

PROJETO DANÇA – 2026

1. Nome do Projeto:	Local: Fundação Itanhanduense de Educação e Cultura Dilza Pinho Nilo/AABB
Projeto Dança	

2. Custo do Projeto:	Tipo de Contrato: MEI
Valor Mensal do Instrutor: R\$ 3.135,00	Valor Anual do Instrutor: R\$ 34.485,00
Observação: o pagamento será realizado mediante a apresentação, pelo instrutor, dos documentos comprobatórios da prestação dos serviços.	

3. Justificativa:
<p>O Projeto de Dança justifica-se por promover o interesse pela arte e pela cultura por meio da vivência e da experiência corporal, favorecendo a expressividade dos sentimentos e das emoções. A prática da dança proporciona diversos benefícios à saúde física e mental, como o fortalecimento muscular, a melhoria da postura e da flexibilidade, a redução de dores nas costas, o estímulo à atividade cerebral e a contribuição para a manutenção de um ritmo cardíaco e da pressão arterial adequados.</p> <p>Além disso, a dança contribui para o aprimoramento da memória, da capacidade de realizar múltiplas tarefas, para o aumento da autoestima e para a redução do estresse, auxiliando no enfrentamento de quadros de ansiedade e depressão. Nesse sentido, configura-se como uma importante ferramenta terapêutica e de promoção do desenvolvimento socioemocional saudável. Ao ampliar o acesso à prática artística, o projeto contribui para a construção de uma realidade social e cultural mais justa e inclusiva.</p>

4. Objetivo Geral:
Promover o acesso à dança por meio de aulas regulares semanais, proporcionando o desenvolvimento da expressão corporal, da saúde física e mental e do bem-estar dos participantes, estimulando a criatividade, a autoestima e a integração social por meio da prática artística.

5. Objetivos Específicos:
<ul style="list-style-type: none">• Favorecer a vivência da dança como forma de expressão corporal, emocional e artística, possibilitando a troca de experiências socioculturais entre os participantes;• Contribuir para o desenvolvimento integral dos participantes em diferentes fases da vida, integrando cultura, arte, saúde e bem-estar por meio da dança;• Ampliar o repertório rítmico e corporal, estimulando a criação, a recreação e a interpretação de movimentos com sentido expressivo;• Desenvolver habilidades motoras, cognitivas e emocionais, promovendo a coordenação motora, a consciência corporal e a percepção espacial;

- Estimular a socialização, o respeito mútuo e o trabalho em grupo por meio das práticas coletivas de dança;
 - Promover a saúde física, mental e emocional, contribuindo para a redução do estresse e para a melhoria da qualidade de vida;
 - Fortalecer a autoestima, a confiança e a autonomia dos participantes por meio da prática artística contínua;
- Desenvolver coreografias para apresentações públicas, contribuindo para a valorização da cultura local e para a participação ativa do projeto em eventos culturais do município.

6. Metodologia Utilizada:

A metodologia fundamenta-se na dança como manifestação cultural, histórica e social, desenvolvida em aulas semanais por meio da vivência de diferentes ritmos, valorizando a diversidade cultural. As atividades serão organizadas de forma progressiva, com a construção de coreografias simples e, gradativamente, mais elaboradas, respeitando as especificidades de cada faixa etária e estimulando a participação, a criatividade e a expressão corporal.

A dança será utilizada como ferramenta de transformação social, promovendo valores como respeito, empatia e convivência coletiva, fortalecendo a identidade cultural dos participantes. A proposta integra cultura, saúde e bem-estar, contribuindo para o desenvolvimento físico, emocional e social e para a melhoria da qualidade de vida dos praticantes.

7. Conteúdo Programático:

- Rotina de ensaios: organização, disciplina, pontualidade e preparação corporal.
- Aquecimento, alongamento e exercícios de preparação física adequados à prática da dança.
- Desenvolvimento da consciência corporal, coordenação motora, equilíbrio e postura durante os ensaios.
- Trabalho rítmico e musicalidade: tempo, compasso, dinâmica e sincronia dos movimentos.
- Estudo e prática de diferentes ritmos e estilos de dança.
- Aprendizagem e repetição de sequências coreográficas.
- Construção e aprimoramento de coreografias simples e, progressivamente, mais elaboradas.
- Ajustes técnicos dos movimentos, precisão, expressão e presença cênica.
- Organização espacial, deslocamentos e formações coreográficas.
- Escuta e consideração das propostas dos alunos, quando pertinentes ao processo de ensaio.
- Adaptação dos movimentos às especificidades do grupo e das diferentes faixas etárias.
- Ensaios gerais e simulações de apresentação.

8. Público-Alvo: (Faixa Etária)

Público em geral a partir de 5 (cinco) anos.

9. Carga Horária:

16 horas semanais, além da participação em atividades institucionais e apresentações de acordo com as solicitações da Fundação Itanhanduense.

10. Vagas Ofertadas: 200 vagas

Quantidade mínima de alunos: 10 alunos

O número de alunos por turma varia de acordo com as características de cada grupo e a demanda por faixa-etária.

11. Avaliação:

A avaliação ocorrerá de forma contínua ao longo de todo o desenvolvimento do projeto, considerando o envolvimento, a participação e o interesse dos alunos nas atividades propostas. Serão observados, ainda, a capacidade de executar os movimentos de acordo com o ritmo musical, a dinâmica corporal, a diversidade da linguagem da dança, bem como a atitude, a expressividade e a evolução individual de cada participante.

A avaliação terá caráter formativo, visando acompanhar o processo de aprendizagem, orientar ajustes pedagógicos e favorecer o desenvolvimento artístico, físico e socioemocional dos alunos.

Para garantir o acompanhamento adequado, o instrutor deverá apresentar à Fundação os seguintes instrumentos de avaliação: chamada e registro de frequência; relatório fotográfico mensal e relatórios trimestrais de atividades.

12. Culminância do Projeto:

Apresentações e participações em eventos culturais e educacionais do município, como o Arraiá Du Sô João, a Semana Cultural, entre outros. Participação em festivais de dança fora do município e realização do III Festival de Dança da Fundação Itanhanduense

13. Referências:

Ribeiro, A. F. A importância da dança no contexto cultural e educacional. Psicologia em Pesquisa, São Paulo, v. XX, n. XX, p. XX-XX, 20XX. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pp/a/Ch9QvNkbYvw5xNKZF9RdkPw/>. Acesso em: 10 dez. 2025.

SECRETARIA DE CULTURA — Município de São Bernardo do Campo. Dança – A origem da dança – Parte 1. São Bernardo do Campo, s.d. Disponível em: <https://www.saobernardo.sp.gov.br/web/cultura/danca-a-origem-da-danca-i>. Acesso em: 10 dez. 2025.

BRASIL ESCOLA. A importância da dança no processo ensino aprendizagem. Monografias Brasil Escola, s.d. Disponível em: <https://monografias.brasilecola.uol.com.br/educacao/a-importancia-danca-no-processo-ensino-aprendizagem.html>. Acesso em: 10 dez. 2025

MARQUES, I. A dança como experiência cultural. EFDeportes.com: Revista Digital, Buenos Aires, 2015. Disponível em: <https://www.efdeportes.com/efd208/a-danca-como-experiencia-cultural.htm>. Acesso em: 10 dez. 2025.

ALMEIDA, Valéria. A dança e a inclusão de alunos com necessidades especiais. Blog Dinâmico, 14 fev. 2016. Disponível em: <https://www.valmeida.pro.br/blog-dinamico/45-a-danca-e-a-inclusao-de-alunos-com-necessidades-especiais>. Acesso em: 10 dez. 2025.

14. Período de Execução

11 meses - início e término à critério da Fundação Itanhanduense.


Itanhandu/MG, 16 de dezembro de 2025.



Edna Villas Boas Scarpa Cavalcanti

Presidente

Fundação Itanhanduense de Educação e Cultura “Dilza Pinho Nilo”



Luís Gustavo Franco da Rosa

Secretário Municipal