

TEMAS/UNIDADES	CONTEÚDOS	N.º de AULAS PREVISTAS	
Dimensão Espaço	- Espaço livre (deslocamentos) - Espaço Pessoal - Níveis espaciais (baixo, médio e alto)	1 tempo	2º Semestre – 15 tempos
Dimensão Corpo	- Mapa do corpo - Postura Corporal - Expressão Facial	1 tempo	
Dimensão Energia/Rítmo	- Forte, fraco, leve, cortante, suave, tenso, solto...	1 tempo	
Danças Tradicionais Portuguesas	Vira- passos básicos - voltas - Execução de uma coreografia em linha/coluna/roda - Atividades formativas e de avaliação.	3 tempos	
Danças Sociais	Cuba: Rumba quadrada: - passo básico (rapaz/rapariga) - lateral, frente, retaguarda - quadrado - volta (senhora) - contra volta/ um quarto de volta - coreografia individual/pares - Atividades formativas e de avaliação. França: Chapelloise	3 tempos 1	
Dança Moderna	- Hip-Hop - Contemporânea - Broadway - Jazz - Ballet - Outra - escolha e criação dos alunos uma das apresentadas - Atividades formativas e de avaliação.	5 tempos	
Total de Aulas Previstas (50 minutos)		15	

A Professora:
Carla Almeida