

PROVA PRÁTICA

1. Objeto de avaliação

A prova prática de equivalência à frequência tem por referência as orientações curriculares da disciplina de Dança.

A prova permite avaliar as competências que decorrem dos objetivos gerais e específicos da disciplina (aprendizagens e competências), passíveis de avaliação numa prova prática de duração limitada.

Objetivos gerais e conteúdos em avaliação:

| | |
|-------------------|---|
| Objetivo 1 | Em situação de exploração individual de movimento, com ambiente musical adequado diferencia movimentos locomotores e não locomotores explorando o espaço com diversas ações: andar, correr, saltitar, deslizar, saltar, cair, rastejar, rodopiar, deslizar, bater, empurrar, puxar, afastar, subir, descer, etc., diferenciando a ação dos segmentos corporais, com fluidez de movimentos de acordo com a marcação rítmica. |
| Conteúdos | Exploração individual de movimentos (locomotores e não locomotores) no espaço. |

| | |
|-------------------|---|
| Objetivo 2 | Em situação de exploração individual de movimento, com ambiente musical adequado, de acordo com a marcação dos compassos binário, ternário e quaternário: explora o espaço percorrendo todas as direções, sentidos e zonas, no ritmo e sequência dos apoios correspondentes à marcação, combinando lento/rápido, acelerado/retardado, forte/fraco, crescendo/diminuindo e pausa/contínuo. |
| Conteúdos | Exploração individual de movimentos de acordo com a marcação de diferentes ritmos e compassos. |

| | |
|-------------------|--|
| Objetivo 3 | Em situação de exploração do movimento a pares, com ambiente musical adequado: movimenta-se livremente, utilizando movimentos locomotores e não locomotores, pausas e equilíbrios e também o contacto com o parceiro «conduzindo» a sua ação, «facilitando», e «esperando» por ele se necessário; Segue a movimentação do companheiro, realizando as mesmas ações com qualidades de movimento idênticas; Segue a movimentação do companheiro, realizando ações inversas. |
| Conteúdos | Exploração do movimento a pares, contatos e movimentos relacionados. |

| | |
|-------------------|--|
| Objetivo 4 | Em situação de exploração de movimentos em grupo, com ambiente musical adequado e ou de acordo com a marcação rítmica (do professor ou dos alunos): Combina diferentes movimentos e habilidades; Identifica diferentes formas de ocupação do espaço; |
|-------------------|--|

| | |
|------------------|--|
| | Ajusta a sua ação para realizar alterações ou mudanças de formação, sugeridas pelo ambiente musical. |
| Conteúdos | Exploração do movimento em grupo, contatos, movimentos relacionados e formas de ocupação do espaço. |

| | |
|-------------------|---|
| Objetivo 5 | Conhece e compreende as componentes críticas dos passos básicos das danças sociais merengue, valsa e salsa. |
| Conteúdos | Execução do passo básico das danças sociais (merengue, valsa e salsa) com e sem acompanhamento musical. |

| | |
|-------------------|---|
| Objetivo 6 | Conhece e compreende as componentes críticas dos passos básicos das danças tradicionais portuguesas (regadinho, sariquité, tacão e bico, toma lá dá cá, bailinho da madeira, pézinho da vila e chamarrita). |
| Conteúdos | Execução do passo básico das danças tradicionais portuguesas (regadinho, sariquité e chamarrita), com acompanhamento musical. |

| | |
|-------------------|---|
| Objetivo 7 | Prepara uma pequena coreografia de acordo com uma música e ou tema escolhido, integrando as habilidades e combinações exercitadas na aula, com coordenação, fluidez de movimento e sintonia. |
| Conteúdos | Capacidade de composição coreográfica e articulação de diferentes processos de criação de movimento. Compreensão da relação da música a nível de ritmo e tempo com a expressão corporal e a dança. |

2. Características e estrutura

A prova apresenta sete grupos de exercícios.

Cada grupo de exercícios pretende avaliar as competências em cada um dos objetivos acima enunciados.

| Grupo | Nº de exercícios | Tipo de exercício |
|-------|------------------|---|
| I | 2 exercícios | 1 exploração de movimentos pelo espaço 2 exploração de movimentos pelo espaço (locomotores e não locomotores: diferenciação) |
| II | 1 exercício | 1 exploração de movimentos pelo espaço obedecendo aos diferentes ritmos e compassos |
| III | 2 exercícios | 1 exploração de movimentos a par (idêntico e inverso) 2 exploração de movimentos a par com diferentes contatos |

| | | |
|-----|--------------|--|
| IV | 1 exercício | 1 exploração de movimentos em grupo e identificação de formas de ocupação do espaço equilibradas |
| V | 3 exercícios | 1 execução do passo básico do merengue 2 execução do passo básico da valsa 3 execução do passo básico da salsa |
| VI | 3 exercícios | 1 execução do passo básico do regadinho 2 execução do passo básico do sariquité 3 execução do passo básico da chamarrita |
| VII | 1 exercício | 1 elaboração de uma coreografia |

3. Critérios gerais de classificação

| Grupo | Execução Técnica correta | Sucesso tarefa |
|-------|--------------------------|----------------|
| I | 50% | 50% |
| II | 50% | 50% |
| III | 50% | 50% |
| IV | 50% | 50% |
| V | 50% | 50% |
| VI | 50% | 50% |
| VII | 50% | 50% |

4. Duração da prova

A prova tem a duração de 45 minutos.

5. Material autorizado

O aluno tem de apresentar-se com o equipamento adequado para as aulas de Dança: t-shirt, calção ou calças de fato de treino, meias e sapatos desportivos.