

# DANÇA NO CONTEXTO ESCOLAR: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA SOBRE SEUS BENEFÍCIOS MOTORES, SOCIAIS, CULTURAIS, COGNITIVOS E ARTÍSTICOS.

Aline Brito da Silva<sup>1</sup>

João Batista dos Reis Viana<sup>2</sup>

## RESUMO

O estudo em questão teve como finalidade buscar na literatura entender a contribuição benéfica da dança no contexto educacional desde sua importância nos benefícios motores, sociais, cognitivos, culturais e artísticos. Pois além de esportes e jogos, há também a dança como atividade física no contexto escolar. Essa prática permite não só a dança numa abordagem tecnicista, mas também proporciona reflexões a seu respeito, numa abordagem problematizadora, onde há compreensão associada à apreciação e vivência da dança. Para isso foram utilizados artigos do Google Acadêmico, Periódicos CAPES e a Biblioteca Martinho Lutero do Centro Universitário Luterano de Ji-Paraná, CEULJI/ULBRA. As palavras chaves para a pesquisa foram: “dança na escola, benefício da dança, desenvolvimento motor.” Artigos publicados antes do ano de 2000 não tiveram relevância.

**Palavras-chaves:** Dança na escola, benefício da dança, desenvolvimento motor.

**Abstract:** The present study aimed to search the literature to understand the beneficial contribution of dance in the educational context since its importance in motor benefits, social, cognitive, cultural and artistic. As well as sports and games, there are also dance as physical activity in the school context. This practice does not only dance in a technician approach but also provides reflections about her, a problematical approach, where there is understanding associated appreciation and dance experience. For this we used articles Google Scholar, CAPES journals and Martin Luther Library of the University Center of Lutheran Ji-Parana, CEULJI /

---

<sup>1</sup> Acadêmico do Curso de Licenciatura em Educação Física – CEULJI/ULBRA – e-mail devysompaz@gmail.com

<sup>2</sup> Professor Orientador João Batista dos Reis Viana. Especialista em Handebol pela universidade Gama Filho/RJ, graduado em Educação Física pela Universidade Federal de Rondônia – UNIR. Email [joão.viana2@gmail.com.br](mailto:joão.viana2@gmail.com.br)

ULBRA. The key words for the search were: "Dance in school, benefit dance, motor development.". Were only used publications from the year 2000.

**Keywords:** Dance in school, benefit dance, motor development.

## INTRODUÇÃO

A dança está presente na vida do homem desde o início de sua existência, utilizada como manifestação das características de sua identidade cultural. É a forma mais autêntica de expressão, consegue transmitir os dizeres mais inexprimíveis sem proferir qualquer palavra.

Saber sobre dança vai além de saber dançar, pois na dança engloba-se dimensões de conhecimento que remetem à história humana desde os tempos primitivos. Nota-se isso nas informações de Gariba e Franzoni<sup>1</sup> quando mencionam que para conhecer a dança é necessário conhecer a própria história do homem e as manifestações culturais de seus povos. Pois ela sempre visou acontecimentos importantes da vida, desde saúde, religião, vigor físico e sexual, fertilidade etc., se inserindo assim, no universo cultural, expressando significados e simbolizando a existência humana. Ainda segundo a autora a dança não deve ser usada como uma "receita de bolo", mas deve ser auxiliar, deve acrescentar ao processo de ensino-aprendizagem no que tange a aspectos do corpo e da pluralidade cultural, fazendo com que o aluno, ao praticar a dança, faça uma leitura e releitura do mundo, voltado para a nossa realidade histórica e social.

Por vezes, alunos podem ter dificuldades de expressar suas emoções, sentimentos ou "estado de espírito", talvez pela timidez ou pela falta de intimidade e interação com os colegas, mas através de atividades lúdicas voltadas à prática da dança essas "paredes" podem ser quebradas ou diminuídas. Nessa perspectiva, a dança é de extrema importância para o desenvolvimento do ser humano como um todo em diversas áreas: física, mental, afetiva, social etc. De forma que se torna uma das mais poderosas formas de comunicação e expressão corporal, uma linguagem universal que faz parte de toda a humanidade<sup>1</sup>.

Sabe-se que todo ser humano, adultos ou crianças, possuem energias ruins que precisam ser "extravasadas", cargas negativas do dia-a-dia acabam se acumulando ao passar do tempo, necessitando, em alguns casos, até de terapias com psicólogos para eliminá-las. No que tange ao âmbito escolar é comum ver inquietações,

tensões pré-provas, angústias por possíveis problemas familiares, medos, inseguranças, preocupações com o rendimento escolar pessoal, entre outros.

A dança tem benefícios físicos e psicológicos, ajudando em aspectos pessoais de vida. Quando inserida na rotina escolar, pode promover alívio das tensões vividas também fora da escola. É um momento em que os alunos podem “se abrir”, fazendo com que o professor conheça mais intimamente a situação interna de cada um deles<sup>3</sup>.

Além de ter função “terapêutica”, a dança escolar ainda traz uma auto valorização, onde os alunos podem sentir o prazer de fazer algo que será apreciado como belo e gracioso por outras pessoas. Mallmann e Barreto<sup>4</sup> citam a contribuição da dança para a autoestima, a valorização pessoal, a satisfação de aprender a aprender e enfatiza que isso propicia uma melhor qualidade de vida.

No que se trata ao desenvolvimento das inteligências múltiplas, a dança vem com forte participação. A inteligência pode ser muito estimulada pela dança por se tratar de um movimento cinestésico. Pode ser sentida no corpo, quanto aos movimentos e benefícios, o que a torna tátil. É visual porque os movimentos vistos podem se tornar atos. É auditiva porque se ouve a música para seguir seu ritmo e suas batidas. É afetiva porque envolve emoção e sentimento nas coreografias. É cognitiva porque envolve ritmo, coordenação e junto disso a necessidade de adaptação corporal. E também é motor porque trabalha diretamente com o corpo, ajudando desenvolver suas habilidades básicas<sup>4</sup>.

Para Londero<sup>5</sup> a socialização da criança pode ser auxiliada pela dança, ajudando no combate à depressão e proporcionar alegria pelo aumento da autoestima, pois a criança desenvolve capacidade de criatividade. Afirma ainda que “[...] a dança para crianças é uma atividade física que melhora a capacidade cardiorrespiratória, promove a perda de calorias, fortalece os músculos, pode prevenir problemas futuros de postura, etc.”.

De acordo com Cintra<sup>6</sup>, a dança é essencial na escola dentro do papel pedagógico, pois favorece o despertar de um vínculo concreto de sujeito-mundo nas crianças, permitindo que elas desenvolvam atividades que explorem sua ação e compreensão, estimulando, assim, a ação e decisão. Criando autoestima, autoconfiança e autoconceito.

Vieira<sup>7</sup> acredita que é possível promover uma prática pedagógica transdisciplinar através da dança, em que se provoque a ação e reflexão do sujeito sobre a

realidade em que vive, fazendo com que se viabilize o desenvolvimento cultural, o que é um fundamento da educação. Vieira<sup>7</sup> confirma ainda que nos últimos tempos a relação entre o conhecimento da dança e outras diversas áreas como arte, educação física, história, geografia, biologia entre outros, torna-se mais intrínseca, e que se deve “[...] pensar a dança como uma linguagem de arte que tem uma história a contar e como um conhecimento secular e que pode ser contextualizado, apreciado, feito no ambiente escolar.”

O mesmo autor argumenta as relações entre a dança e a saúde, que são quase automáticas e imediatas, e que as aulas de dança podem oportunizar aos alunos identificar problemas, levantar hipóteses, reunir dados e refletir sobre fazer e pensar essa arte na escola, associando a uma vida saudável.

Nas vertentes artísticas, Vieira<sup>7</sup> esclarece que os alunos na aula de dança, podem criar e apreciar produções que abordem questões ambientais, se tornando mais críticos, responsáveis e construtivos, ao mesmo tempo em que se percebem integrantes, dependentes e agentes transformadores do ambiente.

Rocha<sup>8</sup> reconhece que a dança é uma linguagem muito rica e que promove melhor relação entre adolescentes, pois propõe atividades em grupos e faz com que sejam conhecidos e respeitados os limites corpóreos de si próprios e dos colegas, compreendendo melhor as relações em conjunto e refletindo sobre as temáticas abordadas. O que é um ponto positivo, já que adolescentes geralmente se sentem desconfortáveis para se relacionar com o outro de forma muito próxima.

Vendo a importância da dança na vida dos alunos, o intuito dessa pesquisa é fazer um apanhado sobre alguns benefícios que a dança traz no contexto escolar baseando-se na ideia de outros autores, bem como refletir sobre esses benefícios e sistematizar esse apanhado na intenção de contribuir para essa área de conhecimento.

## **MÉTODOS**

O presente trabalho trata-se de uma pesquisa de revisão bibliográfica, que para Lakatos et al.<sup>9</sup>, “se propõe a fazer uma avaliação crítica na literatura existente. Para ele, o plano de coleta de dados contempla as seguintes etapas: identificação das fontes, localização das fontes, compilação, fichamento, análise e interpretação e, por fim, redação.”

Para essa pesquisa foram utilizados artigos do Google Acadêmico, Periódicos CAPES e a Biblioteca Martinho Lutero do Centro Universitário Luterano de Jiparaná, CEULJI/ULBRA. Como descritores, foram usados os seguintes termos: dança na escola, benefício da dança e desenvolvimento motor. Foram utilizados somente publicações a partir do ano de 2000.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

A dança proporciona aos alunos momentos prazerosos de diversão onde é evidenciado o bem-estar e pode contribuir para o ensino aprendizagem. É uma atividade completa que exercita o corpo, a mente e a alma. O ensino através dessa prática pode possibilitar um melhor comportamento social, auxiliando na formação de um bom cidadão, com opiniões e ideias próprias.

A dança é um meio de educação, pois ela facilita a aprendizagem do aluno ao tempo em que auxilia o seu desenvolvimento. Trabalhar com a dança permite ensinar todo o potencial de expressão do corpo humano de forma divertida, Bauer e Tesche<sup>10</sup>.

Mas o ensino da dança não se restringe somente ao desempenho técnico do ensino, não se trata apenas de aprender coreografias. Os sentidos englobados pela dança são bem mais amplos e complexos.

Por mais agradáveis e belos que sejam as repetições mecânicas de gestos com sequências de movimentos bem elaborados, não se deve ignorar o fato de que a dança tem agregada a si outros benefícios, tais como: motores, sociais, cognitivos, culturais e artísticos.

## **BENEFÍCIOS MOTORES**

A dança é um movimento corporal, que permite através do ritmo dos movimentos, certa harmonia, organização temporal, fazendo o aluno se dar conta de seus próprios movimentos. Seguindo esta ideia, Falsarella et al.<sup>11</sup> afirma que a dança beneficia seus praticantes com aumento da resistência corporal, estética, postura e flexibilidade.

Cavasin e Fischer<sup>12</sup> argumentam que povos antigos, a exemplo os gregos, usavam a dança para educar seus guerreiros e acreditavam que os melhores dançarinos se tornavam os melhores guerreiros. Mas ainda segundo essas mesmas autoras, é crucial que seja observado o nível de desenvolvimento motor dos alunos. Variar os movimentos entre as habilidades básicas como: correr, saltar, saltitar, agachar ou se mover em direções diferentes, incluindo giros, que podem ser sobre o próprio eixo ou em torno de algum objeto.

Cavasin e Fischer<sup>12</sup> ainda comentam sobre o desenvolvimento de valores físicos através dos movimentos corporais motores (saltos, corridas e outros) e sobre os valores psicomotores, que ocorre quando há necessidade de coordenação entre braços, pernas, cabeça e tronco.

## **BENEFÍCIOS SOCIAIS E CULTURAIS**

Na dança se fazem necessários atributos como: respeito ao próximo, solidariedade e dignidade. Vieira<sup>7</sup> ressalta sobre a importância dessa postura moral, quando afirma que “[...] a ética na dança desencadeia uma série de reflexões que podem ser geradas em sala de aula tais como processos da dança e papéis sociais” e conclui argumentado que “Tais questionamentos vivenciados no corpo sob a forma de movimentos dançados podem levar o educando a expressar suas opiniões a respeito da dança sem serem agressivos, desrespeitosos e injustos”.

A dança vem como uma facilitadora nos relacionamentos interpessoais, por ser uma atividade lúdica e coletiva, além de ser uma prática que usa do senso de responsabilidade, Falsarella e Amorim<sup>11</sup>.

Segundo Santos et al.<sup>13</sup> uma educação motora consciente e global é priorizado pela dança, porém a ação não se resume apenas em pedagógica mas também em psicológica, pois está sempre tentando tornar melhor o comportamento da criança.

Dentro do programa da dança, as crianças são despertadas para os valores culturais e artísticos, passam a ter mais cuidado com o corpo e com a saúde e mais senso crítico e consciente, permitindo crescerem compreendendo suas ações individuais e coletivas no espaço/tempo em que atuam<sup>13</sup>.

Deste modo, a dança em seu caráter de educação e formação, pode fazer com que se desperte maior senso de disciplina e responsabilidade “[...] através de reforços de autocontrole e de comportamentos socialmente aceitáveis.”<sup>13</sup>

Uma das formas de abordagem da dança; é ampliar o olhar sobre a prática cotidiana. Nesse sentido Vieira<sup>7</sup> traz a linguagem da dança como privilegiada para se trabalhar, onde possibilita a discussão e problematização da pluralidade cultural na sociedade, usando o corpo como expressão dessa pluralidade. As relações espaço temporais inseridas nas produções artísticas em danças comunicam e expressam diferentes culturas e épocas.

## **BENEFÍCIOS COGNITIVOS**

Sempre que se executam movimentos de dança, há uma contagem a ser feita, dentro da música, no qual os passos se encaixam. Isso requer alta concentração, pois há ao mesmo tempo preocupação com o passo, com o momento correto de executar o passo, com o ritmo, a técnica apropriada, a graciosidade, a expressão etc. Isso gera um alto grau de dificuldade, nesse sentido, Cavasin<sup>12</sup> afirma que a dança traz valores cognitivos por necessitar de concentração e memorização de sequências.

Nos escritos de Bauer e Tesche<sup>10</sup>, se esclarece que a dança é um movimento cinestésico e que por isso a inteligência pode ser muito estimulada através de habilidades. Mallmann e Barreto<sup>4</sup> vão além quando mencionam que através da dança, se estimula não só inteligência corporal-cinestésica, mas também a musical, espacial, interpessoal e intrapessoal.

Os mesmos autores afirmam ainda que a dança permite total interação entre alunos quando estes se unem em duplas ou grupos maiores, permitindo a organização. A partir disto, há uma exploração do espaço interno e externo através de atividades como dar as mãos ou formar círculos. As noções de dentro e fora, pertencer ou não pertencer e ser ou não ser, passam a ser percebidas com os limites de roda.

Com base nisso, Mallmann e Barreto<sup>4</sup> destacam que atributos da dança como a coordenação e o espaço temporal presentes em coreografias representam

aquisições cognitivas, fazendo com que os alunos tenham “[...] a destreza, a agilidade e a compreensão do que fazem e porque fazem, pois o movimento expressivo é, antes de tudo, um movimento consciente, psicomotor.”

## **BENEFÍCIOS ARTÍSTICOS**

A dança em qualquer contexto, escolar ou não, se faz além do seu sentido literal. Ela deve promover a sensibilidade às linguagens e códigos constantemente transmitidos através de suas interpretações, tendo em vista que dançar também abrange a arte de atuar. Deve haver olhar crítico e perceptivo sobre cada mensagem trazida. Concordando com Gariba<sup>1</sup>, a dança não é apenas para ser contemplada e admirada à distância, “[...] mas para ser aprendida, compreendida, experimentada e explorada, numa tentativa de levar o indivíduo a vivenciar o corpo em todas as suas dimensões.” Com base nisso, além de ser uma arte, a dança é também um sentimento.

Não há como opor-se aos benefícios da dança no processo de ensino aprendizagem, pois nas análises elaboradas foi notado que o ato de dançar remete ao movimento, ou seja, remete à existência do ser humano, agregando prazer, criatividade, senso crítico, responsabilidade, dignidade, respeito a si e ao próximo, expressão, arte, cultura, experiências de vivência, ritmicidade, saúde, entre outros, possibilitando benefícios da coletividade escolar.

## **CONCLUSÃO**

No decorrer dessa pesquisa, foi observado o quanto é importante o ensino da dança nas escolas. A experiência dos alunos com a dança tem muito a contribuir, pois permite que eles adquiram conhecimento sobre a história de sua própria espécie desde os tempos mais remotos, além de estimular a criatividade, proporcionar oportunidade de apreciar o belo de forma pensada, refletida e conhecer o meio em que se vive em suas culturas.

Através de aulas de dança, os alunos podem conhecer os limites e possibilidades de movimentação própria, e também dos seus colegas, respeitando o próximo em suas

necessidades especiais e ajudando-o. Assim, no contexto escolar são gerados mais respeito e sensibilidade, unindo até mesmo adolescentes, que geralmente têm tanta resistência a aproximações.

Observa-se que a dança pode desenvolver simultaneamente vários aspectos, desde benefícios motores a artísticos, esses aspectos podem interagir entre si e se complementarem, ajudando na melhor formação do aluno enquanto cidadão, o que é um fundamento básico da educação.

A dança tem o poder de envolver seus participantes, fazendo com que eles tenham interação entre si, resolvam problemas, criem algo novo que possa condizer com seus cotidianos, agregando valor ao meio em que vivem. Com isso, a escola pode produzir uma cultura corporal de movimento que vá além de seus muros, tornando acessível a arte e a cultura e possibilitando uma melhora no comportamento social dos alunos, pois um dos fundamentos mais importantes da dança é o trabalho em equipe e o respeito ao próximo.

Outra contribuição significativa na dança é a autovalorização, já que é muito comum em escolas alguns alunos portarem complexos por não se acharem bons demais no meio em que estão inseridos. Isso pode se dar devido timidez, tipo físico não ser tão descolado, não usar as melhores roupas, enfim, os motivos são inúmeros. Porém ao pegar esse aluno, trabalhar com ele todos os valores da dança e colocá-lo de repente em um palco rodeado por holofotes para que seja assistido, apreciado e aplaudido é algo totalmente benéfico para sua vida social, podendo contribuir para a forma em que se porta perante os colegas, pois adquire mais confiança e autoafirmação.

Um fator relevante que a dança proporciona no âmbito escolar é a possibilidade de melhor concentração. Ao momento em que o ritmo se faz presente é necessário que se escute a música, se perceba suas batidas, seus pontos mais altos, mais fortes, mais lentos. Exigindo dessa forma, um esforço do raciocínio para aliar tudo isso aos movimentos que serão executados.

É esperado que todas essas abordagens possam contribuir para o meio educacional, gerando uma prática pedagógica mais coerente com as necessidades e realidades dos alunos. Espera-se que novas pesquisas sejam feitas, a fim de se

criarem novos conceitos sobre essa área tão rica da educação, aprofundando os conhecimentos sobre o processo de ensino aprendizagem.

## REFERÊNCIAS

- 1 - Gariba, CMS; Franzoni, A. Dança escolar: uma possibilidade na Educação Física. Movimento, Porto Alegre, v.13, n. 02, p.155-171, maio/agosto 2007.
- 2 - Souza NCQ, Hunger DACF, Caramaschi S. A Dança na Escola: um sério problema a ser resolvido. Motriz, Rio Claro, v.16 n.2 p.496-505, abr./jun. 2010.
- 3 - Böhm NVS, Toigo AM. A dança nas aulas de Educação Física: A visão de alunos e professores das 5ª e 6ª séries de uma Escola Municipal de Canoas, RS. Revista Cippus - UNILASALLE v.1 n. 2 nov/2012.
- 4 - Mallmann MLC, Barreto SJ. A dança e seus efeitos no desenvolvimento das Inteligências Múltiplas da criança. Instituto Catarinense de Pós-graduação; [data desconhecida].
- 5 - Londero RMA. A dança na escola e a coordenação motora [Monografia]. Fortaleza: Faculdade Integrada da Grande Fortaleza - FGF; 2011.
- 6 - Cintra DMR. A inserção da dança escolar como possibilidade de educação integral [Dissertação]. Presidente Prudente: Universidade do Oeste Paulista – UNOESTE, 2007.
- 7 - Vieira, MdS. Dança e a proposta da Transdisciplinaridade na Educação. Rev. Cient., São Paulo, n. 27, p. 55-65, jan./abr.. 2012.
- 8 - Rocha PA. Reflexões das Práticas Pedagógicas a partir de elementos da Dança no Ensino Médio. E-hum, Belo Horizonte, vol. 3, n0.1, 2010.
- 9 - Lakatos, EM; Marconi, MdA. Fundamentos de Metodologia Científica. 5. Ed. São Paulo: Atlas, 2003.
- 10 - Bauer, VG; Tesche L. Dificuldades na aprendizagem: A dança como auxílio no cotidiano da criança. [Monografia] Santa Rosa: Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul – UNIJUI; 2014.
- 11 - Falsarella AP, Amorim DB. A importância da dança no Desenvolvimento Psicomotor de crianças e adolescentes. Revista da Faculdade de Educação Física da UNICAMP, Campinas, vol. 6, Ed. Especial, p.306-3017, jul. 2008.
- 12 - Cavasin, CR; Fischer J. A Dança na Aprendizagem. Instituto Catarinense de Pós Graduação; [data desconhecida]
- 13 - Santos, JT dos; Lucarevski, JÁ; Silva, RM da. Dança na escola: Benefícios e contribuições na fase pré-escolar. [editora desconhecida] 2005.