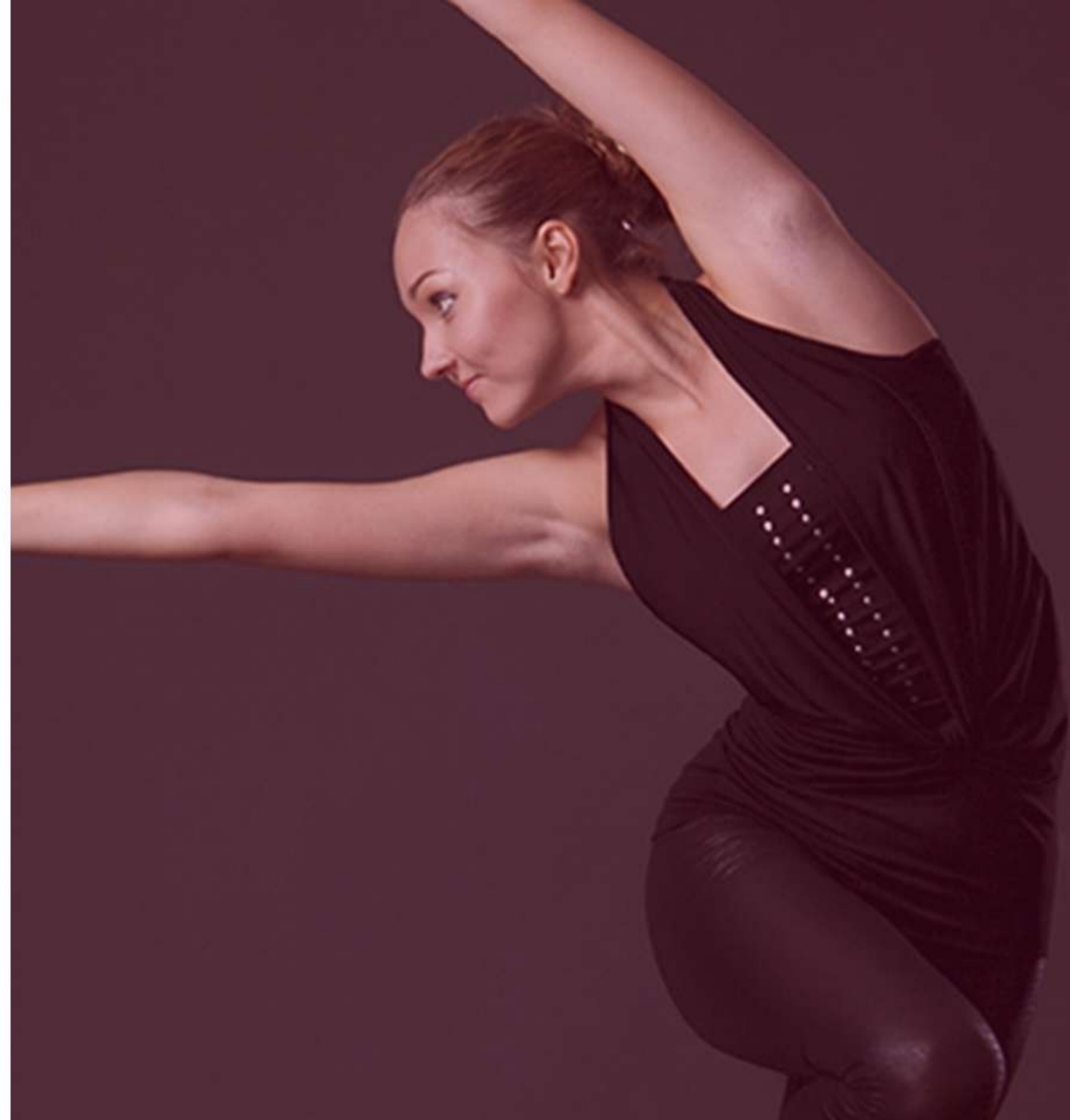


# CURSO DE DANÇA



O Curso de Dança é uma referência na formação específica de profissionais que pretendam iniciar o seu percurso na área da Dança. No mercado actual, cada vez mais competitivo e em constante desenvolvimento, é importante adquirir ferramentas que permitam a estes profissionais dominar diversos estilos. Pretendemos marcar a diferença tentando merecer destaque pela qualidade, dinamismo, larga experiência e prestígio reconhecido dos nossos formadores. Temos como principal objetivo formar profissionais versáteis, competentes, disciplinados e com sentido de responsabilidade perspetivando uma futura realização profissional.

Venha aprender a dançar, domine vários estilos e alargue os seus horizontes. Formação com grande componente prática!

## OBJETIVOS

- Adquirir capacidades físicas e motoras que permitam dominar as diferentes técnicas e estilos de Dança
- Adquirir conhecimento da terminologia básica de cada um dos estilos
- Desenvolver a capacidade de memorização e utilizar corretamente as noções de tempo e espaço
- Desenvolver o sentido rítmico e as capacidades de interpretação/expressão corporal
- Adquirir conhecimento de diverso repertório musical

## O QUE INCLUI A INSCRIÇÃO?

- 115 Horas de Formação
- Material de Apoio ao Curso
- Certificado de Formação Profissional
- Seguro de Acidentes Pessoais em Vigor durante a Formação
- 23 Unidades de Crédito para renovação do TPTD (Título Profissional de Treinador Desportivo) e 23 Unidades de Crédito para renovação do TPTEF (Título Profissional de Técnico/a de Exercício Físico) e do TPDT (Título Profissional de Director/a Técnico/a)

## ESTRUTURA PEDAGÓGICA DO CURSO

### 1. Pedagogia de Dança:

#### Metodologias de ensino/aprendizagem

- 1.1. Perspetivas de aprendizagem
- 1.2. Estádio cognitivo/associativo/autónomo
- 1.3. Noção da técnica Laban
- 1.4. Prática segura de dança
- 1.5. O Professor como agente motivador
- 1.6. Planificação e organização de aulas
- 1.7. Apresentação de plano de aulas

### 2. Jazz

- 2.1. Aquecimento, flexibilidade e técnica
- 2.2. Passos básicos e suas progressões
- 2.3. Jazz coreográfico (variações)
- 2.4. Análise e consciencialização
- 2.5. Preparação e avaliação Jazz

### 3. Técnica de Dança Clássica e Performance

- 3.1. Barra no Chão/Aquecimento
- 3.2. Técnica Clássica/Barra
- 3.3. Técnica Clássica/Centro
- 3.4. Diagonais

### 4. Contemporâneo

- 4.1. Consciência Corporal
- 4.2. Elementos do Movimento
- 4.3. Técnica de Dança Contemporânea
- 4.4. Movimento Livre

### 5. Hip Hop

- 5.1. A Cultura Hip Hop
- 5.2. Hip Hop New Style
- 5.3. O trabalho coreográfico

### 6. Funk

- 6.1. Introdução ao Funk
- 6.2. Locking e Popping
- 6.3. Trabalho coreográfico
- 6.4. Trabalho coreográfico e avaliação

### 7. Preparação e Mostra Final

## LOCALIDADES

PORTO

LISBOA

## PREÇOS

Taxa de Inscrição	<b>50 EUR</b>
Valor do Curso	<b>790 EUR</b>
Formas de Pagamento	Pronto pagamento - <b>790 EUR</b> 2 Prestações - <b>435 EUR</b> 4 Prestações - <b>233 EUR</b>
Descontos (não acumuláveis)	<b>5%</b> - portadores do Cartão Jovem <b>10%</b> - ex alunos da Promofitness <b>10%</b> - grupos de 2 pessoas <b>15%</b> - grupos de 3 pessoas



**PROMODANCE**



[WWW.PROMOFITNESS.COM](http://WWW.PROMOFITNESS.COM)



[INFO@PROMOFITNESS.COM](mailto:INFO@PROMOFITNESS.COM)



222 081 418  
916 982 815



PROMOFITNESS



PROMOFITNESS.LDA



COMPANY/PROMOFITNESS



PROMOFITNESS