

ESCOLA DE MÚSICA DO ORFEÃO DE LEIRIA

Departamento de Dança

CURSO BÁSICO DE DANÇA

CURRICULUM

TÉCNICA DE DANÇA CLÁSSICA

TÉCNICA DE DANÇA CONTEMPORÂNEA

EXPRESSÃO CRIATIVA

PRÁTICAS COMPLEMENTARES DE DANÇA

ÍNDICE

TÉCNICA DE DANÇA CLÁSSICA	4
1. INTRODUÇÃO	5
2. APRESENTAÇÃO DO PROGRAMA	6
1.1. OBJETIVOS GERAIS	6
1.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS	6
1.3. COMPETÊNCIAS A DESENVOLVER	7
3. CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	9
4. AVALIAÇÃO	21
5. BIBLIOGRAFIA	22
TÉCNICA DE DANÇA CONTEMPORÂNEA	23
1. INTRODUÇÃO	24
2. APRESENTAÇÃO DO PROGRAMA	25
2.1. OBJETIVOS GERAIS	25
2.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS	25
2.3. COMPETÊNCIAS A DESENVOLVER	26
3. CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	31
4. AVALIAÇÃO	44
5. BIBLIOGRAFIA	45
EXPRESSÃO CRIATIVA	46
1. INTRODUÇÃO	47
2. OBJETIVOS	47
2.1. OBJETIVOS GERAIS	47
2.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS	48
2.3. CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	48
3. AVALIAÇÃO	51

PRÁTICAS COMPLEMENTARES DE DANÇA	52
1. INTRODUÇÃO	53
2. OBJETIVOS	53
3. REPERTÓRIO CLÁSSICO	54
3.1. PERTINÊNCIA PEDAGÓGICA	54
3.2. CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	54
4. COMPOSIÇÃO COREOGRÁFICA	55
4.1. PERTINÊNCIA PEDAGÓGICA	55
4.2. CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	56
5. AVALIAÇÃO	59

ESCOLA DE MÚSICA DO ORFEÃO DE LEIRIA

Departamento de Dança

CURSO BÁSICO DE DANÇA

CURRICULUM

TÉCNICA DE DANÇA CLÁSSICA

1. INTRODUÇÃO

O percurso evolutivo da história da Dança, enquanto expressão artística, tem demonstrado como esta linguagem pode refletir sobre a realidade e vivência sociocultural de uma comunidade. Há, nesta evolução, uma crescente consciência da importância que a sua aprendizagem tem para um mais profundo conhecimento sobre a natureza humana e o seu potencial criativo, particularmente na relação do homem com o corpo e todas as competências físicas e imateriais a ele associadas.

Enquanto fonte de conhecimento, a Dança correlaciona-se naturalmente com diferenciados saberes, de forma mais imediata com a Música e o Teatro e outros domínios artísticos e filosóficos, mas também com matérias do pensamento pragmático como a matemática, a geometria, a geografia e até, de forma mais evidenciada na linguagem contemporânea, com a arquitetura. É na transversalidade da Dança que encontramos os fundamentos de um programa que atende às especificações do ensino artístico como abordagem basilar e globalizante para a aprendizagem desta disciplina.

Com uma tradição secular, a Dança Clássica contém uma terminologia universal e uma linha estética que lhe é inerente e assume um papel primordial na formação técnica e artística de um estudante de Dança. Favorece o desenvolvimento das capacidades psicomotoras, a aptidão física, perceção temporal e espacial, bem como a criatividade, estimulando igualmente o exercício da autoconfiança.

A disciplina de Técnica de Dança Clássica integra o Plano de Estudos do Curso Especializado de Dança. Esta disciplina desenvolve-se ao longo dos 2º e 3º ciclos de escolaridade, com a seguinte carga horária:

- 2º Ciclo
 - 1º ano – 6 unidades letivas de 45 minutos
 - 2º ano – 6 unidades letivas de 45 minutos
- 3º Ciclo
 - 3º ano – 6 unidades letivas de 45 minutos
 - 4º ano – 8 unidades letivas de 45 minutos
 - 5º ano – 11 unidades letivas de 45 minutos
- ensino secundário
 - 6º ano - 10 unidades letivas de 45 minutos
 - 7º ano - 10 unidades letivas de 45 minutos
 - 8º ano - 12 unidades letivas de 45 minutos

Nos termos da alínea b) do nº 1 do artigo 6º do Decreto-Lei nº 310/83 de 1 de julho, o Curso Básico de Dança é ministrado em regime articulado nos 2º e 3º ciclos do ensino básico.

A organização deste programa, seguindo determinados parâmetros de forma sistematizada, de acordo com a especificidade dos conteúdos e das necessidades dos alunos, apoia-se num processo organizativo do geral para o particular.

2. APRESENTAÇÃO DO PROGRAMA

Sendo o processo de ensino/aprendizagem um sistema em espiral, a metodologia de ensino da Dança faz-se utilizando o conceito 'build-up'. Desta forma, os objetivos são essencialmente comuns aos ciclos de ensino: o que distingue os ciclos de ensino não será tanto os objetivos pois são muito semelhantes (variando apenas o grau de complexidade), mas antes o léxico dominado pelos alunos em cada ano. Assim, o que é esperado do aluno em cada ano de ensino remete diretamente para quando e como os conteúdos programáticos são introduzidos. Assim, a tabela de progressão técnica presente mais adiante, em 'conteúdos programáticos' permite uma perspetiva muito clara dos objetivos de cada ano do curso.

1.1. Objetivos Gerais

- Adquirir e consolidar as competências técnicas e artísticas;
- Criar condições que visem o prosseguimento de estudos;
- Incentivar a capacidade de participação em apresentações públicas;
- Reforçar o gosto pela prática da Dança;
- Promover o sentido de autonomia, responsabilidade e atitudes de cooperação e interação com os restantes elementos que integram o grupo;
- Consciencializar para a dimensão individual e social da Dança enquanto expressão artística e cultural;
- Fomentar a criação e qualificação de novos públicos;
- Desenvolver o sentido estético, a sensibilidade, consciência crítica e autocrítica;
- Promover e articular a interdisciplinaridade.

1.2. Objetivos Específicos

- Compreender a noção de corpo;
- Dominar a terminologia aprendida dos elementos básicos da Técnica de Dança Clássica (complexidade de acordo com o ano de ensino);
- Desenvolver as capacidades físicas:
 - Coordenação
 - Flexibilidade
 - Força
 - Resistência
 - Equilíbrio
 - En dehors
- Desenvolver a capacidade de memorização e adaptação;
- Aplicar a noção de tempo;
- Aplicar a noção de espaço;
- Manipular as diferentes dinâmicas;
- Desenvolver capacidades artísticas/interpretativas;
- Conhecer o repertório clássico;
- Intervir em apresentações públicas, interpretando peças originais criadas especialmente para estas idades;

1.3. Competências a desenvolver

As competências a desenvolver ao longo do programa, encontram-se alicerçadas em eixos fundamentais:

domínio		competências a desenvolver
competências psico-motoras	postura e alinhamento corporal	<ul style="list-style-type: none"> • mantém o alinhamento da cintura pélvica e escapular; • mantém a rotação externa dos membros inferiores; • realiza sequências de movimento sem perder o equilíbrio; • domina a distribuição do peso do corpo; • trabalha com tonicidade muscular; • aplica o conceito pull-up; • isola as partes do corpo; • move os braços sem mobilizar os ombros; • demonstra as linhas corretas de braços e pernas.
	equilíbrio	<ul style="list-style-type: none"> • executa movimentos com dois apoios, um apoio, na meia ponta e em pontas de forma equilibrada; • demonstra controlo e alinhamento correto na execução de movimentos de giro, pontas (meninas) e receção de movimentos de salto; • domina a mobilização muscular da cintura escapular para maior estabilidade do movimento (ativação do centro).
	coordenação motora	<ul style="list-style-type: none"> • realiza movimentos simultâneos dos membros inferiores, superiores, cabeça e tronco; • demonstra destreza.
	força	<ul style="list-style-type: none"> • demonstra força geral em todos os segmentos do corpo; • executa com controlo, alinhamento e equilíbrio os movimentos solicitados; • utiliza a força para suportar movimentos que exijam amplitude; • aplica energia orientada nos exercícios.
	resistência	<ul style="list-style-type: none"> • possui a resistência cardio-vascular e muscular necessárias para suportar os exercícios/sequências de movimento requeridas;
	flexibilidade	<ul style="list-style-type: none"> • realiza, com consistência, exercícios para melhorar a amplitude de movimento;
	cognição	<ul style="list-style-type: none"> • identifica padrões de movimento, tempo e espaço; • memoriza sequências de movimento; • adapta as sequências memorizadas, várias vezes até à sua forma final; • demonstra compreensão da lógica matemática dos exercícios; • retém e aplica as correções dadas pelo professor.
	terminologia e sua aplicação	<ul style="list-style-type: none"> • conhece e executa de forma correta os movimentos aprendidos; • domina a terminologia da Técnica de Dança Clássica.

cultura geral	cultura artística	<ul style="list-style-type: none"> demonstra conhecimento do repertório clássico; relaciona as obras com o seu contexto; interessa-se pela vida e obra de criadores e artistas da Dança; demonstra sentido crítico e estabelece relações entre obras coreográficas e outras expressões artísticas
competências artísticas	musicalidade	<ul style="list-style-type: none"> reconhece diferentes andamentos; domina o conceito tempo/pulsção; identifica padrões rítmicos e executa os movimentos de acordo com os compassos musicais e demais estruturas rítmicas; reproduz no movimento as acentuações e dinâmicas da música; reconhece e aplica as pausas de acordo com o solicitado;
	perceção espacial	<ul style="list-style-type: none"> domina o espaço ao nível da cinesfera, progressão espacial, níveis e alinhamentos do corpo no espaço. respeita a estrutura espacial requerida; relaciona-se espacialmente com os outros elementos do grupo de acordo com o solicitado; tem perceção da perspetiva do público sobre o movimento produzido; revela capacidade de adaptação a diferentes espaços cénicos, estabelecendo com facilidade novas referências espaciais;
	artisticidade e qualidade de movimento	<ul style="list-style-type: none"> compreende as características de cada movimento; aplica corretamente as dinâmicas de movimento solicitadas; relaciona a respiração com o movimento; domina o foco, projeção da energia e dinâmicas de movimento, aplica contraste, controlo nas transferências de peso, fluidez, expressividade e individualidade nos movimentos produzidos;
competências intrapessoais e interpessoais	autoconhecimento e o relacionamento com o outro	<ul style="list-style-type: none"> demonstra capacidade de se relacionar de forma positiva com os restantes elementos da turma e professor; em momentos de pressão consegue ajustar-se ao imprevisto; em ensaios, promove a ajuda a alunos de outras turmas e demonstra uma atitude colaborante no plano de trabalho. tem autodisciplina e autodeterminação; possui capacidade de concentração e organização pessoal; demonstra sensibilidade à criação artística; apresenta resiliência perante a adversidade e procura soluções para os desafios; desenvolve sentido crítico e autocrítico.

3. CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS

A tabela de progressão infra refere a introdução dos conteúdos (primeiro contacto dos alunos com o vocabulário e de que forma). O vocabulário adquirido nos primeiros anos é consolidado de forma gradualmente mais complexa ao longo de todo o curso. Os conteúdos devem ser apresentados de forma gradual e sistemática e devem ter em consideração o ciclo as capacidades físicas, as estruturas mentais e os processos emocionais dos alunos, para a sua aplicação de forma humanizada e segura. Os conteúdos podem ser interpretados como objetivos para o respetivo ano.

CONTEÚDOS – TABELA DE PROGRESSÃO					
conteúdos na barra	1º ano	2º ano	3º ano	4º ano	5º ano
BARRA					
demi-pliés	1ª, 2ª, e 3ª ou 5ª pos. de frente e de lado para a barra a 8 e 4 tempos	em 4ª e 5ª pos com coordenação de braços a 4 tempos	a 2 tempos		
grand-pliés	1ª, 2ª, 3ª ou 5ª pos. de frente e de lado para a barra a 8 e 4 tempos	4ª e 5ª pos. de frente para a barra	4ª e 5ª pos. de lado para a barra		
transferência de peso	slide deslizando o pé, para 2ª e 4ª pos. temps lié por dégagé, por 4ª e 2ª pos. de frente para a barra	com chassé, para 2ª e 4ª pos. temps lié por dégagé, por 4ª e 2ª pos., en avant e en arrière de lado para a barra			
battements tendus	de 1ª, 3ª ou 5ª pos. de frente e de lado para a barra devant, derrière e à la seconde a fechar e terminar com ou sem plié en cloche com paragem em 1ª pos. a 8 e 4 tempos	acento fora e dentro en cloche com transferência de peso a 2 tempo	com direções a 2 e 1 tempo	com ½ ponta	
battement en cloche	a terre com paragem em 1ª pos. a 4 tempos	a terre com paragem em 1ª pos. a 2 tempos	en l'air a 1 tempo		

conteúdos na barra	1º ano	2º ano	3º ano	4º ano	5º ano
battements glissés	de 1ª, 3ª ou 5ª pos. de frente e de lado para a barra devant, derrière e à la seconde a fechar e terminar com ou sem plié com transferência de peso a 8 e 4 tempos	com piqués en cloche com paragem em 1ª pos. acento fora e dentro 2 tempos	en cloche a 1 tempo com direções	battement relevés	
battements jetés		de 1ª, 3ª ou 5ª pos. de frente e de lado para a barra devant, derrière e à la seconde a fechar e terminar com ou sem plié com transferência de peso acento fora e dentro a 4 e 2 tempos	en cloche com paragem em 1ª pos. com direções	en cloche a 1 tempo battements relevés	
battements piqués		devant, derrière e à la seconde			
pas de cheval	paralelo e en dehors devant e à la seconde				
battement soutenu	de frente e de lado para a barra de 1ª pos. devant, derrière e à la seconde	de 5ª pos. devant, derrière e à la seconde com ½ ponta	com direções		
flic-flac			preparação de frente para a barra en dehors e en dedans	-com ½ volta	com 1 volta

conteúdos na barra	1º ano	2º ano	3º ano	4º ano	5º ano
rond de jambe à terre	de 1ª pos. demi rond de jambe en dehors e en dedans rond de jambe en dehors e en dedans de frente e de lado para a barra a 8 e 4 tempos	de 5ª pos. a 4 e 2 tempos	com fondu	single e double a 1 tempo	
russian jetés (grand rond de jambe jeté)					en dehors e en dedans
battements fondus	preparação de frente e de lado para a barra devant, derrière e à la seconde à terre a 8 e 4 tempos	a 45º de lado para a barra a 4 e 2 tempos	a 90º com direções	na ½ ponta doubles	com maior complexidade
battements frappés	devant, derrière e à la seconde de frente e de lado para a barra a 4 e 2 tempos	preparação para doubles à la seconde	doubles devant, derrière e à la seconde	na ½ ponta com direções	com fondu
assemblés soutenu	demi assemblé soutenu à terre en dehors e en dedans	assemblés soutenu en dehors e en dedans	a fechar na ½ ponta	a 45º com direções	en tournant
petit battements		devant e derrière	com acento devant e derrière na ½ ponta	battu com direções	serrés
rond de jambe en l'air		preparação	de frente e de lado para a barra en dehors e en dedans a 2 tempos	doubles en dehors e en dedans a 1 tempo	na ½ ponta
retirés	de 6ª, 1ª, 3ª ou 5ª pos. devant e derrière a 4 e 2 tempos	passé en avant e en arrière com relevé	a 1 tempo		

conteúdos na barra	1º ano	2º ano	3º ano	4º ano	5º ano
grand battements	de frente e de lado para barra devant, derrière e à la seconde a 4 e 2 tempos		en cloche	developpés e enveloppés	na ½ ponta relevés piqués a tempo

adagio na barra

port de bras	en avant (zona escapular) de frente e lado para a barra de côté e en arrière de frente para a barra	en avant (90º), en arrière e de côté de lado para a barra	com dégagé com direções	circular 4ª fondu	na ½ ponta lounge
relevé lent	preparação no solo devant, derrière e à la seconde de costas e frente para barra a 8 e 4 tempos	de lado para barra	com direções	subindo à ½ ponta	
developpé	preparação no solo devant, à la seconde e derrière de frente para a barra	de lado para a barra	com direções passés	com fondu	na ½ ponta
enveloppé			devant, derrière e à la seconde		na ½ ponta
fouetté e rotation		rotation à terre	fouetté à terre	en l'air, com fouetté	
grands rond de jambe			demi- grand rond de jambe en dehors e en dedans	grand rond de jambe en dehors e en dedans	em ½ ponta

conteúdos na meia ponta na barra

rises	em 6ª, 1ª, 2ª e 3ª pos. de frente para a barra a 4 tempos	em 5ª pos. de lado para a barra a 4 e 2 tempos	em 4ª pos.		
-------	---	--	------------	--	--

conteúdos na barra	1º ano	2º ano	3º ano	4º ano	5º ano
relevés	preparação por plié e rise em 3ª pos. em 1ª, 2ª e 5ª pos. de frente para barra a 2 tempos	de lado para barra	em 4ª pos.		
échappés relevés	de 1ª para 2ª pos. a 4 tempos	de 5ª para 2ª pos. a 4 e 2 tempos	de 5ª para 4ª pos.		
demi- détourné	de 5ª pos. en dedans		de 4ª pos. en dedans e en dehors		
relevé retiré	devant e derrière	passé devant e passé derrière			
pas de bourrées	de dégagé derrière, devant e over cours sur place e a viajar	piqué por petit retiré ou retiré under por degagé	piqué, over e under en avant e en arrière por degagé	en tournant	
posés	para 5ª pos. en avant e de côté	para 5ª pos en arrière para petit retiré en avant e de côté	para petit retiré en arrière para retiré en avant, de côté e en arrière	arabesque attitudes à la seconde de frente para a barra	à la seconde de lado para a barra
coupé fouétté raccourci			de frente para a barra	lado para barra	no centro

conteúdos no centro	1º ano	2º ano	3º ano	4º ano	5º ano
conteúdos no centro					
port de bras	bras bas demi bras cinco posições	1º, 2º e 3º arabesques	4º arabesque 1º, 3º e 4º port de bras de cecchetti	2º port de bras de cecchetti	- 5º arabesque
pliés e rises	demi-pliés em 1ª, 2ª e 3ª ou 5ª pos.	em 4ª pos.			
grands-pliés		grand plié em 1ª e 2ª pos.	em 5ª pos.	em 4ª pos.	
battements tendus	devant, derrière e à la seconde a fechar e terminar com ou sem plié de 1ª ou 3ª/5ª pos. à la seconde alternando pernas a 4 e 2 tempos	en cloche com transferência de peso a 2 e 1 tempos com acento fora e dentro	com direções	battement relevé	com ¼ volta
battements glissés	devant, derrière e à la seconde a fechar e terminar com ou sem plié de 1ª ou 3ª/ 5ª pos. à la seconde alternando pernas a 4 e 2 tempos	com piqués en cloche com paragem em 1ª pos. a 1 tempo acento fora e dentro	en cloche a 1 tempo	battement relevé	com ¼ volta
battements jetés		devant, derrière e à la seconde a fechar e terminar com ou sem plié de 1ª ou 5ª pos. à la seconde alternando pernas a 4 e 2 tempos acento fora e dentro	com piqués en cloche com paragem em 1ª pos.	a 1 tempo battement relevé	com ¼ volta
ronds de jambe à terre	demi rond de jambe en dehors e en dedans rond de jambe en dehors e en dedans de 1ª pos. a 8 e 4 tempos	de 1ª e 3ª/5ª pos. a 4 e 2 tempos	com fondu com direções	com ¼ de volta	com ½ volta

conteúdos no centro	1º ano	2º ano	3º ano	4º ano	5º ano
retirés	de 1ª, 3ª ou 5ª pos. devant e derrière a 4 e 2 tempos	passés en avant e en arrière			
battements fondus	devant, derrière e à la seconde à terre a 4 tempos	a 45º a 2 tempos	doubles com direções	na ½ ponta	
battements soutenus	de 1ª pos. devant, derrière e à la seconde	de 5ª pos. com ½ ponta	com direções		
assemblés soutenus	demi assemblés soutenus	full en dehors e en dedans	a 45º a fechar na ½ ponta	en tournant	
ronds de jambe en l'air			en dehors e en dedans a 2 tempos	doubles	na ½ ponta
battements frappés	devant, derrière e à la seconde à terre a 4 e 2 tempos	devant e à la seconde en l'air	derrière en l'air singles com direções preparação para doubles à la seconde	doubles devant, derrière e à la seconde	com fondu
grands battements	devant e à la seconde a 4 e 2 tempos	derrière	en cloche piqués com direções		
balancés	paralelo frente e lado (triplas) en dehors e de côté	en avant e en arrière de côté com ¼ volta	en tournant		

adagio no centro

temps lié	por dégagé, com e sem plié por chassé para 2ª e 4ª pos.	en croix	a 30º e 45º	a 90º	
relevés lent	devant, derrière e à la seconde	en croix			na ½ ponta

conteúdos no centro	1º ano	2º ano	3º ano	4º ano	5º ano
arabesques	1º e 2º arabesque à terre	en l'air 3º arabesque	4º e 5º arabesque	na ½ ponta	
attitudes		devant e derrière		na ½ ponta	
developpés		devant, derrière e à la seconde		com fondus passés	subindo à ½ ponta
fouetté e rotation		rotation à terre a 4 e 2 tempos	preparação para fouetté	fouetté de devant para arabesque	reverse na ½ ponta
grand ronds de jambe			demi-grand rond de jambe en dehors e en dedans	grand rond de jambe en dehors e en dedans	com fondu
promenades		-	¼ volta	½ volta	1 volta
alongamentos	grand écart de frente e de lado	perna na barra	pied a la main		

movimentos de giro

pirouettes	preparação para en dehors de 5ª pos. exercício para o movimento da cabeça (foco)	¼, ½ e 1 volta, en dehors de 5ª pos.	double en dehors preparação e 1 volta de 4ª pos. en dehors preparação para en dedans de 5ª pos	en dedans en dehors de 2ª pos.	doubles en dedans em attitude e arabesque com fouetté en dehors de 4ª fondu
piqués turns			preparação para en dedans	en dedans e en dehors	doubles
chaînnés				preparação com ½ volta	com 1 volta
déboulés					
assemblés soutenus en tournant				preparação e com volta	

conteúdos de allegro	1º ano	2º ano	3º ano	4º ano	5º ano
allegro					
sautés	em 6ª, 1ª, 2ª e 3ª pos.	em 5ª pos em 1ª pos. com ¼ volta	em 4ª pos. com ½ volta	com volta inteira	
échappés sautés	de 1ª para 2ª pos. em 4 e 2 tempos		para 4ª pos.	para 4ª pos. changée	grand échappé
soubressauts	a 1 ou 2 tempos		volé		
changements	a 1 ou 2 tempos		com ¼ volta	com ½ volta	com volta inteira
spring points/heels	devant e à la seconde				
petit jetés	derrière, en cou de pied	devant e derrière, en cou de pied e attitude	com ¼ volta	com ½ volta	com volta inteira
coupés	over e under				
coupé fouétté raccourci					ordinaire under
petit sissonnes			devant e derrière	passé devant e derrière	com ½ volta
petit assemblés	devant e derrière				
pas de chats	preparação e a saltar				
posé temps levé	com perna alongada devant em petit retiré e retiré derrière	em arabesque em attitude devant			
chassé sauté		en avant e de côté			
glissades	preparação na barra e centro	devant e derrière over e under	en avant e en arrière		
pas de bourrées	de dégagé devant, derrière e over courrus sur place e a viajar	piqué por petit retiré e retiré under por degagé	piqué under e over en avant, en arrière por degagé	en tournant	ouverte para 2ª ou 4ª pos. para dégagé
assemblés	preparação na barra e centro	over devant e derrière	under	en avant e en arrière	volé

conteúdos de allegro	1º ano	2º ano	3º ano	4º ano	5º ano
jetés ordinaire	preparação na barra e centro para derrière	jeté derrière	devant e derrière	de côté	
jetés battements			introdução over e under	en avant e en arrière com acento fora	
temps de cuisse				por petit retiré por glissé over	under
contretemps				demi devant	full com mudança de direção
failli				exercício preparatório	combinado com outros conteúdos
sissonnes			en avant fermée de côté	en arrière fermée e ouverte	changée
temps levé	em petit retiré	em arabesque	em attitude devant		
pas de basque		glissé en avant a 4 tempos		a 2 tempos	a 1 tempo sauté
ballonné				en avant e de côté	composé
ballotté				under e over a 45º sur place	a viajar
saut de basque				en avant	en arrière
gargouillade					
fouetté sauté				de devant para derrière	de derrière para devant
entrelacé					
tour en l'air				½ volta	1 volta para rapazes
grands jetés en avant				introdução por jeté	por développé
échappé battu			preparação na barra	no centro	com ¼ de volta
changement battu			no centro		com ¼ de volta

conteúdos de allegro	1º ano	2º ano	3º ano	4º ano	5º ano
entrechat trois			preparação na barra	no centro	com ¼ de volta
entrechat quatre			preparação na barra	no centro	com ¼ de volta
entrechat cinq					preparação na barra
entrechat six					preparação na barra
assemblé battu				preparação na barra	- over e under no centro
brisés					over
cabrioles					
aprendizagem de danças	individual em grupo	individual em grupo	individual em grupo	individual em grupo	individual em grupo
rises		1ª e 2ª pos., na barra	5ª pos.	4ª pos.	
relevés		1ª, 2ª e 5ª pos., na barra	devant e derrière passé, devant e passé derrière	en croix	
échappés relevés		para 2ª pos., na barra a 4 e 2 tempos	en croix na barra e centro		
demi détournés		na barra, de 5ª pos.	de 4ª pos.		
posés			para retiré na barra	arabesque e attitude	
assemblé soutenu en tournant			preparação	com ½ volta	
pas de bourrées		courru sur place e a viajar na barra e no centro	over e under na barra	piqué	
pirouettes			preparação na barra	de 5ª pos. en dehors no centro	
piqués turns			preparação na barra	preparação e 1 volta no centro	
chaînnés				preparação no centro	1 volta

conteúdos de allegro	1º ano	2º ano	3º ano	4º ano	5º ano
coupés fouettés raccourcis			preparação na barra	na barra e centro	
pas de basques en tournant			no centro		com 1 volta
passo de polka			no centro		

4. AVALIAÇÃO

Provas de seleção - ao abrigo da portaria nº223A/2018, de 3 de agosto (artigo 45, admissão de alunos), “qualquer aluno que pretenda ingressar no 1º ano, deverá realizar Provas de Seleção”.

Parâmetros de avaliação contínua - os parâmetros de avaliação contínua são definidos e aprovados em Conselho Pedagógico todos os anos letivos, sendo até à primeira semana de novembro afixados na escola em local visível, assim como, no *site* institucional do Orfeão de Leiria Conservatório de Artes.

Avaliação formativa - expressa-se de forma qualitativa.

Avaliação sumativa - é expressa em níveis de 1 a 5, no fim de cada semestre letivo.

Provas globais - no fim de cada ciclo de ensino (2º ano, 5º ano e 8º ano), a classificação obtida na prova global determina 30% da classificação final nas disciplinas técnicas. Pretende aferir a totalidade das competências adquiridas nesse ciclo de ensino e é avaliada por um júri interno.

5. BIBLIOGRAFIA

- Alguns (s.d.) Formação Educacional/Didáctica 2 – Elementos de Apoio. Universidade Técnica de Lisboa, ISEF
- Alter, Michael J. (1952) Science of Stretching. Human Kinetics Books Champaign. Illinois
- Allorto, R. (1989) ABC da Música. Edições 70, Lda. Lisboa
- Calais-Germain, Blandine e Lamotte, André (1992) Anatomy of Movement Exercises. Editions Desiris. France
- Challet-Haas, J. (1983) Manuel Pratique de Danse Classique. Éditions Amphora s.a. Paris
- Contursi, Tânia Lúcia Belilaqua (1986) Flexibilidade e Alongamento. Sprint. Rio de Janeiro
- Démirova, Émilia (1987) Leçons de Danse Classique. Éditions Amphora s.a. Paris
- Enoka, Roger M. (1988) Neuromechanical Basis of Kinesiology. Human Kinetics Books. U.S.A.
- Grieg, Valerie (1994) Inside Ballet Technique – Separating Anatomical Fact From Fiction in The Ballet Class. Dance Books. London
- Howse, Justin e Hancock, Shirley (1988) Dance Technique and Injury Prevention. A & C Black Publishers Ltd. London
- Lowden, Mary (1989) Dancing to Learn. The Falmer Press. London
- Lawson, Joan (1988) Ballet Class – Principles and Practise. A & C Black. London
- Maletic, Vera (1987) Body – Space Expression. Mouton de Gruyter. Berlin
- Meier, W. E Baranek, M. (1973) Recreative Movement in Further Education. Macdonald & Evans. London
- Pieron, M. (1980) Analyse de L’Enseignement des Activités Physiques. Université de Liege
- Preston – Dunlop, Valerie (1992) Dance Is a Language Isn’t It?. Laban Centre for Movement and Dance. London
- Sparger, Célia (1970) Anatomy and Ballet. A & C Black. London
- Preston-Dunlop, Valerie (1995) Dance Works. Harwood Academic Publishers. Switzerland

ESCOLA DE MÚSICA DO ORFEÃO DE LEIRIA

Departamento de Dança

CURSO BÁSICO DE DANÇA

CURRICULUM

TÉCNICA DE DANÇA CONTEMPORÂNEA

1. INTRODUÇÃO

O percurso evolutivo da história da Dança, enquanto expressão artística, tem demonstrado como esta linguagem pode refletir sobre a realidade e vivência sociocultural de uma comunidade. Há, nesta evolução, uma crescente consciência da importância que a sua aprendizagem tem para um mais profundo conhecimento sobre a natureza humana e o seu potencial criativo, particularmente na relação do homem com o corpo e todas as competências físicas e imateriais a ele associadas.

Enquanto fonte de conhecimento, a Dança correlaciona-se naturalmente com diferenciados saberes, de forma mais imediata com a Música e o Teatro e outros domínios artísticos e filosóficos, mas também com matérias do pensamento pragmático como a matemática, a geometria, a geografia e até, de forma mais evidenciada na linguagem contemporânea, com a arquitetura. É na transversalidade da Dança que encontramos os fundamentos de um programa que atende às especificações do ensino artístico como abordagem basilar e globalizante para a aprendizagem desta disciplina.

Nesta disciplina é indispensável não só realizar um percurso pelas várias linguagens contemporâneas como também escolher entre essa pluralidade as que sejam edificantes/estruturantes para a evolução do aluno do ensino artístico de Dança. Assim, a disciplina Técnicas de Dança Contemporânea engloba também conteúdos de diferentes técnicas modernas, pois estas são basilares para a aquisição de competências de Dança Contemporânea.

A disciplina Técnica de Dança Contemporânea desenvolve-se ao longo dos 2º e 3º ciclos de escolaridade, e ainda no ensino secundário, com a seguinte carga horária:

- 2º Ciclo
 - 1º ano – 4 unidades letivas de 45 minutos
 - 2º ano – 4 unidades letivas de 45 minutos
- 3º Ciclo
 - 3º ano – 6 unidades letivas de 45 minutos
 - 4º ano – 6 unidades letivas de 45 minutos
 - 5º ano – 9 unidades letivas de 45 minutos
- ensino secundário
 - 6º ano - 8 unidades letivas de 45 minutos
 - 7º ano - 8 unidades letivas de 45 minutos
 - 8º ano - 10 unidades letivas de 45 minutos

Nos termos da alínea b) do nº 1 do artigo 6º do Decreto-Lei nº 310/83 de 1 de julho, o Curso Básico de Dança é ministrado em regime articulado nos 2º e 3º ciclos do ensino básico.

A organização deste programa, seguindo determinados parâmetros de forma sistematizada, de acordo com a especificidade dos conteúdos e das necessidades dos alunos, apoia-se num processo organizativo do geral para o particular.

2. APRESENTAÇÃO DO PROGRAMA

Sendo o processo de ensino/aprendizagem um sistema em espiral, a metodologia de ensino da Dança faz-se utilizando o conceito 'build-up'. Desta forma, os objetivos são essencialmente comuns aos dois ciclos de ensino: o que distingue os dois ciclos de ensino não será tanto os objetivos pois são muito semelhantes (variando apenas o grau de complexidade), mas antes o léxico dominado pelos alunos. Assim, a distinção do que é esperado do aluno em cada ano de ensino remete diretamente para quando e como os conteúdos programáticos são introduzidos. Assim, a tabela de progressão técnica presente mais adiante, em 'conteúdos programáticos' permite uma perspetiva muito clara dos objetivos de cada ano do curso.

2.1. Objetivos Gerais

- Adquirir e consolidar as competências técnicas e artísticas;
- Criar condições que visem o prosseguimento de estudos;
- Incentivar a capacidade de participação em apresentações públicas;
- Reforçar o gosto pela prática da Dança;
- Promover o sentido de autonomia, responsabilidade e atitudes de cooperação e interação com os restantes elementos que integram o grupo;
- Consciencializar para a dimensão individual e social da Dança enquanto expressão artística e cultural;
- Fomentar a criação e qualificação de novos públicos;
- Desenvolver o sentido estético, a sensibilidade, consciência crítica e autocrítica;
- Promover e articular a interdisciplinaridade.

2.2. Objetivos Específicos

- Compreender a noção de corpo;
- Dominar a terminologia aprendida dos elementos básicos da Técnica de Dança Contemporânea (complexidade de acordo com o ano de ensino);
- Desenvolver as capacidades físicas:
 - Coordenação
 - Flexibilidade articular e muscular
 - Agilidade
 - Força
 - Resistência
 - Equilíbrio
 - Colocação
- Adquirir noções de:
 - Centro de gravidade
 - Verticalidade
 - Oposição
 - Impulso no contexto ação /reação
 - Trabalho no solo

- Desenvolver a capacidade de memorização, reprodução e adaptação;
- Aplicar a noção de tempo;
- Aplicar a noção de espaço;
- Manipular as diferentes dinâmicas;
- Descobrir e dominar diferentes superfícies de contacto;
- Desenvolver capacidades artísticas/interpretativas;
- Tomar conhecimento do repertório contemporâneo:
 - Proporcionar a prática, aquisição e compreensão de diferentes abordagens técnicas e estéticas associadas ao repertório aprendido;
 - Conduzir o aluno ao domínio e aplicação correta dos conhecimentos técnicos adquiridos nas disciplinas técnicas de Dança Contemporânea;
 - Desenvolver a versatilidade do aluno.
- Intervir em apresentações públicas, interpretando peças originais criadas especialmente para estas idades;
- Compreender a inter-relação das diferentes técnicas de dança contemporânea aprendidas.

2.3. Competências a desenvolver

As competências a desenvolver ao longo do programa, encontram-se alicerçadas em eixos fundamentais:

domínio		competências a desenvolver
competências psico-motoras	postura e controlo	<ul style="list-style-type: none"> • controla a relação pélvica/escapular nos eixos de movimento; • controla a rotação externa e paralela dos membros inferiores; • manipula contraction e release; • mantém-se desperto para se movimentar em qualquer situação que seja solicitada – tem consciência da força motriz que cada parte impele; • controla o centro do corpo; • desenvolve o movimento e respetivas deslocações, baixando o centro de gravidade (aproximação ao solo; relação solo/plexus – centro do corpo); • reequaciona de forma coordenada e equilibrada o peso do corpo, as suas partes; • distingue a posição e energia dos segmentos corporais em relação ao próprio corpo; • administra os novos apoios (bases de sustentação que se transferem por diversas superfícies do corpo).

domínio		competências a desenvolver
	coordenação motora	<ul style="list-style-type: none"> • controla o princípio cinético “ação/reação” como forma lógica do movimento e de entendimento coordenado; • realiza movimentos de flexão/extensão ao nível de todos os membros com base nas exigências da técnica aprendida; • articula contraction e release como força motriz do movimento; • realiza movimentos simultâneos dos vários segmentos corporais; • responde com prontidão à situações de desequilíbrio.
	força	<ul style="list-style-type: none"> • demonstra força geral em todos os segmentos do corpo; • executa com controlo, alinhamento e equilíbrio os movimentos solicitados; • utiliza a força para suportar movimentos que exijam amplitude; • aplica destreza e energia orientada nos exercícios.
	resistência	<ul style="list-style-type: none"> • possui a resistência cardiovascular e muscular necessárias para suportar os exercícios/sequências de movimento requeridos.
	flexibilidade	<ul style="list-style-type: none"> • executa os exercícios com a amplitude articular e muscular requerida.
	perceção espacial	<ul style="list-style-type: none"> • domina o espaço ao nível da cinesfera, níveis, planos e progressão espacial; • explora o solo de forma a abrir novas possibilidades na relação corpo/espaço; • respeita a estrutura espacial e ativa a visão periférica; • tem perceção da perspetiva do público sobre o movimento produzido; • revela capacidade de adaptação a diferentes espaços cénicos, estabelecendo com facilidade novas referências espaciais.

competências psico-motoras	cognição	<ul style="list-style-type: none">• identifica padrões de movimento, tempo e espaço;• demonstra compreensão da lógica dos exercícios;• memoriza e reproduz sequências de movimento;• adapta as sequências memorizadas, várias vezes até à sua forma final;• retém e aplica as correções dadas pelo professor.
---------------------------------------	-----------------	---

domínio		competências a desenvolver
competências psico-motoras	terminologia e sua aplicação	<ul style="list-style-type: none"> conhece e executa de forma correta os movimentos aprendidos; domina a terminologia da Técnica de Dança Contemporânea.
	cultura artística	<ul style="list-style-type: none"> demonstra conhecimento do repertório contemporâneo e reconhece diferentes abordagens técnicas e estéticas; relaciona as obras com o seu contexto; interessa-se pela vida e obra de criadores e artistas da Dança; demonstra sentido crítico e estabelece relações entre obras coreográficas e outras expressões artísticas.
competências artísticas	musicalidade	<ul style="list-style-type: none"> reconhece diferentes andamentos; domina o conceito tempo/pulsação; identifica padrões rítmicos e executa os movimentos de acordo com os compassos musicais e demais estruturas rítmicas; reproduz no movimento as acentuações e dinâmicas da música; reconhece e aplica as pausas de acordo com o solicitado; coordena a relação tripla respiração / movimento / musicalidade; realiza sequências de movimento em silêncio, utilizando a musicalidade interna, a intuição e a capacidade de estar em consonância com o grupo (3º ciclo).
	artisticidade e qualidade de movimento	<ul style="list-style-type: none"> compreende as características de cada movimento; aplica corretamente as dinâmicas de movimento solicitadas; relaciona a respiração com o movimento; domina o foco, projeção da energia e dinâmicas de movimento; aplica contraste, controlo nas transferências de peso, fluidez, expressividade e individualidade nos movimentos produzidos; executa o movimento com a amplitude e precisão solicitadas.

domínio		competências a desenvolver
competências intrapessoais e interpessoais	autoconhecimento e o relacionamento com o outro	<ul style="list-style-type: none"> • demonstra capacidade de se relacionar de forma positiva com os restantes elementos do grupo e professores; • em momentos de pressão consegue ajustar-se ao imprevisto; • em ensaios, promove a ajuda a alunos de outras turmas e demonstra uma atitude colaborante no plano de trabalho. • tem autodisciplina e autodeterminação; • possui capacidade de concentração e organização pessoal; • demonstra sensibilidade à criação artística; • apresenta resiliência perante a adversidade e procura soluções para os desafios; • desenvolve sentido crítico e autocrítico.

3. CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS

A tabela de progressão infra refere o ano de introdução dos conteúdos (primeiro contacto dos alunos com o vocabulário e de que forma). O vocabulário adquirido nos primeiros anos é consolidado de forma gradualmente mais complexa ao longo de todo o curso. Os conteúdos devem ser apresentados de forma gradual e sistemática e devem ter em consideração o ciclo as capacidades físicas, as estruturas mentais e os processos emocionais dos alunos, para a sua aplicação de forma humanizada e segura. Os conteúdos podem ser interpretados como objetivos para o respetivo ano.

CONTEÚDOS – TABELA DE PROGRESSÃO

SOLO

sitting spine streches (movimentos-base da coluna vertebral)

conteúdos no solo	1º ano	2º ano	3º ano	4º ano	5º ano	6º, 7º e 8 anos
roll up roll down	simples snake frente e para trás scoop de pélvis em 4 apoios	combinação com outros skills (ex: knee bend, flat back, cócoras etc)	com maior complexidade	combinação com outros skills	com maior complexidade	com maior complexidade
curves	frente e lado posição palmar de joelhos	2ª e 6ª posições, paralelo e en dehors combinação com outras competências	em todas as posições transições entre eixos complexidade rítmica	transições entre planos com mudança de nível	maior complexidade	maior complexidade
arch back	posição palmar, de joelhos e posição zero sentada com apoio das mãos	decúbito dorsal c/ apoio de cabeça no solo 2ª e 6ª posições, paralelo e en dehors sem apoio das mãos	em todas as posições combinado com outros skills complexidade rítmica	em todas as posições combinado com outros skills complexidade rítmica	com maior complexidade	com maior complexidade

conteúdos no solo	1º ano	2º ano	3º ano	4º ano	5º ano	6º, 7º e 8 anos
breathings	posição zero sentada, 2ª e 6ª posições	de joelhos com coordenação simples de braços introdução da espiral e do high-release com push lateral, lift do pélvis, moinhos, fall, spiral, arch back, ¼ turn, etc	em todas as posições com coordenação de braços com ½ turn, etc	combinado com outros skills (turn completa, etc)	coordenação de braços mais complexa e usando meios tempos	com maior complexidade
contractions e release	posição palmar, 2ª e 6ª posição com release no eixo vertical e tilt ao centro	de joelhos: nível baixo combinação com outros skills: com espiral na contraction e no release e tilt ao centro com apoio de mãos com coordenação simples de braços ("flechas")	com espiral em 1ª e 4ª posições sem apoio de mãos com coordenação de braços	maior complexidade na combinação com espiral de joelhos: nível médio	coordenação de braços mais complexa e usando meios tempos - complexidade rítmica	com maior complexidade e alternância de níveis
deep contractions / contraction com drop head		posição palmar, 2ª e 6ª posição com release no eixo vertical e tilt ao centro com apoio de mãos	em 1ª e 4ª posições com coordenação simples de braços	de joelhos: nível baixo combinação com outros skills: com espiral na contraction e no release e tilt ao centro sem apoio de mãos	de joelhos: nível médio	coordenação complexa de braços, entre posições e níveis
pleadings		decúbito dorsal: sensação do centro e desenrolar lento no chão	subida ao centro	subidas em espiral – joelhos ao centro e release no centro	mudança de espiral – relação tronco e membros inferiores	subida e descida completa em espiral

conteúdos no solo	1º ano	2º ano	3º ano	4º ano	5º ano	6º, 7º e 8 anos
high release	posição palmar combinado com breathings	6ª e 2ª posição com apoio das mãos	em todas as posições	uso da espiral simples, retomando o eixo vertical decúbito dorsal, com coordenação de braços para subir	transições entre eixos e com ½ turn com coordenação complexa de braços	com turn completo maior complexidade
tilt	em posição palmar tilt com rolls (com ou sem mudança de direção) partindo da posição palmar com apoio das mãos	6ª posição tilt lateral fora do eixo vertical com apoio de mãos	1ª e 4ª posições tilts com coordenação de braços e leg lift lateral sem apoio das mãos	tilt em 4ª posição com leg lift em attitude atrás com e sem apoio de mãos	tilts com mais tempo de equilíbrio e leg lift em todas as posições	com off balance e alternância de níveis maior complexidade rítmica e elevação de pernas
spirals	de joelhos e 6ª posição coordenação simples de braços com breathings	posição palmar e 2ª posição de joelhos: com mudanças de nível combinado com outros skills: (ex: contractions, release, com pulses, rolls, fall, etc)	em todas as posições mudança de nível e uso de falls com espiral desenvolvimento para turn around the back	combinação com turns mudança de nível diferentes acentuações	articulação mais complexa com outros skills complexidade rítmica	maior complexidade na combinação com skills
turns around the back			introdução em 4ª posição ½ turn introdução do tilt	turn completa combinação com outros skills (ex.: contraction, falls, leg lifts, etc)	subida ao joelho	maior complexidade na articulação com outros skills

conteúdos no solo	1º ano	2º ano	3º ano	4º ano	5º ano	6º, 7º e 8 anos
leg and feet exercises (membros inferiores)	rotação interna/externa flexão/extensão	com coordenação simples de braços	movimentos combinatórios de membros superiores, com coordenação simples de braços	com coordenação complexa de braços complexidade rítmica	maior complexidade rítmica	maior complexidade rítmica
leg swings	em posição zero sentada e deitada	articulação entre planos maior elevação de pernas	swing lateral com coordenação dos braços	combinação com outros skills (ex.: attitudes, leg lifts e mudanças de direção)	maior complexidade rítmica	maior complexidade
feet coming forward			em 1ª e 2ª posições com e sem apoio de mãos	Maior complexidade rítmica	coordenação de braços	complexidade de coordenação e rítmica
long leans		6ª, 1ª e 2ª paralela e en dehors preparação com apoio de mãos	com coordenação de braços	combinação com outros skills (ex: arch back, spirals, rolls, etc)	espiral sem apoio de mãos	com maior complexidade rítmica
leg extensions and leg lifts	leg lift front	leg lift front and side sem apoio de mãos	leg lift back	leg extension: front e side	back extension: arabesque no solo: desenvolvimen-to do développé da espiral	maior complexidade e alternância de níveis
cambalhotas	simples para trás para os joelhos	para trás a deslizar	cambalhota para trás e para a frente para trás com arabesque	com mudança de direção	mata borrão com mudanças de níveis	maior complexidade e articulação com outras competências

conteúdos no solo	1º ano	2º ano	3º ano	4º ano	5º ano	6º, 7º e 8 anos
pretzel		introdução: freeze no ombro	introdução	articulação com outros skills	maior complexidade na articulação de skills	
jeté		introdução: pelo chão em comprimento e altura	Com maior amplitude	Para nível médio	Maior amplitude e articulação com outros skills	
falls	moinhos	falls simples e fall and recover alternância entre níveis	transição nível alto/ médio/ baixo sem apoio de mãos com alguma deslocação partindo de saltos introdução fall para 4ª posição	com maior deslocação e amplitude preparação para back fall sitting fall: descida com espiral e ¼ de volta fall para 4ª posição de nível médio	transições para fall com recover partindo e passando por saltos sitting fall: descida com espiral, ½ e 1 volta, subida e descida back fall fall para 4ª posição partindo de 5ª posição	complexidade rítmica combinação com outros skills
transferências de peso	transferências isoladas nos níveis articulação entre sentado/ deitado e joelhos entre 3 e 4 apoios	transições simples entre níveis	transições mais complexas entre níveis – complexidade rítmica	complexidade de direções complexidade rítmica	maior complexidade com articulação de skills	maior complexidade na articulação de skills

CENTRO

body isolations: feet, kicks, arms, legs

conteúdos no centro	1º ano	2º ano	3º ano	4º ano	5º ano	6º, 7º e 8 anos
isolamento de partes do corpo em 3 direções	isolamento de partes – en croix	alternância entre partes	complexidade musical introdução de kicks	maior complexidade com articulação de skills		

conteúdos no centro	1º ano	2º ano	3º ano	4º ano	5º ano	6º, 7º e 8 anos
knee bendings demi-pliés grand-pliés	demi-pliés em paralelo, 6ª, 1ª e 2ª posições em dehors grand-pliés em 1ª e 2ª posições	demi-pliés em 3ª e 5ª posições com coordenação de braços com curve frente e lado grand-pliés em todas as posições exceto 4ªpos	demi pliés em 4ª posição em dehors e paralela com curve atrás maior complexidade rítmica grand-pliés em 4ªpos com coordenação de braços	demi-plié com espiral desenvolvimento para ½ turn grand-plié com espiral	desenvolvimento para turns completas	combinação com turns e leg lifts maior complexidade na articulação de skills
rises	paralelo, 6ª, 1ª e 2ª posições em dehors	2ª paralela, 3ª e 5ª posições	com high release com 1 apoio simples	com high release com curves	com high release em equilíbrio	maior complexidade rítmica e na articulação com skills
bounces	em paralelo, 6ª, 1ª e 2ª posições em dehors	em paralelo, 1ª, 2ª posições em dehors e 2ª paralela	Em 3ª e 5ª posições em croix Com torções com transferências de peso (lunes)	4ª paralela e en dehors com salto com mudanças de direção	alternância entre posições	maior complexidade com articulação de skills
rebounds e drops	em paralelo, 6ª, 1ª e 2ª posições em dehors com coordenação de braços	em paralelo, 1ª e 2ª en dehors e 2ª paralela frente e lado com transferência de peso rebound para prancha	em 3ª e 5ª posições em croix frente e lado com relevé	4ª paralela e en dehors frente, lado e atrás com relevé	relevés e ½ turn	combinado com turns e leg lifts maior complexidade na articulação com outros skills
brushes	on and off the floor em paralelo, 6ª e 1ª posições – frente e lado pas de cheval on the floor - paralelo	on e off the floor – atrás a tempo e acentuações diferentes pas de cheval on e off the floor – en dehors e paralelo introdução de pivot: ¼ de volta on the floor	com coordenação de braços pivot: ½ volta on e off the floor	pivot: volta inteira on e off the floor	maior complexidade com articulação de skills	

lunes	em paralelo, 6ª e 1ª posições com transferências de peso e sem plié com coordenação de braços	introdução atrás em paralelo e en dehors simples com curve frente e lado preparação para gazelas: frente e lado simples en croix	en croix em paralelo e en dehors com arch back com mudanças de direção simples trás/ frente	introdução de espiral en dedans e en dehors com ¼ e ½ turn en dehors	com ¼ e ½ turn en dedans	com turn completa maior complexidade com articulação de skills
retirés	em paralelo e en dehors	com coordenação de braços	Com equilíbrios em ½ ponta	com coordenação de tronco – frente, lado e arch back	complexidade rítmica	maior complexidade rítmica e com articulação de skills
contractions e deep streches from the back (flat back)		em paralelo, 1ª e 2ª posições com release no eixo	em 3ª e 5ª posições high contraction introdução do high release em paralelo, 1ª e 2ª posições e 2ª paralela	em 4ª posição high release em 4ª e 5ª posições com rise desenvolvimento do release para turns simples	uso complexo da espiral no release e desenvolvimento para turns com leg lifts	high contraction e release em flat back maior complexidade com articulação de skills
spirals			com ¼ de turn com coordenação mais complexa de braços e transferências de peso	com ½ turn	com turn completa	turns e leg lifts maior complexidade com articulação de skills
tilt		introdução ao tilt on e off the floor com coordenação de braços e costas	com leg lift com salto com variação de dinâmicas mudanças de direção	transferência do peso no tilt mais rápida ½ turn passagem simples para outros níveis	1 turn completa maior complexidade rítmica	maior complexidade com articulação de skills

conteúdos no centro	1º ano	2º ano	3º ano	4º ano	5º ano	6º, 7º e 8 anos
hip swings		introdução	com coordenação de braços	como transição natural entre skills (entre tilts e retirés) hip swings com e sem hop com contractions e tilts	com ½ turn e aplicação de leg lifts no desenvolvimento	com turn completa maior complexidade com articulação de skills
arms swings e circle	Arm swings simples Com coordenação de pernas	arm swing com tronco introdução de figures of eight	com transferências de peso	maior complexidade com articulação de skills		

CENTRO

leg extensions e leg lifts

grands battements	à frente e ao lado en dehors com paragem no brush on the floor	com deslocação (com point e flex)	atrás en dehors com hop com kick	Frente, lado e atrás em paralelo	maior complexidade e articulação de skills	
rond de jambe		à terre en dehors e en dedans sem coordenação de braços	introdução en l'air a 45º en dehors e en dedans com coordenação simples de braços	à terre com mudança de direção en dehors e en dedans a 90º	en l'air com mudança de direção complexidade rítmica combinação com outros skills	maior complexidade com articulação com outros skills
attitude	à frente em paralelo	à frente e ao lado en dehors	ao lado em paralelo combinação com outros skills	en croix – en dehors	en croix – paralelo e en dehors	complexidade rítmica e combinado com outros skills
developpés e enveloppés	pas de cheval à frente em paralelo	developpés à frente e lado paralelo en dehors	en croix simples paralelo e en dehors	com curve à frente, ao lado e atrás	com arch back	com transição contínua entre posições

arabesque			en dehors	com pivot en dehors introdução de paralelo	com pivot en dedans com rise ½ turn en dehors e en dedans	com arch back com turns completas en dehors e en dedans
turns spiral turns piquê turns pitch turn	Equilíbrios simples em retire paralelo	turn completa en dehors em paralelo e en dehors	turn completa en dehors e en dedans – em paralelo e en dehors introdução ao pitch (no solo)	com pequenas leg lifts spiral turns introdução a piquet turn introdução a bull turn turn para fall em 4ª posição	turns com leg lifts elevada e articulação com outros skills introdução a pitch turn bull turn	pitch turn completo maior complexidade com articulação de skills
walk/ run	simples com mudança de direção	com várias dinâmicas introdução à corrida de costas	com alternância de níveis e coordenação de braços	combinação com outros skills (curves, spirals, braços)	complexidade rítmica	maior complexidade com articulação de skills
long walk e low long walk	simples	Com mudanças simples de direção	mudanças de direção – 1/4 volta com espiral	mudanças de direção – 1/2 volta	introdução de voltas	combinação com outros skills
prances		com deslocação com mudanças de direção com complexidade rítmica	com deslocações mais rápidas com espiral	com ½ turn	com turn completa articulação com skills complexidade rítmica	maior complexidade com articulação de skills
drag / step-draw		introdução do step- draw	com mudança de direção	com mudança de níveis e tronco	maior complexidade rítmica e de transferência do peso desenvolvimento para voltas	maior complexidade com articulação de skills
triplets (walk, run)	simples sem coordenação de braços frente/ trás em paralelo	com mudança de direção com coordenação braços em en dehors	com espiral	com turn com mudanças e tempo mais complexo	combinação com outros skills e saltos	maior complexidade

conteúdos de allegro	1º ano	2º ano	3º ano	4º ano	5º ano	6º, 7º e 8 anos
JUMPS						
small jumps	em 6ª, 1ª, 2ª e 3ª posições échappés sautés de 1ª para 2ª posição introdução de ¼ volta	em paralelo e 2ª paralela échappés sautés de 5ª para 2ª posições ½ volta voltas completas para os rapazes	em todas as posições com voltas completa changements	maior altura com coordenação de braços com deslocação	articulação com skills complexidade rítmica	maior complexidade
assemblés	petit assemblé em paralelo	petit assemblé en dehors e paralelo	assemblé en dehors e paralelo	com deslocação	articulação com skills complexidade rítmica	maior complexidade com articulação de skills
jetés		em paralelo com deslocação combinado com hop frente e lado	en dehors ao lado	maior amplitude à frente e atrás	articulação com skills complexidade rítmica	maior complexidade com articulação de skills
sissonnes			introdução sissonnes laterais de 6ª posição com coordenação de braços	lado e atrás maior deslocação e altura sissonne overt	frente combinação com outros skills (attitude, etc.)	maior complexidade com articulação de skills
tilt	introdução no solo	em 6ª posição no solo simples a 30º com deslocação	variação de dinâmicas a 90º introdução do salto	Combinação com leg lift no solo mudanças de perna de apoio transferência do peso no tilt mais rápida mudanças de direção passagem simples para outros níveis	com ½ turn simples e no salto maior complexidade rítmica combinação com outros skills	1 turn completa simples e com salto maior complexidade rítmica e na combinação com outros skills

conteúdos de allegro	1º ano	2º ano	3º ano	4º ano	5º ano	6º, 7º e 8 anos
bells			preparação para bells com salto com coordenação de braços	Com maior amplitude com alternância de níveis e skills	mudanças simples de direção	complexidade de direções e rítmica
skips	simples	com spiral	mudanças de direção simples diferentes acentuações	com mudanças de direção “in situ” – ½ turn	com turn completa	complexidade rítmica e de direções
sparkles	com coordenação de braços pequena amplitude	maior amplitude com spiral	com uso de meios tempos com mudanças simples de direção	complexidade nas direções complexidade rítmica	articulação complexa com outros skills	
small leap		Frente Com mudança simples de direção	Com espiral lado	articulação complexa com outros skills	complexidade rítmica	combinação com outros skills
leap				introdução do leap	diferentes acentuações	mudanças de direção
strickes		introdução de “flechas” no solo	introdução no centro com coordenação de braços	com salto	com maior amplitude diferentes acentuações com ½ turn	com salto e enveloppé com turn completa
gazelas	preparação	simples (unilateral)	bilaterais diferentes acentuações	mudanças de direção	ao lado e atrás com ½ turn	com turn completa
bull turns				Introdução do salto com flexão de pernas	Com pernas esticadas desenvolvimento para fall	combinação com outros skills

CONTEÚDOS COMPLEMENTARES

	1º ano	2º ano	3º ano	4º ano	5º ano	6º, 7º e 8 anos
noções de Dança Teatro (Pina Bausch)			abordagem à técnica através de documentários / vídeos / filmes e exploração do conceito: fusão entre elementos teatrais e dança – fala, música e cenografia.			
noções de Contact Improvisation			abordagem à técnica através de documentários/ vídeos/ filmes e exploração dos fundamentos: momento presente: reação rápida; disponibilidade física e mental: uníssono, espelho, papéis ativos e passivos, exercícios de peso; orientação espacial; noção temporal; consciência do outro e contacto; visão periférica; desenvolvimento muscular: relaxado mas ativo.			
noções de Gaga			abordagem à linguagem de movimento (não técnica codificada) através de documentários/ vídeos/ filmes e exploração dos fundamentos: sensações físicas e awareness; exploração das potencialidades do corpo; encorajamento da conexão entre movimento e sensação para descoberta de novo vocabulário individual.			
noções de Passing Through/ Flying Low			abordagem às técnicas através de documentários/ vídeos/ filmes e exploração dos fundamentos: relação do corpo com o chão e dinâmicas de grupo. flying low: trabalho de chão e alternância de níveis; respiração, velocidade e energia; consciência na utilização do centro e articulações; espirais. passing through: espaço partilhado; momento presente; liderança e decisão espontânea; percursos espaciais.			
noções de Fighting Monkey			abordagem à técnica através de documentários/ vídeos/ filmes e exploração dos fundamentos: fluidez de movimento e momento presente no desenvolvimento da coordenação e sentido rítmico.			

COMBINAÇÃO DE CONTEÚDOS

sequências	1º ano	2º ano	3º ano	4º ano	5º ano	6º, 7º e 8 anos
transferências de peso shifting body weight		transferências isoladas das partes do corpo transferências laterais e frente/trás transições simples entre níveis	maior articulação entre apoios	transições mais complexas entre nível baixo/ médio/ alto	complexidade rítmica complexidade de direções	maior complexidade com articulação de competências
exploração de mudanças de níveis e direções		básico	simples	complexidade média	complexo	maior complexidade
exploração espacial: “in situ”, deslocações, visão periférica e projeção		básico	simples	complexidade média	complexo	maior complexidade
consciencialização de distâncias, percursos e formações espaciais em grupo		básico	simples	complexidade média	complexo	maior complexidade
complexidade rítmica: ritmo, compasso e acentuações		básico	simples	complexidade média	complexo	maior complexidade
exploração de qualidade física/ dinâmicas: tensão, fluidez, suspensão, stacatto, velocidade e peso		básico	simples	complexidade média	complexo	maior complexidade

4. AVALIAÇÃO

Provas de seleção - ao abrigo da portaria nº223A/2018, de 3 de agosto (artigo 45, admissão de alunos), “qualquer aluno que pretenda ingressar no 1º ano, deverá realizar Provas de Seleção”.

Parâmetros de avaliação contínua - os parâmetros de avaliação contínua são definidos e aprovados em Conselho Pedagógico todos os anos letivos, sendo até à primeira semana de novembro afixados na escola em local visível, assim como, no *site* institucional do Orfeão de Leiria Conservatório de Artes.

Avaliação formativa - expressa-se de forma qualitativa.

Avaliação sumativa - é expressa em níveis de 1 a 5, no fim de cada semestre letivo.

Provas globais - no fim de cada ciclo de ensino (2º ano e 5º ano), a classificação obtida na prova global determina 30% da classificação final nas disciplinas técnicas. Pretende aferir a totalidade das competências adquiridas nesse ciclo de ensino e é avaliada por um júri interno.

5. BIBLIOGRAFIA

Allbright & Gere, Ann e David (2003) *Taken by Surprise – A Dance Improvisation Reader*, Wesleyan University Press, Middletown.

Alter, Judith B. (1996), *Dance-Based, Dance Theory*, EUA: Peter Lang Publishing Baril, Jacques, (1977) *La Danse Moderne*. Eed. Vigot – Belgique

Brown, Jean Morrison (1980) *The Vision of Modern Dance*. University of New Hampshire. United Kingdom Fancher, G. (1981) *Philosophical Essays on Dance*. Dance Horizons. New York

McFee, Graham, (2001), “Dance”, In LOPES, Dominic Molver & GAUT, Berys (eds.), *The Routledge Companion to Aesthetics*, London, Routledge

Forsythe, William (2003) *Improvisation Technologies – A Tool for the Analytical Dance Eye*, ZKM Digital Arts Edition, Karlsruhe.

Sanchez-Golberg, Ana & Preston-Dunlop, Valerie (2002), *Dance and Performative*, London: Verve

Smith-Autard, Jaqueline M. (1996), *Dance Composition*, London :A & C. Black

Yocom, Rachel Dunaven e Shurr, Gertrude (1980) *Modern Dance – Techniques and Teaching*. Dance Horizons. New York.

ESCOLA DE MÚSICA DO ORFEÃO DE LEIRIA

Departamento de Dança

CURSO BÁSICO DE DANÇA

CURRICULUM

EXPRESSÃO CRIATIVA

1. INTRODUÇÃO

O percurso evolutivo da história da Dança, enquanto expressão artística, tem demonstrado como esta linguagem pode refletir sobre a realidade e vivência sociocultural de uma comunidade. Há, nesta evolução, uma crescente consciência da importância que a sua aprendizagem tem para um mais profundo conhecimento sobre a natureza humana e o seu potencial criativo, particularmente na relação do homem com o corpo e todas as competências físicas e imateriais a ele associadas.

É através do corpo que a criança explora, decifra, apreende e reage aos estímulos do meio que a envolve. O corpo é, sem dúvida, e sem termos essa percepção, o instrumento primordial para a aprendizagem do mundo. Com os seus cinco sentidos, o indivíduo constrói as suas imagens mentais, visuais, auditivas e tácteis. A educação desse mesmo corpo, enquanto instrumento, é o pilar da Dança no seu conceito mais lato e neste sentido a Expressão Criativa investiga a experiência do movimento humano e confere-lhe significado, através dos princípios estudados por Rudolph Laban (professor, bailarino e filósofo da Dança).

A disciplina de Expressão Criativa utiliza o corpo como instrumento de expressão e comunicação de uma forma lúdica, traduzindo-se num trabalho de sensibilização para as artes e para o mundo que nos rodeia. Trata a descoberta do movimento pessoal, articulado com as regras básicas da Dança. O aluno irá encontrar nesta disciplina um espaço de descoberta, e exploração do corpo pelo improviso e espontaneidade. Irá ser incentivado a ir mais além na criação de matéria artística de movimento.

Para um estudante de Dança, esta disciplina é um veículo importante para a sua afirmação enquanto pessoa dançante. A criança irá dar os primeiros passos para descobrir o seu estilo pessoal e, por isso, único.

A disciplina organiza-se da seguinte forma:

1º e 2º ano - 2 unidades letivas semanais de 45 minutos

2. OBJETIVOS

2.1. OBJETIVOS GERAIS

- Desenvolver a criatividade e a imaginação cinéticas;
- Utilizar o movimento como ferramenta expressiva de comunicação;
- Promover o sentido de autonomia, responsabilidade e atitudes de cooperação com os restantes elementos do grupo;
- Saber analisar as componentes do movimento, da forma e qualidade do movimento;
- Aprofundar a educação musical, plástica e dramática;
- Desenvolver a sensibilidade e a consciência crítica e autocrítica;
- Assegurar o aperfeiçoamento interpretativo;
- Consciencializar para a dimensão individual e social da Dança enquanto expressão artística e cultural;
- Criar condições que visem o prosseguimento de estudos.

2.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Promover a qualidade de movimento e sua expressividade;
- Adquirir consciência de Corpo e vocabulário próprio;
- Aprimorar as dinâmicas de movimento;
- Dominar os conceitos espaciais;
- Relacionar a música e o movimento;
- Preparar e organizar trabalhos individuais e grupais;
- Desenvolvimento de vocabulário através de estímulos visuais, auditivos, tácteis e imagéticos;
- Compreender noções de estrutura e criação coreográfica;
- Desenvolver capacidade de análise e comunicação de feedback;
- Criar processos de memorização.

2.3. CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS

Os conteúdos foram elaborados de acordo com os estudos de Rudolph Laban, seguindo um esqueleto curricular e serão abordados de forma recorrente ao longo do curso, respeitando uma aprendizagem de consolidação de conhecimentos progressivamente mais elaborados e complexos.

CONTEÚDOS – TABELA DE PROGRESSÃO		
	1º Ano	2º Ano
CORPO Partes Superfícies Articulações Ações Formas	- Partes do Corpo: zonas - Corpo como um todo - 12 ações de movimento - Formas no corpo	- Consolidação e aumento da complexidade das competências adquiridas no 1º Ano - Partes do Corpo: articulações e superfícies
ESPAÇO Progressão Projeção Tipologia Níveis Eixos Extensão Percursos Direções Desenho no espaço	- Tipologia: espaço próprio e partilhável - 3 níveis - Desenho no espaço - Direções e lateralidade - Percursos	- Consolidação e aumento da complexidade das competências adquiridas no 1º Ano - Consciencialização de progressão e projeção de movimento - Percursos: retos, angulares e curvos

<p>ENERGIA</p> <p>Peso Fluência Tempo Espaço</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Relação: movimento/música - Peso: pesado e leve - Espaço: direto e flexível 	<ul style="list-style-type: none"> - Consolidação e aumento da complexidade das competências adquiridas no 1º Ano - Tempo: contínuo e percutido - Fluência: suspenso e repentino - Manipulação das diferentes dinâmicas
<p>RELAÇÃO</p> <p>Com transferência de peso Sem transferências de peso</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Sem transferências de peso: aproximar, afastar, rodear, atentar, encaixar 	<ul style="list-style-type: none"> - Consolidação e aumento da complexidade das competências adquiridas no 1º Ano - Com transferências de peso: puxar, empurrar, tocar, agarrar e envolver - Trabalhar a relação corpo/corpo - Noção da relação com o espaço progressivo aquando espaço cénico
<p>ESTRUTURA COREOGRÁFICA</p> <p>Micro e macro estruturas Formas coreográficas Ferramentas</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Concretização de uma estrutura coreográfica: exploração, desenvolvimento, avaliação e assimilação - Formas: solos e duetos - Ferramentas: adição e repetição - Simetrias e assimetria 	<ul style="list-style-type: none"> - Consolidação e aumento da complexidade das competências adquiridas no 1º Ano - Estrutura coreográfica: reprodução, aperfeiçoamento e apresentação - Formas: quartetos - Ferramentas: transposição (partes do corpo) e canône - Sincronia e oposição

<p>PESQUISA</p> <p>Exploração de movimento</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Exploração de movimento: conteúdos simples e ambientes 	<ul style="list-style-type: none"> - Consolidação e aumento da complexidade das competências adquiridas no 1º Ano - Aperfeiçoamento técnico de movimento próprio e do outro - Enfatizar a capacidade interpretativa - Estudo de vocabulário próprio
<p>ANÁLISE CRÍTICA</p> <p>Consciencialização Reflexão Partilha Avaliação</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Capacidade de apresentação das estruturas coreográficas - Observação e análise crítica 	<ul style="list-style-type: none"> - Noção de sentido/significado do movimento - Reflexão sobre e após o processo de construção

3. AVALIAÇÃO

Provas de seleção - ao abrigo da portaria nº223A/2018, de 3 de agosto (artigo 45, admissão de alunos), “qualquer aluno que pretenda ingressar no 1º ano, deverá realizar Provas de Seleção”.

Parâmetros de avaliação contínua - Os parâmetros de avaliação contínua são definidos e aprovados em Conselho Pedagógico todos os anos letivos, sendo até à primeira semana de novembro afixados na escola em local visível, assim como, no *site* institucional do Orfeão de Leiria Conservatório de Artes.

Avaliação formativa - expressa-se de forma qualitativa.

Avaliação sumativa - é expressa em níveis de 1 a 5, no fim de cada semestre letivo.

ESCOLA DE MÚSICA DO ORFEÃO DE LEIRIA

Departamento de Dança

CURSO BÁSICO DE DANÇA

CURRICULUM

PRÁTICAS COMPLEMENTARES DE DANÇA

1. INTRODUÇÃO

O percurso evolutivo da história da Dança, enquanto expressão artística, tem demonstrado como esta linguagem pode refletir sobre a realidade e vivência sociocultural de uma comunidade. Há, nesta evolução, uma crescente consciência da importância que a sua aprendizagem tem para um mais profundo conhecimento sobre a natureza humana e o seu potencial criativo, particularmente na relação do homem com o corpo e todas as competências físicas e imateriais a ele associadas.

Enquanto fonte de conhecimento, a Dança correlaciona-se naturalmente com diferenciados saberes, de forma mais imediata com a Música e o Teatro e outros domínios artísticos e filosóficos, mas também com matérias do pensamento pragmático como a matemática, a geometria, a geografia e até, de forma mais evidenciada na linguagem contemporânea, com a arquitetura. É na transversalidade da Dança que encontramos os fundamentos de um programa que atende às especificações do ensino artístico como abordagem basilar e globalizante para a aprendizagem desta arte.

A fim de diversificar a oferta formativa e reforçar a autonomia da escola, a Escola de Música do Orfeão de Leiria propõe a disciplina Práticas Complementares de Dança, no 3º e 4º ano do Curso Básico de Dança. A disciplina organiza-se da seguinte forma:

3º e 4º ano

- Repertório Clássico - 1 unidade letiva semanal de 45 minutos
- Composição Coreográfica - 1 unidade letiva semanal de 45 minutos

2. OBJETIVOS

- Proporcionar aos alunos uma formação abrangente, integrando para isso, no seu plano de estudos, diferentes técnicas e linguagens de movimento;
- Favorecer a versatilidade dos alunos, através da experimentação de diferentes técnicas e linguagens;
- Formar sentido estético e desenvolver a sensibilidade através da experimentação de obras de referência e de diferentes linguagens, no âmbito da Dança Clássica e Contemporânea;
- Alargar os conhecimentos no âmbito da história da Dança – contexto histórico;
- Conhecer coreógrafos e obras de referência na área da Dança;
- Criar repertório para a escola.

3. REPERTÓRIO CLÁSSICO

3.1. PERTINÊNCIA PEDAGÓGICA

- Contacto com diferentes linguagens da Dança – proporciona a compreensão, aquisição e prática de diferentes abordagens estéticas período clássico e romântico;
- Transposição dos conteúdos estudados – proporciona ao aluno a aplicação eficaz dos seus conhecimentos técnicos, ao serviço de um repertório com exigências de movimento específicas;
- Incentivo à capacidade individual: Incentiva o aluno à exploração da sua capacidade de reproduzir fielmente o repertório aprendido, e simultaneamente, de expressar a sua singularidade enriquecendo esse mesmo repertório com as suas características individuais;
- Relação com a realidade – desenvolvimento do espírito crítico e interventivo em aula - desenvolve no aluno uma atenção estreita da realidade e da sua relação com o passado; ao aprender um repertório de importância histórica, o aluno toma contacto com um movimento de estética específica, a qual é justificada por um contexto cultural, político, económico e social. Promove-se assim, a pesquisa, a observação, a informação, a discussão e busca de uma interpretação expressiva dos tempos e dos temas coreografados; fomenta o conhecimento cultural;
- Veículo de aproximação do aluno ao meio profissional - promove o contacto com criações de coreógrafos da atualidade, nacionais ou estrangeiros;
- Relação intra e extra grupo - fomenta no aluno a capacidade de executar os movimentos em grupo, segundo dinâmicas próprias ou pré-definidas, assim como a capacidade de executar movimentos individualizados com dinâmicas relacionadas ou dependentes do grupo.
- Interesse pela programação cultural de Dança – estimula o aluno a assistir a espetáculos profissionais de repertório.

3.2. CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS

- Tipos de Movimento – linguagens, estilos e estéticas variadas;
- Obras coreográficas de referência, nomeadamente dos períodos romântico e clássico;
- Contexto e relevância histórica das obras em estudo;
- Temas e estímulos dos coreógrafos estudados;
- Etapas do processo criativo;
- Trabalho de corpo de baile;
- Relação com a disciplina de Música - conhecimento dos autores das obras musicais que marcaram o período romântico e clássico;
- Espaço cénico.

4. COMPOSIÇÃO COREOGRÁFICA

4.1. PERTINÊNCIA PEDAGÓGICA

- Execução técnica de novas linguagens - proporciona ao aluno a aplicação eficaz dos seus conhecimentos técnicos ao serviço de uma composição com exigências de movimento específicas.
- Aquisição dos conteúdos estudados - proporciona a compreensão, aquisição e prática de diferentes abordagens estéticas e de variados métodos de composição.
- Incentivo à capacidade individual – incentiva o aluno à exploração; permite que o aluno descubra a sua identidade criativa e expresse a sua singularidade nas suas composições e nos trabalhos dos restantes elementos do grupo;
- Desenvolvimento da maturidade e versatilidade interpretativas - cria condições para a otimização das capacidades artísticas interpretativas dos alunos. A aprendizagem, o entendimento e o domínio de diferentes linguagens contemporâneas e valores expressivos, são etapas fundamentais para o alcance de uma maturidade e versatilidade interpretativas.
- Desenvolvimento do espírito crítico e interventivo - a disciplina intenta desenvolver no aluno uma atenção estreita da realidade e da sua relação com o contexto; promove a pesquisa, a observação, a informação, a discussão e busca de uma interpretação expressiva dos tempos e dos temas coreografados. Fomenta o conhecimento cultural.
- Veículo de aproximação do aluno ao meio profissional – o intérprete do século XXI é interventivo na criação coreográfica; compreender e dominar processos de criação é fundamental para uma aproximação do aluno a práticas profissionais atualizadas;
- Capacidade em grupo: relação intra e extra grupo – fomenta no aluno processos de intervenção, feedback e decisão perante o grupo;
- Interesse pela programação cultural de Dança profissional – estimula a assistência a espetáculos de Dança e posterior discussão crítica acerca das peças observadas.

4.2. CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS

Invocar e recordar conceitos e temáticas lecionadas no 2º ciclo, na disciplina de Expressão Criativa e desenvolver o conhecimento de métodos e ferramentas de composição coreográfica através da utilização de estímulos visuais, auditivos, táteis, cinestésicos e ideacionais:

CONTEÚDOS – TABELA DE PROGRESSÃO			
	3º Ano	4º Ano	6º, 7º e 8º Anos
CORPO partes superfícies articulações ações formas	- consolidação e aumento da complexidade das competências adquiridas na disciplina de expressão criativa	- consolidação e aumento da complexidade das competências adquiridas no 3º ano	- consolidação e aumento da complexidade das competências adquiridas na disciplina de composição coreográfica do 3º ciclo
ESPAÇO progressão projeção tipologia níveis eixos extensão percursos direções desenho no espaço planos	- consolidação e aumento da complexidade das competências adquiridas na disciplina de expressão criativa - transposição: frases de movimento no espaço - extensão: perto, normal e longe - planos: porta, mesa e roda	- consolidação e aumento da complexidade das competências adquiridas - eixos: na cinesfera - espaço como estímulo coreográfico (<i>reading</i>) - tipologia: espaços positivos e negativos	- consolidação e aumento da complexidade das competências adquiridas na disciplina de cc do 3º ciclo - eixos: que se intercetam

<p>ENERGIA</p> <p>peso</p> <p>fluência</p> <p>tempo</p> <p>espaço</p>	<p>- consolidação e aumento da complexidade das competências adquiridas na disciplina de expressão criativa</p> <p>- consciência de tempo: do movimento interno e do outro</p>	<p>- consolidação e aumento da complexidade das competências adquiridas</p>	<p>- consolidação e aumento da complexidade das competências adquiridas na disciplina de cc do 3º ciclo</p>
<p>RELAÇÃO</p> <p>com transferência de peso</p> <p>sem transferências de peso</p> <p>corpo</p> <p>objeto</p>	<p>- consolidação e aumento da complexidade das competências adquiridas na disciplina de expressão criativa</p> <p>- com transferências de peso: suportar e apoiar</p>	<p>- consolidação e aumento da complexidade das competências adquiridas</p> <p>- com transferências de peso: carregar, transportar e arrastar</p>	<p>- consolidação e aumento da complexidade das competências adquiridas na disciplina de cc do 3º ciclo</p> <p>- com transferências de peso: elevar, trepar e planar</p> <p>- outras: equilibrar e desequilibrar, saltar, cair, rolar, deslizar, girar e deixar cair</p>
<p>ESTRUTURA COREOGRÁFICA</p> <p>micro e macro estruturas</p> <p>formas coreográficas</p> <p>ferramentas</p>	<p>- consolidação e aumento da complexidade das competências adquiridas na disciplina de expressão criativa</p> <p>- formas: trios</p> <p>- desenvolver a capacidade de trabalho em equipa na criação de grupo/ para um grupo, sem exclusão de solos e duetos</p> <p>- reconhecer e manipular elementos de cc</p>	<p>- consolidação e aumento da complexidade das competências adquiridas</p> <p>- reconhecer e manipular macro e micro estruturas coreográficas</p>	<p>- consolidação e aumento da complexidade das competências adquiridas na disciplina de cc do 3º ciclo</p> <p>- fomentar a aprendizagem da utilização das ferramentas de composição coreográfica através de métodos e processos utilizados por diversos coreógrafos de renome</p>

PESQUISA improvisação	- consolidação e aumento da complexidade das competências adquiridas na disciplina de expressão criativa - utilizar elementos da improvisação como ferramenta de pesquisa e criação de movimento - criação de ambientes coreográficos	- consolidação e aumento da complexidade das competências adquiridas - consciencialização criativa e espontânea do movimento próprio	- consolidação e aumento da complexidade das competências adquiridas na disciplina de cc do 3º ciclo - exploração de linguagens coreográficas: <i>contact improvisation, gaga, passing through/ flying low, fighting monkey</i> , dança teatro... (consultar conteúdos programáticos complementares de tdct)
ANÁLISE CRÍTICA consciencialização reflexão partilha avaliação	- consolidação e aumento da complexidade das competências adquiridas na disciplina de expressão criativa - utilizar elementos da improvisação como auto e hétero análise	- consolidação e aumento da complexidade das competências adquiridas - manipulação de micro estruturas: reflexão sobre e após o processo de construção - desenvolver o sentido auto crítico, analítico, metodológico e auto reflexivo, não só sobre processo criativo como do resultado final	- consolidação e aumento da complexidade das competências adquiridas na disciplina de cc do 3º ciclo

5. AVALIAÇÃO

Provas de seleção - ao abrigo da portaria nº223A/2018, de 3 de agosto (artigo 45, admissão de alunos), “qualquer aluno que pretenda ingressar no 1º ano, deverá realizar Provas de Seleção”.

Parâmetros de avaliação contínua - os parâmetros de avaliação contínua são definidos e aprovados em Conselho Pedagógico todos os anos letivos, sendo até à primeira semana de novembro afixados na escola em local visível, assim como, no *site* institucional do Orfeão de Leiria Conservatório de Artes.

Avaliação formativa - expressa-se de forma qualitativa.

Avaliação sumativa - é expressa em níveis de 1 a 5, no fim de cada semestre letivo.