

PROJETO DANÇA DO VENTRE – 2026

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

2. Custo do Projeto:	Tipo de Contrato: MEI
Valor Mensal do Instrutor: R\$ 752,40	Valor Anual do Instrutor: R\$ 7.524,00
Observação: o pagamento será realizado mediante a apresentação, pelo instrutor, dos documentos comprobatórios da prestação dos serviços.	

3. Justificativa:
O Projeto Dança do Ventre justifica-se por seu potencial educativo, cultural e socioemocional, ao promover o contato com manifestações artísticas originárias do Oriente Médio, do Norte da África e da Ásia Meridional, reconhecidas como algumas das mais antigas formas de expressão corporal. A proposta contribui para o desenvolvimento integral dos participantes, ao aliar expressão artística, fortalecimento corporal e estímulo cognitivo, além de promover a autoestima, a redução do estresse e o bem-estar. Dessa forma, o projeto se alinha às políticas públicas de cultura, educação e promoção da qualidade de vida.

4. Objetivo Geral:
Promover o ensino da Dança do Ventre por meio de aulas semanais, proporcionando aos participantes o desenvolvimento da expressão corporal, da consciência corporal e do bem-estar físico e emocional, por meio do contato com essa manifestação artística e cultural.

5. Objetivos Específicos:
<ul style="list-style-type: none">• Desenvolver a coordenação motora, o equilíbrio e a flexibilidade por meio da prática regular da Dança do Ventre.• Fortalecer a autoestima, a confiança e a valorização da expressão feminina.• Ampliar a consciência corporal em relação ao próprio corpo e ao espaço.• Corrigir e melhorar a postura, promovendo alinhamento e saúde corporal.• Fortalecer a musculatura do ventre e do core.• Aumentar a capacidade respiratória e o controle da respiração.• Estimular a expressão de pensamentos, ideias e emoções por meio do movimento corporal.

6. Metodologia Utilizada:
As aulas de Dança do Ventre serão realizadas semanalmente e estruturadas de forma progressiva, respeitando o nível e o ritmo de aprendizagem das participantes. A metodologia

será baseada no ensino de danças e movimentos corporais que coordenam passos, braços e mãos, com foco na consciência corporal, na postura e na fluidez dos movimentos.

Durante as aulas, serão utilizados acessórios pedagógicos, como espelhos, cintos com medalhas, véus e velas, que auxiliam no desenvolvimento da percepção corporal, do ritmo e da expressividade. Esses recursos contribuem para o aprimoramento técnico e para o fortalecimento da feminilidade, da beleza e da autoconfiança das participantes.

As atividades combinarão exercícios técnicos, sequências coreográficas e momentos de prática orientada, favorecendo a expressão artística, o fortalecimento físico e o bem-estar, em um ambiente acolhedor e estimulante.

7. Conteúdo Programático:

A prática da Dança do Ventre é desenvolvida em duas etapas durante as aulas. Inicialmente, são trabalhados movimentos isolados, envolvendo membros superiores e inferiores, quadril e cabeça, sempre em consonância com o ritmo musical. Em seguida, ocorre a junção dos movimentos e passos previamente praticados. À medida que o aluno evolui, novos movimentos são gradualmente inseridos, mantendo-se a metodologia sequencial: primeiro, a prática dos movimentos de forma isolada e, posteriormente, a integração dos movimentos em conjunto.

8. Público-Alvo: (Faixa Etária)

Mulheres a partir dos 15 anos

9. Carga Horária:

Total de 3 (três) horas semanais, além da participação em atividades institucionais e apresentações de acordo com as solicitações da Fundação Itanhanduense

10. Vagas Ofertadas: 60 alunas por aula

Quantidade mínima de alunos: 10

Para o melhor desenvolvimento da programação, será admitido o número máximo de até 30 alunas por aula, a fim de garantir maior absorção do conteúdo e melhor concentração durante as atividades.

11. Avaliação:

A avaliação ocorrerá ao longo de todo o desenvolvimento do projeto, considerando o envolvimento, a participação e o interesse dos alunos, bem como sua capacidade de executar os movimentos de acordo com o ritmo, a dinâmica corporal, a diversidade da linguagem em dança, a atitude e a expressão.

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.

13. Culminância do Projeto:

As alunas poderão, eventualmente, ser convidadas a se apresentar em eventos culturais promovidos pela Fundação, como a FLI – Feira Literária de Itanhandu, entre outros, bem como em atividades realizadas no município. Também poderão ser convidadas a participar de festivais de dança na região. Ao final do ano letivo, será realizada uma apresentação de culminância no Festival de Dança da Fundação Itanhanduense de Educação e Cultura Dilza Pinho Nilo.

13. Referências:

CAROLINA, Lulu Sabongi. Dança do Ventre: Arte, Cultura e Movimento. São Paulo: Madras, 2009.

KUSCHNIR, Eva. Dança do Ventre: Corpo, Cultura e Identidade Feminina. Rio de Janeiro: Mauad, 2008.

UNESCO. Relatórios sobre Patrimônio Cultural Imaterial e Danças Tradicionais. Paris, diversos anos.

SUPER INTERESSANTE. Qual é a origem da dança do ventre? Disponível em: <<https://super.abril.com.br/mundo-estranho/qual-e-a-origem-da-danca-do-ventre/>>. Acesso em: 13 dez. 2025.

TV ALFENAS. Movimentos que encantam, conheça a origem da dança do ventre. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=yp_k14MIIXY>. Acesso em: 13 dez. 2025.

GONTIJO Joana. Dança do ventre trabalha corpo e mente. Estado de Minas. 20 de outubro de 2019. Disponível em: https://www.em.com.br/app/noticia/bem-viver/2019/10/20/interna_bem_viver,1093976/danca-do-ventre-trabalha-corpo-e-mente.shtml. Acesso em: 05/12/2025.

14. Período de Execução

10 meses – início e término à critério da Fundação Itanhanduense.

Itanhandu/MG, 16 de dezembro de 2025.

Edna Scarpa

Edna Villas Boas Scarpa Cavalcanti

Presidente

Fundação Itanhanduense de Educação e Cultura Dilza Pinho Nilo

Luís Gustavo Franco da Rosa

Luís Gustavo Franco da Rosa

Secretário Municipal de Turismo e Cultura