



psicosoma<sup>®</sup>

# **FICHA TÉCNICA**

**MANUAL DE DANÇA CRIATIVA**

**UMA APRENDIZAGEM  
INTERDISCIPLINAR NO 1º CICLO DO  
ENSINO BÁSICO**



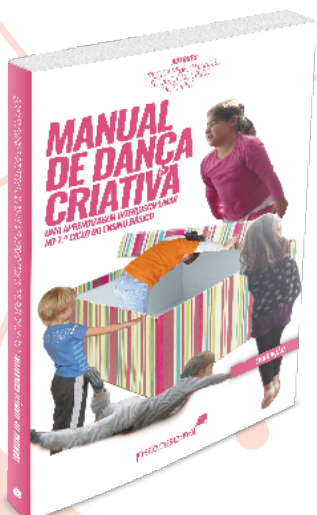
## SINOPSE

Este Manual, que revela o lado potenciador da dança na aprendizagem, tem como objetivo fundamental servir a comunidade educativa, apresentando uma metodologia de trabalho interdisciplinar na área da dança criativa, desenvolvida na parte experimental do trabalho de Doutoramento em Motricidade Humana, na especialidade de Dança, na Faculdade de Motricidade Humana.

Pretende-se assim contribuir para que o aluno alcance melhores desempenhos escolares, bem como desenvolva a dimensão expressiva-comunicativa-criativa, através da linguagem do corpo, do gesto e do movimento transformado, fundamental para o seu desenvolvimento integral.

As doze aulas de dança criativa com as áreas disciplinares abordadas potenciaram experiências de aprendizagem que envolveram a exploração de conceitos abstratos em concretos, levando a novas descobertas de movimentos expressivos e criativos, conduzindo a uma melhor consolidação dos conteúdos de Português, Matemática e Estudo do Meio.

Assim, pensamos que, no seu conjunto, os planos de aula apresentados neste manual constituirão um contributo válido na prática educativa, em que os professores poderão replicar os planos de aula no seu todo ou os exercícios individualmente, podendo estes, ainda, constituir uma fonte de inspiração para a criação de outros exercícios de dança.



## MANUAL DE DANÇA CRIATIVA- UMA APRENDIZAGEM INTERDISCIPLINAR NO 1º CICLO DO ENSINO BÁSICO

**AUTORES:** Leandro, Cristina; Monteiro, Elisabete & Melo, Filipe

**Edições:** PsicoSoma

**ISBN:** 978-972-8994-78-5

**Páginas:** 176

**Local/ Ano Edição:** Viseu, abril 2018

**PVP:** 14.90€

### NOTAS BIOGRÁFICAS AUTORES

#### Cristina Rebelo Leandro

Licenciatura em Dança e Doutoramento em Motricidade Humana na especialidade de Dança pela Faculdade de Motricidade Humana da Universidade de Lisboa.

Professora-Adjunta da Escola Superior de Educação do Instituto Politécnico de Coimbra. Assume atividades de docência na área da Dança ao nível das diferentes Licenciaturas e Mestrados. Investigadora do Centro de Estudo em Etnomusicologia em Música e Dança (INET-MD) do pólo da FMH. Membro da daCi (Dance and the Child International).

#### Elisabete Monteiro

Doutorada em Motricidade Humana na especialidade de Dança.

Prelectora de inúmeras comunicações e de ações de formação e de workshops, a nível nacional e internacional. Publicação de artigos na área da Dança (composição coreográfica e ensino da dança contemporânea e dança criativa). Representante nacional da daCi (Dance and the Child International). Investigadora Integrada do Centro de Estudo em Etnomusicologia em Música e Dança (INET-MD) do pólo da FMH.

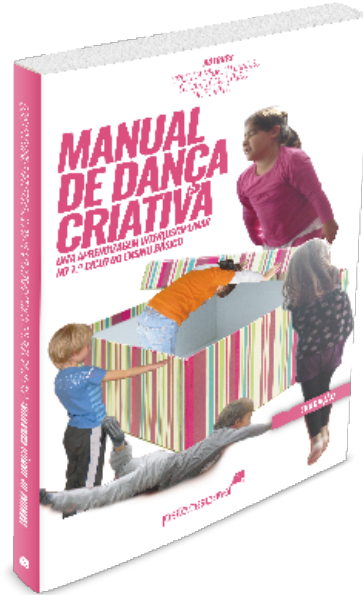
Coordenadora da Pós Graduação de Dança na Comunidade

#### Filipe Melo

Professor associado da Faculdade de Motricidade Humana (FMH) da Universidade de Lisboa. Membro do Conselho Científico da FMH. Coordenador adjunto da licenciatura em Reabilitação Psicomotora. Pertence ao Laboratório de Comportamento Motor. Leciona as disciplinas de Psicofisiologia e Controlo Motor e Aprendizagem (1º Ciclo). Autor de publicações nas áreas de Controlo Motor, Comportamento Postural, Grafomotricidade, Perturbações do Movimento (Movement Disorders – Doença de Parkinson).

# MANUAL DE DANÇA CRIATIVA- UMA APRENDIZAGEM INTERDISCIPLINAR NO 1º CICLO DO ENSINO BÁSICO

ÍNDICE



## ÍNDICE

PREFÁCIO.....	7
NOTA PRÉVIA .....	9
<b>PARTE I – DANÇA CRIATIVA NA EDUCAÇÃO.....</b>	<b>13</b>
<b>CAPÍTULO 1. DANÇA CRIATIVA NUMA ABORDAGEM INTERDISCIPLINAR.....</b>	<b>15</b>
1.1. O que é a Dança Criativa?.....	17
1.2. Corpo e movimento na aprendizagem .....	22
1.3. Perspetiva interdisciplinar da Dança Criativa .....	25
<b>CAPÍTULO 2. DANÇA CRIATIVA E OS CONTEÚDOS DAS ÁREAS DISCIPLINARES.....</b>	<b>29</b>
2.1. Elementos de movimento da Dança Criativa.....	31
2.2. Conteúdos de Português, Matemática e Estudo do Meio.....	33
2.3. Conectar os elementos da Dança e os conteúdos curriculares.....	35
2.4. Sessões de Dança Criativa .....	40
<b>PARTE II – PLANOS DE AULA DE DANÇA CRIATIVA E PORTUGUÊS, MATEMÁTICA E ESTUDO DO MEIO.....</b>	<b>47</b>
<b>CAPÍTULO 3. DANÇA CRIATIVA E PORTUGUÊS.....</b>	<b>49</b>
3.1. Planos de Aula - Cidadania e valores / Interpretação de textos.....	51
Nº1 - Feminino/masculino, singular/plural e 'nós'/'vós'.....	51
Nº2 - Descoberta de palavras (sopa das letras).....	60
Nº3 - Palavras da mesma família e palavras que rimam, palavras por ordem alfabética e 'es'/'ex' e 'vós'/'voz'.....	67
Nº4 - Descoberta de palavras (sopa das letras), singular/plural, palavras que rimam e 'há'/'à'.....	78
<b>CAPÍTULO 4. DANÇA CRIATIVA E MATEMÁTICA.....</b>	<b>89</b>
4.1. Planos de Aula - Números e operações / Geometria e medida.....	91
Nº1 - Leitura e escrita, composição e decomposição dos números até 700, contagem de 10 em 10, multiplicação por 10, 20, 30 e dinheiro.....	91
Nº2 - Leitura e escrita, composição e decomposição dos números até 800, relações de tempo e dinheiro.....	100
Nº3 - Leitura e escrita, composição e decomposição dos números até 900, sistema de numeração decimal, noção de milhar e números vizinhos.....	109
Nº4 - Leitura e escrita, composição e decomposição dos números até 1000, regularidades na adição e na subtração, adição com três parcelas, problemas, > < =, contagem de 100 em 100.....	118

<b>CAPÍTULO 5. DANÇA CRIATIVA E ESTUDO DO MEIO.....</b>	<b>127</b>
5.1. Planos de Aula - Normas/Regras.....	129
Nº1 - Sinais de trânsito, passeadeiras, cuidados a ter a andar a pé e bicicleta.....	129
Nº2 - Praia, piscina, rio e situações na vida quotidiana.....	136
Nº3 - Cumprimentar, pedir por favor, dizer obrigado, esperar pela sua vez, ajudar as pessoas, separar e não deitar lixo para chão.....	143
Nº4 - Ajudar nas tarefas de casa, permissão para se levantar, esperar pela sua vez de falar, diálogo, consenso e votação.....	150
<b>CAPÍTULO 6. DESAFIOS COM A DANÇA CRIATIVA.....</b>	<b>157</b>
6.1. Exercícios de Dança Criativa e as áreas disciplinares.....	159
Português.....	159
Matemática.....	161
Estudo do Meio.....	163
Outras áreas disciplinares.....	165
6.2. Caixa Mágica da Dança.....	166
<b>SOBRE OS AUTORES.....</b>	<b>167</b>
<b>REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....</b>	<b>169</b>
<b>ANEXOS.....</b>	<b>174</b>
Modelo do plano de aula.....	174
Modelo de ficha para exercícios de Dança.....	175
Organização Espacial.....	176

# MANUAL DE DANÇA CRIATIVA- UMA APRENDIZAGEM INTERDISCIPLINAR NO 1º CICLO DO ENSINO BÁSICO

## DANÇA CRIATIVA E PORTUGUÊS

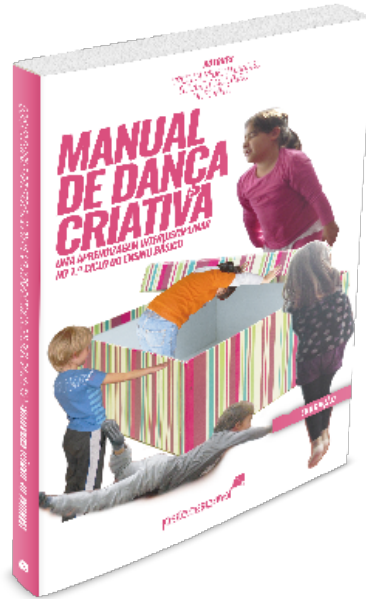
### 3. DESENVOLVIMENTO CRIATIVO DO TEMA ATRAVÉS DOS ELEMENTOS DA DANÇA (CONTINUAÇÃO)

Organização Espacial	Descrição	Observações/ Recursos
Igual ao exercício anterior	8.2. Representam com o corpo o 'z' da palavra 'noz', fletindo a perna direita à frente e a perna esquerda flete pelo joelho, para o lado e observam que as posições das pernas formam um 'z'; De seguida, juntam a outra perna e ficam numa forma de corpo redonda, representando a forma de uma 'noz'; exploram diferentes deslocamentos (batimentos da pandeireta), mantendo a forma do corpo, para fora da roda e regressando à posição inicial da roda; Por fim "escrevem" no chão com o pé, a palavra 'noz'.	pandeireta
3' Sala dividida em duas partes	8.3. De forma a interpretar as afirmações do texto com o 'nós' ou 'noz', ouvem a primeira frase: "O queque do senhor "paz de alma" não tinha uma ___"; Como a resposta é 'noz' colocam-se numa forma de corpo redonda, deslocando-se para a parte da sala que corresponde à 'noz'; Repetem para a segunda afirmação: "A cháveta, o leite e o pires já sabiam. E, agora, ___ também sabemos porque ouvimos a história"; / resposta 'nós' (diferentes deslocamentos com dedos dos pés e mãos no chão, deslocando-se para a parte da sala que corresponde a 'nós').	2 Cartolinas (A4) no chão, uma com 'Nós' e a outra 'Noz'

DURAÇÃO TOTAL - 20'

Nós	Noz
-----	-----

3



## MANUAL DE DANÇA CRIATIVA

UMA APRENDIZAGEM INTERDISCIPLINAR NO 1º CICLO DO ENSINO BÁSICO

### 4. APRESENTAÇÃO / ANÁLISE DAS COMPOSIÇÕES DANÇADAS

Organização Espacial	Descrição	Observações/ Recursos
10' Roda dupla concêntrica (1) e (2), de pé, pares	9. Dança - Será que já sabes? Dançar com o feminino/masculino, singular/plural e nós/noz;  A cada par é distribuído o nº1 ao aluno da frente e ao de trás, o nº2; Com o andamento da música exploram movimentos pelo espaço, o nº2 reproduz os movimentos do nº1 e quando a música parar, os alunos param também, mantendo a forma com o corpo; De seguida, os nºs 1 vão ter com o professor e a partir da leitura da palavra 'cadeira' realizam os movimentos explorados no exercício 6, até ao seu par; Depois os nºs 2 terão que escrever a palavra, com um dedo indicador no chão; Depois iniciam os nºs2 com a palavra 'cão'; Repetem, invertendo funções e com a seguinte ordem de palavras: nº2 a cadeira / nº1 as cadeiras* (movimentos explorados no exercício 7) nº1 'nós' / nº2 'noz' (movimentos explorados no exercício 8)	(Overby, L., Post, B. & Newman, D., 2005a, faixa 15)  Cartolinas utilizadas nos exercícios anteriores  *nº1 faz com a composição dançada entre si

DURAÇÃO TOTAL - 10'

3

## APOIOS





psicosoma 

RUA MIGUEL BOMBARDA N.º36  
3510-089 - VISEU

(+351) 232 431 060

EDITORA@PSICOSOMA.PT

**WWW.PSICOSOMA.PT**