

## DANÇA DE SALÃO

A DANÇA DE SALÃO, ALÉM DE LAZER E DESCONTRAÇÃO, É UMA ATIVIDADE FÍSICA INDICADA TANTO PARA JOVENS, QUANTO PARA PESSOAS MAIS VELHAS, POIS AO DANÇAR, É TRABALHADA A CAPACIDADE AERÓBICA, AS FUNÇÕES CARDIOVASCULARES E RESPIRATÓRIAS, A FLEXIBILIDADE, ENTRE OUTRAS.



PODE-SE DIZER QUE **DANÇA DE SALÃO** É TODA A DANÇA SOCIAL, OU SEJA, QUE SE DANÇA A DOIS. OS MAIS VARIADOS RITMOS SÃO ENGLOBADOS PELA DANÇA DE SALÃO.

SEGUNDO HISTORIADORES, AS DANÇAS DE CASAIS TORNARAM-SE POPULARES NO INÍCIO DO SÉCULO XIX. FOI INTRODUZIDA NO **BRASIL EM 1914**, A PRINCÍPIO COM A VALSA E A MAZURCA.

OS RITMOS MAIS PRESENTES NOS SALÕES DO BRASIL, ASSIM COMO NAS ACADEMIAS DE DANÇA SÃO: SOLTINHO, FORRÓ, SAMBA DE GAFIEIRA, TANGO, BOLERO E SALSA.

DEVIDO À RIQUEZA DE RITMOS, AS DANÇAS DE SALÃO PODEM SER CLASSIFICADAS COMO LATINAS OU CLÁSSICAS. EXEMPLOS:

| DANÇAS DE SALÃO LATINAS | ORIGEM               |
|-------------------------|----------------------|
| SAMBA                   | RIO DE JANEIRO       |
| RUMBA                   | CUBA                 |
| MERENGUE                | REPUBLICA DOMINICANA |
| CHA-CHA-CHA             | CUBA                 |

| DANÇAS DE SALÃO CLASSICAS | ORIGEM    |
|---------------------------|-----------|
| TANGO                     | ARGENTINA |
| VALSA                     | AÚSTRIA   |
| FOXTROT                   | NOVA YORK |

DE ACORDO COM O TEXTO, RESPONDA AS QUESTÕES EM SEU CADERNO:

1. RELACIONE A DANÇA DE SALÃO LATINA À SUA ORIGEM, CONFORME O MODELO.

- ( **A** ) SAMBA                      ( **B** ) CUBA  
( **B** ) RUMBA                      (   ) REPÚBLICA DOMINICANA  
( **C** ) MERENGUE                (   ) RIO DE JANEIRO

2. QUE ANO FOI INTRODUZIDA A DANÇA DE SALÃO NO BRASIL?

- A) (   ) 2020  
B) (   ) 1929  
C) (   ) 1914

3. QUAL DANÇA DE SALÃO VOCÊ JÁ DANÇOU?

R: \_\_\_\_\_

4. QUAL IMAGEM ABAIXO NÃO É DANÇA DE SALÃO?



R: \_\_\_\_\_

## ALIMENTAÇÃO + EXERCÍCIOS EM TEMPOS DE PANDEMIA FIQUE EM CASA

