



## EXPRESSÃO E DRAMA

Música nas Actividades de Enriquecimento Curricular

Cursos de Formação de Professores

Andrea Mesquita

3/6/2008

# EXPRESSÃO E DRAMA

---

## 1. FINALIDADES

São finalidades do ensino das actividades de Expressão e Drama ao nível do 1º Ciclo do Ensino Básico:

1. Reforçar o gosto pela dança
2. Desenvolver as potencialidades criativas e expressivas das crianças através de jogos entre o movimento, as acções do corpo, o tempo, o espaço e as dinâmicas.
3. Desinibir a criança para que esta improvise livremente e incentiva-la a criar frases coreográficas.
4. Desenvolver as capacidades físicas da criança no domínio do equilíbrio, postura, flexibilidade, coordenação, respiração, tonicidade e memória corporal.
5. Desenvolver o poder de comunicação e sociabilidade através dos trabalhos de grupo efectuados.
6. Desenvolver ainda a capacidade de critica e estética resultante de uma disciplina a nível de concentração e observação por parte dos alunos.
7. Fomentar a criação e qualificação de novos públicos

## 2. OBJECTIVOS GERAIS

As actividades de Expressão e Drama têm por objectivo desenvolver as capacidades de cada criança, tais como:

1. Desenvolver o gosto pela dança e pela música
2. Aquisição do vocabulário técnico e corporal
3. Consciencialização do corpo
4. Desenvolver a percepção espacial
5. Desenvolver a percepção temporal
6. Desenvolver a sociabilidade e a comunicabilidade através da expressividade do movimento
7. Desenvolver a criatividade
8. Desenvolver a capacidade física
9. Criar, memorizar e reproduzir pequenas danças
10. Dominar a relação Música/Movimento
11. Desenvolver a capacidade de memorizar o movimento/sequência
12. Organizar trabalhos a pares e em grupos

## 3. CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS

Nas actividades de Expressão e Drama será desenvolvido um trabalho específico, através de alguns exercícios exemplificados na formação, de modo a atingir os objectivos a que as aulas se propõem:

### 1. CORPO

- ❖ Na sua totalidade

# EXPRESSÃO E DRAMA

---

- ❖ Por partes: cabeça, tronco (cintura escapular e pélvica) e membros (antebraço, braço, mãos, dedos, coxa, perna, pé, dedos)

## 2. ACÇÕES

- ❖ Qualquer movimento
- ❖ Saltar
- ❖ Rodar
- ❖ Torcer
- ❖ Locomover
- ❖ Inclinar
- ❖ Transferência de peso
- ❖ Esticar
- ❖ Encolher
- ❖ Desequilibrar
- ❖ Pausa
- ❖ Gesticular

## 3. DINÂMICAS

- ❖ Intensidade: pesado/leve
- ❖ Espacial: directo/flexível

## 4. ESPAÇO

- ❖ Direcções: frente/trás, direita/esquerda, cima/baixo
- ❖ Níveis: baixo, médio e alto
- ❖ Formas: rectas/curvas
- ❖ Projecção espacial
- ❖ Tamanho: pequeno e grande
- ❖ Orientação: corporal e espacial

## 5. TEMPO

- ❖ Velocidade: rápido e lento
- ❖ Pulsação
- ❖ Aceleração e desaceleração
- ❖ Métrica

## 6. RELAÇÕES

- ❖ Aproximar/Afastar

- ❖ Rodear
- ❖ Tocar

## 7. ESTRUTURA COREOGRÁFICA

- ❖ Solos
- ❖ Duetos
- ❖ Grupos
- ❖ Frases coreográficas (princípio, meio e fim)

## 4. JOGOS CRIATIVOS

Os jogos criativos serão desenvolvidos de modo a contemplar os conteúdos programáticos das actividades de Expressão e Drama. Serão expressos alguns exemplos de exercícios base, sempre associados a uma imagem do conhecimento geral do aluno para uma melhor compreensão deste.

### ❖ **Jogo dos nomes**

Este exercício terá como finalidade a apresentação de cada aluno aliado a um primeiro trabalho de coordenação corporal e rítmico. Para uma melhor visualização entre eles, os alunos deverão formar um círculo voltados para dentro e devem estar sentados com as pernas cruzadas (chinês).

Acções

coordenação entre som corporal e som vocal, através de movimentos ritmados em toque com o corpo de modo a produzir sons (palmas), aliados às palavras (nomes).

### ❖ **Jogo do acordar**

Este exercício tem como finalidade um primeiro conhecimento corporal da criança, na medida em que o aluno percebe a diferença entre ausência e presença do movimento.

Acções

Ausência do movimento é associada ao dormir, a presença associada ao acordar. No acordar existe o espreguiçar, bocejar, o toque no próprio corpo associado ao banho e o vestir.

### ❖ **Jogo dos animais**

Este exercício terá como finalidade o posicionamento corporal em variadas formas, associadas a um animal.

Acções

Serão determinadas posturas por imitação a um animal, paradas e em movimento (dançado).

Exemplo

cão, gato a espreguissar, elefante, tartaruga, coelho, serpente, caguru, sapo, etc.

## ❖ **Jogo das pessoas**

Este exercício terá como finalidade o posicionamento corporal em variadas formas associadas a uma personagem.

Acções

Serão determinadas posturas por imitação a uma personagem, paradas e em movimento (dançado)

Exemplo

Modelos, empresários, bailarinos, ginastas, professores, bebés, personagens de contos de fadas (príncipes/princesas e bruxas) e de banda desenhada.

## ❖ **Jogo das plasticinas**

Este jogo tem como finalidade a manipulação de formas corporais.

Acções

É executado em grupos de duas crianças, em que uma delas manipula as várias partes do corpo da outra criança de modo a criar formas.

## ❖ **Jogo dos rabinhos**

Este jogo tem como finalidade desenvolver a capacidade de trabalho em grupo e da rápida reacção da criança.

Acções

É executado em grupos de duas crianças, uma em frente à outra, em que uma delas tenta retirar um rabinho cedido e colocado nas costas da outra criança.

## ❖ **Jogo do espelho**

Este jogo tem como finalidade desenvolver a capacidade de trabalho em grupo e de imitação

Acções

É executado em grupos de duas crianças, uma em frente à outra, em que uma delas imita os movimentos executados pela segunda.

## ❖ **Jogo das linhas rectas**

Este jogo tem como finalidade desenvolver a capacidade de trabalho corporal executado em linha recta.

Acções

A criança executa movimentos simples seguindo um percurso rectilíneo

## ❖ **Jogo das linhas curvas**

Este jogo tem como finalidade desenvolver a capacidade de trabalho corporal executado em linha curva.

Acções

A criança executa movimentos simples seguindo um percurso curvilíneo.

## ❖ **Jogo dos movimentos rectos e curvos**

Este jogo tem como finalidade desenvolver a distinção entre o movimento curvo e recto.

Acções

A criança executa movimentos corporais simples curvos e rectos.

### ❖ Jogo sequencial

Este jogo tem como finalidade desenvolver a capacidade de memorização do aluno.

Acções

É executada uma pequena e simples sequência com principio, meio e fim. Exemplo: andar, parar, olhar, apontar, correr, girar, correr, saltar, cair, dormir, etc.

### ❖ Jogo da pontes

Este jogo tem como finalidade desenvolver a capacidade de trabalho em grupo aliado à capacidade de criação de posturas corporais específicas.

Acções

A turma será dividida em dois grupos, em que cada criança escolhe um sítio da sala determinando uma posição estática em forma de ponte de modo a possibilitar o atravessamento inferior por parte da criança pertencente ao outro grupo.

### ❖ Jogo do galo

Este jogo tem como finalidade desenvolver a capacidade de trabalho em grupo aliado à formação específica de uma postura corporal determinando naturalmente uma estratégia de equilíbrio.

Acções

É executado em grupos de duas crianças, em que as duas (de frente uma para a outra), colocam-se em posição rebaixada de pernas dobradas tentando derrubar-se uma à outra. Quem cai perde.

### ❖ Jogo das estátuas

Este jogo tem como finalidade desenvolver a capacidade de resposta corporal associada a um estímulo musical.

Acções

Serão colocadas várias músicas em que a criança se movimenta livremente correspondendo ao ritmo que a música sugere. A música ao ser interrompida, o movimento também o será, formando uma estátua dada pelo último movimento realizado.

### ❖ Jogo do morto e vivo

Este jogo tem como finalidade desenvolver os vários níveis (alto e baixo), a intensidade do movimento (rápido e lento) aliada a um estímulo vocal

Acções

## EXPRESSÃO E DRAMA

---

Serão expressas duas palavras (morto e vivo), ditas rápida e lentamente, em que a criança terá de corresponder o “morto” a um movimento inactivo no chão, e por sua vez, o “vivo” a um movimento activo de pé, de acordo com o tempo em que essas palavras são ditas.

### ❖ Canções coreografadas

Este exercício tem como finalidade associar uma música ao movimento corporal, desenvolvendo, a coordenação corporal, o ritmo e a memória visual.

#### Acções

Serão ensinadas várias músicas e posteriormente inserem-se movimentos que tenham a ver com o contexto da mesma.

#### Exemplo

“Música da vaquinha”; “Vamos dançar...”; “...é o Buggy Buggy”.

### ❖ Sequências criadas pela própria criança

Este exercício não só desenvolve a capacidade de criação corporal da criança, como também a capacidade de demonstração perante o restante grupo.

#### Acções

A criança deverá corresponder cada letra que compõe o seu nome a um movimento, criando assim uma sequência. Deve memorizá-la e apresentá-la às restantes crianças presentes na aula.

Andrea Mesquita

Meloteca 2008