



ENSINAR DANÇA



NA ESCOLA PRIMÁRIA



Co-funded by
the European Union



UPSTAIRS
Transition to Primary School

- **Uma experiência divertida e gratificante para alunos e professores**
- **Expressão criativa, atividade física, interação social**



A importância da dança na educação:

- **Dança não é só movimento**
- **Ajuda a melhorar a aptidão física, a coordenação e a flexibilidade**
- **Aumenta a criatividade, a auto-expressão e a confiança**



Integração no currículo

- **Alinhar a dança no currículo escolar com os objetivos e padrões educativos**
- **Integrar a dança na história (danças tradicionais), nas ciências (movimento corporal), nas artes da linguagem (danças interpretativas)...**



Métodos de ensino

- **Combinação de demonstração, prática guiada, colaboração dos alunos**
- **Desdobrar os movimentos em passos simples, fornecer instruções claras**
- **Incentivar a criatividade e a expressão individual**



Abordagem inclusiva



- **Criar um ambiente seguro e inclusivo onde todos os alunos se sintam à vontade para participar em actividades de dança**
- **Adaptar as aulas para acomodar diversos estilos de aprendizagem e capacidades**
- **Incentivar o trabalho em equipa, as ideias dos outros e as diferenças individuais**





Oportunidades de performance

- **Motivar os alunos e aumentar a sua autoestima**
- **Os alunos demonstram os seus talentos, partilham a sua criatividade com os colegas e os pais e ganham confiança através de apresentações públicas**



Recursos e Suporte

- **Vídeos instrucionais, listas de reprodução de música, tutoriais em linha ou instrutores convidados melhoram a qualidade das aulas**
- **Utilizar os estúdios de dança locais para obter apoio e diferentes estilos de dança**

1.começar com movimentos simples

Introduzir movimentos e passos básicos que sejam fáceis

- Concentrar-se em acções simples como bater palmas, pisar, balançar e marchar = confiança e coordenação



2. Utilizar música cativante:

Música apropriada para a idade e que seja atractiva para as crianças

- Canções populares ou música com um ritmo forte = motivação e entusiasmo

3. Incorporar jogos e atividades:

Integre jogos e atividades nas suas aulas de dança

- Freeze dance, apenas dança, cadeiras musicais ou siga o líder

4Incentivar a criatividade:

- Permita que os alunos se expressem de forma criativa através do movimento
- Deixe-os improvisar, criar as suas próprias sequências de dança ou dar um toque pessoal a coreografias



5. Fornecer reforço positivo:

Elogiar e encorajar

- Aumentar a sua confiança e motivação para continuar a melhorar



6. Demonstrar os passos de forma clara:

Mostre cada passo ou movimento de dança antes de pedir aos alunos que o experimentem.

- Utilize pistas visuais, instruções verbais e modelação física para ajudar as crianças a compreender e a reproduzir

7. Decomponha movimentos complexos:

Se ensinar rotinas de dança mais complexas, divida os passos em segmentos menores

Ensine uma seção de cada vez, eles precisam dominar cada parte antes de passar para a próxima

-

8. Crie um ambiente seguro:

Garantir que o espaço de dança está livre de obstáculos e perigos para evitar acidentes

Enfatize a importância da segurança e da técnica adequada durante a dança



9. Celebre o progresso:

Celebre o progresso e as conquistas dos alunos

- Realizar dança durante eventos escolares ou assembleias para aumentar sua confiança e senso de realização



10. Faça com que seja divertido:

- Acima de tudo, tornar a dança agradável para as crianças
- Incorporar ludicidade, criatividade e emoção nas aulas para fomentar o amor pelo movimento e pela expressão

Ensinar dança ajuda as crianças a desenvolverem coordenação, ritmo, criatividade e confiança através do movimento





**“Antes de uma criança falar, ela canta.
Antes de escrever, pintam.
Assim que se levantam, dançam.
A arte é a base da expressão humana.”**

PHYLICIA RASHAD



Co-funded by
the European Union



UPSTAIRS
Transition to Primary School

