

Planificação Anual

Curso Profissional de Intérprete/Ator/Atriz

Disciplina de Corpo – 1.º Ano

Ano letivo: 2023/2024

Calendarização (período)	UFCD – 10483 – Linguagens físicas e expressão corporal	N.º de aulas (50')
1.º Período	<ul style="list-style-type: none"> • Observação do real e tradução em cena <ul style="list-style-type: none"> → Capacidade de observação → Mecanismos de captação do que observa e da sua integração nas características do seu corpo, dotando-o de capacidades expressivas → Gramática corporal refinada • meios e liberdade para tornar pensamentos, ideias e emoções em realidade física → Improvisação corporal individual, em dueto ou em grupo, partindo de uma situação concreta • Conceitos e técnicas relacionadas com a Mímica, a Pantomima e o Teatro Físico <ul style="list-style-type: none"> → Situações de jogo e de cena utilizando as técnicas desenvolvidas → Perceção do seu corpo e das suas potencialidades 	30
	<p>Avaliação</p> <p>Conhecimentos e capacidades - 70%</p> <p>Atitudes - 30%</p>	Avaliação contínua

Calendarização (período)	UFCD – 10490 – Consciencialização corporal – noção básica de anatomia	N.º de aulas (50')
	<ul style="list-style-type: none"> • • Consciencialização corporal – noçõesbásicas de anatomia <ul style="list-style-type: none"> → Corpo, estrutura óssea → Partes do corpo → Corpo em movimento • Importância da respiração e do relaxamento como elementos indispensáveis para uma qualidade orgânica do movimento <ul style="list-style-type: none"> → Alinhamento postural, articular, da respiração e graus de tonicidade • Movimento do corpo e as suas capacidades <ul style="list-style-type: none"> → Domínio da respiração e integração no movimento → Desenvolvimento de competências expressivas do corpo <p>→ Postura, ondulações e expirais</p>	30
	<p>Avaliação Conhecimentos e capacidades - 70% Atitudes - 30%</p>	Avaliação contínua

Calendarização (período)	UFCD – 10490 – Consciencialização corporal – noção básica de anatomia	N.º de aulas (50')
1.ºPeríodo	<ul style="list-style-type: none"> • Consciencialização corporal – noções básicas de anatomia <ul style="list-style-type: none"> → Corpo, estrutura óssea → Partes do corpo → Corpo em movimento • Importância da respiração e do relaxamento como elementos indispensáveis para uma qualidade orgânica do movimento <ul style="list-style-type: none"> → Alinhamento postural, articular, da respiração e graus de tonicidade • Movimento do corpo e as suas capacidades <ul style="list-style-type: none"> → Domínio da respiração e integração no movimento → Desenvolvimento de competências expressivas do corpo → Postura, ondulações e expirais 	30
	<p>Avaliação Conhecimentos e capacidades - 70% Atitudes - 30%</p>	Avaliação contínua

Calendarização (período)	UFCD – 10491 – Ações básicas - saltos, voltas, transferências de peso e deslocações	N.º de aulas (50')
1.º e 2.ºPeríodo	<ul style="list-style-type: none"> • Ações básicas • Linguagem física através de diferentes técnicas corporais <ul style="list-style-type: none"> → Saltos → Voltas → Gestos 	60

Calendarização (período)	UFCD – 10492 – Introdução às técnicas de movimento corporal	N.º de aulas (50')
2.º e 3.º Período	<ul style="list-style-type: none"> • Potencial técnico e criativo do corpo <ul style="list-style-type: none"> → Diferentes linguagens e técnicas de movimento • Exploração do movimento <ul style="list-style-type: none"> → Abordagem às mais diversas técnicas da dança → Abordagem, através de uma perspetiva mais ocidental, às técnicas que contaminaram a dança contemporânea → Consciência do movimento: o gesto e a ação enquanto experiência e linguagem do corpo → Domínio do movimento na sua relação espaço-tempo • Diferentes qualidades do movimento através de uma leitura da sua fluência, peso, espaço e tempo <ul style="list-style-type: none"> → Impulso para o movimento a partir de partes do corpo → Centro do corpo como motor que organiza o corpo como um todo → Movimento livre e controlado → Movimento leve e pesado → Movimento direto e flexível → Movimento repentino e contínuo → Movimento - Ritmo e musicalidade 	30
	<p>Avaliação Conhecimentos e capacidades - 70% Atitudes - 30%</p>	

Atividades e estratégias a aplicar

- Visualização de filmes e obras coreográficas de coreógrafos Portugueses e estrangeiros
- Visitas de estudo
- Assistir a espetáculos
- Contacto com artistas
- Improvisações individuais
- Improvisações em grupo

Materiais Curriculares e Recursos Didáticos

- Internet (pesquisa de informação)
- Projetor de vídeo
- Quadro/QIM
- *Software*
- *Hardware*
- Fichas de apoio
- Vídeos
- Livros

Modalidades de Avaliação

- Grelha de observação
- Trabalhos individuais
- Trabalhos em grupo
- Performances artísticas
- Diários de bordo
- Reflexões críticas

NOTA – Sempre que se justifique, por motivos de funcionamento e desenvolvimento das UFCD a calendarização desta planificação poderá ser alterada

