

# OS BENEFÍCIOS DA DANÇA NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR

## THE BENEFITS OF DANCE IN SCHOOL PHYSICAL EDUCATION

### LOS BENEFICIOS DE LA DANZA EN LA EDUCACIÓN FÍSICA ESCOLAR

**Sandra Mara Silva Cordeiro**

Universidade Estadual de Montes Claros – Unimontes  
E-mail: sandra.msc1987@gmail.com

**Conrado de Barros Lima Marques Gontijo**

Escola Estadual Felício Pereira de Araújo  
E-mail: conradomarques@hotmail.com

**Amario Lessa Junior**

Universidade Estadual de Montes Claros – Unimontes  
E-mail: amario.junior@unimontes.br

#### RESUMO

A dança no ambiente escolar é muitas vezes confundida como atividade recreativa, porém é uma importante e eficaz atividade, onde é possível trabalhar a flexibilidade, criatividade, agilidade, coordenação motora, ritmo e outros aspectos motores que estão em desenvolvimento nessas crianças. Assim, o motivo desse estudo é ressaltar quais os benefícios que a dança na educação física escolar pode trazer aos alunos que participam dessas aulas. A pesquisa realizada se classifica como descritiva bibliográfica, realizada a partir de estudo de artigos científicos buscados em base de dados Scielo, usando os seguintes descritores: dança, escolar, Educação Física. Foram selecionado 4 artigos de forma conveniente ao autor que atendiam aos descritores. A dança na Educação Física escolar deve abordar vários e diferentes tipos de dança e pode trabalhar com um amplo repertório, que não se limita apenas a quadrilha nas festas juninas ou as homenagens das datas comemorativas. Deve se abrir a possibilidade de trabalhar também a criação própria do aluno, a liberdade de movimentos e expressão tendo em vista que esse aluno está descobrindo as várias possibilidades de movimento do seu corpo. Porém devido a maioria desses alunos estarem imersos em aplicativos (tiktok, kwai e etc.), que desconfiguram o jeito de dançar de alguns ritmos. A partir destes o professor poderá usar como orientação na execução dos gestos que não tragam movimentos obscenos. A dança na escola possibilita aos alunos uma melhoria no relacionamento interpessoal, pois, é possível que se comunique com seu colega( com seu corpo) em vários momentos da aula, tendo também empatia e cuidado com o próximo e percebendo assim as suas limitações. Ajuda no controle de emoções, pois, dançar é também uma forma de se expressar e liberar seus sentimentos com uma linguagem não verbal. Ter esta liberdade de movimento e criação auxilia também na melhoria das varias habilidades motoras. Dessa forma, conclui-se que a dança inserida na educação física escolar tem inúmeros benefícios para os alunos, tanto se tratando do corpo e movimento como em questões sociais e interpessoais, auxiliando os a desenvolverem as varias formas de movimento e expressão com a ajuda dos professores e ajuda mutua entre os seus colegas

**Palavras chave:** Dança. Escolar. Educação física

#### ABSTRACT

Dancing in the school environment is often confused as a recreational activity, but it is an important and effective activity, where it is possible to work on flexibility, creativity, agility, motor coordination, rhythm and other motor aspects that are developing in these children. Thus, the reason for this study is to highlight the benefits that dancing in school physical education can bring to students who participate in these classes. The research carried out is classified as bibliographic descriptive, carried out from the study of scientific articles searched in the Scielo database, using the following descriptors: dance, school, Physical

Education. Four articles were selected conveniently for the author that met the descriptors. Dance in school Physical Education must address several different types of dance and can work with a wide repertoire, which is not limited to just square dancing at June festivals or tributes on commemorative dates. The possibility of also working on the student's own creation, freedom of movement and expression must be opened up, bearing in mind that the student is discovering the various possibilities of movement in their body. However, because most of these students are immersed in applications (tiktok, kwai, etc.), which distort the way they dance to some rhythms. From these, the teacher will be able to use guidance in executing gestures that do not involve obscene movements. Dancing at school allows students to improve their interpersonal relationships, as it is possible for them to communicate with their colleague (with their body) at various times during the class, also having empathy and care for others and thus realizing their limitations. It helps control emotions, as dancing is also a way of expressing yourself and releasing your feelings with non-verbal language. Having this freedom of movement and creation also helps to improve various motor skills. Thus, it is concluded that dance included in school physical education has numerous benefits for students, both in terms of body and movement and in social and interpersonal issues, helping them to develop various forms of movement and expression with the help of teachers and mutual help among their colleagues.

**Keywords:** Dance. School. Physical education

### RESUMEN

El baile en el ambiente escolar muchas veces se confunde como una actividad recreativa, pero es una actividad importante y efectiva, donde se puede trabajar la flexibilidad, la creatividad, la agilidad, la coordinación motriz, el ritmo y otros aspectos motores que se están desarrollando en estos niños. Así, el motivo de este estudio es resaltar los beneficios que la danza en educación física escolar puede aportar a los estudiantes que participan en estas clases. La investigación realizada se clasifica como descriptiva bibliográfica, realizada a partir del estudio de artículos científicos buscados en la base de datos Scielo, utilizando los siguientes descriptores: danza, escuela, Educación Física. Se seleccionaron cuatro artículos convenientemente para el autor que cumplieran con los descriptores. La danza en Educación Física escolar debe abordar varios tipos diferentes de danza y puede trabajar con un repertorio amplio, que no se limite a las cuadrillas de las fiestas de junio o los homenajes en fechas conmemorativas. Se debe abrir la posibilidad de trabajar también la creación propia del alumno, la libertad de movimiento y expresión, teniendo en cuenta que el alumno va descubriendo las diversas posibilidades de movimiento en su cuerpo. Sin embargo, debido a que la mayoría de estos estudiantes están inmersos en aplicaciones (tiktok, kwai, etc.), que distorsionan su forma de bailar con algunos ritmos. A partir de estos, el docente podrá utilizar orientación en la ejecución de gestos que no impliquen movimientos obscenos. Bailar en la escuela permite a los estudiantes mejorar sus relaciones interpersonales, ya que les es posible comunicarse con su colega (con su cuerpo) en varios momentos de la clase, teniendo además empatía y cuidado por los demás y así darse cuenta de sus limitaciones. Ayuda a controlar las emociones, ya que bailar también es una forma de expresarse y liberar los sentimientos con el lenguaje no verbal. Tener esta libertad de movimiento y creación también ayuda a mejorar diversas habilidades motoras. Así, se concluye que la danza incluida en la educación física escolar tiene numerosos beneficios para los estudiantes, tanto a nivel corporal y de movimiento como en cuestiones sociales e interpersonales, ayudándoles a desarrollar diversas formas de movimiento y expresión con la ayuda de los profesores y la ayuda mutua. entre sus colegas.

**Palabras clave:** Danza. Escuela. Educación Física

*Apoio Financeiro Programa Institucional de Bolsas de iniciação á Docência Residência Pedagógica (RP/) Bolsa CAPES/MEC.*