

RELATÓRIO DE ATIVIDADES DESENVOLVIDAS NA OFICINA DE BALLET
TERMO DE FOMENTO 031/2019

MÊS DE OUTUBRO

Durante o mês de outubro foram desenvolvidos exercícios de alongamento, elasticidade, flexibilidade, postura, variadas posições básicas de pés e braços e exercícios lúdicos com música infantil cantada, para variar e incentivar a execução dos mesmos.

Embora os movimentos e exercícios pareçam muito repetitivos, afirmo que em todas as aulas de ballet eles têm que serem praticados, pois são essenciais para as bailarinas em qualquer idade, mesmo as bailarinas avançadas e profissionais, precisam praticar sempre os exercícios básicos de postura, meia ponta, elasticidade, postura, flexibilidade, saltos e pernas em batimentos. Estes são exercícios que as bailarinas vão executar continuamente, mesmo quando estiverem na fase adulta.

As crianças do Projeto Construindo Saberes são de faixa etária de 3 a 5 anos e por esse motivo ainda não são executados por elas exercícios e movimentos com grau muito grande de dificuldades. Para que as aulas se tornem agradáveis, prazerosas e eficientes, tenho que seguir uma dinâmica que possa favorecer o gosto pelo aprendizado e a prática e uma forma de despertar o interesse das crianças, são as coreografias.

Relembramos a coreografia da Bailarina de caixinha de música, para que as crianças não se esqueçam dos movimentos e passos.

Algumas posições que foram lembradas e os seus nomes em Francês:

Dedans en : para dentro

Dehors en: para fora

Degagé: o peito do pé totalmente arqueado, destacado

Demi plié: meio dobrado, joelhos meio dobrados

Derrière: atrás

Devant: a frente

Pas de Bourré: passo do bêbado

Allongé: alongado

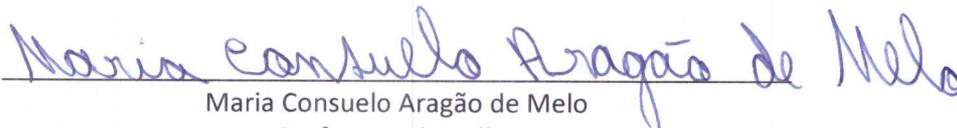
Tandi Devant: esticado na frente

Sauté: saltado

Relevê: pés elevados em meia ponta

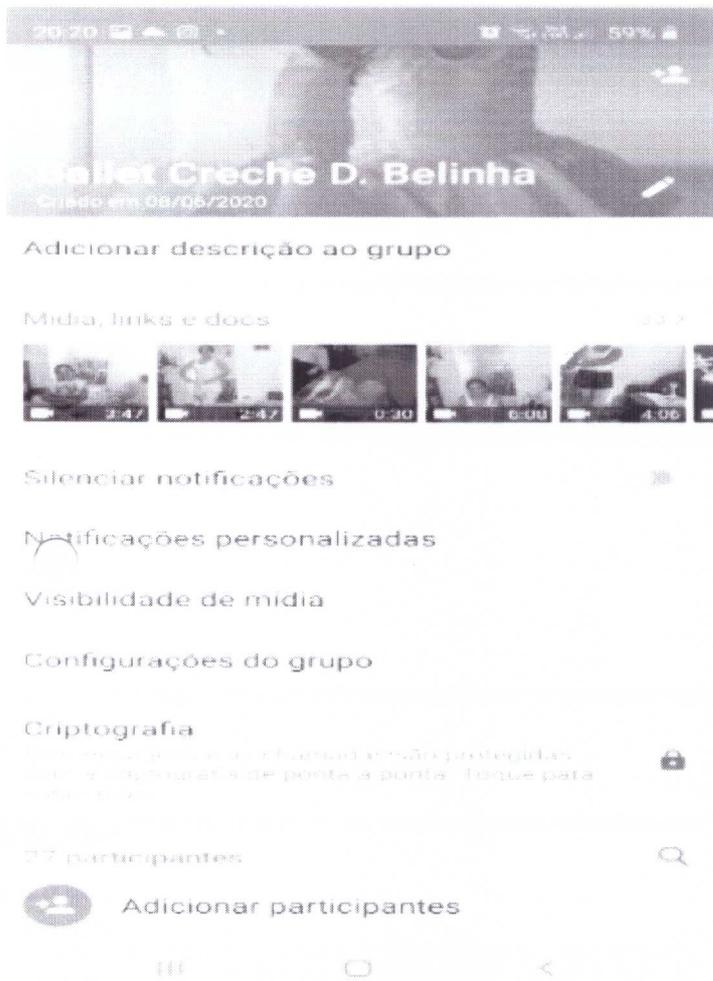
Battement grand: grande batimento.

Esses e outros exercícios foram executados durante as aulas de outubro.


Maria Consuelo Aragão de Melo
Professora de Ballet

PRINTS WHATSAPP - BALLET
TERMO FOMENTO: 031/2019
REFERENTE MÊS OUTUBRO

39
Q



PRINTS WHATSAPP - BALLET
TERMO FOMENTO: 031/2019
REFERENTE MÊS OUTUBRO

20
2



PRINTS FACEBOOK - BALLET
TERMO FOMENTO: 031/2019
REFERENTE MÊS OUTUBRO

h
of

