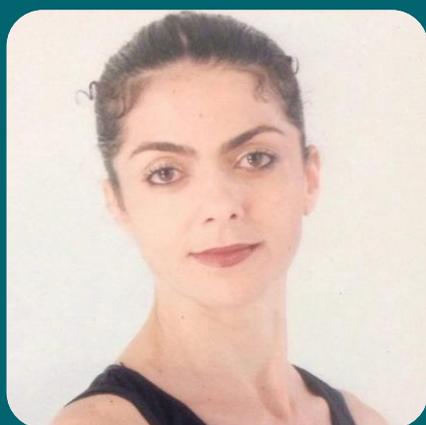




FACULDADE DE  
SÃO BENTO DE  
SÃO PAULO



Prof. Me. Maria Norma  
Duarte Rodrigues

» DESCONTOS ESPECIAIS  
25% para alunos e docentes  
50% para docentes, alunos  
e ex-alunos da FSB-SP

EMENTA



CURSO DE EXTENSÃO

## Curso de dança e consciência corporal para adultos

Bailarina, dançarina e professora de dança e filosofia. Formada em Filosofia pela Faculdade de São Bento -SP (2016) e mestre em Filosofia pela PUC-SP (2021) - é membro pesquisadora do Grupo de Pesquisa de Pragmatismo e Estética do Centro de Estudos de Pragmatismo – PUC-SP. Sua primeira formação em balé começou em 1982, na Fundação Teatro Deodoro (FUNTED), Centro de Belas Artes (CENARTE), em Maceió, Alagoas. Em 1987 continuou sua formação no balé clássico e jazz em São Paulo, na Escola de Ballet Ismael Guiser. Há 35 anos atua como bailarina, dançarina e professora de balé e expressão corporal, tendo passado por inúmeras companhias de dança e instituições culturais, como Oswaldo Montenegro (1993), Sewe Kanko Ltd (Japão (1999), Studio 3 e Ballet Jovem Paulista (2000), Grupo de Formação e Difusão da Dança Contemporânea, pela Prefeitura de Santo André (2002 e 2004), Dance Steppin Outm - Osaka, Japão (2005), Artistas Educadores do Projeto Fazendo Arte na Escola pela Prefeitura de Tabuão da Serra/SP (2007), Núcleo Passo Livre de Dança - VII Programa Fomento Municipal de Dança/SP e, pelo PROAC (2010). Desde 2015 dá aulas de balé clássico e dança contemporânea na São Bento -SP.

Lattes (link): <http://lattes.cnpq.br/6931821004125833>

**Quando:** a partir de 6 de agosto, todo sábado

**Horário:** 11h às 12h30

**Quanto:** R\$ 100,00 (4 aulas)

**Aula avulsa:** R\$ 40,00

**Inscrições:**

☎ 11.3328-8796

☎ 11.96075-2780

✉ [secretaria@faculdadedesaobento.com.br](mailto:secretaria@faculdadedesaobento.com.br)

O curso de dança e consciência corporal para adultos é um *ateliê dançante*, em que se estimula, ao mesmo tempo, a consciência corporal e a sensibilidade para os diversos ritmos da dança no ocidente. Nossa proposta conta com a fundamentação teórica dos princípios básicos de José Pilates (1833 – 1967), por fornecerem a base para os exercícios de aquecimento e consciência do corpo, considerando a respiração como primeiro princípio que organiza a relação dos movimentos ao posicionamento da postura corporal dentro do espaço. Concomitantemente, também serão abordadas, neste curso, as teorias de Rudolf Laban (1879 – 1958) em sua obra “O domínio do movimento”. Nesse sentido, no decorrer de oito,

## PÚBLICO-ALVO



## OBJETIVOS



## METODOLOGIA



## PROGRAMA DAS AULAS



## BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR



este primeiro módulo pretende apresentar a diversidade das danças populares e a variedade de seus ritmos, bem como seus valores e benefícios para a sociedade.

Adultos: todas as pessoas que apreciam a arte da dança. Adultos, a partir de 18 anos até 80 anos que não possuam impedimento médico.

A proposta central deste curso tem como objetivo o desenvolvimento da consciência corporal, a partir da percepção de seus movimentos, na medida em que tais movimentos criem condição de possibilidade para que pessoas adultas, com ou sem experiência em dança, desenvolvam a coordenação motora necessária para a prática de algumas habilidades, no âmbito de uma perspectiva da dança. Partindo dessa ideia, pretende-se refletir e perceber a importância do trabalho em equipe e a união das pessoas que são estimuladas pelas músicas e pelo contexto que envolve cada dança, enquanto se desenvolve a percepção do aluno, no que diz respeito ao seu próprio corpo, com a relação a tridimensionalidade do espaço em que ele se encontra.

Aulas com um período de prática e instruções teóricas sobre os detalhes técnicos, ou seja, fundamentos básicos para a eficácia dos exercícios.

Todas as aulas iniciam com aquecimento, com o intuito de aprimorar o condicionamento muscular e a consciência corporal. Conteúdo: o corpo: subdivisões básicas necessárias à observação de ações corporais. Após o aquecimentos, será proposta uma experiência estética no ritmo de alguma dança a ser escolhida pelo grupo, como samba, salva, mambo, jazz, frevo, maracatu, forró etc.

1. ACHCAR, Dalal. **Ballet, Arte, Técnica Interpretação**, Cia. Brasileira de Artes Gráficas Rio de Janeiro, 1980.
2. GARAUDY, Roger. **Dançar a vida**. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1980.
3. LABAN, Rudolf. **Domínio do Movimento**. São Paulo: Copyright Summus Editorial, 1971.
1. CAMARGO, Mariana Vaz de. **O fazer artístico como catálise: experiências do corpo e da dança**. 2008. 187 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia) – Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo, 2008.
2. JAEGER, Werner. **Paidéia A formação do Homem Grego**. São Paulo: Martins Fontes, 2003.
3. PAVIANI, Jayme. **Do Corpo: Ciências e artes – A função educativa da dança em Platão: As Leis, livro II**
4. VALÉRY, Paul, **L'âme et la dance** (A alma e a dança). 2 ed. Rio de Janeiro: Imgo, 2005.
5. VENÂNCIO, Romero. **O corpo como criação, linguagem e liberdade ou sobre Pina Bausch**. Disponível em: <<http://www.esquerdadiario.com.br/O-CORPO-COMO-CRIACAO-LINGUAGEM-E-LIBERDADE-OU-SOBRE-PINA-BAUSCH>>. Acesso em: 14 de nov. 2020.



A 20 passos do metrô São Bento  
Largo de São Bento, s/nº - Centro –  
São Paulo – SP - CEP: 01029-010.

