



Ministério da Educação
Universidade Tecnológica Federal do Paraná
Campus de Ponta Grossa



SÔNIA MARIA RODRIGUES

MANUAL DIDÁTICO PARA OFICINA DE DANÇA DE SALÃO
“SERTANEJO UNIVERSITÁRIO” PARA INICIANTES

PRODUÇÃO TÉCNICA

PONTA GROSSA
2013

SÔNIA MARIA RODRIGUES

**MANUAL DIDÁTICO PARA OFICINA DE DANÇA DE SALÃO
“SERTANEJO UNIVERSITÁRIO” PARA INICIANTES**

Produto da dissertação apresentada como requisito parcial à obtenção do título de Mestre em Ensino de Ciência e Tecnologia, do Programa de Pós-Graduação em Ensino de Ciência e Tecnologia da Universidade Tecnológica Federal do Paraná.

Orientador: Prof. Dr. Luiz Alberto Pilatti

PONTA GROSSA

2013

LISTA DE FOTOGRAFIAS

Fotografia 1 - Posição lado a lado.....	18
Fotografia 2 - Posição frente a frente	20
Fotografia 3 - Posição básica do casal.....	20
Fotografia 4 - Frente do casal	21
Fotografia 5 - Costa do casal	21
Fotografia 6 - Posição inicial e final.....	22
Fotografia 7 - Início do movimento	22
Fotografia 8 - Abertura da frente do casal.....	23
Fotografia 9 - Abertura da costa do casal	23
Fotografia 10 - Posição inicial para o movimento 1-1.....	25
Fotografia 11 - Abrir o PE para LE 1	25
Fotografia 12 - Fechar PD para LE 1	25
Fotografia 13 - Abrir o PD para LD 1.....	25
Fotografia 14 - Fechar o PE para LD 1	25
Fotografia 15 - Abrir o PE para LE 2	25
Fotografia 16 - Fechar PD para LE 2	26
Fotografia 17 - Abrir o PD para LD 2.....	26
Fotografia 18 - Fechar PE para LD 2	26
Fotografia 19 - PI para o movimento 2-2.....	27
Fotografia 20 - Abrir o PE para LE 1	27
Fotografia 21 - Fechar PD para LE 1	28
Fotografia 22 - Abrir o PE para LE 2	28
Fotografia 23 - Fechar PD para LE 2	28
Fotografia 24 - Abrir o PD para LD 1.....	28
Fotografia 25 - Fechar PE para LD 1	28
Fotografia 26 - Abrir o PD para LD 2.....	28
Fotografia 27 - Fechar PE para LD 2	29
Fotografia 28 - PI para o movimento 2-2 PFr.....	31
Fotografia 29 - Andar para frente com PE 1.....	31
Fotografia 30 - Fechar PD para frente 1.....	31
Fotografia 31 - Andar para frente com PE 2.....	31
Fotografia 32 - Fechar PD para frente 2.....	31
Fotografia 33 - Andar para frente com PD 1	31
Fotografia 34 - Fechar PE para frente 1.....	32
Fotografia 35 - Andar para frente com PD 2	32
Fotografia 36 - Fechar PE para frente 2.....	32
Fotografia 37 - PI para o movimento 2-2 PTr	34
Fotografia 38 - Andar para trás com PE 1	34
Fotografia 39 - Fechar PD para trás 1	34
Fotografia 40 - Andar para trás com PE 2.....	34
Fotografia 41 - Fechar PD para trás 2.....	34
Fotografia 42 - Andar para trás com PD 1	34
Fotografia 43 - Fechar PE para trás 1	35
Fotografia 44 - Andar para trás com PD 2.....	35
Fotografia 45 - Fechar PE para trás 2.....	35
Fotografia 46 - PI para o leque na PLL	40
Fotografia 47 - Marcar PE para trás 1	40

Fotografia 48 - Fechar o PE na PI 1	41
Fotografia 49 - Marcar PD para trás 1	41
Fotografia 50 - Fechar o PD na PI 1	41
Fotografia 51 - Marcar PE para trás 2	41
Fotografia 52 - Fechar o PE na PI 2	41
Fotografia 53 - Marcar PD para trás 2	41
Fotografia 54 - Fechar PD na PI 2	42
Fotografia 55 - PI do leque na PFF	43
Fotografia 56 - Abertura leque 1a	43
Fotografia 57 - Volta para PFF 1a	44
Fotografia 58 - Abertura leque 2a	44
Fotografia 59 - Volta para PFF 2a	44
Fotografia 60 - Abertura leque 3a	44
Fotografia 61 - Volta para PFF 3a	44
Fotografia 62 - Abertura leque 4a	44
Fotografia 63 - Volta para PFF/PF 4a	45
Fotografia 64 - PI para o Leque na PBC	46
Fotografia 65 - Abertura leque na PBC	46
Fotografia 66 - Volta para PFF 1b	46
Fotografia 67 - Abertura leque 1b	46
Fotografia 68 - Volta para PFF 2b	46
Fotografia 69 - Abertura leque 2b	46
Fotografia 70 - Volta para PFF 3b	47
Fotografia 71 - Abertura leque 3b	47
Fotografia 72 - Volta para PBC/PF	47
Fotografia 73 - 7' do movimento leque	63
Fotografia 74 - Giro do homem 1	63
Fotografia 75 - Giro do homem 2	63
Fotografia 76 - Giro do homem 3	63
Fotografia 77 - Fim do giro do homem	64
Fotografia 78 - Início do giro da mulher	64
Fotografia 79 - Giro da mulher 1	64
Fotografia 80 - Giro da mulher 2	64
Fotografia 81 - Giro da mulher 3	64
Fotografia 82 - Giro da mulher 4	64
Fotografia 83 - Giro da mulher 5	65
Fotografia 84 - Giro da mulher 6	65
Fotografia 85 - Fim do giro da mulher	65
Fotografia 86 - Marcação final na PBC/PF	65
Fotografia 87 - PI para o vai e vem na PLL 1	68
Fotografia 88 - Ponta do PE à frente 1	68
Fotografia 89 - Volta PE para PI 1	68
Fotografia 90 - Ponta do PD atrás 1	68
Fotografia 91 - Volta PD para PI 1	68
Fotografia 92 - Ponta do PE à frente 2	68
Fotografia 93 - Volta PE para PI 2	69
Fotografia 94 - Ponta do PD atrás 2	69
Fotografia 95 - Volta PD para PI 2	69
Fotografia 96 - PI para o vai e vem na PLL 2	70
Fotografia 97 - Ponta do PE à frente 1	70

Fotografia 98 - Volta PE além da PI 1	71
Fotografia 99 - Ponta do PD atrás 1	71
Fotografia 100 - Volta PD além da PI 1	71
Fotografia 101 - Ponta do PE à frente 2	71
Fotografia 102 - Volta PE além da PI 2	71
Fotografia 103 - Ponta do PD atrás 2	71
Fotografia 104 - Volta PD para PI 2	72
Fotografia 105 - PI para o vai e vem na PFF.....	74
Fotografia 106 - H PE para frente/M PD para trás 1	74
Fotografia 107 - H PE para trás/M PD para frente 1	74
Fotografia 108 - H PD para trás/M PE para frente 1	74
Fotografia 109 - H PD para frente/M PE para trás 1	74
Fotografia 110 - H PE para frente/M PD para trás 2	74
Fotografia 111 - H PE para trás/M PD para frente 2	75
Fotografia 112 - H PD para trás/M PE para frente 2	75
Fotografia 113 - H PD para frente/M PE para trás 2	75
Fotografia 114 - PI para o vai e vem na PBC.....	76
Fotografia 115 - H PE para frente/M PD para trás 1	76
Fotografia 116 - H PE para trás/M PD para frente 1	76
Fotografia 117 - H PD para trás/M PE para frente 1	76
Fotografia 118 - H PD para frente/M PE para trás 1	76
Fotografia 119 - H PE para frente/M PD para trás 2	76
Fotografia 120 - H PE para trás/M PD para frente 2	77
Fotografia 121 - H PD para trás/M PE para frente 2	77
Fotografia 122 - H PD para frente/M PE para trás 2	77
Fotografia 123 - Baile 1	77
Fotografia 124 - Baile 2	77

LISTA DE DIAGRAMAS

Diagrama 1 - PI para início dos movimentos.....	21
Diagrama 2 - Lado para iniciar os movimentos	22
Diagrama 3 - Sentido anti-horário	23
Diagrama 4 - Deslocamento lateral 1-1	24
Diagrama 5 - Deslocamento lateral 2-2 para LE	27
Diagrama 6 - Deslocamento lateral 2-2 para LD	27
Diagrama 7 - Deslocamento 2-2 PFr na PLL.....	30
Diagrama 8 - Deslocamento 2-2 PTr na PLL.....	33
Diagrama 9 - Deslocamento 2-2 PFF e PBC	36
Diagrama 10 - Deslocamento 2-2 H PFr e M PTr	38
Diagrama 11 - Deslocamento 2-2 H PTr e M FTr.....	38
Diagrama 12 - Marcações do leque na PLL	40
Diagrama 13 - Marcações do leque na PFF e PBC	43
Diagrama 14 - Início do meio giro na PLL	49
Diagrama 15 - Meio giro 1	49
Diagrama 16 - Meio giro 2	50
Diagrama 17 - Meio giro 3	50
Diagrama 18 - Meio giro 4	51
Diagrama 19 - Meio giro 5	51
Diagrama 20 - Meio giro 6	52
Diagrama 21 - Meio giro 7	52
Diagrama 22 - Finalização do meio giro na PLL.....	52
Diagrama 23 - Início do giro básico na PFF e PBC.....	55
Diagrama 24 - Giro básico 1.....	56
Diagrama 25 - Giro básico 2.....	57
Diagrama 26 - Giro básico 3.....	58
Diagrama 27 - Giro básico 4.....	59
Diagrama 28 - Giro básico 5.....	60
Diagrama 29 - Giro básico 6.....	61
Diagrama 30 - Giro básico 7.....	62
Diagrama 31 - Finalização do giro básico na PFF e PBC	62
Diagrama 32 - Vai e vem avançando e voltando para a PI	67
Diagrama 33 - Vai e vem avançando e recuando além da PI	70
Diagrama 34 - Vai e vem na PFF e PBC.....	73

LISTA DE ABREVIATURAS

H	Homem
M	Mulher
BD	Braço direito
BE	Braço esquerdo
LD	Lado direito
LE	Lado esquerdo
MD	Mão direita
ME	Mão esquerda
MI	Membros inferiores
MS	Membros superiores
PD	Pé direito
PE	Pé esquerdo
PFr	Para frente
PTr	Para trás
PI	Posição inicial dos pés
PF	Posição final dos pés
PBC	Posição básica do casal
PFF	Posição frente a frente
PLL	Posição lado a lado
1-1	Um pra lá e um pra cá
2-2	Dois pra lá e dois pra cá
1'	Um tempo
2'	Dois tempos
3'	Três tempos
4'	Quatro tempos
5'	Cinco tempos
6'	Seis tempos
7'	Sete tempos
8'	Oito tempos

LISTA DE SÍMBOLOS

Azul
Vermelho

Homem
Mulher



Para frente



Para trás



Para frente



Para trás



Fechar para frente



Fechar para trás



Marcar e voltar



Marcar e voltar



Mudança de direção ou lugar

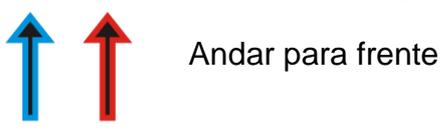


Mudança de direção ou lugar

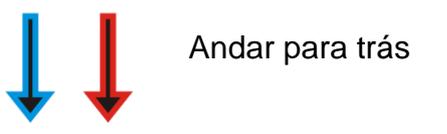


Mudança de direção ou lugar

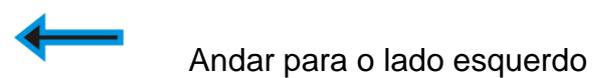
Mudança de direção ou lugar



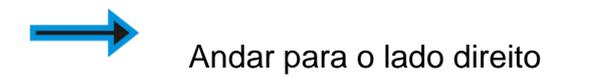
Andar para frente



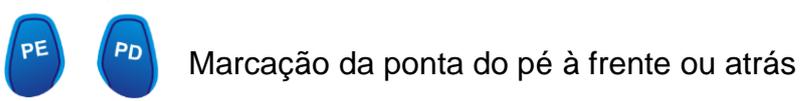
Andar para trás



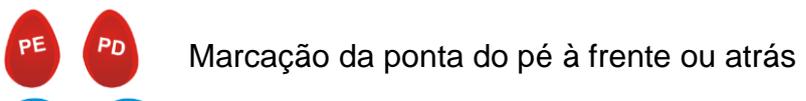
Andar para o lado esquerdo



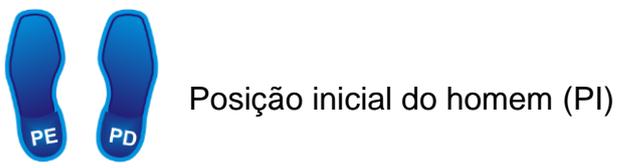
Andar para o lado direito



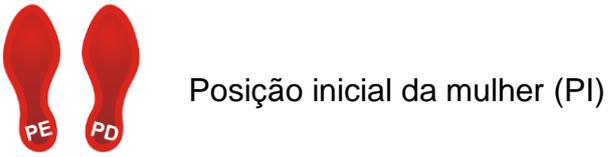
Marcação da ponta do pé à frente ou atrás



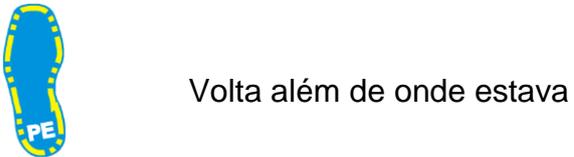
Marcação da ponta do pé à frente ou atrás



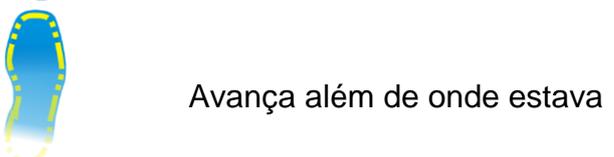
Posição inicial do homem (PI)



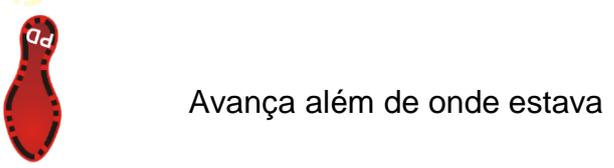
Posição inicial da mulher (PI)



Volta além de onde estava



Avança além de onde estava



Avança além de onde estava



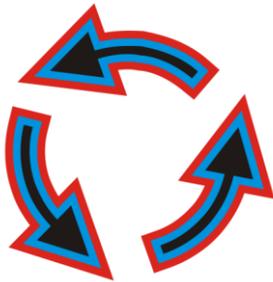
Volta além de onde estava



Mudança de direção para LE



Mudança de direção para LE



Sentido anti-horário

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	11
2 REFERENCIAL TEÓRICO	12
2.1 DANÇA DE SALÃO.....	12
2.2 FORRÓ UNIVERSITÁRIO “SERTANEJO UNIVERSITÁRIO”	13
3 ESTRUTURA DA OFICINA	16
4 ROTEIRO	17
4.1 MÓDULO 1	17
4.2 MÓDULO 2	38
4.3 MÓDULO 3	47
4.4 MÓDULO 4	66
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS	78
REFERÊNCIAS.....	79

1 INTRODUÇÃO

A dança como ferramenta lúdica e motivacional, é um meio articulador no desenvolvimento intelectual, afetivo e social, desencadeando leveza e controle dos diversos tipos de sentimento que o ser humano possa vir a expressar. Nesse sentido vê-se a dança como uma atividade de lazer, enxergando nela uma diversão, uma distração, uma forma de atingir contentamento pessoal e sociabilidade.

Por meio da dança contam-se histórias, relatam-se acontecimentos e tudo isso pode ser feito com prazer, onde seu corpo é o “meio” de contato, demonstrando linguagens inovadoras, tanto dançando individualmente quanto na dança de salão.

A dança de salão possui estilos variados, que proporcionam aos seus praticantes conhecimentos de técnicas próprias a cada estilo dançado, bem como melhor traquejo social e etiqueta. No meio universitário difundiu-se o forró, onde seus praticantes descobriram uma atividade de divertimento para a sua faixa etária, por seu fácil aprendizado e execução.

O forró universitário, praticado principalmente por acadêmicos vem conquistando cada vez mais praticantes, que, ao invés de chamar esse estilo de dança de salão de forró universitário, denomina-o de “Sertanejo Universitário”.

A Universidade Tecnológica Federal do Paraná (UTFPR) Câmpus Cornélio Procópio, procura oferecer aos acadêmicos dos cursos de engenharia saberes diversificados nas várias áreas do conhecimento. A tecnologia e o humanismo estão presentes no estatuto da UTFPR (2009, p. 4): “vinculação estreita com a tecnologia e o humanismo, destinada à construção da cidadania, da democracia e da vida ativa de criação e produção solidárias”. Entre os princípios que regem a universidade em questão, está presente a formação integral (educacional, física, mental e social), tendo como uma de suas finalidades a promoção da cultura, por meio de práticas artísticas e/ou esportivas.

Portanto idealizou-se este manual que apresenta informações que propiciam o ensino da Dança de Salão “Sertanejo Universitário” de maneira prática e simplificada aos acadêmicos dos cursos das áreas tecnológicas. As atividades descritas no manual possibilitam métodos práticos de ensino, envolvendo o aluno e estimulando-o a interagir com o meio do qual está inserido, no caso a universidade.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

As atividades de dança possibilitam o indivíduo a situar-se em seu contexto social e contribuem para seu bem estar mental, físico e social.

2.1 DANÇA DE SALÃO

A Dança de Salão, como é conhecida hoje, foi concebida no século XIX como dança social, praticada pelos membros da nobreza nos salões de festas. Almeida (2005, p. 129) assevera que a dança de salão “[...] executada aos pares, em bailes, ou reuniões, deixa de ser considerada coisa de velho e fora de moda, para fazer parte da Educação da aristocracia da época [...]”.

A dança social não podia ser praticada por membros que não pertencessem à nobreza. Segundo Almeida (2005), restava, à “classe pobre”, a prática das danças folclóricas. Posteriormente esse estilo de dança foi difundido e tornou-se conhecido e praticado por todas as classes sociais, originando a Dança de Salão.

A dança de salão possui estilos variados, que proporcionam aos seus praticantes conhecimentos de técnicas próprias a cada estilo dançado, bem como melhor traquejo social e etiqueta. Durante a execução dos movimentos, no caso do homem, exige-se certa postura na condução, que deve ser feita de forma imperceptível aos olhos de quem vê, pois é ele quem dita as regras.

Quando se fala em condução na dança de salão é primordial frisar que a mulher deve se permitir conduzir, pois “[...] somente assim é que duas pessoas podem se fundir numa unidade, num par harmonioso de dança” (FERN; FERN, 1982, p. 16). O homem não precisa necessariamente saber qual sequência vai executar, para tanto, deve saber comunicar-se com sua parceira sem palavras, apenas pelo toque das mãos.

Para Almeida (2005), realizar os movimentos da dança de salão não é tarefa muito fácil, pois “[...] são utilizadas estruturas de passos que desenham o espaço e o casal aborda o salão de forma variada e harmoniosa” (FONSECA, 2008, p. 18). É preciso sincronizar os movimentos corporais, denominados por alguns professores de “floreio¹”, dominando os passos básicos do estilo escolhido, sempre com elegância e com uma postura impecável, de acordo com cada estilo, mantendo

atenção à condução de sua parceira, no caso do homem, de modo que consiga desviar de outros casais no salão de baile e/ou festas.

Independente do estilo - bolero, samba de gafieira, salsa e soltinho - “[...] qualquer que seja o ritmo, é no baile que a dança de salão acontece, sempre em sentido anti-horário, para que todos possam evoluir no salão e desfrutar os prazeres da dança a dois” (ALMEIDA, 2005, p. 131).

A dança a dois, além do caráter histórico e cultural, de um modo geral, tem sido vista como um meio de distração prazeroso e uma atividade de terapia, que proporciona benefícios físicos e mentais, podendo até mesmo auxiliar no tratamento de casos de depressão. Esses benefícios confirmam-se quando Almeida (2005) comenta que:

A dança a dois, é uma atividade saudável que traz benefícios para ao corpo, como a melhoria da capacidade física e redução dos estados depressivos. Provavelmente, o que todos querem diante da pista de dança, é simplesmente a busca do prazer (ALMEIDA, 2005, p. 129).

A dança de salão sofreu várias influências no decorrer dos anos, popularizando-se através de modismos como a lambada e o pagode. No caso do forró, pode-se afirmar que antes era mais conhecido e dançado no nordeste brasileiro, sem nunca ter saído de “moda”.

2.2 FORRÓ UNIVERSITÁRIO “SERTANEJO UNIVERSITÁRIO”

No meio universitário difundiu-se o forró, onde seus praticantes descobriram uma atividade de divertimento para a sua faixa etária, por não ser difícil sua execução:

[...] o forró era apresentado como uma prática simples, de poucos passos e de fácil aprendizagem. Mas é no final de 1995 e início de 1996, que o forró assume o modismo da época, invade a região sudeste e atinge em massa os estudantes universitários, que acabam adotando o forró e o denominam de “Forró Universitário” (ALMEIDA, 2005, p. 132).

O forró universitário, praticado principalmente por acadêmicos, sofreu influências relacionadas às músicas utilizadas. Atualmente estão mais dinâmicas e ricas, em instrumentos musicais e recursos tecnológicos, seduzindo cada vez mais praticantes, que, ao invés de chamar esse estilo de dança de salão de forró universitário, estão denominando-o de “sertanejo universitário”, talvez como alusão ao estilo de música “sertanejo universitário”, como é comentado na Revista Offline (FORRÓ, 2012).

Ressalte-se, também, a inclusão de movimentos advindos de outros estilos, que enriquecem a dança de salão, fazendo com que apareçam mais adeptos do estilo forró/sertanejo universitário. Esses novos adeptos são atraídos pelos “movimentos acrobáticos ou aéreos”, tais como balão, panqueca, enceradeira, relógio, cabide, oriundos do samba de gafieira, samba pagode, salsa, *rock*, entre outros. Almeida (2005, p. 132-3) acredita “[...] que é essa magia de música, ritmo e movimento é que leva os casais a dançarem desembaraçados e descompromissados com o seu mundo, quando se abrem as portas dos salões”.

Para se chegar ao momento da aprendizagem dos movimentos que de certa maneira “enchem” os olhos e fazem com que haja o interesse pelo estilo, é necessário passar pela fase de iniciação, como lembram Fern e Fern (1982). Nessa etapa, o quesito vontade tem que estar à frente de qualquer obstáculo, diante da execução de algum movimento difícil, para que, depois, se consiga realizar movimentos mais “complexos”, que na verdade são os que dão a verdadeira sensação de realização, ao serem executados de maneira harmônica com a música e com o parceiro.

Até que grau de complexidade é necessário se atingir ao dançar dependerá do foco do praticante, como afirma Almeida (2005):

[...] Algumas pessoas buscam a dança de salão apenas para se divertir; outras, para o lazer, outras para fugir dos problemas, por amor e dedicação e, por inúmeros outros motivos. Independentemente dos motivos que nos levam à prática da dança de salão, percebe-se que usamos os movimentos desde os mais simples aos mais complexos, dos combinados aos isolados, para explorar a nossa criatividade e a nossa capacidade de imaginação e cognição para transformar estes movimentos em expressão. Considerando os benefícios implícitos na movimentação corporal, esta manifestação vai nos propiciar prazer, bem estar, paz, tranquilidade, socialização e tantos outros fatores, que marcarão a nossa vida (ALMEIDA, 2005, p. 133).

Fica evidente nas palavras de Almeida (2005) que a Dança de Salão “Sertanejo Universitário” garante um estado de bem-estar físico e mental sem precedentes. Pelo contato físico entre homem e mulher, na dança de salão em geral, é aumentado o respeito de um pelo outro, de forma natural, baseada na cumplicidade e no diálogo corporal. Logo, por oportunizar tantos benefícios, como a socialização, ela pode ser importante como um meio de interação entre os jovens.

3 ESTRUTURA DA OFICINA

O presente estudo foi realizado com 88 acadêmicos dos cursos de engenharia da UTFPR Câmpus Cornélio Procópio. A pesquisa teve como objetivo investigar a percepção da Dança de Salão “Sertanejo Universitário” no tempo livre dos acadêmicos, bem como formular um manual didático e elaborar um vídeo didático de Dança de salão “Sertanejo Universitário”, com passos básicos para iniciantes, destinando-se à aplicação em oficina de dança.

Devido ao número maior de homens matriculados na disciplina, durante a oficina, a pesquisa contou com a participação das alunas do Grupo de Dança da UTFPR, que se voluntariaram para a execução do projeto.

A oficina foi desenvolvida nas aulas da disciplina de Qualidade de Vida 1 e foi dividida em quatro módulos com duração de 50 minutos cada. Os conteúdos e atividades da oficina de Dança de Salão “Sertanejo Universitário” foram elaborados e aplicados em quatro semanas consecutivas, durante as aulas, conforme o resumo dos módulos 1, 2, 3, 4.

Modulo 1: introdução (breve explanação sobre o que será ministrado na oficina e sobre o estilo de dança de salão “sertanejo universitário” que será aplicado; Regras e etiqueta (com qual pé se inicia o movimento do homem e da mulher; postura (frente e costa do casal) e posicionamento de braços; deslocamento dos casais em um salão de baile; condução na dança; tipos de pisada); atividades práticas 1 (exercício para melhorar o “molejo” do movimento; deslocamento 1x1 lateral; deslocamento 2x2 lateral e para frente e para trás).

Modulo 2: revisão das atividades práticas 1 (exercício para melhorar o “molejo” do movimento; deslocamento 1x1 lateral; deslocamento 2x2 lateral, para frente e para trás); atividades práticas 2 (deslocamento 2x2 em diagonal (frente e trás); deslocamento 2x2, movimentando-se pelo salão); atividades práticas 3 (marcações para o movimento “leque”).

Modulo 3: revisão das atividades práticas anteriores; atividades práticas 4 (giros do movimento “leque”); atividades práticas 5 (junção das marcações e giros do movimento “leque”).

Modulo 4: revisão das atividades práticas anteriores; atividades práticas 6 (passo marcado para frente e para trás); atividades práticas 7 (junção de todos os movimentos).

4 ROTEIRO

4.1 MÓDULO 1

Tema: Dança de Salão “Sertanejo Universitário”.

Duração: 1 aula (50 minutos).

Objetivos: fornecer informações sobre a dança de salão; incentivar a participação dos alunos na oficina por meio dos movimentos propostos; executar os movimentos propostos.

Conteúdo trabalhado:

- Explicação sobre a Dança de Salão “Sertanejo Universitário”;
- Regras e etiqueta na Dança de Salão;
- Aquecimento;
- Passo 1-1 (um pra lá e um prá cá);
- Passo básico 2-2 (dois pra lá e dois prá cá).

Recursos físicos e materiais: quadra de esportes; rádio e Cd’s.

Dinâmica da aula: aula explicativa, demonstrativa e prática.

Público alvo: acadêmicos dos cursos de Engenharia em Controle e Automação, Engenharia Elétrica e Engenharia Mecânica, matriculados na disciplina Qualidade de Vida 1.

Motivação: apresentar aos alunos, movimentos básicos utilizados em vários estilos de dança de salão.

Desenvolvimento da atividade: a princípio os alunos estarão espalhados pela quadra de esportes na PLL, voltados para a mesma direção (ficando a mulher ao lado do homem), para que todos consigam visualizar e executar os movimentos de maneira dinâmica. A seguir, os alunos realizarão os movimentos na PFF e para

encerrar deverão repeti-los na PBC.

Atividade 1: explanação sobre o estilo de Dança de Salão “Sertanejo Universitário”.

- Origem da Dança de Salão;
- Origem do Forró Universitário para Sertanejo Universitário.

Atividade 2: demonstrações e explicações gerais sobre regras e etiqueta (condução) utilizadas na dança de salão.

- Cabe ao homem conduzir e à mulher deixar-se conduzir (portanto sempre que falar em lado esquerdo ou direito, o que vale é o lado do homem);
- Para cada estilo de música existe um tipo de marcação dos pés, que pode ser: pisado, arrastado ou puladinho.

Atividade 3: posicionamento dos braços.

Atividade 3.1: explicação, demonstração e execução da PLL - posição lado a lado (Fotografia 1), utilizada somente para aprender os movimentos dos MI.

- Alunos espalhados (mulher ao lado do homem) pela quadra de esportes, voltados para a mesma direção, braços ao longo do corpo.
- Na PLL, o homem e a mulher iniciam o movimento com o PE (pé esquerdo).



Fotografia 1 - Posição lado a lado
Fonte: Autoria própria

Atividade 3.2: explicação, demonstração e execução da PFF - posição frente a frente (Fotografia 2), utilizada somente para aprender os movimentos dos MI.

Homem: de frente para a mulher, braços semi-flexionados à frente na altura da cintura, com as palmas das mãos para cima apoiando as mãos da mulher.

Mulher: de frente para o homem, braços semi-flexionados à frente na altura da cintura, com as palmas das mãos para baixo, apoiadas nas mãos do homem.

- Na PFF, o homem inicia o movimento com o PE (pé esquerdo) e a mulher inicia o movimento com o PD (pé direito).

Atividade 3.3: explicação, demonstração e execução da PBC - posição básica do casal (Fotografia 3), postura utilizada para dançar a dois.

Homem: de frente para a mulher, BE (braço esquerdo) semi-flexionado à diagonal do seu corpo, com a palma da ME (mão esquerda) para cima apoiando as mãos da mulher. MD (mão direita) apoiada nas costas da mulher, com BD (braço direito) semi-flexionado e cotovelo alto.

Mulher: de frente para o homem, BD (braço direito) semi-flexionado à diagonal do seu corpo, com a palma da MD (mão direita) para baixo apoiada na ME do homem. ME (mão esquerda) apoiada nas costas do homem, próximo ao pescoço, com BE (braço esquerdo) semi-flexionado e cotovelo alto.

- Na PBC, o homem inicia o movimento com o PE (pé esquerdo) e a mulher inicia o movimento com o PD (pé direito).



Fotografia 2 - Posição frente a frente
Fonte: Autoria própria



Fotografia 3 - Posição básica do casal
Fonte: Autoria própria

Atividade 3.4: explicação, demonstração e execução da frente e costa do casal (Fotografias 4 e 5).

Frente do casal: BE (braço esquerdo) homem semi-flexionado à diagonal do seu corpo, com a palma da ME (mão esquerda) para cima apoiando as mãos da mulher. BD (braço direito) da mulher semi-flexionado à diagonal do seu corpo, com a palma da MD (mão direita) para baixo apoiada na ME do homem.

Costa do casal: MD (mão direita) do homem apoiada nas costas da mulher, com BD (braço direito) semi-flexionado e cotovelo alto. ME (mão esquerda) da mulher apoiada nas costas do homem, próximo ao pescoço, com BE (braço esquerdo) semi-flexionado e cotovelo alto.



Fotografia 4 - Frente do casal
Fonte: Autoria própria



Fotografia 5 - Costa do casal
Fonte: Autoria própria

Atividade 3.5: início do movimento (explicação, demonstração e execução).

- Partindo da PI (posição inicial) dos pés (diagrama 1), quando o homem e a mulher estiverem na PFF (Fotografia 2) ou PBC (Fotografia 3);

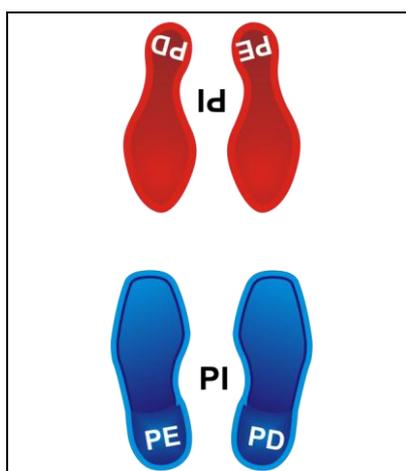


Diagrama 1 - PI para início dos movimentos
Fonte: Autoria própria

- O homem inicia o movimento com PE (pé esquerdo) para o seu LE (lado esquerdo) e a mulher com o seu PD (pé direito) para o seu LD (lado direito), ver (diagrama 2 e Fotografia 7);

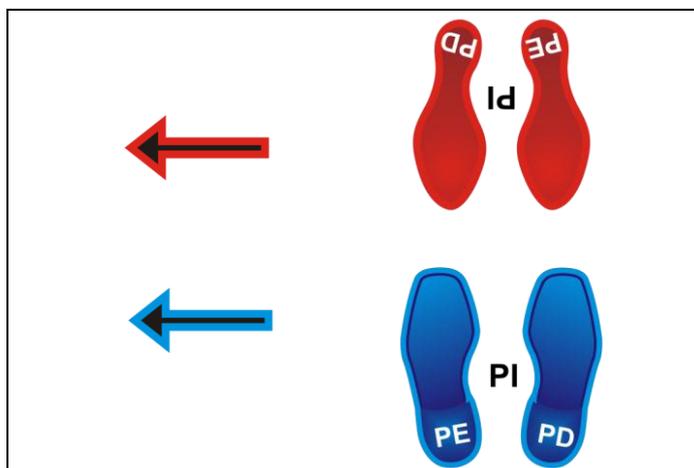


Diagrama 2 - Lado para iniciar os movimentos
Fonte: Autoria própria



Fotografia 6 - Posição inicial e final
Fonte: Autoria própria



Fotografia 7 - Início do movimento
Fonte: Autoria própria

Atividade 3.6: explicação, demonstração e execução da abertura do movimento leque.

- Na execução do leque, abre-se primeiro a frente do casal (Fotografia 8) e depois a costa do casal (Fotografia 9), sempre marcando o pé atrás.

- O homem deve empurrar (conduzir) levemente o BD da mulher para trás, para que ela perceba que vai iniciar o leque.

- A abertura do leque realizada na PFF e PBC, o homem inicia o movimento com o PE (pé esquerdo) e a mulher inicia o movimento com o PD (pé direito).



Fotografia 8 - Abertura da frente do casal
Fonte: Autoria própria



Fotografia 9 - Abertura da costa do casal
Fonte: Autoria própria

Atividade 3.7: explicação e demonstração sobre o deslocamento dos casais (diagrama 3).

- Em um salão de baile, todos os casais dançam em sentido anti-horário, parando para realizar os “floreios” no meio ou nos cantos do salão, para não atrapalhar os outros casais.

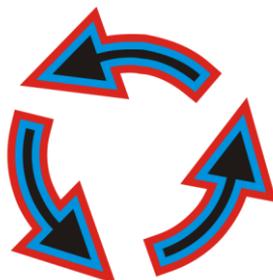


Diagrama 3 - Sentido anti-horário
Fonte: Autoria própria

Atividade 4: exercício para melhorar o “molejo” do movimento (aquecimento e quebra gelo) na PLL.

- Pés afastados na largura do quadril e joelhos soltos, quadril encaixado em anteroversão, balançar o quadril para o LE e para o LD ao som de uma música;
- Pés paralelos e unidos, quadril encaixado em anteroversão e joelhos alongados, flexionar alternadamente os joelhos sem tirar o calcanhar do chão;
- Pés unidos e paralelos, quadril encaixado em anteroversão e joelhos alongados, flexionar alternadamente os joelhos tirando o calcanhar do chão;

Atividade 5: deslocamento lateral, PFr (para frente) e PTr (para trás).

Atividade 5.1: deslocamento lateral 1-1 na PLL (diagrama 4).

- Partindo da PI (Fotografia 10);
- Abrir PE contando 1' (Fotografia 11), fechar PD contando 2' (Fotografia 12);
- Abrir PD contando 3' (Fotografia 13), fechar PE contando 4' (Fotografia 14);
- Abrir PE contando 5' (Fotografia 15), fechar PD contando 6 (Fotografia 16);
- Abrir PD contando 7' (Fotografia 17), fechar PE contando 8' (Fotografia 18).

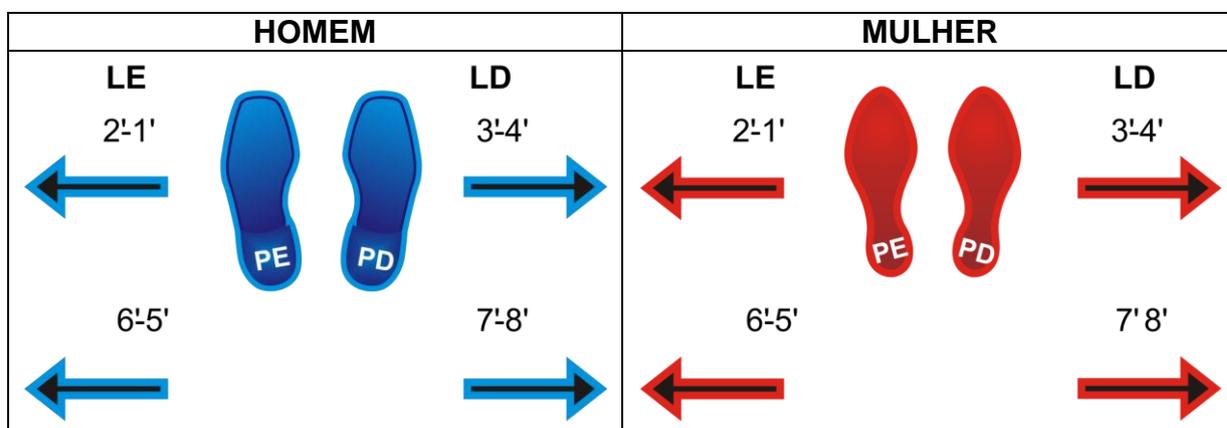


Diagrama 4 - Deslocamento lateral 1-1
Fonte: Autoria própria

Deslocamento lateral 1-1 na PLL

Fotografia 10 - PI para o movimento 1-1
Fonte: Autoria própria



Fotografia 11 - Abrir o PE para LE 1
Fonte: Autoria própria



Fotografia 12 - Fechar PD para LE 1
Fonte: Autoria própria



Fotografia 13 - Abrir o PD para LD 1
Fonte: Autoria própria



Fotografia 14 - Fechar PE para LD 1
Fonte: Autoria própria



Fotografia 15 - Abrir o PE para LE 2
Fonte: Autoria própria



Fotografia 16 - Fechar o PD para LE 2
Fonte: Autoria própria



Fotografia 17 - Abrir o PD para LD 2
Fonte: Autoria própria



Fotografia 18 - Fechar PE para LD 2
Fonte: Autoria própria

Atividade 5.2: deslocamento lateral 2-2 na PLL (diagrama 5 e 6).

- Partindo da PI (Fotografia 19);
- Abrir PE contando 1' (Fotografia 20), fechar PD contando 2' (Fotografia 21);
- Abrir PE contando 3' (Fotografia 22), fechar PD contando 4' (Fotografia 23);
- Abrir PD contando 5' (Fotografia 24), fechar PE contando 6' (Fotografia 25);
- Abrir PD contando 7' (Fotografia 26), fechar PE contando 8' (Fotografia 27).

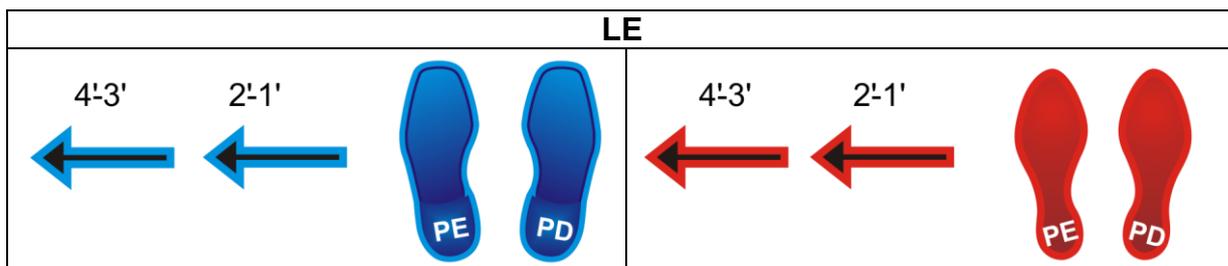


Diagrama 5 - Deslocamento lateral 2-2 para LE
Fonte: autoria própria

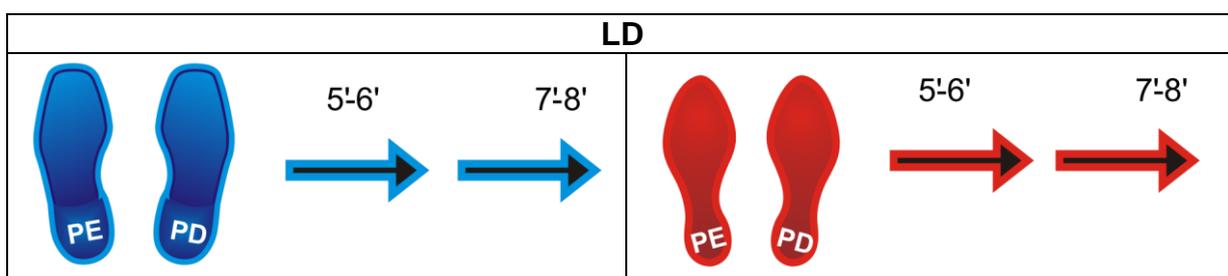


Diagrama 6 - Deslocamento lateral 2-2 para LD
Fonte: autoria própria

Deslocamento lateral 2-2 na PLL



Fotografia 19 - PI para o movimento 2-2
Fonte: Autoria própria



Fotografia 20 - Abrir o PE para LE 1
Fonte: Autoria própria



Fotografia 21 - Fechar o PD para LE 1
Fonte: Autoria própria



Fotografia 22 - Abrir o PE para LE2
Fonte: Autoria própria



Fotografia 23 - Fechar o PD para LE 2
Fonte: Autoria própria



Fotografia 24 - Abrir o PD para LD 1
Fonte: Autoria própria



Fotografia 25 - Fechar o PE para LD 1
Fonte: Autoria própria



Fotografia 26 - Abrir o PD para LD 2
Fonte: Autoria própria



Fotografia 27 - Fechar o PE para LD 2
Fonte: Autoria própria

Atividade 5.2.1: deslocamento 2-2 PFr na PLL (diagrama 7).

- Partindo da PI (Fotografia 28);
- Andar PFr com PE contando 1' (Fotografia 29), fechar PD contando 2' (Fotografia 30);
- Andar PFr com PE contando 3' (Fotografia 31), fechar PD contando 4' (Fotografia 32);
- Andar PFr com PD contando 5' (Fotografia 33), fechar PE contando 6' (Fotografia 34);
- Andar PFr com contando 7' (Fotografia 35), fechar PE contando 8' (Fotografia 36);

Deslocamento 2-2 PFr na PLL

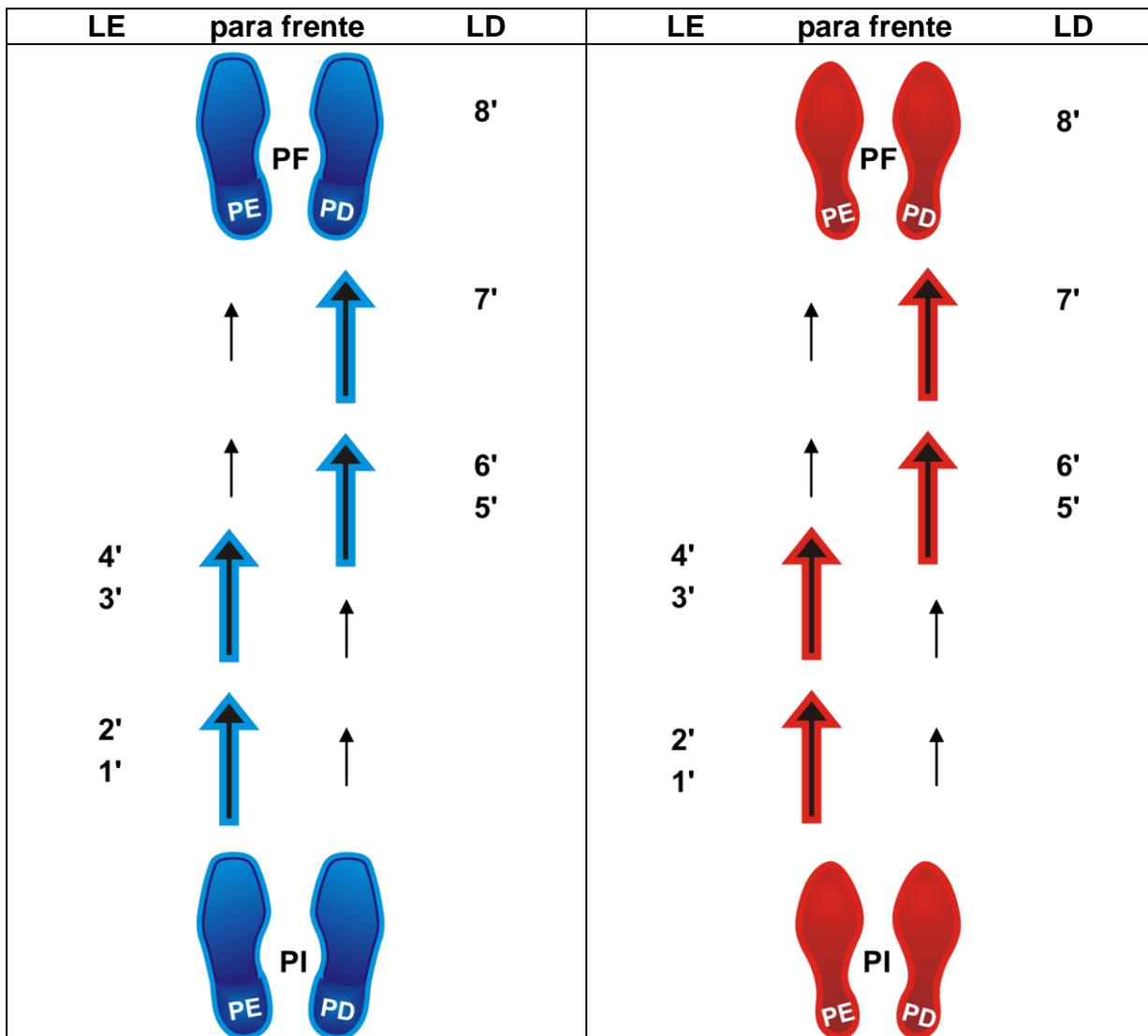


Diagrama 7 - Deslocamento 2-2 PFr na PLL

Fonte: autoria propria

Deslocamento 2-2 PFr na PLL



Fotografia 28 - PI para o movimento 2-2 PFr
Fonte: Autoria própria



Fotografia 29 - Andar para frente com PE 1
Fonte: Autoria própria



Fotografia 30 - Fechar PD para frente 1
Fonte: Autoria própria



Fotografia 31 - Andar para frente com PE 2
Fonte: Autoria própria



Fotografia 32 - Fechar PD para frente 2
Fonte: Autoria própria



Fotografia 33 - Andar para frente com PD 1
Fonte: Autoria própria



Fotografia 34 - Fechar PE para frente 1
Fonte: Autoria própria



Fotografia 35 - Andar com PD para frente 2
Fonte: Autoria própria



Fotografia 36 - fechar PE para frente 2
Fonte: Autoria própria

Atividade 5.2.2: deslocamento 2-2 PTr na PLL (diagrama 8).

- Partindo da PI (Fotografia 37);
- Andar PTr com PE contando 1' (Fotografia 38), fechar PD contando 2' (Fotografia 39);
- Andar PTr com PE contando 3' (Fotografia 40), fechar PD contando 4' (Fotografia 41);
- Andar PTr com PD contando 5' (Fotografia 42), fechar PE contando 6' (Fotografia 43);

- Andar PTr com PD contando 7' (Fotografia 44), fechar PE contando 8' (Fotografia 45).

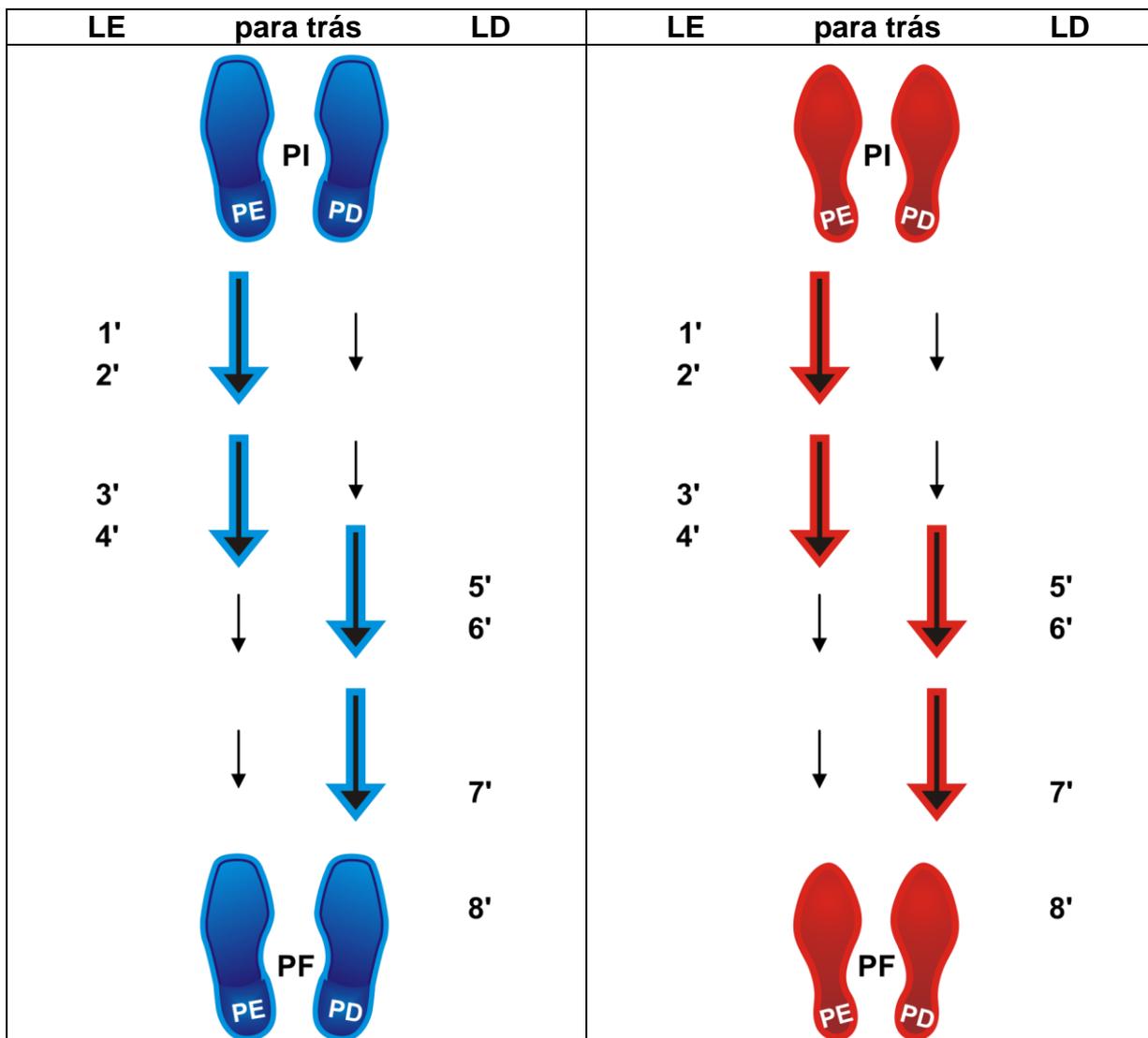


Diagrama 8 - Deslocamento 2-2 PTr na PLL

Fonte: autoria propria

Deslocamento 2-2 PTR na PLL



Fotografia 37 - PI para o movimento 2-2 PTR
Fonte: Autoria própria



Fotografia 38 - Andar para trás com PE 1
Fonte: Autoria própria



Fotografia 39 - Fechar PD para trás 1
Fonte: Autoria própria



Fotografia 40 - Andar para trás com PE 2
Fonte: Autoria própria



Fotografia 41 - Fechar PD para trás 2
Fonte: Autoria própria



Fotografia 42 - Andar para trás com PD 1
Fonte: Autoria própria



Fotografia 43 - Fechar PE para trás 1
Fonte: Autoria própria



Fotografia 44 - Andar para trás com PD 2
Fonte: Autoria própria



Fotografia 45 - Fechar PE para trás 2
Fonte: Autoria própria

Atividade 5.2.3: junção dos movimentos (atividades 5.2, 5.2.1 e 5.2.2) na PLL.

Atividade 5.3: deslocamento lateral 2-2 na PFF (diagrama 9).

- Partindo da PI;
- O homem abre PE e a mulher abre PD contando 1’;
- O homem fecha PD e a mulher PE contando 2’;
- O homem abre PE e a mulher abre PD contando 3’;
- O homem fecha PD e a mulher PE contando 4’;
- O homem abre PD e a mulher abre PE contando 5’;
- O homem fecha PE e a mulher PD contando 6’;

- O homem abre PD e a mulher abre PE contando 7';
- O homem fecha PE e a mulher PD contando 8';

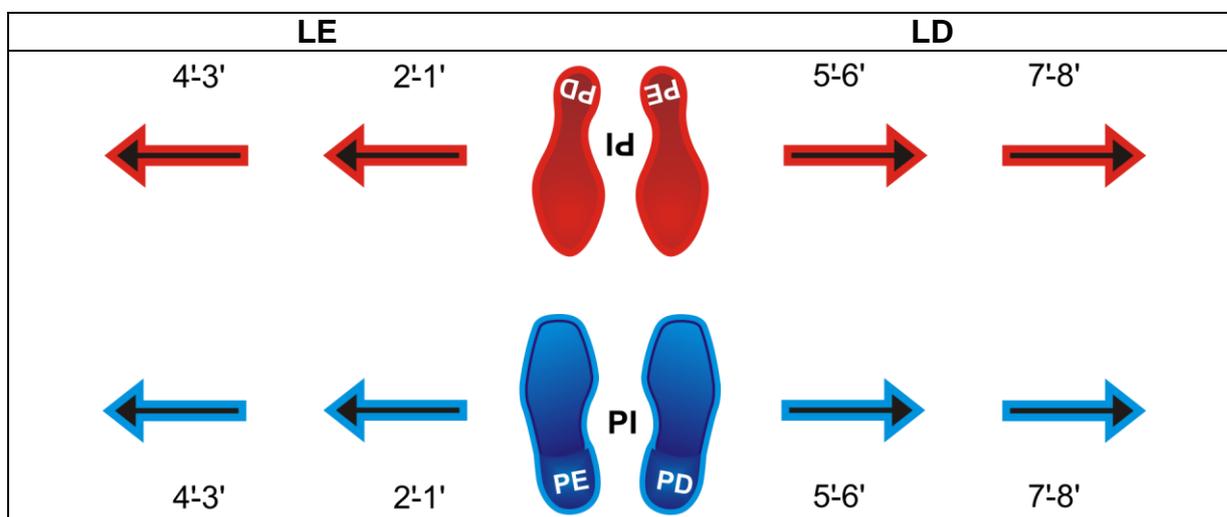


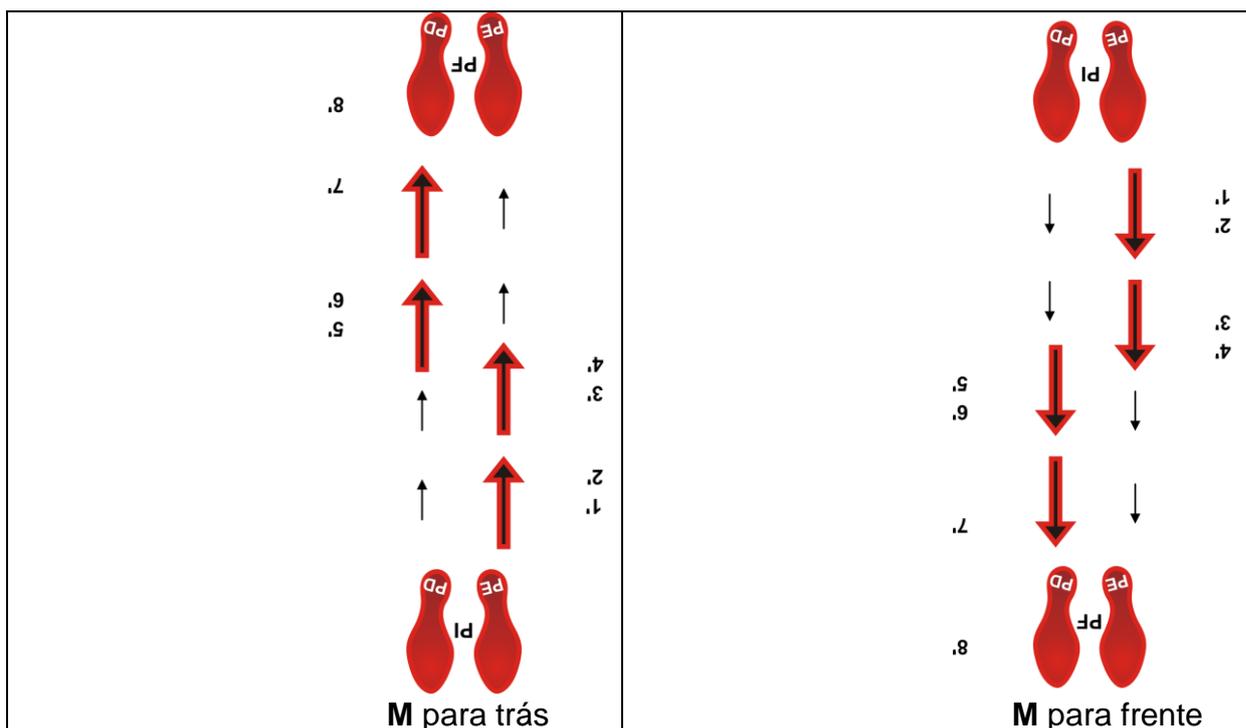
Diagrama 9 - Deslocamento lateral 2-2 na PFF e PBC
 Fonte: Autoria própria

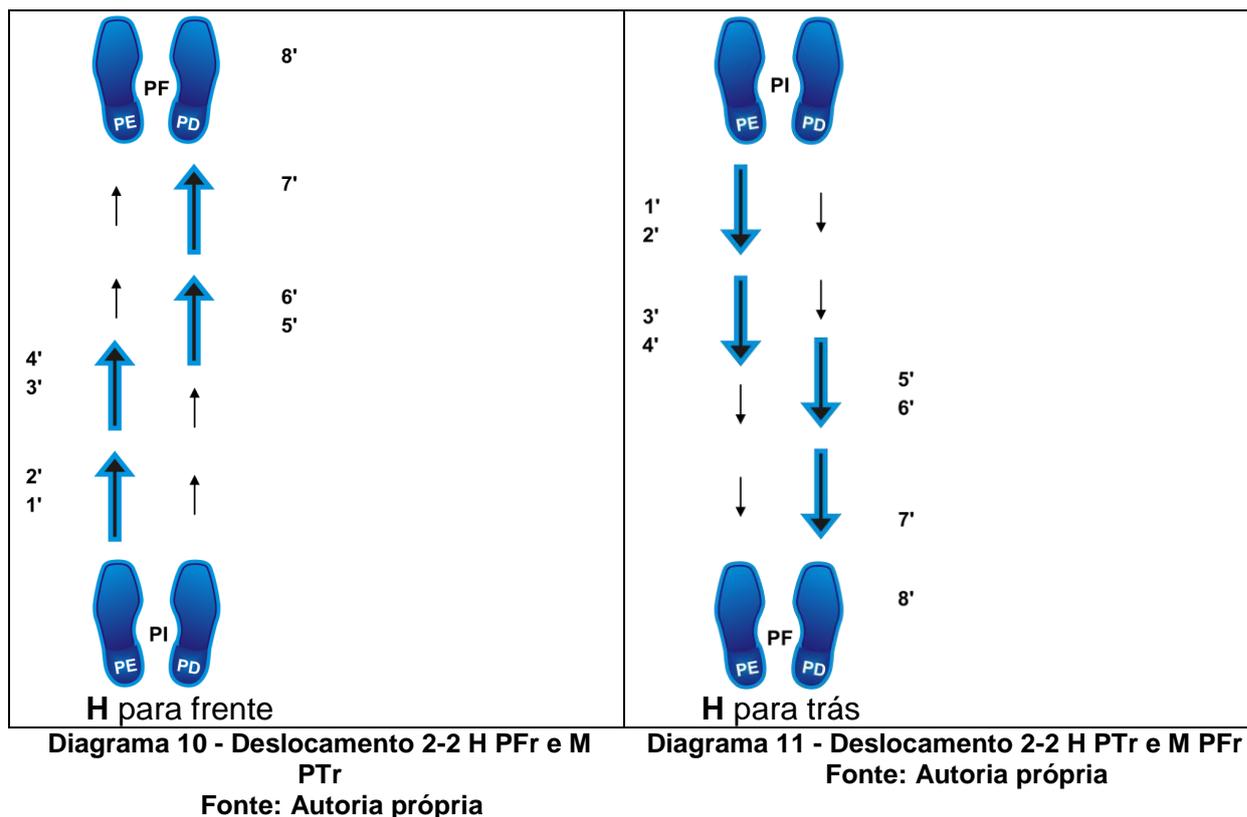
Atividade 5.3.1: deslocamento 2-2 PFr e PTr na PFF (diagrama 10 e 11).

- Partindo da PI;
- O homem anda PFr com PE e a mulher anda PTr com PD contando 1';
- O homem fecha PD e a mulher fecha PE contando 2';
- O homem anda PFr com PE e a mulher anda PTr com PD contando 3';
- O homem fecha PD e a mulher fecha PE contando 4';
- O homem anda PFr com PD e a mulher anda para PTr com PE contando 5';
- O homem fecha PE e a mulher fecha PD contando 6';
- O homem anda PFr com PD e a mulher anda para PTr com PE contando 7';
- O homem fecha PE e a mulher fecha PD contando 8';
- O homem anda PTr com PE e a mulher anda PFr com PD contando 1';

- O homem fecha PD e a mulher fecha PE contando 2';
- O homem anda PTr com PE e a mulher anda PFr com PD contando 3';
- O homem fecha PD e a mulher fecha PE contando 4';
- O homem anda PTr com PD e a mulher anda para PFTTr com PE contando 5';
- O homem fecha PE e a mulher fecha PD contando 6';
- O homem anda PTr com PD e a mulher anda para PFr com PE contando 7';
- O homem fecha PE e a mulher fecha PD contando 8';

Atividade 5.3.2: junção dos movimentos das atividades 5.3 e 5.3.1 na PFF.





Atividade 5.4: deslocamento lateral 2-2 na PBC, execução do pés idem à PFF (diagrama 9).

Atividade 5.4.1: deslocamento 2-2 PFr e PTr na PBC, execução do pés idem à PFF (diagrama 10 e 11).

Atividade 5.4.2: junção dos movimentos das atividades 5.4 e 5.4.1 na PBC.

4.2 MÓDULO 2

Tema: Dança de Salão “Sertanejo Universitário”.

Duração: 1 aula (50 minutos).

Objetivos: rever os movimentos do módulo 1; propor novo movimento; executar o movimento proposto.

Assuntos abordados:

- Revisão das atividades práticas do módulo 1 na posição básica do casal;
- Movimento leque.

Recursos físicos e materiais: quadra de esportes; rádio e Cd's.

Dinâmica da aula: aula explicativa, demonstrativa e prática.

Público alvo: acadêmicos dos cursos de Engenharia em Controle e Automação, Engenharia Elétrica e Engenharia Mecânica, matriculados na disciplina Qualidade de Vida 1.

Motivação: apresentar aos alunos, um movimento dinâmico sem dificuldade na execução e utilizado em outros estilos de dança de salão.

Desenvolvimento da atividade: a princípio os alunos estarão espalhados pela quadra de esportes na PLL, voltados para a mesma direção (ficando a mulher ao lado do homem), para que todos consigam visualizar e executar os movimentos de maneira dinâmica. A seguir, os alunos realizarão os movimentos na PFF e para encerrar deverão repeti-los na PBC.

Atividade 1: revisão das atividades práticas do módulo 1 na PBC (aquecimento).

Atividade 2: movimento leque.

Atividade 2.1: marcações do movimento leque na PLL (diagrama 12).

- Partindo da PI (Fotografia 46).
- Marcar ponta do PE para trás contando 1' (Fotografia 47), voltar PE contando 2' (Fotografia 48);
- Marcar ponta do PD para trás contando 3' (Fotografia 49), voltar PD contando 4' (Fotografia 50);
- Marcar ponta do PE para trás contando 5' (Fotografia 51), voltar PE contando 6' (Fotografia 52);

- Marcar ponta do PD para trás contando 7' (Fotografia 53), voltar PD contando 8' (Fotografia 54);

Obs.: deixar o peso do corpo no pé/perna que permanece na PI.

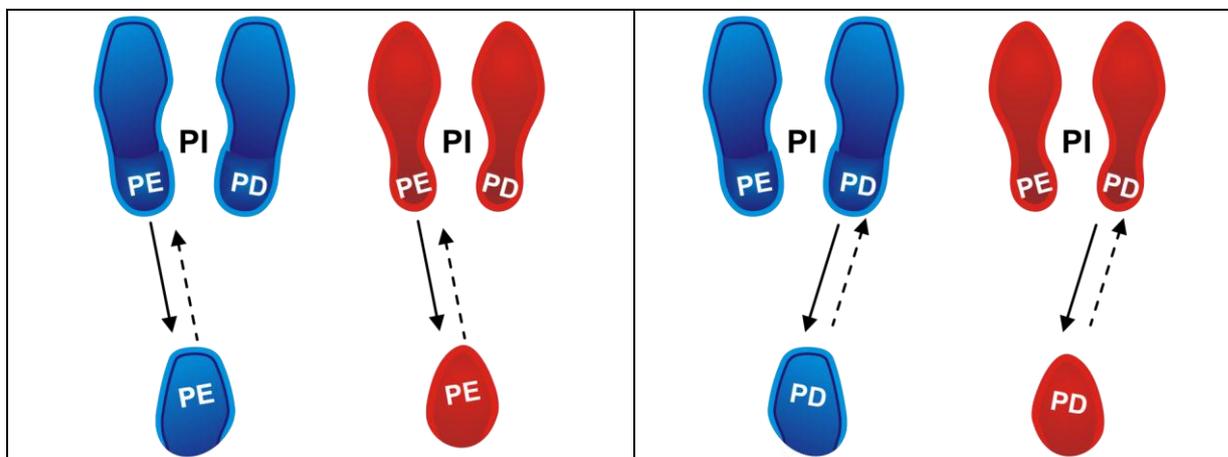


Diagrama 12 - Marcações do leque na PLL
Fonte: Autoria própria

Movimento leque na PLL



Fotografia 46 - PI para o leque na PLL
Fonte: Autoria própria



Fotografia 47 - Marcar PE para trás 1
Fonte: Autoria própria



Fotografia 48 - Fechar o PE na PI 1
Fonte: Autoria própria



Fotografia 49 - Marcar PD para trás 1
Fonte: Autoria própria



Fotografia 50 - Fechar o PD na PI 1
Fonte: Autoria própria



Fotografia 51 - Marcar PE para trás 2
Fonte: Autoria própria



Fotografia 52 - Fechar o PE na PI 2
Fonte: Autoria própria



Fotografia 53 - Marcar PD para trás 2
Fonte: Autoria própria



Fotografia 54 - Fechar o PD na PI 2
Fonte: Autoria própria

Atividade 2.2: marcações do leque na PFF (diagrama 13).

- Partindo da PI (Fotografia 55).
- O homem marca ponta do PE para trás, abrindo BE e a mulher marca ponta do PD para trás, abrindo BD contando 1' (Fotografia 56);
- O homem volta PE e BE e a mulher volta o PD e BD para a PFF contando 2' (Fotografia 57);
- O homem marca ponta do PD para trás, abrindo BD e a mulher marca ponta do PE para trás, abrindo BE contando 3' (Fotografia 58);
- O homem volta PD e BD e a mulher volta o PE e BE para a PFF contando 4' (Fotografia 59);
- O homem marca ponta do PE para trás, abrindo BE e a mulher marca ponta do PD para trás, abrindo BD contando 5' (Fotografia 60);
- O homem volta PE e BE e a mulher volta o PD e BD para a PFF contando 6' (Fotografia 61);
- O homem marca ponta do PD para trás, abrindo BD e a mulher marca ponta do PE para trás, abrindo BE contando 7' (Fotografia 62);
- O homem volta PD e BD e a mulher volta o PE e BE para a PFF contando 8' (Fotografia 63);

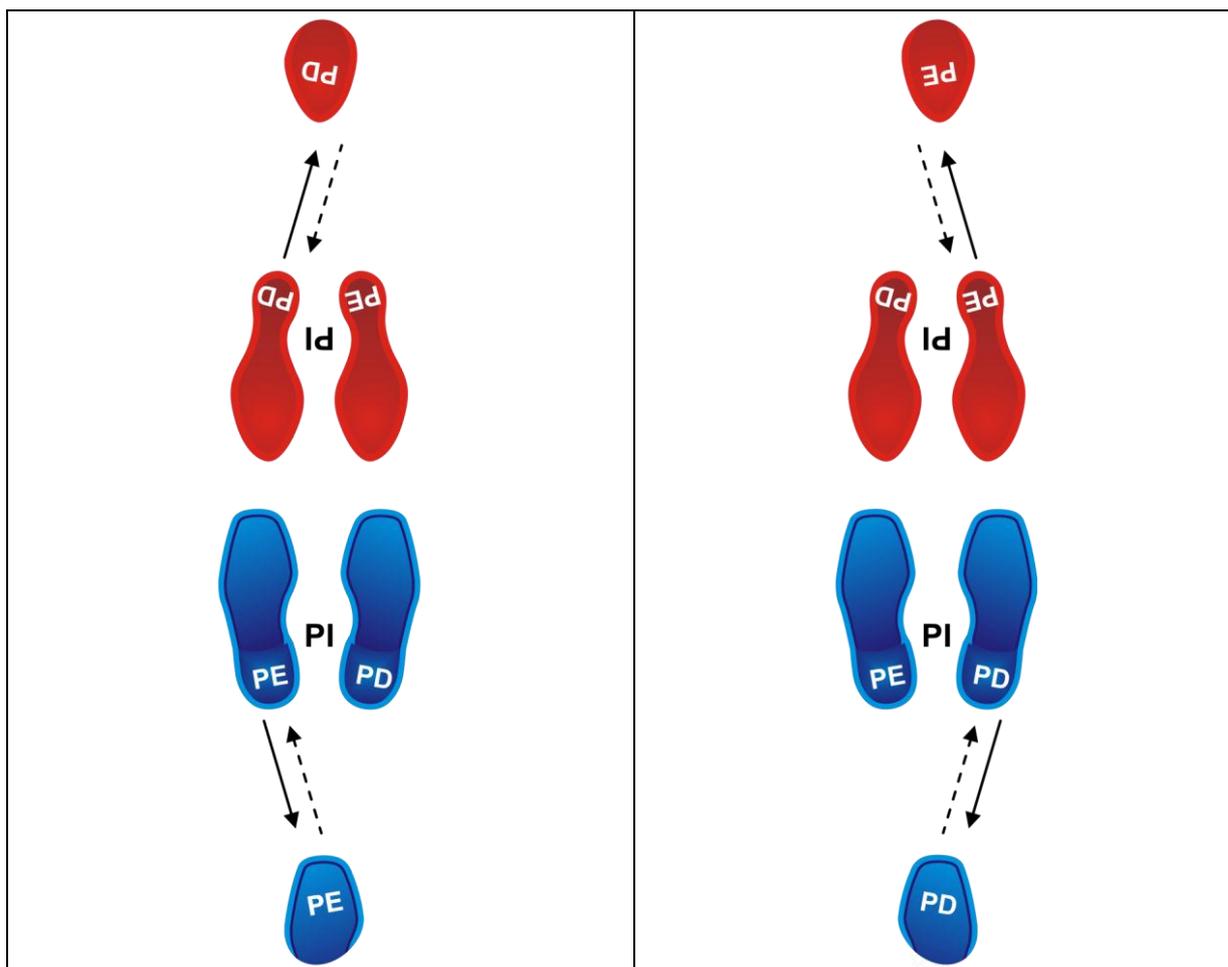


Diagrama 13 - Marcações do leque na PFF e PBC
Fonte: Autoria própria

Movimento leque na PFF



Fotografia 55 - PI para o leque na PFF
Fonte: Autoria própria



Fotografia 56 - Abertura leque 1a
Fonte: Autoria própria



Fotografia 57 - Volta para PFF 1a
Fonte: Autoria própria



Fotografia 58 - Abertura leque 2a
Fonte: Autoria própria



Fotografia 59 - Volta para PFF 2a
Fonte: Autoria própria



Fotografia 60 - Abertura leque 3a
Fonte: Autoria própria



Fotografia 61 - Volta para PFF 3a
Fonte: Autoria própria



Fotografia 62 - Abertura leque 4a
Fonte: Autoria própria



Fotografia 63 - Volta para PFF/PF
Fonte: Autoria própria

Atividade 2.3: marcações do leque na PBC (diagrama 13).

- Partindo da PI (Fotografia 64);
- O homem marca a ponta do PE e a mulher marca a ponta do PD para trás, abrindo a frente do casal, sem abrir a costa do casal, contando 1' (Fotografia 65);
- O homem volta o PE e a mulher volta o PD ficando na PFF contando 2' (Fotografia 66);
- O homem marca ponta do PD e a mulher marca ponta do PE contando 3' (Fotografia 67);
- O homem volta o PD e a mulher volta o PE ficando na PFF contando 4' (Fotografia 68);
- O homem marca ponto do PE e a mulher marca ponta do PD para trás contando 5' (Fotografia 69);
- O homem volta o PE e a mulher volta PD ficando na PFF contando 6' (Fotografia 70);
- O homem marca o PD e a mulher marca o PE para trás contando 7' (Fotografia 71);
- O homem volta o PD e a mulher volta o PE, fechando a frente e a costa do casal, contando 8' (Fotografia 72).

Movimento leque na PBC



Fotografia 64 - PI para o leque na PBC
Fonte: Autoria própria



Fotografia 65 - Abertura leque na PBC
Fonte: Autoria própria



Fotografia 66 - Volta leque para PFF 1b
Fonte: Autoria própria



Fotografia 67 - Abertura leque 1b
Fonte: Autoria própria



Fotografia 68 - Volta leque para PFF 2b
Fonte: Autoria própria



Fotografia 69 - Abertura leque 2b
Fonte: Autoria própria



Fotografia 70 - Volta leque para PFF 3b
 Fonte: Autoria própria



Fotografia 71 - Abertura leque 3b
 Fonte: Autoria própria



Fotografia 72 - Volta para PBC/PF
 Fonte: Autoria própria

4.3 MÓDULO 3

Tema: Dança de Salão “Sertanejo Universitário”.

Duração: 1 aula (50 minutos).

Objetivos: rever os movimentos do módulo 1 e 2; propor novos movimentos e executar os movimentos propostos.

Assuntos abordados:

- Revisão das atividades práticas dos módulos 1 e 2 na posição básica do casal;
- Meio giro;
- Giro básico (o giro é composto por quatro meio giros).

Recursos físicos e materiais: quadra de esportes; rádio e Cd's.

Dinâmica da aula: aula explicativa, demonstrativa e prática.

Público alvo: acadêmicos dos cursos de Engenharia em Controle e Automação, Engenharia Elétrica e Engenharia Mecânica, matriculados na disciplina Qualidade de Vida 1.

Motivação: apresentar aos alunos, movimentos dinâmicos e rápidos, com dificuldade moderada, utilizados em outros estilos de dança de salão.

Desenvolvimento da atividade: a princípio os alunos estarão espalhados pela quadra de esportes na PLL, voltados para a mesma direção (ficando a mulher ao lado do homem), para que todos consigam visualizar e executar os movimentos de maneira dinâmica. A seguir, os alunos realizarão os movimentos na PFF e para encerrar deverão repeti-los na PBC.

Atividade 1: execução das atividades práticas dos módulos 1 e 2 na PBC.

Atividade 2: meio giro na PLL (diagrama 14 a 22).

Obs.: no meio giro na PLL, levar em consideração o posicionamento e a movimentação dos pés do homem (Fotografias 73 a 86).

- Partindo do 7' do leque, onde a ponta do PD está para trás (Fotografia 73);
- Avançar além da PI com PD, ficando de frente para o LE, acertando o PE na mesma direção contando 8' (Fotografia 75).
- Marcar a ponta do PE para trás, ficando de frente para a PI contando 1' (Fotografia 77);
- Voltar o PE, ficando de frente para o LE contando 2' (Fotografia 75);
- Marcar PD atrás, passando pela PI e voltando para o início do movimento contando 3' (Fotografia 85);
- Avançar além da PI com PD, ficando de frente para o LE contando 4' (Fotografia 75);

- Marcar ponta do PE para trás, ficando de frente para a PI contando 5' (Fotografia 77);
- Voltar o PE, ficando de frente para o LE contando 6' (Fotografia 75);
- Marcar PD atrás, passando pela PI e voltando para o início do movimento contando 7' (Fotografia 85);
- Voltar PD para frente, ficando na PI/PF contando 8' (Fotografia 86).

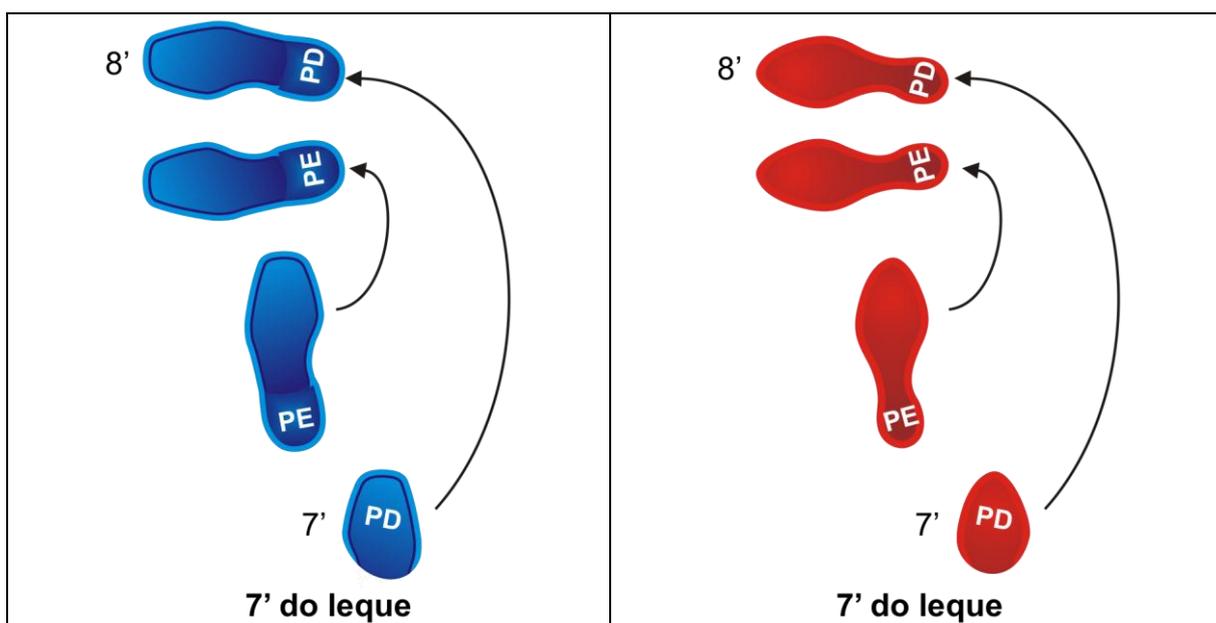


Diagrama 14 - início do meio giro na PLL
Fonte: Autoria própria

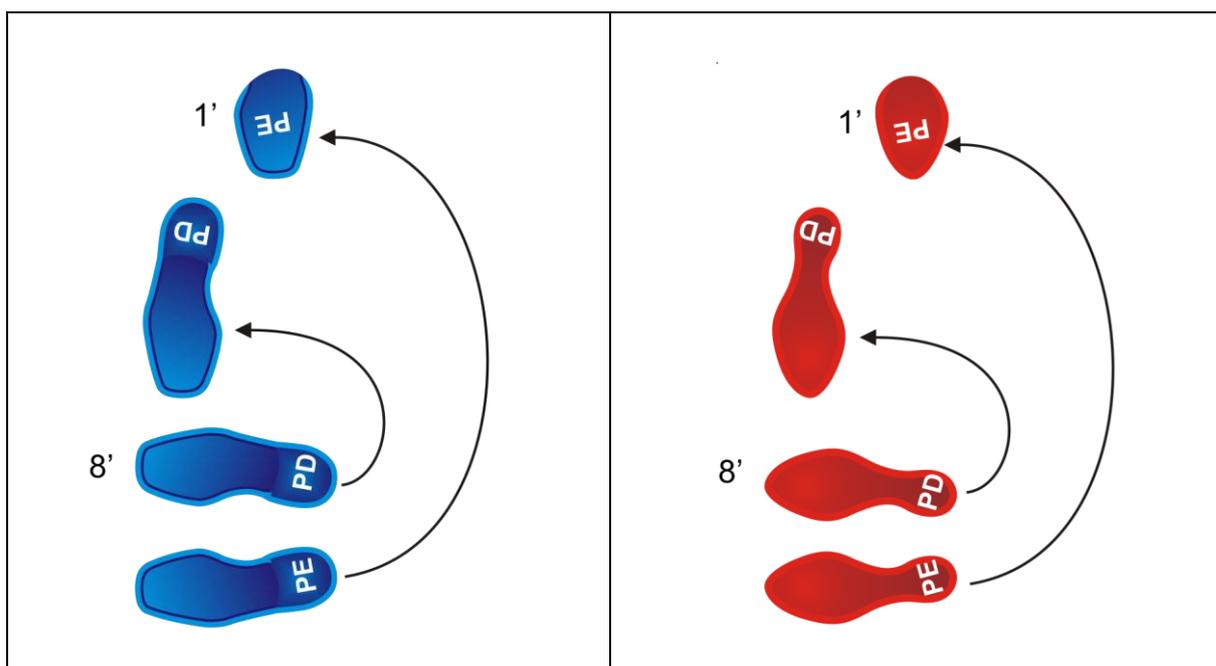


Diagrama 15 - meio giro 1
Fonte: Autoria própria

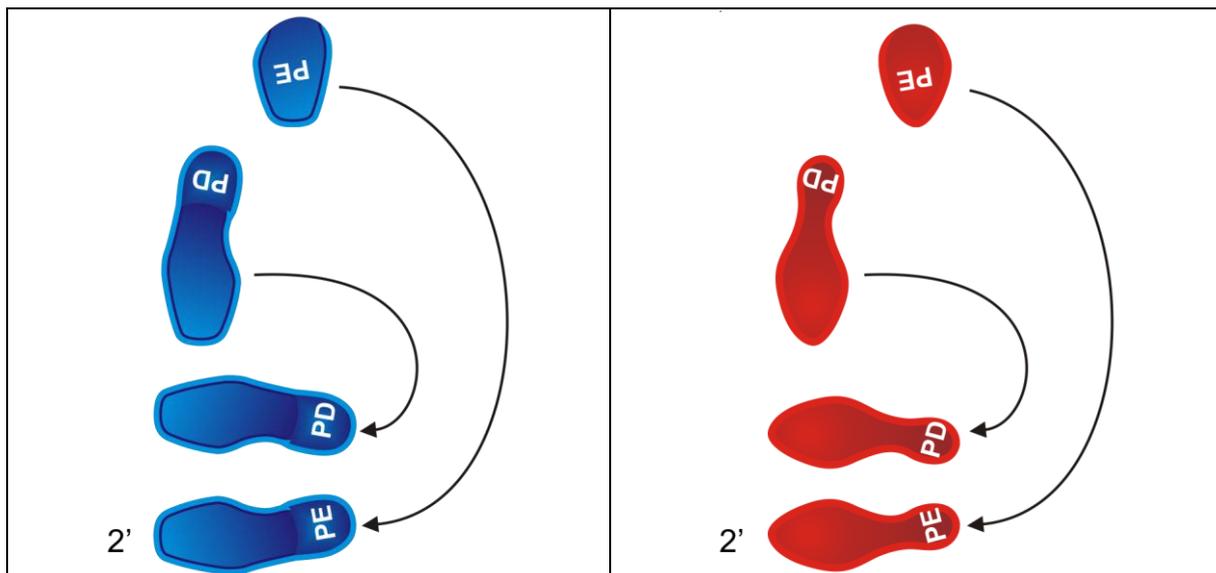


Diagrama 16 - meio giro 2
Fonte: Autoria própria

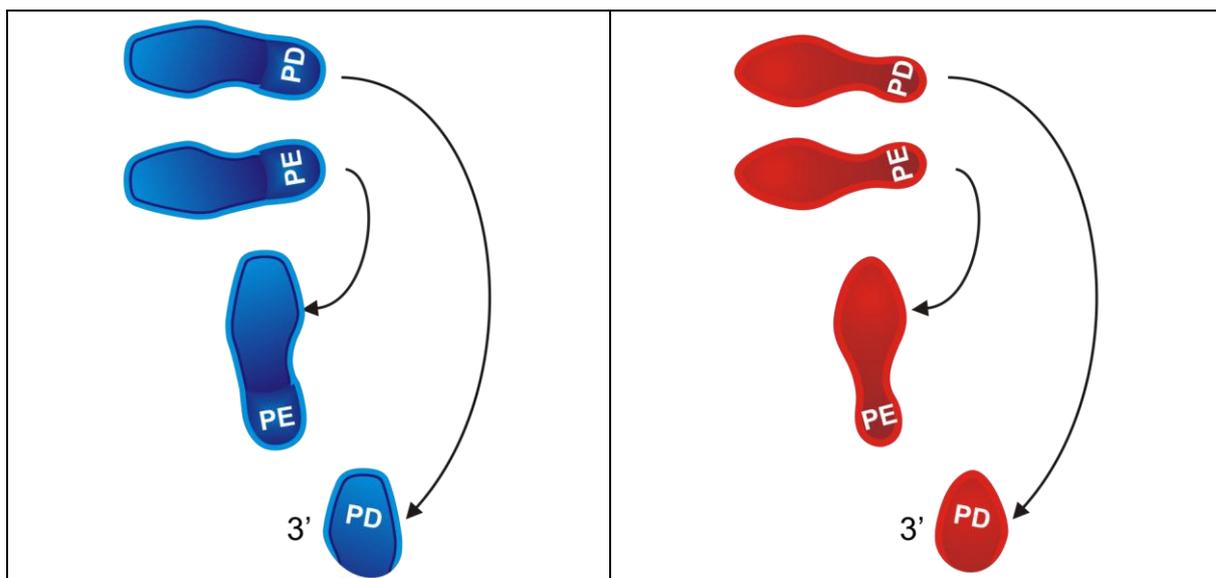


Diagrama 17 - meio giro 3
Fonte: Autoria própria

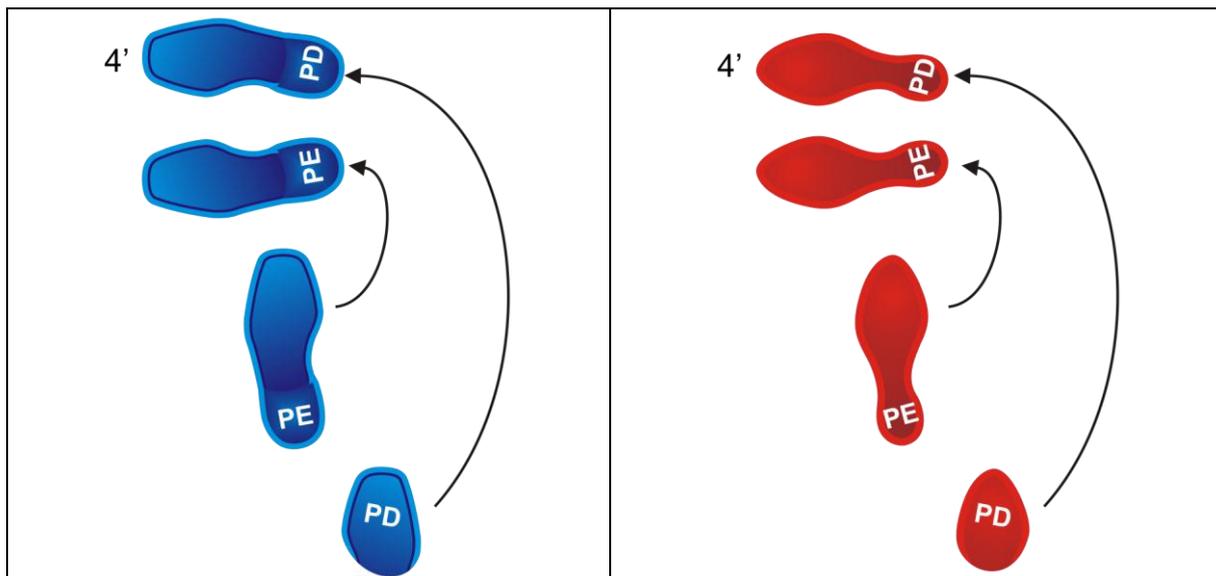


Diagrama 18 - meio giro 4
Fonte: Autoria própria

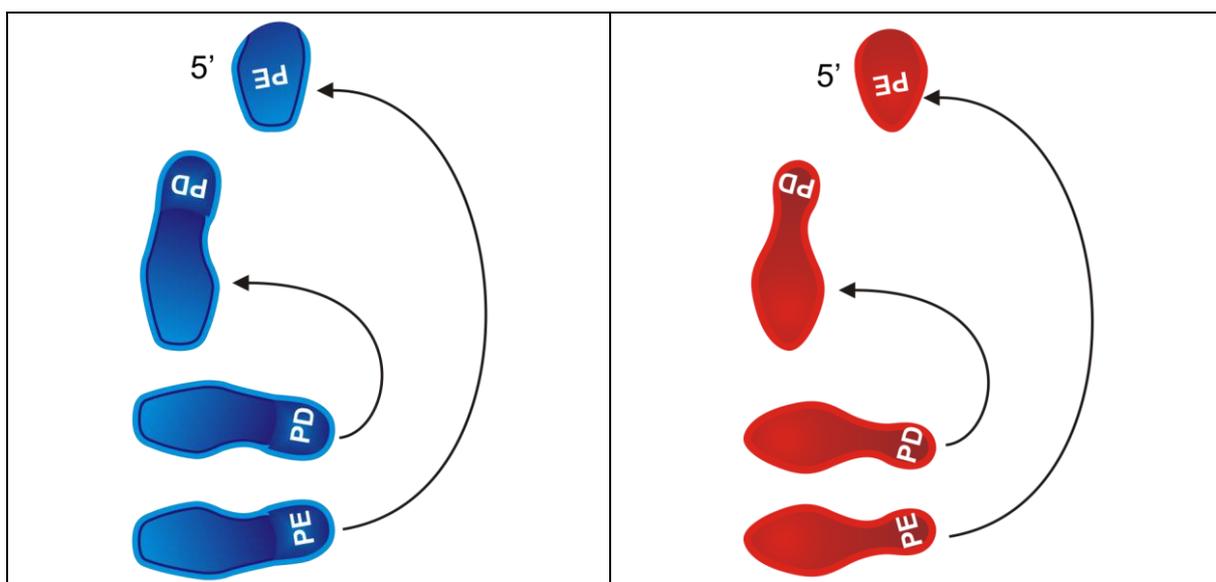


Diagrama 19 - meio giro 5
Fonte: Autoria própria

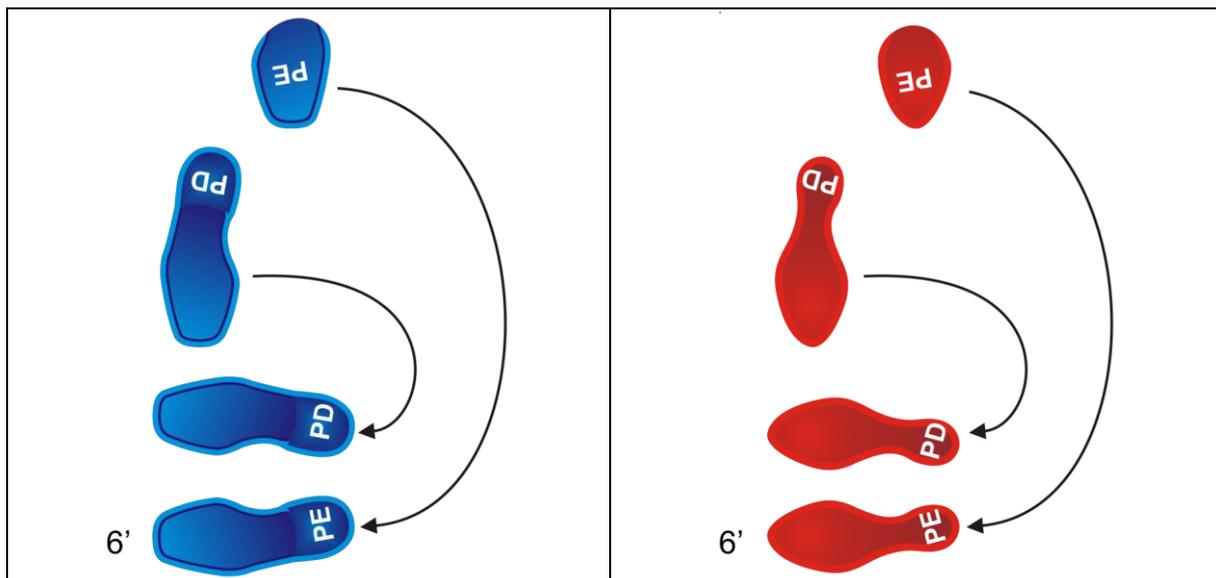


Diagrama 20 - meio giro 6
Fonte: Autoria própria

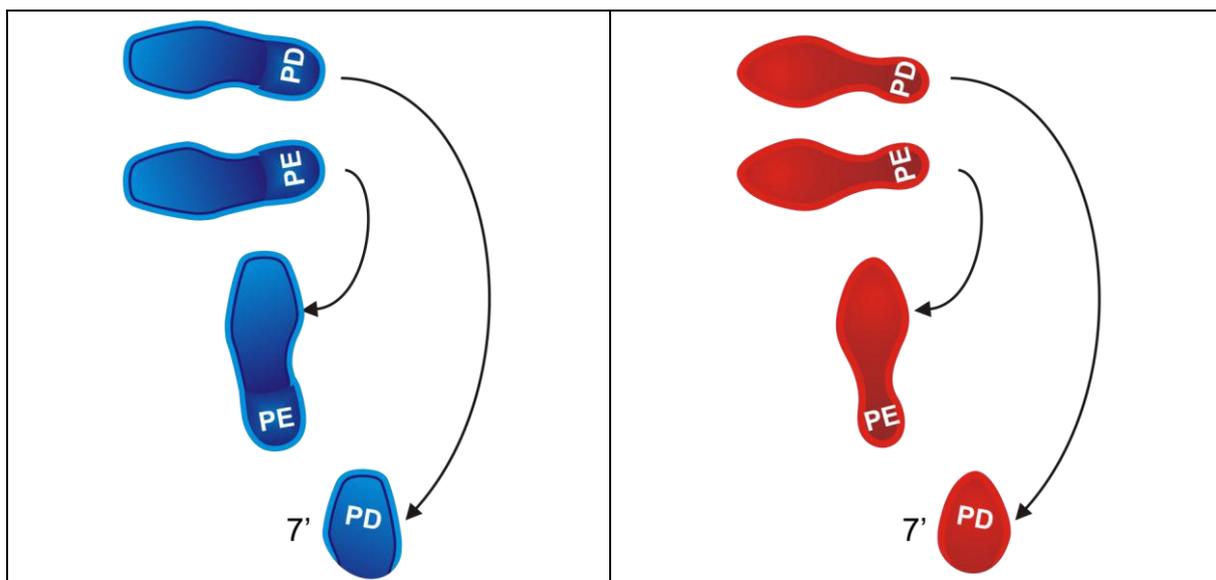


Diagrama 21 - meio giro 7
Fonte: Autoria própria

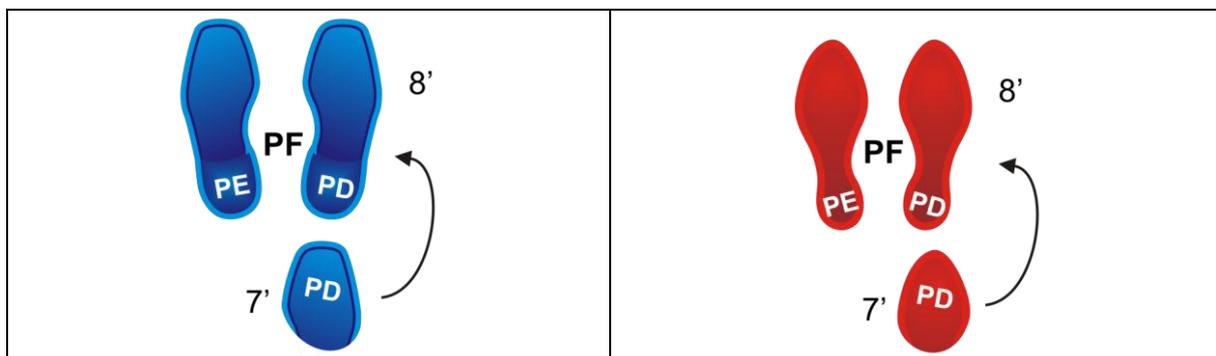


Diagrama 22 - finalização do meio giro na PLL
Fonte: Autoria própria

Atividade 3: giro básico (diagrama 23 a 31), partindo do 7' do movimento leque.

Movimento dos MI (membros inferiores) para a PFF e para a PBC:

Homem

- Marcando o 7' do leque, onde a ponta do PD está para trás (Fotografia 73);
- Avançar além da PI com PD, ficando de frente para o LE, acertando o PE na mesma direção, contando 8' (Fotografia 75);
- Marcar ponta do PE para trás, trocando de lugar com a mulher, contando 1' (Fotografia 77);
- Voltar o PE, ficando de frente para o LE, contando 2' (Fotografia 75);
- Marcar ponta do PD para trás, trocando de lugar com a mulher, contando 3' (Fotografia 85);
- Avançar com PD além da PI, ficando de frente para o LE, contando 4' (Fotografia 75);
- Marcar ponta do PE para trás, trocando de lugar com a mulher, contando 5' (Fotografia 77);
- Voltar o PE, ficando de frente para o LE, contando 6' (Fotografia 75);
- Marcar ponta do PD para trás, trocando de lugar com a mulher, contando 7' (Fotografia 85);
- Fechar o PD, ficando na PFF novamente, contando 8' (Fotografia 86), não considerar os braços da Fotografia.

Mulher

- Marcando o 7' do leque, onde a ponta do PE está para trás (Fotografia 73);
- Avançar além da PI com PE, ficando de frente para o LE, acertando o PD na mesma direção, contando 8' (Fotografia 75);
- Marcar ponta do PD para trás, trocando de lugar com o homem, contando 1' (Fotografia 77);
- Voltar o PD, ficando de frente para o LE, contando 2' (Fotografia 75);
- Marcar PE para trás, trocando de lugar com o homem, contando 3' (Fotografia 85);
- Avança além da posição inicial com PE, ficando de frente para o LE, contando 4' (Fotografia 75);
- Marcar ponta do PD para trás, trocando de lugar com o homem, contando 5' (Fotografia 77);

- Voltar o PD, ficando de frente para o LE, contando 6' (75);
- Marcar PE para trás, trocando de lugar com o homem, contando 7' (Fotografia 85);
- Fechar o PE, ficando frente a frente novamente, contando 8' (Fotografia 86), não considerar os braços da Fotografia.

Movimento dos MS (membros superiores) para a PFF e para a PBC, enquanto acontece o movimento com os MI.

Homem e mulher

- Partindo do 7' do leque, o homem com sua ME, apoiando a MD da mulher (Fotografia 73);
- O homem gira no BD da mulher (Fotografia 74), parando na frente dela com o seu BE embaixo do seu BD pegando a ME da mulher, contando 8' (Fotografia 75);
- O homem solta a MD da mulher (Fotografia 76) para pegar em seguida, deixando os seus dedos da ME para baixo para segurar a MD da mulher, contando 1' (Fotografia 77);
- O homem com seu BE gira a mulher (Fotografias 78, 79, 80, 81 e 82), colocando-a na sua frente, contando 2' (Fotografia 83);
- O homem solta a ME da mulher (Fotografia 84), voltando para o início do movimento (7' do leque), contando 3' (Fotografia 85);
- O homem gira novamente no BD da mulher (Fotografia 74), parando na frente dela com o seu BE embaixo do seu BD pegando a MD da mulher, contando 4' (Fotografia 75);
- O homem solta a ME da mulher (Fotografia 76) para pegar em seguida, deixando os seus dedos da ME para baixo para segurar a MD da mulher, contando 5' (Fotografia 77);
- O homem com seu BE gira a mulher (Fotografias 78, 79, 80, 81 e 82), colocando-a na sua frente, contando 6' (Fotografia 83);
- O homem solta a ME da mulher (Fotografia 84), voltando para o início do movimento (7' do leque), contando 7' (Fotografia 85);
- O homem e a mulher voltam para a PFF ou PBC (Fotografia 86) contando 8'.

Giro básico na PFF e PBC

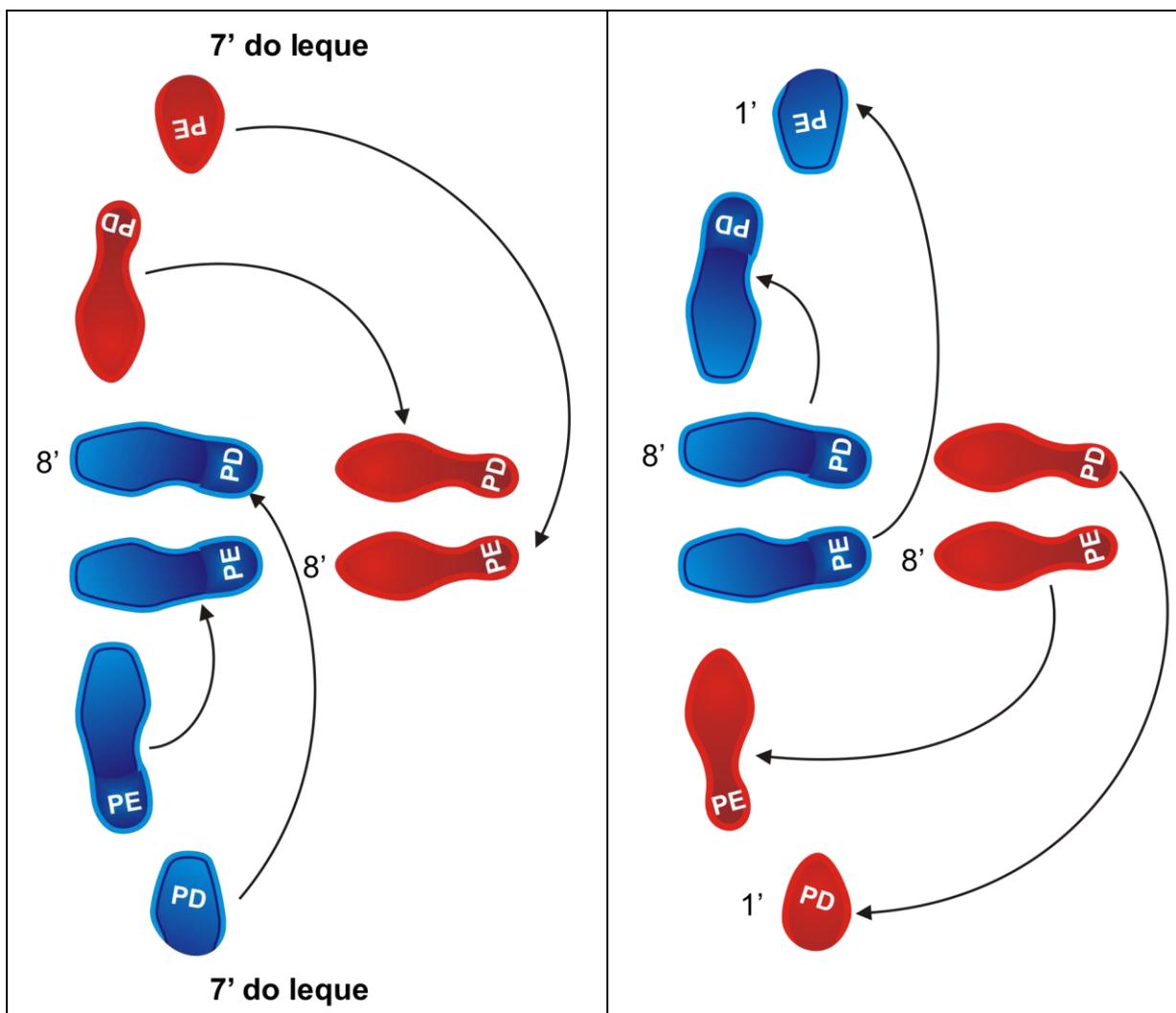


Diagrama 23 - Início do giro básico na PFF e PBC
 Fonte: Autoria própria

Continuação do giro básico na PFF e PBC

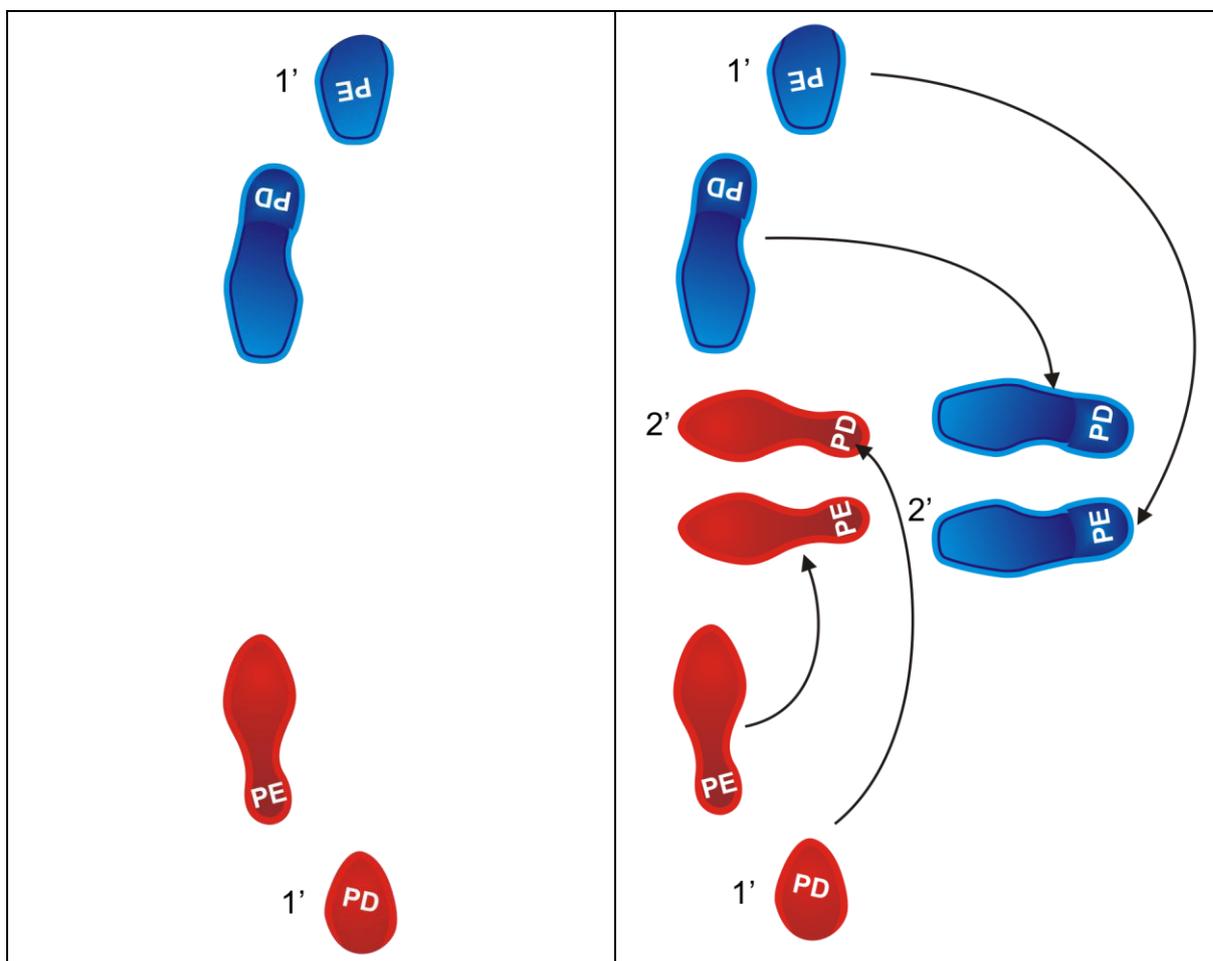


Diagrama 24 - Giro básico 1
Fonte: Autoria própria

Continuação do giro básico na PFF e PBC

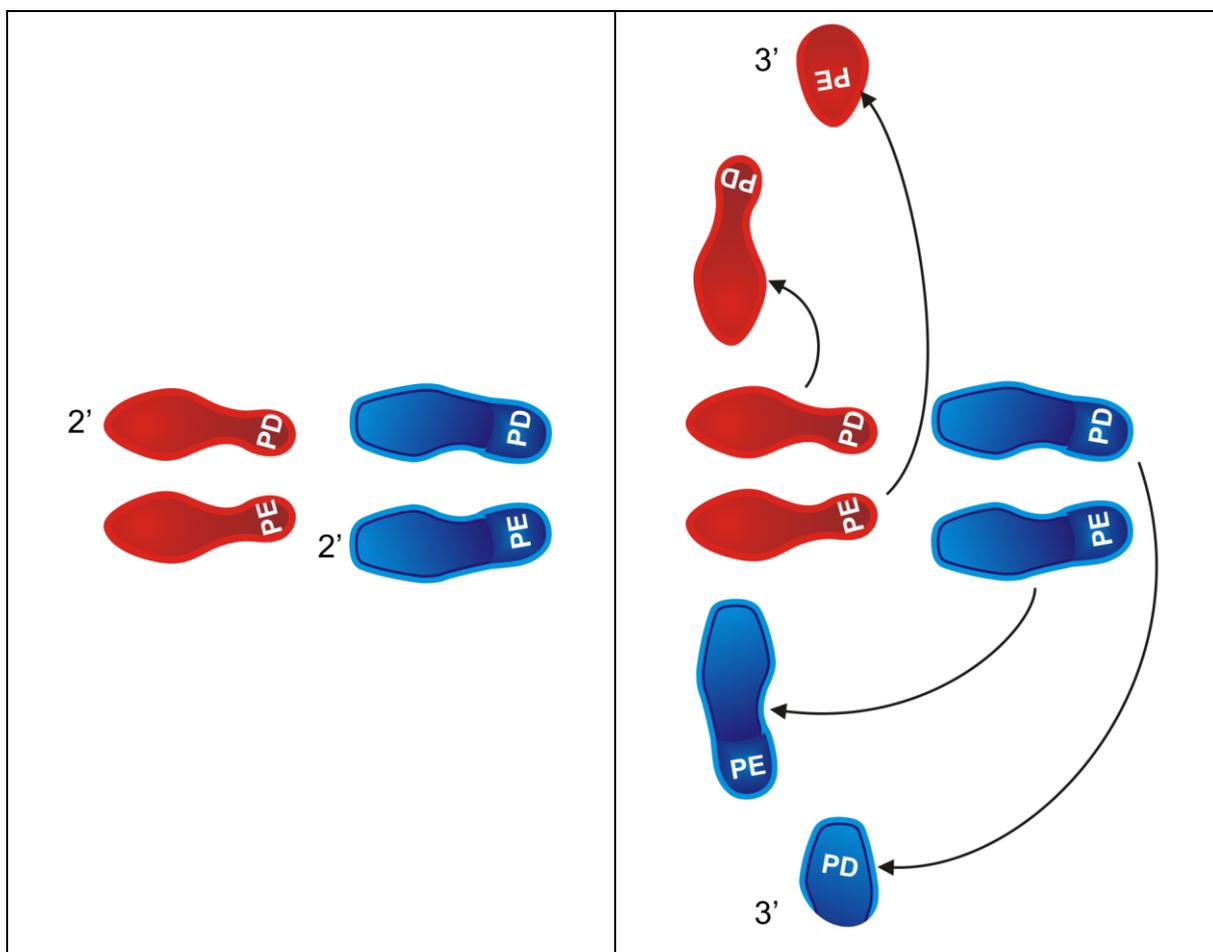


Diagrama 25 - Giro básico 2
Fonte: Autoria própria

Continuação do giro básico na PFF e PBC

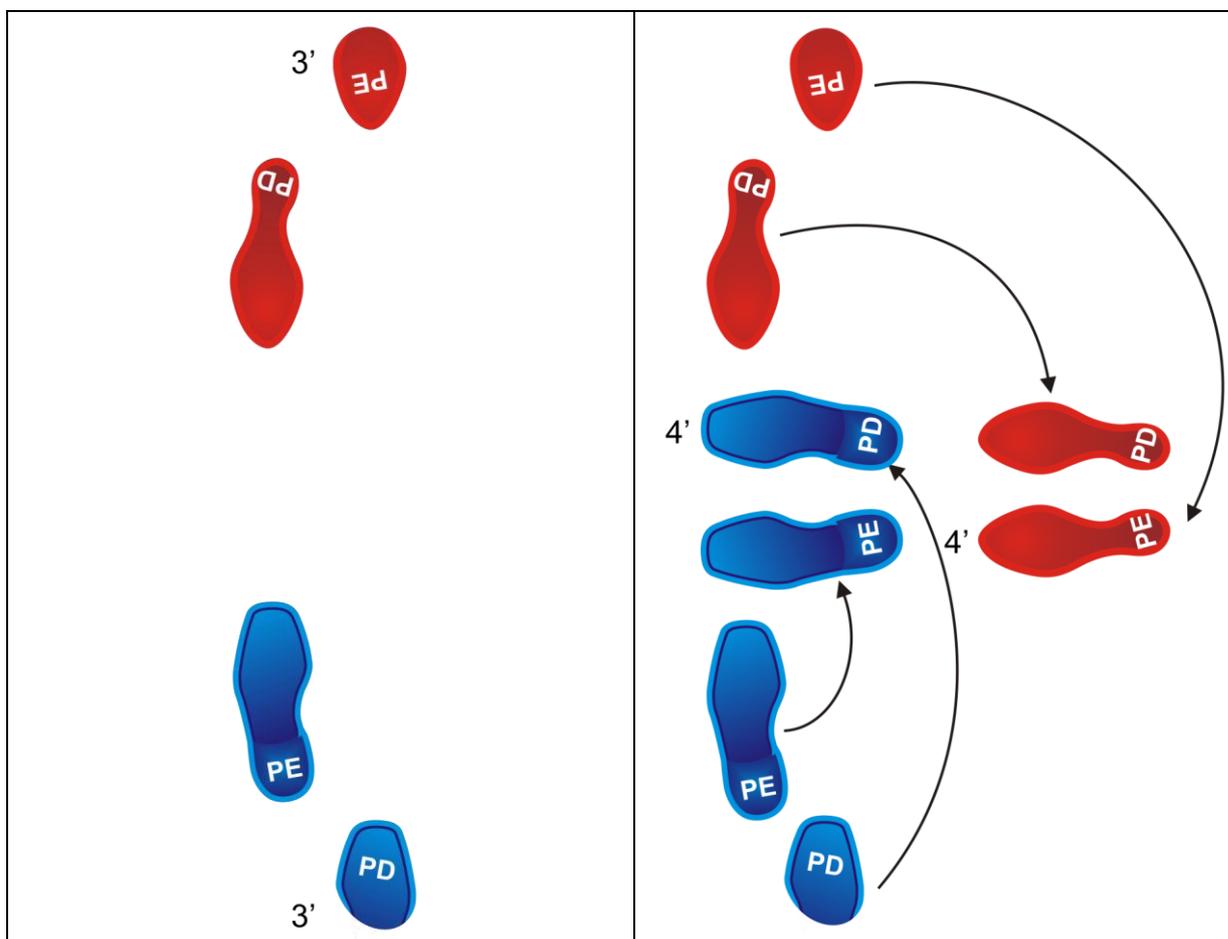


Diagrama 26 - Giro básico 3
Fonte: Autoria própria

Continuação do giro básico na PFF e PBC

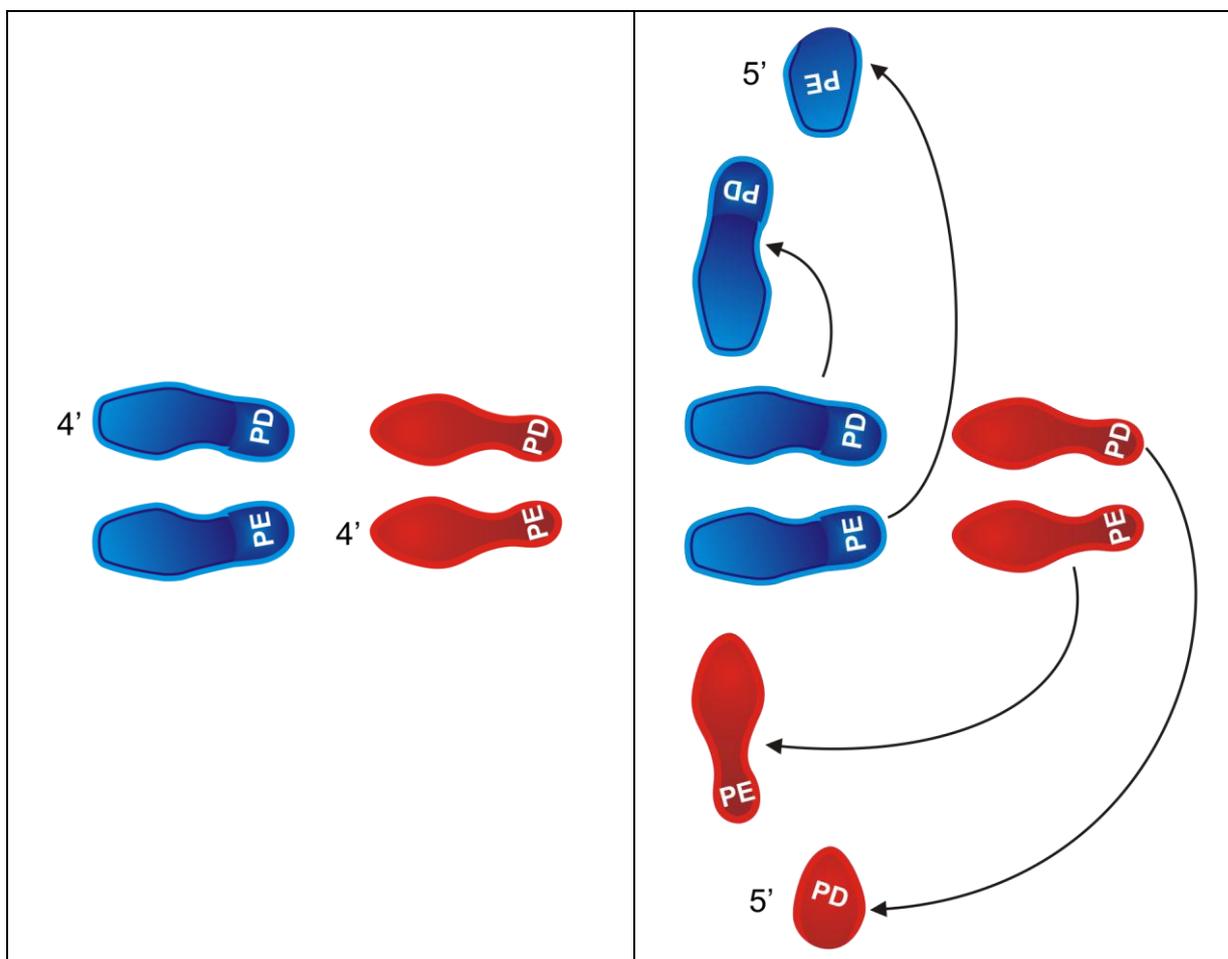


Diagrama 27 - giro básico 4
Fonte: Autoria própria

Continuação do giro básico na PFF e PBC

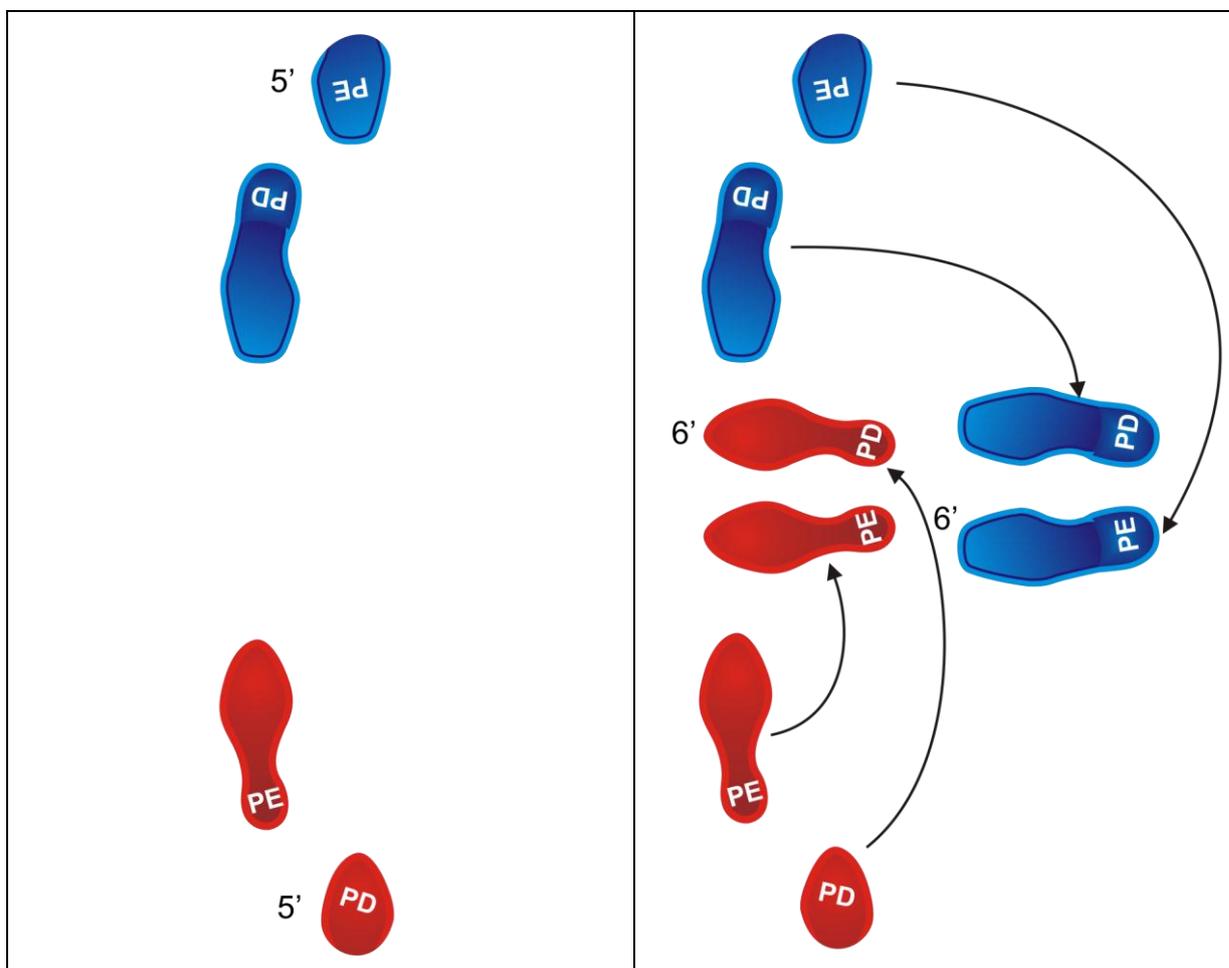


Diagrama 28 - Giro básico 5
Fonte: Autoria própria

Continuação do giro básico na PFF e PBC

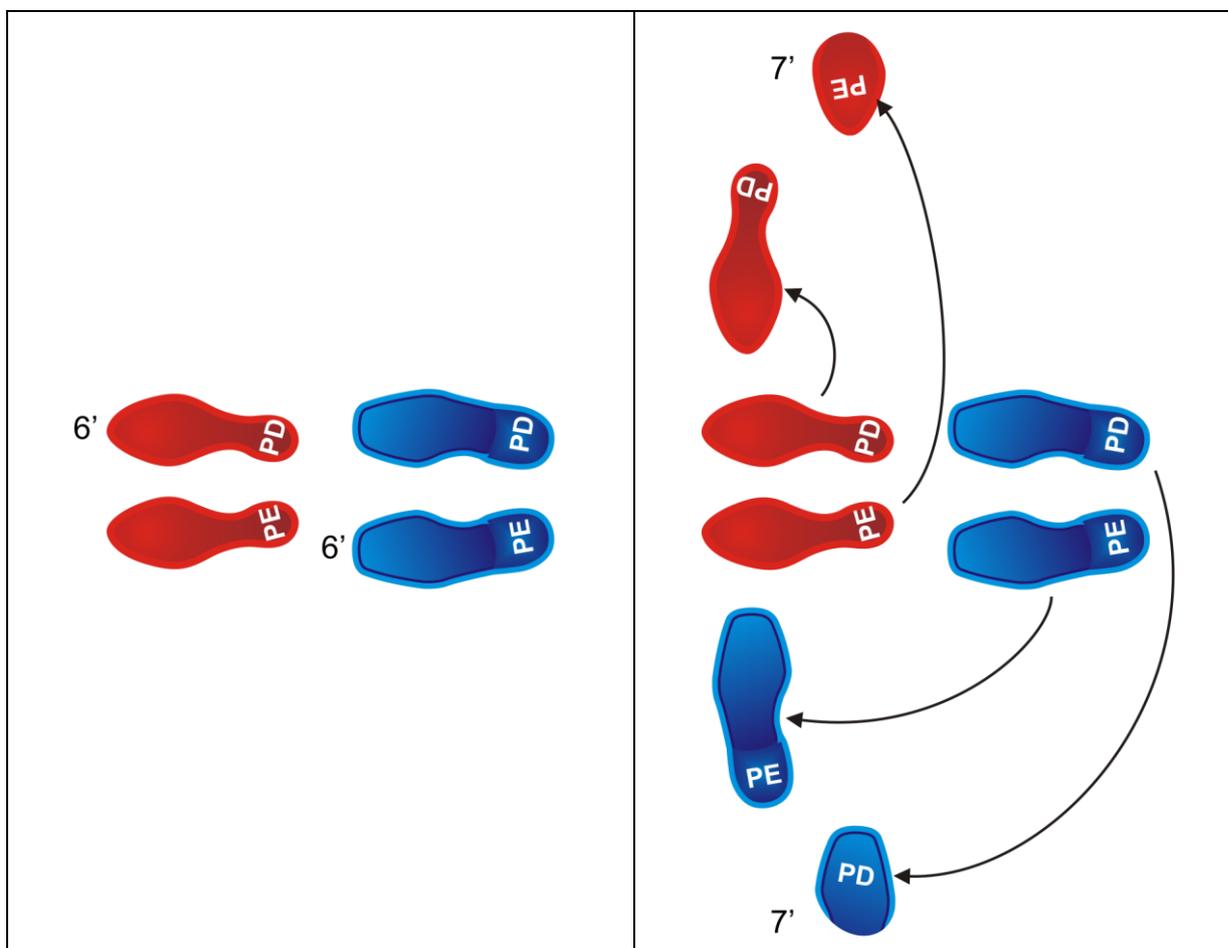


Diagrama 29 - Giro básico 6
Fonte: Autoria própria

Continuação do giro básico na PFF e PBC

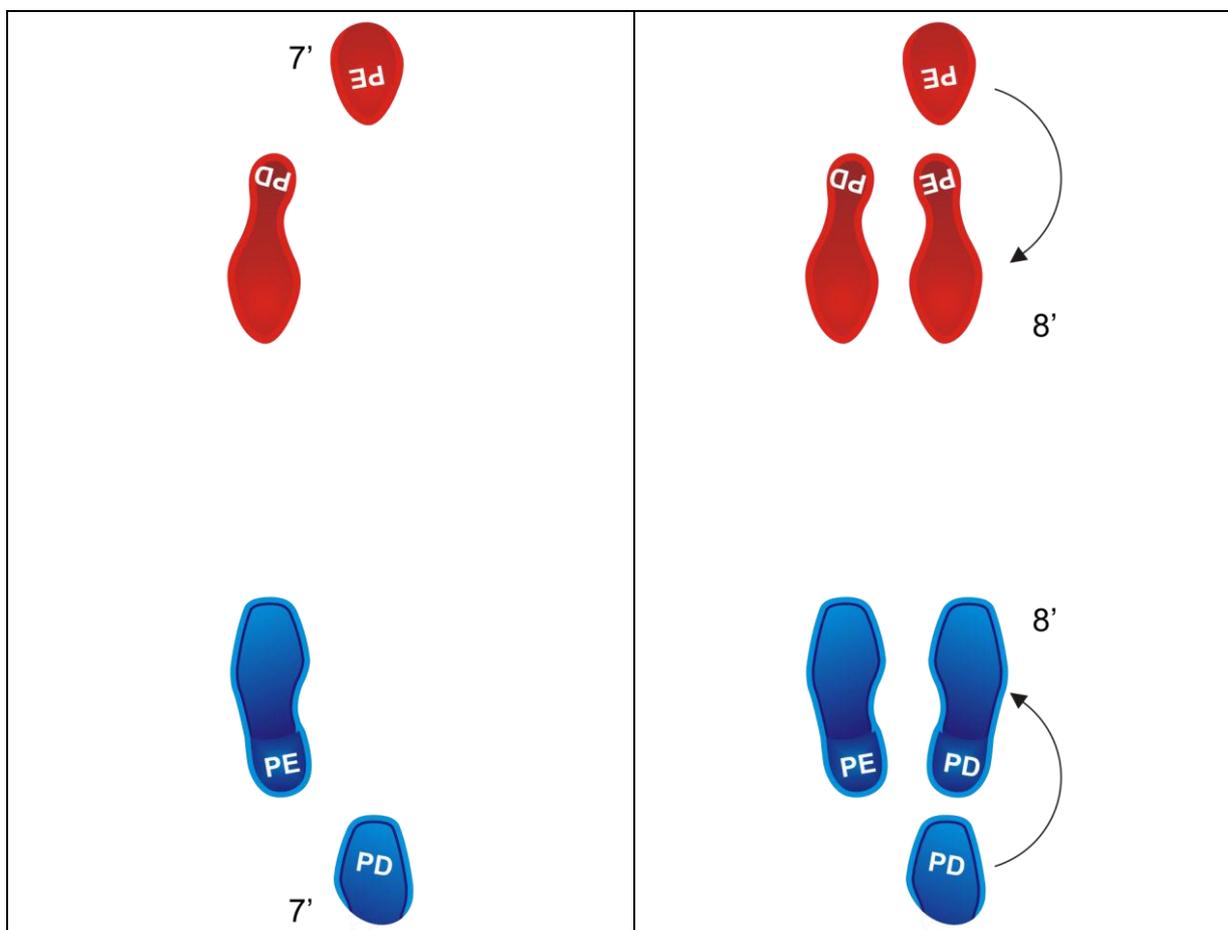


Diagrama 30 - Giro básico 7
Fonte: Autoria própria

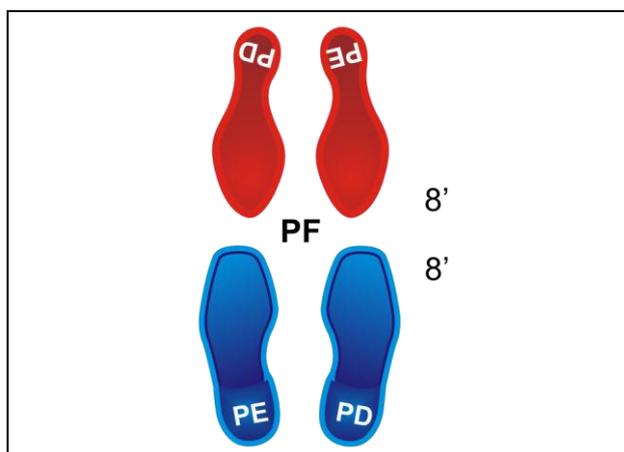


Diagrama 31 - Finalização do giro básico na PFF e PBC
Fonte: Autoria própria

Giro Básico



Fotografia 73 - 7' do movimento leque
Fonte: Autoria própria



Fotografia 74 - Giro do homem 1
Fonte: Autoria própria



Fotografia 75 - Giro do homem 2
Fonte: Autoria própria



Fotografia 76 - Giro do homem 3
Fonte: Autoria própria



Fotografia 77 - Fim do giro do homem
Fonte: Autoria própria



Fotografia 78 - Início do giro da mulher
Fonte: Autoria própria



Fotografia 79 - Giro da mulher 1
Fonte: Autoria própria



Fotografia 80 - Giro da mulher 2
Fonte: Autoria própria



Fotografia 81 - Giro da mulher 3
Fonte: Autoria própria



Fotografia 82 - Giro da mulher 4
Fonte: Autoria própria



Fotografia 83 - Giro da mulher 5
Fonte: Autoria própria



Fotografia 84 - Giro da mulher 6
Fonte: Autoria própria



Fotografia 85 - Fim do giro da mulher
Fonte: Autoria própria



Fotografia 86 - Marcação final na PBC
Fonte: Autoria própria

Atividade 4: junção do movimento leque e do giro básico na PBC.

4.4 MÓDULO 4

Tema: Dança de Salão “Sertanejo Universitário”.

Duração: 1 aula (50 minutos).

Objetivos: rever os movimentos do módulo 1, 2 e 3; propor novo movimento; executar o movimento proposto; demonstrar todos os movimentos executados nos módulos 1, 2, 3 e 4 em uma única sequência, simulando um baile.

Assuntos abordados:

- Revisão das atividades práticas dos módulos 1, 2 e 3 na posição básica do casal;
- Movimento vai e vem (vai e volta).

Recursos físicos e materiais: quadra de esportes; rádio e Cd's.

Dinâmica da aula: aula explicativa, demonstrativa e prática.

Público alvo: acadêmicos dos cursos de Engenharia em Controle e Automação, Engenharia Elétrica e Engenharia Mecânica, matriculados na disciplina Qualidade de Vida 1.

Motivação: apresentar aos alunos um movimento dinâmico de fácil execução, utilizado em outros estilos de dança de salão.

Desenvolvimento da atividade: a princípio os alunos estarão espalhados pela quadra de esportes na PLL, voltados para a mesma direção (ficando a mulher ao lado do homem), para que todos consigam visualizar e executar os movimentos de maneira dinâmica. A seguir, os alunos realizarão os movimentos na PFF e para encerrar deverão repeti-los na PBC.

Atividade 1: execução das atividades dos módulos 1, 2 e 3 na PBC.

Atividade 2: vai e vem, voltando para a PI na PLL (diagrama 32).

- Partindo da PI (Fotografia 87);
- Marcar ponta do PE à frente contando 1' (Fotografia 88);
- Voltar PE na PI contando 2' (Fotografia 89);
- Marcar ponta do PD atrás contando 3' (Fotografia 90);
- Voltar PD na PI contando 4' (Fotografia 91);
- Marcar ponta do PE à frente contando 5' (Fotografia 92);
- Voltar PE na PI contando 6' (Fotografia 93);
- Marcar ponta do PD atrás contando 7' (Fotografia 94);
- Voltar PD na PI contando 8' (Fotografia 95).

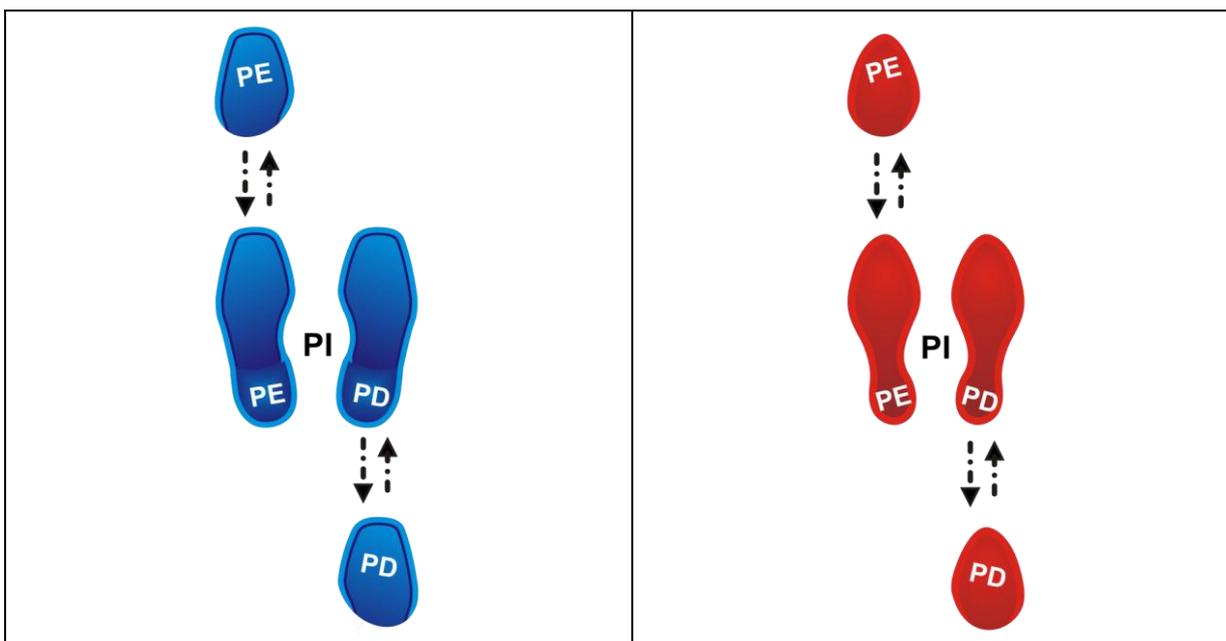


Diagrama 32 - Vai e vem avançando e voltando para a PI
Fonte: Autoria própria

Vai e vem voltando para a PI



Fotografia 87 - PI para o vai e vem na PLL 1
Fonte: Autoria própria



Fotografia 88 - Ponta do PE à frente 1
Fonte: Autoria própria



Fotografia 89 - Volta PE para PI 1
Fonte: Autoria própria



Fotografia 90 - Ponta do PD atrás 1
Fonte: Autoria própria



Fotografia 91 - Volta PD para PI 1
Fonte: Autoria própria



Fotografia 92 - Ponta do PE à frente 2
Fonte: Autoria própria



Fotografia 93 - Volta PE para PI 2
Fonte: Autoria própria



Fotografia 94 - Marcar ponta do PD atrás 2
Fonte: Autoria própria



Fotografia 95 - Volta PD para PI 2
Fonte: Autoria própria

Atividade 3: vai e vem, avançando e recuando além da PI na PLL (diagrama 33).

- Partindo da PI (Fotografia 96);
- Marca ponta do PE à frente contando 1' (Fotografia 97);
- Voltar PE além de onde estava (PI) contando 2' (Fotografia 98);
- Marcar ponta do PD atrás contando 3' (Fotografia 99);
- Voltar PD além de onde estava (PI) contando 4' (Fotografia 100);
- Marcar ponta do PE à frente contando 5' (Fotografia 101);
- Voltar PE contando 6' (Fotografia 102);
- Marcar ponta do PD atrás contando 7' (Fotografia 103);
- Voltar PD para a PI contando 8' (Fotografia 104);

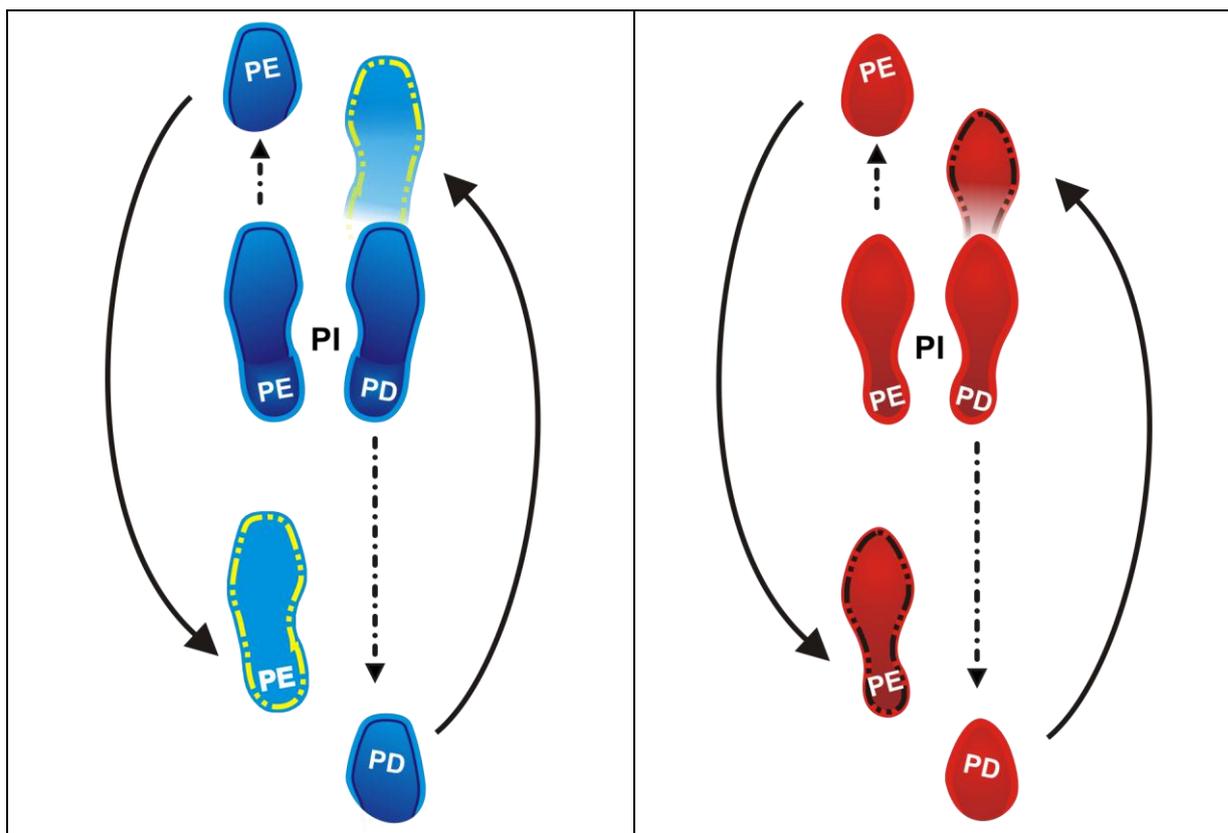


Diagrama 33 - Vai e vem avançando e recuando além da PI
Fonte: Autoria própria

Vai e vem avançando e recuando além da PI



Fotografia 96 - PI para o vai e vem na PLL 2
Fonte: Autoria própria



Fotografia 97 - Ponta do PE à frente 1
Fonte: Autoria própria



Fotografia 98 - Volta PE além da PI 1
Fonte: Autoria própria



Fotografia 99 - Ponta do PD atrás 1
Fonte: Autoria própria



Fotografia 100 - Volta PD além da PI 1
Fonte: Autoria própria



Fotografia 101 - Ponta do PE à frente 2
Fonte: Autoria própria



Fotografia 102 - Volta PE além da PI 2
Fonte: Autoria própria



Fotografia 103 - Ponta do PD atrás 2
Fonte: Autoria própria



Fotografia 104 - Volta PD para PI 2
Fonte: Autoria própria

Atividade 4: vai e vem, avançando e recuando além da PI na PFF (diagrama 34).

- Partindo da PI (Fotografia 105);
- O homem avança com ponta do PE à frente, a mulher recua com ponta do PD atrás contando 1' (Fotografia 106);
- O homem volta PE além de onde estava (PI), a mulher volta PD além de onde estava (PI) contando 2' (Fotografia 107);
- O homem marca recua com ponta do PD atrás, a mulher avança com ponta do PE à frente contando 3' (Fotografia 108);
- O homem volta PD, a mulher volta PE contando 4' (Fotografia 109);
- O homem marca ponta do PE à frente, a mulher ponta do PD atrás contando 5' (Fotografia 110);
- O homem volta PE, a mulher volta PD contando 6' (Fotografia 111);
- O homem marca ponta do PD atrás, a mulher marca PE à frente contando 7' (Fotografia 112);
- O homem volta com PD e a mulher com PE ficando novamente na PI contando 8' (Fotografia 113).

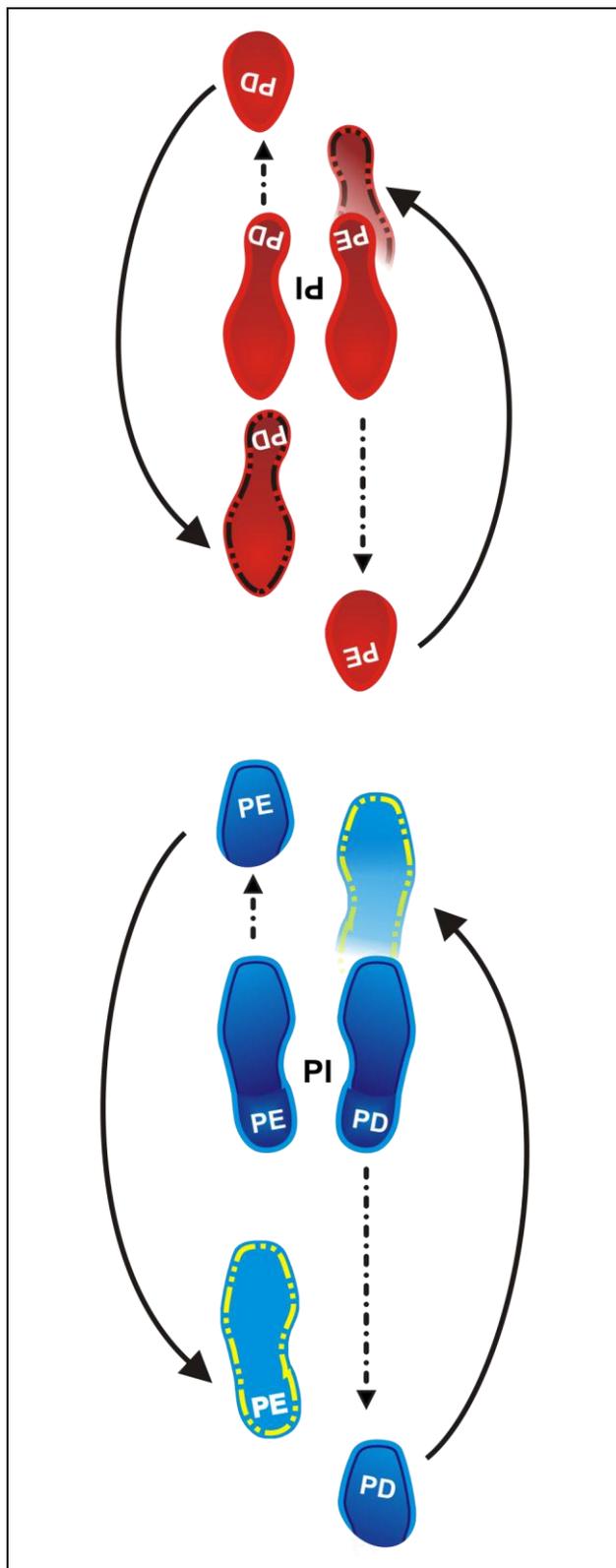


Diagrama 34 - Vai e vem na PFF e PBC
 Fonte: Autoria própria

Vai e vem na PFF



Fotografia 105 - PI para o vai e vem na PFF
Fonte: Autoria própria



Fotografia 106 - H PE para frente/M PD PTr 1
trás 1
Fonte: Autoria própria



Fotografia 107 - H PE para trás/M PD para
frente 1
Fonte: Autoria própria



Fotografia 108 - H PD para trás/M PE para
frente 1
Fonte: Autoria própria



Fotografia 109 - H PD para frente/M PE para
trás 1
Fonte: Autoria própria



Fotografia 110 - H PE para frente/M PD para
trás 2
Fonte: Autoria própria



Fotografia 111 - H PE para trás/M PD para frente 2

Fonte: Autoria própria



Fotografia 112 - H PD para trás/M PE para frente 2

Fonte: Autoria própria



Fotografia 113 - H PD para frente/M PE para trás 2

Fonte: Autoria própria

Atividade 4.1: vai e vem, avançando e recuando além da PI na PBC diagrama 34).

Vai e vem na PBC



Fotografia 114 - PI para o vai e vem na PBC
Fonte: Autoria própria



Fotografia 115 - H PE para frente/M PD para trás 1
Fonte: Autoria própria



Fotografia 116 - H PE para trás/M PD para frente 1
Fonte: Autoria própria



Fotografia 117 - H PD para trás/M PE para frente 1
Fonte: Autoria própria



Fotografia 118 - H PD para frente/M PE para trás 1
Fonte: Autoria própria



Fotografia 119 - H PE para frente/M PD para trás 2
Fonte: Autoria própria



Fotografia 120 - H PE para trás/M PD para frente 2

Fonte: Autoria própria



Fotografia 121 - H PD para trás/M PE para frente 2

Fonte: Autoria própria



Fotografia 122 - H PD para frente/M PE para trás 2

Fonte: Autoria própria

Atividade 5: - execução das atividades dos módulos 1, 2, 3 e 4 na PBC, no sentido anti-horário, simulando um baile (Fotografias 123 e 124).



Fotografia 123 - Baile 1
Fonte: Autoria própria



Fotografia 124 - Baile 2
Fonte: Autoria própria

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este manual foi criado no intuito de proporcionar uma maneira prática e de fácil entendimento sobre como efetuar movimentos básicos para a Dança de Salão “Sertanejo Universitário”. O manual também possui várias formas de visualização dos conceitos aplicados de forma descritiva, diagramas e imagens que vão auxiliar no processo de qualquer iniciante a esta atividade de lazer. Como apoio ao manual, foi elaborado um vídeo didático com a mesma proposta que está disponível em meios de comunicação livres, como no link: <<http://www.youtube.com/gdancautfprcp>> e <<http://paginapessoal.utfpr.edu.br/soniamaria/video-mestrado>>.

Este trabalho baseou-se em um grupo de acadêmicos de cursos da área tecnológica e constatou-se ao final de uma oficina aplicada a eficiência didática deste. Os movimentos servem não só para o "Sertanejo Universitário", mas como exposto durante a oficina, podem ser adaptados em contagem de tempos diferentes para abordar outros ritmos. É importante ressaltar que o estudo não pára por aqui, pois cabe ao estudante pesquisar, praticar e criar suas próprias variações gerando um estilo pessoal e agradável.

Salienta-se a importância da prática com respeito ao parceiro(a) e disposição a novas descobertas. No mais este produto servirá como guia e companheiro nesta jornada de descoberta e revelação para com a arte e o lazer.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, C. M. Um olhar sobre a prática da dança de salão. **Movimento & Percepção**, Espírito Santo de Pinhal, SP. v. 5, n. 6, jan./jun., 2005. Disponível em: <<http://www.unipinhal.edu.br/movimentopercepção/viewartichle.php?id=41>>. Acesso em: 27 fev. 2012.

FERN, E.; FERN, H. **Vamos aprender a dançar**: com fotografias e diagramas. Rio de Janeiro: Ediouro, 1982.

FONSECA, C. C. **Esquema corporal, imagem corporal e aspectos motivacionais na dança de salão**. 2008. 111 f. Dissertação (Mestrado em Educação Física), Universidade São Judas Tadeu. São Paulo, 2008.

FORRÓ universitário, sertanejo universitário, qual será o próximo estilo a ingressar na faculdade?. **Revista Offline**, 2012. Disponível em: <<http://www.offline.com.br/?p=1753>>. Acesso em: 22 abr. 2013.

UTFPR-CP (Universidade Tecnológica Federal do Paraná - Câmpus Cornélio Procópio). Assessoria Executiva e de Comunicação. **Dados da UTFPR-CP**. E-mail: Cornélio Procópio, 2012.