

INTERNATIONAL  
SEMINAR

# SPORT AND SCIENCE 2025

10-12 de ABRIL

## LIVRO DE ATAS



## **Seminário Internacional Desporto e Ciência 2025**

### **Comissão Organizadora**

Rui Trindade, Helder Lopes, Élvio Gouveia, Catarina Fernando, Ana Luísa Correia, Ricardo Alves, Hélio Antunes, Cíntia França, João G. Saldanha, Francisco Teixeira, João Martins, Francisco Santos.

### **Comissão Científica**

Élvio Gouveia, Helder Lopes, Rui Ornelas, Duarte Freitas, Catarina Fernando, Jorge Soares, Ana Rodrigues, Ricardo Alves, Hélio Antunes.

### **Ficha Técnica**

#### **Livro de Atas Seminário Internacional Desporto e Ciência 2025**

**ISBN:** 978-989-9230-11-8

**Coordenação da Edição:** Hélio Antunes, Rui Ornelas, Helder Lopes, Catarina Fernando, Ana Rodrigues, Ana Luísa Correia, Cíntia França & Élvio Gouveia.

**Editor:** Universidade da Madeira  
2025 – Funchal, Portugal

**Suporte:** Eletrónico

**Formato:** PDF/PDF/A

## Danças Sociais: Um Recurso Didático para a Lecionação na Educação Física

Ana Mendonça<sup>1,2</sup>; Adérito Nóbrega<sup>2</sup>; Ricardo Alves<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universidade da Madeira (UMa) – Departamento de Educação Física e Desporto

<sup>2</sup>Escola Básica e Secundária Dr. Ângelo Augusto da Silva

Autor correspondente: (Ana Mendonça, anarmendonca2002@gmail.com)

### Resumo

As Atividades Rítmicas e Expressivas (ARE), integram o currículo da Educação Física, ao longo de todo o percurso escolar dos alunos, abrangendo a dança, as danças sociais, as danças tradicionais portuguesas e a aeróbica. Apesar dos benefícios que as ARE possuem no desenvolvimento integral do aluno, ao nível dos domínios motor, cognitivo e socioafetivo, a sua lecionação ainda enfrenta muitos desafios/constrangimentos, pelos docentes, devido à falta de formação e dificuldades em motivar os alunos e pelos próprios alunos devido à falta de motivação (Brito et al., 2016), à insegurança corporal e ao contacto com o sexo oposto (Silva et al., 2014). Este trabalho tem como principal objetivo, facilitar a abordagem das ARE, em especial das Danças Sociais, nas aulas de Educação Física, através de estratégias didáticas aplicáveis ao ensino básico e secundário. Deste modo, o instrumento desenvolvido, está dividido em quatro grandes secções, enquadramento teórico, jogos e atividades didáticas, danças sociais e avaliação. O enquadramento teórico, aborda de uma forma muito breve a história da dança, os tipos de danças sociais, os seus benefícios e a sua importância pedagógica. A segunda secção apresenta um conjunto de jogos e atividades didáticas para que os alunos possam adquirir alguns *skills* básicos, como a coordenação e a relação música-movimento. A secção central deste instrumento apresenta a estrutura, exemplos de músicas, passos básicos e sequências coreográficas de cada um dos oito tipos de Danças Sociais. Por fim, são apresentados alguns recursos para facilitar os professores na avaliação (diagnóstico, formativa e sumativa) dos seus alunos. Este instrumento visa superar as dificuldades identificadas pelos professores na lecionação das ARE, através da utilização de meios audiovisuais e tecnológicos de forma a tornar a abordagem das Danças Sociais mais acessível e eficaz, enquanto estimula a motivação e o envolvimento dos alunos nas aulas.

**Palavras-Chaves:** Atividades Rítmicas e Expressivas; Danças Sociais; Educação Física; Recurso Didático.

**Abstract:** Rhythmic and Expressive Activities (REA) are part of the Physical Education curriculum throughout the student's school career, covering dance, social dances, traditional Portuguese dances and aerobics. Despite the benefits that PRAs have in the integral development of the student, in terms of motor, cognitive and socio-affective domains, their teaching still faces many challenges/constraints, by teachers, due to lack of training and difficulties in motivating students and by the students themselves due to lack of motivation (Brito et al., 2016), body insecurity and contact with the opposite sex (Silva et al., 2014). The main aim of this work is to facilitate the approach to ERA, especially Social Dances, in Physical Education classes, through didactic strategies

applicable to primary and secondary education. The tool is divided into four main sections: theoretical framework, games and didactic activities, social dances and evaluation. The theoretical framework briefly discusses the history of dance, the types of social dances, their benefits and their pedagogical importance. The second section presents a set of games and didactic activities so that students can acquire some basic skills, such as coordination and the music-movement relationship. The central section of this tool presents the structure, music examples, basic steps and choreographic sequences of each of the eight types of Social Dances. Finally, some resources are presented to facilitate teachers in the assessment (diagnostic, formative and summative) of their students. This tool aims to overcome the difficulties identified by teachers in teaching RSAs by using audiovisual and technological means to make the approach to Social Dances more accessible and effective, while stimulating students' motivation and involvement in class.

**Keywords:** Rhythmic and Expressive Activities; Social Dances; Physical Education; Teaching Resource.

## Introdução

Alves (1988), defende que as Atividades Rítmicas e Expressivas tiveram origem de um meio de expressão, antecedente à linguagem verbal, onde os movimentos corporais e ritmados eram utilizados para comunicar os sentimentos, ideias e mensagens entre os indivíduos.

O movimento humano, em especial na dança, é repleto de significados e emoções. Este acarreta os valores, atitudes e crenças de uma cultura através das ações, gestos e posturas que são manifestados (Jacinto et al., 2001).

Qualquer forma de movimento que procure expressar sentimentos, sensações ou pensamentos, pode ser considerado uma atividade rítmica e expressiva, independentemente da sua intensidade, estética ou se é ou não acompanhado por música (Sousa, 1979).

As Atividades Rítmicas e Expressivas (ARE) são reconhecidas pelo Programa Nacional de Educação Física (PNEF) (Jacinto et al., 2001), como uma ferramenta essencial para promover uma rotura nos padrões de perceção, pensamento e compreensão dos alunos.

Batalha (2004) afirma que, as ARE fornecem aos alunos diversas experiências com um alto valor educativo, uma vez que, os elementos específicos que as compõem, são fundamentais para proporcionar aos alunos a criatividade, a estética, a capacidade de comunicação e o pensamento crítico.

Laban (1984), salienta que os movimentos das ARE são essencialmente os mesmos que utilizamos no nosso quotidiano. Desta forma, estes devem ser movimentos simples, naturais, espontâneos e acessíveis a todos, podendo ser dançados por qualquer pessoa, neste caso, por qualquer aluno.

A prática das ARE por qualquer indivíduo é fundamental, uma vez que, permite melhorar a interação social, reduzir a timidez, melhorar o controle motor e a coordenação dos movimentos, bem como a oportunidade de desenvolver habilidades físicas, cognitivas e socio-emocionais, o que contribui de forma significativa para o seu desenvolvimento de forma holística (Correia et al., 2018).

Deste modo, a inclusão das ARE no currículo escolar, é vista como uma oportunidade significativa formativa para os alunos. No entanto, apesar de

constarem no PNEF (Jacinto et al., 2001) e nas Aprendizagens Essenciais (AE) (DGE, 2018), ainda são muitos os docentes que optam por não as lecionar nas aulas de Educação Física (Rosado, 2007).

Num estudo realizado por Alegre (2011), foi possível verificar que apenas 50% dos professores inquiridos incluem a dança no seu planeamento anual de atividades e que estes escolhem de forma predominante, as danças sociais, tradicionais e a aeróbica.

Partindo do mesmo pressuposto, Brito et al. (2016), afirmam que, aquando da abordagem das ARE, os professores relatam dificuldades em motivar os alunos e também em operacionalizar os conteúdos do PNEF, atualmente Aprendizagens Essenciais (AE) (DGE, 2018), de acordo com os níveis de aprendizagens dos seus alunos. Quando passamos aos professores que não lecionam as ARE, os autores constataram ainda que, estes relatam como problemas a formação insuficiente e as dificuldades na relação música-movimento, afirmando também que essa matéria de ensino não é selecionada pelo grupo disciplinar de Educação Física. No mesmo seguimento, Gualda e Sadalla (2008), constataram que a qualidade da formação que os professores recebem, poderá influenciar de forma diretamente proporcional o tipo de metodologias que estes adotam e conseqüentemente a forma com as ARE chegam até aos alunos.

Apesar de existirem já alguns esforços para colmatar todas as barreiras/desafios existentes na leção das ARE, é ainda necessário continuar a aprofundar possíveis metodologias, que possam colmatar o objeto de estudo.

Diversos autores destacam, algumas estratégias que podem ser utilizadas pelos professores aquando da leção das ARE, nomeadamente, a apresentação de diferentes estilos de dança no início de cada aula, a utilização de recursos de multimédia para enriquecer o processo ensino-aprendizagem, a organização de grupos de trabalho que facilitem a aprendizagem, o ajustamento dos alunos por género ou nível de proficiência, trocas de experiências e estratégias com outros professores, a utilização de exergames como é o exemplo do Just Dance, a incorporação de tecnologia na didática para melhorar o ensino, a valorização das capacidades e vivências corporais dos alunos, o proporcionar desafios aos alunos com sequências de passos e trabalho corporal mais abrangente, a aplicação dos movimentos dos alunos ao invés de lecionar sequências pré-estabelecidas e a utilização do contexto dos alunos como ponto de partida para o ensino das ARE (Correia et al., 2018; Gibbs et al., 2017; Gualda & Sadalla, 2008; Nyberg & Meckbach, 2017). De todas as estratégias anteriormente enumeradas, a utilização da tecnologia associada ao ensino, tem se demonstrado como uma boa ferramenta didática de forma a apoiar os professores no processo ensino-aprendizagem, deixando-os mais libertos de demonstrações e instruções e, ao mesmo tempo, mais focados nas questões pedagógicas como é o caso do feedback (Gibbs et al., 2017).

O presente trabalho tem como principal objetivo desenvolver um instrumento pedagógico que auxilie os docentes na leção das Danças Sociais nas escolas. Assim, considerando a importância da presença das Atividades Rítmicas e Expressivas (ARE) no contexto educacional e as dificuldades identificadas na leção desta matéria de ensino, pretende-se criar um recurso que facilite o ensino destas práticas, promovendo uma abordagem estruturada e eficaz para os professores.

Para alcançar este objetivo, pretende-se identificar se os professores lecionam as Atividades Rítmicas e Expressivas (ARE) nas suas aulas, investigar de que forma é que os docentes abordam os conteúdos das ARE, identificar as dificuldades enfrentadas pelos professores na lecionam desta matéria de ensino, analisar os desafios específicos enfrentados pelos docentes no ensino das Danças Sociais e avaliar a eficácia do instrumento através da experimentação prática do mesmo.

## **Metodologia**

### **Amostra**

Este estudo contou com a participação de 10 professores de Educação Física, 5 do sexo feminino e 5 do sexo masculino, que lecionam os 2.º, 3.º ciclos e ensino secundário, num estabelecimento de ensino do concelho do Funchal.

### **Instrumento de Recolha de Dados:**

Para proceder à recolha dos dados foi construído um questionário, através da plataforma *Google Forms*, tendo sendo desenvolvida em três fases. Na primeira fase, procedemos à construção da primeira versão do questionário que teve por base a consulta de bibliografia inerentes ao tema em estudo. A segunda fase, passou pela validação do instrumento de junto de especialistas na área da Educação Física e Desporto. Por fim, a terceira fase, foi a aplicação deste questionário junto dos professores de Educação Física.

O questionário possuía quatro secções sendo a primeira destinada a recolher alguns dados mais gerais sobre os professores, onde incluíamos uma questão relacionada com a formação específica na área das ARE, de modo a podermos relacionar com o tipo de estratégias utilizadas na lecionação desta matéria de ensino. A segunda secção, pretendia aferir se os professores costumam ou não lecionar as Atividades Rítmicas e Expressivas (ARE) nas suas aulas. Partindo desta questão, na terceira secção, pretendíamos aferir os motivos pelos quais os professores não lecionam esta matéria de ensino e ainda do que necessitavam para que passassem a lecionar a mesma. Por fim, na quarta e última secção, para os professores já lecionam as Atividades Rítmicas e Expressivas, questionamos as dificuldades que estes sentiram e ainda a forma como lecionam as lecionam, nomeadamente ao nível do número de aulas dedicadas, aos conteúdos abordados, aos estilos de ensino e estratégias de lecionação desta matéria.

### **Tratamento dos Dados**

Tratando-se de uma recolha de dados realizada através de um questionário, estes foram de natureza maioritariamente quantitativa. Deste modo, foi utilizado o *software* de análise estatística SPSS versão 29, para proceder a análise estatística da informação recolhida, tendo sido realizada a estatística descritiva. Além disso, foi realizada uma triangulação de dados, uma vez que, este procedimento científico permite fazer uma comparação entre os dados recolhidos e as perspetivas teóricas que existem acerca do tema em estudo (Angelim, 2019).

A metodologia adotada visa fornecer uma base sólida para a elaboração de um instrumento pedagógico eficaz, de forma a colmatar as necessidades e dificuldades identificadas pelos docentes ao nível do ensino das Danças Sociais. Desta forma, procura-se, contribuir para uma melhoria das práticas pedagógicas

Em relação aos professores que lecionam as ARE, começamos por averiguar, em média, quantas aulas é que estes dedicam a esta matéria de ensino. Assim, podemos verificar que a maioria dos docentes, cerca de 55,5% leciona, em média, entre 1 a 5 aulas, sendo que os restantes, dedicam entre 6 a 9 aulas. Quanto ao tipo de ARE que estes costumam lecionar, os mais selecionados foram as Danças Tradicionais (77,8%) seguindo-se as Danças Sociais (55,6%).

Deste modo, conseguimos verificar que a maioria dos professores dedica um número reduzido de aulas para a leção desta matéria de ensino, estando de acordo com os dados do estudo de Rosado (2007). Além disso, os tipos de ARE mais abordados pelos inquiridos, estão em concordância com os resultados do estudo de Alegre (2011), que demonstra que estes tipos de Dança são facilmente integrados na planificação anual, devido ao seu carácter acessível e socioculturalmente reconhecido. Brito et al. (2016), afirmam ainda que esta seleção dos tipos de Dança pode também ser explicado pela familiarização dos docentes com estes estilos, o que facilita a sua abordagem junto dos seus alunos, mesmo com algumas limitações.

Quisemos também averiguar se os professores sentiram dificuldades na leção das ARE e para as respostas afirmativas, quais foram. Deste modo, apenas 33,3% dos docentes afirmaram sentir dificuldades na leção da dança, tendo relatado a formação insuficiente, as dificuldades em motivar a turma e a falta de motivação.

No mesmo seguimento, Brito et al. (2016), indicam que existem muitos docentes que relatam dificuldades na operacionalização dos conteúdos apresentados nas Aprendizagens Essenciais, frequentemente pela falta de formação específica nesta área. Além disso, relatam ainda dificuldades na motivação da turma. Estas limitações são também apresentadas por Gualda e Sadalla (2008), que afirmam que a qualidade da formação inicial, está diretamente ligada ao tipo de metodologias adotadas pelos docentes. Correia et al. (2018), ainda acrescentam que a escassez de estratégias diversificadas e atrativas poderá contribuir para o envolvimento dos alunos nas aulas de Dança, sendo essencial que os docentes adotem outras metodologias, que permitam abordagens mais criativas e contextualizadas.

Um outro objetivo do nosso trabalho passa por identificar de que forma é que os docentes lecionam as ARE. Assim, começamos por questioná-los em relação aos “estilos de ensino” que estes utilizam na abordagem desta matéria, sendo que a maioria dos professores (55,5%) utilizam os estilos de ensino de imitação (33,3%) e de comando (22,2%), ou seja, abordagem centradas no professor. Os restantes professores optam pela utilização dos estilos de tarefa (33,3%) e de descoberta guiada (11,1%).

Esta predominância de estilos de ensino mais centrados no professor, pode limitar o desenvolvimento da autonomia, da criatividade e da expressividade dos alunos, que são competências básicas no domínio das ARE. Desta forma, Correia et al. (2018), defendem que a utilização de metodologias em que os alunos assumem um papel mais ativo no seu processo de aprendizagem, como os estilos de tarefa ou descoberta guiada, favorecem uma aprendizagem mais significativa e motivadora. Laban (1984), por sua vez, afirma também que os movimentos explorados nas ARE deverão ser simples, naturais e acessíveis, o que exige a adoção de estilos de ensino mais flexíveis e centrados no aluno.

Quanto as estratégias utilizadas, uma das mais selecionadas pelos docentes foi a utilização de novas tecnologias, como por exemplo, vídeos tutoriais, *Just Dance*, entre outros.

A preferência por estas metodologias reflete as tendências já discutidas na literatura, que apresenta o uso de recursos tecnológicos como uma ferramenta pedagógica eficaz para aumentar a motivação dos alunos e ao mesmo tempo diversificar as metodologias de ensino (Correia et al. 2018).

Tendo em conta que uma das barreiras à lecionação das ARE, na Educação Física, é a própria motivação dos alunos, tal como pudemos verificar nos resultados anteriormente apresentados bem como na literatura analisada, colocamos algumas questões direcionadas neste sentido. Assim, quando averiguamos a perceção dos docentes em relação à motivação dos seus alunos, para esta matéria de ensino, podemos verificar que metade dos docentes tem a considera que os seus alunos estão motivados para as ARE. Em relação aos docentes que têm a perceção de que os seus alunos não estão motivados para as ARE, os professores consideram que sejam pelas dificuldades em realizar os movimentos de forma coordenada, pela vergonha em dançar, pelo pouco à vontade para dançar com os colegas e por não considerarem importante saber dançar.

De forma a poder reverter esta situação, questionamos os docentes em relação à forma como consideram que podem auxiliar os alunos a estarem mais motivados para as ARE, ao qual pudemos verificar que a grande maioria selecionou a utilização de músicas atuais e do gosto dos alunos (90%), a proposta de coreografias mais dinâmicas e adaptadas aos interesses da turma (70%), a incorporação de tecnologias nas aulas (60%) e o fornecimento de mais autonomia aos alunos para que estes possam criar as suas próprias coreografias (50%).

Estas abordagens adotadas pelos docentes estão em consonância com a literatura, já que Correia et al. (2018) afirmam que o uso de estratégia didáticas mais próximas da realidade dos alunos, incluindo a liberdade para criar coreografias, contribui para uma maior valorização da expressão corporal. Gibbs et al. (2017), destaca ainda a eficácia da tecnologia, como os *exergames*, como forma de aumentar o interesse dos alunos e diversificar as metodologias de ensino, facilitando a aprendizagem dos movimento e tornando as aulas mais atrativas. Laban (1984), considera que a autonomia na criação de movimentos ou sequência é fundamental para a construção da expressividade, o que contribui para um ambiente de aprendizagem mais significativo.

### **Recurso Didático-Pedagógico para a Lecionação da Dança**

Tendo por base a bibliografia analisada e os resultados obtidos do estudo, entre as diversas estratégias propostas, surge a oportunidade da utilização de recursos multimédia para a lecionação das ARE nas aulas de Educação Física, de forma a poder colmatar com algumas das dificuldades dos docentes na lecionação desta matéria de ensino. Gibbs et al. (2017), afirmam que a utilização da tecnologia associada ao ensino, tem se demonstrado como uma boa ferramenta didática, de forma a apoiar os professores no processo ensino-aprendizagem, deixando-os mais libertos de demonstrações e instruções e, ao mesmo tempo, mais focados nas questões pedagógicas como é o caso do feedback.

Deste modo, foi criado um instrumento didático passível de ser utilizado aquando da lecionação das ARE. Este está dividido em quatro grandes secções, enquadramento teórico, jogos e atividades didáticas, danças sociais e avaliação.

O enquadramento teórico, aborda de uma forma muito breve a história da dança, os tipos de danças sociais existentes, os seus benefícios e a importância pedagógica. A segunda secção apresenta um conjunto de jogos e atividades didáticas que poderão ser utilizados numa fase mais inicial das aulas, de forma que os alunos adquiram alguns *skills* básicos das ARE, como é o caso da coordenação motora e da relação música-movimento. A secção central do instrumento apresenta, para cada um dos oito tipos de danças sociais selecionados, a sua estrutura, exemplos de músicas a utilizar, passos básicos e algumas sequências coreográficas. Por fim, estão ainda apresentados alguns recursos para facilitar os professores no processo de avaliação dos seus alunos (diagnóstico, formativa e sumativa).

Este instrumento visa então, superar as dificuldades identificadas pelos professores na lecionação das ARE, através da utilização de recursos multimédia e tecnológico de forma a tornar a abordagem das Danças Sociais mais acessível e eficaz, enquanto estimula em simultâneo a motivação e o envolvimento dos alunos nas aulas, tal como refere a literatura.

## Conclusão

O presente estudo permitiu concluir que, embora as ARE, mais especificamente as Danças Sociais, sejam lecionadas pela maior parte dos docentes inquiridos, a sua abordagem nas aulas de Educação Física ainda ocorre de forma muito pontual e limitada. Este é um cenário que está fortemente ligado à escassez de formação, visto que, muitos professores não tiveram nenhuma formação básica das ARE na sua formação académica, nem formação específica posterior à mesma, algo que compromete a sua confiança e competência aquando da lecionação desta matéria de ensino (Alencar et al., 2024; Brito et al., 2016).

Os professores que não lecionam as ARE, apontam como o principal motivo a perceção de que esta não é uma matéria de ensino essencial, tendo igualmente apontado a necessidade de formação contínua e específica para posterior abordagem nas aulas de Educação Física. Por outro lado, os docentes que lecionam as ARE, dedicam poucas aulas a esta matéria, sendo os conteúdos mais abordados as Danças Tradicionais Portuguesas e as Danças Sociais.

Os docentes, relatam como principais dificuldades na lecionação das ARE, a formação insuficiente, a dificuldade em motivar os alunos e a falta de motivação dos próprios alunos. Esta foi particularmente identificada como um fator crítico, devido a existência de constrangimentos emocionais, como a vergonha, a insegurança e a ausência de estratégias didáticas mais atrativas.

Verificamos ainda que existem muitos professores a recorrerem a estilos de ensino centrados predominantemente no professor, como o comando e a imitação, o que poderá comprometer o desenvolvimento da criatividade, autonomia e expressividade dos alunos, competências essenciais nas ARE (Laban, 1984; Correia et al., 2018). No entanto, alguns docentes já recorrem à utilização de tecnologias na sua prática pedagógica, como os vídeos tutoriais e jogos interativos, revelando avanços nas metodologias utilizadas na lecionação das ARE.

Neste contexto, recurso didático-pedagógico desenvolvido, com recurso à tecnologia e multimédia, revelou-se promissor no sentido de colmatar as dificuldades dos docentes, aos lhes oferecer um instrumento acessível, estruturado e alinhado com os interesses dos alunos, assim como, as Aprendizagens Essenciais, promovendo uma abordagem mais dinâmica e motivadora para a abordagem das Danças Sociais nas aulas de Educação Física.

Uma das principais limitações deste estudo está relacionada com a dimensão e a localização da amostra, visto ter apenas 10 professores de uma única escola do concelho do Funchal. O número restrito de participantes acaba por limitar a generalização dos resultados.

Além disso, a recolha de dados foi realizada através de um único instrumento, um questionário, o que por um lado permitiu uma análise quantitativa e descritiva dos dados de forma eficiente, mas por outro, não explora de forma aprofundada as motivações, as perceções e as práticas pedagógicas dos docentes inquiridos.

Uma outra limitação prende-se com a ausência de uma fase de implementação prolongada e observacional do recurso didático-pedagógico criado. Essa experimentação foi realizada apenas na Ação Científico-Pedagógica Individual, destinada aos docentes do grupo disciplinar de Educação Física do estabelecimento. No entanto, não houve uma implementação e um acompanhamento contínuo do impacto do instrumento nas aulas, das modificações nas práticas pedagógicas dos docentes e da aprendizagem dos alunos.

Tendo por base as conclusões retiradas e as limitações identificadas, em estudos futuros, recomendam-se o alargamento da amostra a diferentes contextos geográficos e a docentes que lecionam diferentes níveis de ensino, de forma a obter dados mais representativos e abrangentes. Deste modo, a inclusão de metodologias qualitativas, como a utilização de entrevistas semiestruturadas e sistemas de observação de aulas, poderá permitir uma compreensão mais aprofundada das práticas pedagógicas dos docentes na abordagem das ARE.

Paralelamente, o recurso didático-pedagógico deverá ser implementado por um período mais alargado, com o seu devido acompanhamento, de forma a avaliar o impacto que este tem na eficácia da lecionação das ARE nas aulas de Educação Física, mais especificamente, nas práticas pedagógicas do docente, no fornecimento de feedbacks mais específicos e na motivação e aprendizagem dos alunos. Além disso, será relevante promover junto dos docentes ações de formação contínua e específica das ARE, onde sejam abordados os conteúdos desta matéria de ensino e metodologias centradas no aluno e na utilização de recursos tecnológicos, alinhando assim, as práticas pedagógicas com as necessidades e interesses dos mesmos.

## Referências

- Alegre, L. (2011). A Dança na Perceção dos Professores de Educação Física. Em Monteiro, E. & Alves, M. J. (FMH), *Livro de Atas do SIDD2011 Seminário Internacional Descobrir a Dança/Descobrimo através da Dança* (pp. 88-98). <https://ceapfmh.files.wordpress.com/2012/12/atas-sidd-2011-final.pdf>
- Alencar, A., Brasileiro, L. T., Resende, R., & Nascimento, J. V. (2024). Dança na formação inicial em educação física: o percurso formativo de docentes

- universitárias em cena. *Pro-posições*, 35(2). <https://doi.org/10.1590/1980-6248-2023-0073BR>
- Alves, A. (1988). *Dança*. Publicações Dom Quixote.
- Angelim. (2019). Uma análise teórica discursiva da Triangulação nas pesquisas de engenharia. *Revista de Ciencias Empresariales y Sociales*, 2(1), 12–30. [https://dspace.uces.edu.ar/jspui/bitstream/123456789/4882/1/Souza-Angelim\\_Un\\_analises.pdf](https://dspace.uces.edu.ar/jspui/bitstream/123456789/4882/1/Souza-Angelim_Un_analises.pdf)
- Batalha, A. P. (2004). *Metodologia do ensino da dança*. Faculdade de Motricidade Humana.
- Brito, S., Correia, A. L., & Carvalho, M. L. (2016). ARE em âmbito escolar: problemas e possíveis soluções. Em Lopes, H., Gouveia, E., Rodrigues, A., Correia, A. L., Simões, J., & Alves, R. (2016). *Problemáticas da Educação Física II* (pp. 154-162). Universidade da Madeira. [https://www.researchgate.net/profile/Elvio-Gouveia/publication/316187342\\_Problematicas\\_da\\_Educacao\\_Fisica\\_II/links/58f5a8dbaca27289c21cd523/Problematicas-da-Educacao-Fisica-II.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Elvio-Gouveia/publication/316187342_Problematicas_da_Educacao_Fisica_II/links/58f5a8dbaca27289c21cd523/Problematicas-da-Educacao-Fisica-II.pdf)
- Correia, A. L., Carvalho, M. L., Pita, D., Castro, M., & Rodrigues, A. (2018). Abordagem das atividades rítmicas expressivas na EF. In Lopes, H., Gouveia, E., Rodrigues, A., Correia, A. L., Simões, J., & Alves, R. (2018). *Didática da Educação Física Perspetivas, Interrogações e Alternativas* (pp. 139-175). Universidade da Madeira. <https://digituma.uma.pt/bitstreams/7f61855f-1fc1-4be2-90ae-fc8ff2736c41/download>
- Direção-Geral da Educação (DGE) (2018). Currículo do Ensino Básico e do Ensino Secundário – Aprendizagens Essenciais Educação Física – Anexo III. [https://www.dge.mec.pt/sites/default/files/Curriculo/Aprendizagens\\_Essenciais/3\\_ciclo/educacao\\_fisica\\_3c\\_9a\\_ff.pdf](https://www.dge.mec.pt/sites/default/files/Curriculo/Aprendizagens_Essenciais/3_ciclo/educacao_fisica_3c_9a_ff.pdf)
- Gibbs, B., Quennerstedt, M., & Larsson, H. (2017). Teaching dance in physical education using exergames. *European Physical Education Review*, 23(2), 237-256. <https://doi.org/10.1177/1356336X16645611>
- Gualda, L. R., & Sadalla, A. D. (2008). Formação para o ensino de dança: pensamento de professores. *Revista Diálogo Educacional*, 8(23), 207-220. <https://doi.org/10.7213/rde.v8i23.4021>
- Jacinto, J., Carvalho, L., Comédias, J., & Mira, J. (2001). Programa de Educação Física (Reajustamento) 3º Ciclo do Ensino Básico. *Ministério da Educação*. [https://www.dge.mec.pt/sites/default/files/ficheiros/eb\\_ef\\_programa\\_3c.pdf](https://www.dge.mec.pt/sites/default/files/ficheiros/eb_ef_programa_3c.pdf)
- Laban, R. (1984). *Danza educativa moderna*. Paidós. [https://eva.isef.udelar.edu.uy/pluginfile.php/1965/mod\\_resource/content/1/Danza%20educativa%20moderna%20Laban.pdf](https://eva.isef.udelar.edu.uy/pluginfile.php/1965/mod_resource/content/1/Danza%20educativa%20moderna%20Laban.pdf)
- Neves, J., & Condessa, I. (2012). A Formação Contínua de Professores de Educação Física na RAA: análise de um período de formação. In Condessa, I. C., Pereira, B. O., & Carvalho, G. S. de (CIEC, IE, UM, Braga, Portugal). *Atividade Física, Saúde e Lazer: Educar e Formar* (pp. 189-199). Universidade do Minho. <http://hdl.handle.net/10400.3/2643>
- Nyberg, G., & Meckbach, J. (2017). Exergames 'as a teacher' of movement education: exploring knowing in moving when playing dance games in physical education. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 22(1), 1-14. <https://doi.org/10.1080/17408989.2015.1112778>

- Peres, A. T., Ribeiro, D. M. D. B., & Junior, J. M. (2001). A Dança Escolar de 1<sup>a</sup> a 4<sup>a</sup> série na visão dos professores de Educação Física das escolas estaduais de Maringá. *Revista da Educação Física*, 12(1), 19-26. <https://www.periodicos.uem.br/ojs/index.php/RevEducFis/article/download/3760/2590/>
- Rosado, M. (2007). A dança na escola: programa de danças sociais. In Moura, M. & Monteiro, E. (FMH). *Dança em Contextos Educativos* (pp. 149-161). Cruz Quebrada: Edições FMH.
- Sousa, A. B. (1979). *A dança educativa na escola. Movimento Educativo-Expressão Corporal Dança Criativa*. Lisboa: Básica Editora.
- Vaz, M. V., Brito, R. M., & Vianna, J. A. (2010). A dança na Educação Física escolar: a perspectiva dos professores. *Revista Digital – Buenos Aires*, (146). <http://www.efdeportes.com/>