

## ORIENTAÇÕES PROVA PRÁTICA - DANÇA 2026

<b>CURSO BÁSICO</b>	<p>A banca avaliará o candidato fisicamente:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>· Flexibilidade</li><li>· Coordenação motora</li><li>· Anatomia dos pés</li></ul>	<p>A banca observará a flexibilidade do quadril, alongamento de coluna, musicalidade na coordenação motora e anatomia propícia à dança.</p> <div><p>Roupas coladas no corpo adequadas ao movimento e pés descalços.</p></div>
<b>CURSO TÉCNICO</b>	<p>Conteúdos:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>· Barra</li><li>· Centro</li><li>· Diagonal</li></ul>	<p>Para aprovação no curso técnico será necessário demonstração de barra, centro e diagonal com limpezas técnicas em pequenos, médios e grandes saltos e piruetas na ponta e na meia ponta de todas as posições.</p> <div><p>Roupas coladas no corpo adequadas ao movimento. Sapatilha de meia ponta e de Ponta.</p></div>