

# DANÇANDO A NOSSA HISTÓRIA: UM RESGATE DE DANÇAS POPULARES BRASILEIRAS COM IDOSOS

Adailton Oliveira da Silva (SILVA, A.O)

Orientadora: Prof. Dra. MARÍLIA VELARDI

Universidade de São Paulo – Escola de Artes Ciências e Humanidades  
EACH-USP

Estudos na área da Atividade Física estão evoluindo com o passar dos anos, porém há lacunas quando falamos sobre as questões culturais e artísticas. Por outro lado, o envelhecimento também é outra área que ampliou suas produções, uma vez que, no Brasil, como no mundo, a população idosa tem aumentado. Este cenário tem gerado uma maior preocupação com a criação de estratégias que proporcionem bem estar, qualidade de vida e a promoção da saúde deste público.

Neste sentido este estudo, de caráter qualitativo, teve por objetivo compreender o significado atribuído por idosos à vivência das Danças Populares brasileiras, e considerando a nossa referência cultural foi proposto um trabalho com um grupo de dez idosos, com idades entre 62 e 69 anos, utilizando as essas danças e os aspectos que as permeiam, resgatando danças como: Jongo da Serrinha, Cacuriá, Samba de bumbo, Cafezal, Coco, Cirandas, brincadeiras de roda e Samba Lenço Rural Paulista.

Após a assinatura do termo de consentimento, foi dada aos participantes uma breve descrição das atividades e como seriam as dinâmicas.

A primeira dinâmica realizada teve o objetivo de deixar os idosos mais confortáveis em relação ao ritmo e a coordenação motora, sendo assim proposta uma dinâmica denominada “Caminhada Rítmica”, que consiste em utilizar compassos musicais de quatro tempos, marcados com movimento de marcha e sobreposto a isso, “palmas” formando frases rítmicas variadas. Assim, entrando em sincronia, os idosos experimentaram no próprio corpo como é feita a construção de um ritmo.

Dando sequência, foi realizada uma brincadeira de roda ritmada ao som da cantiga “Escravos de Jó” em que se reproduziu uma coreografia simples de troca de peso corporal sobre os membros inferiores a fim de estimular a coordenação. O desafio desta dinâmica é a retirada progressiva dos elementos musicais, iniciando com a letra e terminando com a

retirada da melodia, restando apenas a coreografia sem apoio de qualquer outra referência sonora.

Verificando o sentido da prática, buscando elucidar como os participantes percebem os conteúdos culturais e os valores associados à prática, foram captados o discurso dos participantes, em vídeo e áudio em formato digital, com o consentimento dos mesmos e posteriormente transcritos, partindo de uma questão norteadora: “O que vocês acharam da prática dessas danças populares?”.

O material gravado foi transcrito, lido e relido, a fim de identificar categorias pertinentes ao assunto abordado para análise dos resultados. Por decisão do pesquisador, os nomes atribuídos às pessoas remetem às danças populares brasileiras.

Assim este trabalho demonstrou através da transcrição e análise dos dados do grupo focal que pra o grupo participante da pratica de Danças Populares o conteúdo repassado não deixou de possuir seu caráter histórico, cultural e simbólico que em grande parte dos estudos não aparecem ou aparecem de modo secundário.

Contudo novos trabalhos referentes à Cultura Popular, Danças e Danças Populares no contexto brasileiro, necessitam ser produzidos para que assim novos resultados ajudem na difusão desses conteúdos para possíveis benéficos psicológicos e melhora de capacidades físicas ocorram juntamente com os aspectos que aparecem em segundo plano.

## REFERÊNCIA BASE

- BELO, Ana Zélia & GAIO, Roberta. Dança para Idosos: Resgate da Cultura e da Vida. **Unicamp** – Campinas, 2008.
- BRASIL. Decreto-lei nº 10.639, de 9 de Janeiro de 2003. Alteração da Lei no 9.394, de 20 de dezembro de 1996, que estabelece as diretrizes e bases da educação nacional, **Brasília - DF**, 9 de janeiro de 2003.
- CÂMARA CASCUDO, Luís da. Dicionário do folclore brasileiro. **Ediouro**, 9. ed. Rio de Janeiro:, 1998.
- CATIB, Norma Ornelas Montebugnoli. Estados emocionais de idosos nas danças circulares. **Ver. Motriz**, Rio Claro, v.14 n.1 p.41-52, jan./mar. 2008.
- CAVASIN, Cátia Regina. A Dança na Aprendizagem. **Associação Educacional Leonardo da Vinci**, Santa Catarina 2007. Disponível em: <http://www.icpg.com.br/artigos/rev03-01.pdf>> Acesso em: 20/06/2012.