



**Disciplina:** EFC5803-Dança e Improvisação  
**Carga Horária:** 3 h/a semanais – 54 h/a semestrais  
**Equivalências:**

## PROGRAMA DE ENSINO

### 1. EMENTA

Consciência do corpo em diferentes dinâmicas de movimento. Condição corporal relacionada à dança. Técnicas de dança moderna e Contemporânea. Improvisação. Coreografia.

### 2. OBJETIVO GERAL

Proporcionar a dança como vivência artística e condição corporal de saúde e lazer.

### 3. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Reconhecer conceitos, princípios e práticas de dança como possibilidade expressiva comunicativa;
- Desenvolver a criatividade e a livre expressão;
- Identificar e executar diferentes técnicas de dança moderna e contemporânea.

### 4. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

#### 4.1. Unidade I - Consciência corporal e expressiva:

- Processo de integração de grupo;
- Sensibilização e expressão do movimento
- Exercícios de percepção corporal e musical

#### 4.2. Unidade II - Técnicas básicas de dança:

- Posições e níveis
- Movimento e esforço: tempo, espaço, peso e fluência
- Contração e release
- Suspensão queda e recuperação

#### 4.3. Unidade III - Criatividade e comunicação:

- Improvisação
- Coreografia

### 5. BIBLIOGRAFIA BÁSICA

HASELBACH, Barbara. **Dança improvisação e Movimento**. Rio de Janeiro Ao livro técnico, 1988.

BRIKMAN, Lola. **A linguagem do movimento corporal**. Summus; São Paulo, 1985.

LABAN, Rudolf. **O domínio do movimento**. Summus; São Paulo, 1978.

STOKOE, Patrícia. **Expresion Corporal: guia didáctica para El docente**. Ricordi Americana: Buenos Aires.

FRITSCH, Úrsula. (org) Tanz, Bewegungskultur, Gesellschaft. **Verlust und Chancen symbolisch-expressiven Bewegens**. Frankfurt: Afra Verlag, 1988.