

RELATO DE EXPERIÊNCIA: DANÇA RÍTMICA PARA JOVENS E ADULTOS COM SÍNDROME DE DOWN NO PROJETO CARINHO

FRANCINE SANTOS FONTOURA¹; GABRIELE RADUNZ KRUGER²;
ALEXANDRE CARRICONDE MARQUES³

¹Universidade Federal de Pelotas1 – fontourafrancine@gmail.com 1

²Universidade Federal de Pelotas– gabriele.rk@gmail.com 2

³universidade Federal de Pelotas – amcarriconde@gmail.com

1. INTRODUÇÃO

O Protejo Carinho vem sendo desenvolvido cerca de 21 anos na Universidade Federal de Pelotas pela ESEF. Dentro desse projeto, são desenvolvidas atividades do grupo DownDança, que tem como principal objetivo proporcionar atividades rítmicas e possibilitar a pessoa com Síndrome de Down (SD) oportunidades de experiências motoras, explorando as limitações corporais dos participantes, criando situações num processo de ensino e aprendizagem vivenciados pelos alunos da graduação.

Sabe-se que os indivíduos com SD demonstram problemas de desenvolvimento em vários aspectos. Apesar de que sejam mais frequentemente associados à deficiência intelectual, deficiências com a mesma importância ocorrem nos domínios físicos, motor e sócio emocional (TIERNAN, 2012). Nota-se, também, distúrbios que estão associados à SD podem interferir nas aquisições motoras, tornando as pessoas que possuem a síndrome vulneráveis ao aprendizado (BISSOTO, 2005).

MARQUES (2000) afirma que as oportunidades que surgem na vida das pessoas são maneiras pelas quais elas podem mudar suas atitudes e comportamentos e, no caso dos indivíduos com SD, o desenvolvimento de programas de promoção da saúde pode ser um fator chave no processo de desenvolvimento e inclusão.

Segundo FONSECA et. Al. (2011) a dança surgiu como uma alternativa para as pessoas com SD, pois na prática da dança, os indivíduos desenvolvem suas capacidades motoras, cognitivas, sociais e afetivas, além de permitir expressão dos conflitos textualizados através de um processo simbólico, que permite a exteriorização, com consequente liberação dos efeitos psicológicos.

Este estudo tem como objetivo relatar a experiência do projeto de extensão de dança para jovens e adultos co SD, realizado pelo Projeto Carinho na ESEF/UFPEL, no que diz respeito a aspectos motores, cognitivos, sociais e autonomia para jovens e adultos.

2. METODOLOGIA

O projeto DownDança é realizado duas vezes na semana com duração de uma hora e enfatiza a aprendizagem dos aspectos motores através do método de da dança rítmica. Durante as aulas são realizados varias coreografias de diferentes ritmos que podem ser em dupla ou em grupo, visando sempre aprimorar o desenvolvimento social, físico e cognitivo dos alunos.

As aulas são divididas em três partes:

Primeira parte: um bailarino é sorteado para fazer o alongamento. Com isso, um aluno é responsável por ministrar um pequeno alongamento inicial – com auxílio das professoras quando necessário - para que todos realizem.

Segunda parte: as professoras são responsáveis por ministrar coreografias para trabalhar a coordenação motora ampla, equilíbrio e capacidade aeróbica. Após são criadas ou ensaiadas as coreografias que são apresentadas para o público.

Terceira parte: atividade de volta à calma – que é um alongamento ou uma atividade de relaxamento, também realizada pelas professoras.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Durante as coreografias propostas em aula observaram-se algumas dificuldades no que se referem atividades básicas de força e coordenação como saltar, correr, equilibrar e girar. Mas conformes essas coreografias vão sendo ensaiadas e memorizadas eles gradualmente foram aumentando a capacidade de conhecimento, buscando soluções para os desafios impostos pelas atividades, além de desenvolvimento de novas habilidades motoras, sobretudo com a perda do medo de executar. ARCE e DÁCIO (2007), que afirmam que através da dança podemos trabalhar a coordenação motora de forma eficaz.

Nota-se que alguns alunos tiveram uma grande evolução cognitiva. Como a maioria dos alunos ingressaram no grupo de dança há bastante tempo, eles estão bem entrosados e se conhecem bem. O que de fato melhora para as relações afetivas dentro da dança. CAMPEIZ e VOLP (2004) relatam que as atividades rítmicas podem melhorar o desenvolvimento social através do jogo imaginativo e das atividades cooperativas, gerando um ambiente amigável e agradável, facilitando assim o aprendizado.

Além disso, o projeto carinho DownDança é um local que vai além de um ambiente para promover a prática da atividade física, se tornou um local que os alunos vão por prazer, para rever os seus amigos, colegas e claro seus professores.

Para os alunos de graduação é um ambiente prático de aprendizado, no qual vamos ter experiências importantes que irão nos ajudar futuramente no nosso dia-a-dia de trabalho, pois aprendemos a lidar e a respeitar a individualidade de cada aluno.

4. CONCLUSÕES

Diante do que foi exposto, verifica-se que a dança traz diversos benefícios para esses jovens, como: melhorias nas habilidades motoras básicas, autoconfiança e aspectos da socialização, além disso, essas aulas enriquecem a formação acadêmica dos discentes de Educação Física e preparam para uma futura atuação profissional nessa área. Relacionando com a área do ensino, o projeto propicia aos graduandos oportunidade de planejar, organizar e avaliar as atividades no decorrer do processo.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Arce CD, G. M.; **A dança criativa e o criativo: Dançando, criando e desenvolvendo**, Revista eletrônica Abore, 2007. Disponível em: <http://www.revistas.uea.edu.br/old/abore/> acesso em 24 de abril de 2018.

Campeiz E.C.F.S.; Volp M.C. **Dança criativa: a qualidade da experiência subjetiva** MG, Rio Claro, 2004 ;10:167-172.

TIERNAN, C.D. **Examination of factors related to motor performance and physical activity in school-aged children with and without Down syndrome**. Tese de doutorado. University of Michigan, 2012.

BISSOTO, M. L. O desenvolvimento cognitivo e o processo de aprendizagem do portador de síndrome de Down: revendo concepções e perspectivas educacionais. **Ciências e Cognição**; Rio de Janeiro, v.4, n.2, 2005.

MARQUES, A.C. **Qualidade de vida de pessoas com Síndrome de Down, maiores de 40 anos, no estado de Santa Catarina**. Dissertação de mestrado. Universidade Federal de Santa Catarina, 2000.

FONSECA, A. S. Benefícios da Dança em Portadores de Síndrome de Down: Revisão Sistemática. **Revista de Psicologia**, v. 14, n. 20, p. 37-47. 2011.