

ATIVIDADE ARTE – DANÇA

Nome:		Data: ___/___/2020
Unidade Escolar:		Ano: 6º
Componente Curricular: ARTE/DANÇA		
Objetos de Conhecimento/Conteúdos:		
Processos de criação: Técnicas de improvisação e de criação do movimento; Vocabulários corporais.		
Habilidades: (GO-EF06AR12-A) Investigar e experimentar diferentes técnicas de improvisação e criação do movimento, como fonte para a construção de vocabulários corporais dançados.		

ATIVIDADE 003



ESTUDANTE

Nesta atividade de Arte/Dança, vamos conhecer melhor nosso corpo e suas partes, investigar e experimentar movimentos e criar danças.

(Fonte: <https://publicdomainvectors.org/pt/vetorial-gratis/Dança-desenho/37965.html>)

01 – Para começar a aula de dança, vamos preparar o corpo para poder movimentar a partir do aquecimento corporal. Escolha um lugar, que não tenha móveis e objetos, ou que possam ser retirados, para que você possa deitar e movimentar no chão.

Vamos começar? Siga as orientações abaixo:

Aquecimento Corporal

A) Posicione seu corpo deitado com as costas no chão e barriga para cima, braços soltos ao longo do corpo e pernas estendidas. Perceba cada parte do seu corpo. Sinta o peso da cabeça, dos braços e pernas. Perceba a temperatura do chão. E esteja atento a sua respiração.

B) Feche seus olhos, perceba a sua respiração e batimento do seu coração. Permaneça por alguns instantes nessa posição. Esteja atento aos movimentos provocados pela respiração e pela batida do coração no corpo.

C) Bem lentamente, vá se espreguiçando como se tivesse acabado de acordar de manhã. Mantenha-se deitado no chão, mas vá mudando de posição: de um lado, de outro, de barriga para baixo. Aproveite o chão para realizar movimentos de esticar e encolher o corpo, fazendo movimentos de expansão e contração.

D) Aos poucos, continue fazendo movimentos de espreguiçar, não pare, até passar para a posição de sentar e finalmente ficar em pé. Perceba o corpo mais alongado e pronto para prosseguir em forma de movimento dançado.

ESTUDANTE

Corpo aquecido e bem acordado!

Vamos investigar e experimentar vários movimentos livres?

Use sua criatividade!

Pode ser qualquer movimento!

Perceba a movimentação de cada parte do seu corpo.

Busque também fazer movimentos diferentes, lembre-se de algum movimento que você viu e achou interessante.

02 – Dança livre pelo espaço.



(Fonte: <https://publicdomainvectors.org/pt/vetorial-gratis/Stickman-feliz/49832.html>)

Vamos começar? Siga as orientações abaixo:

Dançando pelo Espaço

- A)** Escolha um espaço para a sua dança. Vamos dar início à dança das partes corporais.
- B)** Inicie movimentando a cabeça, perceba quais movimentos são possíveis de realizar.
- C)** Em seguida, prossiga movimentando os braços, os dedos das mãos, os ombros, a coluna, o quadril, joelhos, pés e dedos dos pés. É muito importante você observar e estar atento a cada movimento, percebendo as várias possibilidades de movimento do seu corpo.
- D)** Comece a andar pelo espaço à medida em que movimenta cada parte do corpo. Vá ocupando o espaço possível movimentando o corpo em diferentes direções. Não fique no mesmo lugar, desloque-se pelo espaço.
- E)** Se estiver movimentando com música, perceba o ritmo da música. Se não tiver música, perceba os sons do ambiente. Mas, esteja sempre atento a sua respiração, aos batimentos do coração e ao movimento das partes corporais.
- F)** Dance livre pelo espaço, seja criativo! Perceba as múltiplas formas de movimento do seu corpo! Divirta-se com sua dança!

ESTUDANTE

Quando finalizar a dança, descanse um pouco!

Deite-se novamente no chão, de barriga para cima (decúbito dorsal).

Observe e perceba como está sua respiração e seu corpo.

Aproveite para relaxar o corpo!

03 – Após o momento da dança e do relaxamento, leia as perguntas abaixo e responda em seu caderno de dança. Faça um registro escrito com suas palavras descrevendo sobre suas percepções e sensações durante a sua dança.

A) Qual a sensação de seu corpo durante a movimentação das partes corporais?

B) Qual(is) parte(s) do corpo você sentiu que tocou no chão?

C) Qual(is) parte (s) do corpo que você mais gostou de mover?

D) Durante a sua respiração, qual(is) parte(s) do corpo se moveu?

E) Quais foram os movimentos que você conseguiu criar durante a sua dança?

Até a próxima aula!

Boas danças! Bons estudos!