



## Programa de Ensino

**Nome da disciplina:** Consciência Corporal I

**Código da disciplina:** CMA 6114

**Horas/aula semanais:** 4

**Total de horas/aula:** 72

**Pré-requisito:** sem pré-requisito

**Equivalência:** sem equivalência

**Curso a que se destina:** Artes Cênicas

### **Ementa:**

Introdução à consciência corporal através da educação do movimento. Desenvolvimento motor, cognitivo e afetivo. Reeducação e aprimoramento de habilidades básicas dos padrões fundamentais do movimento.

### **Objetivos:**

- Desenvolver habilidades perceptuais e motoras;
- Sensibilizar a percepção sobre o movimento;
- Refletir sobre a linguagem corporal;
- Aprimorar relações psicofísicas;
- Perceber a corporeidade como estímulo de criação.

### **Conteúdo Programático:**

- Estudo do movimento: relações entre apoio e mobilidade; transferência de peso e deslocamento espacial; iniciação e desenvolvimento do movimento; intenção espacial.
- Noções anatômicas e fisiológicas dos sistemas corporais.



- Sistema ósseo e movimento: conexões ósseas; expressividade no espaço; gesto; análise postural.
- Sistema orgânico e movimento: volume corporal; emotividade; relação entre corpo e gravidade.
- Sistema muscular e movimento: vitalidade; contrações concêntricas, excêntricas e isométricas; formas espaciais.

### **Bibliografia Básica:**

FERNANDES, Ciane. **O corpo em movimento: o sistema Laban/Bartenieff na formação e pesquisa em artes cênicas**. São Paulo: Annablume, 2006.

VIANA, Klauss. **A dança**. São Paulo: Summus, 2008.

### **Bibliografia Complementar:**

COHEN, Bonnie Bainbridge **Sensing, Feeling and Action**. published by Contact Editions, Northampton, MA, 1993.

LABAN, Rudolf Von. **Dança educativa moderna**. São Paulo: Ícone, 1990.

---