

# CURSOS LIVRES DE DANÇA

---

## 2023/2024

Os Cursos Livres definem-se como um programa educativo complementar, que visa apoiar o Projeto Educativo da EDCN, por constituir uma aposta de formação e promoção da Dança, junto das idades mais infantis, incentivando, ao mesmo tempo, a cativação de novos candidatos à admissão à EDCN.

Definem-se como um ensino introdutório da Dança, destinado ao 1º ciclo do ensino básico (do 1º ao 4º ano), com o principal objetivo de dotar, estas faixas etárias, das bases técnicas essenciais para uma progressão de estudos na área. Apesar de ser um projeto educativo distinto, em regime livre, de caráter não profissionalizante, este constitui um preâmbulo importante na formação das faixas etárias antecessoras ao curso de Dança e, por isso, desenvolve-se num contexto escolar partilhado com a EDCN, previsto no seu Regulamento Interno.

### Inscrições abertas!

Sabe mais em:  
[secretaria.edcn | edcn.pt](mailto:secretaria.edcn@edcn.pt)  
[cursoslivres@edcn.pt](mailto:cursoslivres@edcn.pt)





## PONTOS DE EXCELÊNCIA

---

- Professores creditados e com experiência de ensino;
- Um Plano de Atividades dinâmico e desafiador, de proximidade com as famílias;
- Acompanhadores musicais: um ambiente de aula com qualidade artística e operacionalidade ótima;
- Oferta curricular variada;
- Estúdios devidamente equipados e com as condições necessárias a uma prática segura;
- Contato próximo com a realidade do ensino profissionalizante da Dança;
- Auxiliares de ensino: apoio nos vestiários e na preparação dos alunos para as aulas (indumentária e cabelos);
- Experiência performativa: espetáculo e outras apresentações em estúdio.

## OBJETIVOS

---

- Desenvolver o gosto pela Dança;
- Desenvolver a noção proprioceptiva do corpo (flexibilidade, coordenação, alinhamento, controlo);
- Desenvolver as capacidades cinestésicas (perceção espacial, projeção espacial);
- Compreensão, domínio e capacidade de desenvolver as noções basilares da técnica;
- Promover a expressividade e interpretação;
- Desenvolver as dinâmicas e musicalidade;
- Descobrir as potencialidades artísticas individuais;
- Promover a assiduidade e o sentido de compromisso;
- Adquirir atitudes e comportamentos próprios ao contexto de aula;
- Dotar os alunos das competências essenciais técnicas que possibilitem uma eventual progressão de estudos em dança;

# HORÁRIOS 2022 / 20223

	4ª FEIRA		5ª FEIRA		6ª FEIRA		SÁBADO	
	Estudio 1	Estudio 2	Estudio 1	Estudio 2	Estudio 1	Estudio 2	Estudio 1	Estudio 2
9.00h - 10.00h								Danças Espanholas
10.00h - 11.00h							TDC 1º   2º	TDC 3º   4º
11.00h - 12.00h							Atelier Coreográfico	Movimento Contemporâneo
12.00h - 13.00h							Barra-de-Chão	
17.30h - 18.30h	Barra-de-Chão			TDC 3º   4º		Barra-de-Chão		
18.30h - 19.30h	TDC 3º   4º			Barra-de-Chão	Condição Física (EDCN)	TDC 3º   4º		

## TDC

**Técnica de Dança Clássica**  
Aprendizagem das bases  
Técnicas e do léxico principal

## Barra-de-Chão

Trabalho de otimização das condições físicas para a prática da Dança

## Atelier Coreográfico

Exploração do corpo como instrumento de expressão, comunicação e composição

## Danças Espanholas

Introdução à dança clássica espanhola

## Movimento Contemporâneo

Conceitos basilares do movimento contemporâneo, adequada à faixa etária mais nova

## Condição Física

Otimização das condições físicas para a prática da Dança e de superação de lacunas individuais  
(aula exclusiva a alunos da EDCN)