



UNIVERSIDADE FEDERAL DE UBERLÂNDIA  
FACULDADE DE ARTES, FILOSOFIA E CIENCIAS SOCIAIS  
DEPARTAMENTO DE MUSICA E ARTES CENICAS  
CURSO DE TEATRO

**FICHA DE DISCIPLINA**

**DISCIPLINA:** CONSCIÊNCIA CORPORAL

<b>CÓDIGO:</b> GTE001	<b>UNIDADE ACADÊMICA:</b> FAFCS		
<b>PERÍODO/SÉRIE:</b> 1º período	<b>CH TOTAL TEÓRICA:</b> 15h	<b>CH TOTAL PRÁTICA:</b> 45h	<b>CH TOTAL:</b> 60h
<b>OBRIGATÓRIA:</b> ( X )			

**OBS:**

**PRÉ-REQUISITOS:**

**CO-REQUISITOS:**

**OBJETIVOS**

- Realizar movimentos com consciência corporal, considerando as dimensões exterior e interior do corpo;
- Reconhecer as capacidades e limites físicos e expressivos tendo como base a anatomia do corpo em movimento.
- Criar e estimular movimentos enfatizando a percepção das sensações, emoções e imagens correlacionadas.
- Estimular a emissão de sons, palavras, melodias e ritmos como parte integrante do movimento.
- Selecionar exercícios e estímulos de movimento adequados às suas especificidades corporais.

**EMENTA**

Noções básicas do corpo em movimento. Estudo anatômico da estrutura óssea e muscular relacionando sempre a teoria à prática corporal, tendo como eixo condutor à percepção e a sensação do corpo na postura dinâmica e em movimento. Reconhecimento do corpo em movimento como

integrador de sensação, emoção, pensamento e ação. Reconhecimento do repertório pessoal de movimentos em sua expressão teatral. Prática do movimento, som, palavra como unidade expressiva. Teoria e prática de atividades criativas para desinibição do uso dos recursos vocais e corporais.

### DESCRÍÇÃO DO PROGRAMA

- Estudo teórico e prático do movimento, anatomia e percepção;
- Estímulo das sensações corporais percebidas conscientemente e exploração das possibilidades de movimento;
- Estudo teórico e prático de alinhamento, alongamento, aquecimento, força e coordenação motora;
- Prática e percepção do movimento por meio de sensação, emoção, pensamento e ação.

### BIBLIOGRAFIA

#### Básica:

AZEVEDO, Sônia. *O Papel do Corpo no Corpo do Ator*. SP: Ed. Perspectiva.

CALAIS-GERMAIN, Blandine. *Anatomia para o movimento, volume 1: introdução à análise das técnicas corporais*. SP: Manole, 1991.

FELDENKRAIS, Mosche. *Consciência pelo Movimento*. SP: Summus editorial, 1977.

VIANNA, Klaus e CARVALHO, Marco Antonio de. *A Dança*. São Paulo: Siciliano, 1990.

#### Complementar:

ALEXANDER, G. *Eutonia: um caminho para a percepção corporal*. S.P., Martins Fontes, 1983.

BERTHERAT, Tereze e BERNSTEIN, C. *O Corpo tem suas Razões: antiginástica e consciência de si*. SP: Martins Fontes, 1977.

GAIARSA, José Ângelo. *O que é corpo*. Coleção Primeiros Passos, 170).São Paulo: Brasiliense, 1991.

RIBEIRO, Ana Rita e MAGALHÃES, Romero (orgs.) *Guia de Abordagens Corporais*. SP: Summus Editorial, 1999.

VISCHNIVETZ, Berta. *Eutonia. Educação do corpo para o ser*.S.P.: Summus, 1995.

### APROVAÇÃO

\_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_

Carimbo e assinatura do Coordenador do curso

\_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_

Carimbo e assinatura do Diretor da  
Unidade Acadêmica