

Distribuição Gratuita

Sugestões Pedagógicas



República Democrática de
São Tomé e Príncipe

5



5.^a Classe

EXPRESSÕES

Educação Visual, Educação Musical e Educação Física

Cooperação entre o Ministério da Educação e Cultura e Fundação Calouste Gulbenkian

Concepção e Elaboração:	Escola Superior de Educação Instituto Politécnico de Santarém
Coordenação do Projecto	Maria João Cardona
Língua Portuguesa	Ana Fonseca Isabel Rondoni
Matemática	Maria José Pagarete
Ciências Naturais e Sociais	Fernando Costa George Camacho Pedro Reis
Educação Visual	Jean Campiche Teresa Cavalheiro
Educação Musical	Margarida Togtema
Educação Física	António Mesquita Guimarães
Desenvolvimento Curricular	Ramiro Marques

Colaboração das equipas técnicas

Gabinete de Planeamento e Inovação Educativa
Direcção do Ensino Básico
Escola de Formação de Professores e Educadores
Inspecção da Educação



PORTO EDITORA

Rua da Restauração, 365

4099-023 PORTO — PORTUGAL

Telefone: (351) 22 608 83 00

Fax: (351) 22 608 83 01

E-mail: depinternacional@portoeditora.pt

Capa

Porto Editora

Ilustrações

Teresa Cavalheiro

José Manuel Soares

Jean Campiche

Grafismo

Jean Campiche

© Ministério da Educação e Cultura
da República Democrática de São Tomé e Príncipe

Concepção e Impressão no âmbito do Projecto de Iniciativa Acelerada de Educação para Todos (*FAST-TRACK*)
com financiamento da Associação Internacional para o Desenvolvimento (IDA) do Banco Mundial

Este manual faz parte de um conjunto de cinco documentos que visam auxiliar professores e alunos no processo de ensino-aprendizagem da 5.^a classe da educação básica:

- Manual de Língua Portuguesa
- Manual de Matemática
- Manual de Ciências Naturais e Sociais
- Sugestões Pedagógicas de Língua Portuguesa e Expressões (Educação Visual, Educação Musical e Educação Física)
- Sugestões Pedagógicas de Matemática e Ciências Naturais e Sociais

Os manuais de Língua Portuguesa, Matemática e Ciências Naturais e Sociais destinam-se a ajudar os alunos na aprendizagem dos conteúdos do programa da 5.^a classe, pelo que se deu grande cuidado à escolha dos textos e dos exercícios propostos. Esse cuidado procurou respeitar não apenas o nível etário e as etapas de desenvolvimento cognitivo dos alunos, mas também a realidade cultural da República Democrática de S. Tomé e Príncipe.

Um outro aspecto a que foi dado um relevo particular foi a escolha das ilustrações. Procurou-se que as ilustrações expressassem modos de viver a sociedade, a economia, a cultura e a Natureza do país e, simultaneamente, tornassem convidativo o estudo das matérias e a realização dos exercícios e actividades.

No respeito pela Lei de Bases da Educação da República Democrática de S. Tomé e Príncipe (Lei n.º 2/2003, de 2 de Junho), foi dominante a preocupação de acentuar a interdisciplinaridade e a transversalidade das diferentes áreas curriculares. Esta preocupação é particularmente relevante no que diz respeito à área de Desenvolvimento Pessoal e Social, cujos conteúdos são abordados transversalmente em todas as áreas curriculares sem esquecer que é na área das Ciências Naturais e Sociais que estes conteúdos podem ter maior destaque.

Esta preocupação é também particularmente evidente no que diz respeito à área das Expressões, que, tendo em conta a sua especificidade, é sobretudo desenvolvida nas Sugestões Pedagógicas apresentadas para os docentes.

Neste sentido, e considerando a legislação em vigor, são diferenciadas as seguintes áreas:

- Língua Portuguesa;
- Matemática;
- Ciências Naturais e Sociais (integrando de forma mais específica a área de Formação Pessoal e Social);
- Expressões – Educação Visual, Educação Musical, Educação Física.

As Expressões, apresentadas no manual de Sugestões Pedagógicas, surgem a par de opções metodológicas e exemplos de tarefas e actividades capazes de permitirem a consecução dos objectivos programáticos para essa área. Os manuais de Sugestões Pedagógicas de Língua Portuguesa e Expressões e de Matemática e Ciências Naturais e Sociais apresentam opções metodológicas, actividades, tarefas e exercícios que poderão ser desenvolvidos no contexto de sala de aula, numa perspectiva de transversalidade e articulação entre as diferentes áreas de aprendizagem.

Bom trabalho!

Educação Visual	3
Observar e representar	7
Ponto-linha	9
Forma	13
Textura	15
Módulo e padrão	17
Comunicação	21
Banda desenhada	24
Modelagem e escultura	28
Cor	30
Tecelagem	32
Educação Musical	35
Desenvolvimento auditivo	38
Teoria e código musicais	41
Criação e experimentação	44
Prática musical de conjunto	47
Educação Física	49
Objectivos gerais	50
Áreas do programa de Educação Física	51
Explicação dos conteúdos das áreas do programa	51

Educação Visual

Introdução

As actividades realizadas em Educação Visual podem fazer uma articulação com conteúdos programáticos de outras disciplinas. Embora se trate de uma disciplina distinta, pode ser desenvolvida tendo em conta temáticas das Ciências Naturais e Sociais, Matemática, Música e da Língua Portuguesa. Sugere-se que os docentes desenvolvam as actividades partindo de temáticas diversas para que o conhecimento seja englobado numa estrutura multidisciplinar.

Além das competências relacionadas com a comunicação visual, esta disciplina irá contribuir, ao longo do currículo, para o desenvolvimento de outras, tais como:

- capacidades linguísticas (além da linguagem oral, aquela através da qual exprimimos conceitos teóricos e que utilizamos em momentos de reflexão, de debates e de avaliação, o tipo de linguagem que esta disciplina pretende desenvolver é a linguagem visual, que se vai manifestar tanto na produção de objectos de expressão gráfica e plástica, bidimensional e tridimensional, como na leitura e interpretação de imagens e objectos naturais ou artificiais);
- capacidades psicomotoras (na realização das actividades de expressão plástica, os alunos terão de dominar materiais e ferramentas e de fazer convergir os seus gestos manuais com as suas intenções estéticas, de modo a obter os resultados desejados);
- criatividade (esta competência implica um conjunto de atitudes como a capacidade para resolver problemas e propor novas soluções, assumir ideias invulgares e de persistir para levar determinado trabalho ou acção até ao fim. Para que a criatividade se desenvolva é necessário criar um clima de confiança e acolhimento, de modo que o aluno se sinta à vontade para se exprimir);
- cooperação (em geral desenvolve-se esta competência em trabalho de grupo, dentro ou fora da sala de aula, em acções que implicam a partilha de espaço e materiais ou o alcançar de objectivos comuns).

As orientações pedagógicas para esta disciplina são apresentadas dando sugestões de materiais acessíveis. Todas as actividades poderão ser adaptadas a qualquer situação e a vários tipos de materiais de acordo com as capacidades económicas e geográficas das várias regiões, para que nenhum aluno fique prejudicado no desenvolvimento das suas capacidades ao nível da educação visual.

Muita da aprendizagem adquire-se através da observação e da discussão dos produtos realizados e das experiências. Desenvolvem-se, assim, as capacidades de concentração, a criatividade e o sentido crítico, ferramentas fundamentais do conhecimento.

Nesta disciplina deve-se valorizar e estimular a linguagem gráfica. Os conteúdos devem ser explicados oralmente e com exemplos gráficos. Assim, quando se tratam conceitos, os(as) professores(as), em colaboração com os alunos, devem fazer desenhos no quadro, mostrar exemplos em livros, imagens, relatar experiências, etc.

Para o bom desempenho das actividades é necessário algum material específico. A maioria dos trabalhos deve ser realizada em folhas soltas e lisas (sem linhas e sem quadrículas), com o formato mínimo A4.

Os trabalhos de Educação Visual devem ser expostos a toda a comunidade escolar para que todos possam partilhar as experiências realizadas, de forma que os alunos observem o seu trabalho e se sintam estimulados nas suas actividades. Periodicamente pode fazer-se uma selecção de trabalhos e uma mostra das actividades desenvolvidas a toda a comunidade escolar, com o devido cuidado de uma apresentação expositiva.

Avaliação

Os professores devem ter em conta a individualidade de cada aluno e deixar que estes desenvolvam a sua criatividade e capacidades visuais e motoras. Cada aluno tem o seu ritmo de aprendizagem, não devendo ser prejudicado nem enaltecido no caso de se encontrar num estágio de maior ou menor desenvolvimento.

Os alunos devem ser avaliados e classificados periodicamente de acordo com o nível de empenho e desempenho. Relativamente ao empenho, serão avaliados os comportamentos e atitudes na sala de aula em aspectos como a assiduidade, o relacionamento interpessoal, o interesse e o progresso realizado. Relativamente ao desempenho, serão avaliados as competências adquiridas, o domínio da técnica, a compreensão e aplicação dos conceitos (formas, cores e técnicas), a expressividade gráfica/ comunicação visual das ideias, a capacidade de executar projectos e o sentido estético.

A classificação dos trabalhos deve ser feita na parte posterior das folhas ou em local que não interfira com a estética do trabalho realizado pelo aluno.

Na sala de aula

A disciplina de Educação Visual pretende ser um espaço de experimentação, onde as aprendizagens não se baseiam somente em conceitos e em definições mas em experiências práticas que permitam o desenvolvimento dos domínios visual, motor e cognitivo.

Para que exista um bom ambiente de trabalho é preciso definir regras de funcionamento, de organização e divisão de tarefas. O professor pode organizar os alunos em pequenos grupos para partilharem materiais ou/e para terem mais espaço/suporte para o trabalho. Embora se exija concentração nas tarefas a executar, existem momentos em que se deve estimular a partilha de opiniões e de experiências entre os alunos. No espaço de trabalho deve existir exclusivamente o material a ser utilizado no projecto, para que os alunos tenham espaço para desenvolver as actividades.

Deve-se ter um especial cuidado na preservação dos trabalhos realizados nas aulas; como tal, sugere-se que no início do ano cada aluno crie uma capa própria para tal.

No final das actividades devem arrumar os trabalhos nas respectivas pastas e arrumar e limpar o espaço de trabalho.

Pasta para guardar os desenhos

Material:

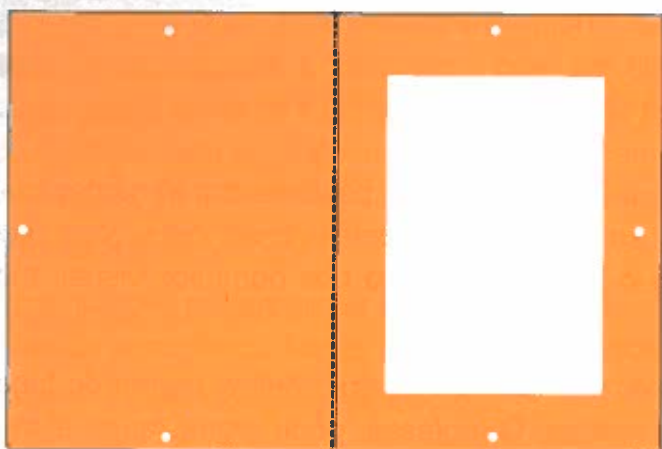
- Cartão ou cartolina
- Régua
- Furador
- Tesoura ou X-acto
- 6 fitas ou cordel
- Cola

A pasta deve ser de dimensão superior ao formato das folhas utilizadas.

Dobra-se ao meio o cartão, fazem-se 6 furos (3 de cada lado, como mostra a figura) e em cada furo ata-se uma fita. Quando a pasta está fechada, devem fazer-se laços para os desenhos não saírem.

Para a decoração: recortes de revistas, desenhos, papéis de embrulho, etc.

Na frente das pastas deve existir um espaço destinado à identificação dos alunos.



TEMÁTICA: OBSERVAR E REPRESENTAR

Em Educação Visual deve-se estimular a capacidade de VER, isto é, de observar com atenção tudo o que nos rodeia. Deve-se ter em conta que cada um vê e interpreta o mundo de maneiras diferentes, de acordo com a memória das suas experiências e conhecimentos. É através da observação que construímos o sentido das coisas, que aprendemos a ver e a comunicar.

Para registarmos visualmente o que observamos podemos utilizar diversas formas de representação: um esboço, uma pintura, uma fotografia, uma reprodução tridimensional, etc. Por exemplo:

Esboço

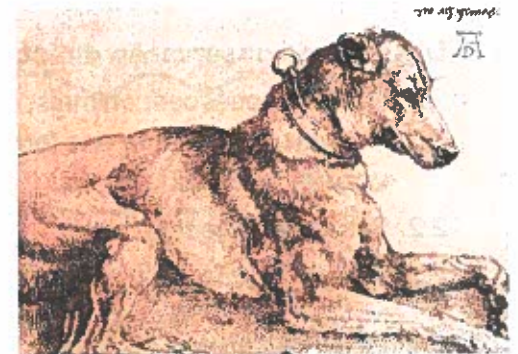
Esboçar é organizar no papel as formas e as respectivas proporções, registando com traços leves de uma forma global (sem entrar em pormenores) o que é observado.



Miguel Ângelo, c. 1500

Desenho

Desenhar é representar bidimensionalmente formas reais ou abstractas através de linhas, pontos e formas.



Albert Dürer, 1521

Pintura

Pintar é representar bidimensionalmente formas reais ou abstractas através da aplicação de pigmentos líquidos numa superfície a fim de a colorir.



Henri Matisse
Peixes Vermelhos, 1911



Escultura
são-tomense

Sugestão de actividades

No desenvolvimento desta temática deve promover-se a capacidade de observação e as várias formas de representação.

O(a) professor(a) pode pedir aos alunos exemplos de vários tipos de representação visual e suscitar a reflexão sobre as temáticas escolhidas. Nesta unidade pretende-se estimular a memória visual e desenvolver o sentido de observação, o conhecimento de técnicas artísticas e a compreensão da forma aparente dos objectos e da função das representações visuais. Esta temática é uma abordagem à gramática visual de forma a introduzir o aluno nas actividades a desenvolver na disciplina.

Desenho

Material:

- Lápis ou carvão

1. Desenho de memória e imaginação

- 1.1. Desenhar uma paisagem com ou sem casas de memória e tentar lembrar-se do maior número de pormenores.
- 1.2. Desenhar de memória uma pessoa que se conheça bem.
- 1.3. Desenhar de memória animais.
- 1.4. Desenhar emoções: alegria/zanga/ tristeza/felicidade.

2. Desenho de observação directa

- 2.1. Observar pessoas, animais, plantas, paisagens, nuvens, objectos, etc.
Analisar a geometria das formas observadas: proporções, forma, dimensões, fundo, largura, profundidade, etc.
- 2.2. Desenhar objectos.
- 2.3. Desenhar paisagem com vários planos (1.º plano, plano médio, plano de fundo).

Fases para realizar um desenho de observação – exemplo:



1.ª



2.ª



3.ª



4.ª

- 1.ª – Escolher e observar com muita atenção o objecto a representar (neste exemplo, uma flor).
- 2.ª – Esboçar a forma externa geométrica semelhante à forma do objecto.
- 3.ª – Esboçar os traços internos e de contorno de acordo com o observado.
- 4.ª – Depois de elaborado o esboço, acentuar os traços definitivos e desenhar os pormenores do objecto.

TEMÁTICA: PONTO – LINHA

Para a comunicação visual é fundamental conhecer os elementos formais: **ponto**, **linha**, **forma**.

Para este conhecimento é necessário ter conhecimentos de geometria, nomeadamente das formas geométricas básicas.

O **ponto** geométrico é invisível e indivisível, mas quando representamos um ponto este resulta do primeiro contacto do lápis com o papel.

Ponto → ●

A **linha** é um traço contínuo que tem só uma dimensão, que é a do comprimento.

Linha → _____

Mas pode ter várias características: a linha pode ser **recta**, **curva**, **quebrada**, **geométrica** ou **livre**.

Linha recta → _____

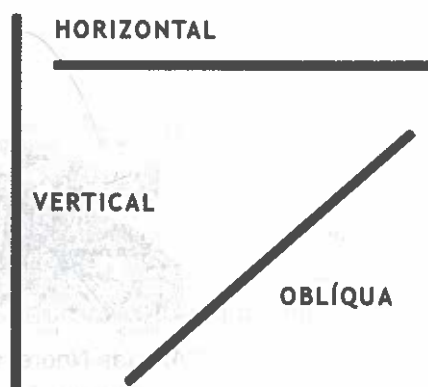
Linha quebrada → 

Linha curva → 

Linha geométrica → 

Linha livre → 

Em relação ao espaço, a **linha recta** pode ser **horizontal**, **vertical** ou **oblíqua**.



Quanto ao seu aspecto visual, a **recta** pode ser **curta** ou **longa**, **grossa** ou **fin**.

Quando representamos mais que uma **linha recta** elas podem ser **paralelas**, **perpendiculares** ou **concorrentes** entre si.

Rectas paralelas são aquelas que têm a mesma distância uma da outra em todos os seus pontos.

Linhas rectas paralelas →



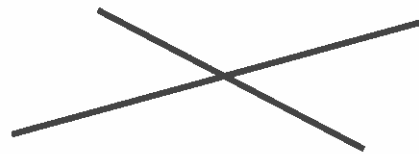
Rectas perpendiculares são aquelas que se cruzam fazendo um ângulo de 90°.

Linhas rectas perpendiculares →



Rectas concorrentes são aquelas que quando se cruzam formam ângulos agudos e obtusos opostos.

Linhas rectas concorrentes →



Exemplos de desenhos onde são visíveis os elementos formais (ponto, linha e forma):



David Hockney
Mãe, 1978



Almada Negreiros
Colombina, Arlequim e Pierrot, 1924

Sugestão de actividades

Os alunos devem identificar vários tipos de linhas a partir da observação do espaço envolvente. Estes conceitos geométricos são comuns à disciplina de Matemática, mas aqui devem ser exploradas a observação e a experimentação criativa. Para a construção das linhas geométricas será necessário o uso de régua e transferidor, mas este rigor só é preciso na aprendizagem dos conceitos e não nos desenhos criativos, em que se pode ser menos rigoroso.

1. Questão

- 1.1. Ao colocares o bico do teu lápis sobre o papel, obténs um elemento visual. Como se chama?
- 1.2. Geometricamente, o ponto tem dimensão, ou seja, tem largura e comprimento?
- 1.3. Em geometria, como é definido o ponto?
- 1.4. Se considerares o ponto como uma pequena forma, como o classificas quanto à sua grandeza ou tamanho?
- 1.5. Geometricamente, o que é uma linha?
- 1.6. Geometricamente, a linha possui apenas uma dimensão. Qual?
- 1.7. Como se chama o tipo de linha que obtemos quando ela segue sempre a mesma direcção?
- 1.8. Refere outros tipos de linhas.
- 1.9. Quais são as posições da linha recta no espaço?
- 1.10. O que é a linha de contorno?

2. Desenho

Deixar que os alunos observem formas do espaço envolvente para que tenham a percepção dos elementos que as constituem. Observar e representar graficamente, por exemplo, um ou mais objectos, uma paisagem, um edifício, uma planta, etc.

De seguida, identificar os elementos formais (pontos, linhas, etc.).

3. Pintar palavras

Material:

- Folhas de papel A4
- Lápis de grafite
- Lápis ou canetas de cor
- Régua
- Borracha

- 3.1. Desenhar quadrados com a mesma dimensão. Pode-se fazer um molde com um pedaço de cartão para desenhar três ou quatro quadrados numa folha de papel de forma a facilitar e tornar o trabalho mais rigoroso. Os desenhos podem ser feitos numa folha ou em folhas distintas. O quadrado não deve ter uma dimensão muito grande, no máximo 10 cm.

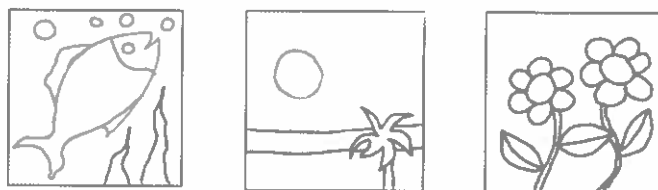
3.2. Ler um texto. Procurar nele palavras para realizar desenhos (por exemplo: sol, árvore, folha, flor, borboleta, abelha, etc.).

3.3. Realizar em cada quadrado um desenho simples com base em três palavras retiradas do texto. O desenho não deve ter muitos pormenores e deve ser feito à escala do quadrado.

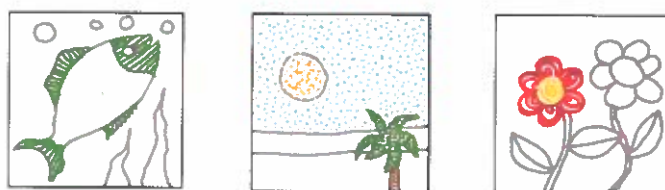
3.4. Preencher cada desenho com os seguintes elementos gráficos: ponto, linha, curva.

Exemplos:

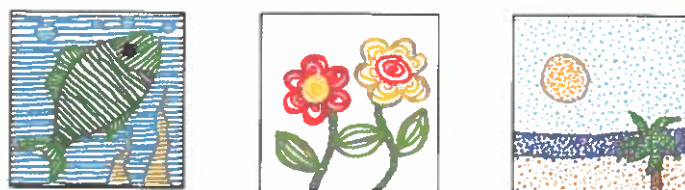
3.4.1. Fazer os desenhos a lápis.



3.4.2. Preencher e colorir os desenhos: um com traços paralelos, outro só com pontos, o outro com traços circulares e garatuja. Também poderão fazer outro desenho pintado com palavras, ou seja, preenchendo os espaços a colorir.



3.4.3. Depois de preenchido todo o quadrado, apagar o desenho inicial a lápis e observar o efeito das formas definidas pelos elementos gráficos.



No final teremos desenhos que parecem pinturas, utilizando os conceitos adquiridos.



TEMÁTICA: FORMA

A **superfície** é um espaço limitado, com comprimento e largura. Representa a parte interna das formas definindo uma área.

As **superfícies** podem ser **planas, curvas, interiores, exteriores, abertas e fechadas.**

A **linha** descreve uma **forma**. Na linguagem das artes visuais, a linha articula a complexidade da forma. Existem três formas básicas: **o quadrado, o círculo e o triângulo equilátero.**

O **quadrado** é uma figura de quatro lados, com ângulos rectos rigorosamente iguais nos cantos e lados que têm exactamente o mesmo comprimento.



O **círculo** é uma figura continuamente curva, cujo contorno é em todos os pontos equidistante de seu ponto central.



O **triângulo equilátero** é uma figura de três lados cujos ângulos e lados são todos iguais.



Todas as outras formas derivam da combinação destas formas básicas.

Todas as formas básicas expressam três direcções visuais básicas e significativas:

- o **quadrado**: a **horizontal e vertical**;
- o **triângulo**: a **diagonal**;
- o **círculo**: a **curva**.

Estas formas e as suas variantes, tal como o rectângulo, a oval e os vários triângulos irregulares, definem as superfícies.

Como se vê na imagem, apenas estão assinaladas algumas formas, podendo encontrar-se muitas mais.



Sugestão de actividades

Pode-se pedir aos alunos para em grupos ou individualmente trazerem imagens de revistas e em grupo ou individualmente observarem as formas que, tal como no exemplo apresentado atrás, definem essas imagens. Na Matemática e nas Ciências também são explorados elementos da forma.

1. Observação

Exercícios de observação: observar o ambiente, a comunidade, as construções, o património natural, objectos, o corpo humano, etc. Realizar desenhos e identificar as formas representadas.

2. Colagem

Recortar quadriláteros, triângulos e círculos de várias dimensões e fazer com eles composições criativas de forma a criar novas formas, como, por exemplo, casas, pessoas, árvores. Fazer colagens. As formas podem ser recortadas em folhas de bananeira e coladas sobre uma superfície de papel ou de cartão.

Devem usar-se várias formas e de diferentes tamanhos.

3. Colagem de herbário

O que é um herbário?

É uma colecção de plantas prensadas e secas, dispostas segundo determinada ordem e disponíveis para referência ou estudo.

Um herbário pode conter algumas centenas de exemplares colhidos num determinado local ou ser composto de muitos exemplares, acumulados ao longo de muitos anos e que documentam a flora de um ou mais continentes.

Material:

- Um pedaço de madeira
- Cartão canelado
- Cola
- Objectos pesados, livros, tábuas e pedras
- Folhas e flores

1. Apanhar folhas de árvores ou folhas caídas no chão.
2. Colocar cada folha entre duas camadas de cartão. Colocar sobre as folhas objectos pesados até secarem e ficarem bem espalmadas.
3. Observar as folhas e os seus elementos estruturais atendendo:
 - 3.1. à forma;
 - 3.2. às linhas interiores da folha;
 - 3.3. às características das margens.
4. Fazer colagens criativas com várias folhas de forma a representar uma imagem reconhecível. Pode-se também completar o desenho com lápis, cores, recortes de revistas ou tintas.

TEMÁTICA: TEXTURA

Falar em texturas nas artes é falar de um dos elementos visuais da forma.

As texturas são percebidas através da visão e do tacto.

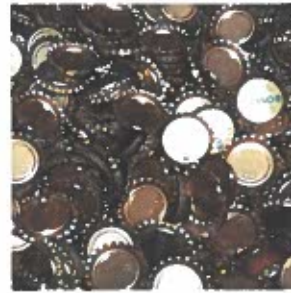
Podem ser macias, rugosas, lisas, ásperas, etc.

A textura é a caracterização da qualidade da superfície de uma forma.

Existem **texturas naturais** que são todas as superfícies texturadas criadas pela Natureza, resultantes da influência do meio ambiente. As **texturas artificiais** são todas as superfícies texturadas que o ser humano cria ou transforma utilizando materiais ou instrumentos.

Podemos apreciar e reconhecer a **textura** tanto por meio do tacto como por meio da **visão**, ou ainda pela combinação de ambos. É possível que uma textura não apresente qualidades tácteis, mas apenas visuais, como no caso das linhas de uma página impressa, dos padrões de um determinado tecido ou dos traços sobrepostos de um esboço.

Exemplos de textura:



Casca de ananás, rocha, caricas, malha de plástico



Relva, cordas, granito e redes de pesca

Sugestão de actividades

Através da visão e do tacto pode-se perceber a textura, mas por vezes a textura pode ser só visual. O professor pode questionar os alunos sobre as texturas de que eles se lembram ou sobre as existentes na sala de aula e através da percepção visual descobrir as suas qualidades e origem (se são naturais, artificiais, macias, moles, rugosas, duras, etc.). Os alunos também podem analisar de forma táctil as superfícies e descrever a forma da textura e as suas características.

Na disciplina de Ciências também é muito importante a caracterização das superfícies e das formas dos elementos da Natureza.

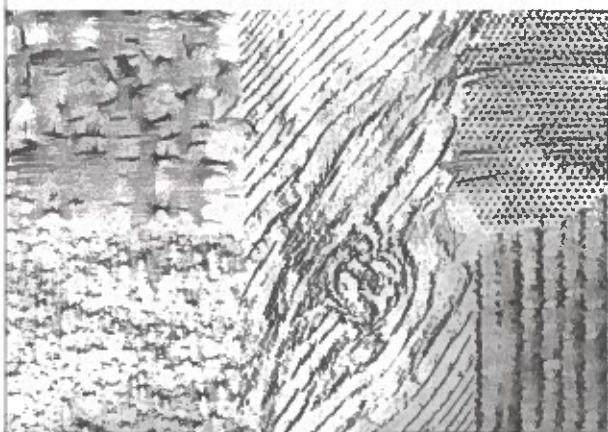
1. Decalque

Material:

- Folhas de papel
- Material riscador, que pode ser um lápis de cor ou de grafite ou até um pedaço de carvão

1.1. Colocar a folha de papel sobre várias superfícies e riscar sobre a folha de forma a reproduzir as características dessa superfície.

1.2. Escolher registos, rasgar fragmentos e elaborar composições criativas colando-as e associando desenho imaginativo.



2. Imagem táctil

Material:

- Folhas, areia, paus, tecidos, etc.
- Cola

2.1. Recolher vários elementos com texturas variadas.

2.2. Sobre uma superfície de cartão colar elementos com texturas, elaborando assim composições temáticas que representem algo de forma a serem perceptíveis à visão e ao tacto.



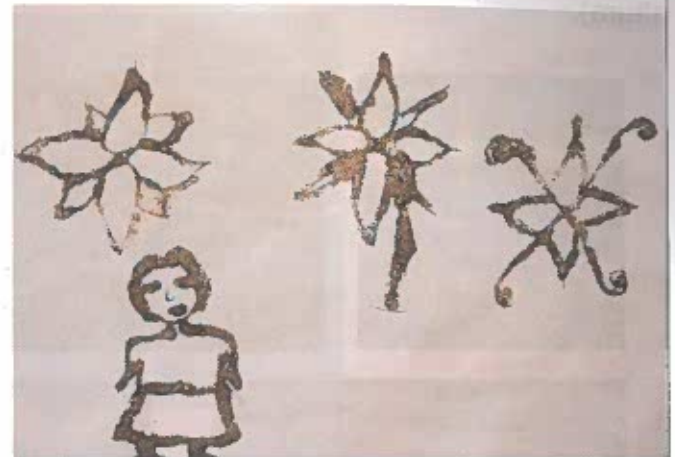
3. Desenho de areia

Material:

- 1 plástico grande, para não sujar a mesa e o chão
- 1 folha de papel
- 1 lápis
- Cola
- 1 garrafa cheia de areia

3.1. Proteger a mesa de trabalho com plástico.

3.2. O aluno faz um desenho no papel de carácter livre, pode ser uma árvore, casa, figura, etc.



3.3. Com um utensílio passar cola sobre o traço do desenho.

3.4. Esvaziar a garrafa de areia sobre o desenho, insistindo sobre todos os traços com cola.

3.5. Esperar um pouco até a cola secar.

3.6. Quando a cola estiver seca levantar a folha com cuidado e sacudir a areia que não ficou colada.

TEMÁTICA: MÓDULO E PADRÃO

Ao observarmos a Natureza, podemos ver que as folhas de uma árvore se repetem com formas muito semelhantes, diferindo apenas no tamanho. O mesmo acontece com as cores, as penas de um pássaro, etc.

A acumulação do **MÓDULO** forma um conjunto a que damos o nome de **PADRÃO**.

Podemos concluir que o termo **módulo** anda ligado à ideia de **estrutura** e o termo **padrão** liga-se à ideia de **organização formal**.

O **padrão** organiza-se pela repetição de um ou mais elementos – **módulo**.

Padrão regular é aquele onde o módulo se repete mantendo o mesmo intervalo entre si. **Padrão irregular** é quando o módulo se repete apresentando diferenças e não respeitando os intervalos regulares.

O **padrão visual** é um agrupamento de formas, organizado segundo uma estrutura previamente determinada, podendo ser regular, irregular, simétrico, assimétrico, natural ou construído pelo ser humano.

A organização formal do padrão pode ser:
Bidimensional (comprimento e largura) ou **tridimensional** (comprimento, largura e altura).



Exemplos de padrões visuais: tecidos africanos, casca de jaca, azulejos, sacos, edifício, quatro módulos de feijão colado em cartão.

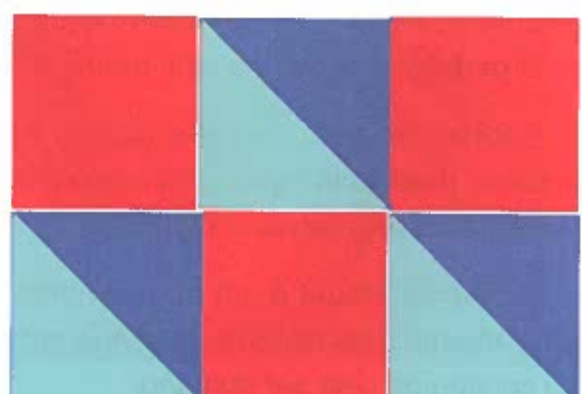
Módulo



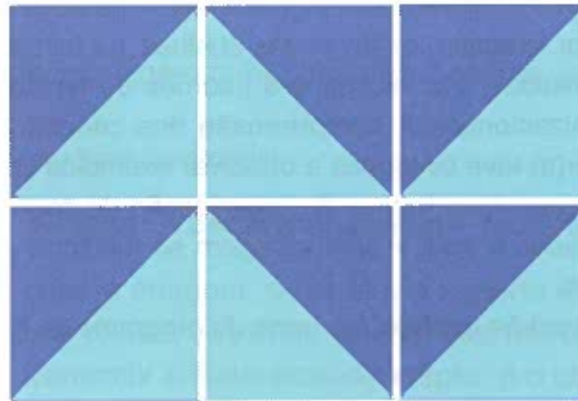
Segundo as regras mais comuns temos cinco casos básicos de organização formal de um padrão:

1. **Translação**, resultante da deslocação repetitiva de um elemento paralelamente a si próprio.

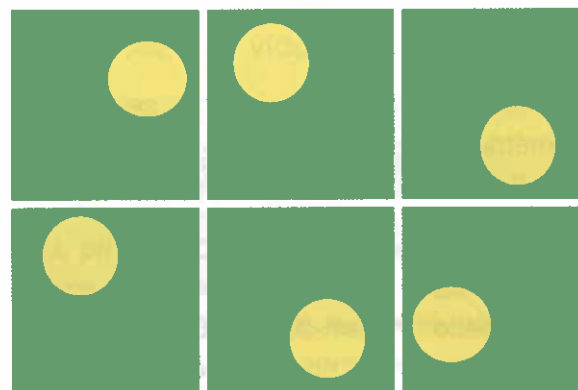
2. **Alternância**, resultante da distribuição alternada da cor ou de dois elementos distintos.



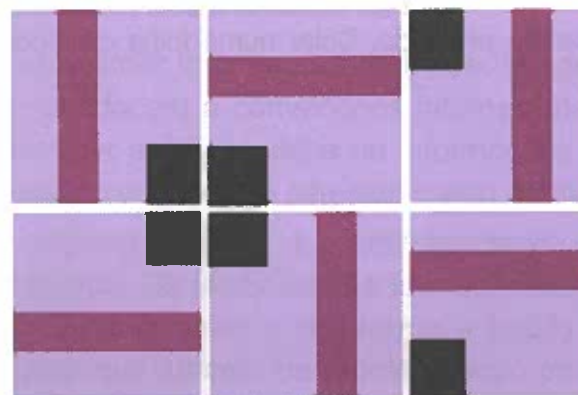
3. **Simetria**, correspondência de composição, de forma, de medida, em relação a um eixo entre os elementos de um conjunto ou entre dois ou mais conjuntos.



4. **Assimetria**, quando não existe a possibilidade de estabelecer um eixo de simetria na composição.



5. **Rotação**, resultante da organização repetida de módulos através de um movimento giratório em torno de um eixo.



Nota: Embora se tenha optado por utilizar módulos diferentes para fazer estas demonstrações de organização de padrões, um mesmo módulo com diferentes organizações pode formar vários padrões.

Sugestão de actividades

Para entender bem como a repetição de módulos forma padrões é necessário observar o que nos rodeia, como, por exemplo, os favos das abelhas, as telhas, os tecidos das roupas que os alunos trazem vestidas, etc. Muitos dos padrões de tecidos africanos baseiam-se nestas estruturas organizacionais. A compreensão dos conceitos de módulo e padrão requer que o(a) professor(a) leve os alunos a observar exemplos do meio envolvente. Mais importante do que saber as várias formas de organização de padrões é compreender que existem várias possibilidades e aqui a aprendizagem só funciona com a descoberta autónoma e não por definições.

A noção de módulo e padrão também faz parte do programa de Matemática.

1. Módulo

Material:

- Papel quadriculado
- Lápis de grafite
- Lápis ou canetas de cor
- Tesoura
- Cola

1. Os alunos elaboram diversos esboços para criarem o seu próprio módulo (é conveniente que utilizem formas geométricas nas suas composições de forma a facilitar a repetição). Depois de escolhido o melhor esboço atribuir cores distintas a cada forma integrante da composição.
2. Numa folha de papel quadriculado fazem-se quadrados aproveitando a quadrícula do papel, com 8 quadrados de lado. Fazem-se no mínimo 6 quadrados iguais. No interior desses quadrados passa-se o desenho rigoroso do módulo escolhido de entre os esboços realizados pelo aluno.
3. Pintar os seis módulos de forma igual.
4. Recortar os quadrados. Experimentar vários padrões rodando os quadrados, pondo-os paralelos, irregulares, etc.
5. No final, escolher o padrão preferido. Colar numa folha os módulos todos juntinhos de forma a criar o padrão.

TEMÁTICA: COMUNICAÇÃO

A imagem e a comunicação visual

Existem vários tipos de linguagem para comunicar: escrita, oral, visual, gestual, auditiva, etc.

Para haver comunicação tem de existir:

emissor – canal/mensagem – receptor

O emissor é quem produz a imagem, o canal é o suporte da imagem (pode ser um cartaz, uma fotografia numa revista ou jornal, uma pintura mural, etc.), a mensagem é o que a imagem pretende transmitir e finalmente o receptor é o observador da imagem.

Quando falamos de comunicação visual referimo-nos, concretamente, à comunicação por imagens. Existem vários tipos de imagens, as animadas e as fixas:

As imagens animadas têm as seguintes características:

- simbólicas – a mímica, a postura, o gesto e os fantoches;
- reais, imaginárias e simbólicas – no vídeo, no cinema, no teatro e na televisão.

As imagens fixas têm as seguintes características:

- reais – desenho, diaporama, fotografia e mapas;
- simbólicas – sinais, signos, escrita, índices;
- imaginárias – escultura, pintura, banda desenhada, máscaras.

Quando comunicamos emitimos sinais e a esses **sinais** que contêm uma significação dá-se o nome de **signos**. Quando comunicamos com a linguagem visual utilizamos **signos visuais**.

Códigos visuais

O **código** é o sistema de comunicação que permite transmitir a mensagem.

Os códigos visuais abordados nesta unidade são:

SINAIS – servem para transmitir informações úteis, são imagens previamente estabelecidas, que obedecem a convenções internacionais e com um valor universal. Podem ser avisos, ordens ou informações. Para se interpretar um sinal é necessário conhecer o seu significado (código).

SÍMBOLOS – formas (signos) visuais a que arbitrariamente convencionamos atribuir um significado. Os símbolos são formas visuais que estabelecem uma correspondência entre a sua forma e aquilo que representam. São mensagens que através da representação por imagens evocam instituições, ideias ou sentimentos. Um símbolo pode ter uma interpretação universal, mas por vezes temos de saber o que representa para poder ser identificado.

PICTOGRAMA – é um símbolo que representa um objecto ou conceito por meio de desenhos figurativos.

Sugestão de actividades

Pretende-se que os alunos compreendam a importância da imagem e da sua eficácia na comunicação. Tal como um velho ditado diz, por vezes **uma imagem vale mais que mil palavras**.

1. Sinais e símbolos

- 1.1. Pedir aos alunos que elaborem esboços de sinais, símbolos e pictogramas com o objectivo de os colocar em locais específicos da escola – por exemplo para sinalizar as casas de banho, os locais de refeições e indicações várias, de forma que a imagem elaborada comunique a informação pretendida. Depois dos alunos realizarem os seus desenhos, a turma em conjunto, ou em grupos mais pequenos, deve avaliar o trabalho realizado e seleccionar a imagem mais criativa e objectiva, tendo em conta a mensagem que se pretendeu transmitir. Essa imagem deverá depois ser realizada em materiais resistentes, de modo a ser colocada nos lugares escolhidos.

2. Maquete

- 2.1. Fazer uma maquete de uma povoação com materiais reciclados (caixas, latas, cartão, embalagens, etc.) e construir a sinalética (sinais de trânsito, hospital, escola, etc.), de forma que os alunos aprendam e reconheçam o seu significado.



3. Cartaz

- 3.1. Elaborar cartazes para diversas situações, como, por exemplo, festas temáticas, uma exposição na escola, informativos, etc.

O que é necessário para fazer um cartaz?

Para que o cartaz seja eficaz é preciso que tenha uma boa leitura visual.

Para isso devem considerar-se os seguintes pontos:

- A. O tema (deve escolher-se um só assunto por cada cartaz).
- B. O *slogan* (a mensagem do cartaz deve ser curta e sugestiva).
- C. A imagem (é o mais importante na transmissão da mensagem. Deve reforçar a principal ideia que se pretende transmitir).

O espaço ocupado pelo texto deve ser menor do que o espaço ocupado pela imagem. As letras do texto podem ser feitas à mão, recortadas de jornais e revistas e coladas, com moldes, etc. Devem escolher-se letras simples e fáceis de ler.

Podem destacar-se palavras ou frases, recorrendo a diferentes estilos, tamanhos ou cores. A cor do texto deverá contrastar com a cor do fundo para que as palavras sejam legíveis.

É uma ideia original que cria o impacto visual.

TEMÁTICA: BANDA DESENHADA

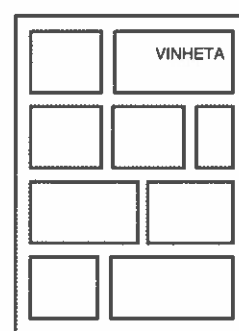
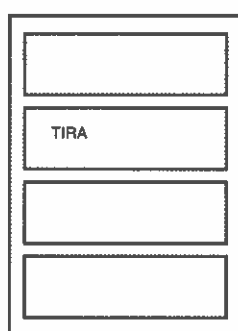
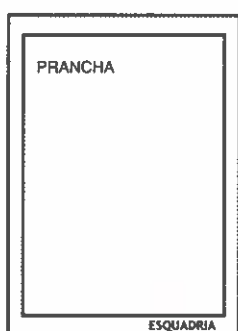
Na banda desenhada (BD) a história é narrada por uma sequência de imagens acompanhadas de pequenos textos e diálogos entre as personagens.

Para se compreender e construir uma BD é necessário saber algumas denominações e códigos.

PRANCHA: é a página de BD formada por tiras de vinhetas e conta uma história completa ou parte dela.

TIRA: é rectangular, horizontal ou vertical. É composta por vinhetas (os quadrinhos desenhados) que nos narram um fragmento de uma história.

VINHETA: é um quadrinho desenhado. Neste espaço é representada a sequência da história. Pode ter forma rectangular ou quadrada.



BALÃO: utiliza-se para exprimir sentimentos, pensamentos e diálogos das personagens. O balão normal pode ser um espaço com forma oval, com ponta e cheio de texto, que se coloca nas vinhetas.

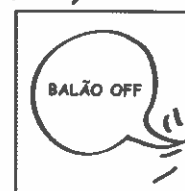
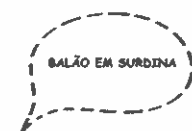
BALÃO CRUZADO: utiliza-se quando a disposição das personagens não coincide com a ordem do diálogo e da leitura.

BALÃO DE PENSAMENTO: utiliza-se este balão para dar a saber o que a personagem está a pensar. Substitui-se a ponta do balão por um série de círculos.

BALÃO DE SURDINA: utiliza-se este tipo de balão para diálogos ou monólogos em voz baixa.

BALÃO DE FALA COLECTIVA: utiliza-se este tipo de balão quando são várias personagens a falar.

BALÃO "OFF" (não se vê a personagem): utiliza-se este tipo de balão quando não se vê a personagem, para as vozes que chegam fora da vinheta. Leva a ponta para fora do quadrado.



BALÃO DE FALA ALTO OU BALÕES ELECTRÓNICOS: são balões alusivos a uma descarga eléctrica, a robôs, computadores, rádios, televisores, *walkie-talkies*, etc.



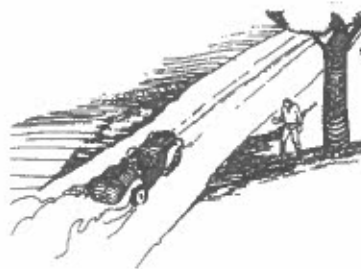
Para elaborar uma banda desenhada tem de se ter também a noção dos **planos de visão** e dos **ângulos de visão**.

PLANOS DE VISÃO

Plano geral – caracteriza o ambiente em que se desenrola a cena.



Plano de conjunto – localiza as personagens no cenário.



Plano médio – as personagens têm praticamente a altura da vinheta.



Plano americano – as personagens aparecem cortadas aproximadamente à altura dos joelhos.



Plano aproximado – as personagens aparecem cortadas pela cintura.



Primeiro plano – a personagem aparece cortada pelos ombros.



Grande plano – Apenas se vê o rosto.



Plano de pormenor – Identifica um pormenor importante da cena.

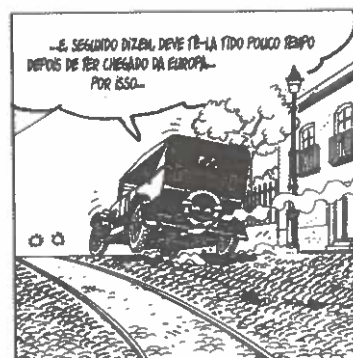


Ângulos de visão

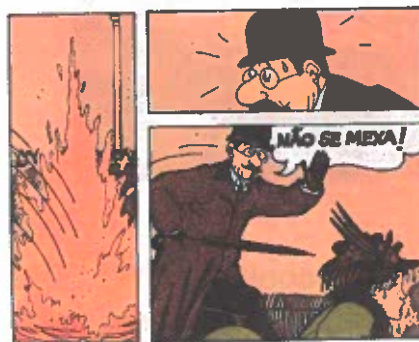
Frontal – ao nível dos nossos olhos.

Picado – a cena é vista de cima para baixo.

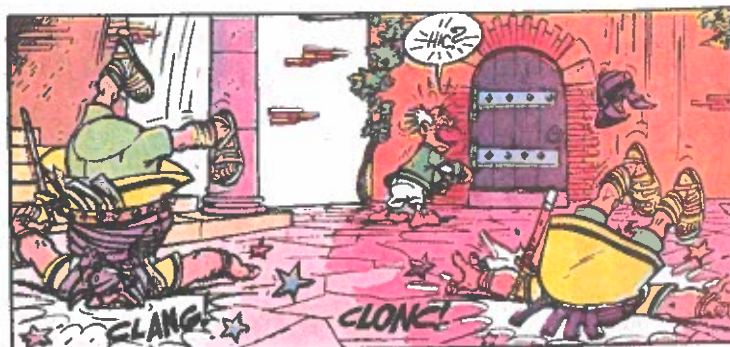
Contrapicado – a cena é vista de baixo para cima.



Signos cinéticos – são pequenos traços que se usam para representar graficamente o movimento das figuras.



Onomatopeias – São palavras desenhadas que reproduzem um determinado som. Utilizam-se para representar graficamente os sons ou ruídos. VRRRROOOOMMMMM!!!! BOOOOOMMMM! TTTTTiiiiiiiiNÓNiiiiiiiiiii, etc.



Como fazer uma BD

A ideia – tipo de história: cómica, séria, real, histórica, etc.

O guião – planificação da BD.

- Para fazer uma BD começa-se por se escrever a história ou parte-se de uma história já existente e elabora-se um guião.
- Para fazer o guião deve seguir-se o exemplo seguinte e repetir o esquema para o número de vinhetas que a BD irá ter.

VINHETA	DESCRIÇÃO	DIÁLOGOS E TEXTOS DE APOIO
Indicar o número da vinheta	Descrever o desenho a realizar nesta vinheta: personagens, ambiente físico, acções, objectos, etc. Referir também as indicações técnicas: tipo de plano a utilizar, ponto de vista, existência de linhas de movimento, onomatopeias, etc.	Descrever os textos que aparecem na vinheta, nomeadamente os textos de apoio e os textos dos diálogos das personagens, que devem ser escritos nos balões.

- Criar as personagens: tipo (humano ou animal), características principais, expressão e esboços (desenhos sobre a personagem).
- Fazer a prancha – organizada em vinhetas.

Sugestão de actividades

Esta temática é também abordada na Língua Portuguesa. Sugere-se que se elabore o guião nessa disciplina e que se realize a parte gráfica na disciplina de Educação Visual.

Na elaboração de uma BD deve-se ter em atenção a quantidade de texto, que deve ser o menor possível pois a imagem “dirá” o que falta.

1. Pedir ao aluno que represente em BD um dia da sua vida; pode ser um dia especial ou um dia normal, criando uma sequência de actividades, lugares, diálogos, etc., provenientes da sua vivência.
2. Realizar uma BD a partir de um texto trabalhado em Língua Portuguesa.
Este trabalho pode ser elaborado em pequenos grupos onde os alunos em conjunto criem as personagens e os ambientes.

TEMÁTICA: MODELAGEM E ESCULTURA

A arte africana destaca-se pela escultura, especialmente em madeira. Além das divindades antropomórficas, têm especial interesse as máscaras rituais. As esculturas mais antigas são da cultura Nok (cerca de 500 a. C.), no território onde actualmente se encontra a Nigéria.

Vários materiais prestam-se à arte da escultura, uns mais perenes, como o bronze ou o mármore, outros mais fáceis de trabalhar, como a argila, a cera ou a madeira. Embora possam ser utilizados para representar qualquer coisa, ou até coisa nenhuma, tradicionalmente o objectivo maior foi sempre representar o corpo humano ou divindades. A escultura é considerada a terceira das artes clássicas.



Em barro, cerâmica, madeira e pedra, a escultura implica a existência de tridimensionalidade, isto é, o objecto tem de ter altura, largura e comprimento, ou seja, volume ou relevo.

Existem várias técnicas para trabalhar com os materiais, como o cinzelar, o fundir, a modelação e a aglomeração de materiais diversos para criar o objecto. Cinzelar é retirar a um bloco de material o que excede a figura desejada. Para isso utilizam-se ferramentas, como acontece no caso de escultura em madeira ou pedra. A fundição é quando se derrama metal quente em estado líquido para moldes com a configuração da figura pretendida. A modelação tem lugar quando se agrega material maleável, como a argila, até se obter o efeito desejado.

Sugestão de actividades

Com as pastas moldáveis é possível fazer cabeças de fantoches, bonecos, animais, enfeites, etc.

1. Massa de sal

Material:

- Farinha
- Sal grosso
- Água
- Almofariz
- Copo medidor
- Tinta
- Pincel

1.1. Em primeiro lugar fazer a massa de sal como indicado na receita.

Ingredientes: 2 copos de farinha, 1 copo de sal, 1 copo de água.

Num recipiente deitar a farinha e o sal.

Junta-se a água lentamente e misturar muito bem. A massa não deve ficar com grumos ou bolhas de ar. Se for necessário adicionar mais água.

Trabalhar a massa e fazer formas diversas, como bonecos, letras, etc.

Levar ao forno para cozer a massa.

Depois, pintar ou adicionar elementos decorativos.

2. Pasta de papel

Material:

- Papel e cartão
- Pano
- Água
- Cola de madeira (branca)
- Balde ou alguidar

2.1. Cortam-se pedacinhos de papel e cartão (de embalagens fininhas) para dentro de um balde.

2.2. Junta-se água e deixa-se ficar até o papel se desfazer.

2.3. Com a mão, retira-se o papel amolecido para dentro de um pano. Aperta-se bem o pano para que toda a água saia.

2.4. Coa-se a água do balde com um passador, aproveitando-se assim todos os pedacinhos de papel.

2.5. Coloca-se a massa de papel num recipiente e junta-se um pouco de cola de madeira (branca). Amassa-se bem e utiliza-se de imediato.

3. Construções

Material:

- Todo o tipo de “lixo” (caixas de fósforos, garrafas de plástico, embalagens variadas, cola, cordas, etc.), cola, cordéis, pregos, tintas, x-acto ou faca, tesoura, martelo, pincéis, etc.

3.1. Escolher peças de desperdício que interessem, conforme o objecto idealizado por cada aluno.

3.2. Fixar as diversas partes com o auxílio de cordéis, cola, pregos, etc.

3.3. Decorar os objectos construídos com pintura ou colagens.



TEMÁTICA: COR

A **cor** é uma sensação visual perceptível pela existência de luz.

A **cor pigmento** é constituída por matérias colorantes que podem ser de origem natural ou artificial.

Pigmento é corante seco, geralmente em pó. Existem pigmentos naturais (orgânicos e inorgânicos) e sintéticos.

Cores primárias (pigmento) – identificam-se três cores básicas:

O AMARELO



O VERMELHO (magenta)



O AZUL (ciano)



Cores secundárias (verde, roxo e cor-de-laranja):

Azul  + Amarelo  = Verde 

Magenta  + Azul  = Roxo 

Amarelo  + Magenta  = Cor-de-laranja 

Com estas três cores primárias resultam todas as outras cores.

A **cor** transmite sensações: frio e calor.

CORES FRIAS**CORES QUENTES**

Sugestão de actividades

Os(as) alunos(as) podem fazer experiências de adição de cores com lápis de cor, canetas de feltro ou com tintas para descobrirem que cores surgem com a mistura ou a sobreposição.

Os professores podem desenvolver um diálogo onde vão analisando as sensações que as cores transmitem, como, por exemplo: o branco associa-se à paz, à pureza, o vermelho ao amor, o verde à esperança, o roxo à tristeza, etc.

Os alunos podem fazer pinturas colectivas em papéis ou cartões de grandes dimensões ou até nalguma parede da escola reservada para o efeito, utilizando as cores primárias e o branco e o preto. Caso não seja possível arranjar tintas de cores, sugerimos que se façam experiências a têmpera.

1. Têmpera

A têmpera foi bastante utilizada na Idade Média. É uma forma de fabricação de tinta que pode ser experimentada na sala de aula para produzir pinturas.

Material:

- 1 gema de ovo (sem a película)
- 1 colher de café de pigmento (pode ser terra, pó de café, pó de giz, pó de tijolo, pó de plantas secas, pó de açafião, etc.)
- 1 gota de óleo de cravo ou vinagre – que não deixa que a gema se estrague
- Água

1.1. Prepare os pigmentos, que podem ser extraídos de plantas, giz, tijolo, etc., e triture-os num almofariz até ficarem reduzidos a pó muito fino.

1.2. Quebre o ovo e separe a gema da clara. Tenha o cuidado de tirar a película muito fina que envolve a gema. Pode colocar a gema numa peneira para retirar a película.

1.3. Acrescente o pigmento, algumas gotas de óleo ou de vinagre e por último a água.

1.4. Faça várias tintas com vários pigmentos de cores diferentes.

1.5. A tinta resultante terá relativa opacidade (menor que guache, maior que aguarela) e pode ser diluída à vontade. Esta tinta tem aderência em vários suportes, pode ser aplicada sobre madeira, tecido, papel, cartão, etc. Realize pinturas e experiências de misturas de cores para melhor compreender o fenómeno da adição de cores.



TEMÁTICA: TECELAGEM

A tecelagem é conhecida por ser uma das formas de artesanato mais antigas ainda presente nos dias de hoje.

Há cerca de 12 000 anos, na Era Neolítica, os primeiros seres humanos usavam o princípio da tecelagem entrelaçando pequenos galhos e ramos para construir barreiras, escudos ou cestas. A teia de aranha ou ninho de pássaros podem ter sido as fontes de inspiração para este trabalho. Uma vez que essa técnica já era conhecida, é muito provável que a Humanidade tenha começado a usar novos materiais para produzir os primeiros tecidos rústicos e, mais tarde, o vestuário.

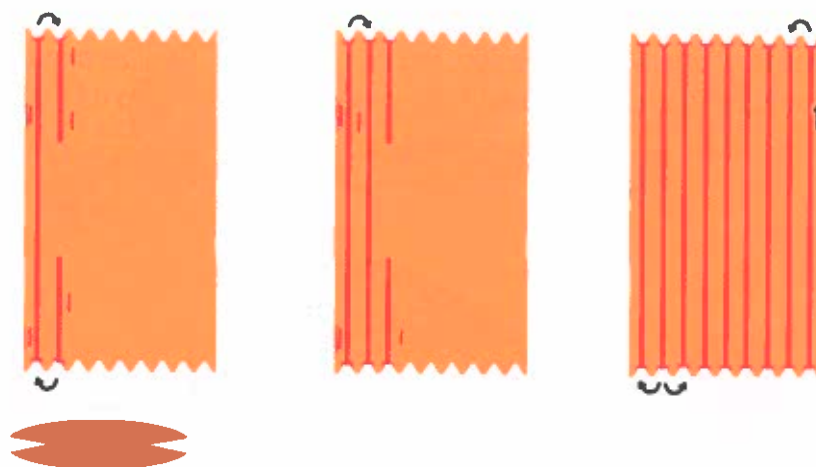
Existem vários tipos de teares; provavelmente, o primeiro tear foi uma simples estrutura vertical construída de galhos, no qual os fios eram pendurados e tensionados. Outros fios eram então entrelaçados manualmente, a um certo ângulo daqueles já tensionados, criando um tecido rústico. Aos Gregos é atribuída a transferência do tear de posição vertical para a horizontal e aos Egípcios a fixação dos fios de urdume em dois galhos a fim de poderem ser separados de modo a facilitar o entrelaçamento dos fios.

Pouco progresso técnico foi feito até ao século XIX, época em que se iniciou a tecelagem industrial.

Na tecelagem manual o tecido é o resultado do entrelaçamento dos fios, através da urdidura (fios no sentido vertical no tear) e da trama (fios na horizontal).

Para fazer tecelagem é necessário o seguinte material:

- Tear
- Pente – serve para ajustar os fios da trama para tornar o tecido mais compacto.
- Agulha – serve para rematar as pontas e montar o trabalho.
- Navete – é uma régua de madeira com abertura em cada extremidade e serve para enrolar o fio.
- Tesoura – serve para cortar os fios.



A tecedura consiste na passagem alternada do fio da trama por baixo e por cima dos fios da teia, em sentido perpendicular a estes.

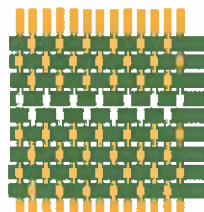
Sugestão de actividades

Pode aproveitar-se a tradição dos teares e optar por fazer tecelagem com essa técnica. O mesmo acontece para a cestaria. Ou convidar um artesão que trabalhe nesta área ou em cestaria para ir à escola ensinar a sua arte. Assim, transmite-se e ensina-se a cultura do país.

1. Tear

Material:

- 1 rectângulo de cartão
- Tesoura
- Fios
- Agulha
- Pente



- 1.1. Num pedaço de cartão, desenhar um rectângulo (20 cm x 12 cm ou outras medidas de acordo com o trabalho a fazer).
- 1.2. Divide-se sobre o comprimento de centímetro a centímetro e traçam-se as linhas.
- 1.3. Em cada uma das extremidades, sobre a largura e em cada linha, fazer um recorte no início desta.
- 1.4. Com o fio, montar a teia. O fio da teia deve ficar muito bem esticado.
- 1.5. Iniciar a tecelagem passando o fio da trama pelo fio da teia alternadamente por cima e por baixo.
- 1.6. À medida que se vai tecendo, ajustar os fios da trama com o auxílio de um pente.
- 1.7. Pode-se tecer com fios variados e de cores diferentes e formar desenhos.
- 1.8. No final arrematar as pontas e desmontar a tecelagem do tear.

2. Cestaria

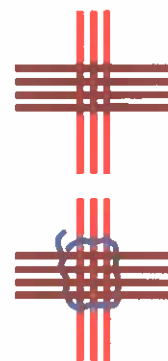
Material:

- Junco, palha, madeira ou verga, corda de bananeira, etc.
- Tesoura ou faca

- 2.1. Separe fios para começar a entrançar.

Coloque na mesa quatro fios (fios 1 a 4), uns ao lado dos outros, com uma distância de aproximadamente 2 cm entre eles.

- 2.2. Pegue o fio 5 e comece a entrançar perpendicularmente aos outros quatro, na parte central. Passe por cima do fio 1, por baixo do fio 2, por cima do fio 3 e por baixo do fio 4. Pegue o fio 6 e repita a operação, dessa vez começando por baixo do fio 1, por cima do 2, por baixo do 3 e por cima do 4. Entrance o fio 7 da mesma maneira que fez com o fio 5.



- 2.3. Pegue num outro fio e comece a entrançar, passando por baixo do fio 1, por cima do 2 e assim sucessivamente.
- 2.4. Continue entrançando até atingir o tamanho da cesta desejado.
- 2.5. Quando tiver o tamanho certo, faça os remates escondendo as pontas que sobram.

Recursos para Educação Visual

Materiais	Pigmentos	Matérias
Papel Pincéis Lápis Marcadores Lápis de cor Esquadro Régua Transferidor Compasso Guaches Cola Tesoura Borracha	Chá Café Carvão Açafrão Telha Barro Folhas Flor de hibisco Sementes Etc.	Folha de bananeira Corda de bananeira Folha de milho Pedras Areia Conchas Madeira Serradura Folhas secas Escamas de peixe Cascas de coco Barro Etc.

Cola de farinha

Ingredientes:

- 7 colheres de sopa de farinha
- 1 colher de sopa de vinagre
- 1 litro de água

Modo de preparar:

Ferva 3/4 da água numa panela grande. Misture separadamente numa tigela 1/4 da água fria com a farinha até dissolver totalmente. Junte a mistura com farinha, adicione o vinagre à água a ferver e mexa durante 5 minutos até engrossar.

Educação Musical

Introdução

Por razões de natureza prática, nomeadamente as que se prendem com a organização do trabalho a realizar com os alunos na sala de aula, optámos por transcrever aqui os princípios orientadores que integram o programa da área da Expressão Musical para as 5.ª e 6.ª classes.

Com efeito, se as sugestões pedagógicas que aqui se apresentam assentam nesses princípios orientadores, deverão ser estes, igualmente, a estar na base das actividades a realizar. É muito importante que os professores, na sua prática pedagógica, se sintam à vontade e motivados para criarem as actividades e os jogos musicais a trabalhar com o seu grupo de alunos – pois só assim poderão ir ao encontro das características e necessidades desse mesmo grupo –, mas é igualmente importante que na planificação do trabalho a desenvolver não percam de vista os princípios que os devem orientar, pois eles assumem uma enorme importância para a prossecução dos objectivos propostos.

PRINCÍPIOS ORIENTADORES

Tendo em conta que o saber musical é, sobretudo, um saber-fazer (musical), que associa de forma inseparável o saber técnico e teórico a todo um leque de competências corporais e sensoriais, que vão desde as vocais às motoras, passando de forma indispensável e central pelas auditivas, o alargamento desse saber terá de passar, obrigatoriamente, por essas duas dimensões.

Assim, o Programa de Educação Musical para as 5.ª e 6.ª classes, assentando numa lógica de continuidade relativamente ao programa para os 4 primeiros anos de escolaridade, tem como principal preocupação a consolidação dos conhecimentos anteriores e o contínuo desenvolvimento das competências artístico-musicais.

Tal preocupação reflecte-se, desde logo, na selecção dos domínios em torno dos quais o presente programa se desenvolve, os quais surgem do incremento lógico dos domínios estruturadores do programa anterior, e que, à semelhança deles, deverão ser trabalhados de forma integrada.

Por outro lado, esta preocupação de consolidação e aprofundamento vai reflectir-se na metodologia a utilizar no contexto desta área curricular e no grau de dificuldade das tarefas a desempenhar.

Quanto à metodologia, os exercícios deverão levar os alunos a uma maior reflexão, implicando uma permanente articulação entre o domínio da teoria e técnica musicais e o domínio do sensorial. Ainda quanto à questão da metodologia – e partindo do princípio de que a Educação Musical foi trabalhada ao longo dos 4 anos anteriores nos moldes sugeridos nas respectivas orientações pedagógicas –, deixamos agora de utilizar a “estrutura de aula” em que assentou o trabalho ao longo desses 4 anos, insistindo na autonomia do professor para organizar e gerir este espaço, desde que não deixe, obviamente, de trabalhar, em cada aula, os vários domínios em torno dos quais se deverá desenvolver o trabalho de Educação Musical das 5.ª e 6.ª classes.

Sugere-se, ainda, que se aposte mais fortemente no trabalho autónomo dos alunos, estimulando e incentivando a procura, exploração e criação de recursos susceptíveis de serem utilizados numa perspectiva de produção musical. Lembramos ainda que, a este propósito, um trabalho realizado em cruzamento com as outras áreas curriculares será, certamente, muito enriquecedor para todas elas.

Quanto ao grau de dificuldade das tarefas a desempenhar, pretende-se valorizar as capacidades performativas dos alunos, o que se traduzirá, nomeadamente, numa maior complexidade das peças a executar e das tarefas a desempenhar.

Posto isto, propõe-se que o trabalho a desenvolver nas 5.^a e 6.^a classes ao nível da Expressão Musical se organize em torno de quatro domínios, mas sempre, insistimos, numa lógica integradora e não de compartimentação:

- Desenvolvimento auditivo (já contemplado no programa dos anos anteriores).
- Teoria e código musicais (contemplado no programa anterior como “Representação do som”).
- Criação e experimentação (contemplado no programa anterior sob a designação de “Experimentação, expressão e criação musical”, mas abrangendo agora também aspectos que integravam os domínios “Voz” e “Instrumentos”).
- Prática musical de conjunto (abrangendo, sobretudo, os domínios designados no programa dos anos anteriores por “Voz” e “Instrumentos”).

Transcritos aqui os Princípios Orientadores que deverão presidir ao trabalho a desenvolver na área da Educação Musical, importa agora centrarmo-nos na operacionalização de tudo isto. Como é que deverão ser organizadas e dinamizadas as aulas?

Existem alguns aspectos que nos parece importante assinalar:

1. As aulas de Expressão Musical devem acontecer de forma continuada e regular ao longo do ano lectivo, com um ritmo de uma aula por semana.
2. Cada aula deverá ter a duração média de 50 minutos (não deverá ultrapassar os 60 minutos, nem ter uma duração inferior a 40).
3. Deve existir um dia fixo na semana para a aula de Educação Musical. Todavia, numa lógica de interdisciplinaridade e de optimização dos recursos, deverá existir alguma flexibilidade quanto ao momento da sua realização. Com efeito, poderá fazer todo o sentido deslocar a aula de Música de um dia para outro da semana, de forma a cruzá-la com uma outra área de conteúdo (a Matemática, o Português, etc.), dando maior sentido às aprendizagens. De igual modo, poderão existir outras situações que justifiquem esse deslocamento: a visita de um músico à escola (sendo a aula de Música dinamizada de forma a articular determinados conteúdos e/ou actividades com aquilo que o visitante tem para oferecer); a preparação da visita a uma outra escola para assistir a um concerto organizado pelos colegas dessa escola (a aula acontecerá antes da visita se for necessário preparar alguma actividade a incluir no evento, e terá lugar depois da visita se for pertinente analisar, comentar e/ou reproduzir algumas das actividades que aí tiveram lugar).
4. Cada aula de Educação Musical deve contemplar os quatro domínios enunciados nos Princípios Orientadores:
 - Desenvolvimento auditivo
 - Teoria e código musicais
 - Criação e experimentação
 - Prática musical de conjunto

Significa isto que, em cada aula de Música a dinamizar, deverão ser incluídas actividades relacionadas com todos estes domínios, de forma que nenhum deles fique por trabalhar. Tal não significa que para cada domínio haja uma actividade específica, sendo necessárias,

pelo menos, quatro actividades diferentes por aula. Sabemos que uma determinada actividade pode abranger mais do que um domínio. O que é, de facto, importante, é que em todas as aulas sejam trabalhadas e desenvolvidas competências que digam respeito a cada um destes domínios, e que isso aconteça tanto quanto possível de forma integradora.

Finalmente, e ainda no quadro destas sugestões iniciais, parece-nos pertinente que a 5.ª classe seja, do ponto de vista do repertório musical a trabalhar, consagrada à música são-tomense. Depois de 4 anos de escolaridade dedicados, sobretudo, às canções do repertório infantil, tão ricas e importantes pelas vivências e aprendizagens que proporcionam, faz todo o sentido centrarmo-nos agora na música que está, de forma directa, relacionada com a cultura e tradições são-tomenses, para que, através da sua vivência em contexto escolar, as crianças a valorizem e encontrem formas de a divulgar.

Feita esta introdução, vamos, seguidamente, e com um carácter exemplificativo, sugerir algumas actividades susceptíveis de serem desenvolvidas com os alunos deste grau de ensino, insistindo na legitimidade e na necessidade de o(a) professor(a) inventar e sugerir outras actividades que, obviamente, contribuam para a prossecução dos objectivos que se pretende atingir ao nível da Educação Musical.

Por razões de natureza metodológica, vamos 'arrumar' essas actividades dentro de cada um dos domínios enunciados, chamando novamente a atenção para o facto de, apesar de uma actividade se encontrar descrita no contexto de um determinado domínio – por ser esse domínio aquele a que está mais directamente ligada – ela abrangerá certamente algum ou alguns dos outros domínios, pois, como já tivemos oportunidade de referir, isso resulta da própria natureza integradora da música e das competências que ela implica.

Desenvolvimento auditivo

1. Reprodução de frases melódicas

O(a) professor(a) entoar, sequências melódicas que, depois de ouvir uma ou duas vezes, os alunos deverão repetir. A voz é, aqui, o principal instrumento a utilizar para a realização do exercício.

2. Reprodução de frases rítmicas

À semelhança do exercício anterior, trata-se de reproduzir a sequência executada pelo(a) professor(a), mas, neste caso, essa sequência é de natureza rítmica, podendo-se utilizar, para o efeito, não só a voz, mas também batimentos corporais e instrumentos musicais (convencionais ou não).

Estes exercícios já apareciam nos 4 primeiros anos de escolaridade. Numa lógica de evolução, eles deverão ser progressivamente mais complexos e mais extensos, mas sem perder de vista aquilo que os alunos são capazes de fazer. Quer para o exercício 1, quer para o exercício 2, deverão ser feitas, pelo menos, três sequências na mesma aula.

3. Jogo dos timbres

Com alguma antecedência, pede-se aos alunos que tragam para a próxima aula de Música um instrumento musical ou objecto capaz de produzir som. O jogo consiste no seguinte: depois de todos terem apresentado à turma o instrumento/objecto que trouxeram, fazendo ouvir o som respectivo, todos fecham os olhos. O professor, da forma mais discreta possível, pede a um dos alunos que produza som com o instrumento/objecto que

trouxe, tendo os outros, sempre com os olhos fechados, que identificar o instrumento ou o material utilizado como fonte sonora. Ex.: maracas; flauta; madeira; madeira e pedra; metal; metal e madeira, metal e pedra, etc.

Repete-se o procedimento com 8 a 10 instrumentos / objectos diferentes. O jogo pode ficar por aqui ou pode-se ir mais além: vamos agora organizá-los em função da altura do som que produzem. Vamos ordená-los do mais grave para o mais agudo ou vice-versa.

No(s) dia(s) em que se fizer este jogo, convém rentabilizar o material trazido pelos alunos, até porque nem todos foram escolhidos para as 'adivinhas'. Assim, os instrumentos deverão ser utilizados no trabalho a realizar no âmbito de outros domínios, sendo particularmente adequados quer para a criação e experimentação, quer para a prática musical de conjunto.

4. Ditados melódicos

O professor entoar uma pequena sequência de notas musicais, mas sem dizer os respectivos nomes (utilizando a sílaba “nu” ou a sílaba “lá”, por exemplo). Depois de ouvirem essa sequência 2 ou 3 vezes, os alunos deverão ser capazes de a entoar, mas chamando as notas pelos seus nomes. Obviamente que a extensão e o grau de dificuldade destas frases devem ser adequados às possibilidades do grupo e do professor. Há, contudo, uma coisa muito importante: antes de iniciar a entoação da frase deve-se sempre dizer qual é a primeira nota da sequência.

5. Sequências de frases previamente escritas no quadro

No quadro, e bem à vista da classe, deve estar escrito um conjunto de frases (4 a 6). Pode tratar-se de um conjunto de frases rítmicas, de um conjunto de frases melódicas ou de um conjunto de frases melódico-rítmicas (será eventualmente mais adequado remeter estas últimas para a 6.ª classe).

Sugere-se que numa mesma aula não se trabalhe mais do que um tipo de sequência, ou seja, se numa aula se trabalhou um conjunto de frases rítmicas, deve-se deixar para outras aulas as sequências de frases melódicas ou melódico-rítmicas. A título exemplificativo, apresentam-se alguns exemplos destas sequências, podendo sempre o(a) professor(a) criar outras.

Sequências rítmicas

I

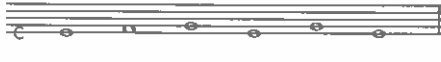
a) 


b) 


c) 


Sequências melódicas

I

a) 

b) 

c) 

d) 

II


a) 


b) 

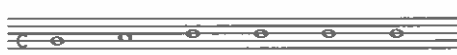
c) 


d) 

II


a) 


b) 

c) 


d) 

III


a) 


b) 


c) 


d) 

III

a) 

b) 

c) 

d) 

Uma vez escritas no quadro, que tipo de exercícios podem ser feitos com estas sequências de frases?

1. Os alunos lêem cada uma das frases. Caso seja necessário, nas primeiras vezes, o(a) professor(a) poderá ler cada uma das frases, que será repetida pelos alunos logo de seguida.
2. O professor executa uma das frases, tendo os alunos de identificar qual foi. Uma vez identificada a frase, toda a turma deve executá-la.
3. O professor faz uma sequência de 3 ou 4 frases, e, de seguida, os alunos devem identificar quais foram as frases executadas e a ordem por que aparecem. Exemplo: a) c) a) ou b) c) a) c), etc.

Qualquer um destes exercícios associa o domínio desenvolvimento auditivo ao domínio teoria e código musicais.


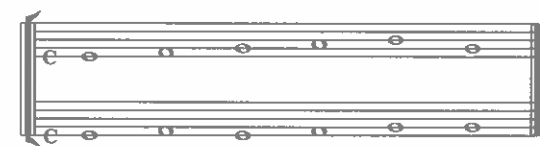

6. Execução simultânea de frases diferentes

Este exercício tanto pode ser realizado com frases melódicas como com frases rítmicas ou melódico-rítmicas, e consiste em executar, ao mesmo tempo, 2, 3 ou mesmo 4 frases diferentes, estando a turma dividida em tantos grupos quantas as frases a executar em simultâneo. O número de frases dependerá, obviamente, das características da turma e, em particular, do seu desenvolvimento musical. Antes de deixar aqui alguns exemplos, chamamos a atenção para aspectos importantes a ter em conta para o sucesso do exercício:

- convém, sobretudo no início, que as frases a executar tenham a mesma extensão;
- a aprendizagem das frases tanto pode ser feita por imitação como por leitura, dependendo disso, mais uma vez, do desenvolvimento da turma ao nível musical. No primeiro caso, o professor executa uma frase e pede ao grupo que a terá a seu cargo que a repita 3 ou 4 vezes, de forma que fique bem compreendida. Repete o procedimento com o(s) restante(s) grupos, para que, finalmente, seja executada por todos em simultâneo. No segundo caso, cada grupo lê a respectiva frase 2 ou 3 vezes para que fique segura e, seguidamente, são executadas por todos ao mesmo tempo.

Nota: Em vez de serem várias frases diferentes, este trabalho também pode ser feito com uma mesma frase, igual para todos, mas que será executada em cânone. Neste caso, deverá ser uma frase mais longa.

Exemplos:

Frases rítmicas	Frases melódicas
	<p>a)</p>  <p>b)</p> 

Teoria e código musicais

1. Adivinhas a partir de frases escritas no quadro

No quadro escreve-se um conjunto de pequenas frases, que tanto poderão ser frases melódicas, frases rítmicas ou frases melódico-rítmicas. Os alunos escrevem-nas também no seu caderno de exercícios. O professor executa 2, 3 ou 4 frases (dependendo o número de frases da capacidade de resposta da turma) desse conjunto, com a sequência que entender, tendo os alunos que identificar e escrever no seu caderno a ordem por que essas frases aparecem. Exemplo do que deverá ser escrito pelos alunos no seu caderno: a) b) b) c) ou c) b) d) a).

Importa ter em consideração o seguinte:

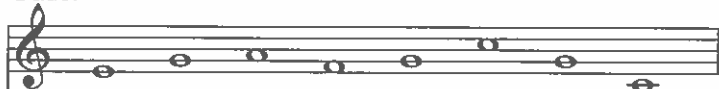
- é possível que algumas das frases escritas no quadro não entrem na sequência executada pelo professor, bem como é possível que uma mesma frase apareça mais do que uma vez;
- para cada conjunto de frases escrito no quadro, deverão ser trabalhadas 2 ou 3 sequências diferentes numa mesma aula.

2. Exercícios de transcrição


O(a) professor(a) escreve no quadro uma pauta com uma sequência de notas musicais, utilizando uma determinada clave (a clave de sol na 2.ª linha, por exemplo). No seu caderno, os alunos escreverão precisamente a mesma sequência de notas, mas utilizando outra(s) clave(s).

Exemplo:

Dado:



Transcrição:



Este exercício não deverá ser um mero exercício teórico. Convém que, antes de iniciar o trabalho escrito de transcrição da frase dada, os alunos a entoem ou, pelo menos, procedam à leitura (identificação) das notas que a integram.

3. Ditado rítmico

O(a) professor(a) executa (preferencialmente com a voz) uma pequena frase rítmica e cada aluno, no seu caderno, escreve essa frase utilizando para o efeito, como é óbvio, as figuras rítmicas. Este exercício é aquilo a que podemos chamar um ditado rítmico.

Exemplo:

O(a) professor(a) articula a seguinte sequência de 6 tempos:

la lira la tralarica lom

| | | | | |

O que deverá ser escrito pelos alunos, como registo da sequência feita pelo(a) professor(a) é:



Depois de todos os alunos terem tentado escrever a frase que ouviram no seu caderno, o(a) professor(a) deve escrever no quadro a forma correcta, para que todos possam corrigir eventuais erros.

4. Ditados melódicos

À semelhança do exercício anterior, também podem ser feitos ditados melódicos, cabendo agora aos alunos identificar as notas que foram entoadas e, no seu caderno, proceder à sua representação na pauta.

Exemplo:

O(a) professor(a) entoia 5 sons correspondentes às notas Dó Ré Mi Mi Mi. Obviamente que não pode entoar a sequência dizendo o nome das notas, pois dessa forma o trabalho de identificação das notas pelos alunos já estaria feito. Tal como se fez para os anos anteriores, sugere-se que a frase melódica seja entoada utilizando a sílaba “nu”.

Existem, porém, 3 aspectos importantes a ter em consideração para o sucesso do exercício:

- o grau de dificuldade da frase a identificar deve ser adequado às possibilidades do grupo a quem se destina, ou seja, as notas que integram a sequência devem ser susceptíveis de ser identificadas por um número significativo de alunos. Assim, quando inventa as frases a utilizar para este efeito, o(a) professor(a) tem de ter sempre em mente o nível de desenvolvimento musical do seu grupo para que os alunos se sintam motivados;
- o(a) professor(a), antes de entoar a frase, tem sempre que dizer qual é a nota de partida, isto é, tem sempre de dar a 1.ª nota como referência, pois só assim os alunos poderão identificar as restantes notas;
- o(a) professor(a) deve entoar a sequência 2 ou 3 vezes, após o que os alunos a deverão repetir (utilizando igualmente a sílaba “nu”). Só depois da repetição é que os alunos a devem escrever no seu caderno, representando as notas na pauta. Para a frase referida no exemplo (Dó, Ré, Mi, Mi, Mi), e tendo em conta que nesta altura os alunos já conhecem 3 posições diferentes de clave, o resultado escrito pode aparecer de 3 formas:



Tal como no exercício anterior, e depois de todos os alunos terem tentado representar as notas no seu caderno, o(a) professor(a) deverá sempre escrever no quadro a solução ou soluções possíveis do exercício, para que a correcção não fique por fazer.

Tanto os “ditados melódicos” como os “ditados rítmicos” trabalham directamente dois domínios: o da teoria e código musicais e o do desenvolvimento auditivo, pois se o primeiro é importante para a representação do som, só o segundo poderá permitir o reconhecimento e identificação dos sons a representar.

5. Introdução de novos termos e símbolos musicais

Os novos termos e símbolos podem reportar-se, por exemplo, à intensidade do som. O som pode ser fraco ou forte. Para designar essas diferentes intensidades utilizam-se termos italianos. O som fraco designa-se por “piano”, mas o piano e o forte podem ter vários graus de intensidade. Mencionamos aqui 6 (numa ordem crescente):

pianíssimo = pp = som muito fraco

piano = p = som fraco

mezzo piano = mp = meio fraco

mezzo forte = mf = meio forte

forte = f = forte

fortíssimo = ff = muito forte

Chama-se dinâmica aos diferentes graus de intensidade pelos quais pode passar um ou vários sons, uma frase ou toda uma peça musical.

A propósito da dinâmica, importa ainda conhecer os seguintes sinais:

< indica um aumento gradual da intensidade do som. É aquilo a que se chama crescendo;

> indica uma diminuição gradual da intensidade do som. É aquilo a que se chama decrescendo ou diminuendo.

6. Jogo das intensidades

A dinâmica assume uma grande importância ao nível da expressão e da interpretação da peça musical.

Para a trabalhar, utilizando a simbologia a ela associada, sugerimos aqui 2 tipos de exercícios:

- a) leitura de uma sequência de símbolos ou sinais escritos no quadro pelo(a) professor(a).

Exemplos:



Para efectuar este tipo de leituras podemos utilizar a voz, instrumentos ou batimentos corporais;

- b) o(a) professor(a) executa uma frase com variações de intensidade e os alunos, no seu caderno, escrevem os símbolos que ilustram a dinâmica da frase executada pelo(a) professor(a). Este exercício pode, inclusivamente, ser feito tendo por base frases literárias.

À excepção das frases literárias que terão, necessariamente, de ser executadas com a voz, também poderemos realizar este exercício com batimentos corporais e com instrumentos.

Criação e experimentação

1. Improvisação rítmica

Trata-se aqui de um exercício que tanto pode ser realizado individual como colectivamente. Utilizando a voz, batimentos corporais e/ou instrumentos, pretende-se que de forma absolutamente livre, os alunos criem momentos tão ricos quanto possível de vivência rítmica e corporal. Há, contudo, um limite a essa liberdade: a pulsação ou tempo.

A pulsação (ou tempo), enquanto elemento ordenador do movimento, tem de ser respeitada por todos, pois ela é determinante e fundamental na organização de um trabalho colectivo desta natureza. É ela que vai funcionar como elemento integrador dos vários contributos individuais no produto que é colectivo.

2. Improvisação vocal colectiva

Oscilando o corpo entre os dois pés, como forma de marcar a pulsação, vamos, em conjunto, improvisar livremente, utilizando exclusivamente a voz. A ideia é que o que começa, normalmente, por ser apenas rítmico vá adquirindo progressivamente contornos melódicos. Pode ser totalmente livre, só tendo a pulsação como elemento organizador, ou pode partir de um motivo (rítmico, melódico ou melódico-rítmico) dado. Por regra, e sobretudo no início, o exercício é mais fácil e melhor conseguido se houver um motivo dado pelo professor que se mantém ao longo do mesmo.

3. Improvisação de acompanhamentos rítmicos para canções / músicas

As canções aqui em causa tanto podem ser conhecidas dos alunos, como novas ou ainda canções gravadas. Também a música apenas instrumental ou vocal, mas sem texto, pode ser utilizada neste exercício. Vejamos, então, as várias hipóteses:

- o exercício pode ser feito utilizando canções já bem conhecidas dos alunos, que as cantam ao mesmo tempo que inventam o acompanhamento rítmico, sem ser necessário trabalhar primeiro a canção. Poderá, quanto muito, ser apenas necessário cantar a canção uma ou duas vezes para a relembrar;
- poderá ser feito utilizando canções novas, o que pressupõe, primeiro de tudo, a aprendizagem da canção a trabalhar. (Neste caso, e para a aprendizagem das canções novas, sugerimos que se siga o procedimento utilizado nos anos anteriores, embora tudo aconteça, como é natural, de forma mais rápida.) Uma vez bem interiorizada a canção, há que improvisar batimentos rítmicos ao mesmo tempo que se canta;
- poderá ainda ser feito sobre música gravada, incluindo canções, se a escola dispuser de leitor de CD ou de cassetes. Neste caso, aos alunos apenas competirá improvisar o acompanhamento rítmico, visto que não é necessário que cantem ao mesmo tempo.

4. Movimento corporal livre a partir de estímulo sonoro

Este exercício, à semelhança de outros aqui referidos, já aparecia nas sugestões pedagógicas dos anos anteriores. Na verdade, a vivência corporal da música é indispensável para o desenvolvimento da expressividade e da musicalidade dos alunos, pelo que se trata de um tipo de actividade que deverá estar presente ao longo da formação musical das crianças e dos jovens. Numa lógica de continuidade e de progressão, espera-se que, por iniciativa dos alunos, os movimentos que realizam sejam, por um lado, cada vez mais ajustados ao suporte sonoro que lhes está na base (quer do ponto de vista do sentido rítmico, quer do ponto de vista da expressividade) e, por outro, cada vez mais elaborados e complexos. Quanto ao fundo sonoro a utilizar no exercício, e que será o ponto de partida para o movimento, tanto pode ser constituído por canções cantadas pelos alunos, como por canções ou batimentos rítmicos executados pelo(a) professor(a), como ainda por música gravada. No primeiro caso, convém dividir a turma em 2 grupos, para que um cante e/ou toque, enquanto o outro executa o movimento. Neste exercício, e para que se atinjam de forma satisfatória os seus objetivos, os alunos não deverão executar em simultâneo as duas tarefas.

5. Conversação musical

Estando, de preferência, dispostos em círculo, caberá a um aluno (ou ao professor, nas primeiras vezes) dar “o pontapé de saída” para esta conversa musical, consistindo este “pontapé de saída” numa pequena frase improvisada que, tão rapidamente quanto possível, deverá ter resposta. Estas frases são, obviamente, musicais, pelo que serão frases rítmicas e/ou melódicas. Deverão ser executadas preferencialmente com a voz, mas também podem, no caso das frases só rítmicas, ser executadas com batimentos corporais ou instrumentos. Para imprimir uma boa dinâmica à actividade, evitando

paragens e momentos mortos, deve-se, logo de início, definir a forma de sequenciar as várias frases. Sugerimos, a título de exemplo, três possibilidades: pela direita do aluno que dá “o pontapé de saída”, cabendo ao colega que está imediatamente à sua direita responder, ao qual se seguirá o que está à direita do segundo, e assim sucessivamente, até fechar o círculo; pela esquerda do aluno que dá “o pontapé de saída”; ser o aluno que dá “o pontapé de saída”, que, ao aproximar-se do fim da sua improvisação, aponta para o colega, o qual deverá continuar, repetindo este o procedimento ao chegar ao fim da sua frase, e assim sucessivamente, até que todos tenham improvisado.

6. Jogo de completar frases

Trata-se aqui de um exercício que deverá ser realizado individualmente e por escrito no caderno de cada um. Aquilo que é pedido aos alunos é que completem pequenas frases (rítmicas, melódicas ou melódico-rítmicas) às quais faltam pequenas partes.

O professor escreve no quadro a frase a trabalhar e os alunos passam-na para os seus cadernos. Antes de cada um iniciar o seu trabalho escrito, todos devem, com a ajuda do(a) professor(a), articular e/ou entoar a frase em questão para que melhor se apropriem dela. Terminado o trabalho de completar a frase, será pedido a cada um que apresente à turma a solução que encontrou para completar a frase, cabendo ao(à) professor(a) corrigir, se tal for necessário.

7. Criação de coreografias

Para este efeito, tanto se podem utilizar canções já conhecidas como canções novas – em ambos os casos entoadas pelos próprios alunos –, como canções / músicas gravadas. Poderão ainda servir de base às coreografias músicas sem texto, executadas também pelos alunos, recorrendo a sons vocais, batimentos corporais e instrumentos musicais (convencionais ou não).

Tratando-se de canções / músicas a serem executadas pelos alunos, existem duas possibilidades: ou todo o grupo canta/toca e dança ou se divide a turma em dois grupos, cantando/tocando um e dançando o outro. A escolha entre uma ou outra deverá ser feita em função do que for mais conveniente para cada situação em concreto.

Ainda se poderá dividir a turma em três grupos, cabendo a um cantar, a outro tocar e ao terceiro dançar.

Independentemente da forma de execução, é importante não esquecer que o que está agora em causa é a criação de coreografias, sendo importante que a sua “construção” seja um processo partilhado, que conta e ouve a opinião de todos os que a querem dar, com vista à criação de um produto que a todos satisfaça e motive.

Nota: Como já foi referido algumas vezes, uma mesma actividade ou exercício abrange sempre mais do que um dos domínios a trabalhar, embora se centre de forma mais acentuada e explícita num deles. Mais uma vez, e no contexto deste domínio da criação e experimentação, temos actividades que se cruzam com todos os outros domínios, o que, diga-se, é positivo e desejável.

Prática musical de conjunto

1. Vocalizos e outros exercícios vocais

Trata-se aqui de, numa linha de continuidade com o trabalho que vem sendo desenvolvido desde o 1.º ano de escolaridade, promover o desenvolvimento das potencialidades técnicas e expressivas da voz. Os vários exercícios sugeridos nos 4 anos anteriores no domínio do trabalho vocal podem e devem ser utilizados aqui, com as adaptações e alterações que se entendam ser necessárias em função das características e do nível de desenvolvimento musical da turma. Também o professor deverá criar e propor aos seus alunos outros exercícios facilitadores do desenvolvimento vocal que se pretende promover. Assim, vocalizos, exercícios de respiração, de imitação de sons (sirenes, fenómenos naturais, etc.), de articulação de palavras e frases, bem como de dramatização dessas mesmas palavras e frases, atribuindo-lhes diferentes intenções expressivas, constituem actividades que deverão ser realizadas de forma sistemática e continuada nas aulas de Expressão Musical da 5.ª classe.

2. Aprendizagem e exploração de canções

No domínio da prática musical de conjunto haverá, necessariamente, um espaço destinado à aprendizagem, entoação e exploração de novas canções (relembramos, mais uma vez, que para a aprendizagem de novas canções deverá ser tido em consideração o procedimento indicado para anos anteriores, embora com algumas alterações, que decorrem, desde logo, da diferença de idade e do nível de conhecimentos dos alunos).

Todavia, nada impede que outras canções já conhecidas dos alunos e por eles trabalhadas em anos anteriores sejam retomadas aqui para serem melhoradas e enriquecidas. Assim, sejam elas novas ou já conhecidas, faz todo o sentido que, no contexto deste domínio, sejam ornamentadas com acompanhamentos rítmicos (realizados com batimentos corporais ou com instrumentos) e inspiradoras de movimentos corporais livres ou previamente definidos.

3. Jogo da orquestra

Nesta actividade, pretende-se que os alunos sejam capazes de executar, em simultâneo, 2, 3, 4 ou mais frases rítmicas. (O número de frases terá de ser ajustado às capacidades de realização da turma a este nível.) Dividida a turma em tantos grupos quantas as frases a executar, a cada grupo vai caber um determinado batimento corporal (exemplo: palmas) ou uma determinada família de instrumentos (madeiras, metais, sopros, etc.). O objectivo é simular uma orquestra, sendo cada grupo que a compõe responsável pela execução de uma frase. Depois de trabalhada cada frase com o grupo respectivo, importa executá-las em simultâneo, proporcionando uma sonoridade rica do ponto de vista tímbrico e um efeito rítmico atractivo e envolvente. Quanto à origem e à forma de trabalhar as frases, elas podem ser diversificadas. Podem ter sido todas criadas pela turma, em conjunto, podem ser dadas pelo professor e por ele atribuídas a cada um dos grupos, pode ter sido cada um dos grupos a criar a sua frase (embora com a supervisão do professor), etc. Quanto à forma de as aprender, pode ser por imitação ou por leitura. O que é particularmente importante para o sucesso da actividade é que, no momento de executar as frases em simultâneo, cada grupo esteja bem seguro da parte que lhe compete, de forma a não pôr em causa um produto que, sendo colectivo, depende da qualidade das várias contribuições individuais ou de pequeno grupo.

Uma vez cumprido o objectivo primordial do jogo da orquestra, que é executar em simultâneo e de forma organizada diferentes frases musicais, poderemos aproveitar para trabalhar a dinâmica, cabendo ao professor ou a um dos alunos o papel de maestro que, com os seus gestos, vai pedir à orquestra variações de intensidade a que a orquestra deverá ser capaz de obedecer.

Consoante as opções que se façam, estaremos a cruzar este domínio com outros, embora o centro da questão seja, aqui, a prática musical em conjunto.

4. Projecto

O projecto que aqui se propõe implica um trabalho distribuído por um período nunca inferior a 3 meses e que, obviamente, estará dividido em vários momentos, que apresentaremos em seguida:

- cada aluno, junto da família, amigos ou população local, uma recolha de canções tradicionais. Pedirá que lhe ensinem, pelo menos, uma canção;
- feita a recolha, serão apresentadas à turma as várias canções recolhidas. Cada aluno cantará para a turma a canção que aprendeu;
- depois de ouvidas todas as canções, o grupo escolherá 2 ou 3 para serem trabalhadas pela turma;
- uma vez seleccionadas as canções, a turma será dividida, por exemplo, em 3 grupos: o grupo responsável por cantar as canções, aquele a quem competirá escolher / construir os instrumentos a utilizar para as acompanhar, cabendo-lhe, igualmente a criação e execução desse acompanhamento instrumental; e, finalmente, o grupo responsável por criar e executar uma coreografia para cada uma das canções.

Todo este trabalho de preparação, ensaio e aperfeiçoamento culminará com uma ou mais apresentações públicas. Para tal é desejável que, em cada escola, se associem ao projecto, pelo menos, 3 turmas, havendo o cuidado de não existirem canções repetidas, o que implica, sobretudo, um trabalho de equipa ao nível dos docentes.

Quanto ao público a quem a apresentação se destina, tanto poderá ser constituído por colegas de outras escolas, pelas famílias, como pela comunidade local, em geral. Tudo dependerá das possibilidades e dos objectivos que forem definidos por cada escola.

O que é verdadeiramente importante é que haja uma mobilização dos grupos envolvidos, no sentido de produzir e realizar um espectáculo musical, responsabilizando e valorizando o contributo e esforço individuais no quadro de um produto colectivo.

Obviamente que a realização de uma actividade desta natureza, como foi dito logo de início, implica um trabalho continuado e regular. Imaginando que ao domínio prática musical de conjunto atribuímos 20 / 25 minutos por aula, serão necessárias 8 a 12 aulas para executar o projecto, dependendo, sobretudo, da complexidade das canções a trabalhar e do envolvimento e autonomia dos alunos. Será fundamental o papel do professor ao nível da organização do trabalho e da articulação entre os grupos responsáveis pelas diferentes tarefas.

Sendo este tipo de trabalho – a realização de um espectáculo – muito motivador para as crianças, elas dedicam-lhe, normalmente, muito do seu tempo livre, o que facilita muito o trabalho, tornando bem visível e significativa a evolução de uma aula para a outra.

Sendo os adereços, por mais simples que sejam, elementos indispensáveis numa realização deste tipo, temos aqui uma oportunidade excelente para cruzar a Educação Musical com a Educação Visual, numa perspectiva de complementaridade e de rentabilização dos recursos.

Educação Física

Introdução

A Educação Física é uma área curricular fundamental para o desenvolvimento da criança, na medida em que lhe proporciona a vivência de experiências motoras diversificadas, contribuindo para a sua alfabetização motora e desportiva, com o conseqüente enriquecimento nos planos físico, mental e social. É, por isso, peça fundamental do sistema educativo enquanto factor de melhoria da qualidade de vida, saúde e bem-estar dos alunos.

A elaboração do Programa partiu do princípio de que existe uma linguagem e repertório motor universal que, não só caracterizam a Humanidade, como são meios de comunicação entre os povos, independentemente das culturas que os identifiquem. No entanto, os conteúdos do Programa também têm em consideração as particularidades da cultura e o quadro legal da República Democrática de São Tomé e Príncipe, nomeadamente a Lei de Bases do Sistema Educativo (Lei n.º 2/2003).

O Programa de Educação Física para as 5.ª e 6.ª classes pretende consolidar as aprendizagens realizadas nos anos anteriores e assume-se como uma zona de transição para etapas de cariz mais especializado, adoptando uma linguagem de natureza ludodesportiva.

1. OBJECTIVOS GERAIS

Os Objectivos Gerais do Programa da Educação Física agrupam-se em dois grandes níveis: *Personalidade e Valores* e *Competências Motoras e Desportivas*.

Estes correspondem às preocupações permanentes que devem estar presentes em toda a educação básica, nas diversas situações educativas, independentemente do conteúdo ou do ano de escolaridade em que ocorram.

1.1. Nível do desenvolvimento da personalidade e valores

Este nível compreende objectivos que são transversais a todas as áreas de conteúdo dos 5.º e 6.º anos de escolaridade.

- Desenvolver a auto-estima; autoconfiança; autonomia; criatividade; capacidade de iniciativa; empenho; afirmação da identidade; assunção de responsabilidade; cooperação / entreatajuda.
- Fomentar a aquisição de hábitos e comportamentos de estilos de vida saudáveis que se mantenham na idade adulta, contribuindo para o aumento dos índices de prática desportiva da população.
- Incrementar o espírito desportivo no respeito pelas regras das actividades e por todos os intervenientes.

1.2. Nível do desenvolvimento de competências motoras e desportivas

- Elevar o nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas, da resistência geral, da velocidade de reacção simples e complexa, da flexibilidade, do controlo da postura, do equilíbrio dinâmico em situação de voo, de aceleração e de apoio instável ou limitado, do controlo de orientação espacial, do ritmo e da agilidade.
- Assegurar a aprendizagem de um conjunto de matérias representativas das diferentes actividades físicas e desportivas, promovendo o desenvolvimento multilateral e harmonioso do aluno.

2. ÁREAS DO PROGRAMA DE EDUCAÇÃO FÍSICA

1. Capacidades Motoras: Resistência; Força; Velocidade; Flexibilidade; Coordenação
2. Modalidades Desportivas Individuais:
 - 2.1. Ginástica Desportiva
 - 2.2. Atletismo
 - 2.3. Capoeira
3. Modalidades Desportivas Colectivas:
 - 3.1. Jogos Tradicionais e Pré-Desportivos
 - 3.2. Futebol
 - 3.3. Voleibol
 - 3.4. Basquetebol
 - 3.5. Andebol
4. Actividades Rítmicas e Expressivas
5. Actividades de Exploração da Natureza

3. EXPLICAÇÃO DOS CONTEÚDOS DAS ÁREAS DO PROGRAMA SUGESTÕES METODOLÓGICAS

MODALIDADES DESPORTIVAS INDIVIDUAIS

GINÁSTICA DESPORTIVA

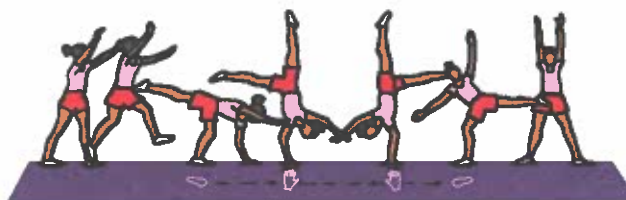
1. Rolamento: à frente e à retaguarda.



Erros a evitar:

- A) Iniciar o movimento com postura errada: pernas afastadas e braços caídos.
- B) Mãos incorrectamente colocadas: não viradas para a frente e muito perto dos pés.
- C) Pequena elevação da bacia, apoiar a testa.
- D) Fraca impulsão com os membros inferiores e fraca repulsão de mãos, não juntar o queixo ao peito e não “arredondar” as costas. Abrir cedo o ângulo tronco/membros.
- E) Colocação dos pés demasiado afastados da bacia, ajuda com as mãos no solo para elevação e pés e joelhos afastados.
- F) Extensão incompleta do corpo com braços ao longo do corpo.

2. Rolamento à frente com membros inferiores afastados; rolamento saltado (salto de “peixe” ou “anjo”).
3. Rolamento à retaguarda com membros inferiores afastados; rolamento à retaguarda com membros inferiores juntos.
4. Roda.



Erros a evitar:

- A) Iniciar o movimento com postura errada: braços ao longo do corpo ou em elevação anterior.
- B) Colocação das mãos muito perto da perna de impulsão, não colocação das mãos na linha do movimento, colocação das mãos em simultâneo, fraca acção da perna de balanço e da perna de impulsão, braços e tronco não alinhados na vertical dos apoios e pernas flectidas.
- C) Não colocação dos pés na linha do movimento, fraca impulsão de braços.
- D) Pernas juntas e braços ao longo do corpo.

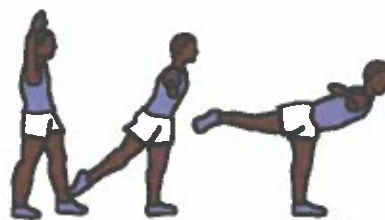
5. Ponte.



Erros a evitar:

As mãos não apoiam completamente no solo, membros flectidos, flexão da cabeça, fraca elevação da bacia, pés demasiado afastados das mãos.

6. Avião.



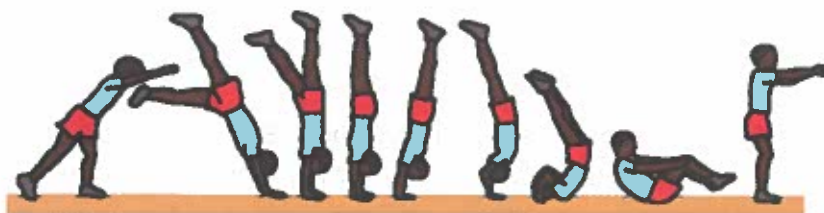
Erros a evitar:

Tronco demasiadamente inclinado (não paralelo ao solo), costas arredondadas, flexão da cabeça com olhar dirigido para o solo, flexão das pernas, falta de amplitude no afastamento das pernas.

7. Salto de eixo; salto em extensão; salto entre mãos.

**Erros a evitar:**

- A) Diminuição da frequência da corrida antes de chegar ao trampolim.
 - B) Elevação dos braços não simultânea à impulsão das pernas.
 - C) Primeiro voo curto, não extensão do corpo e pouca elevação da bacia.
 - D) Colocação das mãos na parte anterior do aparelho, afastamento/flexão das pernas, pés abaixo do nível dos ombros.
 - E) Fraca impulsão e flexão dos braços, afastamento das pernas em flexão, deixar avançar ombros e dirigir olhar para o chão.
 - F) Segundo voo com o corpo em semiflexão, recepção com pernas afastadas.
8. Apoio facial invertido de cabeça/de braços.
9. Apoio facial invertido para rolamento.



10. Meia-volta (trave).

11. Esquema gímnic (combinações de habilidades).

ATLETISMO**1. Situações para treino de qualidades básicas aplicadas ao atletismo**

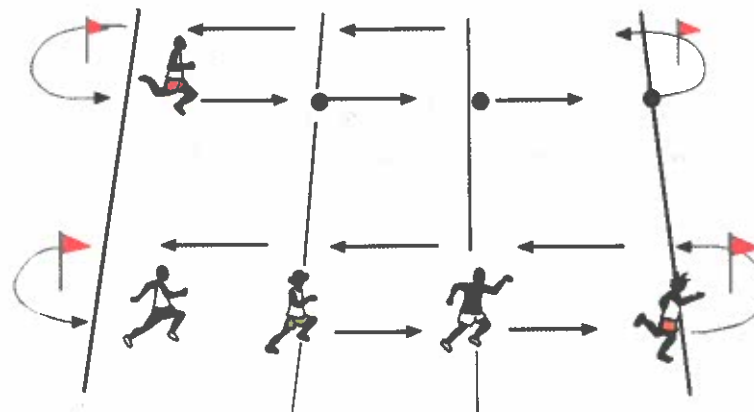
1. *Skipping* baixo, médio (45 graus) e alto (90 graus) à frente, no mesmo lugar e com deslocamento, mantendo a verticalidade do tronco e o movimento dos braços.
2. Corrida saltada (*mini-steps*, *steps* médios e *steps* altos), sem ou com obstáculos baixos.
3. *Skipping* médio (joelhos a 45 graus) com deslocamento em percursos em curva, em forma de circunferência e oitos (inclinação do corpo para dentro da curva).
4. *Skipping* médio à frente com frequência: média – rápida – média – rápida...
5. Corrida lateral rápida com passadas cruzadas.
6. *Skipping* alto com deslocação para a frente e para trás (2 m + 2 m).
7. Circuito tarefas de técnica de corrida intercaladas com outras habilidades do atletismo.

2. Estafetas variadas

1. Corrida contornando uma marca

Em várias filas.

Ao sinal de início, os primeiros de cada equipa deslocam-se o mais rapidamente possível até à marca balizadora, contornam esta e regressam à fila fazendo a transmissão ao parceiro seguinte.



Nota: Este tipo de estafeta pode ter diversas variantes, combinando variadas formas de deslocação: saltitar a um pé, saltar a pés juntos, gatinhar, saltos de rã, correr de costas, correr a pares de mãos dadas, etc.

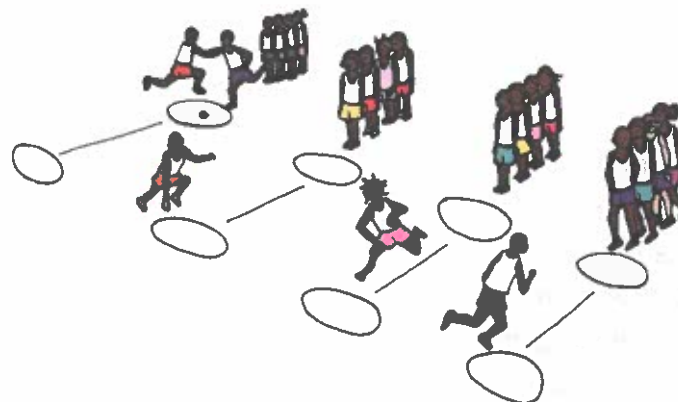
2. Estafeta – saltar os adversários

As equipas estão em coluna mas cada jogador está deitado de barriga para baixo. Ao sinal, o primeiro de cada coluna levanta-se, corre e salta por cima de cada companheiro até transpor o último, regressando por fora para tocar o parceiro seguinte e deitar-se no lugar que ocupava anteriormente.

O segundo, bem como os restantes, assim que tocados, levantam-se e realizam o percurso vindo dar a volta sempre pelo primeiro, reiniciando a sequência de corrida de saltos até ao seu lugar inicial.

3. Estafetas com objectos – levar ou trazer

À frente de cada equipa estão no chão 2 arcos (ou círculos traçados), um na linha de partida e outro no lugar da marca balizada.



Dentro do arco de cada equipa está um pequeno objecto (pedra, pau, pano, pedaço de madeira, etc.).

Ao sinal, o primeiro de cada equipa apanha o objecto, corre em frente para ir colocá-lo dentro do arco respectivo e regressa à fila; o parceiro seguinte após o toque no ombro corre para ir buscar o objecto, retira-o de dentro do arco e regressa para o colocar no arco da linha de partida; o seguinte, após ser tocado, apanha o objecto e vai colocá-lo no arco em frente, etc.

4. Corrida de estafetas com testemunho

Os alunos de cada equipa entram na corrida seguindo a ordem definida, efectuam o seu percurso com testemunho na mão esquerda e transmitem-no (ou recebem-no) em movimento e com segurança na mão direita.

5. **Corrida por grupos** de 4 a 6 alunos uns atrás dos outros, a um determinado ritmo, ao sinal do professor o último aluno faz uma aceleração passando para a frente da fila, mantendo o mesmo ritmo de corrida (pode haver variações no ritmo de corrida).

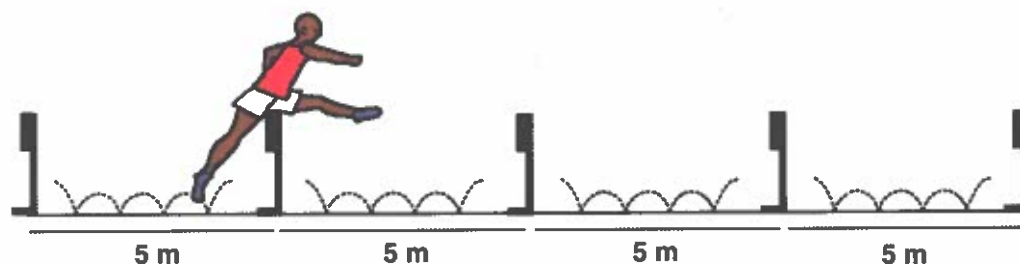
6. **Realizar percursos de 250 metros**, onde 200 m se fazem em regime de resistência e 50 m em marcha de recuperação, efectuando sem fadiga o maior número de percursos, com uma duração máxima de 8 minutos. O exercício pode ser realizado individualmente ou em pequenos grupos.

CORRIDAS DE VELOCIDADE

1. Corridas de 40 metros com partida de pé (2 apoios) acelerando até à velocidade máxima, mantendo a máxima frequência de movimentos, realizando apoios activos sobre a parte anterior do pé, com extensão da perna de impulsão, tronco vertical e terminando sem desaceleração nítida na zona da meta.
2. Séries de corridas rápidas até 40 metros, em formas jogadas, partindo de diversas posições reagindo a diferentes estímulos visuais ou acústicos com forte empenho e elevada concentração na partida e na chegada.
3. Partidas de pé (2 apoios) – abertura sagital (um pé à frente do outro), conseguindo de modo sistemático adoptar a seguinte postura: apoios com calcanhares levantados, pernas flectidas, corpo inclinado à frente e braços em oposição.
4. Partidas baixas de blocos ou a simular blocos (3/4 apoios), abertura sagital (um pé à frente do outro), conseguindo de modo sistemático adoptar a seguinte postura: apoios com calcanhares levantados, pernas flectidas, corpo inclinado à frente e braços em oposição. Arranca com elevação acentuada dos joelhos e elevada frequência de braços.
5. Séries de corridas 50 e 60 metros, em competição, partindo da posição baixa ou alta, aplicando as regras dos sinais de partida: aos seus lugares (posição alta, próximo da linha de partida), prontos (posição intermédia) e apito (partida), respeitando o seu corredor de prova.

CORRIDAS DE BARREIRAS

1. Corrida moderada transpondo obstáculos variados, a diferentes distâncias, mais e menos baixos e a ritmos variados.
2. Fazer a acção anterior com salto, por cima de uma série até 10 barreiras baixas (separadas cerca de 60 cm).
3. Fazer séries de corrida de cerca de 40 m com 3 a 5 barreiras (com alturas diferentes entre 30 e 50 cm), distanciadas 5 metros, realizando 3 passadas (4 apoios) entre as barreiras, mantendo por isso a perna de ataque.

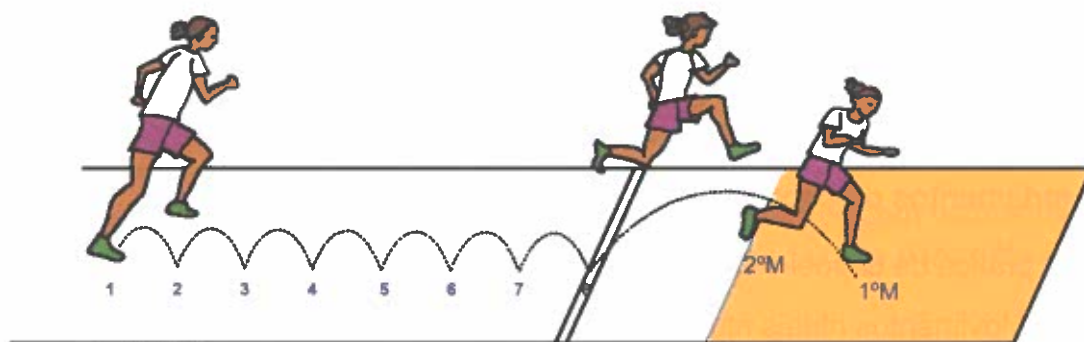
**SALTO EM COMPRIMENTO**

1. Séries de saltos a pés juntos lateralmente para um lado e outro por cima do banco sueco ou tronco.
2. Séries de saltos à corda a pés juntos e com uma perna de cada vez, no mesmo lugar e com deslocamento.
3. Séries de saltos sucessivos, chamada a um pé e recepção a pés juntos, com elevação de joelhos transpondo várias barreiras baixas ou obstáculos, dando passos entre elas.



4. Corrida moderada transpondo obstáculos variados mais ou menos baixos, mas largos, e a ritmos variados (obstáculos a diferentes distâncias), definindo a posição de entrada (abertura sagital das pernas) e mantendo a mesma perna de salto.

5. Fazer corrida de seis a oito passadas e saltar em comprimento a pés juntos, flectindo as pernas e coordenando a acção dos braços com a acção das pernas, tentando acertar continuamente na zona de chamada com a perna de impulsão.



6. Salto em comprimento, praticando o jogo “quem salta mais longe”. Com o auxílio de fita métrica organizar grupos de alunos para medirem os saltos realizados pelos colegas anotando-os em ficha própria.

CAPOEIRA

Nota: Considerando a fase experimental do Programa dos 5.º e 6.º anos de escolaridade, a introdução desta área de conteúdo (capoeira) pretende dinamizar o debate sobre a sua importância, sobre os aspectos técnicos a desenvolver, bem como sobre as características dos agentes educativos responsáveis pela sua dinamização.

Definição e valor educativo

A capoeira, de raiz genuinamente afro-brasileira, é uma mistura de luta, dança, ritmo, corpo e mente. A capoeira é considerada por muitos uma arte de lutar dentro da dança e de dançar dentro da luta. A capoeira é um jogo.

Caracteriza-se por um sistema de defesa e ataque, que pode ser utilizado como arte, dança, ginástica, luta ou jogo, praticado individualmente, em duplas ou conjuntos, através de movimentos ritmados e constantes, com agilidade, flexibilidade, domínio de corpo, destreza corporal, esquivas, insinuações e quedas, fazendo uso de qualquer parte do corpo, em especial pernas, braços e cabeça.

Tem como movimento básico a *ginga*, sendo praticada com acompanhamento de instrumentos musicais, pertinentes aos padrões tradicionais das chamadas capoeira angola e capoeira regional, nas quais é indispensável o uso do berimbau.

A capoeira, enquanto modalidade da Educação Física, vem ocupando o seu lugar no conjunto das outras actividades, na ajuda da formação do Homem contemporâneo. Apresenta-se com amplas possibilidades educativas, principalmente no que se refere à integração dos aspectos físicos, psicológicos e sociais.

A capoeira manifesta-se dentro de uma tradição de roda e desenvolve-se dentro de um verdadeiro cerimonial. O capoeirista aprende a respeitar e manter tradições. Ao defender as tradições, afloram no capoeirista sentimentos de amor, zelo, valorização e responsabilidade. Durante os treinos e jogos, todos são importantes: os jogadores, os tocadores, os cantores e os batedores de palmas. No decorrer da roda, o rodízio é constante nestas funções, valorizando igualmente todos, sem distinção.

As técnicas de base

Os 3 elementos básicos da movimentação na capoeira são:

1. *A ginga*: movimentação do pé.
2. *A negativa e o rolê*: movimentação no chão.
3. *O aú* : movimentação de cabeça para baixo.

Fundamentos da capoeira

A prática da capoeira desenvolve-se obedecendo aos seguintes parâmetros:

1. Movimentos rituais ritmados
2. Ritmo ijexá regido pelo berimbau
3. Disciplina e respeito à tradição, aos mais velhos e aos companheiros
4. Parceria
5. Movimentos em esquiva, circulares e descendentes
6. Dissimulação de intenção
7. Alerta, calma, relaxamento e autoconfiança permanentes

MODALIDADES DESPORTIVAS COLECTIVAS**JOGOS PRÉ-DESPORTIVOS**

Recomenda-se que o professor aplique os jogos adoptados nas sugestões metodológicas dos 3.º e 4.º anos de escolaridade, de modo mais intensivo no início do ano lectivo, como forma de iniciação dos alunos à aprendizagem de habilidades colectivas. Durante as restantes aulas o professor deve voltar a aplicar esses jogos combinados com as outras modalidades desportivas.

No entanto, nas sugestões relativas ao futebol, basquetebol, voleibol e andebol já se integraram alguns jogos pré-desportivos.

FUTEBOL**Objectivos específicos desta modalidade desportiva**

- Aperfeiçoar as acções técnico-tácticas fundamentais: de recepção, controlo, domínio e condução de bola.
- Desenvolver a interacção do jogador com a bola e com a baliza. Aperfeiçoar as acções técnico-tácticas fundamentais: recepção, controlo, condução de bola e remate.

Sugestões metodológicas

1. Futebol de 5 ou 7

Num espaço relativamente amplo (por ex., pátio do recreio), no qual estão duas balizas, uma de cada lado, jogam duas equipas de 5 ou 7 jogadores, dos quais um é o guarda-redes.

O objectivo é o de introduzir a bola na baliza que se ataca (a da outra equipa), evitando que esta o faça na que se defende.

A bola pode ser jogada com toda e qualquer parte do corpo menos com os membros superiores, com excepção do guarda-redes, a quem é permitido fazê-lo dentro da área de baliza respectiva.

Regras:

- O início do jogo é feito, com cada equipa no meio campo respectivo, através de um pontapé na bola.
- Não é permitido empurrar, rasteirar, pontapear os companheiros da outra equipa, e mesmo da sua, bem como tocar intencionalmente com a mão (menos o guarda-redes) na bola em jogo. Caso se verifiquem estes comportamentos é marcada falta.
- A falta é punida com pontapé livre executado no local onde foi cometida.
- Sempre que a bola entrar completamente na baliza em consequência de jogo válido, é golo. A bola é reposta em jogo, tal como no início, a meio-campo, pela equipa que sofreu o golo.
- Sempre que a bola sair pelas linhas laterais (lados maiores do campo rectangular) é reposta em jogo por um dos jogadores da equipa que não a tocou em último lugar, sendo feito um lançamento da bola com as duas mãos por cima da cabeça e sem levantar os pés, que devem estar fora daquela linha lateral.
- Sempre que a bola sair pela linha de cabeceira (ou linha de baliza) e tiver sido tocada em último lugar por um jogador atacante é executado um pontapé de baliza pela equipa defensora (por ex., o guarda-redes), sendo a bola colocada no solo à frente da baliza; se tiver sido tocada em último lugar por um defensor é executado pontapé de canto pela equipa atacante, sendo a bola colocada no solo em frente ao ponto de encontro das linhas lateral e de baliza.
- Quando o guarda-redes agarrar a bola na sua área, devolvê-la-á para jogo com as mãos ou a pontapé depois de a ter deixado cair.
- Ganha a equipa que maior número de golos alcançar e menos sofrer.

VOLEIBOL

Objectivos específicos desta modalidade desportiva

- Conhecer, compreender e saber jogar voleibol em situações de jogo reduzido.
- Promover a correcta execução dos gestos técnicos, deslocamentos, passe, manchete e serviço por baixo.
- Cooperar com os companheiros, desempenhando com oportunidade e correcção as acções solicitadas, aplicando a ética de jogo e as suas regras.

Sugestões metodológicas

1. Manipulação de bola

Tocar a bola de diversas formas acima da cabeça, com uma ou as duas mãos, abaixo da linha de ombros e com o antebraço esquerdo, direito ou ambos, sequência de toques com várias partes do corpo, etc.

Em pares:

- a) jogar frente a frente com ressaltado da bola no solo;
- b) jogar frente a frente com duplo toque (autopasse /passe);
- c) sustentar a bola, realizando, entre os dois, o maior número de toques em passe;
- d) utilizando a rede ou o elástico, jogar 1 x 1 em campo de dimensões reduzidas, com utilização de regras simples e adaptadas.

2. Abordagem à manchete

- a) Lançar a bola ao ar, fazê-la ressaltar no solo e, de seguida pará-la em posição de manchete;
- b) lançar a bola ao ar, fazê-la ressaltar no solo e, de seguida, executar um toque em posição de manchete dando continuidade ao exercício;
- c) lançar a bola ao ar, fazê-la ressaltar no solo e executar duas manchetes consecutivas, voltando de seguida a ressaltar no solo, permanecendo neste exercício até perder;
- d) o mesmo exercício aumentando ao número de manchetes consecutivas.

Em pares:

- a) fazendo ressaltar a bola no solo e, seguidamente, jogá-la para o colega em manchete;
- b) jogar por cima da rede ou elástico: jogo 1 x 1 com pontuação e utilização de regras simplificadas e adaptadas, utilizando só a manchete (é permitido jogar a bola após o ressaltado no solo).

3. Abordagem ao serviço por baixo

- a) A partir da posição fundamental média e um destacamento correcto dos apoios, executar a acção de serviço batendo na própria mão, orientando correctamente o braço de batimento.
- b) Frente a frente com bola a uma distância curta realizar o serviço por baixo, tentando dirigir a bola com o máximo de precisão para o parceiro.
- c) Tentar acertar num alvo (desenhado na parede ou colocado no solo – arco de ginástica) com o mínimo de erro possível: competição por pontos.
- d) Utilizando a rede ou o elástico realizar o serviço dirigido ao parceiro.
- e) Frente a frente, um aluno executa o serviço por baixo dirigindo a bola para o parceiro que (se possível) a recebe em passe ou em manchete (10 vezes cada e troca).

4. Com bola (na rede)

- a) Em pares: colocados frente a frente, jogam a bola entre si em passe, executando cada qual um autopasse.
- b) O mesmo exercício executado automanchete/passe.

5. Jogo 3 x 3: Campo 6 x 6 m. Jogo formal: utilização de todos os gestos aprendidos sem limitações às regras.

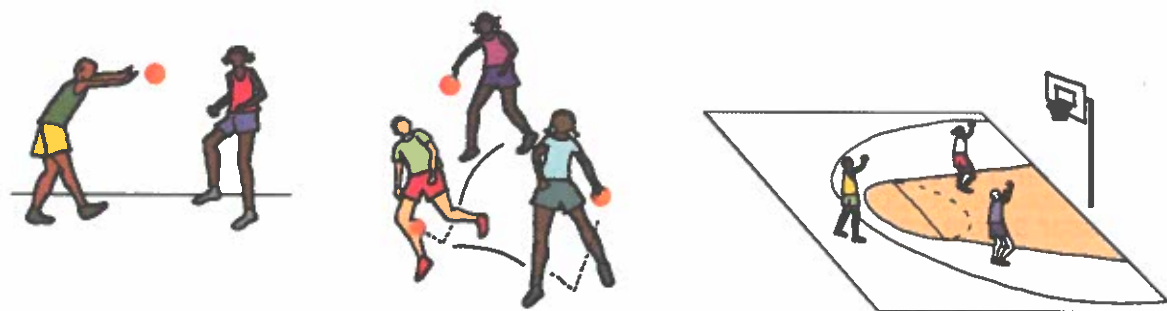
BASQUETEBOL**Objectivos específicos desta modalidade desportiva**

- Em situação de jogo 3 x 3 em meio-campo ou 5 x 5 em campo inteiro.
- Receber a bola com as duas mãos e assumir uma posição de enquadramento frontal com o cesto, tentando ainda observar o conjunto da movimentação dos jogadores de acordo com a sua posição.
- Lançar na passada se não tem adversários entre ele e o cesto.
- Lançar em apoio se está a curta distância e com adversários entre ele e o cesto.
- Driblar se tem espaço livre à sua frente para progredir ou para ultrapassar um adversário directo, aproximando, deste modo, a bola do cesto.
- Passar a bola com segurança a um companheiro desmarcado, de preferência para aquele que estiver isolado e/ou em posição mais ofensiva.
- Depois de passar a bola correr em direcção ao cesto para receber a bola mais à frente.
- Desmarcar-se oportunamente criando linhas de passe ofensivas, mantendo uma ocupação equilibrada do espaço.
- Assumir de imediato uma atitude defensiva marcando o seu adversário directo, colocando-se entre este e o cesto (defesa H x H) quando a sua equipa perde a posse da bola.
- Participar no ressalto sempre que há um lançamento, tentando recuperar a posse da bola.
- Aceitar as decisões da arbitragem e tratar com igual cordialidade e respeito os companheiros e os adversários evitando acções que ponham em risco a sua integridade física, mesmo que isso implique desvantagem no jogo.

Sugestões metodológicas

1. Todos os alunos a correrem dentro do campo em trajectórias diversas sem bola.
2. Alunos a driblarem parados.
3. O mesmo mas a andar pelo espaço sem trajectória fixa.
4. O mesmo mas a correr pelo espaço, na mesma sem trajectória fixa.

5. Todos os alunos a correrem dentro do campo em trajectórias diversas. Agora metade dos alunos com bola a driblar e a outra metade a tentar “roubar” a bola.
6. Todos os alunos a correrem dentro do campo em trajectórias diversas, continuando metade dos alunos com bola a driblar. Quando algum colega lhes “pedir” a bola passam-na.
7. **Jogo de 5 passes:** Grupos 5 x 5, a jogar num quarto do campo, com uma bola. Passar a bola entre os elementos da equipa tentando realizar 5 passes seguidos. A outra equipa tenta interceptar a bola para poder marcar. A cada 5 passes marca-se um ponto e passa-se a bola para a outra equipa.
8. Exploração da actividade: circuito com 2 estações (5 alunos por estação). O grupo de 5 alunos “muda” de estação ao sinal do professor.
 - a) Passe / Recepção
 - b) *Drible* / Lançamento em apoio



9. Bola ao capitão

Descrição e objectivo do jogo

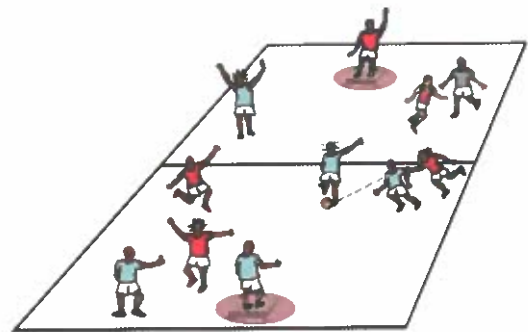
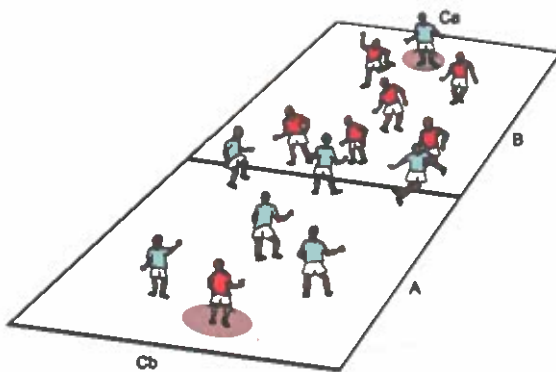
Duas equipas com uma bola, num espaço limitado, com dois círculos desenhados nas extremidades (ou com cordas, arcos, etc.) (ver figura). Cada equipa tenta passar a bola ao seu “capitão” (Ca e Cb) – o companheiro colocado no círculo do campo adversário – tentando evitar que a outra equipa o faça.

Sempre que o “capitão” receba a bola sem a deixar cair, a sua equipa marca um ponto.

Regras:

- As duas equipas (A e B) podem deslocar-se por todo o espaço de jogo, excepto pelos círculos dos capitães.
- O jogo inicia-se com a bola atirada ao ar pelo professor no centro do campo e disputada por dois alunos que a devem tocar para um dos colegas (não a podem agarrar).
- A bola é jogada com as mãos, através de passes e recepções.

- O jogador em posse da bola só pode fazer dois apoios com a bola na mão (o *drible* é interdito).
- Nenhum outro jogador, para além do designado “capitão”, pode entrar nos círculos (assinalados na figura).
- O contacto físico entre os jogadores não é permitido.
- Não é permitido a qualquer jogador tirar a bola das mãos do adversário.
- O jogador com bola ou esta não podem sair das linhas-limite do campo.
- A bola é reposta em jogo (após ter saído das linhas limites do campo) no local onde saiu pela equipa contrária à que a tocou em último lugar.
- Quando uma equipa marca ponto a bola é reposta em jogo no centro do campo, pertencendo a bola à equipa que sofreu ponto.
- Qualquer infracção às regras, intencional ou não, é sancionada com a marcação de uma falta e o jogo recomeça com posse da bola da equipa contrária à que cometeu a falta, no local da infracção.
- A duração do jogo é determinada por tempo ou número de pontos previamente estabelecido.



10. Dividir a turma em conjuntos de 2 filas conforme as condições materiais. Sempre em movimento e em situação de 2 a 2:
 - a) o aluno passa a bola directamente para a mão-alvo do colega;
 - b) o aluno recebe a bola levantando a mão-alvo, mantendo o controlo da bola;
 - c) o aluno, em situação individual, realiza lançamento em apoio e na passada, dirigindo a bola ao cesto. Vai ao ressalto, agarrando a bola, passando-a ao primeiro colega da fila contrária.
11. Passe e corte 2 a 2, introduzir o seguinte princípio de jogo: quem passa corre em direcção ao cesto para receber mais à frente (sugerir uma defesa passiva).
12. Dispor os alunos em círculo 5 x 2. Os alunos que formam o círculo fazem passes entre eles. Os 2 alunos interiores tentam interceptar a bola. O aluno que o consiga fazer troca com o passador que perdeu.
13. Exploração da actividade: situação de grupos de 5 x 5. Colocar equipas de 5 jogadores de ambos os lados do campo e iniciar o jogo com bola ao ar. O jogo é arbitrado por 1 ou 2 alunos.

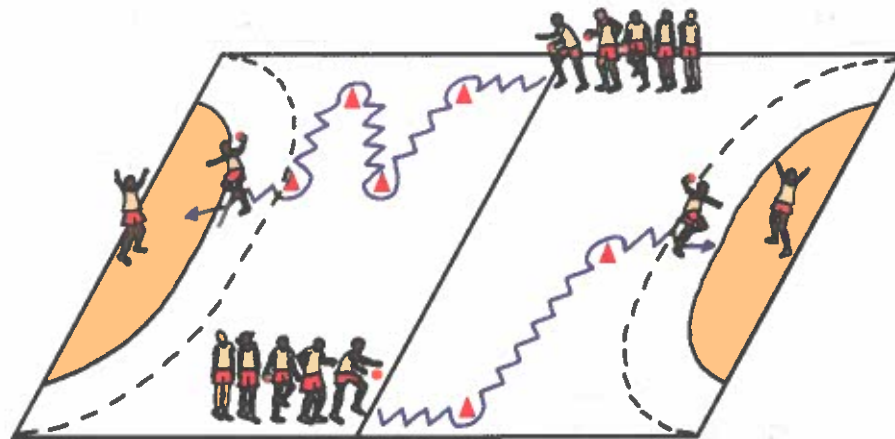
ANDEBOL

Objectivos específicos desta modalidade desportiva

- Adquirir os diversos gestos técnicos elementares específicos da modalidade.
- Executar correctamente as técnicas de jogo.
- Percepcionar o espaço de jogo.
- Executar as posições de base, adaptar-se à bola, manejar a bola com à-vontade.
- Executar os elementos técnicos fundamentais (passe, recepção, deslocamentos sem e com bola, mudanças de direcção sem e com bola, remate).
- Conhecer o modo de actuação do guarda-redes.
- Realizar com correcção os elementos técnicos do jogo, ajustando-os às situações do jogo; adequar a execução técnica ao regulamento.
- Desmarcar-se para receber a bola.
- Realizar com correcção e no momento certo os elementos técnicos fundamentais, em exercícios critério e em jogo.

Sugestões metodológicas

1. Exercícios de remate em circuito: os alunos estão distribuídos por 2 grupos, onde executam *drible*, contornando e saltando obstáculos e finalizando com remate em apoio e em suspensão, trocando de grupo no fim de cada exercício.



2. Jogo de passes

Descrição e objectivo do jogo

Duas equipas formadas por 5 ou 7 elementos, com uma bola num espaço limitado. Os jogadores de uma equipa (X) tentam fazer 10 passes consecutivos entre si, somando pontos, sem que a bola seja interceptada pelos jogadores da outra equipa (O), ou perdida por mau passe ou má recepção.

Regras:

- As equipas (X e O) podem deslocar-se por todo o espaço de jogo.
- A bola é jogada com as mãos.
- Por cada dez passes consecutivos que consiga fazer, a equipa marca um ponto. Quando a equipa marca ponto, a bola é repostada em jogo no centro do campo, pertencendo a bola à equipa que sofreu ponto.
- O jogador em posse da bola só pode fazer dois apoios com a bola na mão (o *drible* é interdito).
- O contacto físico entre jogadores não é permitido.
- Não é permitido a qualquer jogador tirar a bola das mãos do adversário.
- O jogador com bola ou a bola não podem sair dos limites do campo. A bola é repostada em jogo (após ter saído das linhas-limite do campo) no local de onde saiu pela equipa contrária à que a tocou em último lugar.
- Sempre que uma equipa perde a posse da bola, por interceptação da equipa contrária, “mau passe” ou “má recepção”, a contagem de passes é anulada e a equipa passa à situação de defesa.
- Qualquer infracção às regras, intencional ou não, é sancionada com a marcação de uma falta e o jogo recomeça com posse da bola da equipa contrária à que cometeu a falta no local da infracção.
- A duração do jogo é determinada por tempo ou número de pontos previamente estabelecido.



3. Situação de jogo reduzido (4 x 4), condicionado e em campo reduzido:
 - sem *drible*;
 - só passe picado.

4. Jogo da rabia**Descrição e objectivo do jogo**

Duas equipas com uma bola. Os jogadores de uma equipa (X) tentam fazer o maior número de passes entre si, sem que a bola seja interceptada pelos jogadores da outra equipa (O), ou perdida por mau passe ou má recepção.

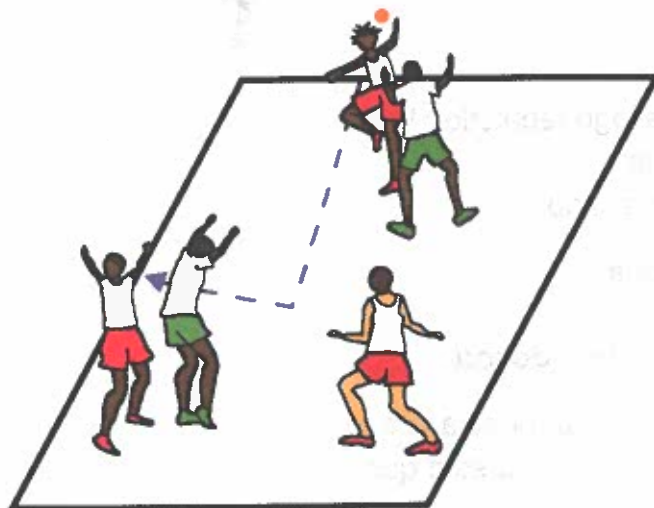
Regras:

- A equipa que tenta interceptar os passes tem menor número de jogadores.
- As equipas (X e O) podem deslocar-se por todo o espaço de jogo.
- A bola é jogada com as mãos.
- O jogador em posse da bola só pode fazer dois apoios com a bola na mão (o *drible* é interdito).
- O contacto físico entre jogadores não é permitido.
- Não é permitido a qualquer jogador tirar a bola das mãos do adversário.
- Quando um dos jogadores X consegue interceptar a bola, troca com o jogador que fez o mau passe ou a má recepção.
- A duração do jogo é determinada por tempo previamente estabelecido.



5. Exercício em grupos de 5 alunos, com uma bola (podem formar-se grupos com mais elementos. Os alunos que passam a bola serão sempre em número superior aos que tentam interceptar a bola).

Em espaço delimitado, 3 executam passe picado e os outros 2 tentam interceptar a bola, não a podendo tirar da mão dos colegas. Aquele que falhar o passe troca com o do meio.



6. Jogo “passe ao pivô”

tempo

No centro de um espaço delimitado circular, está 1 aluno (“pivô”) num arco, dentro do círculo estão 4 alunos que tentam evitar que o pivô receba a bola dos seus colegas de equipa (4), que estão fora do círculo a trocar a bola entre si até conseguirem passar ao pivô, marcando um ponto. Ganha a equipa que marcar mais pontos em 10 tentativas.



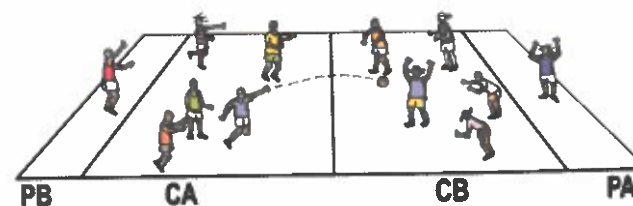
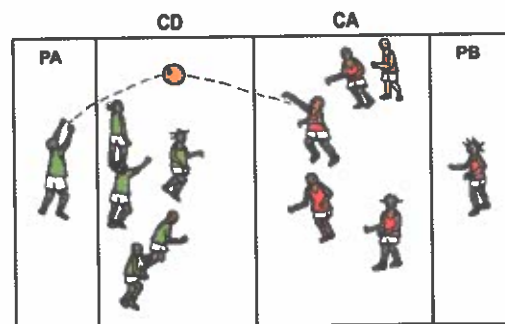
7. Jogo do mata

Descrição e objectivo do jogo

Duas equipas (A e B) com igual número de jogadores, com uma bola ou ringue, num espaço delimitado, conforme a figura.

Cada equipa coloca-se no seu meio-campo (CA e CB), com excepção de um jogador, que se coloca no respectivo “piolho” (“zona de reserva” ou “campo dos atingidos”, na figura PA e PB).

Após trocar a bola através de passe entre os jogadores de campo e o(s) que se encontra(m) no “piolho”, cada equipa procura atingir com a bola todos os jogadores adversários.



Regras:

- A bola é jogada com as mãos.
- O jogo tem início com uma equipa de posse da bola, que a troca através de passes com o jogador que se encontra no seu “piolho”, procurando uma boa situação para “atingir” directamente com a bola os adversários que se encontram no meio-campo (CA ou CB).
- Qualquer jogador, quer se encontre no campo principal ou no “piolho”, pode tentar “atingir”.
- Os jogadores adversários que se encontram na zona principal do campo tentam esquivar-se do remate adversário ou agarrar a bola sem a deixar cair no chão. Se a conseguir agarrar pode de imediato tentar “atingir” os jogadores da outra equipa.
- O jogador que é atingido vai para a “piolho”. Os jogadores “atingidos” permanecem na “zona de reserva” até ao final do jogo. O primeiro jogador a ser “atingido” substitui o jogador que lá se encontra desde o início do jogo.
- O jogador “atingido” fica em posse da bola e reinicia o jogo do “piolho”.
- Só se pode “atingir” quando a bola for agarrada sem tocar antes no chão ou em qualquer obstáculo.
- Não se considera “atingido” o jogador a quem a bola, rematada pelo adversário, acerte na cabeça.
- Sempre que a bola sai dos limites do campo, pertence aos jogadores do “piolho” ou campo mais próximo que reiniciam o jogo.
- O jogo termina quando uma equipa conseguir “atingir” todos os adversários.

8. Jogo “miniandebol”

Num campo reduzido, 2 equipas de 4 elementos têm como objectivo marcar pontos derrubando o cone que está na baliza do adversário, só o podendo fazer se rematarem atrás da linha de área de baliza. A progressão da bola só pode ser efectuada através de passe picado, não podendo devolver ao mesmo; cada jogador pode dar 3 passos em posse de bola.

9. Situação de jogo (5 x 5) em campo reduzido.

ACTIVIDADES RÍTMICAS E EXPRESSIVAS

Neste capítulo o professor deve procurar divulgar e valorizar diversas formas de movimento rítmico-expressivo, levando os alunos a identificar e a reproduzir técnicas básicas de alguns tipos de dança.

Devem ser ensinadas as danças regionais bem como rodas cantadas.

Em relação a estas últimas, sugere-se que se dinamizem as rodas cantadas propostas no Manual dos 3.º e 4.º anos, para além de outras que o professor conheça.

ACTIVIDADES DE EXPLORAÇÃO DA NATUREZA

Objectivos específicos desta área

- Integrar habilidades motoras (trepar, correr, saltar, etc.) no contacto com a Natureza e em conformidade com as respectivas características.
- Aplicar o sentido de orientação no espaço, em clima de descoberta.
- Respeitar as regras de segurança e de preservação do meio ambiente.

Sugestões de actividades

- Percursos e jogos de orientação em corrida e em marcha.
- Campismo, montanhismo, etc.

Títulos disponíveis



Língua Portuguesa
5.ª Classe



Matemática
5.ª Classe



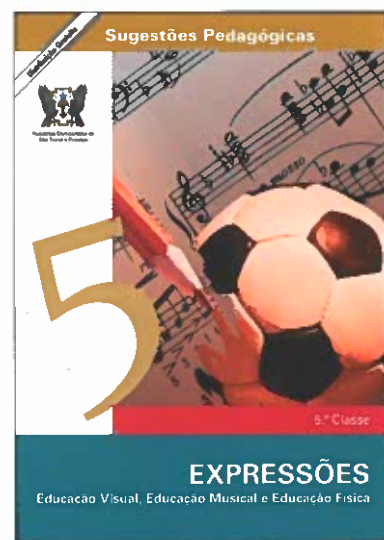
Ciências Naturais
e Sociais
5.ª Classe



Sugestões Pedagógicas
Língua Portuguesa
5.ª Classe



Sugestões Pedagógicas
Matemática
e Ciências Naturais
e Sociais
5.ª Classe



Sugestões Pedagógicas
Expressões
Educação Visual, Educação Musical
e Educação Física
5.ª Classe

SÍMBOLOS DE SÃO TOMÉ E PRÍNCIPE

Hino Nacional

Independência total

Independência total
Glorioso canto do povo
Independência total
Hino sagrado combate
Dinamismo

Na luta nacional

Juramento eterno

No país soberano

De São Tomé e Príncipe

Guerrilheiro da guerra sem armas na mão

Chama viva na alma do povo

Congregando os filhos das ilhas

Em redor da Pátria Imortal

Independência total, total e completa

Construindo no progresso e na paz

A Nação mais ditosa da terra

Com os braços heróicos do povo

Independência total

Glorioso canto do povo

Independência total

Hino sagrado combate

Trabalhando, lutando, lutando e vencendo

Caminhamos a passos gigantes

Na cruzada dos povos africanos

Hasteando a bandeira nacional

Voz do povo, presente, presente em conjunto

Vibra rijo no coro da esperança

Ser herói na hora do perigo

Ser herói no ressurgir do país

Independência total

Glorioso canto do povo

Independência total

Hino sagrado combate

Dinamismo

Na luta nacional

Juramento eterno

No país soberano

De São Tomé e Príncipe

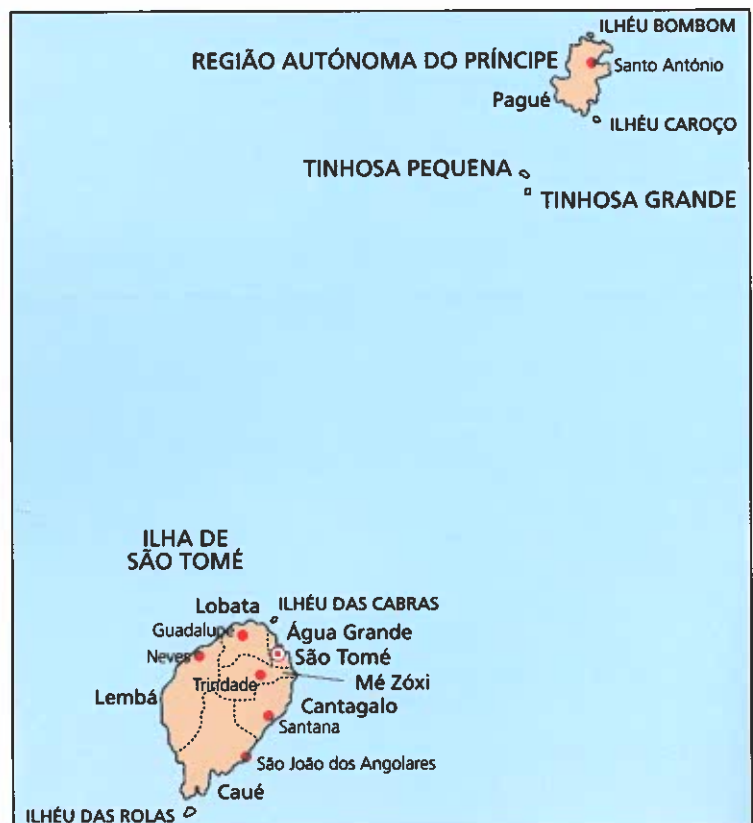
Bandeira



Símbolo



Mapa



Cooperação entre

REPÚBLICA DEMOCRÁTICA DE SÃO TOMÉ E PRÍNCIPE
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO E CULTURA

e



FUNDAÇÃO CALOUSTE GULBENKIAN