coreografias do espetáculo (Técnica de Dança Clássica e Contemporânea).

Questionário – professoras

O questionário 3 foi realizado após o espetáculo de final de ano letivo. (Base do questionário – consultar apêndice L)

Teve como objetivo entender a perspectiva das professoras das disciplinas técnicas (as mesmas que realizaram coreografias para o espetáculo final), no que toca à influência da abordagem das emoções durante todo o ano letivo, na realização das aulas e das coreografias.

Conclusões retiradas das respostas de ambas as professoras:

- Houve uma evolução e progressão na maturidade em relação à capacidade interpretativa da turma.
- A turma mostrou preocupação em relacionar a interpretação à mensagem da coreografia.
- A temática abordada nas aulas de Expressão Criativa contribuiu para uma boa interpretação durante o espetáculo.
- Durante os ensaios das coreografias as alunas questionaram as professoras em como poderiam interpretar melhor.

- Para as professoras, o trabalho da intenção, da mensagem, da entrega emocional é muito importante para todas as alunas, mesmo quando são mais imaturas. Referem ainda que o desenvolvimento do lado artístico devia ser realizado em simultâneo com o trabalho ao nível técnico.

Tabelas individuais

A realização e preenchimento das tabelas individuais teve a mesma calendarização que a lecionação autónoma e foram divididas por emoção trabalhada (consultar apêndice G).

Objetivos:

- Analisar a evolução de cada aluna individualmente, porque todas tinham maturidades diferentes, houve necessidade de distinguir as aprendizagens das alunas da turma, para uma compreensão individualizada.
- Compreender as diferenças entre as emoções, em cada aluna e, conseqüentemente, na turma.

Todas as tabelas e gráficos correspondentes às tabelas individuais encontram-se no apêndice T.

Conclusões:

Existem claramente vários grupos de alunas, dentro da turma, de acordo com a análise das suas tabelas individuais.

- As alunas 5 e 6 são as que se destacam mais pela positiva, tendo, em todas as emoções uma compreensão bastante madura e consciente, resultando num aproveitamento muito positivo.
- As alunas 1 e 7, apesar de terem uma boa compreensão de todas as emoções, têm algumas situações onde ficaram aquém das expectativas.
- A aluna 2 tem algumas oscilações nas diferentes abordagens das emoções. No início da abordagem das emoções tinha muitas dificuldades relativamente à expressividade, mas ao longo do tempo foi notória a melhoria na capacidade de interpretação do movimento.
- As alunas 3 e 8, apesar de demonstrarem algumas dificuldades tiveram uma evolução positiva ao longo do ano letivo. Apesar da aluna 3 ter ficado em isolamento profilático e ter-se lesionado no braço, foi conseguindo acompanhar a turma e o seu progresso.
- A aluna 4 (NEE), teve algumas dificuldades na expressividade das emoções, principalmente na parte de criação coreográfica, apresentando muito mais

facilidade nas aulas de improvisação. Apesar das suas dificuldades, demonstrou um grande 'à vontade' na alegria, uma expressividade 'natural' para a aluna.

- A aluna 9 teve muitas dificuldades, pela sua falta de maturidade, esforço e motivação. O que levou a uma evolução pouco positiva. Para este tipo de aulas com estímulos emocionais, a aluna demonstrou que não tinha o nível de maturidade esperado.

Tabelas individuais – análise por emoção:

Esta análise tem como objetivo perceber que emoções tiveram resultados mais profícuos, indo ao encontro com os objetivos específicos, descritos no presente relatório.

Todas as tabelas e gráficos correspondentes às tabelas individuais – análise por emoção encontram-se no apêndice U.

Conclusões:

- Todas as alunas conheciam a emoção que se estava a abordar e tiveram a capacidade de improvisar e criar a partir dessa emoção.
- No que toca à expressão facial da emoção a raiva, o medo e a tristeza foram as que as alunas demonstraram mais dificuldades, enquanto a alegria e a repulsa foram as que tiveram mais facilidade.
- Relativamente à expressão através do movimento, as emoções em que as alunas obtiveram resultados mais positivos foram a alegria e a tristeza.
- No parâmetro de relação da emoção com qualidades de movimento, as alunas obtiveram uma evolução positiva, em cada emoção foram sempre melhorando, acabando por ser a tristeza o melhor resultado (por ter sido a última abordada).
- Novamente, falando da motivação das alunas, na alegria e na tristeza demonstraram uma maior motivação, em comparação com as outras emoções.
- Relativamente à evolução da compreensão de cada emoção, a tristeza mostra uma evolução muito positiva e logo a seguir a repulsa.
- No parâmetro que avalia a criação de momentos 'surpresa' durante a criação coreográfica da emoção, a repulsa aparece em primeiro lugar, mas não com uma diferença muito significativa. As alunas, no geral, demonstraram alguma dificuldade neste ponto. Apesar disso, a repulsa aparece em primeiro porque, para as alunas, tratava-se de movimento mais 'estranho' ao corpo, por isso talvez tenham desenvolvido criações com mais momentos de 'surpresa'.

- No que toca à interpretação do movimento, que é avaliada com a capacidade de comunicação com quem estava a observar, as alunas demonstraram uma maior aptidão na emoção tristeza.
- Relativamente à capacidade de partilha de ideias sobre a emoção, as alunas, de uma forma geral, estiveram sempre 'abertas' à partilha de experiências pessoais. Tendo tido uma capacidade maior no que toca à repulsa.
- Finalmente, relativamente à criação coreográfica, as alunas demonstraram resultados muito positivos, compreendendo cada emoção e com uma atitude positiva, indo, aula a aula melhorando nos movimentos e na sua interpretação.

Diário de bordo do público-alvo

O público-alvo teve a tarefa de preencher um diário de bordo, durante toda a duração da lecionação autónoma. As alunas preenchiam, para cada emoção, na aula de improvisação e depois na aula de criação. Durante a realização da coreografia preencheram no início do trabalho coreográfico e no final. Os diários de bordo continham 3 parâmetros para cada dia, sempre de acordo com a atividade que tinha sido realizada:

1. O quê?
2. Para quê?
3. Comentários pessoais.

Objetivos:

- Perceber o impacto dos estímulos emocionais, na perspetiva do público-alvo.
- Através da sua análise, encontrar estratégias para situações que não estivessem a decorrer da melhor forma.
- Dar a oportunidade às alunas de descreverem o que estavam a sentir nas aulas de Expressão Criativa.

Todas as tabelas e gráficos correspondentes ao diário de bordo do público-alvo encontram-se no apêndice V.

Conclusões:

- As alunas 1, 5 e 7 têm uma perceção da abordagem das emoções consciente e com muita maturidade.
- A aluna 6 tem uma compreensão muito desenvolvida, apresentado apenas alguns pontos mais fracos.

As emoções como estímulo no desenvolvimento da expressividade e da criatividade na disciplina de Expressão Criativa, com os alunos do 2º ano do Conservatório Regional Silva Marques

- As alunas 2, 3, 4 e 8 foram tendo algumas oscilações, no sentido que nem sempre entendiam a utilidade dos exercícios propostos.
- A aluna 9 demonstrou muita falta de maturidade, essencialmente nas respostas que dava, demonstrando que não percebia o que se estava a trabalhar e quase nunca demonstrou uma atitude positiva, escrevendo muitas vezes nos comentários 'não gosto'.

Diário de bordo do público-alvo – análise por emoção:

Todas as tabelas e gráficos correspondentes ao diário de bordo do público-alvo – análise por emoção encontram-se no apêndice W.

Conclusões:

- Relativamente à capacidade de conhecer a emoção e o que se estava a trabalhar, as alunas demonstraram um conhecimento geral positivo em todas as emoções.
- Relativamente à 'utilidade' das aulas das emoções, houve algumas ondulações, sendo que as que entenderam melhor foi a alegria e a tristeza, e a pior foi o medo.
- Relativamente aos comentários pessoais significativos, que relacionavam a emoção ao movimento, à expressão ou a algo da sua vida pessoal, a que teve melhor resultado foi a alegria.
- Relativamente à compreensão geral do que estava a ser trabalhado, as alunas tiveram uma maior compreensão na emoção tristeza, que foi abordada em último lugar.
- No que toca à criação coreográfica, as alunas, ao início não entenderam bem o que se estava a trabalhar e qual a sua utilidade, mas depois de compreender, a sua maioria teve maturidade nas descrições realizadas nos diários de bordo, com comentários pessoais significativos e desenvolvendo algumas das suas ideias e dúvidas.

Participação em outras atividades

Calendarização

A participação em outras atividades concretizou-se na ajuda na organização do espetáculo de final de ano das turmas do EAE do 1º ao 5º ano, com o tema do livro *O Príncipezinho* de Antoine de Saint-Exupéry, realizado no dia 3 de julho de 2021 pelas 17h.

Objetivos

- Ajudar as alunas na preparação para o espetáculo, nos penteados e maquilhagem.

- Ajudar nas trocas de figurinos, durante a apresentação.
- Coordenar as alunas do 4º ano que estavam a acompanhar o público aos seus lugares.
- Organizar as entradas e saídas das turmas no palco. (nota: com as normas de higiene e segurança as alunas tinham uma porta para entrar no palco e outra para sair, bem como dentro do edifício, tinham umas escadas para subir para as salas que eram os camarins e outras para descer, fazendo um percurso circular evitando, assim, cruzamentos nas passagens.)
- Observar as coreografias das alunas do 2º ano (Técnica de Dança Clássica e Contemporânea), para ver a sua interpretação das coreografias no palco.

Desenvolvimento

A participação no espetáculo final com o tema 'O Príncipezinho', desenrolou-se de uma forma natural e prática.

Enquanto havia algo para fazer e organizar, a estagiária esteve presente. Quando havia um momento de calma, a estagiária pôde ir ver as suas alunas em palco nas coreografias de Técnica de Dança Clássica e Contemporânea.

No final do espetáculo, a mestranda foi chamada ao palco com as restantes professoras que estavam a ajudar, tendo recebido também uma flor e um agradecimento pela parte da diretora pedagógica.

Conclusões da participação em outras atividades

As notas apresentadas têm somente como base a turma do 2º ano do EAE (turma onde foi realizado o estágio).

Dimensão atitude e comportamento

Todas as alunas participaram no espetáculo, foram pontuais na hora de chegada e ajudaram as colegas. Estiveram sempre concentradas em todas as coreografias. E, nos camarins, quando precisavam de ajuda para vestir/despier e trocar de penteado, pediam.

Dimensão emoções

As alunas demonstraram expressividade facial e corporal na realização das coreografias e conseguiram transmitir diferentes emoções através de diferentes interpretações.

As emoções como estímulo no desenvolvimento da expressividade e da criatividade na disciplina de Expressão Criativa, com os alunos do 2º ano do Conservatório Regional Silva Marques

Comentários pessoais

As alunas tiveram preocupação com a interpretação das peças, a sua expressividade facial e corporal. Conseguiram transmitir emoções através da sua qualidade de movimento e, principalmente, através da sua expressividade.

Demonstraram também uma maturidade artística em palco que surpreendeu a estagiária.

Reflexão final

O grande objetivo deste projeto de estágio foi melhorar a consciência interpretativa das alunas, nomeadamente a sua comunicação com o público. Quando se observa uma coreografia, ainda que os bailarinos e intérpretes realizem todos os movimentos com uma limpeza extraordinária, quando a interpretação fica aquém do esperado, evidencia sempre que algo está em falta, que está errado. Porque o que é a dança se não for comunicação? Seja uma história, uma ideia, um ponto de vista ou uma emoção, é essencial comunicar com quem está a observar.

E esta capacidade interpretativa muitas vezes é suplementar, sendo ultrapassada, nas aulas, pela capacidade técnica, de execução do movimento (comprova-se através dos questionários realizados às professoras das disciplinas técnicas e também através das conclusões retiradas da observação estruturada), sendo assim deixada para trás a característica que pode distinguir um bom intérprete de um excelente intérprete.

É claro que, estando a abordar idades muito jovens, talvez ainda não faça sentido falar de intérprete ou bailarino profissional, mas uma escola de ensino artístico deve providenciar aos alunos todas as ferramentas para, num futuro, possam enveredar por essa via profissional com consciência e maturidade.

Relativamente ao projeto desenvolvido, com o objetivo de os alunos utilizarem a sua expressividade e criatividade, foram abordadas emoções primárias nas aulas de Expressão Criativa, durante o ano letivo 2020/2021. As emoções utilizadas foram: raiva, medo, alegria, repulsa e tristeza. Para cada emoção foram realizados módulos de aulas que trabalhavam cada emoção isoladamente. Sinteticamente, as alunas foram estimuladas a sentir cada uma das emoções em causa, para posteriormente nos exercícios e tarefas, terem presente essa sensação, com o fim de uma exploração do movimento com a carga emocional desejada. Em cada módulo de aulas, para cada emoção, existia um exercício inicial de improvisação que levava as alunas a adivinhar que emoção iria ser abordada. A partir daí desenrolava-se a aula de improvisação sobre a emoção e, de seguida, a aula de criação relativa à emoção.

Nas aulas de Expressão Criativa foi ainda possível reservar momentos para as alunas partilharem experiências pessoais, nomeadamente os estímulos e situações que as levavam a sentir uma determinada emoção.

Optou-se por corresponder cada emoção a conteúdos de movimento diferentes, mediante a qualidade de movimento que mais caracterizava cada uma. Por exemplo, à raiva correspondiam dinâmicas de tempo - urgente/suspenso e peso - leve/pesado, enquanto que à alegria correspondia o nível alto.

Infelizmente, o desenvolvimento deste projeto cruzou-se com um período de isolamento obrigatório, em que a lecionação se realizou através da tecnologia de videochamada,

portanto, em conjunto, mas de forma isolada. A temática das emoções continuou a ser abordada, mas os resultados ficaram aquém das expectativas, não só pela crescente desmotivação das alunas, por estarem novamente em casa, mas também pela capacidade limitada de conexão e observação que o ensino à distância impõe.

Após este período de aulas *online*, observou-se algo muito positivo, a demonstração de alegria que surgiu durante as primeiras aulas no CRSM, onde foi abordada essa mesma emoção e as alunas se encontravam realmente alegres, tendo sido uma das emoções que melhor foi explorada pelas alunas.

Com o desenrolar do ano letivo, pode-se concluir que houve efetivamente um crescimento positivo da turma em relação à capacidade de interpretação, tendo sido observado que a última emoção abordada (tristeza) foi a que teve resultados mais positivos e visíveis nas improvisações e criações das alunas.

É ainda relevante salientar todos os momentos de partilha, em que as alunas tiveram a oportunidade, coragem e confiança de expor as suas experiências sobre momentos em que sentiram determinadas emoções. Não se pode deixar de referir algumas questões que surgiram nestas conversas sobre o *bullying*, algo que hoje em dia está cada vez mais disseminado pelas escolas, e sobre a tristeza que sentiram muitas alunas quando se encontravam em confinamento, algumas em isolamento mesmo dentro de um quarto da casa.

Desde o início, uma das ambições deste projeto era que a abordagem das emoções na disciplina de Expressão Criativa, levasse a uma consciência interpretativa que transbordasse para as outras disciplinas como a Técnica de Dança Clássica e Contemporânea. O que de facto aconteceu e foi observado, tendo pela professora estagiária como pelas professoras das disciplinas técnicas (como se pôde concluir através de um questionário realizado às professoras e das conclusões retiradas da participação em outras atividades).

Como referido anteriormente, o ano letivo 2020/2021 continuou a ser um ano em que a pandemia esteve presente na vida de todos, havendo quase um período escolar inteiro em confinamento, o que levou a que a calendarização do ano letivo fosse alterada, forçando o 3º período a terminar mais tarde. Todas estas alterações e limitações provocaram quatro obstáculos principais:

- Desgaste e dificuldade de concentração das alunas, principalmente no final do ano letivo;
- Exploração condicionada dos conteúdos do movimento, pelo impedimento da relação pelo contacto;
- Condicionamento de observação devido à obrigatoriedade de uso de material de proteção individual – máscara – que apenas permite observar parcialmente a cara das alunas;

- Desmotivação das alunas despoletada pela falta de contacto social.

Apesar de todos os constrangimentos e restrições causados pela pandemia, a abordagem às emoções obteve resultados positivos. As alunas tiveram mais presente e consciente a capacidade interpretativa, o que se pôde observar no decorrer do ano letivo, na interpretação das coreografias do espetáculo final (Técnica de Dança Clássica e Contemporânea) e no projeto em conjunto com o professor de Música.

Quanto ao projeto referido anteriormente, que foi desenvolvido em conjunto com o professor de Música, este culminou na gravação de um vídeo em que as alunas dançavam uma peça coreográfica acompanhadas com instrumental ao vivo, um aluno do CRSM no instrumento marimba, e pelo professor ao piano.

O processo de criação coreográfica baseou-se nas emoções abordadas durante o ano, tendo em consideração as ideias apresentadas pelas alunas e também a relação com os instrumentos musicais que faziam parte do espaço cénico. No produto final é possível observar a interpretação das emoções, sendo de salientar que as alunas mostraram muita maturidade e dedicação durante as filmagens da coreografia.

Durante o decorrer do estágio, foram observadas as vantagens da partilha de experiências pessoais, tanto para cada aluna individualmente, como para o grupo e para o projeto. Quando se expõe algo tão pessoal como as emoções e os seus estímulos é relevante existir um ambiente de confiança e afetividade, assim quando cada aluna partilha algo com o grupo, aumenta a sua confiança e autoconsciência individual, mas também o laço que une o próprio grupo. Esta partilha teve algumas emoções onde o processo foi mais fluído, como a repulsa, e outras onde as alunas estiveram mais reticentes como a tristeza. Mas, em todas, revelou-se um método chave para a abordagem das emoções.

Conclui-se assim, através das respostas ao questionário final, que as alunas sentiram que melhoraram a sua interpretação do movimento, algumas dando ênfase aos vários exercícios realizados sobre a mesma emoção. É ainda extremamente positivo o facto de as professoras das disciplinas técnicas referirem a importância da temática abordada nas aulas de Expressão Criativa, contribuindo positivamente para capacidade interpretativa das alunas durante o espetáculo final do CRSM. Tendo sido observado também pela professora estagiária uma evolução progressiva ao longo de todo o ano letivo.

Deixam-se assim algumas questões em aberto: será que com toda esta abordagem as alunas, no futuro, vão ser mais sensíveis ao fator interpretação em comparação com outros alunos do Ensino Artístico Especializado? E se esta abordagem iniciasse com idades ainda mais jovens, nas iniciações, será que os alunos iriam aumentar claramente a sua capacidade interpretativa? E nas técnicas, é possível fazer uma abordagem semelhante e ter resultados significativos?

As emoções como estímulo no desenvolvimento da expressividade e da criatividade na disciplina de Expressão Criativa, com os alunos do 2º ano do Conservatório Regional Silva Marques

Todas estas perguntas podem ser respondidas, num futuro projeto. E com certeza vão ser abordadas com alunos do Ensino Artístico, na prática docente da mestranda. Tentando sempre, ao máximo, que todos os alunos tenham em conta a interpretação como parte do seu processo de aprendizagem.

Referências bibliográficas

- Aguiar, M. (2013). *As emoções e o desenvolvimento da criatividade dos alunos de 3º ciclo, no âmbito da composição coreográfica, na Escola Vocacional de Dança das Caldas da Rainha* (Relatório final de estágio). Escola Superior de Dança – Instituto Politécnico de Lisboa.
- Alves, M. (2012). A improvisação no ensino da dança. *Sidd 2011 - Livro de Atas*, 174-187. Faculdade de Motricidade Humana.
- Aronson, O. (2003). The actor's body Constantin stanislavki's cinematic theatre, *Third Text*, 17(4), 313-321.
- Arruda, M. (2014). *O ABC das Emoções Básicas - Implementação e avaliação de duas sessões de um programa para a promoção de competências emocionais. Um enfoque comunitário* (Tese de mestrado). Universidade dos Açores.
- Batalha, A. (2004). *Metodologia do Ensino da Dança*. Faculdade de Motricidade Humana – Serviço de Edições.
- Borges, J. (2012). *A reescrita do drama Pedro e Inês em Olga Roriz - Intencionalidade e função do gesto simbólico na construção coreográfico-narrativa* (Dissertação de mestrado). Faculdade de Ciência Sociais e Humanas – Universidade Nova de Lisboa.
- Buckroyd, J. (2000). *The student dancer - Emotional aspects of the teaching and learning of dance*. Dance Books Ltd.
- Candy, L. (2006). *Practice Based Research: A Guide. Creativity & Cognition Studios*. (University of Technology, Sydney). Disponível em: <http://www.creativityandcognition.com>
- Cayatte, P. & Marques, A. (2012). A Criação Coreográfica no Ensino Vocacional: Estratégias Metodológicas. *Sidd 2011 - Livro de Atas*, 44-54. Faculdade de Motricidade Humana.
- Climenhaga, R. (2009). *Pina Bausch*. Routledge.
- Colin, T. (2016). *Dancing with an emotional connection to movement quality research project in the composition course with the eighth grade learners in vocational dance education from Escola de Dança do Conservatório Nacional* (Relatório final de estágio). Escola Superior de Dança – Instituto Politécnico de Lisboa.
- Coutinho, C. (2019). *Metodologia de investigação em ciências sociais e humanas: Teoria e prática* (2ª ed.). Almedina.
- Connolly, M., Quin, E., & Redding, E. (2011). Dance 4 your life: Exploring the health and well-being implications of a contemporary dance intervention for female adolescents, *Research in Dance Education*, 12(1), 53-66.
- Conservatório Regional Silva Marques. (2019). *Projeto Educativo 19/22*. Conservatório Regional Silva Marques.

- Craft, A. (2001). *An analysis of research and literature on creativity in education*. Qualifications and Curriculum Authority.
- Damásio, A. (1994). *O Erro de Descartes - Emoção, razão e o cérebro humano*. Editora Schwarcz Ltda.
- Damásio, A. & Immordino-Yang, M. (2011). We Feel, Therefore We Learn: The Relevance of Affective and Social Neuroscience to Education. *LEARNning Landscapes*, 5(1), 115-131.
- Damásio, A. (2012). *Ao Encontro de Espinosa – As emoções sociais e a neurologia do sentir*. Temas e Debates – Círculo de Leitores.
- Damásio, A. (2013). *O Sentimento de Si – Corpo, Emoção e Consciência*. Temas e Debates – Círculo de Leitores.
- Darwin, C. (1872). *Expression of the emotions in man and animals*. John Murray, Albemarle Street.
- Dobson, M. (2012). Identity and creativity: Putting two and two together. *LEARNning Landscapes*, 6(1), 201-214.
- Ekman, P. (1999). *Handbook of Cognition and Emotion*. John Wiley & Sons Ltd.
- Freitas-Magalhães, A. (2003). *Psicologia da Criatividade - Estudo sobre o desenvolvimento da expressão criadora da criança*. ISCE Centro de Estudos e Investigação Departamento de Psicologia.
- Goleman, D. (2021). *Inteligência Emocional*. Temas e Debates – Círculo de Leitores.
- Hetzler, E. (2007). Actors and emotion in performance. *Studies in Theatre and Performance*, 28(1), 59-78.
- International Association for Dance Medicine and Science. (2000). *The Challenge of the Adolescent Dancer*. Consultado em 14 junho, 2020, do *website* da International Association for Dance Medicine and Science: https://cdn.ymaws.com/www.iadms.org/resource/resmgr/resource_papers/adolescent-dancer.pdf
- Lavender, L. (2006). Creative Process Mentoring: Teaching the “Making” in Dance-Making. *Journal of Dance Education*, 6(1), 6-13.
- Leandro, C., Monteiro, E., & Melo, F. (2018). *Manual de dança criativa – Uma aprendizagem interdisciplinar no 1º ciclo do ensino básico*. Psicossoma.
- Loupe, L. (2012). *Poética da Dança Contemporânea*. Orfeu Negro.
- Mayer, J., & Salovey, P. (1995). Emotional intelligence and the construction and regulation of feelings. *Applied and Preventive Psychology*, 4(3), 197-208.
- Maletic, V. (1987). *Body - Space - Expression - The Development of Rudolf Laban's Movement and Dance Concepts*. Mouton de Gruyter

- Marques, A. S. (2007). Capítulo II – Revisão da literatura. In *O Ensino Artístico da Dança em Portugal - Ao Encontro das Escolas Vocacionais* (Tese de mestrado). Universidade Técnica de Lisboa – Faculdade de Motricidade Humana.
- Marques, A. S., & Xavier, M. (2013). Criatividade em Dança: Conceções, Métodos e Processos de Composição Coreográfica no Ensino da Dança. *Revista Portuguesa de Educação Artística*, 3, 47-59.
- Marques, A. (2016). *As Conceções pessoais da Criatividade em Dança dos professores e alunos do Ensino Artístico* (Tese de Doutoramento em Ciências da Educação – Psicologia e Educação). Faculdade de Ciências Sociais e Humanas – Universidade Nova de Lisboa.
- Martinelli, S. (2012). Contribuições da psicologia à criatividade na dança e ao seu ensino. *Corpos (Im)perfeitos Livro de Atas*, 258-270. Faculdade de Motricidade Humana.
- Nummenmaa, L., Glerean, E., Hari, R. & Hietanen, J. (2014). Bodily maps of emotions. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 111(2), 646-651.
- Ribeiro, C. & Marques, A. (2012). A criatividade no processo de criação coreográfica. *Sidd 2011 - Livro de Atas*. 55-75. Faculdade de Motricidade Humana.
- Ribeiro, G. (2018). *Novo Manual de Investigação*. Contraponto.
- Sábio, D. (2016). “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 (Relatório final de estágio). Escola Superior de Dança – Instituto Politécnico de Lisboa.
- San-Juan-Ferrer, B., & Hípola, P. (2020). Emotional intelligence and dance: a systematic review. *Research in Dance Education*, 21 (1), 57-81.
- Saumaa, H. (2017). Ohad Naharin’s Sensual, Somatic Gaga. *Dance Chronicle*, 40 (3), 406-409.
- Smith-Autard, J. (2002). *The Art of Dance in Education*. Bloomsbury.
- Sousa, A. (2017). *Educação pela Arte e Artes na Educação – 2º Volume – Drama e Dança*. Edições Piaget.
- Tharp, T. (2003). *The creative habit: learn it and use it for life*. Simon and Schuster.
- Wrobel, M. & Piórkowska, M. (2017). Basic Emotions. In V. Zeigler-Hill & T. Shackelford (Eds.), *Encyclopedia of Personality and Individual Differences* (pp. 1-6). DOI:10.1007/978-3-319-28099-8_495-1
- Lindquist, K., Wager, T., Kober, H., Bliss-Moreau, E. & Barret, L. (2012). The brain basis of emotion: A meta-analytic review. *Behavioral and Brain Sciences*, 35(3), 121-143.

- Vitorino, M. (2001). *Dança: Orientações curriculares – 3º ciclo do ensino básico: documento experimental*. Lisboa: Departamento da Educação Básica. Consultado em junho 11, 2020, em <https://myesecweb.esec.pt/pagina/cdi/ficheiros/docs/Danca.pdf>
- Vygotsky, L. (2009). *A Imaginação e a Arte na Infância*. Relógio D'Água Editores.
- Xavier, M. (2017). *Processos de Criação Coreográfica Contemporânea em Portugal: uma proposta de intervenção artístico-pedagógica* (Tese de Doutoramento em Motricidade Humana na Especialidade de Dança). Universidade de Lisboa – Faculdade de Motricidade Humana.

Apêndices

Apêndice A

Consentimento livre e informado

O presente estudo surge no âmbito de um estágio curricular promovido pela Escola Superior de Dança – Instituto Politécnico de Lisboa, a decorrer no Conservatório Regional Silva Marques com o 2º ano do Curso Básico de Dança.

Este estudo incide sobre o trabalho das emoções como abordagem criativa e expressiva do movimento e pretende desenvolver a expressividade e a criatividade através de estímulos emocionais. O estudo é realizado por Inês Maria Silva, que poderá contactar caso deseje colocar uma dúvida ou partilhar algum comentário (e-mail – 54193@alunos.esd.ipl.pt).

A participação do seu educando, que será muito valorizada, consiste em permitir o registo em vídeo, registos escritos em tabelas de observação estruturada e diário de bordo e responder a questionários durante o presente ano letivo (2020/2021), na disciplina de Expressão Criativa.

A sua participação vai contribuir para a realização de um relatório de estágio com vista à obtenção do grau de mestre em ensino de dança.

Os dados destinam-se apenas a ser utilizados para o presente projeto e, em momento nenhum, serão revelados os nomes dos participantes.

Face a estas informações, por favor indique se aceita que o seu educando participe no estudo:

ACEITO NÃO ACEITO

Nome do aluno: _____

Data: _____

Assinatura Encarregado de Educação : _____

Apêndice B

Tabela 1 – Tabela de observação estruturada – aulas de observação estruturada - Dimensão Metodológica e Didática

Dimensão Metodológica e Didática	Sim	Às vezes	Não	Não observado
1. São utilizados e explorados variados estímulos.				
2. Existe um desenvolvimento das componentes do movimento.				
3. É dado feedback construtivo por parte dos alunos.				
4. É evidenciado o sentido expressivo dos alunos.				
5. A aula apresenta momentos de improvisação.				
6. A aula apresenta momentos de reflexão e análise.				
7. A aula apresenta momentos de criação coreográfica.				
8. É apelado o desenvolvimento de movimento estético e artístico.				
9. É invocado o sentido musical do movimento.				

Tabela 2 – Tabela de observação estruturada – aulas de observação estruturada – Dimensão Pedagógica – Comunicação e Interação

Dimensão Pedagógica – Comunicação e Interação	Sim	Às vezes	Não	Não observado
1. Existem regras de convivência e de trabalho.				
2. É promovida a interação, colaboração e cooperação nos alunos.				
3. Existem diferenças na aprendizagem na turma.				
4. Existe uma relação afetiva na turma.				
5. É observada autonomia pela parte dos alunos na realização das tarefas propostas.				

Tabela 3– Tabela de observação estruturada – aulas de observação estruturada - Dimensão Atitude e Comportamento

Dimensão Atitude e Comportamento	Sim	Às vezes	Não	Não observado
1. Os alunos têm uma atitude positiva e envolvem-se nas atividades propostas.				
2. Os alunos respeitam-se uns aos outros.				
3. Existe respeito entre alunos e professor.				
4. Os alunos estão atentos.				
5. Sempre que necessário, os alunos, sabem manter o silêncio.				
6. Os alunos realizam os exercícios concentrados.				
7. Os alunos demonstram entusiasmo e vontade de aprender.				
8. Os alunos demonstram empenho na realização da aula.				

Tabela 4– Tabela de observação estruturada – aulas de observação estruturada - Dimensão - Emoções

Dimensão - Emoções	Sim	Às vezes	Não	Não observado
1. Os alunos demonstram expressividade na realização dos exercícios.				
2. A professora nas demonstrações dá atenção à sua própria expressividade.				
3. A professora chama a atenção aos alunos para a expressividade nos exercícios.				
4. Os exercícios propostos apresentam uma utilização variada de expressões diferentes.				
5. Os alunos demonstram estar alegres durante a aula.				

Apêndice C

Diário de Bordo – aulas de observação estruturada

- a) Caracterização da turma
- b) Descrição da aula e dos exercícios
- c) Observações
- d) Pontos fortes/pontos fracos
- e) Reflexões
- f) Notas

Apêndice D

Tabela 5 – Tabela de observação estruturada – aulas de lecionação partilhada - Dimensão Cognitiva

Dimensão Cognitiva	Sim	Às vezes	Não	Não observado
1. As alunas são capazes de improvisar e criar a partir de vários estímulos.				
2. As alunas utilizam e exploram diferentes qualidades de movimento.				
3. As alunas dominam e manipulam os conteúdos do movimento (abordados até agora de acordo com a planificação).				
4. As alunas dão sentido artístico aos seus trabalhos (improvisações e criações).				
5. As alunas têm a capacidade de memorização e reprodução do movimento.				
6. As alunas têm a capacidade de percepção de grupo, de noção de qualidades de movimento, das suas semelhanças e diferenças.				
7. As alunas desenvolvem os exercícios com sentido de comunicação (de uma mensagem, emoção, narrativa...).				
8. As alunas têm noção de musicalidade.				

Tabela 6 – Tabela de observação estruturada – aulas de observação estruturada - Dimensão Atitude e Comportamento

Dimensão Atitude e Comportamento	Sim	Às vezes	Não	Não observado
1. As alunas são assíduas.				
2. As alunas são pontuais.				
3. As alunas têm capacidade de concentração na realização dos exercícios.				
4. As alunas empenham-se nas tarefas propostas.				
5. As alunas estão motivadas.				
6. As alunas respeitam as regras de bom comportamento durante a aula.				
7. As alunas demonstram uma relação afetiva entre elas.				

Tabela 7– Tabela de observação estruturada – aulas de observação estruturada - Dimensão - Emoções

Dimensão - Emoções	Sim	Às vezes	Não	Não observado
1. As alunas demonstram expressividade facial na realização dos exercícios.				
2. As alunas demonstram expressividade corporal na realização dos exercícios.				
3. As alunas conseguem transmitir diferentes emoções através de diferentes qualidades de movimento.				
4. As alunas conseguem identificar emoções através da observação das colegas.				

Apêndice E

Diário de bordo – aulas de lecionação partilhada e participação em outras atividades

- a) Descrição da atividade
- b) Reflexão crítica e comentários

Apêndice F

Tabela 8 – Tabela de observação estruturada – aulas de lecionação autônoma - Dimensão Cognitiva

Dimensão Cognitiva	Sim	Às vezes	Não	Não observado
1. As alunas são capazes de improvisar e criar a partir de vários estímulos.				
2. As alunas utilizam e exploram diferentes qualidades de movimento.				
3. As alunas dominam e manipulam os conteúdos do movimento (abordados até agora de acordo com a planificação).				
4. As alunas dão sentido artístico aos seus trabalhos (improvisações e criações).				
5. As alunas têm a capacidade de memorização e reprodução do movimento.				
6. As alunas têm a capacidade de percepção de grupo, de noção de qualidades de movimento, das suas semelhanças e diferenças.				
7. As alunas desenvolvem os exercícios com sentido de comunicação (de uma mensagem, emoção, narrativa...).				
8. As alunas têm noção de musicalidade.				

Tabela 9 – Tabela de observação estruturada – aulas de observação estruturada - Dimensão Atitude e Comportamento

Dimensão Atitude e Comportamento	Sim	Às vezes	Não	Não observado
1. As alunas são assíduas.				
2. As alunas são pontuais.				
3. As alunas têm capacidade de concentração na realização dos exercícios.				
4. As alunas empenham-se nas tarefas propostas.				
5. As alunas estão motivadas.				
6. As alunas respeitam as regras de bom comportamento durante a aula.				
7. As alunas demonstram uma relação afetiva entre elas.				

Tabela 10 – Tabela de observação estruturada – aulas de observação estruturada - Dimensão - Emoções

Dimensão - Emoções	Sim	Às vezes	Não	Não observado
1. As alunas demonstram expressividade facial na realização dos exercícios.				
2. As alunas demonstram expressividade corporal na realização dos exercícios.				
3. As alunas conseguem transmitir diferentes emoções através de diferentes qualidades de movimento.				
4. As alunas conseguem identificar emoções através da observação das colegas.				
5. As alunas identificam a emoção que se está a trabalhar e relacionam com tipos e qualidades de movimento.				
6. As alunas participam ativamente nas conversas sobre a temática da aula, dando a sua opinião pessoal e partilhando a sua perspetiva da emoção.				
7. As alunas compreendem a emoção do outro, mesmo quando não sentem o mesmo.				

Apêndice G

Tabela 11 – Tabela individual

Aluna	Raiva	Medo	Alegria	Repulsa	Tristeza	Coreografia
1. Compreende o que é a emoção.						
2. É capaz de improvisar a partir da emoção.						
3. É capaz de criar a partir da emoção.						
4. Consegue fazer a expressão facial da emoção.						
5. Consegue exprimir através do movimento a emoção.						
6. É capaz de relacionar a emoção com qualidades de movimento.						
7. Estava motivada e esforçou-se para fazer o melhor que conseguia todas as tarefas.						
8. Houve uma evolução durante as aulas com a temática desta emoção, tanto a nível cognitivo como ao nível do movimento e da expressividade da emoção.						
9. Utilizou a emoção para criar momentos de 'surpresa' durante as tarefas propostas.						
10. Desenvolveu a ideia ao máximo, comunicando (através do movimento) com quem estava a observar.						
11. Participou ativamente nas conversas sobre a emoção.						

Apêndice H

Diário de bordo – aulas de lecionação autónoma e participação em outras atividades

- a) Descrição da atividade
- b) Descrição dos seus aspetos essenciais
- c) Reflexão crítica e comentários

Apêndice I

Diário de bordo – público-alvo

1. Quando? (Identificar a aula)
2. O quê? (o que fizeste hoje na aula)
3. Para quê? (na tua opinião, serve para quê?)
4. Comentários (a tua opinião pessoal, o que gostaste ou não, que dificuldades sentiste...)

Apêndice J

Questionário inicial – O que te faz sentir emoções?

Escreve, para cada emoção, uma a três situações que te fazem sentir essa emoção.

1. Alegria
2. Tristeza
3. Medo
4. Repulsa
5. Raiva

Apêndice K

Questionário final

1. Achas que a temática das aulas de Expressão Criativa melhorou a tua interpretação nas coreografias e na tua expressividade e comunicação com o público?
2. Porquê?
3. Como?
4. Podes dar alguns exemplos?
5. Comentários sobre as aulas/ano letivo.

Apêndice L

Questionário professoras

1. Na sua opinião, a temática das emoções, abordada na disciplina de Expressão Criativa durante o ano letivo 20/21, influenciou de alguma forma as aulas da disciplina de Técnica de Dança Clássica/Contemporânea? Se sim, como?
2. Durante os ensaios da coreografia para o espetáculo final, e durante o espetáculo, notou alguma preocupação e cuidado, pela parte das alunas, em relação à interpretação da coreografia? Se sim, pode dar alguns exemplos?
3. Mesmo não existindo uma turma de comparação, nem outro espetáculo que onde as alunas tenham participado, na sua opinião, a abordagem das emoções na Expressão Criativa contribuiu de uma forma positiva para o desenvolvimento interpretativo e expressivo das alunas? Se sim, porquê?

Apêndice M

Tabela 12 – Tabela de observação estruturada – participação em outras atividades - Dimensão Atitude e Comportamento

Dimensão Atitude e Comportamento	Sim	Às vezes	Não	Não observado
1. As alunas são assíduas.				
2. As alunas são pontuais.				
3. As alunas têm capacidade de concentração na realização das coreografias.				
4. As alunas são autônomas, a arranjar-se para as coreografias.				
5. As alunas ajudam as colegas.				
6. As alunas respeitam as regras de bom comportamento durante a realização do espetáculo, principalmente nas entradas e saídas do palco.				

Tabela 13 – Tabela de observação estruturada – aulas de observação estruturada - Dimensão - Emoções

Dimensão - Emoções	Sim	Às vezes	Não	Não observado
1. As alunas demonstram expressividade facial na realização das coreografias (de técnica de dança clássica e contemporânea).				
2. As alunas demonstram expressividade corporal na realização das coreografias (de técnica de dança clássica e contemporânea).				
3. As alunas conseguem transmitir diferentes emoções através de diferentes interpretações.				

Apêndice N

Tabela 14 – Análise da tabela de observação estruturada das aulas de observação – Expressão Criativa – Dimensão Cognitiva

Dimensão Cognitiva	Sim	Às vezes	Não	Não observado
1. São utilizados e explorados variados estímulos.	3		1	
2. Existe um desenvolvimento das componentes do movimento.	4			
3. É dado feedback construtivo por parte dos alunos.	2			2
4. É evidenciado o sentido expressivo dos alunos.	2		2	
5. A aula apresenta momentos de improvisação.	4			
6. A aula apresenta momentos de reflexão e análise.	3		1	
7. A aula apresenta momentos de criação coreográfica.	4			
8. É apelado o desenvolvimento de movimento estético e artístico.	4			
9. É invocado o sentido musical do movimento.	2		2	

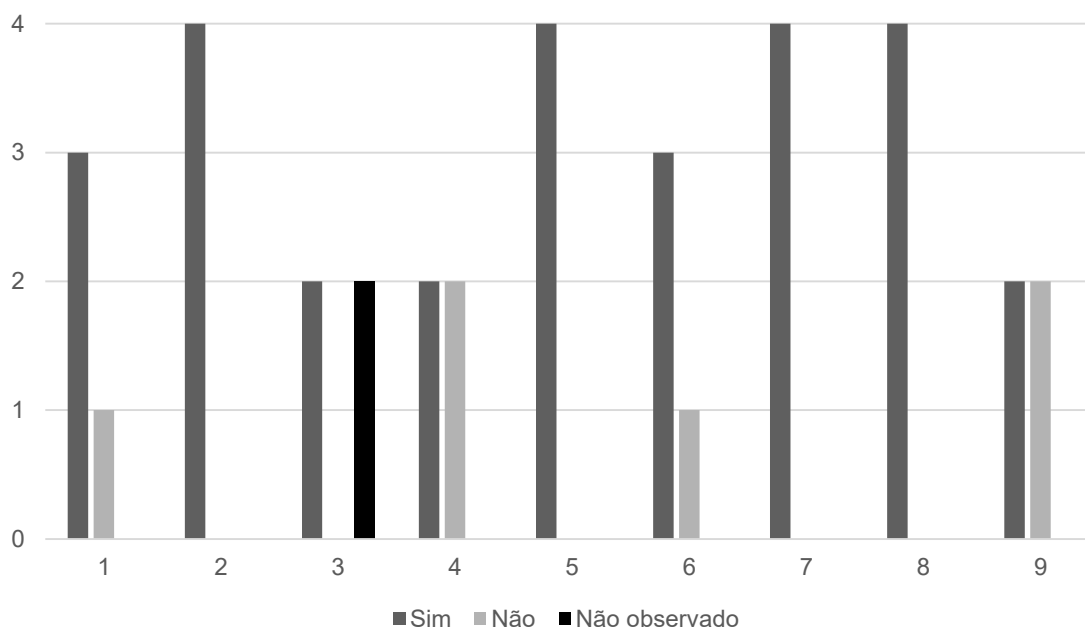


Gráfico 1 – Respostas Dimensão Cognitiva

Análise temporal

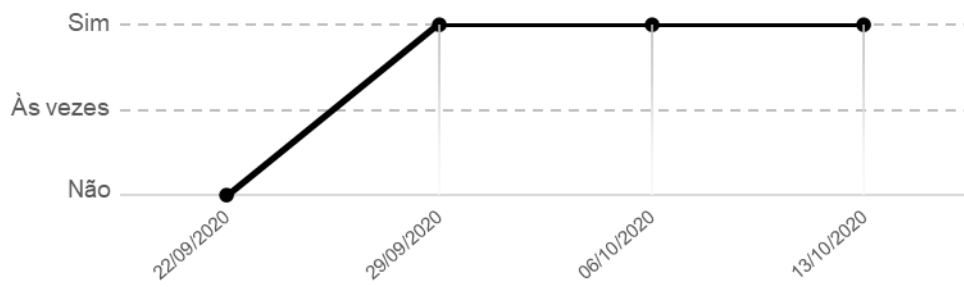


Gráfico 2 - São utilizados e explorados variados estímulos

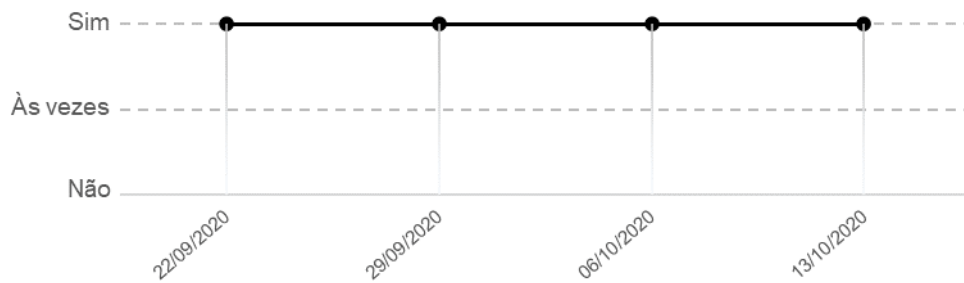


Gráfico 3 - Existe um desenvolvimento das componentes do movimento



Gráfico 4 - É dado feedback construtivo por parte dos alunos

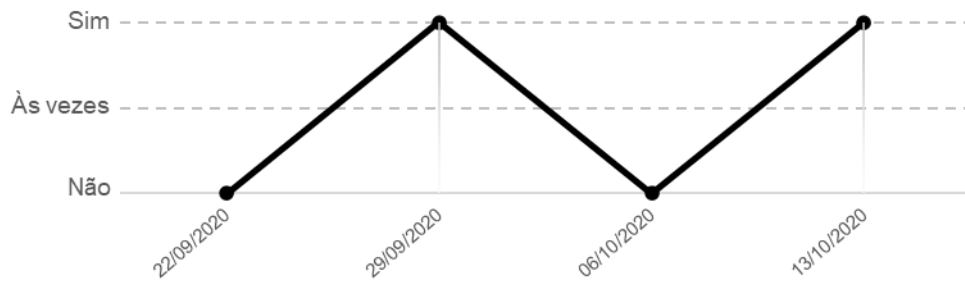


Gráfico 5 - É evidenciado o sentido expressivo dos alunos

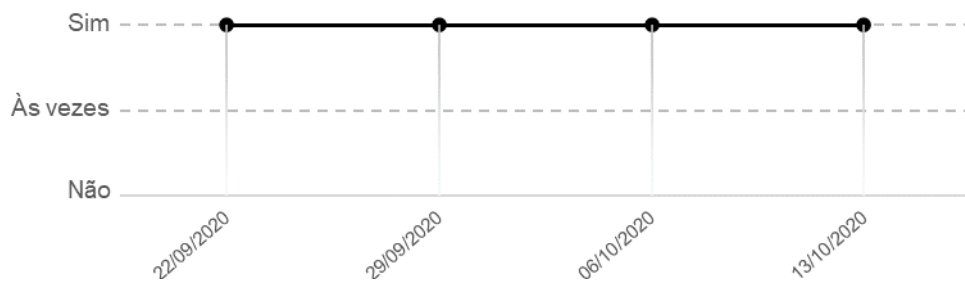


Gráfico 6 - A aula apresenta momentos de improvisação

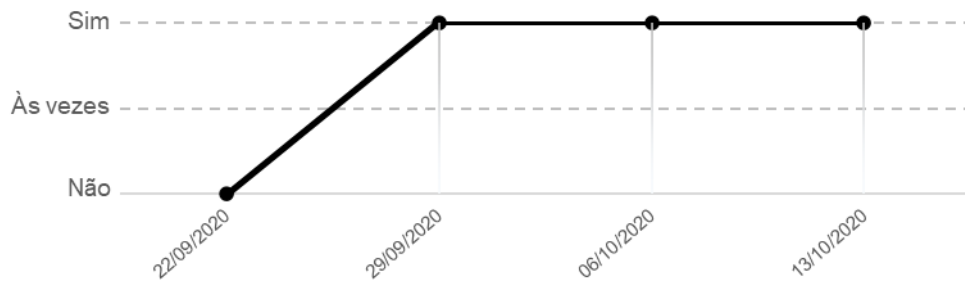


Gráfico 7 - A aula apresenta momentos de reflexão e análise

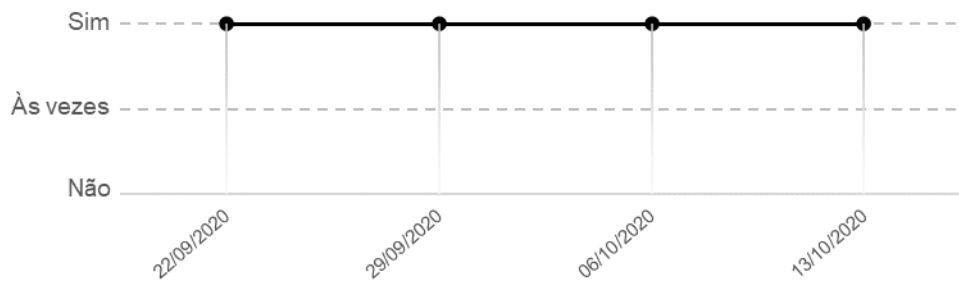


Gráfico 8 - A aula apresenta momentos de criação coreográfica

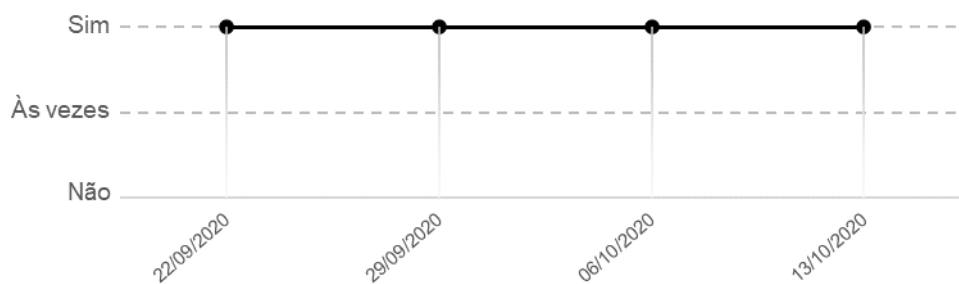


Gráfico 9 - É apelado o desenvolvimento de movimento estético e artístico

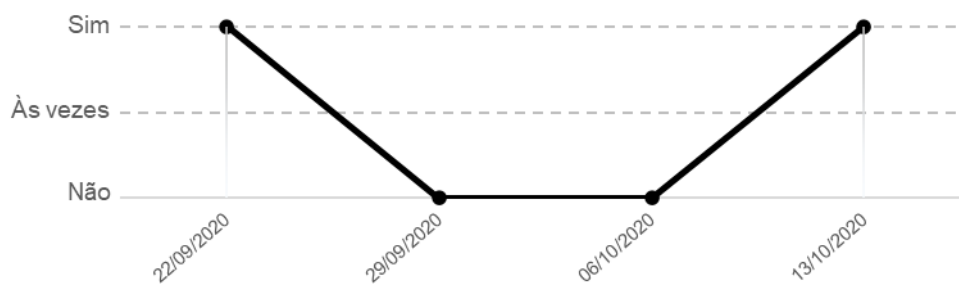


Gráfico 10 - É invocado o sentido musical do movimento

Tabela 15 – Análise da tabela de observação estruturada das aulas de observação – Expressão Criativa – Dimensão Pedagógica – Comunicação e Interação

Dimensão Pedagógica – Comunicação e Interação	Sim	Às vezes	Não	Não observado
1. Existem regras de convivência e de trabalho.	4			
2. É promovida a interação, colaboração e cooperação nos alunos.	4			
3. Existem diferenças na aprendizagem na turma.	4			
4. Existe uma relação afetiva na turma.	4			
5. É observada autonomia pela parte dos alunos na realização das tarefas propostas.	4			

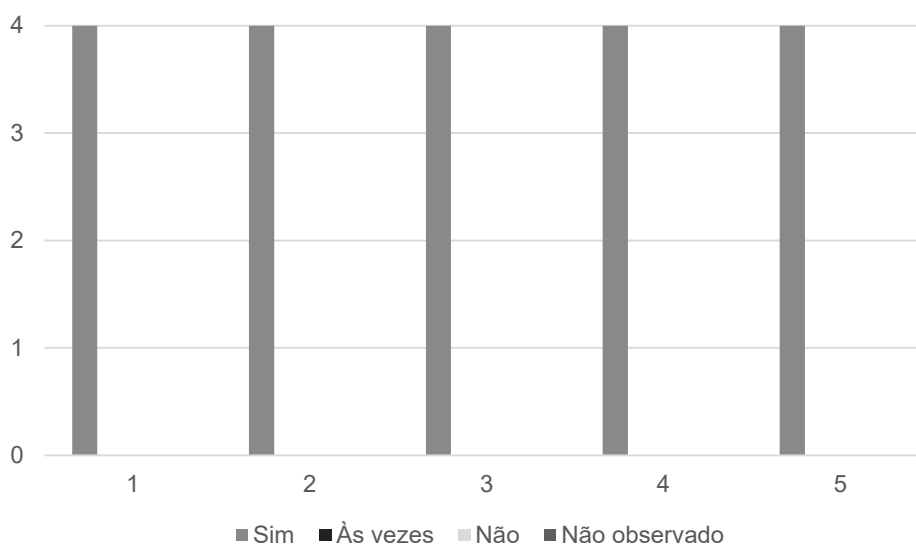


Gráfico 11 – Respostas Dimensão Pedagógica - Comunicação e Interação

Análise temporal

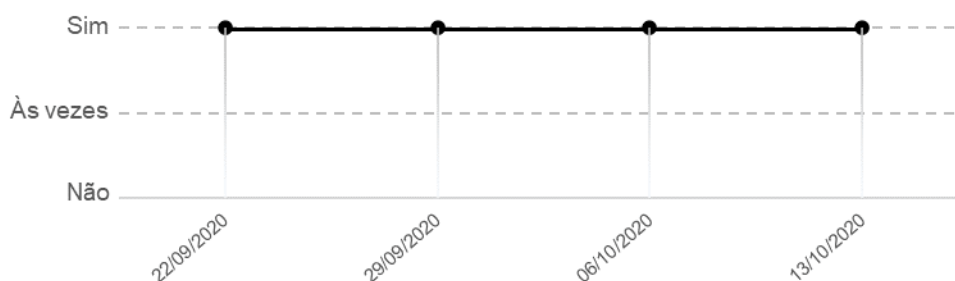


Gráfico 12 - Existem regras de convivência e de trabalho & É promovida a interação, colaboração e cooperação nos alunos & Existem diferenças na aprendizagem na turma & Existe uma relação afetiva na turma & É observada autonomia pela parte dos alunos na realização das tarefas propostas.

Tabela 16 – Análise da tabela de observação estruturada das aulas de observação – Expressão Criativa – Dimensão Atitude e Comportamento

Dimensão Atitude e Comportamento	Sim	Às vezes	Não	Não observado
1. Os alunos têm uma atitude positiva e envolvem-se nas atividades propostas.	4			
2. Os alunos respeitam-se uns aos outros.	4			
3. Existe respeito entre alunos e professor.	4			
4. Os alunos estão atentos.	4			
5. Sempre que necessário, os alunos, sabem manter o silêncio.	4			
6. Os alunos realizam os exercícios concentrados.	2	2		
7. Os alunos demonstram entusiasmo e vontade de aprender.	4			

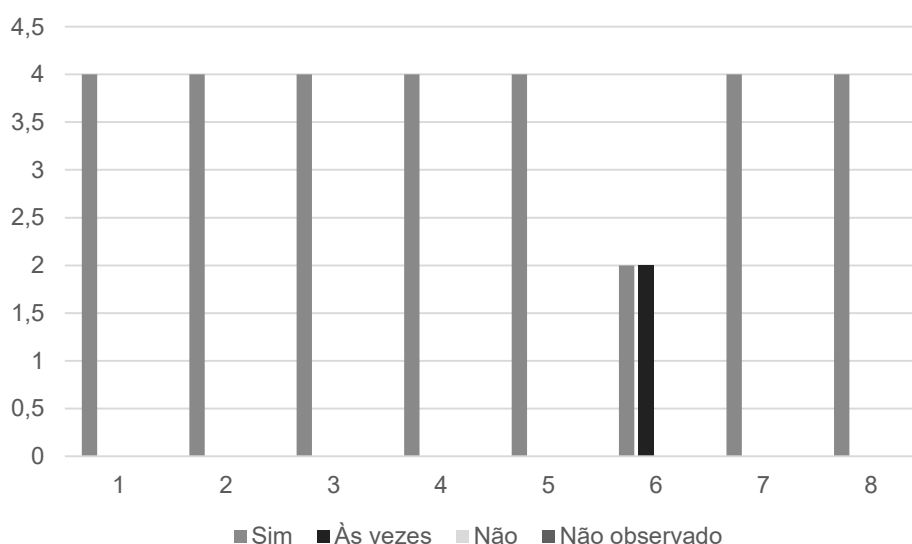


Gráfico 13 – Respostas Dimensão Atitude e Comportamento

Análise temporal

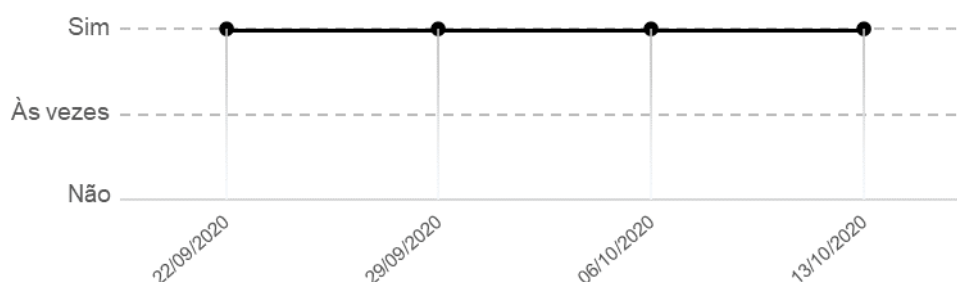


Gráfico 14 - Os alunos têm uma atitude positiva e envolvem-se nas atividades propostas & Os alunos respeitam-se uns aos outros & Existe respeito entre alunos e professor & Os alunos estão atentos & Sempre que necessário, os alunos, sabem manter o silêncio & Os alunos demonstram entusiasmo e vontade de aprender & Os alunos demonstram empenho na realização da aula

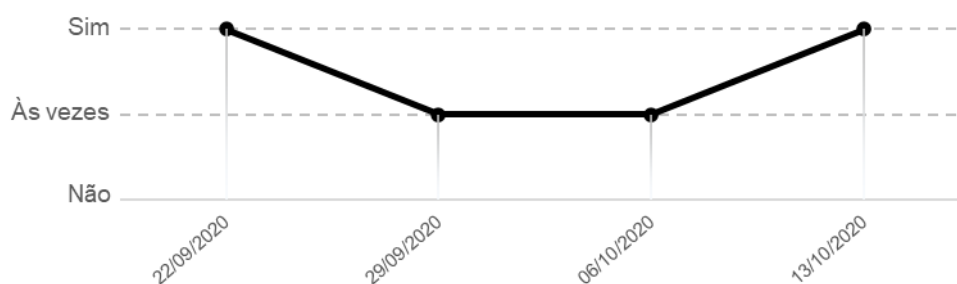


Gráfico 15 - Os alunos realizam os exercícios concentrados

Tabela 17 – Análise da tabela de observação estruturada das aulas de observação – Expressão Criativa – Dimensão - Emoções

Dimensão - Emoções	Sim	Às vezes	Não	Não observado
1. Os alunos demonstram expressividade na realização dos exercícios.		3	1	
2. A professora nas demonstrações dá atenção à sua própria expressividade.	2		2	
3. A professora chama a atenção aos alunos para a expressividade nos exercícios.	2		2	
4. Os exercícios propostos apresentam uma utilização variada de expressões diferentes.		1	3	
5. Os alunos demonstram estar alegres durante a aula.	4			

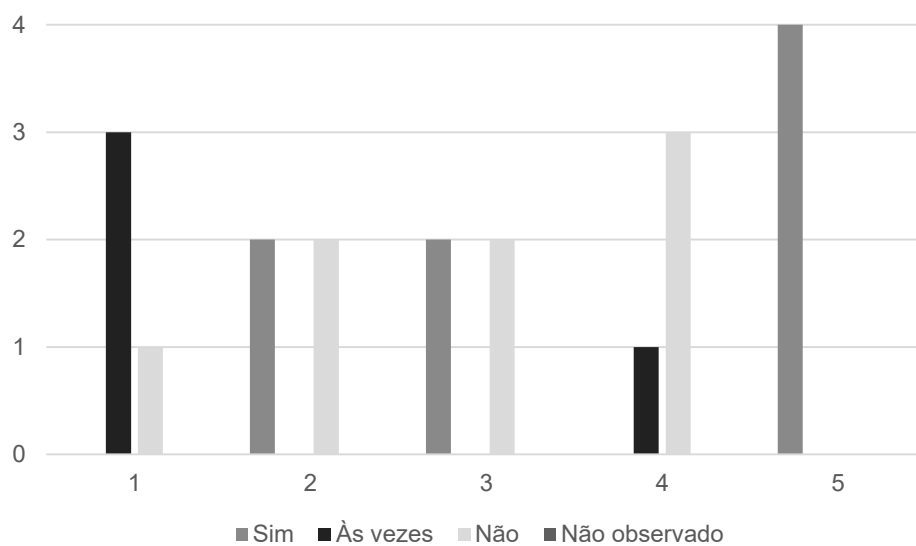


Gráfico 16 – Respostas Dimensão Emoções

Análise temporal

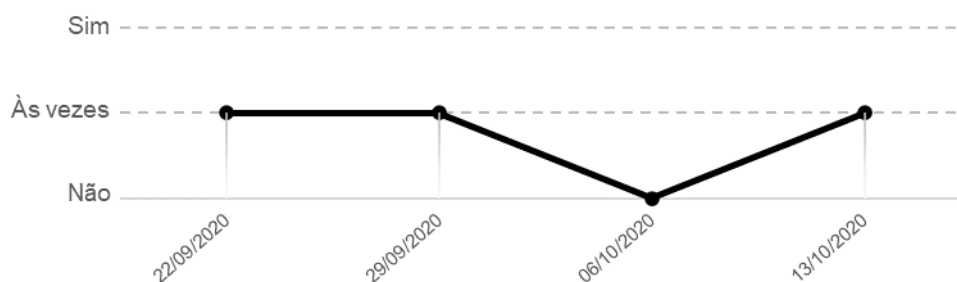


Gráfico 17 - Os alunos demonstram expressividade na realização dos exercícios

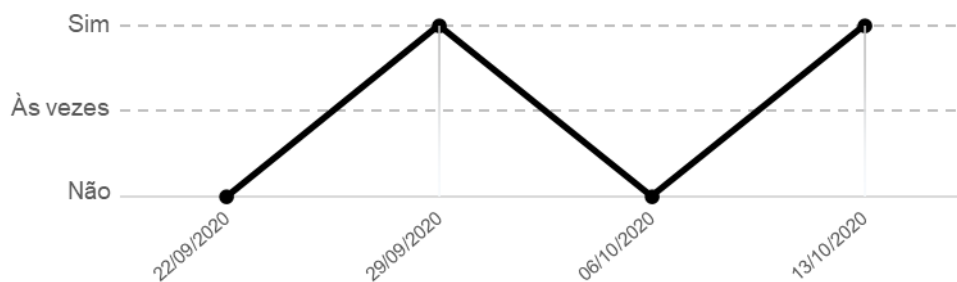


Gráfico 18 - A professora nas demonstrações dá atenção à sua própria expressividade

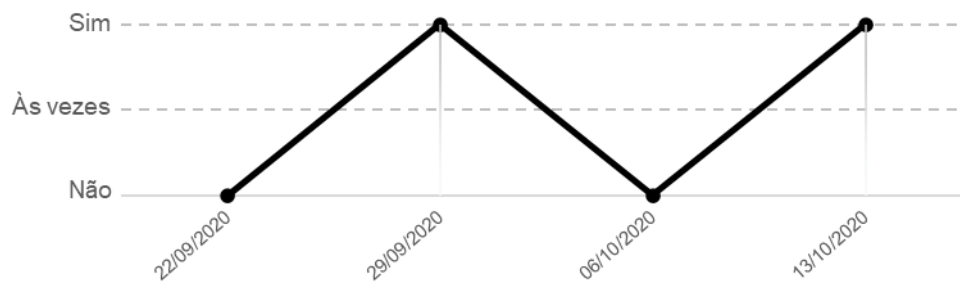


Gráfico 19 - A professora chama a atenção aos alunos para a expressividade nos exercícios

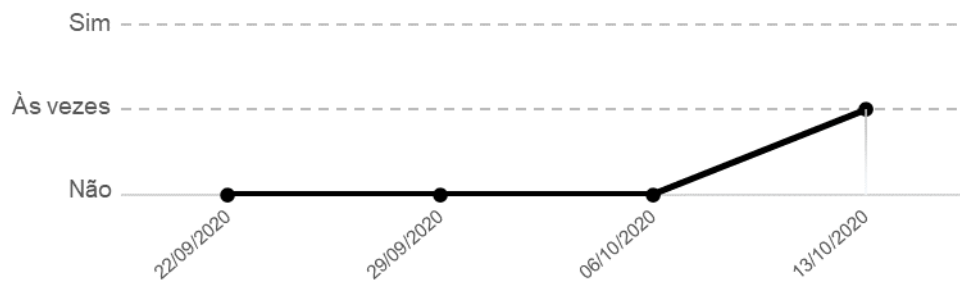


Gráfico 20 - Os exercícios propostos apresentam uma utilização variada de expressões diferentes

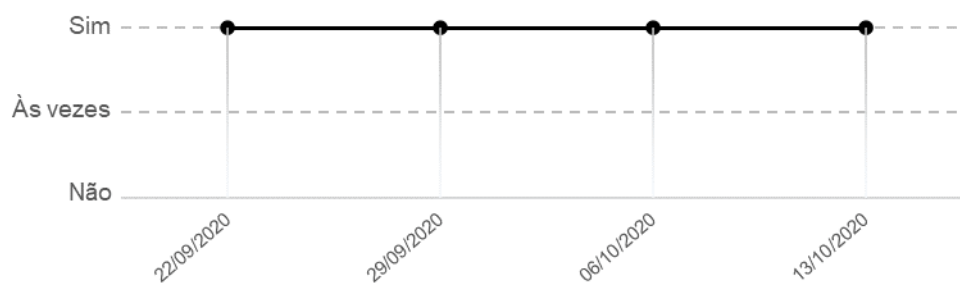


Gráfico 21 - Os alunos demonstram estar alegres durante a aula

Apêndice O

Tabela 18 – Análise da tabela de observação estruturada das aulas de observação estruturada – Técnica de Dança Clássica – Dimensão Metodológica e Didática

Dimensão Metodológica e Didática	Sim	Às vezes	Não	Não observado
1. É evidenciado o sentido expressivo dos alunos.		2	1	
2. É apelado o desenvolvimento de movimento estético e artístico.		3		
3. É invocado o sentido musical do movimento.	3			
4. As alunas demonstram facilidade na aprendizagem dos conteúdos da técnica de dança clássica.		3		

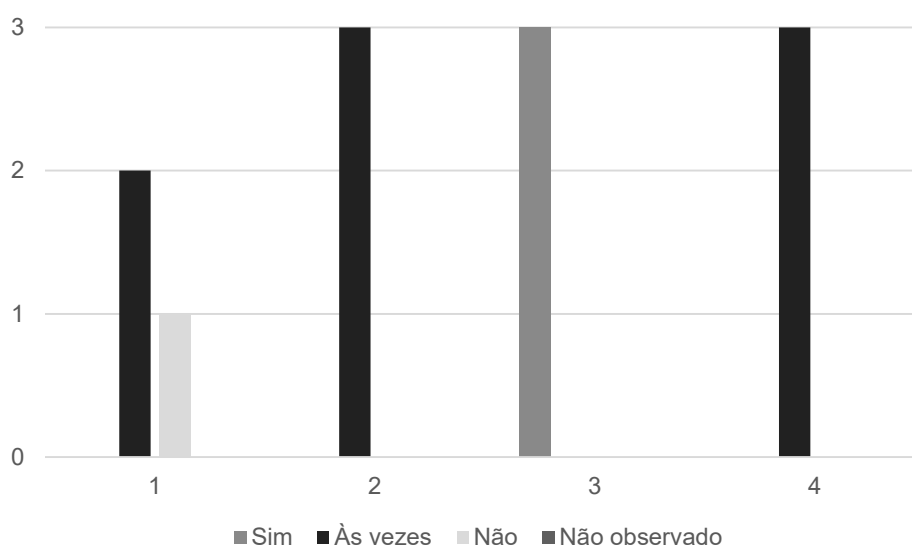


Gráfico 22 – Respostas Dimensão Metodológica

Análise temporal

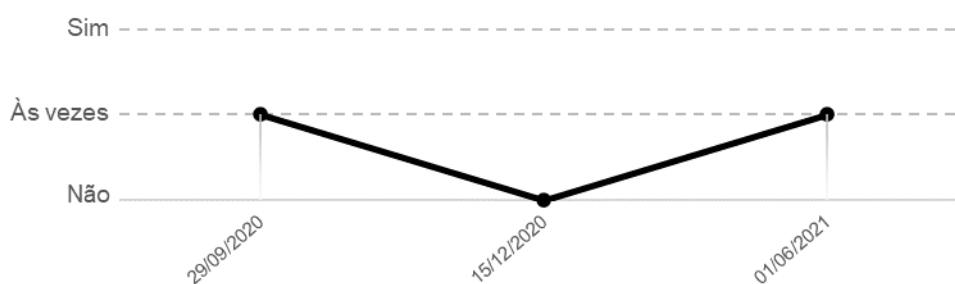


Gráfico 23 - É evidenciado o sentido expressivo dos alunos

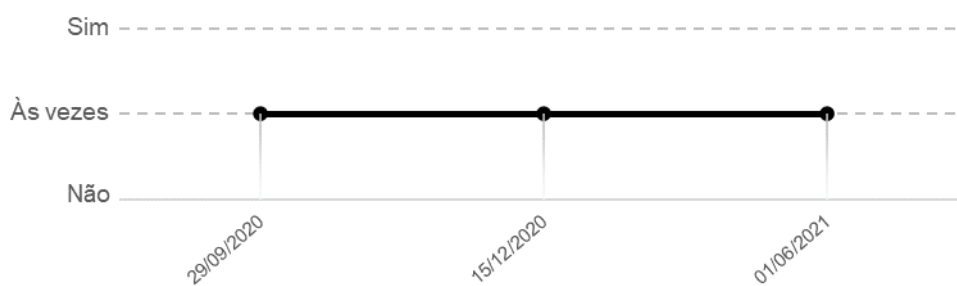


Gráfico 24 - É apelado o movimento estético e artístico

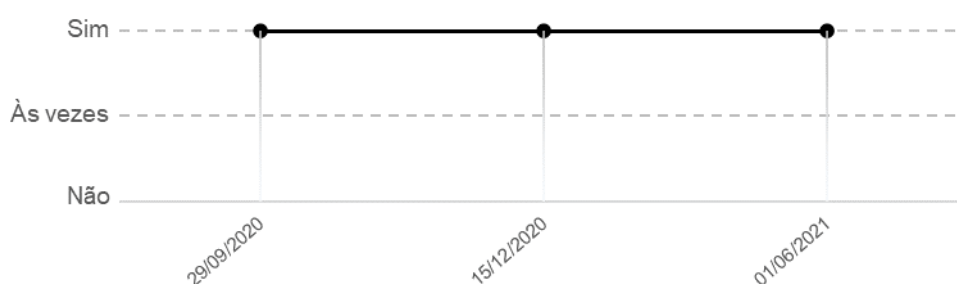


Gráfico 25 - É invocado o sentido musical do movimento

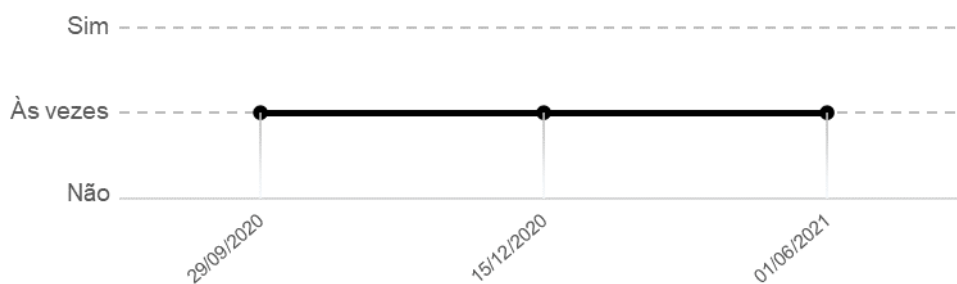


Gráfico 26 - As alunas demonstram facilidade na aprendizagem dos conteúdos da técnica de dança clássica

Tabela 19 – Análise da tabela de observação estruturada das aulas de observação estruturada – Técnica de Dança Clássica – Dimensão comunicação e interação

Dimensão Pedagógica – comunicação e interação	Sim	Às vezes	Não	Não observado
1. Existem regras de convivência e de trabalho.	3			
2. É promovida a interação, colaboração e cooperação nos alunos.	2			1
3. Existem diferenças na aprendizagem na turma.	3			
4. Existe uma relação afetiva na turma.	3			
5. É observada autonomia pela parte dos alunos na realização das tarefas propostas.	2	1		

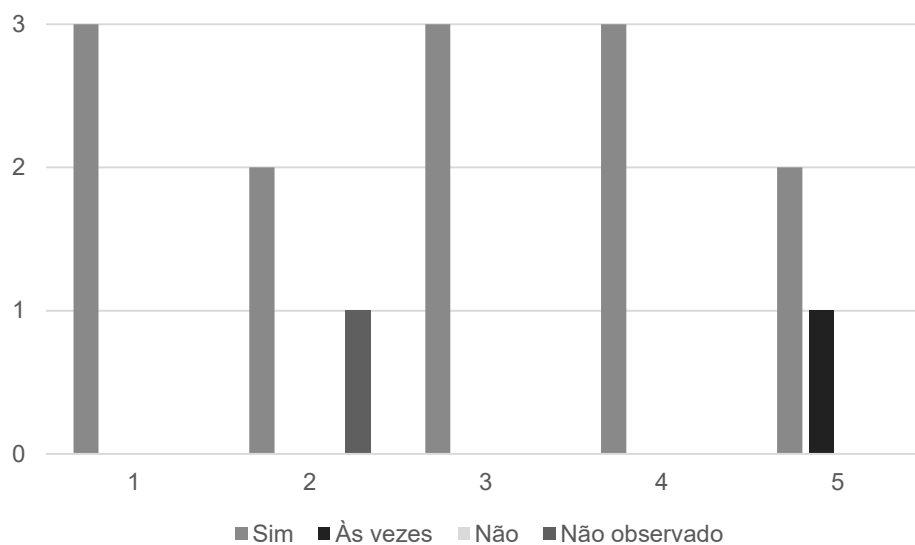


Gráfico 27 – Respostas Dimensão Comunicação e Interação

Análise temporal

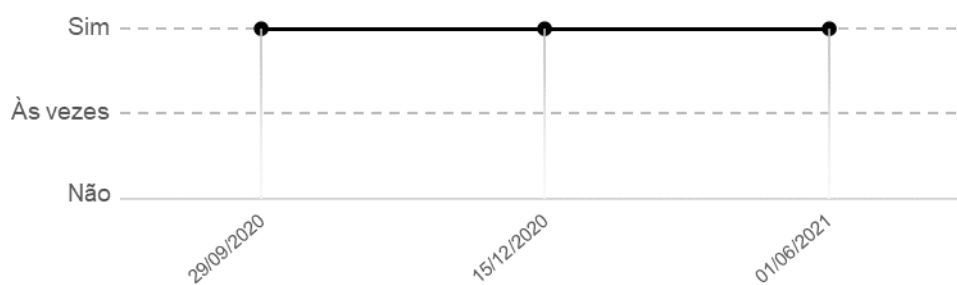


Gráfico 28 - Existem regras de convivência e de trabalho & Existem diferenças na aprendizagem na turma & Existe uma relação afetiva na turma



Gráfico 29 - É promovida a interação, colaboração e cooperação nos alunos

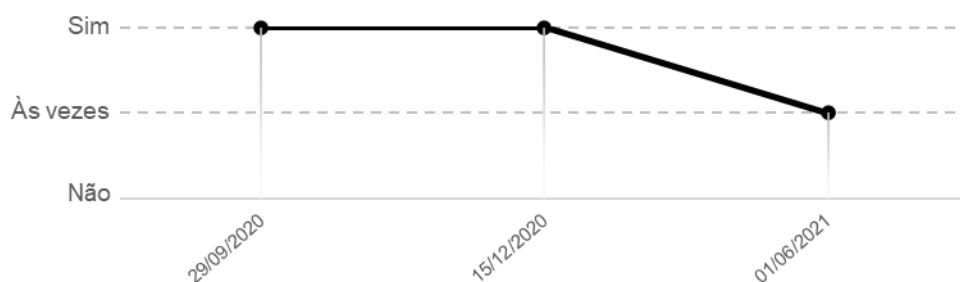


Gráfico 30 - É observada autonomia pela parte dos alunos na realização das tarefas propostas

Tabela 20 – Análise da tabela de observação estruturada das aulas de observação estruturada – Técnica de Dança Clássica – Dimensão Atitude e Comportamento

Dimensão Atitude e Comportamento	Sim	Às vezes	Não	Não observado
1. Os alunos têm uma atitude positiva e envolvem-se nas atividades propostas.	1	2	0	0
2. Os alunos respeitam-se uns aos outros.	3	0	0	0
3. Existe respeito entre alunos e professor.	2	1	0	0
4. Os alunos estão atentos.	1	2	0	0
5. Sempre que necessário, os alunos, sabem manter o silêncio.	3	0	0	0
6. Os alunos realizam os exercícios concentrados.	2	1	0	0
7. Os alunos demonstram entusiasmo e vontade de aprender.	1	1	1	0
8. Os alunos demonstram empenho na realização da aula.	1	2	0	0

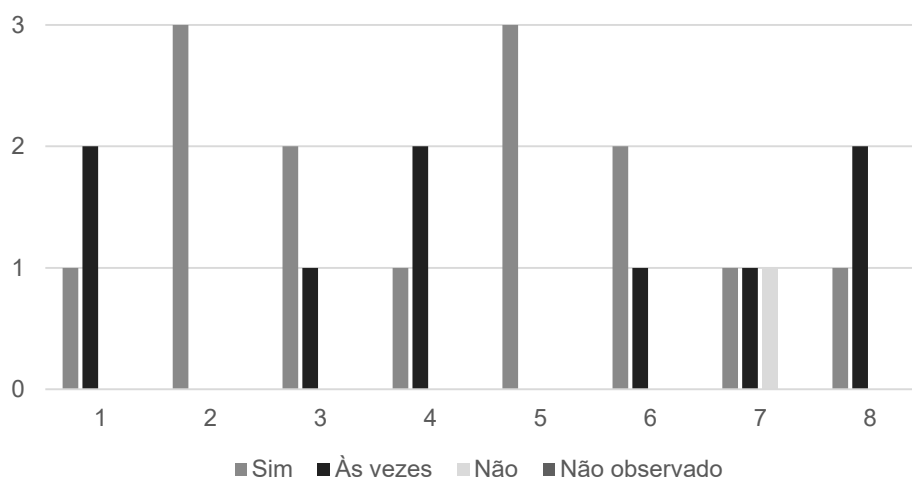


Gráfico 31 – Respostas Dimensão Atitude e Comportamento

Análise temporal

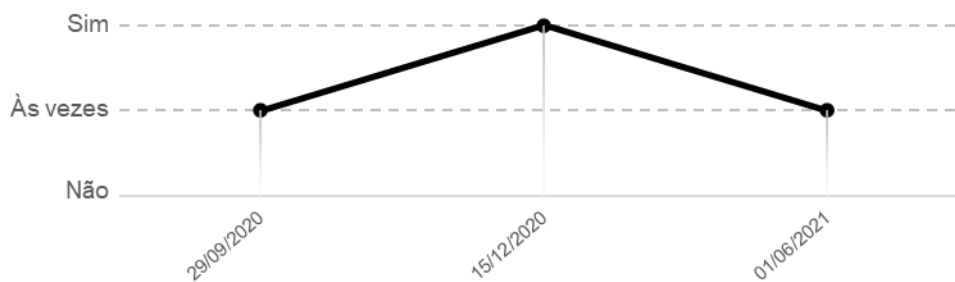


Gráfico 32 - Os alunos têm uma atitude positiva e envolvem-se nas atividades propostas & Os alunos estão atentos & Os alunos demonstram empenho na realização da aula

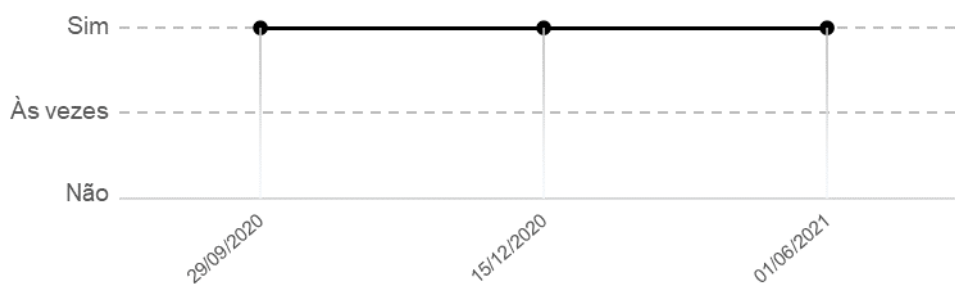


Gráfico 33 - Os alunos respeitam-se uns aos outros & Sempre que necessário, os alunos, sabem manter o silêncio

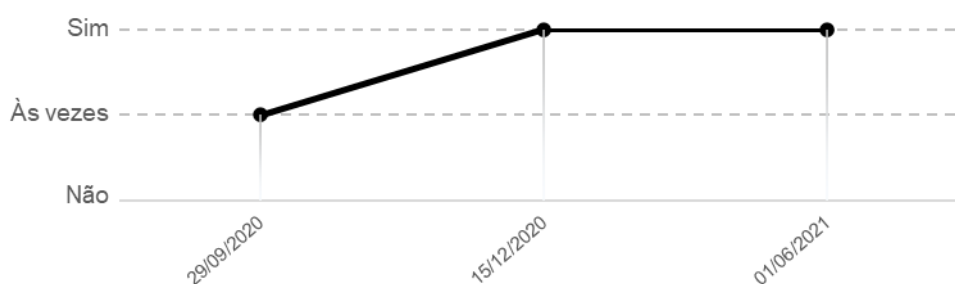


Gráfico 34 - Existe respeito entre alunos e professor

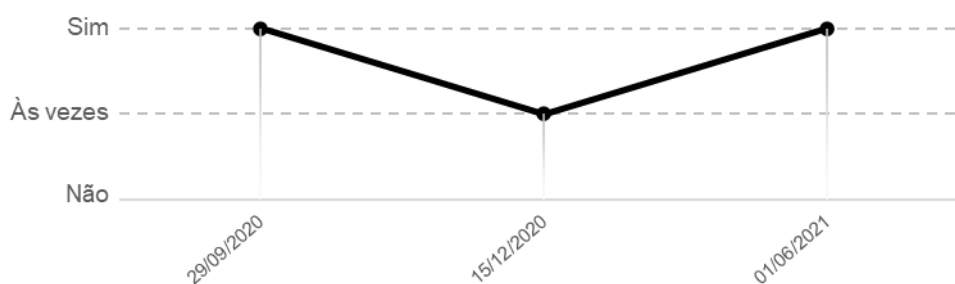


Gráfico 35 - Os alunos realizam os exercícios concentrados

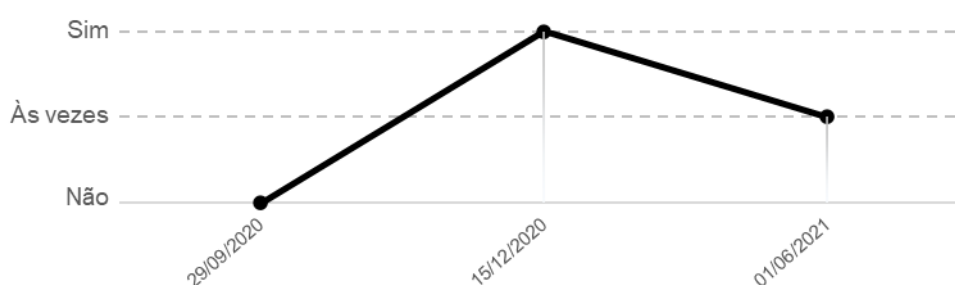


Gráfico 36 - Os alunos demonstram entusiasmo e vontade de aprender

Tabela 21 – Análise da tabela de observação estruturada das aulas de observação estruturada – Técnica de Dança Clássica – Dimensão - Emoções

Dimensão - Emoções	Sim	Às vezes	Não	Não observado
1. Os alunos demonstram expressividade na realização dos exercícios.		2	1	
2. A professora nas demonstrações dá atenção à sua própria expressividade.	3			
3. A professora chama a atenção aos alunos para a expressividade nos exercícios.			3	
4. Os alunos demonstram estar alegres durante a aula.	1	1	1	
5. Existem diferenças na interpretação do movimento, consoante o exercício que estão a realizar.		2	1	
6. Na sua maioria, as alunas projetam o olhar durante a realização dos exercícios.	1		2	
7. As alunas utilizam o <i>épaulement</i> para evidenciar a qualidade e a expressividade dos exercícios.	1	1	1	

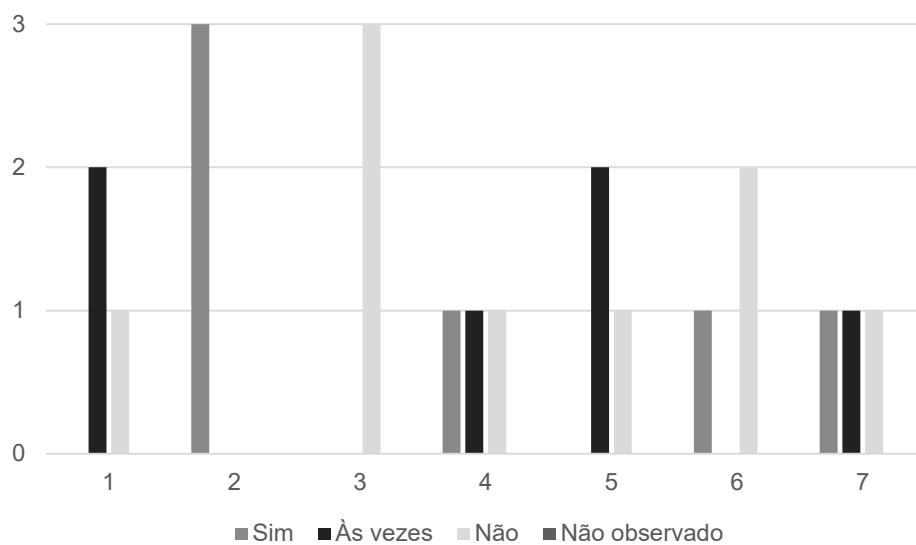


Gráfico 37– Respostas Dimensão Emoções

Análise temporal

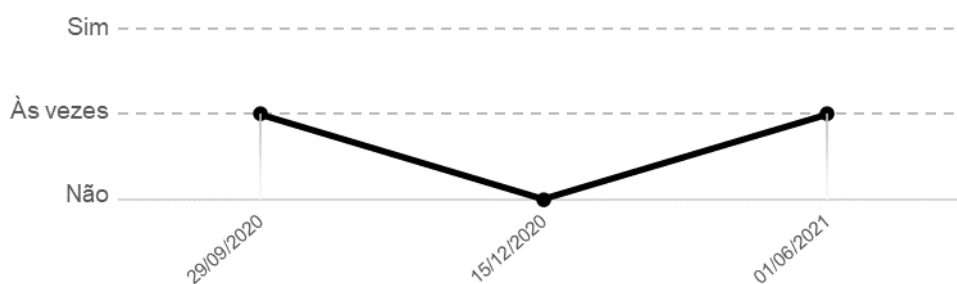


Gráfico 38 - Os alunos demonstram expressividade na realização dos exercícios

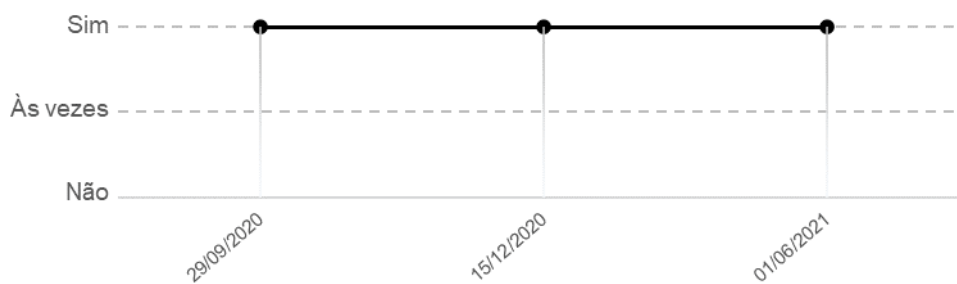


Gráfico 39 - A professora nas demonstrações dá atenção à sua própria expressividade

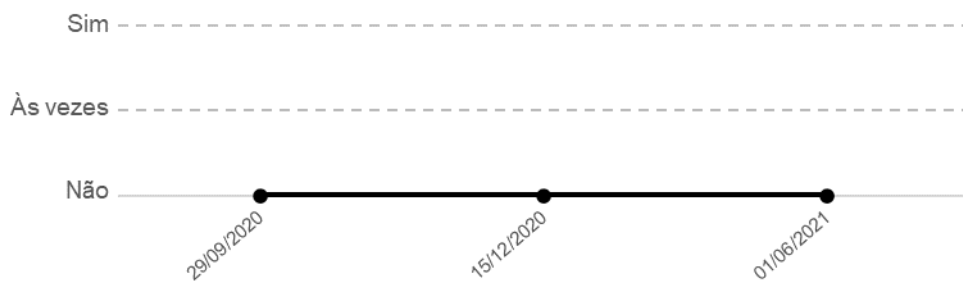


Gráfico 40 - A professora chama a atenção aos alunos para a expressividade nos exercícios

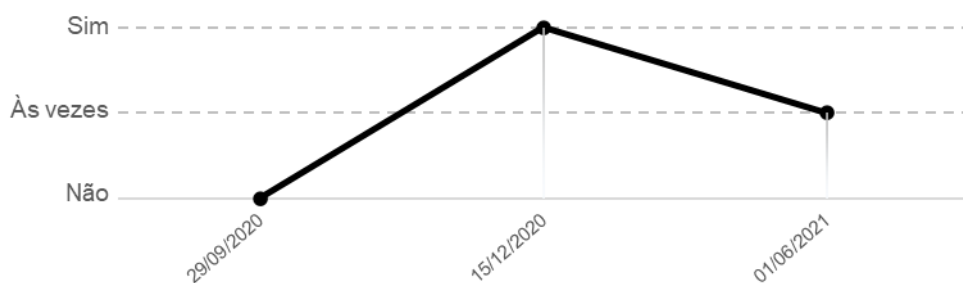


Gráfico 41 - Os alunos demonstram estar alegres durante a aula

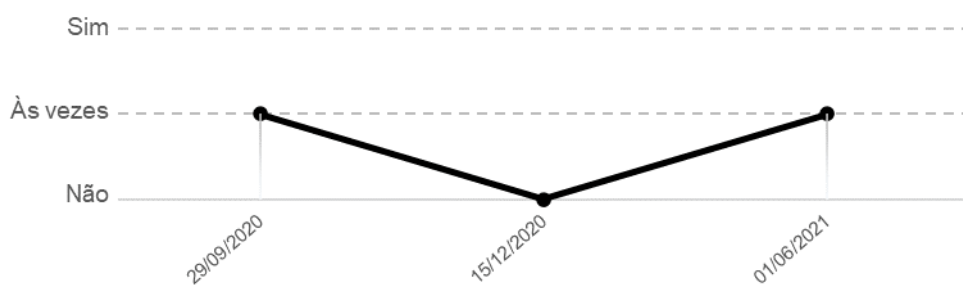


Gráfico 42 - Existem diferenças na interpretação do movimento, consoante o exercício que estão a realizar

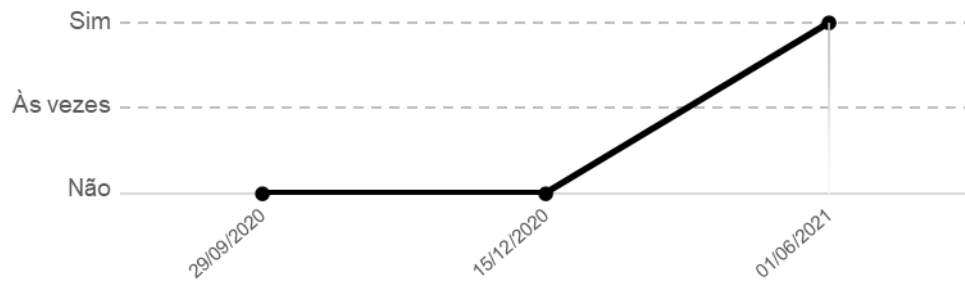


Gráfico 43 - Na sua maioria, as alunas projetam o olhar durante a realização dos exercícios

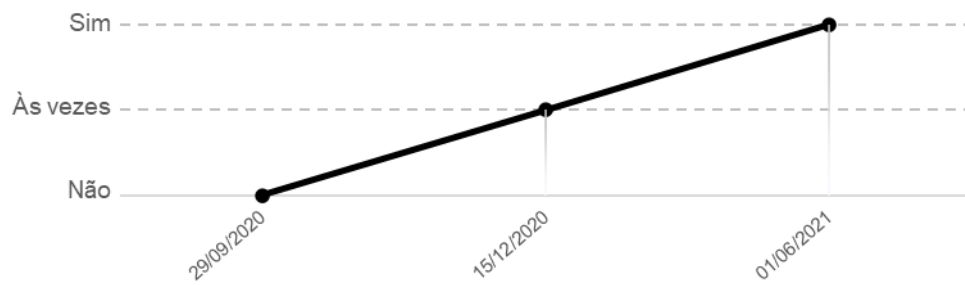


Gráfico 44 - As alunas utilizam o *épaulement* para evidenciar a qualidade e a expressividade dos exercícios

Apêndice P

Tabela 22 – Análise da tabela de observação estruturada das aulas de lecionação partilhada – Dimensão Cognitiva

Dimensão Cognitiva	Sim	Às vezes	Não	Não observado
1. As alunas são capazes de improvisar e criar a partir de vários estímulos.	3	1		2
2. As alunas utilizam e exploram diferentes qualidades de movimento.	5	1		
3. As alunas dominam e manipulam os conteúdos do movimento (abordados até agora de acordo com a planificação).	4	1		1
4. As alunas dão sentido artístico aos seus trabalhos (improvisações e criações).	4	2		
5. As alunas têm a capacidade de memorização e reprodução do movimento.	4	2		
6. As alunas têm a capacidade de perceção de grupo, de noção de qualidades de movimento, das suas semelhanças e diferenças.	1	1		4
7. As alunas desenvolvem os exercícios com sentido de comunicação (de uma mensagem, emoção, narrativa...).	4	2		
8. As alunas têm noção de musicalidade.	5			1

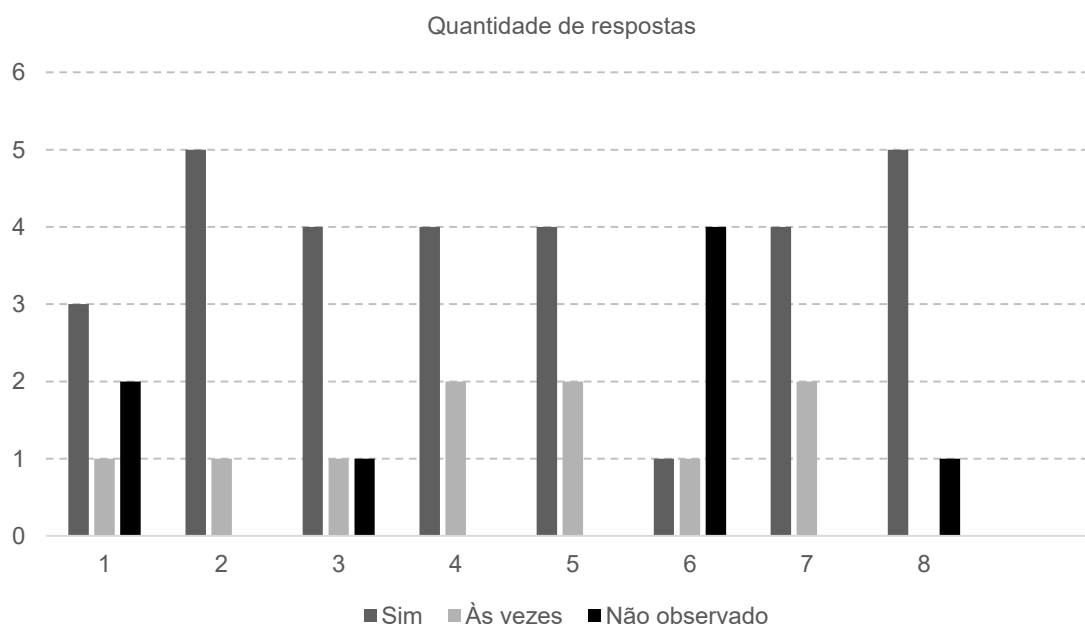


Gráfico 45 – Respostas Dimensão Cognitiva

Análise temporal

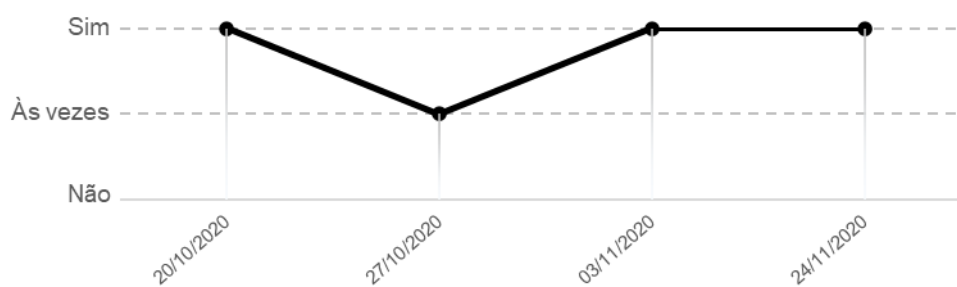


Gráfico 46 - As alunas são capazes de improvisar e de criar a partir de vários estímulos

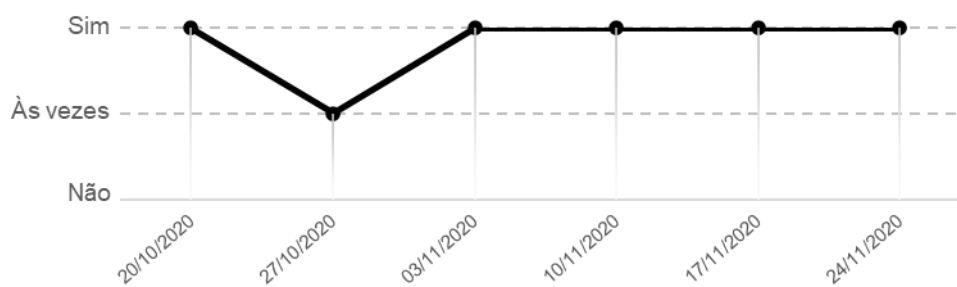


Gráfico 47- As alunas utilizam e exploram diferentes qualidades de movimento

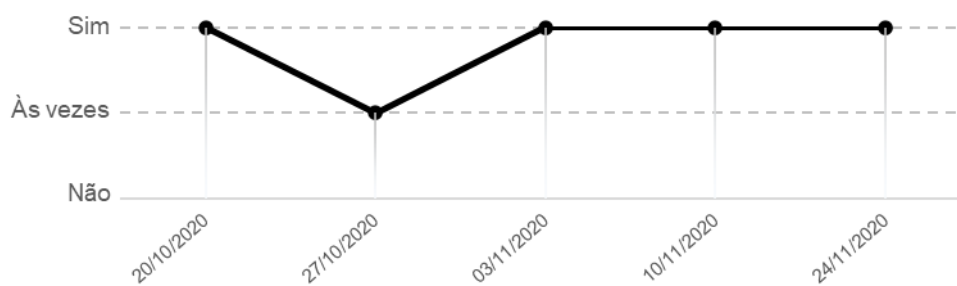


Gráfico 48 - As alunas dominam e manipulam os conteúdos do movimento (abordados até agora de acordo com a planificação)

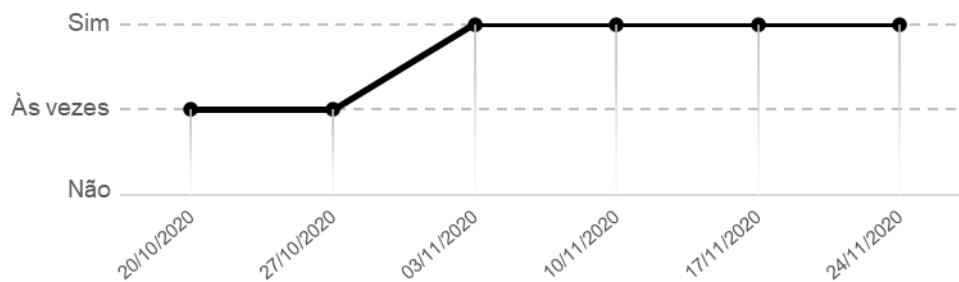


Gráfico 49 - As alunas dão sentido artístico aos seus trabalhos (improvisações e criações)



Gráfico 50 - As alunas têm a capacidade de memorização e reprodução do movimento.



Gráfico 51 - As alunas têm a capacidade de percepção de grupo, de noção de qualidades de movimento, das suas semelhanças e diferenças

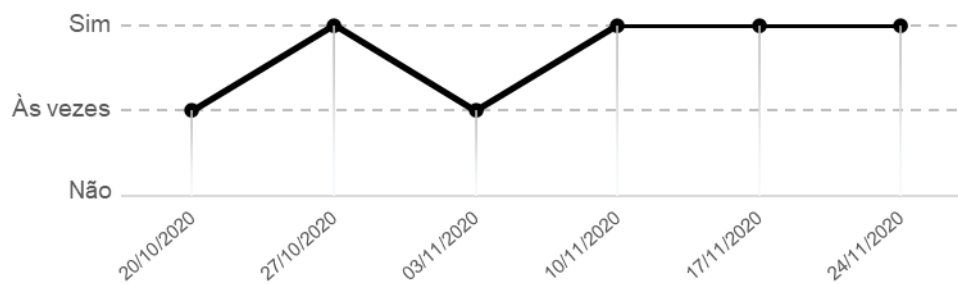


Gráfico 52 - As alunas desenvolvem os exercícios com sentido de comunicação (de uma mensagem, emoção, narrativa...)

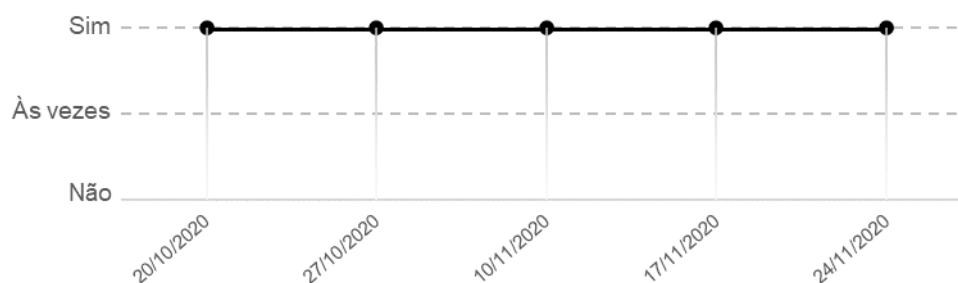


Gráfico 53 - As alunas têm noção de musicalidade

Tabela 23 – Análise da tabela de observação estruturada das aulas de lecionação partilhada – Dimensão Atitude e Comportamento

Dimensão Atitude e Comportamento	Sim	Às vezes	Não	Não observado
1. As alunas são assíduas.	6			
2. As alunas são pontuais.	6			
3. As alunas têm capacidade de concentração na realização dos exercícios.	3	3		
4. As alunas empenham-se nas tarefas propostas.	6			
5. As alunas estão motivadas.	6			
6. As alunas respeitam as regras de bom comportamento durante a aula.	6			
7. As alunas demonstram uma relação afetiva entre elas.	6			

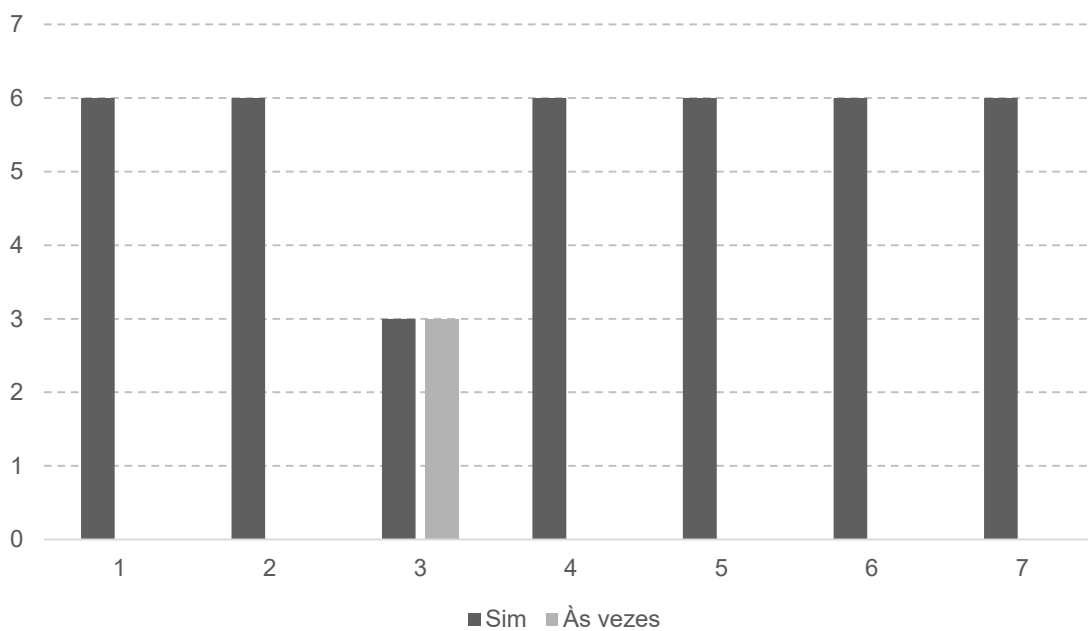


Gráfico 54 – Respostas Dimensão Atitude e Comportamento

Análise temporal

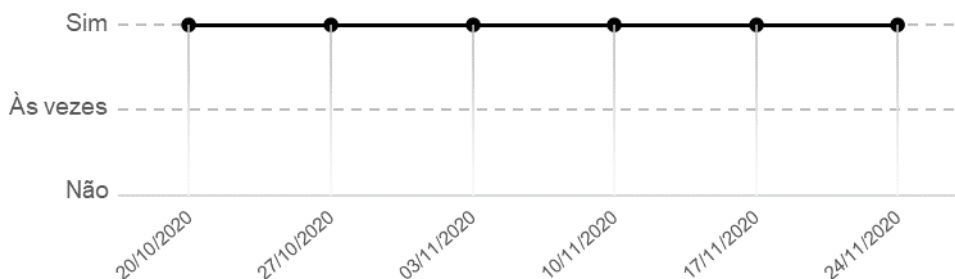


Gráfico 55 - As alunas são assíduas & As alunas são pontuais & As alunas empenham-se nas tarefas propostas & As alunas estão motivadas & As alunas respeitam as regras do bom comportamento durante a aula & As alunas demonstram uma relação afetiva entre elas

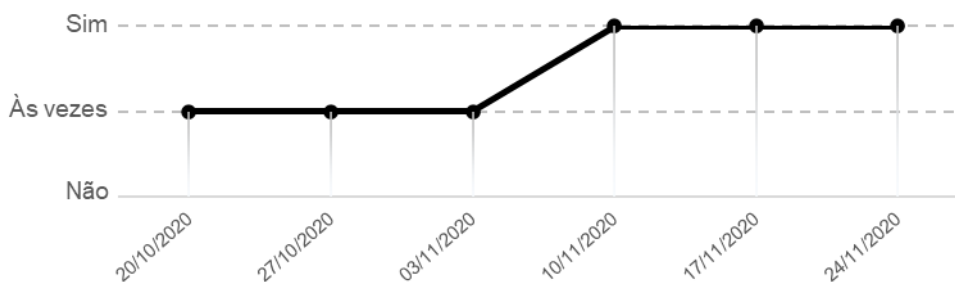


Gráfico 56 - As alunas têm capacidade de concentração na realização dos exercícios

Tabela 24 – Análise da tabela de observação estruturada das aulas de leção partilhada – Dimensão - Emoções

Dimensão - Emoções	Sim	Às vezes	Não	Não observado
1. As alunas demonstram expressividade facial na realização dos exercícios.	5	1		
2. As alunas demonstram expressividade corporal na realização dos exercícios.	6			
3. As alunas conseguem transmitir diferentes emoções através de diferentes qualidades de movimento.	6			

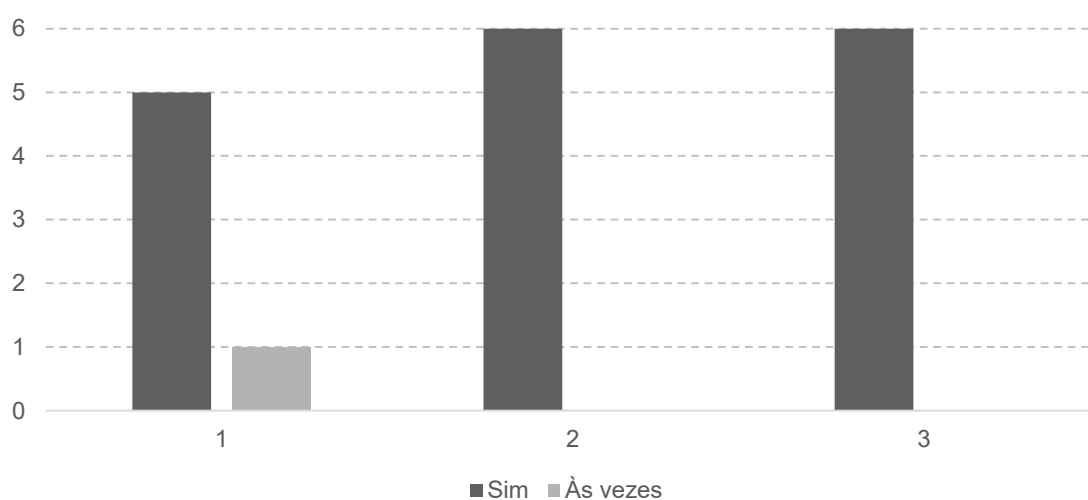


Gráfico 57 – Respostas Dimensão Atitude e Comportamento

Análise temporal

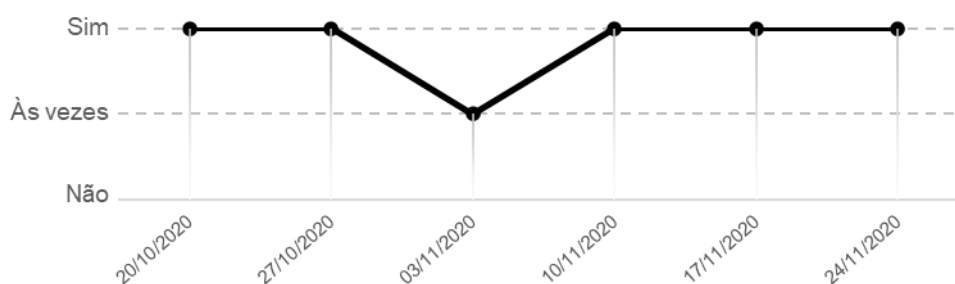


Gráfico 58 - As alunas demonstram expressividade facial na realização dos exercícios

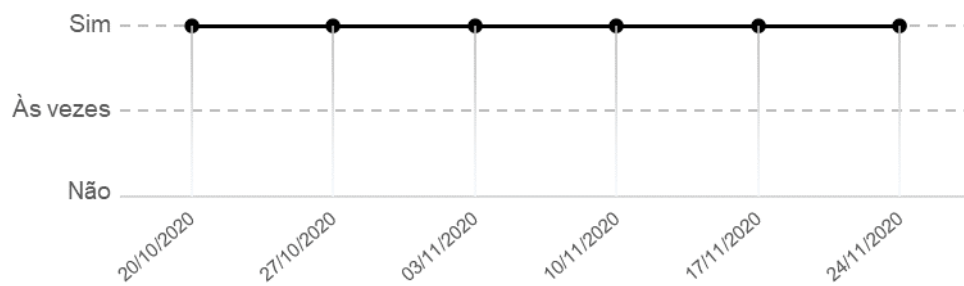


Gráfico 59 - As alunas demonstram expressividade corporal na realização dos exercícios & As alunas conseguem transmitir diferentes emoções através de diferentes qualidades de movimento

Apêndice Q

Tabela 25 – Análise da tabela de observação estruturada das aulas de lecionação autónoma – Dimensão Cognitiva

Dimensão Cognitiva	Sim	Às vezes	Não	Não observado
1. As alunas são capazes de improvisar e criar a partir de vários estímulos.	16			9
2. As alunas utilizam e exploram diferentes qualidades de movimento.	22			3
3. As alunas dominam e manipulam os conteúdos do movimento (abordados até agora de acordo com a planificação).	23			2
4. As alunas dão sentido artístico aos seus trabalhos (improvisações e criações).	22	2		1
5. As alunas têm a capacidade de memorização e reprodução do movimento.	17	2		6
6. As alunas têm a capacidade de perceção de grupo, de noção de qualidades de movimento, das suas semelhanças e diferenças.	14			11
7. As alunas desenvolvem os exercícios com sentido de comunicação (de uma mensagem, emoção, narrativa...).	22	1		2
8. As alunas têm noção de musicalidade.	21			4

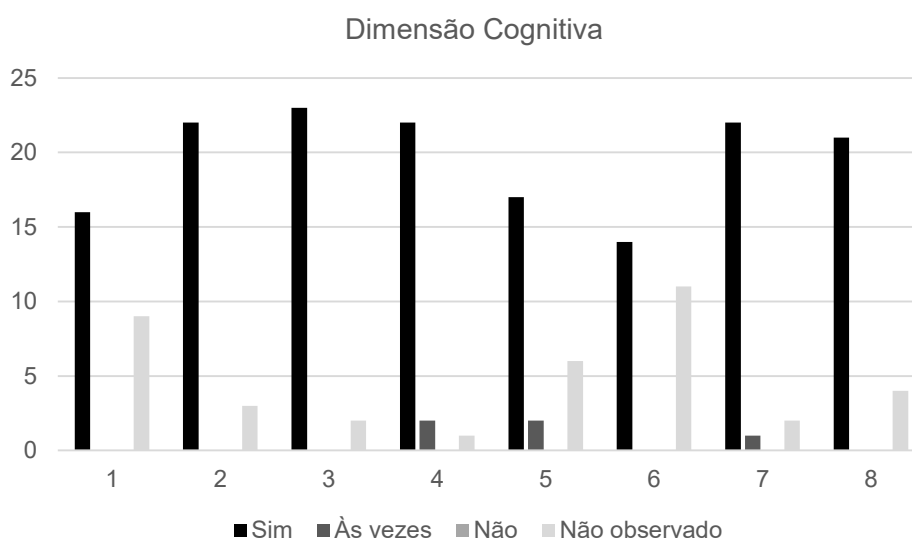


Gráfico 60 – Respostas Dimensão Cognitiva

Análise temporal

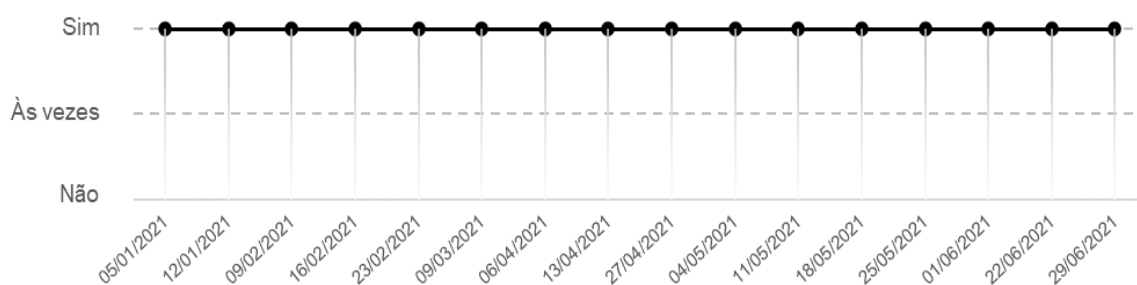


Gráfico 61 - As alunas são capazes de improvisar e criar a partir de vários

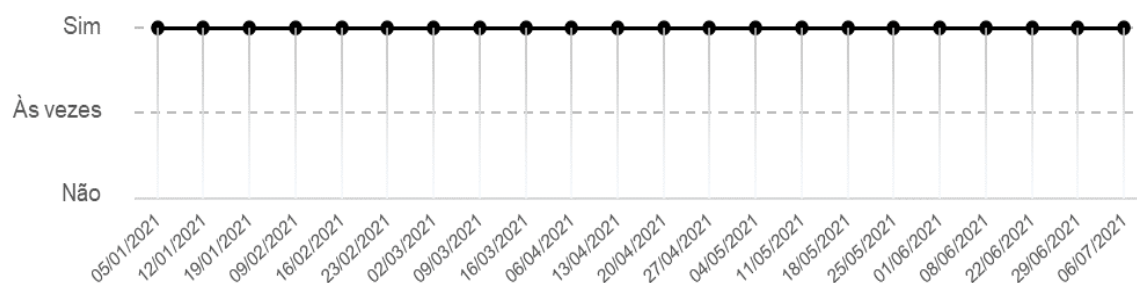


Gráfico 62 - As alunas utilizam e exploram diferentes qualidades de movimento

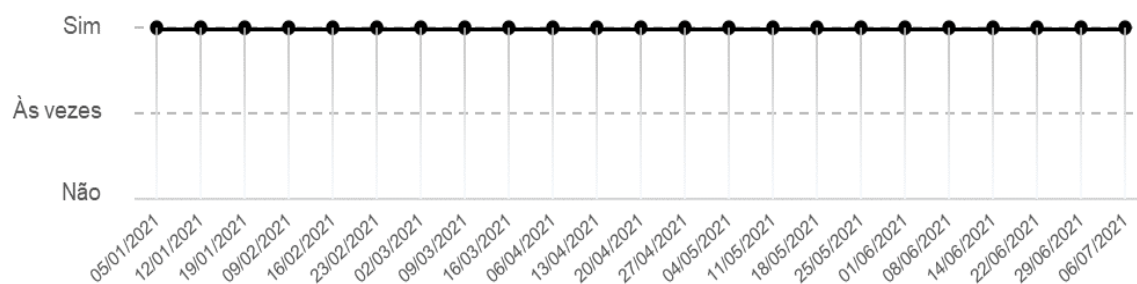


Gráfico 63 - As alunas dominam e manipulam os conteúdos do movimento (abordados até agora de acordo com a planificação)

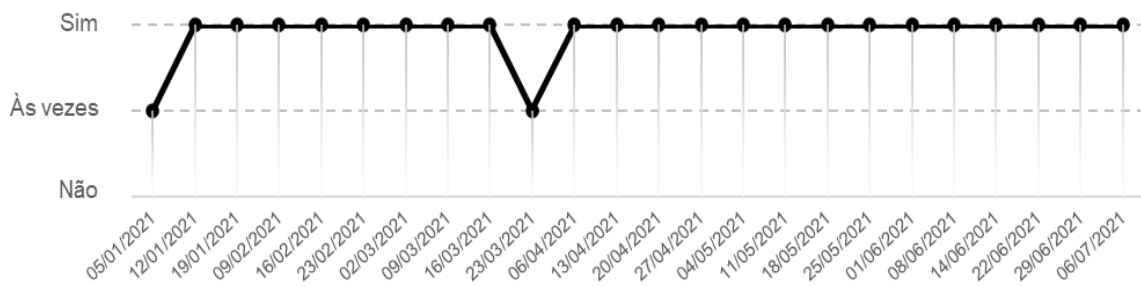


Gráfico 64 - As alunas dão sentido artístico aos seus trabalhos (improvisações e criações)

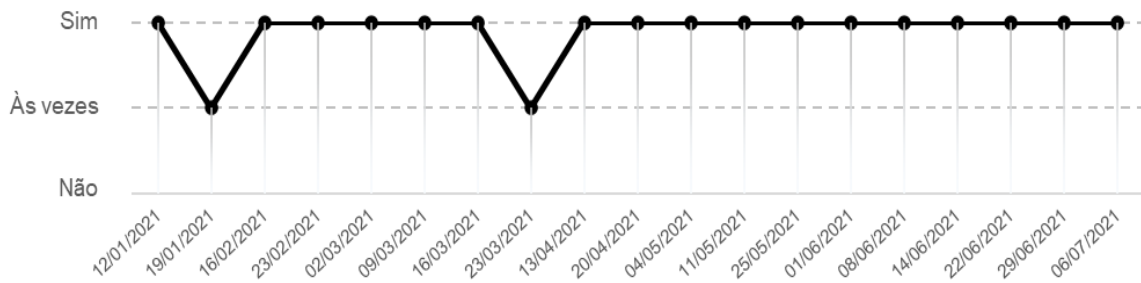


Gráfico 65 - As alunas têm a capacidade de memorização e reprodução do movimento

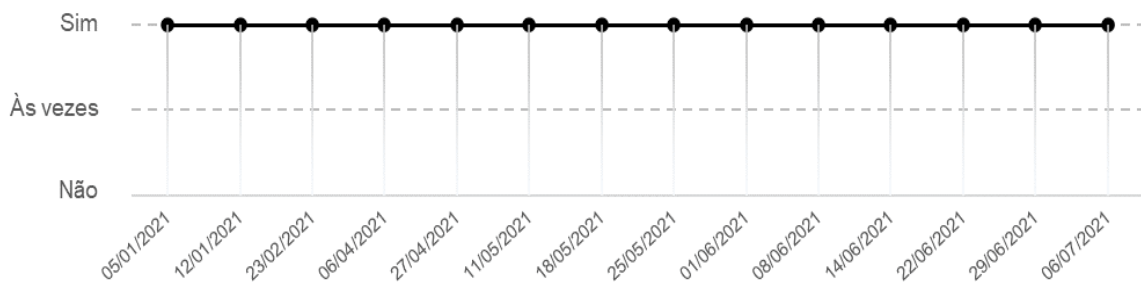


Gráfico 66 - As alunas têm a capacidade de percepção de grupo, de noção de qualidades de movimento, das suas semelhanças e diferenças

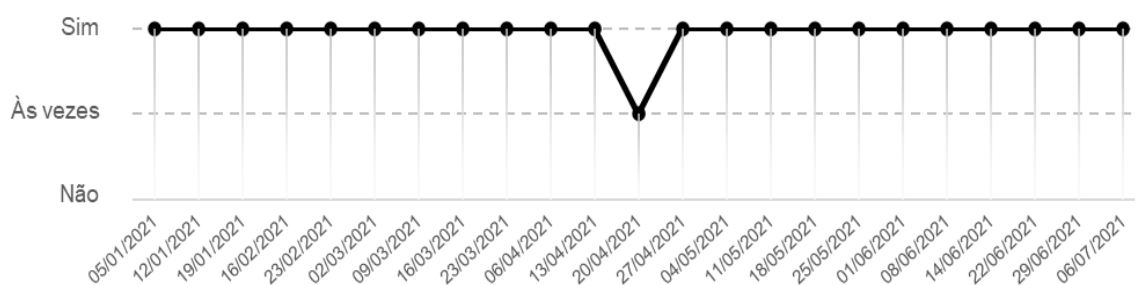


Gráfico 67 - As alunas desenvolvem os exercícios com sentido de comunicação (de uma mensagem, emoção, narrativa...)

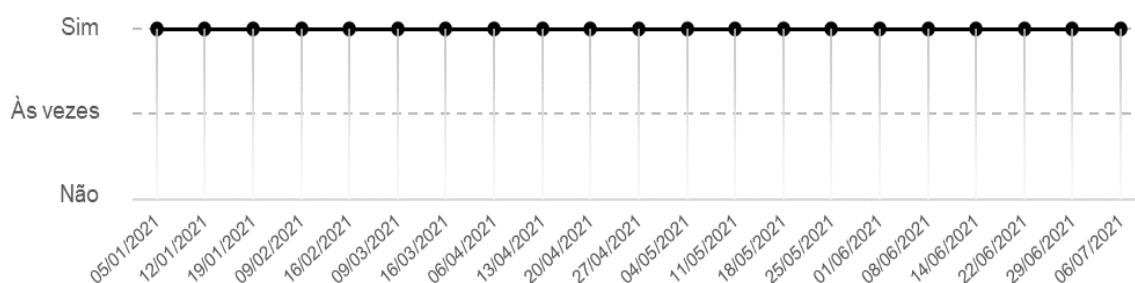


Gráfico 68 - As alunas têm noção de musicalidade

Tabela 26 – Análise da tabela de observação estruturada das aulas de lecionação autónoma – Dimensão Atitude e Comportamento

Dimensão Atitude e Comportamento	Sim	Às vezes	Não	Não observado
1. As alunas são assíduas.	25			
2. As alunas são pontuais.	20	4	1	
3. As alunas têm capacidade de concentração na realização dos exercícios.	17	7	1	
4. As alunas empenham-se nas tarefas propostas.	19	6		
5. As alunas estão motivadas.	17	8		
6. As alunas respeitam as regras de bom comportamento durante a aula.	20	5		
7. As alunas demonstram uma relação afetiva entre elas.	20	5		

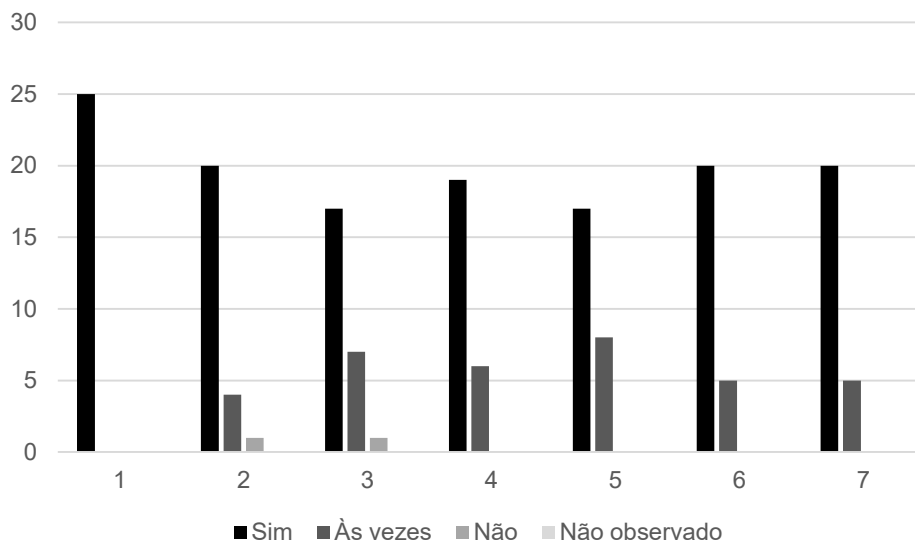


Gráfico 69 – Respostas Dimensão Atitude e Comportamento

Análise temporal

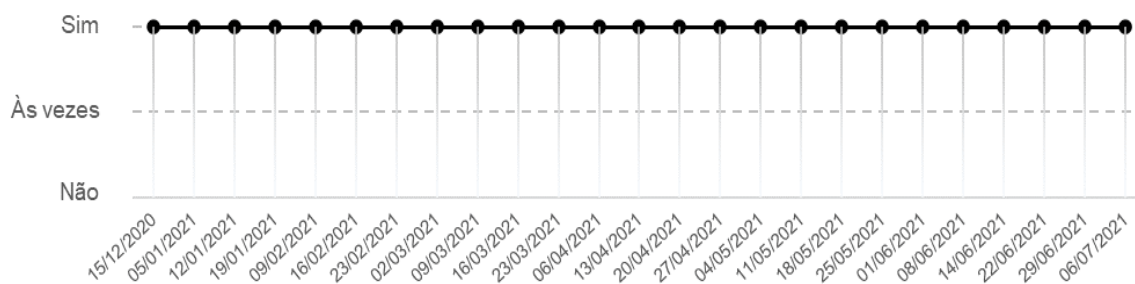


Gráfico 70 - As alunas são assíduas

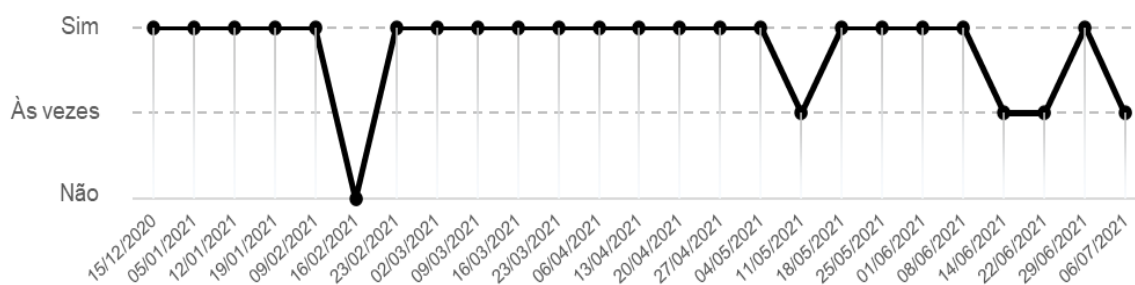


Gráfico 71 - As alunas são pontuais

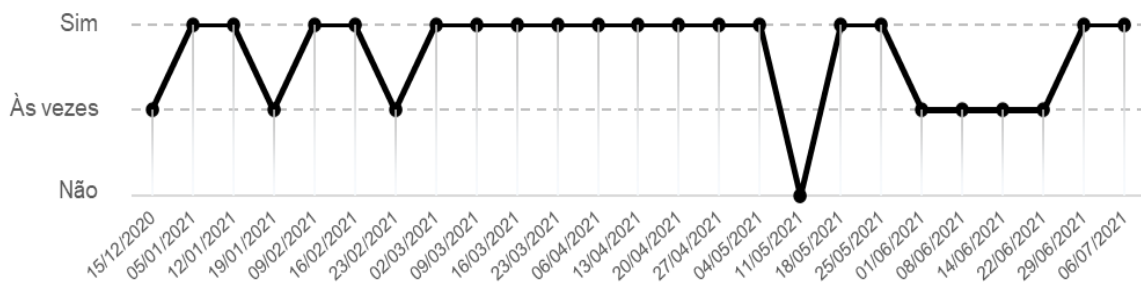


Gráfico 72 - As alunas têm capacidade de concentração na realização dos exercícios

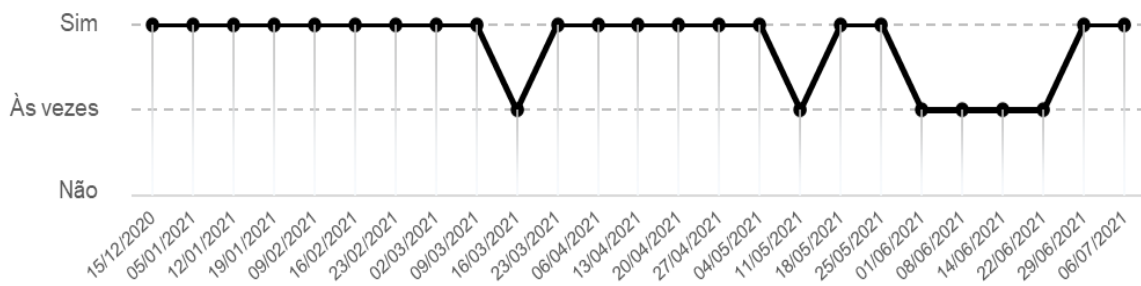


Gráfico 73 - As alunas empenham-se nas tarefas propostas

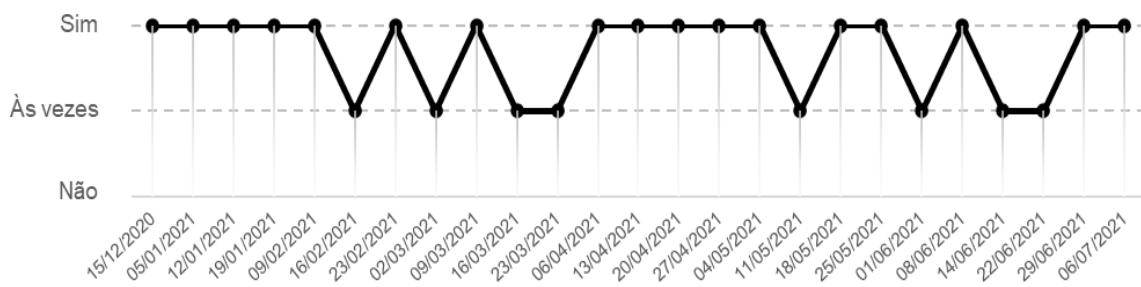


Gráfico 74 - As alunas estão motivadas

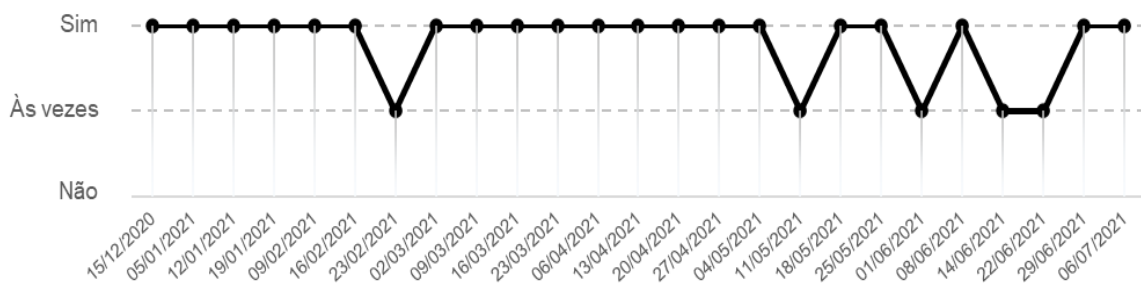


Gráfico 75 - As alunas respeitam as regras de bom comportamento durante a aula

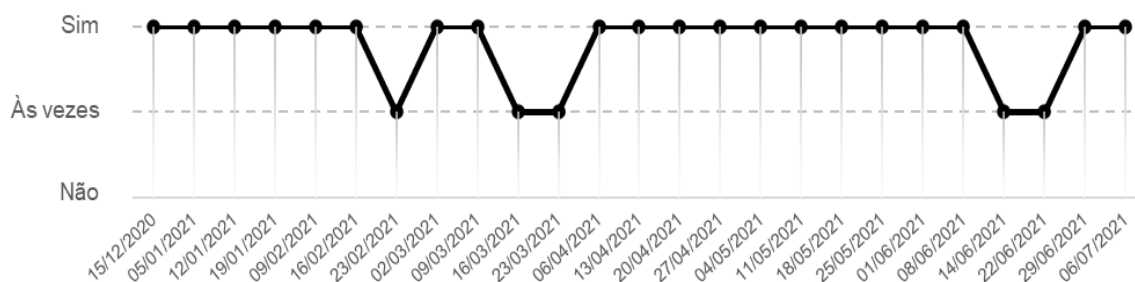


Gráfico 76 - As alunas demonstram uma relação afetiva entre elas

Tabela 27 – Análise da tabela de observação estruturada das aulas de lecionação autónoma – Dimensão Emoções

Dimensão Emoções	Sim	Às vezes	Não	Não observado
1. As alunas demonstram expressividade facial na realização dos exercícios.	20	4	1	1
2. As alunas demonstram expressividade corporal na realização dos exercícios.	24	0	0	1
3. As alunas conseguem transmitir diferentes emoções através de diferentes qualidades de movimento.	22	1	0	2
4. As alunas conseguem identificar emoções através da observação das colegas.	1	0	0	24
5. As alunas identificam a emoção que se está a trabalhar e relacionam com tipos e qualidades de movimento.	21	1	0	3
6. As alunas participam ativamente nas conversas sobre a temática da aula, dando a sua opinião pessoal e partilhando a sua perspetiva da emoção.	22	0	0	3
7. As alunas compreendem a emoção do outro, mesmo quando não sentem o mesmo.	6	1	0	13

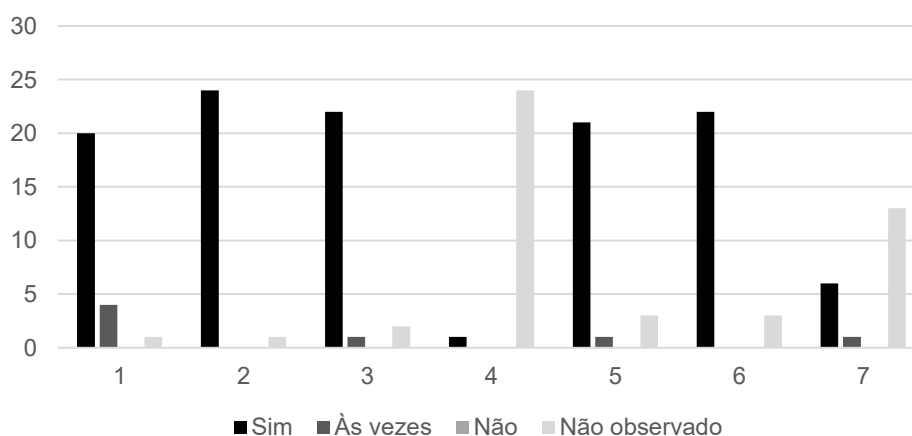


Gráfico 77 – Respostas Dimensão - Emoções

Análise temporal

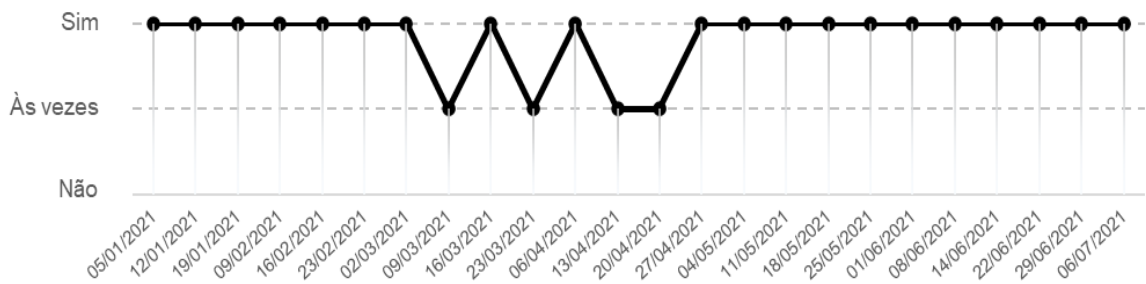


Gráfico 78 - As alunas demonstram expressividade facial na realização dos exercícios

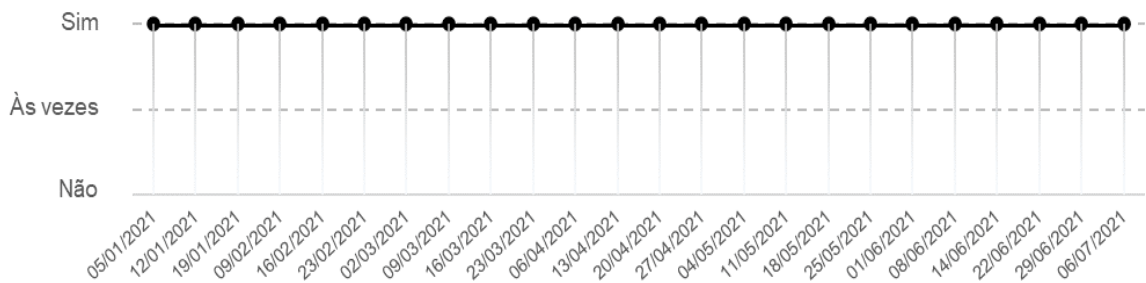


Gráfico 79 - As alunas demonstram expressividade corporal na realização dos exercícios

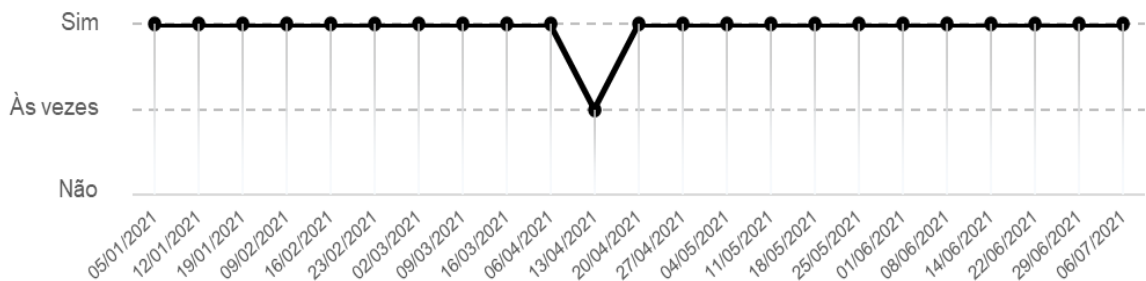


Gráfico 80 - As alunas conseguem transmitir diferentes emoções através de diferentes qualidades de movimento

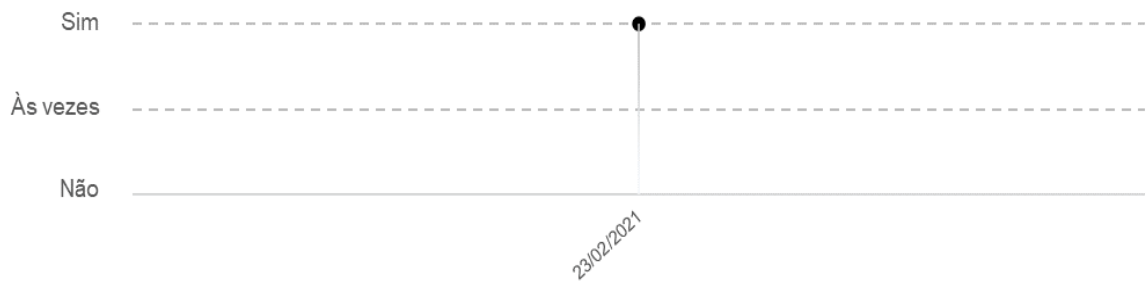


Gráfico 81 - As alunas conseguem identificar emoções através da observação das colegas

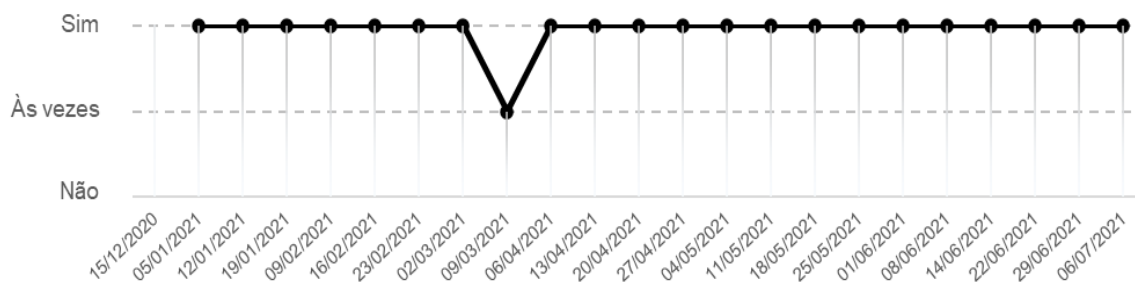


Gráfico 82 - As alunas identificam a emoção que se está a trabalhar e relacionam com tipos e qualidades de movimento

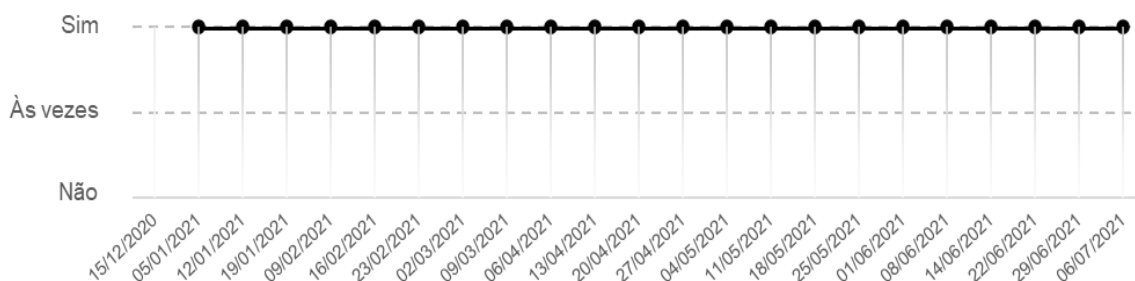


Gráfico 83 - As alunas participam ativamente nas conversas sobre a temática da aula, dando a sua opinião pessoal e partilhando a sua perspetiva da emoção

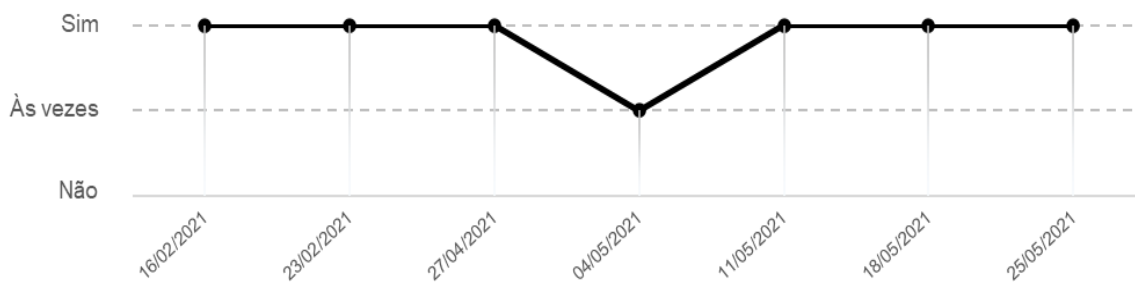


Gráfico 84 - As alunas compreendem a emoção do outro, mesmo quando não sentem o mesmo

Apêndice R

Análise do questionário inicial

Tabela 28 – O que me faz sentir alegria

O que me faz sentir alegria:	Número de respostas
Dançar	7
Família	6
Amigos	4
Comer algo	1
Ter um desejo realizado	1
Surpresa	1
Ver bebês	1
Ouvir música	1
Dormir	1
Animais de estimação	1

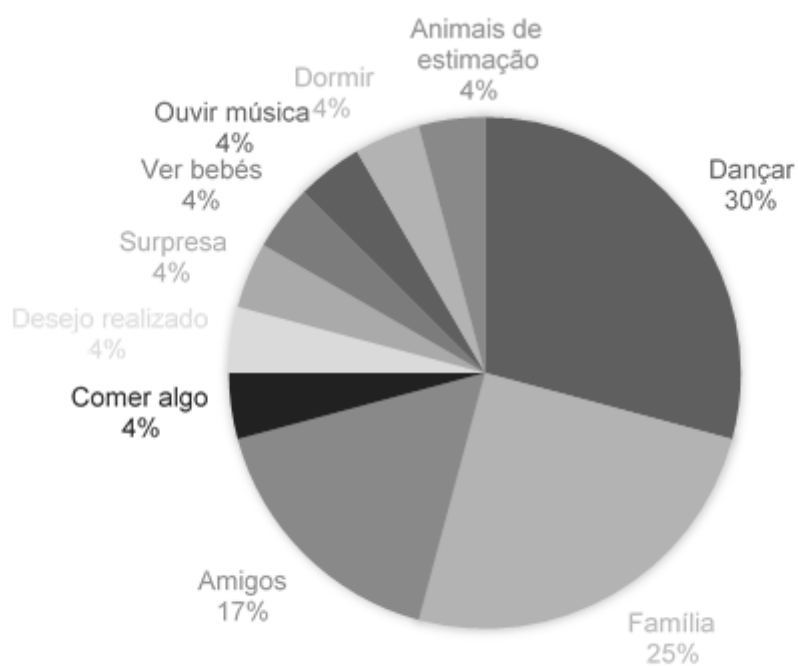


Tabela 29 – O que me faz sentir triste

O que me faz sentir triste:	Número de respostas
Fazer alguma asneira e chatear-me com alguém	7
Despedidas (quando alguém morre ou vai embora)	4
Receber más notas	3
Relacionado com as aulas de dança (descalçar as pontas ou não ter ideias para dança criativa)	2
Não gostam de mim	1
Estou sozinha	1
Recebo más notícias	1

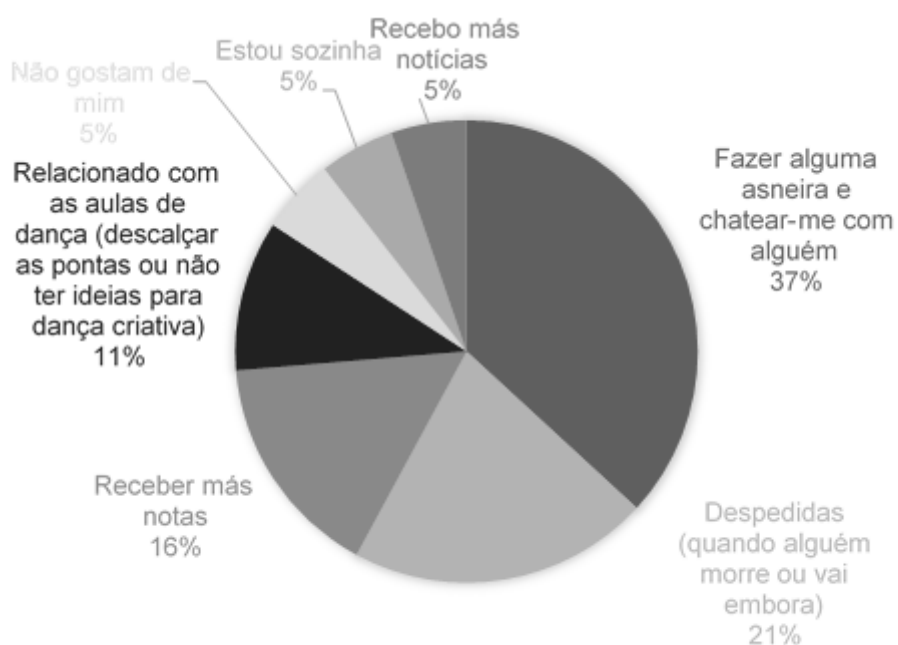


Tabela 30 – O que me faz sentir medo

O que me faz sentir medo:	Número de respostas
Cobras e/ou aranhas	6
Escuro	4
Cães	3
Catástrofes naturais	2
Pais separarem-se	1
Família morra	1
Quando os avós estão doentes	1
Estar sozinha	1
Abelhas	1
Quando ouço barulho	1
Perder tudo o que tenho	1
Ficar gravemente doente	1
Estar à espera de uma avaliação	1

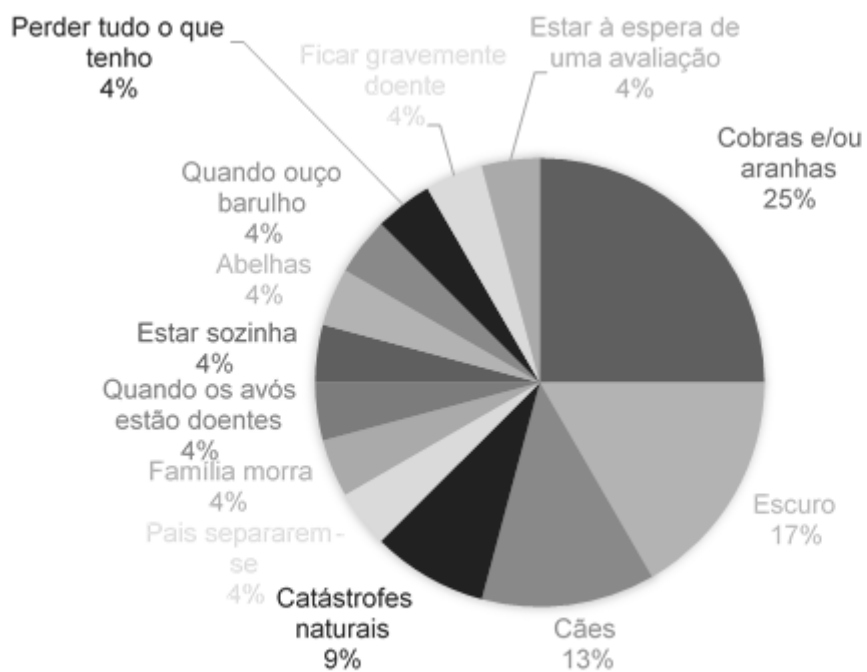


Gráfico 87 - Medo

Tabela 31 – O que me faz sentir repulsa

O que me faz sentir repulsa:	Número de respostas
Ver/cheirar vómito	4
Ver baratas	3
Ver ratos	2
Ver macacos do nariz	2
Comer verduras (como esparregado)	2
Ver cocó	1
Ver aranhas	1
Beber leite com chocolate	1
Ver pessoas a comer de boca aberta	1
Ver alguém a fazer <i>bullying</i>	1
Ver formigas	1



Gráfico 88 - Repulsa

Tabela 32 – O que me faz sentir raiva

O que me faz sentir raiva de mim:	Número de respostas	O que me faz sentir raiva nos outros:	Número de respostas
Quando não me lembro de algo	2	Quando sinto que me fazem <i>bullying</i>	7
Quando me engano	2	De uma pessoa especificamente	2
Quando não consigo fazer algo	1	Quando a minha mãe ralha	1
		Quando alguém mente	1
		Quando vejo desarrumação	1

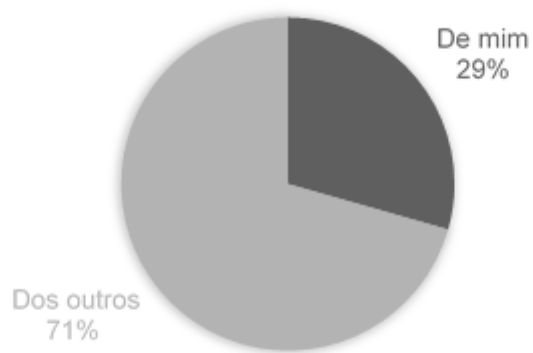


Gráfico 89 - Raiva

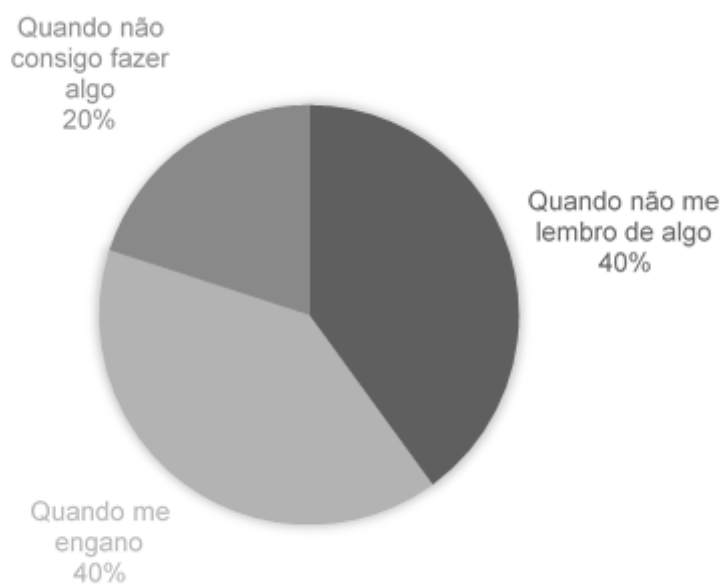


Gráfico 90 – De mim

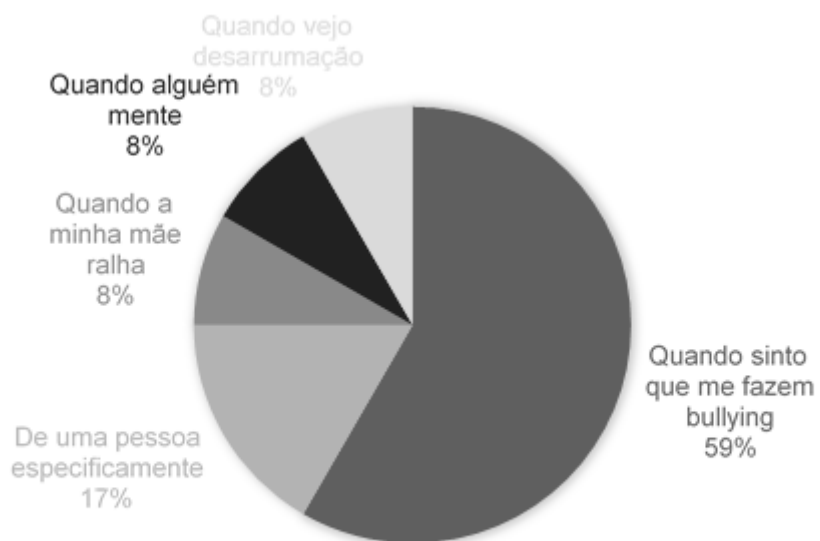


Gráfico 91 – Dos outros

Apêndice S

Análise do questionário final

Pergunta 1 - Achas que a temática das aulas de Expressão Criativa melhorou a tua interpretação nas coreografias e na tua expressividade e comunicação com o público?

Tabela 33 – Pergunta 1

Respostas:	Número de respostas
Sim	6
Sim, muito	3

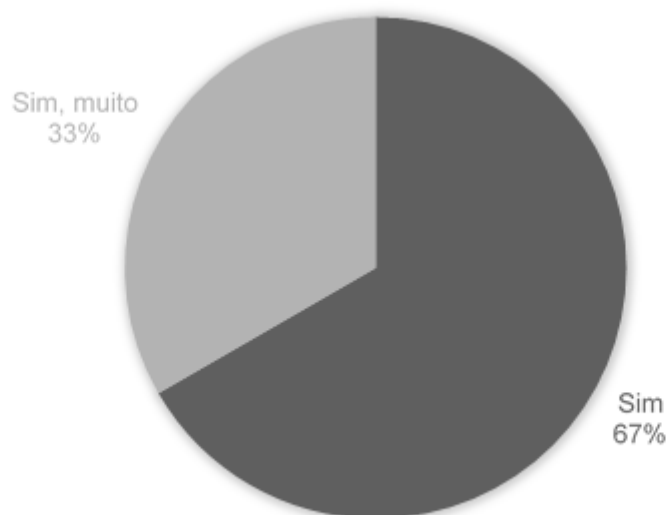


Gráfico 92 – Pergunta N°1

Pergunta 2 – Porquê?

Tabela 34 – Pergunta 2

Respostas:	Número de respostas
As aulas ajudaram a interpretar as emoções	4
As emoções foram trabalhadas intensivamente	4
Eu notei diferenças em mim	2
Desenvolvemos a criação de diferentes expressões	1
Não conseguia e já consigo fazer expressões	1
Senti-me mais livre em frente ao público	1
Porque me esforcei	1

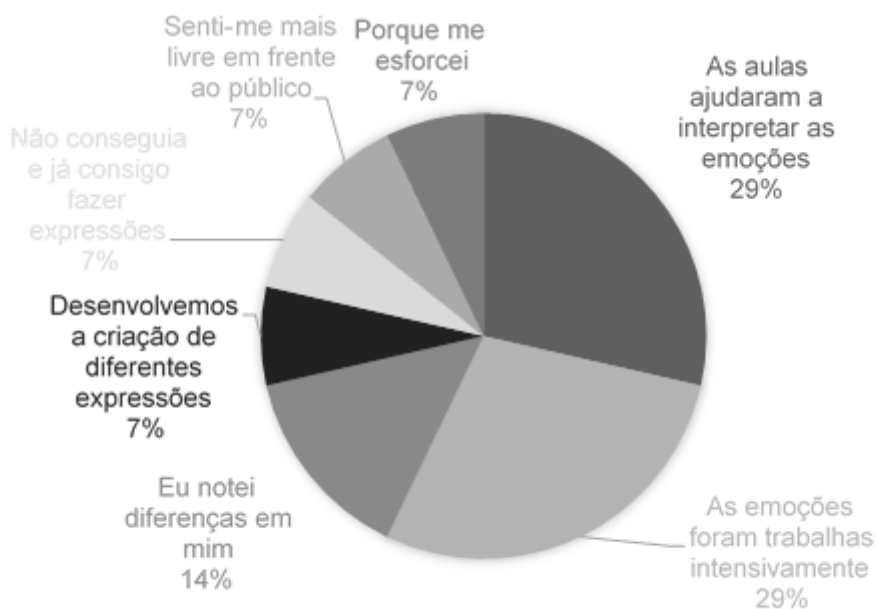


Gráfico 93 – Pergunta N°2

Pergunta 3 – Como?

Tabela 35 – Pergunta 3

Respostas:	Número de respostas:
Sentindo as emoções nos diversos exercícios	7
Com o meu esforço e empenho	5
Através dos muitos exercícios específicos para cada emoção	3
Com a persistência da professora	2
Através da mecanização do movimento	1

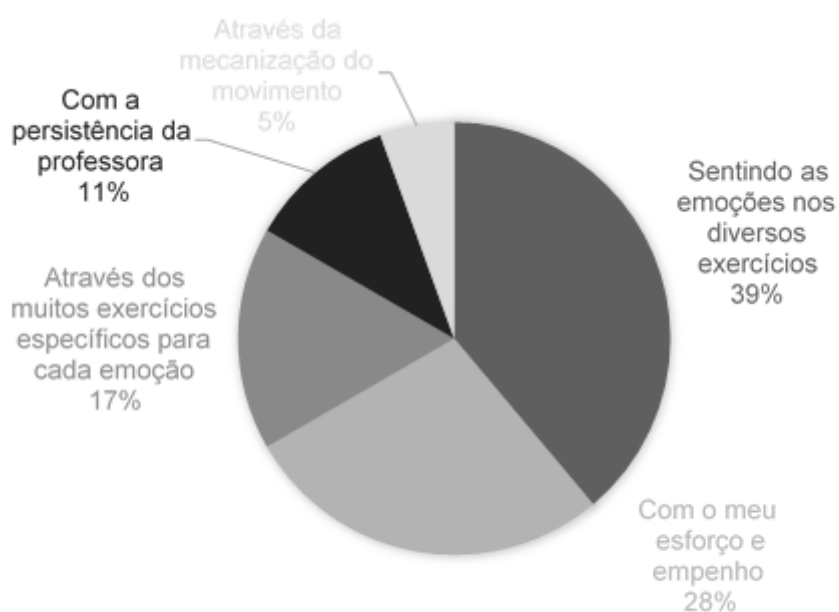
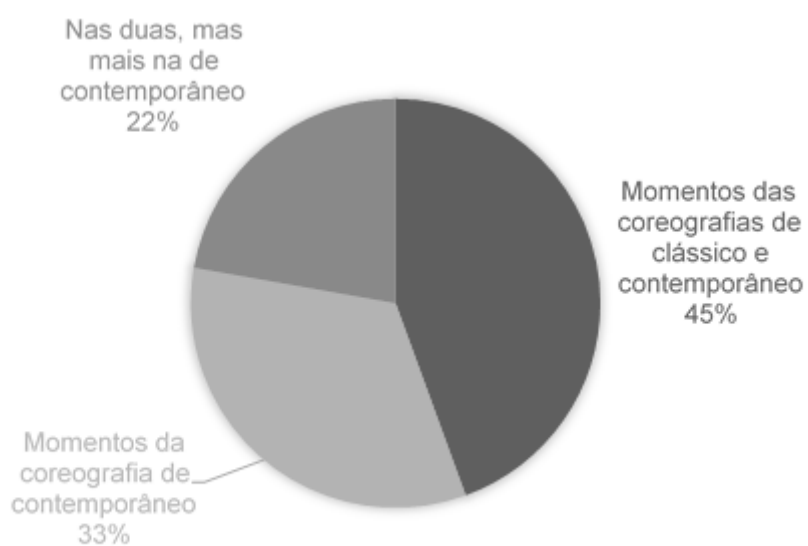


Gráfico 94 – Pergunta N°3

Pergunta 4 - Podes dar alguns exemplos?

Tabela 36 – Pergunta 4

Respostas:	Número de respostas:
Momentos das coreografias de clássico e contemporâneo	4
Momentos da coreografia de contemporâneo	3
Nas duas, mas mais na de contemporâneo	2



Apêndice T

Análise das tabelas individuais

Tabela 37 – Legenda dos elementos de avaliação expressos no eixo das abscissas dos gráficos 96 a 104

1. Compreende o que é a emoção.
2. É capaz de improvisar a partir da emoção.
3. É capaz de criar a partir da emoção.
4. Consegue fazer a expressão facial da emoção.
5. Consegue exprimir através do movimento a emoção.
6. É capaz de relacionar a emoção com qualidades de movimento.
7. Estava motivada e esforçou-se para fazer o melhor que conseguia todas as tarefas.
8. Houve uma evolução durante as aulas com temática desta emoção, tanto a nível cognitivo como ao nível do movimento e da expressividade da emoção.
9. Utilizou a emoção para criar momentos de ‘surpresa’ durante as tarefas propostas.
10. Desenvolveu a ideia ao máximo, comunicando (através do movimento) com quem estava a observar.
11. Participou ativamente nas conversas sobre a emoção.

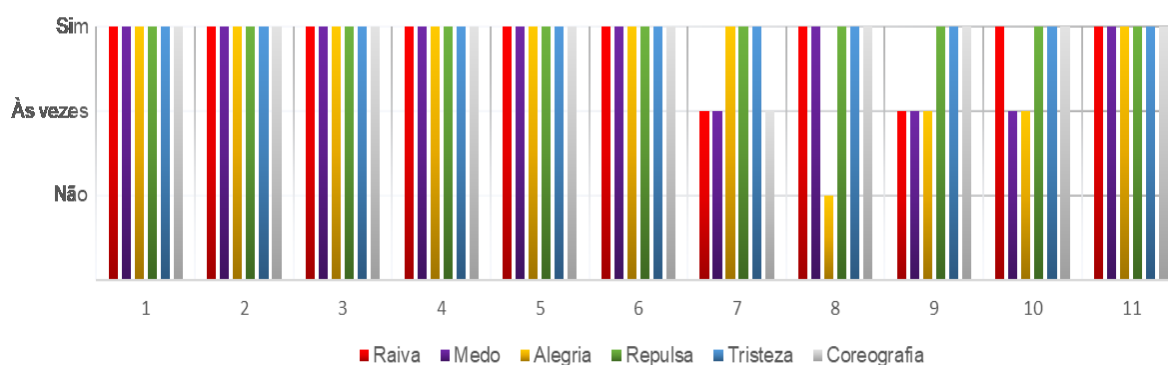


Gráfico 96 – Análise individual aluna 1

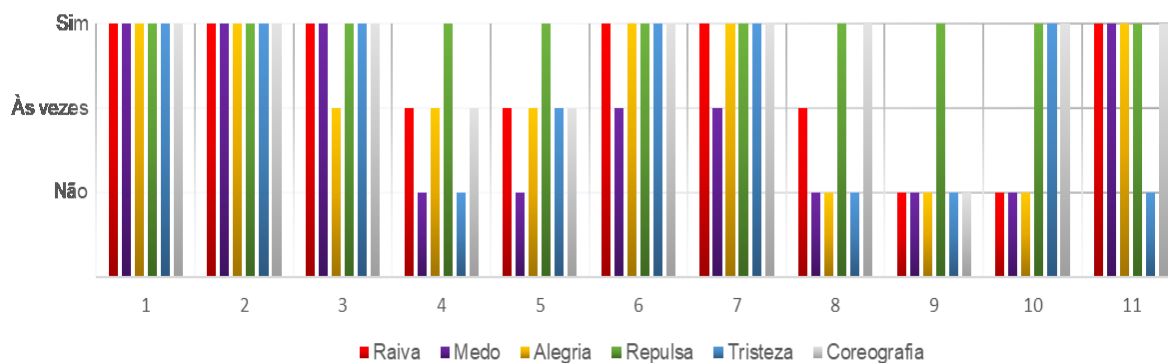


Gráfico 97 – Análise individual aluna 2

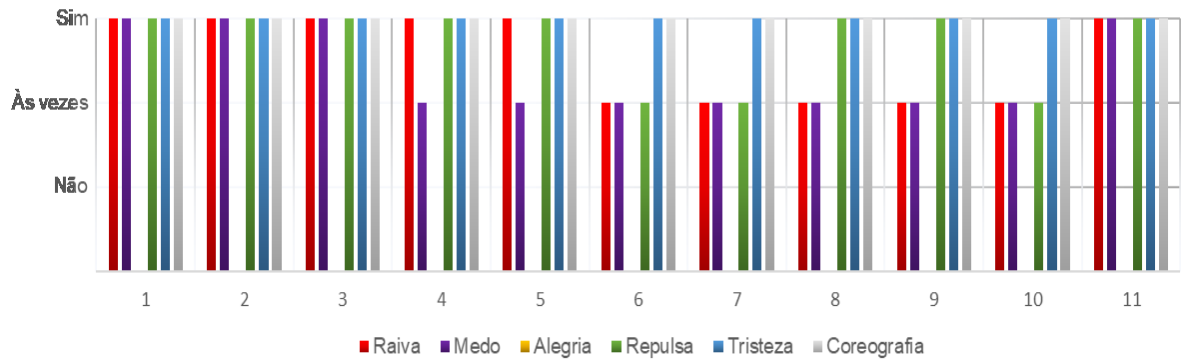


Gráfico 98 – Análise individual aluna 3

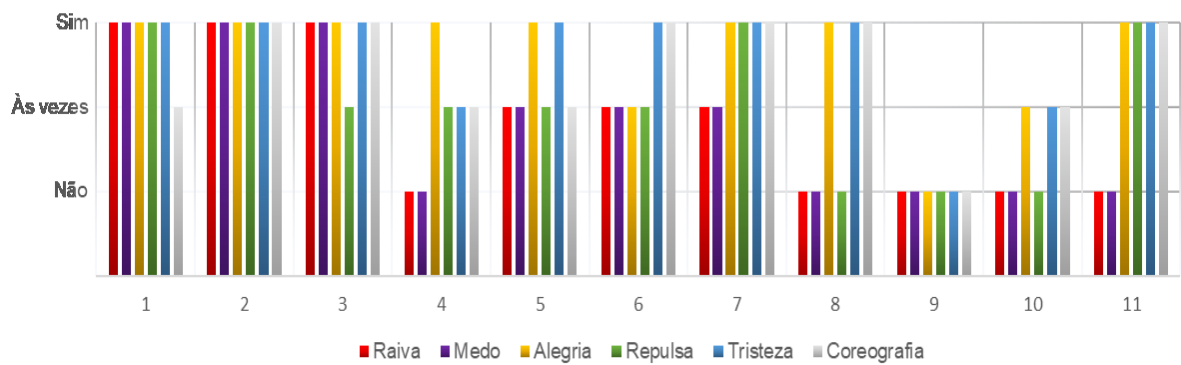


Gráfico 99 – Análise individual aluna 4

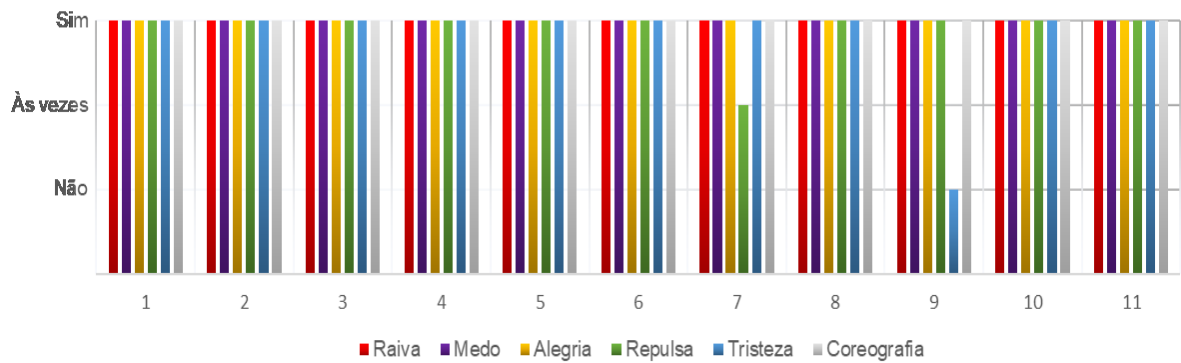


Gráfico 100 – Análise individual aluna 5

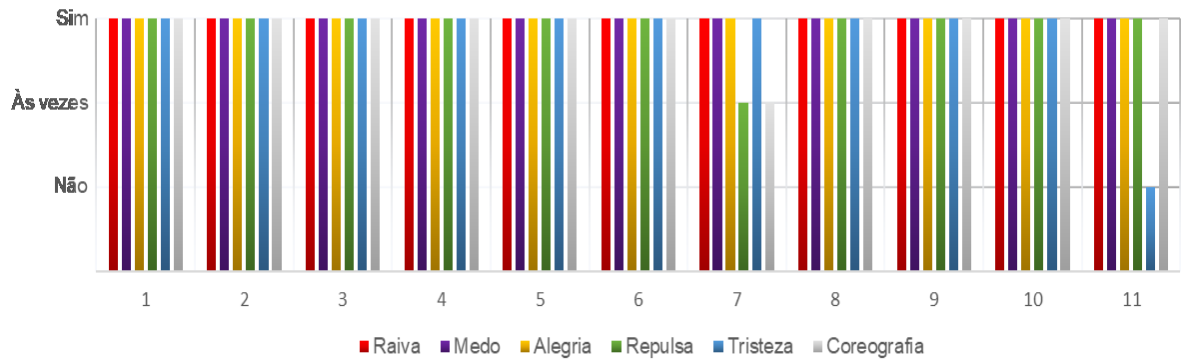


Gráfico 101 – Análise individual aluna 6

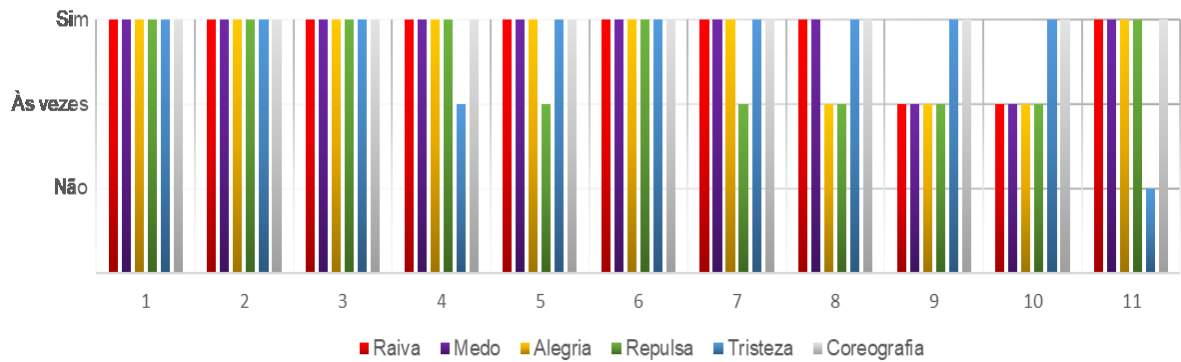


Gráfico 102 – Análise individual aluna 7

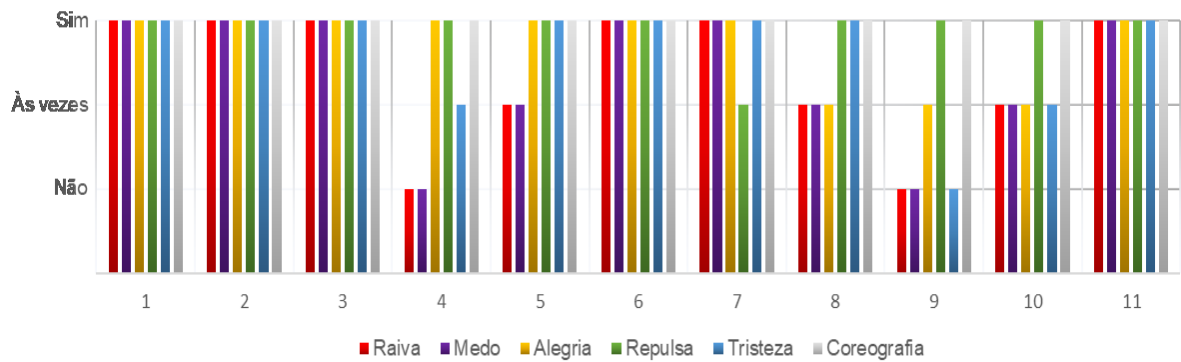


Gráfico 103 – Análise individual aluna 8

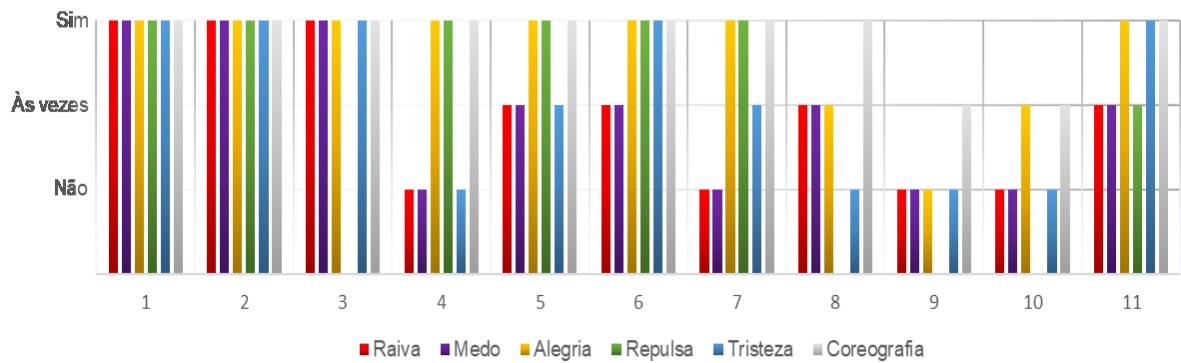


Gráfico 104 – Análise individual aluna 9

Apêndice U

Análise das tabelas individuais – por emoção

Tabela 38 – Legenda dos elementos de avaliação expressos no eixo das abscissas dos gráficos 105 a 110

1. Compreende o que é a emoção.
2. É capaz de improvisar a partir da emoção.
3. É capaz de criar a partir da emoção.
4. Consegue fazer a expressão facial da emoção.
5. Consegue exprimir através do movimento a emoção.
6. É capaz de relacionar a emoção com qualidades de movimento.
7. Estava motivada e esforçou-se para fazer o melhor que conseguia todas as tarefas.
8. Houve uma evolução durante as aulas com temática desta emoção, tanto a nível cognitivo como ao nível do movimento e da expressividade da emoção.
9. Utilizou a emoção para criar momentos de ‘surpresa’ durante as tarefas propostas.
10. Desenvolveu a ideia ao máximo, comunicando (através do movimento) com quem estava a observar.
11. Participou ativamente nas conversas sobre a emoção.

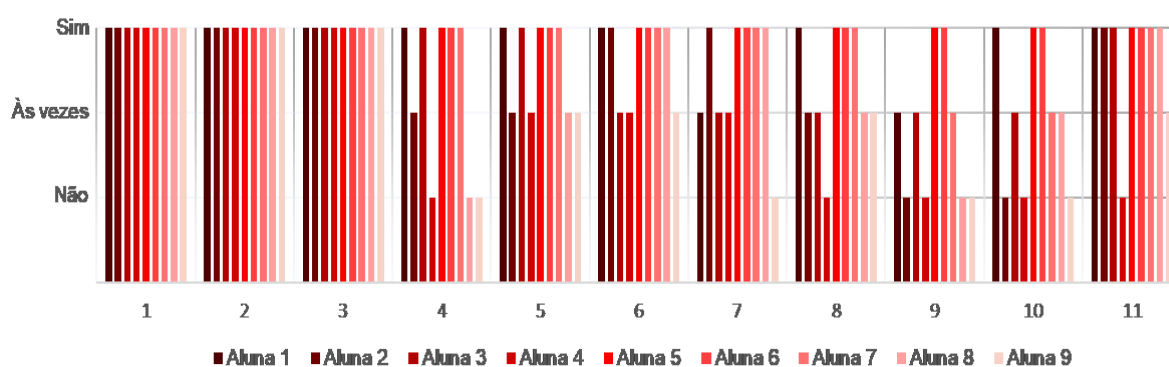


Gráfico 105 – Análise individual aglomerada por emoção - Raiva

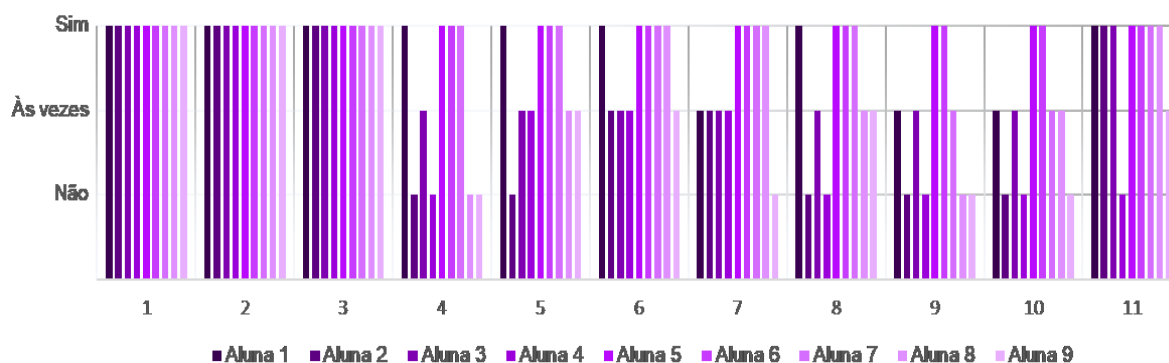


Gráfico 106 – Análise individual aglomerada por emoção - Medo

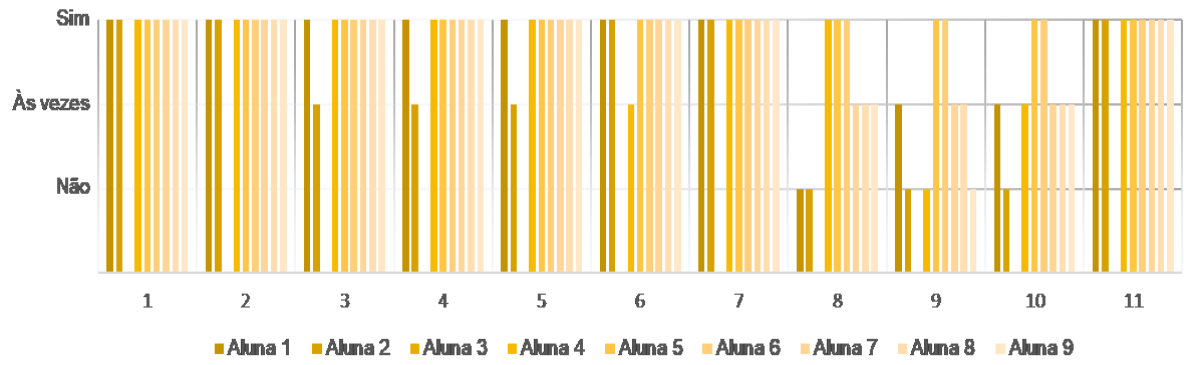


Gráfico 107 – Análise individual aglomerada por emoção - Alegria

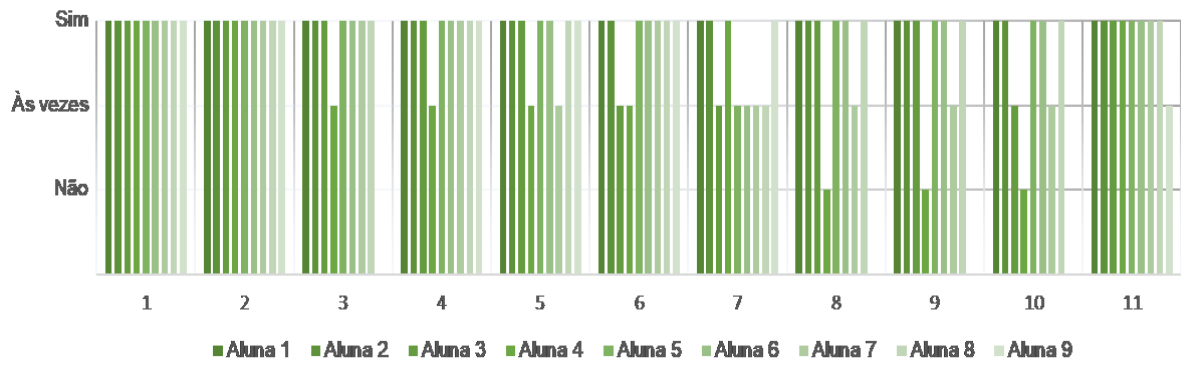


Gráfico 108 – Análise individual aglomerada por emoção - Repulsa

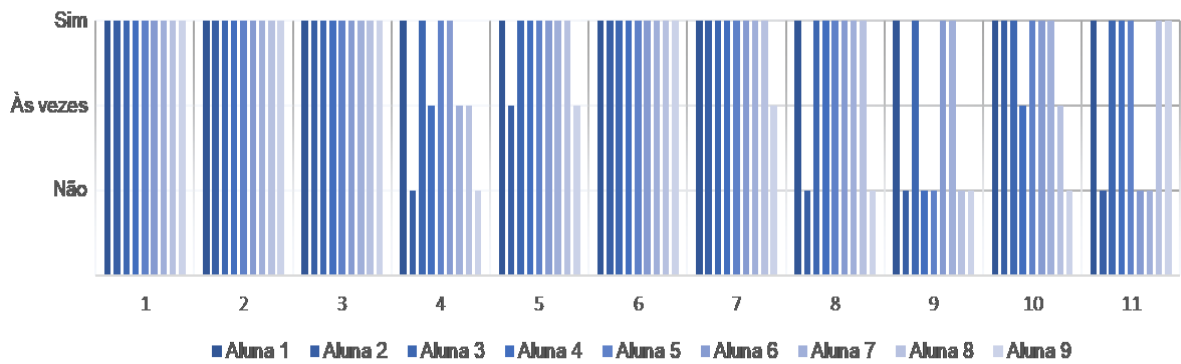


Gráfico 109 – Análise individual aglomerada por emoção - Tristeza

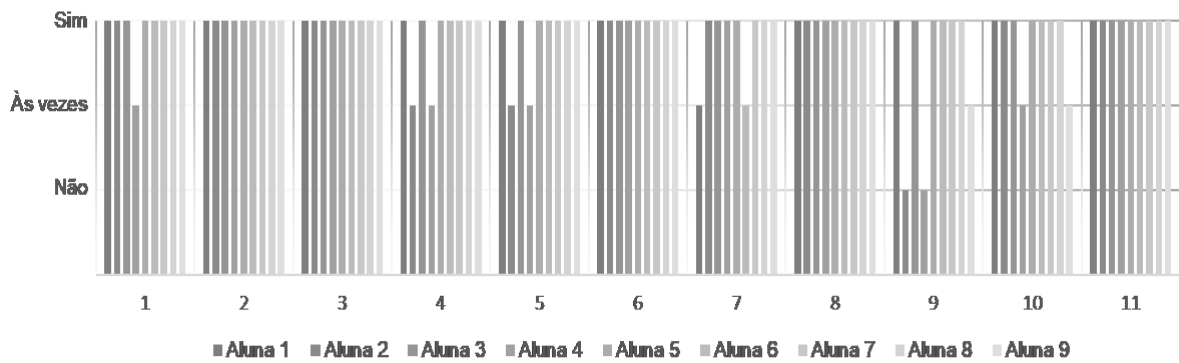


Gráfico 110 – Análise individual aglomerada por emoção - Coreografia

Apêndice V

Análise do diário de bordo do público-alvo

Tabela 39 – Legenda dos elementos de avaliação expressos no eixo das abscissas dos gráficos 111 a 119

1. Consegue identificar o que foi trabalhado na aula.

2. Tem respostas válidas para a pergunta: para quê?

3. Tem comentários pessoais significativos.

4. Compreende o que está a ser trabalhado e qual é a finalidade.

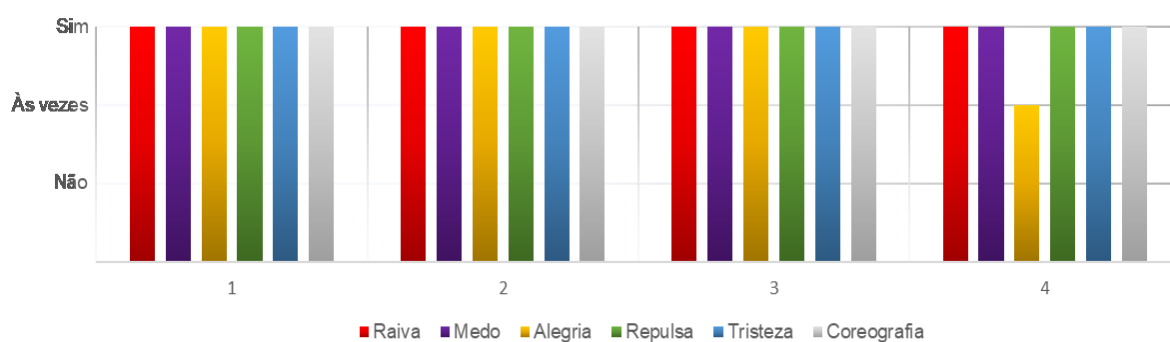


Gráfico 111 – Análise ao Diário de bordo – Aluna 1

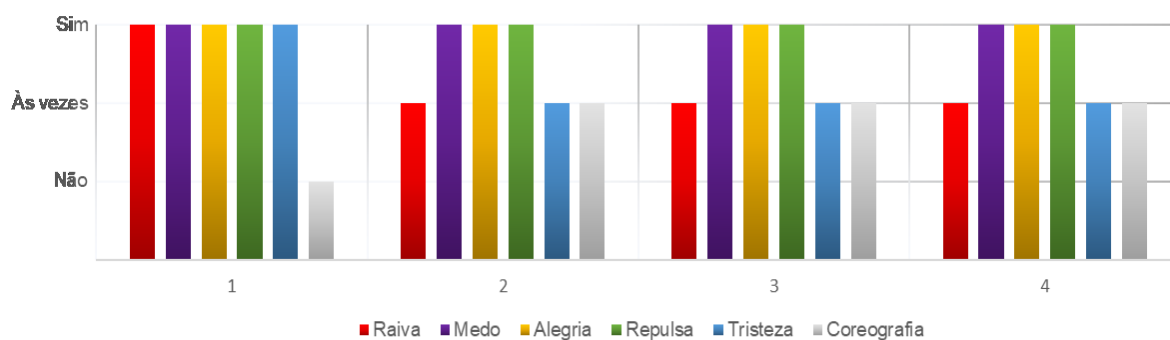


Gráfico 112 – Análise ao Diário de bordo – Aluna 2

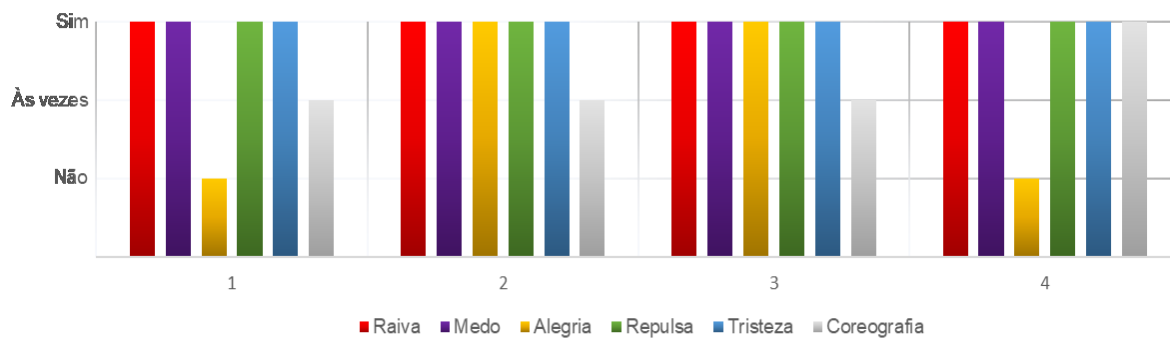


Gráfico 113 – Análise ao Diário de bordo – Aluna 3

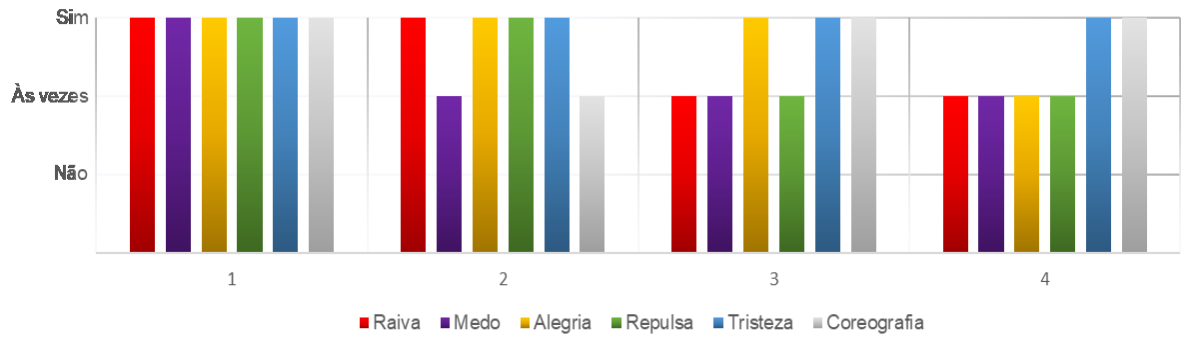


Gráfico 114 – Análise ao Diário de bordo – Aluna 4

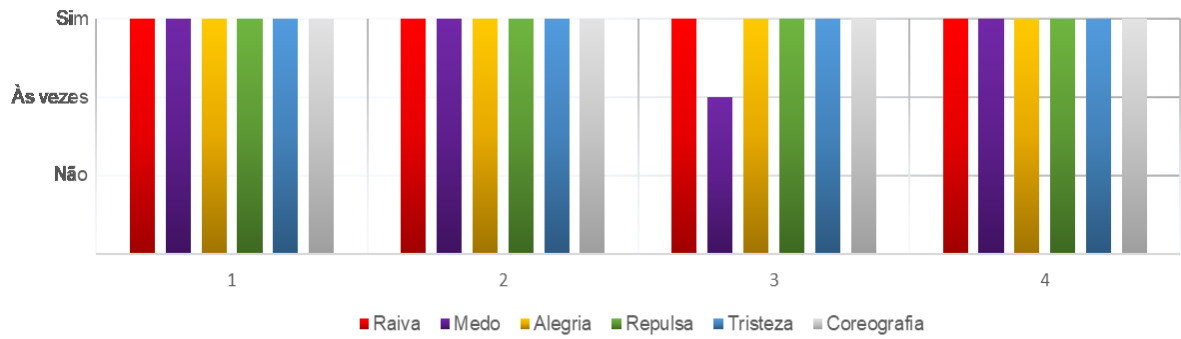


Gráfico 115 – Análise ao Diário de bordo – Aluna 5

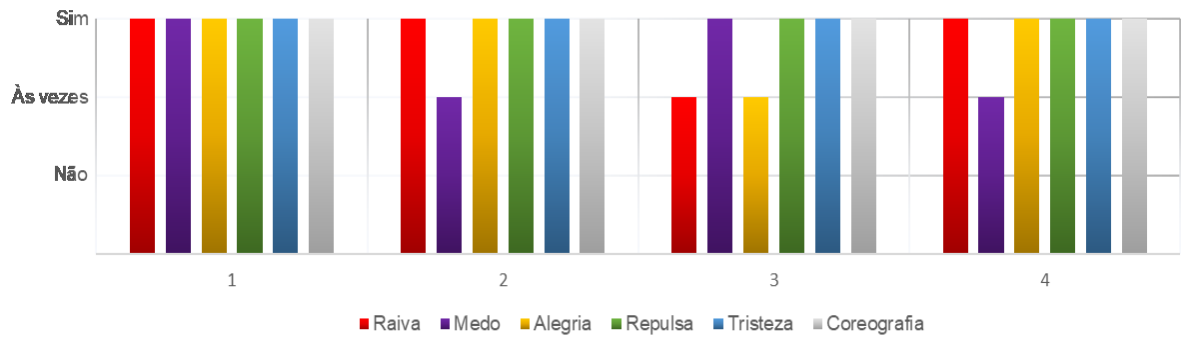


Gráfico 116 – Análise ao Diário de bordo – Aluna 6

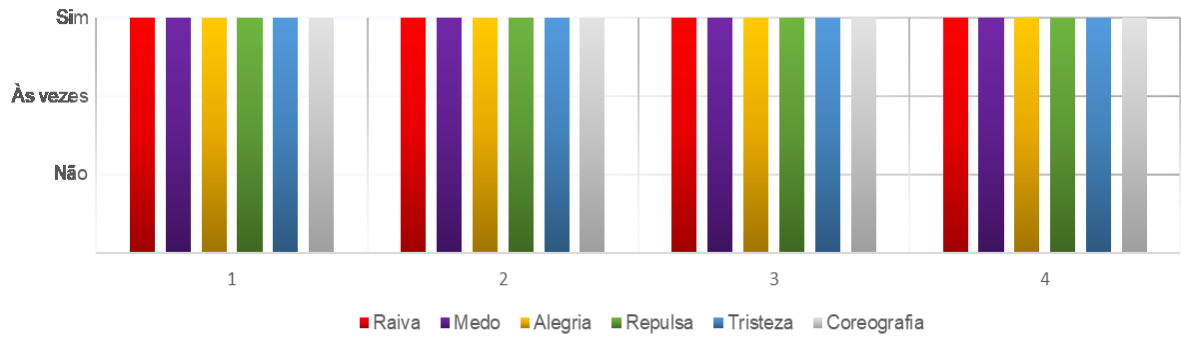


Gráfico 117 – Análise ao Diário de bordo – Aluna 7

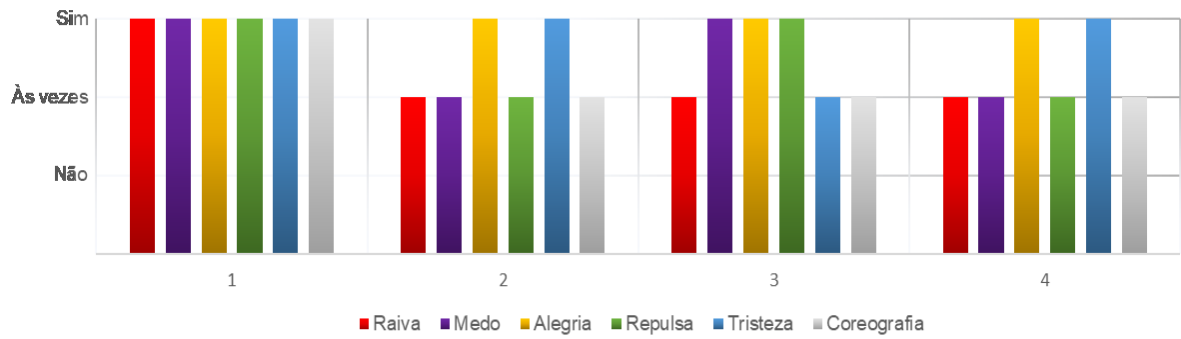


Gráfico 118 – Análise ao Diário de bordo – Aluna 8

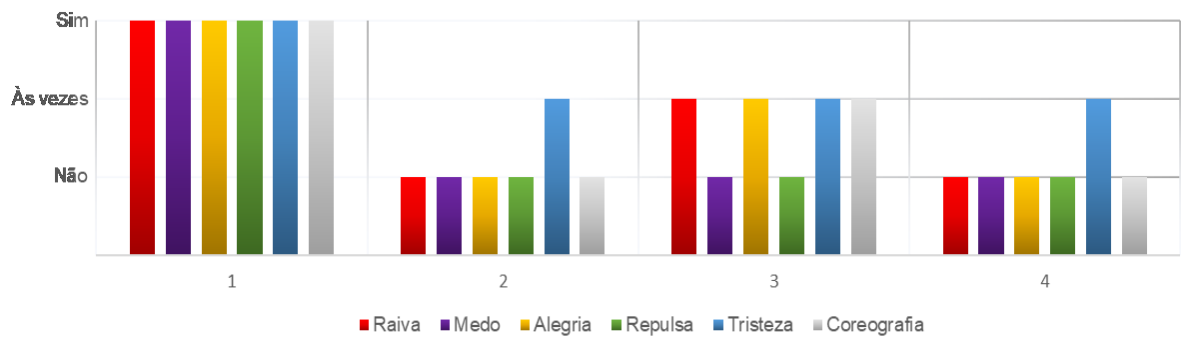


Gráfico 119 – Análise ao Diário de bordo – Aluna 9

Apêndice W

Análise do diário de bordo do público-alvo – por emoção

Tabela 40 – Legenda dos elementos de avaliação expressos no eixo das abscissas dos gráficos 120 a 132

1. Consegue identificar o que foi trabalhado na aula.

2. Tem respostas válidas para a pergunta: para quê?

3. Tem comentários pessoais significativos.

4. Compreende o que está a ser trabalhado e qual é a finalidade.

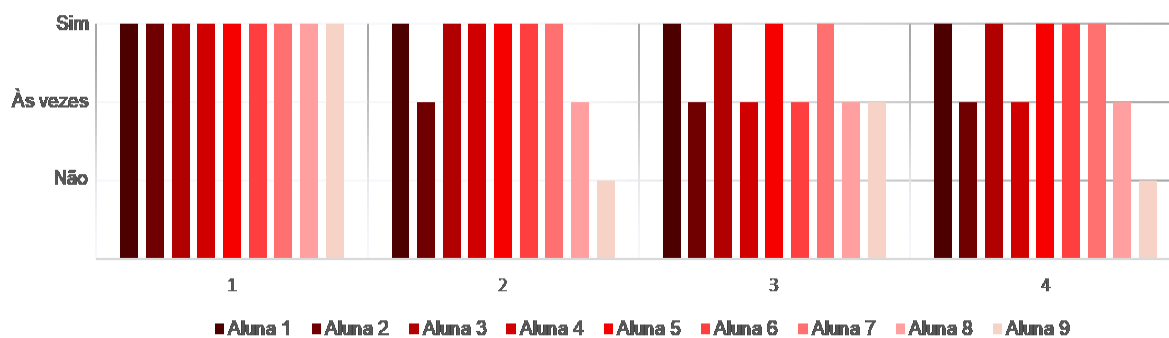


Gráfico 120 – Análise do Diário de Bordo aglomerada por emoção - Raiva

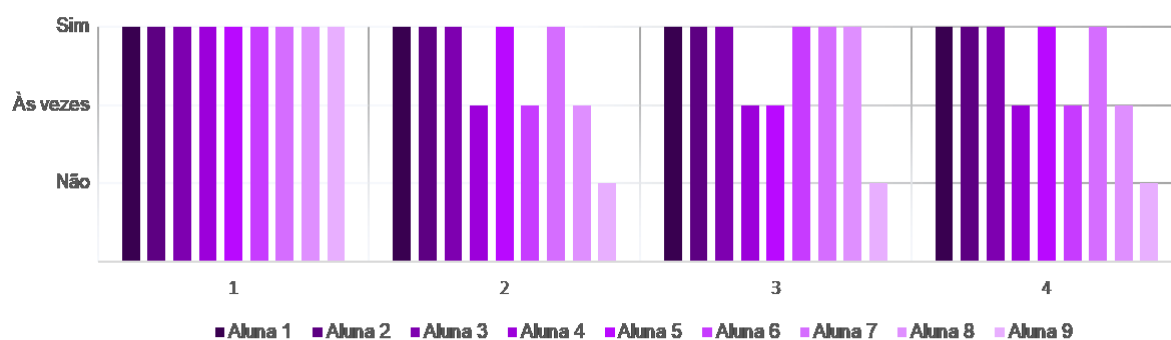


Gráfico 121 – Análise do Diário de Bordo aglomerada por emoção - Medo

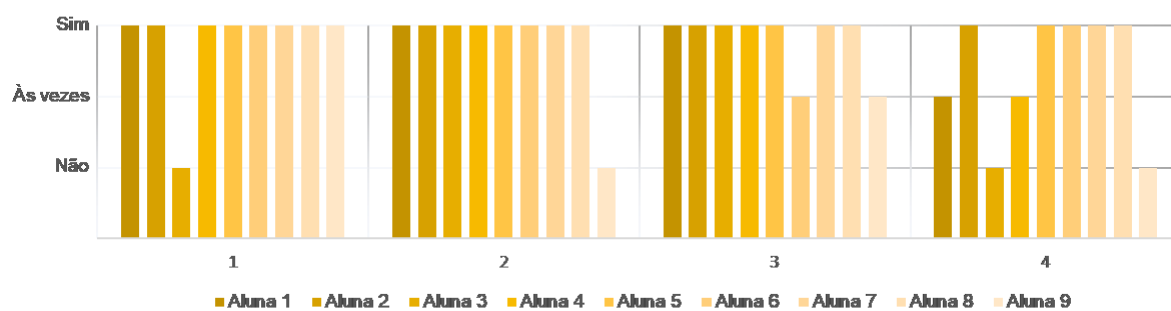


Gráfico 122 – Análise do Diário de Bordo aglomerada por emoção - Alegria

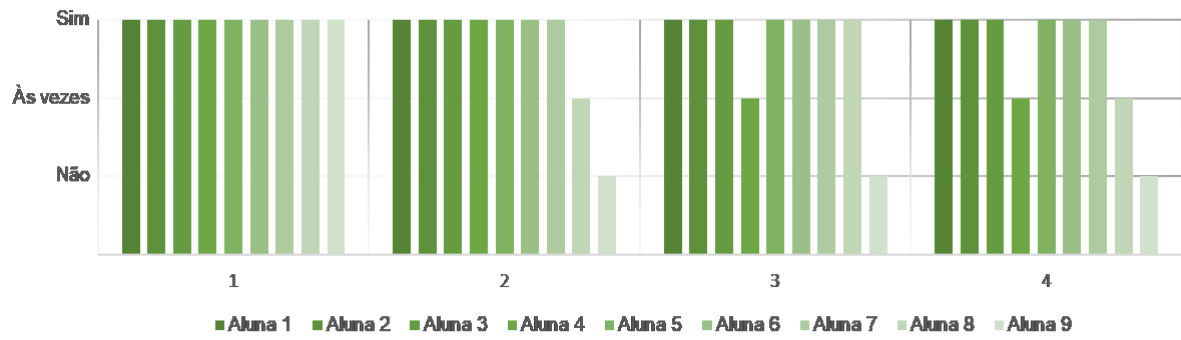


Gráfico 130 – Análise do Diário de Bordo aglomerada por emoção - Repulsa

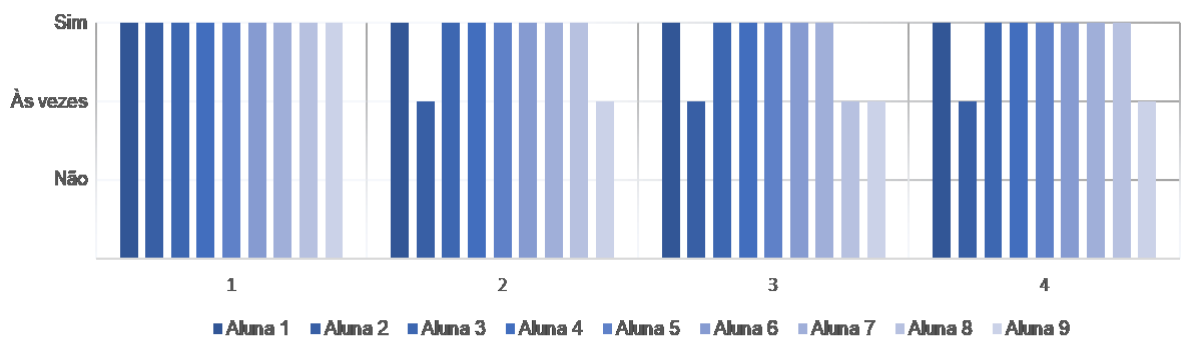


Gráfico 131 – Análise do Diário de Bordo aglomerada por emoção - Tristeza

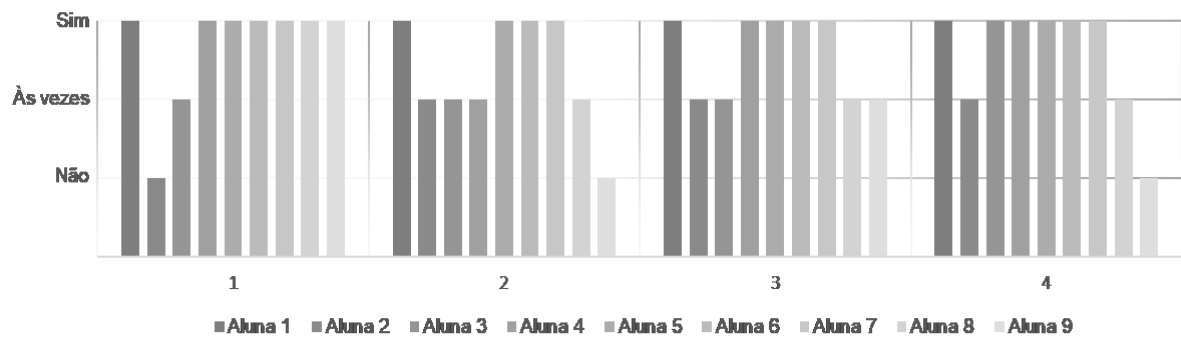


Gráfico 132 – Análise do Diário de Bordo aglomerada por emoção - Coreografia