

**Curso Profissional**

**EDUCAÇÃO FÍSICA**

**Módulo 4 - Dança I**

**Duração da Prova:** 90 minutos

**Tipo de Prova:** Prática

ESTRUTURA	COMPETÊNCIAS	CONTEÚDOS	AVALIAÇÃO
<p>A prova referente ao Módulo 4 «Dança I» é uma prova prática com a realização de uma Dança Social e uma Dança Tradicional. Terá a duração de noventa (90) minutos.</p>	<p><b>Dança I</b> (Danças Sociais + Danças tradicionais)</p> <p>O aluno realiza competências do nível INTRODUÇÃO na Dança.</p>	<p><b>Danças Sociais</b> <b>Merengue:</b> Em situação de “Line Dance” com a organização espacial definida, acentuando o 1º tempo do compasso e fazendo coincidir cada passo a um tempo, realiza sequências de passos: - No lugar e progredindo à frente e atrás; - Laterais à direita e à esquerda alternados com junção de apoios; - Cruzados pela frente ou por trás; - À frente e atrás com o mesmo apoio, alternados com transferências de peso do outro apoio no lugar;</p>	<p>O aluno para ter sucesso deverá alcançar os seguintes resultados nas provas realizadas:</p> <p><b>Competência final de Introdução:</b> Não Introdução - 40 pontos Parte Introdução - 70 pontos Introdução - 100 pontos</p> <p>Parte Elementar - 130 pontos Elementar - 150 pontos Parte Avançada - 170 pontos Avançada - 200 pontos</p>

ESTRUTURA	COMPETÊNCIAS	CONTEÚDOS	AVALIAÇÃO
		<p>– Executando voltas à direita e à esquerda;</p> <p>– Executando agrupamentos de passos em número previamente definido (por exemplo em grupos de 4 ou 8 tempos)</p> <p><b>Dança Tradicional</b> <b>Regadinho:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Maria – gingar a bacia no passo de passeio.</li> <li>2. Inicia o passo saltado cruzado com a perna direita a cruzar pela frente e juntando os pés ao oitavo tempo, enquanto os membros superiores oscilam em oposição aos membros inferiores.</li> <li>3. Realiza o passo saltado com impulsão e recepção no mesmo pé, e as trocas com o braço dado em oposição.</li> </ol>	