

FICHA DE UNIDADE CURRICULAR

1. Designação da Unidade Curricular Title of the curricular unit	Técnicas de Dança Clássica V Classical Dance Techniques V					
Características da Unidade Curricular Characteristics of the Curricular Unit	Área Científica Scientific Area	Duração Duration	Horas de Trabalho Work Hours			ECTS
			Total	Contacto Contact	% Distância Remote	
	Interpretação/Criação Interpretation/Creation	Semestral	100.00	58.50 P	Sem horas de contacto à distância/No remote hours	4
Docente Responsável e Respetiva Carga Letiva na Unidade Curricular Responsible Teaching staff member and lecturing workload in the curricular unit		[160] Sylvia Kazumi Rijmer (31.5h)				
Outros Docentes e Respetivas Cargas Letivas na Unidade Curricular Other teaching staff and lecturing workload in the curricular unit		[14408] Marta Filipa Amaral Fonseca De Almeida (27.0h) [218] Sara Schurmann Da Fonseca (58.5h)				

10. Objetivos da aprendizagem e sua compatibilidade com o método de ensino (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes)

Learning outcomes of the Curricular Unit

Promover a progressão e articulação dos conteúdos das UCs anteriores; Aumentar a complexidade e intensidades rítmicas dos movimentos em sequências; Consolidar a interpretação, o virtuosismo técnico e a criatividade idiossincrática (quando aplicável).

To promote the progression and articulation of the contents of previous curricular units; to increase the complexity and rhythmic intensity of movement sequences; and to consolidate interpretation, technical virtuosity, and (where applicable) idiosyncratic creativity.

11. Conteúdos Programáticos

Syllabus

Consolidação da proficiência técnica e da identidade artística do/a intérprete; aprofundamento da musicalidade e do fraseamento musical como elementos essenciais da performance em dança clássica; integração e aperfeiçoamento das capacidades artísticas, criativas e interpretativas (quando aplicável); desenvolvimento do domínio técnico e do virtuosismo artístico; e consolidação das competências e da identidade profissional do/a intérprete de dança clássica.

Consolidation of technical proficiency and the dancer's artistic identity; further development of musicality and musical phrasing as essential elements of classical ballet performance; integration and refinement of artistic, creative, and interpretative capacities (where applicable); development of technical mastery and artistic virtuosity; and consolidation of the competencies and professional identity of the classical ballet dancer.

12. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objetivos de aprendizagem da Unidade Curricular

Demonstration of the syllabus coherence with the learning objectives

Os conteúdos programáticos visam dotar os estudantes de ferramentas essenciais para a concretização dos objetivos da unidade curricular. Neste contexto, o vocabulário específico, os conceitos fundamentais das técnicas de dança, o desenvolvimento da consciência corporal, o domínio do corpo no espaço, o estudo do movimento e a preparação física constituem uma base técnica e artística estruturante, indispensável à prossecução dos objetivos gerais e específicos definidos.

The syllabus content aims to equip students with the essential tools for the achievement of the curricular unit's objectives. In this context, specialised vocabulary, fundamental concepts of dance techniques, the development of body awareness, bodily control in space, movement study, and physical conditioning constitute a structuring technical and artistic foundation, indispensable to the attainment of the defined general and specific objectives.

13. Metodologias de ensino e de aprendizagem específicas da unidade curricular articuladas com o modelo pedagógico

Teaching and learning methodologies specific to the Curricular Unit

A metodologia de ensino-aprendizagem alinha-se com o Modelo Pedagógico, uma vez que privilegia o ensino prático através de aulas de carácter presencial, que assentam num padrão contínuo de execução, correção, repetição e complexificação progressiva do material técnico-artístico, promovendo o desenvolvimento muscular, neurológico, cognitivo e artístico necessário ao domínio e à evolução do(s) movimento(s). A aprendizagem é corporizada e concretiza-se apenas através da experimentação constante, sendo a observação direta em aula o principal instrumento de avaliação. A aprendizagem baseada na prática exige uma exposição regular aos conteúdos em estúdio, permitindo desenvolver competências físicas, técnicas e artísticas. A metodologia integra ainda a experimentação de processos criativos e investigativos, promovendo autonomia, expressividade e criatividade. A aprendizagem colaborativa, fomentada pela interação entre pares, reforça a construção coletiva do conhecimento e da prática técnico-artística.

The teaching-learning methodology is aligned with the Pedagogical Model, as it prioritizes practical instruction through in-person classes which are based on a continuous pattern of execution, correction, repetition, and the progressive complexification of technical and artistic work. This promotes the muscular, neurological, cognitive, and artistic development necessary for the mastery and evolution of the movement(s). Learning is embodied and takes shape only through constant experimentation, with direct classroom observation serving as the primary assessment tool. Practice-based learning requires regular exposure to studio content, enabling the development of physical, technical, and artistic skills. The methodology also incorporates the experimentation of creative and investigative processes, fostering autonomy, expressiveness, and creativity. Collaborative learning, encouraged through peer interaction, reinforces the collective construction of knowledge and technical-artistic practice.

14. Avaliação

Evaluation

A avaliação do estudante é contínua, baseada na observação direta em estúdio e estruturada em torno de três pilares* qualitativos obrigatórios. A classificação final é expressa pelas menções de Aprovado ou Reprovado. Para obter a classificação de Aprovado, o estudante deve cumprir todos os pilares de avaliação. O incumprimento de qualquer um dos pilares implica a classificação de Reprovado. A participação efetiva em, pelo menos, 80% das aulas lecionadas é obrigatória; o seu incumprimento implica a classificação de Reprovado.

*A avaliação assenta nos seguintes três pilares qualitativos obrigatórios:

- conhecimento, consciência e domínio dos conteúdos técnicos específicos: O/a estudante demonstra uma consciência corporal holística (safe practice), incluindo: o uso da respiração, o alinhamento postural, o en dehors funcional e a colocação corporal, a estabilidade do core, o equilíbrio dinâmico, a coordenação (braços, pernas, cabeça), o épaulement e o ballon em petit e grand allegro.
- desenvolvimento interrelacional, social e subjetivo: O/a estudante demonstra motivação, pontualidade, empenho, foco, integração de Feedback, autorreflexão, autonomia e agência no seu próprio processo de aprendizagem.
- consciência e domínio de competências artísticas específicas: O/a estudante demonstra uma progressão e o uso consciente do estudante relativamente ao fraseamento musical, à modulação dinâmica e qualitativa da sua dança, à sua capacidade interpretativa do movimento e à sua expressão artística.

Student assessment is continuous, based on direct observation in the studio, and structured around three mandatory qualitative assessment pillars*. The final result is expressed as either Pass or Fail. To obtain a Pass, students must meet all assessment pillars. Failure to meet any assessment pillar results in a Fail. Active participation in at least 80% of the scheduled classes is mandatory; failure to meet this attendance requirement results in a Fail.

*Assessment is based on the following three mandatory qualitative pillars:

- Technical knowledge, awareness, and mastery of specific content: The student demonstrates holistic body awareness (safe practice), including the use of breath, postural alignment, functional en dehors, and bodily placement; core stability; dynamic balance; coordination (arms, legs, head); épaulement; and ballon in both petit and grand allegro.
- Interrelational, social, and subjective development: The student demonstrates motivation, punctuality, commitment, focus, integration of feedback, self-reflection, autonomy, and agency in their own learning process.
- Artistic awareness and mastery of specific competencies: The student demonstrates progression and conscious use of musical phrasing, dynamic and qualitative modulation of movement, interpretative capacity, and artistic expression.

15. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objetivos de aprendizagem da unidade curricular

Demonstration of the coherence between the teaching methodologies learning outcomes

As aulas práticas, através do seu padrão continuado de execução, correção, repetição e do progressivo grau de complexidade do material estudado, oferecem o suporte muscular, neurológico e cognitivo de aprendizagem e domínio do movimento. Desenvolvendo, assim, as competências físicas, técnicas e artísticas enunciadas nos objetivos. A natureza corporizada das aprendizagens e das competências a desenvolver nesta UC, apenas passíveis de aquisição mediante continuada experimentação, torna as aulas obrigatoriamente presenciais. Tendo em conta que no contexto desta UC o instrumento básico de avaliação das aprendizagens é a observação em aula, só a participação efetiva e continuada permitirá o cumprimento dos parâmetros e dos critérios previstos na metodologia de avaliação.

The syllabus is designed to equip students with the essential knowledge and skills required to achieve the objectives of the curricular unit. In this context, the acquisition of specialised vocabulary, the understanding of fundamental principles of dance technique, the development of embodied awareness, spatial and bodily control, movement exploration, and physical conditioning together provide the technical and artistic foundation necessary for the attainment of the defined general and specific learning objectives.

16. Bibliografia de consulta / Existência obrigatória

Reference / obligatory Bibliography

- Brodie, J. & Lobel, E. (2004). Integrating Fundamental Principles Underlying Somatic Practices into the Dance Technique Class. *Journal of Dance Education*.
- Grossman, G. (2021). *Dance Science: Anatomy, Movement Analysis, and Conditioning*. Princeton Book Company.
- Haas, C. (2019). *Mindfulness for dancers*. Routledge.
- Midgelow, V.L. (2007). *Reworking the ballet: Counter narratives and alternative bodies*. Routledge.
- Nascimento, V. (2024). *Técnica de dança clássica: Reflexões, Análise, Testemunhos* (2a ed.). Instituto Politécnico de Lisboa.
- Paskevskaja, A. (2005). *Ballet beyond tradition*. Routledge.
- Salosaari, P. (2001). *Multiple embodiment in classical ballet: Educating the dancer as an agent of change in the cultural evolution of ballet*. Theatre Academy.
- Sanchez, E., Collins, D., & MacNamara, A. (2021). *Performance psychology for dancers*. The Crowood Press.
- Whitter, C. (2018). *Creative ballet teaching: Technique and artistry for the 21st century ballet dancer*. Routledge.

17. Observações

Observations

Os/As estudantes deverão apresentar-se equipados de acordo com a especificidade da UC. O/A estudante devezelar pelo seu tempo de aquecimento pessoal antes do início da aula e manter essa rotina enquanto boa prática para a promoção de um corpo saudável. Perceber como preparar e disponibilizar o corpo antes da aula é uma prática que irá contribuir para o autoconhecimento evitando e prevenindo lesões. Não é permitida a participação efetiva na aula após o início da mesma. Bibliografia adicional poderá ser fornecida no decurso da Unidade Curricular se necessário.

Students are required to attend classes wearing attire appropriate to the specific requirements of this curricular unit. They are expected to take responsibility for completing an individual warm-up before the start of each class and to maintain this practice as part of a healthy and sustainable approach to dance training. Developing the ability to prepare the body effectively before class contributes to greater body awareness, supports self-knowledge, and helps reduce the risk of injury. Students who arrive after the class has begun will not be permitted to participate in the practical session. Additional bibliography may be provided during the course of the curricular unit where appropriate.