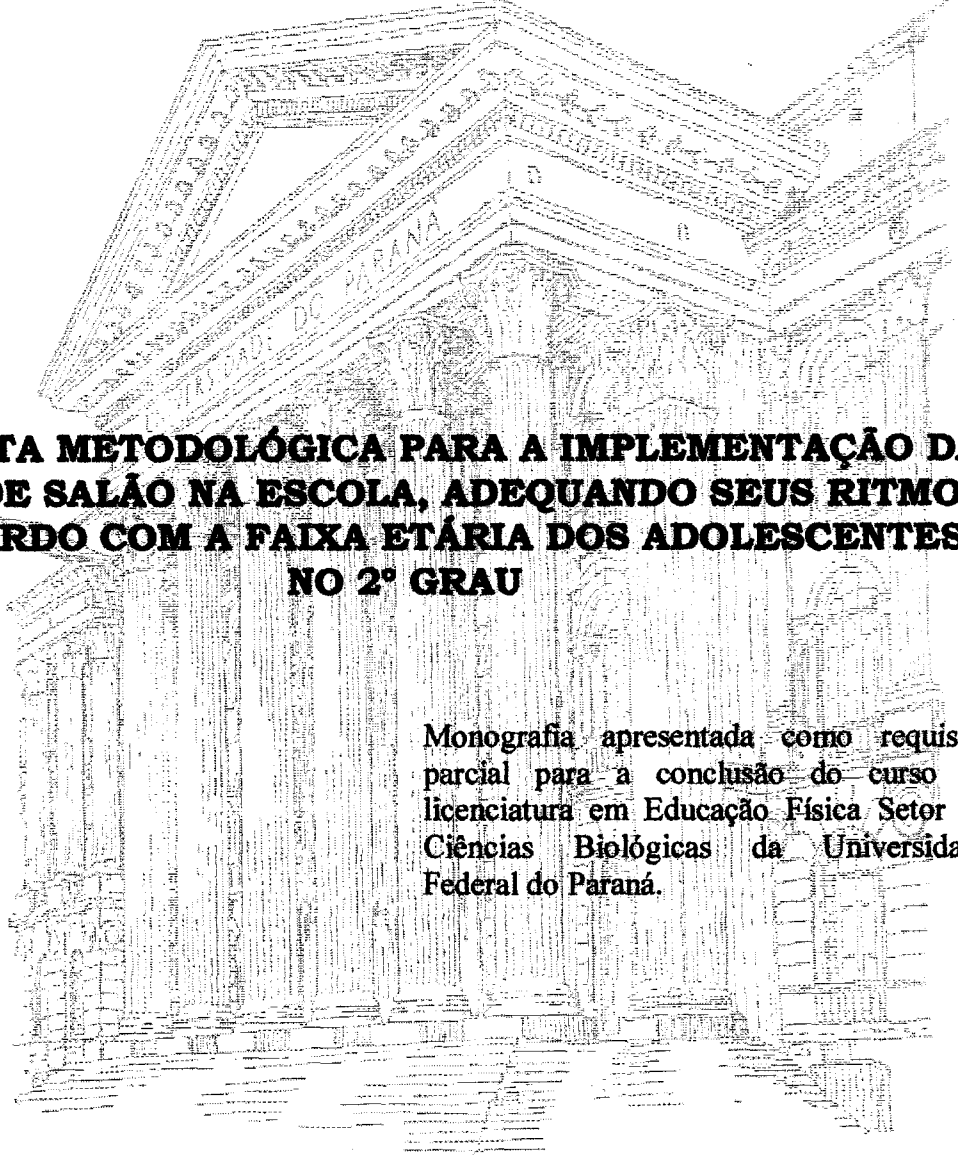


**DANIELA LOPES MACHADO**



**PROPOSTA METODOLÓGICA PARA A IMPLEMENTAÇÃO DA  
DANÇA DE SALÃO NA ESCOLA, ADEQUANDO SEUS RITMOS  
DE ACORDO COM A FAIXA ETÁRIA DOS ADOLESCENTES  
NO 2º GRAU**

Monografia apresentada como requisito parcial para a conclusão do curso de licenciatura em Educação Física Setor de Ciências Biológicas da Universidade Federal do Paraná.

**CURITIBA  
1999**

**DANIELA LOPES MACHADO**

**PROPOSTA METODOLÓGICA PARA A IMPLEMENTAÇÃO DA  
DANÇA DE SALÃO NA ESCOLA, ADEQUANDO SEUS RITMOS  
DE ACORDO COM A FAIXA ETÁRIA DOS ADOLESCENTES  
NO 2º GRAU**

Monografia apresentada como requisito parcial para a conclusão do curso de licenciatura em Educação Física Setor de Ciências Biológicas da Universidade Federal do Paraná.

Professora Orientadora: Mariana dos Santos.

**CURITIBA  
1999**

## **AGRADECIMENTOS**

Agradeço a professora Mariana dos Santos pela orientação, atenção e apoio que me proporcionou no decorrer deste trabalho.

E também ao professor Wagner Campos, agradeço por todo o conhecimento transmitido durante o decorrer do curso, e principalmente pela compreensão e respeito para com os seus alunos.

## **DEDICATÓRIA**

*Dedico esta monografia a minha mãe, por sua força, garra, coragem e por todo apoio que sempre me dedicou nestes quatro anos de faculdade.*

*Obrigada.*

## SUMÁRIO

<b>RESUMO</b> .....	vi
<b>1.0 INTRODUÇÃO</b> .....	1
1.1 PROBLEMA .....	1
1.2 JUSTIFICATIVA.....	1
1.3 OBJETIVOS .....	3
<b>2.0 REVISÃO DA LITERATURA</b> .....	4
2.1 HISTÓRICO DA DANÇA DE SALÃO .....	4
2.2 ORIGEM E CARACTERÍSTICAS DOS RITMOS .....	7
2.2.1 Ritmos Brasileiros de Salão .....	7
2.2.2 Ritmos Caribenhos ou Latinos de Salão .....	10
2.2.3 Ritmos Americanos e Europeus de Salão .....	12
2.2.4 Ritmos mais Praticados no Rio Grande do Sul .....	13
2.3 VALORES E BENEFÍCIOS DA DANÇA DE SALÃO .....	15
2.3.1 Valor Físico .....	15
2.3.2 Valor Psicológico .....	16
2.3.3 Valor Social.....	17
2.4 A DANÇA DE SALÃO NA ESCOLA.....	19
2.5 CARACTERÍSTICAS DOS ADOLESCENTES DO 2º GRAU.....	20
2.5.1 Conceito Sobre a Adolescência.....	20
2.5.2 Características do Adolescentes.....	21
2.5.3 Alterações Provenientes da Adolescência.....	22
2.5.4 Diferenças entre Adolescentes do Sexo Feminino e Masculino.....	23
2.6 PROPOSTA METODOLÓGICA.....	25
<b>3.0 METODOLOGIA</b> .....	28
<b>4.0 CONCLUSÃO</b> .....	29
<b>REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b> .....	31

## **RESUMO**

Este ensaio científico visa através de um embasamento teórico criar uma recomendação da atividade física, dança de salão para adolescentes do 2º grau, para que profissionais ou acadêmicos interessados por esta área, tenham um conhecimento de como trabalhar com os adolescentes, os ritmos da Dança de Salão. O principal objetivo da pesquisa foi indicar a Dança de Salão como alternativa de conteúdo, dentro da Educação Física Escolar, enfatizando desta forma os aspectos sócio-educacionais.

Este ensaio fundamentou-se em consultas bibliográficas, entrevistas de apoio e observações. Para uma melhor compreensão o mesmo foi dividido em três partes. Na primeira parte falou-se sobre a dança de salão, seu histórico, a origem e as características de seus ritmos, seus valores e benefícios, e a sua contribuição na escola. A Segunda parte abordou a adolescência, enfatizando as características principais que marcam esta faixa etária. E na terceira foi estruturada uma proposta metodológica implementando a Dança de Salão na escola e adequando seus ritmos de acordo com a faixa etária dos adolescentes no 2º grau.

Após o término do estudo, concluiu-se que a dança de salão é uma atividade capaz de proporcionar benefícios, principalmente no aspecto psico-social, contribuindo para com o adolescente, neste período de transição que é repleto de conflitos.

Através de propostas metodológicas objetivas, é possível, ampliar o leque de conteúdos ministrados nas aulas de Educação Física, e a Dança de Salão é um dos conteúdos que só tem a enriquecer, beneficiar e contribuir para com a Educação Física Escolar.

## **1.0 INTRODUÇÃO**

### **1.1 PROBLEMA**

Como área de conhecimento a Educação Física possui conteúdos sistematizados; conteúdos de ginástica, danças, lutas, jogos e esportes, o que verifica-se na maioria das vezes, é que o papel educativo e formativo destes conteúdos tem sido descaracterizado e a ênfase, têm sido dada aos esportes de competição, limitando a prática da Educação Física escolar ao rendimento físico e a performance.

O currículo da Educação Física Escolar deve prever conteúdos que trabalhem a corporalidade do aluno, os aspectos sociais, culturais, físicos, educativos e psicológicos. Dentro desta ótica, a dança é um dos conteúdos que melhor se enquadra e especialmente falando de aspectos psico-sociais é a Dança de Salão que consegue preencher plenamente estes quesitos.

A prática da Dança de Salão, proporciona uma série de benefícios, mas muitas vezes o professor de Educação Física não utiliza esse conteúdo, por falta de uma proposta estruturada e direcionada para a escola, principalmente no 2º grau. Diante desse quadro, de que forma então, seria possível estruturar uma proposta metodológica para a implementação da Dança de Salão na escola adequando seus ritmos de acordo com a faixa etária dos adolescentes no 2º grau?

### **1.2 JUSTIFICATIVA**

A Dança de Salão é indicada no currículo de Educação Física das escolas estaduais do 1º grau do Paraná como um conteúdo capaz de proporcionar inúmeros resultados benéficos. Mas o que se verifica na prática é que esta indicação não sai do papel. Diante disso, torna-se necessário expandir a pesquisa em torno do

tema; Dança de Salão, desde o histórico e análise de cada ritmo, até seus benefícios culturais, físicos e psicológicos.

Referindo-se a faixa etária, não existe um padrão de idade para a prática da Dança de Salão. Como cita (GRAMINHO 1994, p. 4). “Recomenda-se a inclusão da Dança de Salão no currículo de Educação Física desde a 5ª série do 1º grau, até o 3º grau, estendendo-se até a terceira idade”. Conforme citação anterior, a faixa etária alvo, delimitada nesta pesquisa serão os alunos no 2º grau.

Primeiramente torna-se essencial detectar o perfil deste aluno que está cursando o 2º grau quais suas características e necessidades principais. Atualmente o aluno que cursa o 2º grau, na sua maioria já trabalha, está sobrecarregado de responsabilidades. É a fase em que ele precisa decidir qual profissão irá seguir, e se preparar para o vestibular. Esta fase geralmente é de muita ansiedade e nervosismo, causando muito estresse psicológico.

A Dança de Salão aparece nesse caso, como uma atividade bastante eficaz. Segundo (BRASILEIRO, 1989, p. 10), “o real objetivo da dança, não é o de formar bailarinos ou profissionais da área afim, e sim um processo educativo, aumentando a formação intelectual e personalidade do educando, deixando seus pensamentos e comportamentos fluírem normalmente, fugindo do movimento estereotipado que inúmeras atividades impõem.”

Estudando o perfil do adolescente que cursa o 2º grau, e a Dança de Salão em toda a sua abrangência, torna-se necessário formular uma proposta para a implementação da atividade, que realmente seja aplicada pelos professores de Educação Física na escola. Porque muitas vezes, eles não utilizam esse conteúdo por falta de embasamento teórico. A Educação Física escolar necessita de propostas que vão de encontro aos anseios dos alunos e que sejam claras, objetivas e de fácil acesso para os professores.

Num segundo momento, daremos enfoque a questão da adequação dos ritmos da Dança de Salão de acordo com a faixa etária.

Cada ritmo da Dança de Salão possui características próprias. Alguns destes, tem um nível de dificuldade alto, necessitando de coordenação e lateralidade

bem trabalhados; exemplo: o tango. Outros ritmos são de fácil execução, podendo ser utilizados de forma lúdica, para o lazer, a descontração e a socialização; exemplo: o merengue. O professor de Educação Física que não teve experiências anteriores com a Dança de Salão, sente dificuldades em distinguir qual ritmo se enquadra melhor com a faixa etária que ele está trabalhando na escola, sendo assim de extrema importância, esse trabalho de adequação dos ritmos de acordo com a faixa etária.

Referindo-se ao tema Dança de Salão, em geral, nota-se que a Universidade Federal do Paraná, tem se destacado, sendo uma das primeiras a desenvolver pesquisas nesta área. O enfoque dado a estas pesquisas tem sido bastante diversificado; a sua influência na auto-estima; sua relação com a terceira idade, a dança de salão como melhora da capacidade aeróbica; as danças de salão mais praticadas em Curitiba; como proposta de atividade física para portadores de deficiência visual, e a única voltada para a área escolar; mudança sociais que a Dança de Salão produz em adolescentes de 8ª série.

Aqui, justifica-se a importância desta pesquisa, em promover uma proposta metodológica com o tema Dança de Salão, voltada para a escola principalmente no 2º grau.

### 1.3 OBJETIVOS

- Realizar a análise da Dança de Salão, através do seu histórico, seus valores e benefícios, e através das principais características de seus ritmos.
- Fundamentar a Dança de Salão na Escola.
- Caracterizar a faixa etária referente aos alunos do 2º grau.
- Sistematizar uma proposta metodológica para a implementação da Dança de Salão na escola, adequando seus ritmos de acordo com a faixa etária dos adolescentes no 2º grau.

## 2.0 REVISÃO DA LITERATURA

### 2.1 HISTÓRICO DA DANÇA DE SALÃO

Cada vez mais a Dança de Salão vem ganhando espaço na sociedade. Há alguns anos atrás era vista por muitos jovens como uma modalidade da terceira idade, mas essa visão vêm se modificando a cada dia, e a procura dos jovens por essa atividade tem aumentado. Esse processo de mudança iniciou primeiramente na década de 80, com a explosão da lambada, atualmente no final da década de 90, o que se verifica é a ascensão do samba e do pagode, nunca os ritmos brasileiros estiveram tão em alta como nos dias atuais.

Um fator interessante nesse processo, é que esta ascensão não se restringe a uma classe social específica, e sim a todas as classes sociais. Essa ascensão também influenciou a Dança de Salão, fazendo com que as pessoas voltassem a dançar juntas seja em festas, bailes ou danceterias.

Para que possamos conhecer a Dança de Salão, tornar-se necessário resgatar o seu histórico, observando que desde a antigüidade, a humanidade já tinha na expressão corporal, através da dança, uma forma de se comunicar.

Cada cultura transporta seu conteúdo às mais diferentes áreas, dentre estas, as danças absorvem grande parte desta transferência, pois a dança sempre foi de grande importância nas sociedades através dos tempos, seja como uma forma de expressão artística, como objeto de culto aos deuses ou como simples entretenimento.

Retomando ao histórico da Dança de Salão, segundo GIFFONI (1974, p. 25), podemos dividi-la em quatro gerações coreográficas:

A primeira geração - a da Idade Média, seguiu por dois caminhos, o primeiro se desenvolveu sob a forma de autos dramáticos. O segundo foi constituído de danças lúdicas. Foi assim que os camponeses da Inglaterra começaram a dançar mais descontraidamente as suas danças em roda, de mãos dadas, e os camponeses

germânicos da mesma forma dançavam menos contraídos suas danças de giros. Essas foram as sementes iniciais da Dança de Salão a espera do benefício da nobreza para que frutificassem nos palácios dos grupos socialmente superiores.

A Segunda geração coreográfica - O Minueto. Em meados do século XVII a hegemonia da Espanha passa a ser disputada pela França sob o reinado de Luís XIV, e sob as diretrizes financeiras do ministro Cohert. Foi neste clima que se fundou a Academia de Dança incumbida de inventar um novo tipo de dança de salão, sem sapateado, nem estardalhaço, que pudessem ser dançadas por um homem como Luís XIV. A nova dança do laboratório francês veio a se caracterizar por vários pares dançando simultaneamente, distribuídos numa fileira de homens à frente de uma fileira das respectivas damas; assim era o minueto.

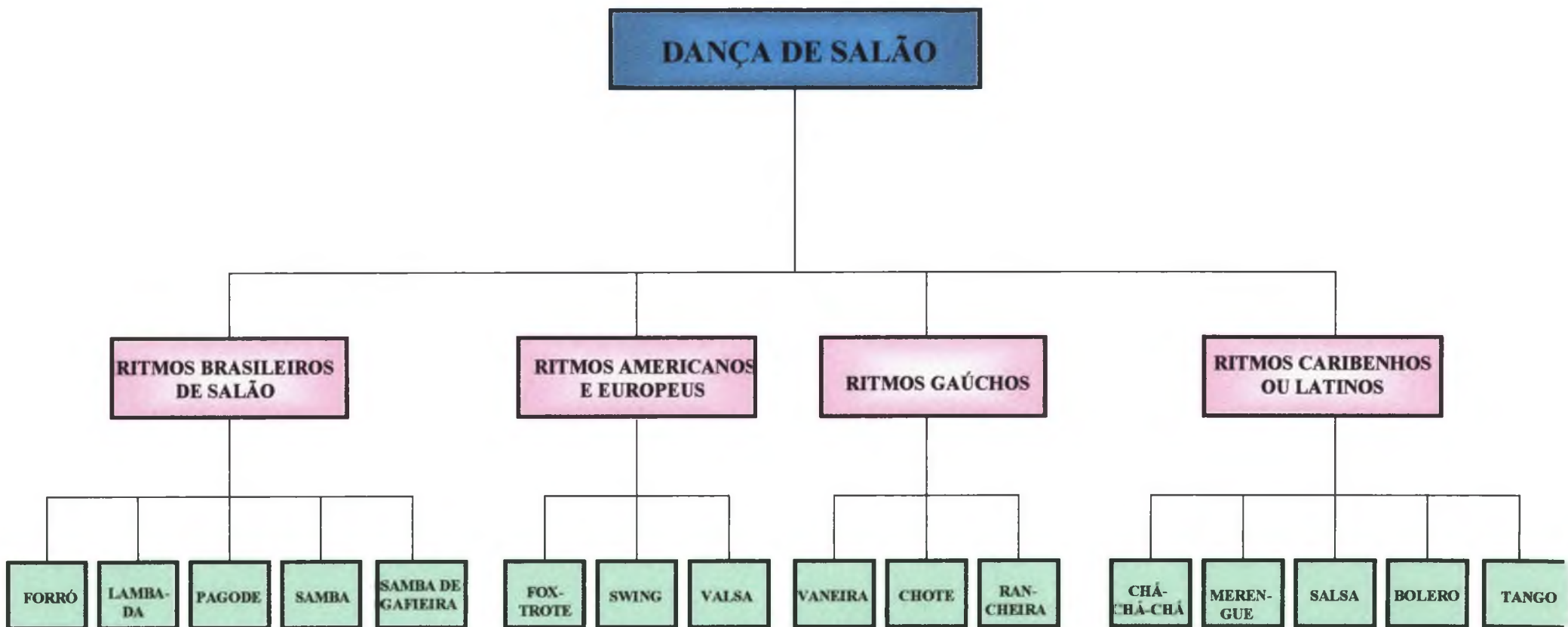
A terceira geração coreográfica - a contra dança. Foi inspirada nos camponeses da Inglaterra e caracterizava-se por evoluções vivas e descontraídas. Sob o comando de um mestre sala munido de bastão, os pares formavam figuras geométricas ou sugestões de desenhos. Irradiadas por Paris as contra-danças se tornavam pertence dos salões de todo o mundo ocidental, e tal como ocorreu com o minueto, demorou para que chega-se aos ambientes rurais. Como última expressão dessa 3ª geração, apareceu em Paris, em meados do século XIX, o cotillon, que começou como uma quadrilha entremeada de brincadeiras de salão e terminou com uma série de jogos, já quase sem nenhuma dança.

A Quarta e última geração foi a de pares girando enlaçados. Por volta de 1830, a valsa era dança lúdica por excelência. Os pares dançavam agora sem comando, enlaçados e executando passos de valsa ou girando em torno de si mesmos.

A Dança de Salão é praticada atualmente em todo o mundo. O aumento da procura pela atividade principalmente no Brasil, tem feito com que as escolas especializadas, cada vez mais, aumentem o seu número de alunos, abrindo filiais em todas as regiões do país, saindo do eixo Rio/São Paulo.

Apenas como observação citamos que existem competições organizadas de dança de salão e estas acontecem na Europa.

# ORGANOGRAMA



## 2.2 ORIGEM E CARACTERÍSTICAS DOS RITMOS

Verificando que o referencial teórico relacionado ao histórico dos ritmos da Dança de Salão em relação a livros é escasso, e muitas vezes contraditório, buscamos estas informações, com as escolas especializadas em Dança de Salão.

As escolas consultadas através da Internet foram a Companhia da Dança de Salão do Recife, a Companhia de Dança de Salão, “Carlinhos de Jesus” (RJ) e a última esta cuja a sede é em Curitiba Kilve Kosta companhia de Dança de Salão.

As contradições entre as escolas, praticamente não existiram.

### 2.2.1 Ritmos Brasileiros de Salão

Forró

Origem – Surgiu no início do século nas casas de dança das cidades nordestinas. Dizem que esses locais eram conhecidos como “for all” (para todos, em português). A população, no entanto pronunciava forrol, que virou forró.

Características – Existem 3 estilos, marcados pelo som de zabumbas, triângulos e sanfonas.

O xote é mais lento e consiste em dar dois passos (pulinhos) para um lado e dois para o outro. É perfeito para iniciantes. O baião é mais rápido e exige um pouco mais de deslocamento. Já no xaxado, os movimentos são marcados por um dos pés, batendo no chão.

Trilha Sonora – Os sucessos de Genival Lacerda e Luiz Gonzaga (o rei do Baião). Também não pode ser esquecido o clássico “Feira do Mangaio” (Sivuca e Glorinha Gadilha).

### Lambada

Origem – Inspirada no carimbó, dança folclórica do Pará, surgiu na década de 70 e fez grande sucesso na Bahia. Sofreu influência de vários ritmos como o zouk (dança típica das Antilhas Francesas), a salsa, e o merengue, entre outros ritmos caribenhos.

Característica – O balanço dos quadris, sempre jogados para o lado é marca registrada dessa dança. É repleta de giros frenéticos, sendo que a mulher muitas vezes é conduzida com a mão, como no rock and roll. As quebradas da damas são movimentos característicos da Lambada.

Trilha Sonora – Sucessos do grupo Kaoma que depois de uma consagrada temporada na Europa, no final da década de 80, estourou também no Brasil. Valem ainda alguns hits de Beto Barbosa, como Adocica “ou Preta”.

### Pagode

Origem – A partir do samba, o carioca criou o samba de gafieira, e o paulistano inventou o pagode. Esta dança surgiu na década de 80, durante as reuniões de boteco ou de fundo de quintal. Os ritmistas se encontravam para fazer um sambinha cadenciado e sempre haviam aqueles que ensaiavam alguns passinhos a dois.

Característica - A dança é mais contida porque quem a inventou não tinha muito espaço para desenvolver a coreografia, ao contrário da gafieira, praticada em salões. Os espaços pequenos permitiam apenas giros de quadril, traços distintos da dança. Os passos são quase sempre marcados pelo chocalho instrumento musical bastante comum nas rodas de samba.

Trilha sonora – Todos os sucessos dos grupos Katinguelê, banda Raça Negra, Molejo, etc.

## Samba

Origem – Segundo GIFFONI (1974, p. 37) “O samba é de origem africana em seus primórdios era executado em roda, seu nome provém da palavra “semba” originária de Angola que significa umbigada”.

Características – Rio de Janeiro, Bahia e São Paulo, são cidades que apresentam aspectos marcantes desta dança, cada uma com suas características.

Na Bahia a cultura africana é muito preservada, sendo o samba de raiz muito executado. Atualmente o axé-music, tem se destacado contagiando todo o país. No Rio de Janeiro o carnaval aparece como alge da cultura carioca, aonde o samba enredo das escolas de samba atinge o seu ápice.

Além do samba-enredo, uma prática muito divulgada nos salões cariocas é o samba de gafieira.

## Samba de gafieira

Origem – Tudo começou na década de 20, nos salões cariocas de dança. Esses points eram conhecidos como gafieiras, que vem de gafe (muitos freqüentadores dançavam de qualquer jeito, cometendo, segundo os mais tarimbados, uma série de gafes). O ritmo é o samba e também os chorinhos.

Características – Os pares percorrem rapidamente todo o salão, executando vários movimentos com uma das pernas fora do chão (os cortes), influenciados pelos dançarinos de tango. É uma dança repleta de giros. Para os dançarinos de samba de gafieira, não existe com certeza dança mais envolvente, empolgante e bela do que esta.

Trilha sonora – Todos os grupos de samba e de chorinho. Sucessos como “Flor de Liz” (Djavan), em arranjos mais acelerados, “Brasileirinho” (Waldir Azevedo) e “Tico-Tico no Fubá” (Zequinha de Abreu) caem como uma luva.

## 2.2.2 Ritmos Caribenhos ou Latinos de Salão

### Cha-Cha-Chá

Origem – Surgiu nos anos 50, em Cuba. Foi uma alternativa para quem tinha dificuldades de dançar mambo, já que se trata de uma dança mais lenta.

Características – Movimento de quadris, como na Salsa e no merengue, só que mais lentos, com um leve raspar de pés no chão, usados na marcação. Esta marcação com os pés imite um barulhinho que soa como chá-cha-chá (vem daí o nome da dança).

Trilha sonora – Perez Prado.

### Merengue

Origem – Parente próximo da salsa, surgiu nos anos 60, nos salões da República Dominicana.

Características – Tudo que os dançarinos devem fazer é andar (os movimentos de pernas lembram passadas) um pouco mais rápido, requebrando os quadris, os dançarinos também executam vários giros com as damas.

Trilha sonora – As músicas do dominicano Juan Luís Guerra são as mais quentes, Glória Stefan também canta merengues muito empolgantes.

### Salsa

Origem – Conhecida em todo o mundo, a Salsa originou-se do danzón, dança parecida com um bailado medieval e bastante praticada em Cuba no século passado. Nos anos 80, a Salsa, conhecida por son entre os cubanos, já fazia sucesso com a Juventude daquele país. É assim, aliás, que a salsa é chamada na ilha de Fidel Castro.

Características – Movimentos de pernas e quadris (para o lado), sempre de baixo para cima, num frenético requebrado, são as marcas peculiares desta dança. Os movimentos são bastante sensuais, já que os corpos, bem colados, se insinuam o tempo todo, lembrando muito a sensualidade da lambada brasileira. Não é sem motivo que salsa em espanhol significa molho.

Trilha sonora – Quentíssimos para se dançar salsa são os hits da cantora cubana Célia Cruz e da orquestra japonesa (quem diria!) De la Luz. Também caem bem algumas música do CD MI TERRA, da cantora Glória Stefan.

### Bolero

O bolero é o ritmo que apresenta mais polêmica em relação a sua origem.

Origem – Para a escola de Dança de Salão do Recife o ritmo é oriundo de Cuba, por volta de 1880 e é outra dança inspirada no danzón.

Mas autores como GIFFONI (1974, p. 27) e FORNACIARI (1966, p. 128) acreditam que ele seja de origem espanhola.

Características – Se você busca romance e sofisticação, a sentimental dança amorosa, “o bolero” é para você.

A ênfase está nos suaves e generosos giros, com muito mais comunicação entre os dançarinos. O bolero é dançado para uma música de ritmo lento e é adaptável à música contemporânea. É até mais lento do que o cha-cha-chá. Os casais dançam juntos, segurando um pouco mais os quadris e deslizam por todo o salão, lembrando uma caminhada em alguns momentos. O bolero carioca, foi divulgado no exterior por Carlinhos de Jesus, sendo admirado e reconhecido entre os dançarinos de todo o mundo.

Trilha Sonora – Para os mais tradicionais, os trios Irakitan e Los Panchos. Para quem gosta de sangue novo, o mexicano Luiz Miguel, e a cantora Ana Belém são ótimas opções.

### Tango

Origem – Segundo FORNACIARI (1966, p. 145), “O tango teve sua origem na Argentina, sendo levado à Europa, principalmente à França, onde recebeu muitas críticas por ser uma dança imoral”. Na forma musical, o tango resultou do cruzamento de candomblé com a habanera, além de pitadas de polca e de mazurca. Pois, além dos negros veio uma fortíssima corrente de escravidão.

Características – Inicialmente era dançado por dois homens, como um desafio ou disputa por uma mulher. Restrito aos bairros mais violentos e pobres.

Só mais tarde o sexo feminino foi incorporado a dança, quando Carlos Gardel popularizou em Paris. (LAIRD, 1994, p. 32) diz, “o tango é um convite excitante a que não se pode resistir, dança altamente sensual, expressiva com movimentos ousados e cadenciados”. As figurações são caracterizadas por muitas variações e grande rapidez e agilidade na movimentação das pernas.

Trilha sonora – Indiscutivelmente Carlos Gardel, e o CD de Júlio Iglesias, exclusivamente gravado com tangos é imperdível, para quem aprecia este fascinante ritmo.

### 2.2.3 Ritmos Americanos e Europeus de Salão

#### Fox-trot

Origem – Foi criado em 1914, em Nova York, pelo ator Harry Fox, um apaixonado por dança. O auge do Fox, no entanto, ocorreu nos anos 30 e 40, com os musicais da Broadway, em que se destacaram os célebres dançarinos Fred Astaire e Ginger Rogers.

Características – Trata-se de um bolero com mais movimento. O balanço dos quadris no entanto é mais contido, fox-trote, lembra o passo da raposa.

Trilha Sonora – Glem Miller e Ray Comiff, entre outras grandes orquestras.

#### Swing (soltinho)

Origem – Surgiu no rastro do sucesso do fox-trot, na década de 40, renunciando os anos dourados.

Características – Mais movimentado que o fox, quebrou os padrões de Dança de Salão. Os rapazes tinham direito a malabarismo. Pode-se dividir o swing, segundo a escola, Kilve Costa companhia de dança em swing de academia e swing de rua, onde, este é mais despojado, já o de academia segue uma postura. O swing é

um ritmo extremamente empolgante é conhecido no eixo Rio/São Paulo como “soltinho”.

Trilha Sonora – Ghenn Miller, Benny Goodman, atualmente, cantores brasileiros como Lulu Santos, Ed Motta e Carlinhos Brown; A Namorada, têm gravado Swings e empolgado a todos com este ritmo.

#### Valsa

Origem – Segundo (LAIRD, 1994, p. 12), “A valsa teve início como uma antiga dança do folclore austríaco do sul da Alemanha”. (FORNACIARI, 1966, p. 90), tem dúvidas quanto a origem da valsa, podendo ser originária da Alemanha ou da Suíça. Já (GIFFONI, 1974, p. 35) afirma que a valsa é de origem alemã, entrando no Brasil por volta de 1830.

Características – Dançada em compasso ternário, é caracterizada por vários giros em seqüência, e pela postura elegante que os dançarinos devem adquirir ao dançá-la.

Trilha Sonora – As valsas são na maioria das vezes tocadas por orquestras, e não pode faltar em comemorações especiais como formaturas, casamentos e etc.

#### 2.2.4 Ritmos mais Praticados no Rio Grande do Sul

Verificando que no Rio Grande do Sul, existe uma influência tradicionalista muito forte em relação a costumes e principalmente com relação a dança, caracterizamos uma parte desta pesquisa para as danças regionais mais praticadas nesta região do país.

#### Vaneirão

Origem – “O Vaneirão nasceu na ilha de Cuba, em Havana, onde foi levado para a Europa e de lá veio para o Brasil, aqui adaptou-se e teve seu andamento um pouco alterado e adquiriu enorme popularidade notadamente nos

últimos decênios do século passado”. GUARA CY (citado por MORALLES, 1992, p. 27).

Características – Os músicos referem-se e executam a vaneirinha, a vaneira marcada, o vaneirão, ou simplesmente a vaneira. A denominação varia de acordo com a forma de execução: mais lenta, mais marcada, mais miudinha. A vaneira é dançada através de passos de polca alternados (dois e dois ou dois e um) adaptando-se ao ritmo mais lento ou mais rápido.

Trilha Sonora – Gaúcho da Fronteira, Os Serranos, Os Nativos, são os grupos mais famosos.

### Chote

Origem – Segundo (GIFFONI 1974, p. 28) “O chote cujo nome original é SCHOTTISCH, parece provir da Europa Central. Para Guaracy (citado por MORALLES, 1992, p. 28)... “os imigrantes alemães, aqui chegados, trouxeram em sua bagagem cultural gêneros musicais e motivos coreográficos que sobreviveram até hoje”. Quando o chote chegou no Brasil, tornou-se conhecido no Nordeste e no Rio Grande do Sul.

Características – No RG (Rio Grande do Sul) o chote caracterizou-se de modo bem marcado, conhecido como “chote figurado”. O chote é dançado em 3 passos de marcha, fazendo apenas a marcação do 4º passo, também nos giros é utilizado esse mesmo passo.

Trilha Sonora – mesma citada anteriormente e grupos gaúchos tradicionalistas.

### Rancheira

Origem – “Da primitiva mazurca derivam-se a rancheira e o terol”. GUARACY (citado por MORALLES, 1992, p. 27).

Características – Na fronteira é dançada a rancheira mais valseada caracterizando-se pelo 1º passo ser mais destacado que os outros dois. Já na região serrana a rancheira é mais troteada puladinha.

Trilha Sonora – Mesma citada anteriormente.

Foram citados nesta pesquisa os ritmos mais dançados nos salões de dança, desde os ritmos tradicionais, até os mais populares atualmente e o pagode como o forró, que tem conquistado cada vez mais espaço. Existem vários ritmos que não foram citados, mas acredito que através destes é possível realizar um trabalho muito rico com os alunos do 2º grau, apresentando-lhes de forma ampla e correta a Dança de Salão.

## 2.3 VALORES E BENEFÍCIOS DA DANÇA DE SALÃO

### 2.3.1 Valor Físico

Além de ser uma atividade extremamente prazerosa, a Dança de Salão, tem uma influência no estado físico dos seus praticantes. Alguns estudos tem mostrado resultados bastante positivos com relação ao condicionamento físico. Isto verifica-se nos resultados obtidos por DOMANOSKI, (citada por NOGUEIRA, 1992, p. 27). O estudo foi realizado com universitários que foram submetidos a programas de atividade aeróbica diferentes, e o resultado comprovou que a Dança de Salão proporciona ao indivíduo uma melhora na capacidade aeróbica.

NOGUEIRA (1992, p. 28) segue o mesmo raciocínio enfatizando os benefícios da Dança de Salão sobre o condicionamento físico, pois seu estudo mostra que é possível atingir efeitos positivos de 2 a 3 sessões semanais.

Um outro enfoque que pode ser dado ao valor físico da Dança de Salão, é o seu emprego na correção da má postura. Existem algumas profissões que obrigam determinadas posições de formas exagerada, levando a má postura.

A Dança de Salão necessita de uma boa postura, ereta e elegante sendo um facilitador para a correção dos desvios de postura. A Dança de Salão é uma atividade bastante completa, por isso é citada por vários autores como uma excelente atividade física, pois desenvolve várias funções.

GIFFONI (1973, p. 13) mostra que “... pela sua forma de exercício completo, esta atividade melhora inúmeras junções orgânicas, colaborando para a agilidade, flexibilidade e elasticidade dos movimentos, pois a mesma faz com que o praticante execute passos variados e complexos.”

Outro autor que segue o mesmo raciocínio, enfatizando essa qualidade de atividade completa é (LAIRD, 1994, p. 8) “Dentre suas outras vantagens a dança de salão; é uma forma extraordinária, suave, mais completa, de exercitar o corpo, desenvolver a coordenação mental e motora, favorece uma boa postura independente da idade; tonifica o corpo e dá aquela sensação de que “é muito bom estar vivo”.

Walter Laird é um exemplo vivo, desses benefícios, pois foi campeão mundial de Dança de Salão e atualmente na faixa dos 80 anos, continua ensinando a Dança de Salão.

### 2.3.2 Valor Psicológico

Através da dança a expressão deixa de ser apenas verbal e passa a ser também corporal e muitas vezes um gesto, um olhar consegue expressar melhor os sentimentos, do que mil palavras.

Nos dias atuais os relacionamentos pessoais estão cada vez mais difíceis, as pessoas tem muita dificuldade em expressar-se. A dança de salão também tem uma influência no valor psicológico, influenciando na auto-estima e ajudando muitas vezes a minimizar essa dificuldade de expressão.

Ao abordar esse valor (GIFFONI, 1973, p. 14) coloca; “Dentre as qualidades morais que a dança incentiva e aperfeiçoa encontram-se: o domínio de si mesmo, o entusiasmo, o senso de responsabilidade (que se traduz no desejo de executar corretamente o movimento ou passo), o cavalheirismo, o senso de ordem, o companheirismo que está presente em toda a dança, levado por um desejo de sucesso de todo o grupo, onde o auxílio mútuo se faz indispensável”.

É possível constatar que a dança de salão auxilia no aperfeiçoamento emocional, atingindo também o aspecto intelectual, pois para aprender necessita-se pensar e aprender a aprender.

No momento em que a dança de salão está acontecendo, através da música, a imaginação cria asas, e isto se traduz numa sensação de alegria e satisfação.

### 2.3.3 Valor Social

Acredito que este seja o principal benefício da Dança de salão; o seu valor social. O contato físico, o toque, a relação de respeito para com o sexo oposto é de fundamental importância. Homens e Mulheres buscam e sempre buscaram formas melhores de relacionamento, a dança de salão é uma forma de conhecer, compreender, respeitar e interagir com o sexo oposto de forma saudável, e especialmente prazerosa, pois os parceiros unem os seus movimentos como se fossem um só. Quando os parceiros se entregam e confiam um no outro, a dança se enriquece, assim como na vida.

LAIRD, ( 1994, P8 ), descreve esse valor social da dança de salão de forma extraordinária, possivelmente por ter vivido em função da mesma por toda a sua vida, ele coloca.

A Dança de Salão é a melhor forma e a mais fácil de conhecer e tomar contato com alguém do sexo oposto; entre outras vantagens da dança de salão; ela ensina boas maneiras; ajuda a manter-nos sempre jovens e ativos; é um dos poucos entreterimentos que casais ou amigos podem ter em conjunto; é um fator de prestígio social; promove a auto confiança, é provavelmente a maneira mais barata e mais compensadora de passar o tempo livre; pode ser iniciada aos cinco anos de idade e continuar a ser um prazer aos 95!.

A dança de salão é um agente de integração dos indivíduos na sociedade. Esse fator de integração torna-se mais evidente na terceira idade aonde os idosos, tem uma grande identificação, com a dança de salão, pois eles se sentem

ativos e integrados, pois dançar é uma forma de formar novas amizades, ampliar o círculo de relacionamentos, desenvolvendo o intercâmbio social.

Em seu trabalho sobre a dança de salão como meio auxiliar de recuperação da auto-estima do idoso AMORIN (1992, p. 17) concluiu que os idosos que praticam a dança de salão tem uma melhor auto-estima do que os idosos que não a praticam.

GROSSE (citado por GIFFONI, 1973 p. 16) diz que “Enquanto dançam as pessoas estão num estado de unificação social completa, o grupo que dança sente e atua como um organismo único”.

Além do valor social, a dança de salão, também tem um valor cultural e terapêutico, através da dança de salão são adquiridos conhecimentos sobre os ritmos, sua origem, seu histórico, e os costumes da região de onde é originário. Segundo GIFFONI ( 1973, p. 17 ) “... as danças sociais, exigem do dançarino, além de execução, satisfatória, estar a altura de manter uma palestra agradável e desenvolver no executante capacidade intelectuais as mais diversas”.

Referindo-se ao enfoque terapêutico, podemos citar o depoimento de Paulo Gaudêncio, psiquiatra e freqüentador de uma casa de bailes em São Paulo, ele diz que; “A Dança de Salão tem um caracter terapêutico e lúdico, abrindo caminho para o lado criança que todos têm reprimido pelo lado racional, esse tipo de dança ajuda o homem na socialização, recreação, na retomada do romantismo, desinibição, redução da respiração, minimização e até a cura de dores, timidez e problemas posturais”. Depoimento dado a (REVISTA CLAUDIA, 1993 p. 9).

A Dança de Salão pode ser realizada nas horas de lazer, livre dos afazeres diários, sem possuir um compromisso, onde cada indivíduo dança como sabe e da forma que mais lhe agrada, sendo, uma forma de relaxamento das tensões do cotidiano, como uma terapia, um momento de descontração, um momento de lazer.

Verificando todos esses valores, daremos ênfase aos benefícios da Dança de Salão na escola.

## 2.4 A DANÇA DE SALÃO NA ESCOLA

“Movimentar-se é uma das características da vida e o ritmo é a essência do estado emocional que, por sua vez, é determinado pelo sentimento, tornando-se ligados e dependentes entre si fazendo o movimento existir no ritmo pelo movimento, permitindo assim que o ser humano dance”. (MORATO, 1986, p. 37).

Um dos aspectos que reforçam o ensino da dança na escola, é a sua capacidade de comunicação através do movimento, como cita NODA (1983, p. 13). “O movimento humano pode ser expresso de várias formas e sempre será compreendido, pois não há quem não entenda a linguagem do movimento, é a partir do movimento que as pessoas conseguem transmitir seus sentimentos e mensagens, reforçando aí, a idéia de comunicação através da dança.

Partindo do princípio que a dança recreia talvez tanto quanto o jogo, então desenvolve as mesmas funções, servindo de observação através do qual a educação se pode fazer apenas, não tendo o caráter competitivo, substituído pelo cunho artístico.

A Dança de Salão, para BRASILEIRO (1989, p. 28) deve ser introduzida obrigatoriamente dentro da escola, a ponto de propiciar ao aluno maturidade suficiente para atingir um grau mais avançado, ajudando a criança e o adolescente na reestruturação e readaptação de seu próprio meio e a si mesmo.

A interação e o respeito com o sexo oposto, necessários na prática da Dança de Salão, auxiliam no processo de socialização e confraternização dentro da escola; pois os alunos deixam de se exercitar sozinhos para sintonizarem seus passos e movimentos aos do parceiro.

Segundo ABREU (1989, p. 26), a dança está inserida na Educação Física, assim como as equações estão para a matemática, a dança é algo fantástico que ocorreu na modificação do homem como pessoa.

BRASILEIRO (1989, p. 26) cita “fazer, depois gostar de fazer o que faz, e enfim compreender o que gosta de fazer”, isto significa que a educação

através da dança proporciona ao indivíduo a possibilidade de busca à criação que está no homem, tirando de si a ignorância para sua maior capacidade de expressão autônoma, criadora e satisfatória. Complementa ainda que a dança é essencial para o crescimento e evolução do ser humano.

## 2.5 CARACTERÍSTICAS DOS ADOLESCENTES DO 2º GRAU

No sistema escolar brasileiro o estudante é nivelado principalmente de acordo com a idade cronológica. Assim pode-se dizer que a grande maioria dos alunos do 2º grau situa-se na faixa etária de 14 a 20 anos, que é a fase transitória entre a adolescência e a fase adulta.

### 2.5.1 Conceito Sobre a Adolescência

Para direcionarmos atividades físicas, para esta faixa etária, é de primordial importância entendermos o que é a adolescência.

MENDONÇA ( 1981 ) abordando o tema adolescência, disse que esta é uma fase de mudanças físicas, psíquicas, e sociais importantes que ocorrem entre 13 e 18 anos para mulheres e para homens entre 14 a 19 anos, aproximadamente; devendo ser um período bem vivido, pois se houver algum problema nesta fase, fatalmente produzirá um adulto com vida conturbada e cheia de defeitos.

A adolescência é o período durante o qual a pessoa em crescimento passa da infância para a fase adulta, e não está vinculada à uma extensão precisa de anos. Referindo-se a isso MENDONÇA ( 1987 p. 10 ) diz que, “esta fase inicia-se com os principais sinais da puberdade, estendendo-se até que o indivíduo esteja sexualmente maduro”.

### 2.5.2 Características do Adolescentes

A adolescência é marcada por uma série de características, tornando-se aparente o seu diagnóstico.

Uma das características citada por (SANTOS, 1992) é a timidez, provocada pelas angústias por um perigo eminente, consistindo num temor do julgamento dos outros, o autor prossegue colocando, “a timidez atrapalha a vida social do indivíduo, principalmente do adolescente fazendo com que ele só pense no conceito dado por terceiros”. Um outro fator que pode ser encarado como causa da timidez é a exclusão da sociedade para com o adolescente, complementa SANTOS; “A não aceitação no grupo social é um fator de extrema importância, trazendo ao indivíduo certos sentimentos que o inferiorizam perante à sociedade, colocando-o num estado de mal estar”. Segundo (CUNHA, 1992, p. 27), a necessidade de afirmação perante o grupo social ao qual o adolescente está engajado assume proporções prioritárias, e continua: “desde as forma de vestir-se, pentear-se, falar em código dialéticos compreensíveis somente pelo grupo, até as preferências por ídolos, músicas e lugares de freqüência, marcam acentuadamente sua dependência ao grupo social.

Uma outra característica do adolescente é a impressão que ele transmite de desinteresse e desânimo, mas segundo (LAMARE, 1987) isto não é verídico. O autor coloca; “O adolescente é uma pessoa difícil, situada entre o alegre e o comunicativo. Seu grito constante é a liberdade e a independência. Nesta fase, ele apresenta-se indiferente e desatencioso, deixando a impressão de desânimo. Porém, todo esse entender é errôneo, pois ele tem em seu íntimo uma energia invejável, transformando-se repentinamente diante de um aparelho de som, jogos eletrônicos, futebol, etc.”

Outra característica significativa e importante do adolescente é a agressividade. Ele é totalmente extremista; quando confia em alguém é realmente de verdade, mas qualquer passo em falso é motivo para agressão e desconfiança total. Esse é um ponto que o professor de Educação Física deve estar bem atento,

pois na mesma hora que ele tem toda a confiança do aluno, através de alguma atitude que o aluno não esperava, ele pode perder essa confiança definitivamente, devido ao temperamento do adolescente.

### 2.5.3 Alterações Provenientes da Adolescência

Dentre as inúmeras alterações que ocorrem no corpo e na mente do homem e principalmente dos adolescente, pode-se destacar: crescimento acelerado dos testículos seguido pelo pênis; amadurecimento dos órgãos reprodutores; mudança do timbre da voz nos garotos; modulação do corpo do garoto; modulação bem característica do corpo da garota; aparecimento de seios nas garotas; desenvolvimento do senso crítico, não muito acentuado; sensação do que é vergonhoso, principalmente nas garotas, que andam arcadas para não mostrarem os seios; discernimento do certo e do errado; medo em expôr-se em público; medo do ridículo, acontecendo mais com os garotos, que “curtem” dos colegas quando fazem algo diferente. (MENDONÇA, 1987, p. 30).

Essas alterações tem como conseqüência, insatisfações constantes em relação à sua morfologia corporal e muitas delas prendem-se à razão de se sentir alto demais, muito baixo ou ainda desprovido do peso e das proporções ideais colocadas pela maioria do grupo, coloca (CUNHA, 1992, p. 27). A adolescência é um período, que tem dois lados, como uma faca de dois gumes, por um lado é um período de constantes mutações e conflitos, e por outro é uma fase de descobertas e auto conhecimento. Cita (CUNHA, 1992), ... “eles (os adolescentes) certamente não percebem o enorme potencial criativo que carregam consigo, nesta fase que também é a das “grandes descobertas”.

Alguns adolescentes exteriorizam seus sentimentos sem maiores dificuldades, mas esses casos se enquadram nas exceções, já que a grande maioria sente dificuldades, e não são poucas.

#### 2.5.4 Diferenças entre Adolescentes do Sexo Feminino e Masculino

Os adolescentes do sexo masculino tem uma prontidão especial de aprendizagem maior do que o sexo feminino, por isso são mais notados pelo desejo de prestígio comprovado em sua masculinidade, como por exemplo: força, velocidade, resistência, habilidade, coragem, etc. Essas características mais masculinas que femininas são devido a fatores essenciais do comportamento e portanto, fatores relevantes de rendimento. Verifica-se que as garotas preferem atividades esportivas de menor esforço físico e de maior habilidade e distração (MEINEL, 1984).

Segundo LAMARE (1987) na área profissional os garotos se interessam mais pela arquitetura, eletrônica, economia e as garotas pela música, teatro e dança, psicologia; deixando é claro, fluir as vocações e desejos de cada pessoa. Para toda regra existem exceções, profissões muitas vezes ditas femininas, eram no passado extritamente masculinas, como por exemplo a dança, que era dançada apenas por homens, o tango. Hoje em dia o tango não é mais uma espécie de disputa de dois homens por uma mulher, é sim, uma dança muito sensual de um homem com uma mulher.

LAMARE, diz também que as garotas são mais sentimentalistas, por isso choram com mais facilidade e isso faz com que haja uma descarga de sentimentos ruins. Os garotos quase nunca se emocionam, ou pelo menos não deixam transparecer, são pessoas que quase nunca “sabem de nada”, nunca gostam de nada”, na verdade estão em outro mundo, em outra dimensão, saindo totalmente da realidade, por isso são muito dispersos e distraídos.

Esse estado de embaraço, característico da adolescência, tanto para os garotos como para as garotas, tende a encontrar um equilíbrio entre os 17 e 18 anos.

Segundo (CUNHA), 1992, p. 27), a dança oportuniza um identificação com movimentações adequadas a ritmos e melodias, da preferência dos adolescentes, e seus corpos respondem favoravelmente à totalidade dessas ações.

Aqui justifica-se a importância, do conteúdo de dança nas aulas de Educação Física, especialmente de alunos que estejam passando pela adolescência.

CUNHA, continua seu raciocínio dizendo: “na maioria dos casos eles conseguem uma modificação substancial nas demais tarefas escolares, bem como no relacionamento familiar, isso advém porque na conquista de um relativo domínio corporal eles passam a usufruir de uma sensação de prazer e confiança através de suas explorações rítmico-expressivas.

As atividades físicas praticadas nesta fase, seja no desporto, na dança, ou nas lutas, terão uma grande influência na personalidade deste adolescente, pois ele está numa fase de definitiva definição, caminhando para a maturidade. A disciplina, o espírito de equipe, a solidariedade, o companheirismo envolvidos nessas atividades e também na Dança de Salão, contribuirão para a formação de adultos mais preparados e equilibrados.

## 2.6 PROPOSTA METODOLÓGICA

O objetivo desta Proposta Metodológica é que os adolescentes que estão cursando o 2º grau, tenham a oportunidade de conhecer e vivenciar na prática os ritmos mais importantes da Dança de Salão, e os mais dançados atualmente nos salões. Que conheçam o histórico de cada ritmo e a sua origem, ampliando desta forma o seu conhecimento a respeito do tema.

A classificação e a divisão dos ritmos foi estruturada de forma gradativa e contínua, utilizando um bimestre do ano letivo para o ensino da Dança de Salão, onde os ritmos classificados como difíceis serão vistos nas três séries do 2º grau, reforçando desta forma a aprendizagem dos alunos.

Este planejamento foi construído através do embasamento teórico relacionado ao tema, da experiência de três anos como professora de Dança de Salão, bem como de conversas e trocas de experiências com professores de Educação Física e professores de Dança de Salão, e teve como intuito principal o direcionamento do professor de Educação Física que tem interesse em trabalhar como conteúdo de suas aulas, a Dança de Salão, fugindo da Educação Física tradicional, que é limitada ao rendimento físico e a performance, e através de novos conteúdos e novas metodologias que o professor de educação física assuma o seu papel de formador e educador.

1º ANO	2º ANO	3º ANO
• Forró	• bolero (2 e 2)	• valsa
• chá-chá-chá	• chote	• vaneirão (2 e 1)
• vaneirão (2 e 2)	• merengue	• fox – trot
* swing	* rancheira	* pagode
— salsa 1	— salsa 2	— salsa 3
— bolero carioca 1	— bolero c. 2	— bolero c. 3
— lambada 1	— lambada 2	— lambada 3
— tango 1	— tango 2	— tango 3
— samba de gafieira 1	— samba de gafieira 2	— samba de gafieira 3

- Ritmo fácil (2 aulas para o ensino)
- \* Ritmo intermediário (3 aulas para o ensino)
- Ritmo difícil (3 aulas por ano, 9 aulas ao todo no final do 2º grau)

Este planejamento prioriza o aprendizado do passo básico dos ritmos pelos alunos, mas nada impede que de acordo com a evolução dos alunos e da turma, sejam implantados novos passos e novas variações, isto dependerá da observação e da leitura que o professor fará de sua turma.

As alterações que se fizerem necessárias, em relação ao planejamento que propomos devem ser feitas, adaptando-se ao contexto sócio-cultural dos alunos. O que não devem se perder são as características constantes e efetivas que servem de referencial para o plano geral. Como cita (NANNI, 1998, p. 132), o plano de ensino como processo ensino-aprendizagem, se caracteriza pela tomada de decisões, que se concretizará no plano de ação, e este deverá possuir características constantes e efetivas: coerência – perfeita coesão entre si; seqüência – integração gradual entre suas partes; flexibilidade – permitir alterações, restrições ou supressão de elementos de acordo com as necessidades ou interesses; precisão – não deixar margem a dupla interpretação; objetividade – ser claro, preciso, objetivo em suas propostas. (NANNI, 1998, p. 132).

Como o objetivo desta pesquisa é o de propôr uma proposta metodológica que utilize como conteúdo da Educação Física, a Dança de Salão para uma faixa etária específica; os adolescentes, o principal enfoque dado foi o de adequar as características dos ritmos, as características dos adolescentes.

A técnica de execução de cada ritmo não foi enfatizada nesta pesquisa, pois acreditamos que estas informações devem ser adquiridas pelos profissionais da Educação Física, nas escolas e academias especializadas em Dança de Salão.

O intuito maior foi o de traçar o perfil do adolescente, baseado nas suas expectativas e principais características, e baseado na contribuição da Dança de Salão na Escola, principalmente no aspecto psico-social, classificar os ritmos de acordo com o nível de dificuldade, estruturando uma proposta que realmente seja aplicada pelos professores de Educação Físicas nas instituições escolares de 2º grau.

### 3.0 METODOLOGIA

A metodologia empregada nesta pesquisa, fundamentou-se em revisão literária consultas bibliográficas, e entrevistas de apoio, e sua estrutura foi dividida em três partes.

A primeira parte foi direcionada para a dança de salão, procurou-se estudar esta atividade em toda a sua abrangência. O seu histórico, a origem e as principais características de seus ritmos, seus valores e benefícios e a sua contribuição no meio escolar. Num segundo momento a pesquisa direcionou-se para a faixa etária alvo do trabalho, os adolescentes. Foram apontados alguns conceitos de adolescência, as principais características, dos adolescentes, as principais alterações deste período e as principais diferenças entre adolescentes do sexo feminino e masculino.

Esse primeiro momento serviu como base para a construção da proposta metodológica propriamente dita, pois traçando o perfil do adolescente foi possível adequar a Dança de Salão e os seus ritmos de acordo com esta faixa etária.

A proposta metodológica teve como objetivo, classificar e dividir os ritmos da Dança de Salão em níveis de dificuldade e posteriormente utilizando as três séries do 2º grau, estruturar uma seqüência gradativa e contínua desses ritmos, utilizando um bimestre de cada ano letivo, para o aprendizado da Dança de Salão.

## 4.0 CONCLUSÃO

O referencial teórico relacionado a Dança de Salão sempre foi escasso, mas nos últimos anos a UFPR tem se destacado como uma das pioneiras a promover pesquisas relacionadas ao tema. O que verificou-se porém, foi a falta de uma pesquisa que direciona-se a dança de Salão para a escola principalmente no 2º grau. Por isso a faixa etária alvo desta pesquisa foram os adolescentes.

Concluiu-se no término da pesquisa que entre a Dança de Salão e a adolescência existe uma forte correlação e a prática desta atividade, durante este período é bastante oportuna. A fase da adolescência por si só, já é caracterizada por alterações físicas e psicológicas. Principalmente nos dias atuais esse quadro tem se tornado mais evidente, pois a maioria dos adolescentes já trabalham e estão sobrecarregados de responsabilidades, precisam decidir qual profissão irão seguir e todos esses fatores ocasionam muita ansiedade, nervosismo e estresse: O professor de Educação Física precisa conhecer as características principais desses adolescentes, quais as suas expectativas, seus interesses e principalmente utilizar conteúdos em suas aulas que atendam as necessidades de seus alunos.

No decorrer desta pesquisa verificou-se que a Dança de Salão contribui no aspecto físico, no aspecto terapêutico e no aspecto cultural. Mas a sua principal contribuição é no aspecto psico-social. E é exatamente através dos conteúdos que trabalhem o aspecto psicológico e o aspecto social, que o adolescente construirá o suporte necessário, para transpor este período de transição e descobertas, chegando a maturidade de forma segura e tranqüila.

Através da Dança a expressão deixa de ser apenas verbal e passa a ser também corporal. Para o adolescente isto é muito importante pois o auxilia na expressão de seus sentimentos, suas angústias, seus medos, que muitas vezes são escondidos nesta fase.

Especificamente a Dança de Salão atua incentivando e aperfeiçoando o domínio de si mesmo, e leva a um desejo de sucesso de todo o grupo, onde o

auxílio mútuo se faz indispensável. Na fase da adolescência as atividades coletivas, devem ser enfatizadas, pois para o adolescente é de extrema importância a sua aceitação no grupo social em que ele está inserido.

A Dança de Salão oportuniza o contato físico, o toque, é uma forma de conhecer, compreender, respeitar e interagir com o sexo oposto de forma saudável e especialmente prazerosa. Para o adolescente que está começando a se relacionar com o sexo oposto, aprendendo a se descobrir e a descobrir o outro, a dança de salão contribui sendo uma forma de expressar-se sem utilizar as palavras.

Na escola a prática da Dança de Salão auxilia no processo de socialização e confraternização, pois os alunos deixam de se exercitar sozinhos para sintonizarem seus movimentos aos do parceiro.

O Professor de Educação Física, não utiliza a Dança de Salão na escola, muitas vezes por falta de embasamento teórico e por falta de uma proposta estruturada da atividade, que facilite o seu aprendizado por parte dos alunos. Baseado neste quadro, a última parte desta pesquisa voltou-se para a sistematização de uma proposta metodológica, clara e objetiva, que tem como objetivo servir de auxílio par os profissionais da área que estejam interessados em trabalhar o conteúdo Dança de Salão nas suas aulas de Educação Física no 2º grau.

A proposta metodológica foi estruturada, através da classificação dos ritmos da Dança de Salão, em níveis de dificuldade e posteriormente utilizando as três séries do 2º grau, sistematizou-se uma seqüência gradativa e continua desses ritmos, utilizando um bimestre de cada ano letivo para o aprendizado da Dança de Salão.

Espera-se que este estudo desperte o interesse dos professores de Educação Física e que estes utilizem a Dança de Salão e a proposta metodológica contida nesta pesquisa, na sua prática pedagógica, abrindo desta forma caminho para uma nova Educação Física nas instituições escolares, uma educação física que tenha uma diversidade maior de conteúdos, que seja lúdica, recreativa e que realmente contribua no desenvolvimento de pessoas melhores.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ABREU, Neise G. A. **Educação Física e a interdisciplinariedade escolar**. Rio de Janeiro: Artus – Revista de Educação Física e Desportos. V. XII, n. 21, 22, 1989.
- AMORIN, Simone C. **A Dança de Salão como meio auxiliar na recuperação da auto-estima do idoso**. Curitiba: Monografia (Graduação em Educação Física) Setor de Ciências Biológicas, da Universidade Federal do Paraná.
- BRASILEIRO, Tânia S. A. **Liberdade para dançar**. Rio de Janeiro: Artus – Revista de Educação Física e Desportos. V. XIII, n. 07, 21, 22, 1980.
- CUNHA, Morgana. **Dance aprendendo. Aprenda dançando**. 2ª ed. Porto Alegre, 1992.
- CURRÍCULO BÁSICO PARA A ESCOLA PÚBLICA DO ESTADO DO PARANÁ. Curitiba: (SEED), 1990.
- FORNACIARI, Gino. **Como aprender a dançar: novo método de danças modernas**. 13ª ed. São Paulo, 1966.
- GIFFONI, Maria A. C. **Danças Folclóricas Brasileiras**. São Paulo: Melhoramentos, 1974.
- GRAMINHO, Cristiane. **Introdução da Dança de Salão no currículo escolar e as mudanças que a mesma produz nos adolescentes da 8ª série do 1º grau**. Monografia (Graduação em Educação Física) Setor de Ciências Biológicas da Universidade Federal do Paraná, 1994.
- LAIRD, Walter. **As Danças de Salão; métodos de aprendizagem círculo de Leitores**. 1994.
- LAMARE, Rinaldo Dr. **A vida de nossos filhos de 2 a 16 anos**. 13ª ed. Rio de Janeiro: Bloch, 1987.
- MEINEL, Kurt. **Motricidade II. O desenvolvimento motor do ser humano**. 2ª ed. Rio de Janeiro. Ao livro técnico S/A. 1984.
- MENDONÇA, Alexandre G. et alli. **Natação na adolescência**. Uberaba: Revista Sprint. V. 06, n. 04, 1987.

MORALLES, Tânia Kruk. **Dança de Salão nas escolas**. Curitiba, 1992, Monografia (Graduação em Educação Física) – Setor de Ciências Biológicas, Universidade Federal do Paraná.

MORATO, Maria, E. P. **Ginástica Jazz**. São Paulo, 1986.

NANNI, Dionísia. **Dança Educação – Pré escola a Universidade**, 2º ed. Sprint, 1998.

NOGUEIRA, Valéria Aparecida. **A Dança de Salão como agente eficiente na melhoria da capacidade aeróbica ou consumo máximo de oxigênio – O<sub>2</sub> máximo**. Curitiba, 1992, Monografia (Graduação em Educação Física) – Setor de Ciências Biológicas, Universidade Federal do Paraná.

NODA, Lídia M. **Atividades Rítmicas: Apostila do terceiro curso de treinamento para professores de Educação Física pra 1º grau**, Rio de Janeiro 1983.

REVISTA CLÁUDIA. **Entre na dança**. Osasco. v .33, n. 07 1993.

SANTOS, Cláudio C. et alli. **A expressão corporal e do adolescente**, Curitiba, 1992, ( trabalho acadêmico ). Setor de Ciências Biológicas UFPR.