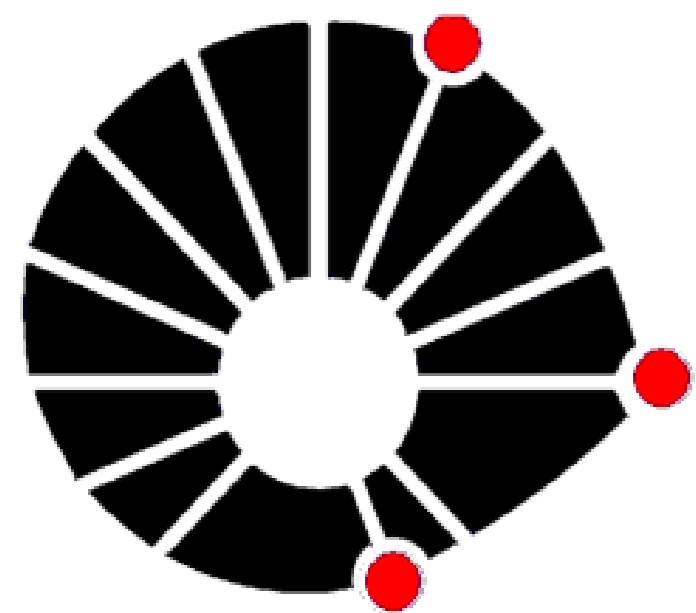


# A DANÇA PARA CRIANÇAS: BASE DO DESENVOLVIMENTO FÍSICO E PSICOLÓGICO



UNICAMP

Natalia Nascimben Delmondi – natalia\_delmondi@yahoo.com.br

INSTITUTO DE ARTES – DEPARTAMENTO DE ARTES CORPORAIS

Agência financiadora: Pibic/CNPq

Orientação: Prof<sup>a</sup> Dr<sup>a</sup>. Elisabeth Bauch Zimmermann

**Palavras – Chave:** crianças – dança – psicologia

## INTRODUÇÃO

Ao longo dos anos, observa-se cada vez mais, que o desenvolvimento motor e psicológico das crianças sofre uma defasagem muito grande, em diversos aspectos. Esta defasagem é causada por diversos fatores, sendo um deles o grande avanço tecnológico da sociedade atual. Este avanço acabou exigindo dessas crianças um amadurecimento muito rápido e precoce, fazendo com que as etapas de seu desenvolvimento fossem puladas ou defasadas. Estes lapsos no desenvolvimento trazem inúmeros prejuízos, como: perda da distinção entre realidade e fantasia; perda da noção de espaço e tempo; separação da razão e da emoção.

A dança é uma forma de expressão artística que pode ser considerada uma das mais completas. Através dela, podemos atingir diversas esferas, abordando tantos os aspectos físicos, quanto os aspectos psicológicos. Dentre essas esferas, podemos citar um trabalho corporal bastante completo, atingindo todas as cadeias musculares, raciocínio, conceitos de espaço e tempo, integração da razão (execução de movimentos embasados em uma técnica) com a emoção.

Diante destas observações, constatou-se que a dança seria um ótimo meio para trabalhar as defasagens apresentadas pelas crianças da sociedade atual. A proposta desta pesquisa foi a elaboração de um programa de aulas para crianças numa faixa etária de 3 a 12 anos, que seja capaz de abordar tanto aspectos físicos, quanto aspectos emocionais, tendo como objetivo fazer com que certos problemas ocorridos na infância não influenciem sua vida adulta.

## METODOLOGIA

A realização deste trabalho foi feita com base em uma pesquisa de caráter estritamente teórico, visando adaptar os conteúdos estudados para a área da dança. Os métodos escolhidos para serem estudados foram o ensino da dança a partir da técnica contemporânea e a partir da técnica balé clássico, já que estas são as técnicas de dança mais ensinadas para a faixa etária escolhida (3 a 12 anos). Posteriormente, a partir do material coletado, houve a elaboração de um programa de aulas capaz de atender as necessidades de desenvolvimento da faixa etária em questão.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

A faixa etária proposta para a elaboração desde programa de aula abrange a faixa etária de 3 a 12 anos. Por esta ser bastante ampla, algumas idades podem apresentar necessidades de desenvolvimento diferenciadas. Portanto, houve a necessidade da divisão deste grupo, divisão esta que foi feita a partir dos estágios de desenvolvimento apresentados por Piaget. Esta faixa etária abrange dois desses estados, sendo estes:

- Período do pensamento intuitivo (2 a 7 anos): as ações sensório-motoras começam a implicar representação, imagem mental, já havendo a diferenciação da realidade e da fantasia. Inicia-se uma semi-reversibilidade de operações. Predomina a imitação do modelo do adulto por parte da criança, é o período onde se dá o desenvolvimento da personalidade desta. Também é conhecida como a idade dos porquês;

- Período das operações concretas (7 a 12 anos): alcance de uma determinada reversibilidade na formação das primeiras estruturas operatórias. A criança começa a deixar de lado um egocentrismo natural presente na etapa anterior, e se abre para uma relação com o mundo exterior. Pode compreender e cumprir regras.

Portanto, é necessário que o professor adapte a atividade à capacidade inerente em cada um dos períodos, a fim de que os exercícios possam atingir seu potencial máximo.

Os tópicos apresentados no programa de aulas elaborado são os seguintes: relaxamentos e massagens; respiração/tórax; pés; membros inferiores; bacia; coluna; cabeça; progressão dos exercícios; tônus; improvisação; tempo e espaço.

Diversos autores estudados durante esta pesquisa defendem a idéia de que os movimentos que realizamos refletem nossos estados emocionais e que podemos modificar esses estados alterando os padrões de movimentos encontrados. A tabela a seguir mostra algumas dessas relações, e também qual o movimento oposto que devemos realizar para modificar esses estados emocionais:

**Tabela 1: movimentos e sentimentos**

| Estado emocional | Estado do corpo/ tipo de movimento                           | Movimentos a serem explorados                                  |
|------------------|--|--|
| Medo passivo     | Pobreza de mobilidade, hipotonia                             | Movimentos amplos e de tônus elevado                           |
| Medo ativo       | Ações desordenadas, com agitação; enrijecimento              | Movimentos lentos e controlados, com um tônus moderado         |
| Alegria          | Expansivo, hiperativo, alerta                                | Movimentos de amplitude reduzida e tempo lento                 |
| Tristeza passiva | Hipotonia, lentidão, fadiga, necessidade de apoio            | Movimentos rápidos e de tônus elevado                          |
| Tristeza ativa   | Contraído, tenso, revoltado, ansioso                         | Movimentos de tônus e tempo reduzidos                          |
| Choro            | Liberção caótica de forças reprimidas                        | Reorganização das forças liberadas                             |
| Riso             | Elevação de tônus, porém distribuí-o melhor; relaxamento     | Manter o relaxamento obtido e buscar redução do tônus          |
| Ansiedade        | Falta de comprometimento, gestos crispados, respiração curta | Movimentos com gestos amplos e contínuos, trabalhar respiração |
| Nervoso          | Gestos precipitados e desastrados                            | Movimentos lentos e controlados                                |

## CONCLUSÕES

Tanto o ballet clássico quanto a técnica contemporânea apresentam seus pontos positivos e pontos negativos para a proposta desta pesquisa, sendo que a dança contemporânea é mais indicada para a faixa etária de 3 a 7 anos, enquanto que a técnica clássica é mais indicada para a faixa etária de 7 a 12 anos, o que foi constatado de acordo com a capacidade inerente de cada uma dessas faixas etárias.

Porém, o importante é ressaltar que qualquer técnica de dança pode ser aplicada a qualquer faixa etária, desde que esta seja bem conduzida pelo professor. Ele deve respeitar as necessidades de cada faixa etária, e também o desenvolvimento individual de cada aluno.

Quanto ao programa de aulas, o ponto principal é que quando realizamos um trabalho corporal completo, abordando todas as partes do corpo, conseguiremos um melhor equilíbrio emocional.

## REFERÊNCIAS

BERTHERAT, Thérèse. **O Corpo tem suas razões: antiginástica e consciência de si.** São Paulo: Martins Fontes, 1977.

FELDENKRAIS, Moshe. **Consciência pelo movimento.** 2ª ed. São Paulo: Summus, 1977.

GAIARSA, José A.. **A estátua e a bailarina.** 2ª ed. São Paulo: Ícone Editora, 1988.

INHELDER, Bärbel; PIAGET, Jean. **A Psicologia da Criança.** 14ª ed. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 1995.