



Roteiro de Estudos - Mário de Almeida Alcântara

Nome do professor: Igor Cunha

Disciplina: Educação física

Ano: 9º

Objetivos: Explorar diferentes práticas corporais de aventura na natureza, respeitando o patrimônio natural e minimizando os impactos de degradação ambiental

Semana 01/06 a 07/06 – Páginas número 115 da apostila.

DANÇAS

As Danças exploram o conjunto das práticas corporais caracterizadas por movimentos rítmicos, organizados em passos e evoluções específicas, muitas vezes também integradas a coreografias. As danças podem ser realizadas de forma individual, em duplas ou em grupos, sendo essas duas últimas as formas mais comuns. Diferentes de outras práticas corporais rítmico-expressivas, elas se desenvolvem em codificações particulares, historicamente constituídas, que permitem identificar movimentos e

ritmos musicais peculiares associados a cada uma delas.

O que eu sei sobre as danças de salão.

Para começar, que tal conversarmos um pouco sobre as danças de salão? Vamos lá!

- O que significa a expressão “dança de salão”?
- Conhece alguma dança de salão? Qual?
- Já teve a oportunidade de praticá-la? Onde?
- Já assistiu a algum filme com alguma dança de salão? Qual?

A dança de salão pode ser uma boa alternativa para queimar muitas calorias. Além disso, é possível conhecer um monte de gente e divertir-se para valer. As pessoas que têm o hábito de dançar em salões apresentam uma mudança significativa de comportamento: menos timidez, mais confiança, mais vontade de encontrar os amigos e de sair para as baladas. O equilíbrio emocional, tão importante para emagrecer e manter o peso desejado, é mais facilmente alcançado e se torna um fator decisivo para conquistar um corpo mais saudável.

Experimente, não há contraindicação.



MaisEquilibrio. Os benefícios da dança de salão. Disponível em: <<http://www.maisequilibrio.com.br/bem-estar/os-beneficios-da-danca-de-salao-7-1-6-38.html#:~:text=Dan%C3%A7ar%20aumenta%20a%20freq%C3%BC%C3%AAncia%20card%C3%ADaca,di%C3%A1logo%20e%20aumenta%20a%20motiva%C3%A7%C3%A3o>>. Acesso 6 ago. 2020.

Vamos dançar mais um pouco?

Faça um vídeo/foto ou relato da sua dança preferida e compartilhe com o professor/sala.

Pode ser um TikTok, Kwai etc.

Para a próxima aula, vocês deverão apresentar uma pesquisa.

Conhecendo a dança de salão.

Organize-se com os seus colegas em grupos de até cinco pessoas para que realizem uma pesquisa sobre o **FORRÓ** ou sobre o **BOLERO**. Cada grupo deverá escolher uma entre as duas modalidades.

Para auxiliá-los, sugerimos um roteiro para a busca de algumas informações importantes sobre o tema; porém, fiquem à vontade para buscar mais dados além das indicações, caso seja necessário:

- Onde e quando surgiu essa dança de salão?
 - Quando e como essa dança chegou ao Brasil?
- Qual era o contexto do país naquela época?
- Quais são as suas principais características?
 - Cite alguns passos específicos utilizados no desenvolvimento dessa dança.

- Como funciona uma competição dessa dança de salão?
- Quando comparamos a prática da época do seu surgimento e aquela dos dias atuais, é possível encontrar diferenças e/ou semelhanças? O que mudou?
- Qual é a sua importância para a cultura das danças de salão no Brasil e na América do Sul?

A apresentação pode ser por meio das mais diversas linguagens: vídeos, slides, fotos, desenhos, rap, funk, etc.

Para potencializarmos nossos conhecimentos sobre o forró e o bolero como danças de salão, vamos assistir a alguns vídeos:



Forró de Domingo. **Forró de Domingo Festival 2016 – Valmir & Juzinha – Stuttgart, Alemanha.** 2'58". Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=Y7XEHpP2SHg>>. Acesso em: 5 ago. 2020

7&8 Escola de dança. **Desmantelo – Dois Dobrado (Forró) | 7ª Mostra 7&8 de Dança de Salão – TRAVESSIA.** 3'29". Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=SJs6VcJ0m-0>>. Acesso em: 5 ago 2020.



Baila Mundo. **Baila Mundo – Flavio Marques e Yasmini Zangrando (Senhor Bolero RJ 2008).** 5'30". Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=Kg9tOMfwMkw>>. Acesso em: 5 ago 2020

Semana 08/06 a 15/06 – Apresentação das pesquisas sobre forró ou bolero.

Semana 16/06 a 23/06 – Páginas número 117 do livro currículo em ação.

QUE RITMO É ESSE?

Após apreciar as apresentações e assistir aos vídeos da aula anterior responda às questões.

1 - Você conseguiu perceber que existe um sincronismo entre os passos da dança e a música? Explique.

2 - O ritmo é um aspecto muito importante para as danças de salão. Você sabe o porquê?

3 - Imagine uma dupla em que um dos dançarinos esteja dançando em um ritmo mais rápido e o outro dançarino, mais lento. O que aconteceria? Explique.

4 - O que é ritmo?

Vamos experimentar dançando?

Dançando no ritmo .

Após a experiência com dança de maneira mais livre, vamos dançar no ritmo? No vídeo a seguir, serão

apresentados alguns exercícios rítmicos ao som de variados estilos musicais e que nos auxiliarão nas nossas atividades:



Asgar Centro de Dança. **Como Acabar Com a Falta de Ritmo • Musicalidade Dança de Salão.** 9'. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=IF90sFNX_Qk>. Acesso em: 5 ago. 2020.

O ritmo no forró.



Dançando e Aprendendo. **Como Dançar Forró no Ritmo.** 24'26". Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=edbWCWk_gIM>. Acesso em: 05 ago 2020.

Conhecendo o bolero

Você conhece algum passo de dança do bolero? É possível apresentá-lo para o restante da turma? Compartilhe conosco os seus conhecimentos!

Após estudarmos a importância do ritmo nas danças de salão, chegou o momento de conhecermos alguns passos do bolero.

Assim como no forró, sabemos que o bolero possui alguns passos específicos que permitem aos dançarinos criar coreografias sensacionais. Que tal experimentarmos alguns deles?



Temáticos Costa. **Aula de Bolero – Passo Básico.** 2'56". Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=sl7fjLh84jl>>. Acesso em: 5 ago. 2020.

Temáticos Costa. **Aula de Bolero – Passo Giro da Dama.** 1'50". Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=zxNwzrRIW1s>>. Acesso em: 5 ago. 2020.



Após assistirmos aos vídeos, vamos colocar tudo em prática? Escolham uma música e experimentem dançar no ritmo dela. Dancem individualmente, em duplas, em grupos ou como preferirem.

Não esqueçam de enviar o relato da atividade ao professor.

Semana 24/06 a 30/06 – Páginas número 119 e 120 do livro Currículo em ação.

AS DANÇAS DO MEU BAIRRO

Organize-se com os seus colegas em grupos de até cinco pessoas para que realizem uma pesquisa sobre o forró e o bolero no bairro em que residem. A proposta é que vocês entrevistem até cinco pessoas, tendo como foco as questões abaixo:

- Quais danças são praticadas no bairro onde você mora? Você sabia que o forró e o bolero são considerados danças de salão?
- Já teve a oportunidade de praticá-los em algum lugar? Onde?
- Frequenta algum salão, clube de dança ou pratica em alguma academia de dança? Com qual frequência?
- Você considera a dança de salão como uma prática para ambos os sexos? Justifique.
- Qual é a importância da ética e do respeito ao parceiro de dança? Justifique.

Após a entrevista, elabore um consolidado das respostas, e para compartilhar os resultados, elaborem um gráfico com os dados obtidos.

Na etapa anterior, foi possível analisar a percepção de algumas pessoas a respeito da dança de salão, no que diz a respeito a ser uma prática para ambos os sexos. Reflita sobre as considerações que seus colegas trouxeram sobre isso, pois será possível identificar preconceitos e estereótipos a respeito das danças de salão. Para aprofundar sobre esse assunto, com os seus colegas e o professor, leiam as questões abaixo e discutam sobre alguns estereótipos e preconceitos relacionados às práticas das danças de salão, propondo mudança de paradigmas:

1. Na dança de salão, somente o homem pode conduzir uma dança? Por quê? Existem movimentos corporais na dança que são somente masculinos e outros, somente femininos? Justifique.

2. Você seria capaz de propor a possibilidade de alternar a condução na dança para o seu parceiro?

De quais formas esse procedimento poderia ser combinado entre vocês?

3. Qual é a essência de dançarmos juntos? Qual é a importância do respeito e da ética durante a dança de salão?

4. Qual é a importância de refletirmos, debatermos e propormos mudanças para os preconceitos

relacionados à prática das danças de salão? Que tipos de mudanças poderíamos sugerir?

Compartilhe as suas reflexões e proposições de mudanças.