

## **PLANO DE AULA**

**MÊS:** Março

**PROFESSOR:** Lorena de Oliveira Murata

**OFICINA:** Dança

**TURMAS:** 1, 2, 3

**ATIVIDADES:** Composição de coreografias individuais e no coletivo. Atividades de ritmo e coordenação motora. Alongamentos.

### **JUSTIFICATIVA:**

Trabalhar e desenvolver coreografias individuais e em grupo, criação de passos individuais, estudo sobre a história da dança e dinâmicas voltadas para o incentivo da criatividade de cada um embasado na melhoria da qualidade de vida física e mental da criança e o conhecimento de diversas modalidades da dança, especificando nesse mês de fevereiro a iniciação, o conhecimento e a interação nas aulas de dança.

### **OBJETIVO GERAL:**

Apresentar e ensinar a prática de dança com o objetivo principal de incentivar a prática de exercícios, melhora da coordenação motora, trabalhar o processo de criatividade em cada um, assim utilizando este meio da dança para conseguir alcançar uma melhoria na qualidade de vida físico-mental destes alunos. Neste mês foram trabalhadas atividades para a continuidade no processo de desenvolvimento da coordenação motora e ritmo na dança, com os objetivos de alcançar cada vez mais a melhoria nestes aspectos.

### **DESENVOLVIMENTO:**

As atividades foram elaboradas em conteúdos presenciais, foram realizadas pesquisas para elaboração dos materiais pedagógicos e estudo para o conteúdo presencial. Oferecemos atividades presenciais uma vez que o número de alunos participantes voltou ao normal neste ano de 2022, não havendo necessidade da manutenção das atividades à distância por meio do Google Forms. Todo esse material elaborado é transcrito para um relatório geral como forma de controle de devolutiva dos alunos e feedback das atividades presenciais. Das atividades aplicadas durante o mês de março, deu-se continuidade às atividades de dança visando a melhor prática da mesma, utilizando dos exercícios de coordenação motora e ritmo

para o conhecimento corporal das movimentações as quais puderam criar sozinhos, assim como em duplas e também em grupos. Deu-se continuidade também aos exercícios de percepção dos sentidos, corporal e espacial, como o caminhar aleatório sobre todo espaço proposto sem trombar nos colegas e sempre preenchendo todos os vazios, e as mudanças de plano, como baixo, intermédio e alto, além da elaboração de coreografias e passos, pois estes necessitam de muita prática e treino para uma boa execução. Deste modo, sempre fazendo as correções necessárias e quando apresentada a melhora, parabenizando o aluno pelo seu mérito.

### **FEEDBACK DA AULA:**

- **TURMA 1:** Nas atividades de dança elaboradas durante o mês, foi notado um grande interesse da turma tornando assim as aulas mais produtivas e conseguindo um feedback positivo dos alunos de forma geral. As observações que fiz mostram que a maioria dos alunos comumente possuem a coordenação motora e o ritmo menos apurados que as outras turmas, pois se leva em conta a pouca idade e o descostume nestas atividades, apesar disso, todos se mostram em desenvolvimento constante para a melhora de movimentações, memória e habilidade de criatividade.
- **TURMA 2:** Nas atividades de dança elaboradas durante o mês, o feedback foi satisfatório durante a execução das atividades de equilíbrio e ritmo, uma vez que observa-se que o conhecimento corporal dessa turma é um pouco mais avançada que a turma 1, pela idade principalmente. Esta turma sempre se mostra interessada na oficina de dança, e dão o melhor de si, o esforço de cada um é notável. Com as atividades de criação de coreografias já se vê uma diferença notável em questão ao repertório de passos que eles estão adquirindo com o desenvolvimento desse fator.
- **TURMA 3:** Nas atividades de dança elaboradas durante o mês, o feedback foi positivo durante a execução da maioria das atividades passadas, tanto de ritmo e equilíbrio, quanto a de criatividade, aos que tiveram qualquer dificuldade foram rapidamente corrigidos e já conseguiram entender os movimentos. Demonstram uma ótima evolução realizando todas as variações com um bom desempenho, além de mostrarem bastante interesse na dança. Já conseguem elaborar coreografias básicas com passos simples e têm uma leitura corporal bem

avançada. Os alunos Camila, Victória, Anderson, Heitor, Ana Júlia, Izabelly e Khauan Oliveira, são destaques de bom exemplo comportamental, boa coordenação motora, criatividade e memória.

## BIBLIOGRAFIA

<https://portalvidalivre.com/articles/802>

<https://blog.scrapstore.com.br/afinal-como-melhorar-a-coordenacao-motora-aprenda-aqui/>

<https://colegiobrasilis.com.br/projeto-estimula-coordenacao-e-equilibrio/>