

## PERFIL PROFISSIONAL



### INTÉRPRETE DE DANÇA CONTEMPORÂNEA

---

**Publicação e  
atualizações**

---

Publicado no Boletim do Trabalho do Emprego (BTE) nº 22 de 15 de junho de 2019 com entrada em vigor a 15 de junho de 2019.

**QUALIFICAÇÃO: INTÉRPRETE DE DANÇA CONTEMPORÂNEA**

**DESCRIÇÃO GERAL:** Comunicar e expressar-se através da movimentação e controlo corporal, executando esquemas coreográficos de dança contemporânea, enquanto manifestação artística, com base na sensibilidade estética, consciência crítica e autocrítica nos mais diversos contextos, em estúdio ou em espetáculos, bem como participar na criação e produção coreográfica, através da análise e reflexão dos processos e produtos criativos.

**ATIVIDADES:**

1. Executar exercícios de condição física, psico-física, de coordenação motora e de exploração de todas as unidades estruturais do movimento.
2. Executar movimentos de dança clássica com diferentes tipos de dinâmicas (suave, forte, contínua, descontínua).
3. Executar movimentos de progressão espacial.
4. Executar sequências de movimento de dança moderna, associando princípios interpretativos.
5. Comunicar e interagir através da dança, bem como da combinação com outras linguagens artísticas, tais como a música, as artes plásticas, o teatro e vídeo.
6. Criar e/ou replicar coreografias, através da capacidade reflexiva de análise e compreensão do fenómeno da criação coreográfica, nas suas diferentes etapas e poéticas.
7. Desenvolver processos de produção e reprodução coreográficas baseadas no conhecimento do repertório de dança contemporânea, aplicando transformações e alterações de processos e produtos criativos.
8. Produzir material coreográfico a partir de diferentes estímulos e recursos.
9. Conceber um projeto artístico de dança.

**COMPETÊNCIAS**

**SABERES**

1. História da dança contemporânea.
2. Linguagem técnica de dança contemporânea.
3. Terminologia específica.
4. Técnica de dança clássica.
5. Técnicas de postura e alinhamento do corpo.
6. Exercícios de dança clássica no chão, na barra, em ½ ponta e no centro.
7. Passos básicos da técnica de dança clássica.
8. Técnicas de progressão espacial.
9. Fenómeno da criação coreográfica, nas suas diferentes etapas e poéticas.
10. Técnica de Graham.
11. Técnica de Cunningham.
12. Técnica Release.

13. Técnica Flying Low.
14. Técnica de improvisação.
15. Técnica de contacto improvisação.
16. Métodos de composição coreográfica - em tempo real e em repetição.
17. Métodos de composição coreográfico.
18. Peças mais marcantes da dança contemporânea.
19. Fisiologia do aparelho vocal, seus órgãos e suas respectivas funções.

#### **SABERES-FAZER**

1. Utilizar várias linguagens motoras para consolidar a expressão individualizadora e o potencial criativo.
2. Aplicar as técnicas de postura e alinhamento corporal.
3. Aplicar técnicas de jogo e composição em tempo real e repetição
4. Aplicar técnicas de dança clássica no chão, na barra, no centro.
5. Efetuar deslocamentos com recurso à técnica da dança clássica.
6. Aplicar técnicas de coordenação motora e equilíbrio.
7. Aplicar técnicas de memorização de exercícios.
8. Executar exercícios de dança clássica no chão, na barra, em ½ ponta e no centro.
9. Aplicar técnicas de percepção temporal e espacial.
10. Aplicar técnicas interpretativas de dança clássica.
11. Aplicar técnicas de respiração na execução do movimento.
12. Aplicar técnicas de projeção no olhar.
13. Aplicar técnicas de sentido de ritmo e de tempo.
14. Executar exercícios com elementos técnicos não locomotores.
15. Executar exercícios com elementos técnicos locomotores.
16. Aplicar a técnica de Graham.
17. Aplicar a técnica Cunningham.
18. Aplicar a técnica Release.
19. Aplicar a técnica Flying Low.
20. .Aplicar técnicas de improvisação.
21. .Aplicar a técnica de contacto improvisação.
22. .Aplicar técnicas de composição coreográfica: em tempo real e em repetição.
23. .Aplicar métodos e processos da construção coreográfica.
24. Aplicar técnicas de aquecimento vocal, em função dos diferentes contextos de trabalho.
25. Aplicar técnicas de abordagem vocal de canções.
26. Aplicar técnicas criativas de conceção de estruturas coreográficas, execução e análise.

#### **SABERES-SER**

1. Demonstrar autodisciplina e determinação.
2. Demonstrar harmonia, ritmo e sentido musical.
3. Demonstrar sentido estético e artístico apurado.
4. Demonstrar capacidade de análise, de reflexão e de autocritica.
5. Demonstrar espírito de experimentação permanente.
6. Gerir as emoções decorrentes de um trabalho físico e emocional muito exigente.

7. Trabalhar em equipa.
8. Demonstrar capacidade de concentração.
9. Perceção, imaginação, sensibilidade emocional e estética.
10. Demonstrar, criatividade, imaginação e sensibilidade.
11. Demonstrar capacidade de aprender de forma rápida.
12. Demonstrar capacidade de memorização de sequências complexas de movimentos.