

A contribuição da dança para o desenvolvimento do equilíbrio motor na infância: Uma revisão integrativa

**The contribution of dance to the development of motor balance of elementary school 1: An
integrative review**

**El aporte de la danza al desarrollo del equilibrio motriz de los alumnos de primaria 1: Una revisión
integrativa**

Recebido: 01/11/2024 | Revisado: 11/11/2024 | Aceitado: 13/11/2024 | Publicado: 16/11/2024

Sergiane Ferreira Menezes

ORCID: <https://orcid.org/0009-0005-9171-7270>
Centro Universitário do Norte - UNINORTE, Brasil
E-mail: sergimenezes29@gmail.com

Luan Marcel de Oliveira Ocampo

ORCID: <https://orcid.org/0009-0002-8116-1385>
Centro Universitário do Norte - UNINORTE, Brasil
E-mail: luanocampo24@gmail.com

Alessandra Bárbara César de Freitas Boaventura

ORCID: <https://orcid.org/0009-0002-0413-7947>
Centro Universitário do Norte - UNINORTE, Brasil
E-mail: 03120007@prof.uninorte.com.br

Joaquim Albuquerque Viana

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4124-6272>
Centro Universitário do Norte - UNINORTE, Brasil
E-mail: joaquimaviana@gmail.com

Resumo

Na infância, o repertório de movimentos é fortalecido, portanto, a integração sensorial através da dança é uma excelente oportunidade para o desenvolvimento das habilidades motoras, percepção espacial e corporal, além da criança ter a oportunidade de explorar os limites do seu corpo. Logo, o ensino através da dança não é apenas um símbolo cultural ou uma forma de expressão, mas uma ferramenta que contribui para o aprimoramento de habilidades básicas e fundamentais, como o “equilíbrio motor”. Partindo deste cenário, este estudo tem como proposta uma estratégia qualitativa, de caráter integrativo, por meio de uma revisão literária, tomando como ponto de partida o objetivo dessa pesquisa – que é verificar através de uma análise integrativa estudos que abordem como a dança contribui no desenvolvimento do equilíbrio motor na infância, bem como contextualizar os fundamentos da dança, do equilíbrio motor e a sua inserção nas aulas de Educação Física, beneficiando diretamente os leitores e os futuros docentes da área. Vale ressaltar que o estudo busca trazer aos interessados, reflexões acerca da contribuição da dança na Educação Física, que se encontra tão desvalorizada, pois nas escolas a dança só é manifestada como forma de entretenimento em eventos. Com este estudo é possível compreender que a dança vai além disso, e que pode contribuir para o desenvolvimento educacional dos discentes.

Palavras-chave: Movimento; Habilidades motoras; Educação Física Escolar.

Abstract

In childhood, the repertoire of movements is strengthened, therefore, sensory integration through dance is an excellent opportunity for the development of motor skills, and special and body perception, in addition to the child having the opportunity to explore the limits of their body. Therefore, teaching through dance is not just a cultural symbol or a form of expression, but a tool that contributes to basic skills, such as “motor balance”. Starting from this scenario, this study aimed at a qualitative strategy, of a descriptive nature, through a literary review, taking as a starting point the objective of this research - which is to verify, through an integrative analysis, studies that address how dance contributes in the development of motor balance in elementary school students, as well as contextualizing the fundamentals of dance, motor balance and their insertion in Physical Education classes, directly benefiting readers and future teachers in the area of Physical Education. It is worth mentioning that the study seeks to bring reflections to interested parties about the contribution of dance in Physical Education, which is so undervalued, as in schools dance is only expressed as a form of entertainment, at events. With this study, it is possible to understand that dance goes beyond this and can contribute to the educational development of students.

Keywords: Motion; Motor skills; School Physical Education.

Resumen

En la infancia se fortalece el repertorio de movimientos, por ello, la integración sensorial a través de la danza es una excelente oportunidad para el desarrollo de la motricidad, la percepción espacial y corporal, además de que el niño tenga la oportunidad de explorar los límites de su cuerpo. Por tanto, enseñar a través de la danza no es sólo un símbolo cultural o una forma de expresión, sino una herramienta que contribuye a la mejora de habilidades básicas y fundamentales, como el “equilibrio motor”. A partir de este escenario, este estudio propone una estrategia cualitativa, de carácter integrador, a través de una revisión literaria, tomando como punto de partida el objetivo de esta investigación - que es verificar, a través de un análisis integrador, estudios que aborden cómo la danza contribuye a la el desarrollo del equilibrio motor en estudiantes de educación básica, así como contextualizar los fundamentos de la danza, el equilibrio motor y su inclusión en las clases de Educación Física, beneficiando directamente a los lectores y futuros docentes del área. Cabe mencionar que el estudio busca acercar a los interesados reflexiones sobre el aporte de la danza a la Educación Física, la cual está tan infravalorada, ya que en las escuelas la danza sólo se expresa como una forma de entretenimiento en eventos. Con este estudio es posible comprender que la danza va más allá y que puede contribuir al desarrollo de los estudiantes en el aspecto educativo.

Palabras clave: Movimiento; Habilidades motoras; Educación Física Escolar.

1. Introdução

No mundo, os seres humanos dependem do corpo, principalmente quando é necessário se movimentar, é através desses “movimentos” que é possível realizar tarefas, variando das mais básicas até as mais complexas do dia a dia. Logo, o movimento desempenha um papel importante na vida humana sob diversas formas. Onde há vida, há movimento, sem movimento, não há vida (Go Tani, 2013). Sendo assim, o presente estudo teve como foco verificar através de uma análise integrativa estudos que abordem como a dança contribui no desenvolvimento do equilíbrio motor na infância.

Sendo assim, compreende-se a dança como a arte de movimentar o corpo no tempo e no espaço, por consequência é uma das atividades físicas mais completas que auxiliam o desenvolvimento motor e o aprimoramento integral do indivíduo. Ela caracteriza-se também como uma das manifestações mais ancestrais da cultura humana, encontrando-se atualmente presente no contexto educacional. Logo, educar através da dança não se implica apenas a um símbolo cultural, trabalhada pedagogicamente, consegue contribuir positivamente para um melhor desenvolvimento das habilidades motoras dos discentes, além de ajudá-los na construção da liberdade e capacidade de expressão (Albuquerque et al. 2020).

Assim, a Educação Física (EF) escolar é uma área que busca introduzir e integrar os alunos em um contexto que vai além da cultura e do movimento organizado. Ela visa também inserir o lazer, a expressão de sentimentos, afetos, emoções e a qualidade de vida. Logo, a dança tornou-se na EF escolar um dos objetos de ensino que exerce o papel de ferramenta pedagógica a qual auxilia no desenvolvimento de outros conteúdos, bem como a dança aplicada nas aulas de EF que exige uma ruptura com o tradicional, para que os conteúdos ministrados com um eixo estrutural da atividade pedagógica valorizem o princípio da inclusão e da diversidade (Duarte, 2012).

Outrossim, em uma perspectiva metodológica de ensino, o objetivo da aprendizagem consiste em desenvolver no aluno capacidades e habilidades psicológicas, cognitivas e motoras, além de ajudar na participação das atividades de cooperação como os trabalhos em grupos. Deste modo, o aluno irá compreender a necessidade da comunicação social, da aquisição de valores e dos conhecimentos democráticos, bem como o respeito aos seus princípios sociais. Assim, pode-se acreditar que os alunos na fase da infância como nas demais fases da vida, terão a oportunidade de usufruir dos movimentos e valores culturais que a dança oferece durante o processo de ensino aprendizagem (Brasil, 1998).

Partindo desse ponto, o desenvolvimento motor parte do desenvolvimento do indivíduo desde os primeiros meses de vida, segundo Lima, et al. (2020) ele é caracterizado por mudanças graduais nas habilidades motoras, sendo considerado um processo sequencial e contínuo, ligado a idade cronológica, no qual o indivíduo desenvolve uma série de capacidades motoras que vão desde movimentos básicos, irregulares até os mais complexos, que combinam locomoção, manipulação e equilíbrio. Portanto, pode-se dizer que o desenvolvimento motor é visto como uma parte importante da infância, e a criança deve ter

oportunidades para desenvolver suas habilidades motoras.

Do mesmo modo, leva-se em consideração que é nesse período escolar que as crianças estão aperfeiçoando as habilidades motoras, entre elas o “equilíbrio motor”, que segundo Nunes et al (2019) é a habilidade física que possibilita que as pessoas se ajustem ao ambiente em situação de calma (equilíbrio quase estático) quanto de movimento, quando enfrentam diferentes estímulos (equilíbrio dinâmico), resultando em estabilidade e direcionamento. Eventualmente o estudo buscou compreender como a dança pode contribuir para o desenvolvimento do equilíbrio motor na infância.

Uniformemente, é importante compreender sobre o equilíbrio motor, por englobar as capacidades dos educandos de manter a postura ou fazer alterações na posição do corpo de acordo com a exigência do ambiente e o desenvolvimento postural. Pode-se argumentar assim, que a dança como processo educativo pode contribuir para o desenvolvimento de habilidades básicas, padrões básicos de movimento. Através das execuções corporais, a criança se relaciona e participa de maneira dinâmica no meio físico ou social. A evolução das habilidades motoras nas crianças durante sua maturação é fundamental para seu crescimento e integração intelectual.

No ambiente escolar, a educação física desempenha um papel crucial ao oferecer atividades que promovam o aprimoramento dessas habilidades e incentivam a adoção de hábitos saudáveis. Portanto, a manutenção da estabilidade do corpo, é resultado do equilíbrio entre as forças que atuam durante a prática de atividades físicas. Quando esse equilíbrio não é desenvolvido, pode afetar a capacidade da criança de realizar desde atividades motoras básicas até as mais complexas, podendo impactar no estado emocional da criança, levando-a a se retrair, ficar tímida e insegura. Além disso, tarefas que eram simples podem se tornar frustrantes (Cury & Magalhães, 2006).

Como o repertório de movimentos se amplifica na infância, é nessa fase que as crianças desenvolvem e acumulam conquistas nos campos cognitivos, físico-motor e em outras áreas. A incorporação sensorial através da dança é um método excelente para desenvolver o equilíbrio motor, consciência espacial e corporal. Partindo deste cenário, este estudo tem como proposta uma estratégia qualitativa, de caráter integrativo, por meio de uma revisão literária, tomando como ponto de partida o objetivo dessa pesquisa – que é verificar através de uma análise integrativa estudos que abordem como a dança contribui no desenvolvimento do equilíbrio motor na infância, bem como contextualizar os fundamentos da dança, do equilíbrio motor e a sua inserção nas aulas de Educação Física, beneficiando diretamente os leitores e os futuros docentes da área.

2. Metodologia

Este estudo baseou-se em uma revisão bibliográfica integrativa que conforme (Ercole, Melo & Alcoforado, 2014) e, de natureza qualitativa não envolvendo porcentagens, estatísticas ou fórmulas matemáticas (Pereira et al., 2018). A Revisão integrativa é um método usado para sintetizar resultados adquiridos em estudos sobre um assunto ou problema de forma organizada e abrangente, pois é metodologia de pesquisa que fornece suporte teórico e que proporciona uma visão abrangente da questão que permeou e direcionou a pesquisa permitindo assim a elaboração literária de um quadro conceitual relacionado ao objeto de estudo. Este procedimento foi escolhido por possibilitar a síntese e análise do conhecimento científico já produzido sobre o tema investigado, pois, “a revisão integrativa caracteriza-se pela síntese de resultados de diversos tipos de estudos (experimentais, quase experimentais, teóricos, empíricos) acerca de determinado objeto de estudo” (Cavalcante & Oliveira, 2020, p. 97). O desenvolvimento do presente estudo ocorreu de forma sistemática, que seguiram as seguintes etapas de construção:

- A elaboração da pergunta-problema, no qual definiu-se: Como a dança contribui no desenvolvimento do equilíbrio motor na infância;

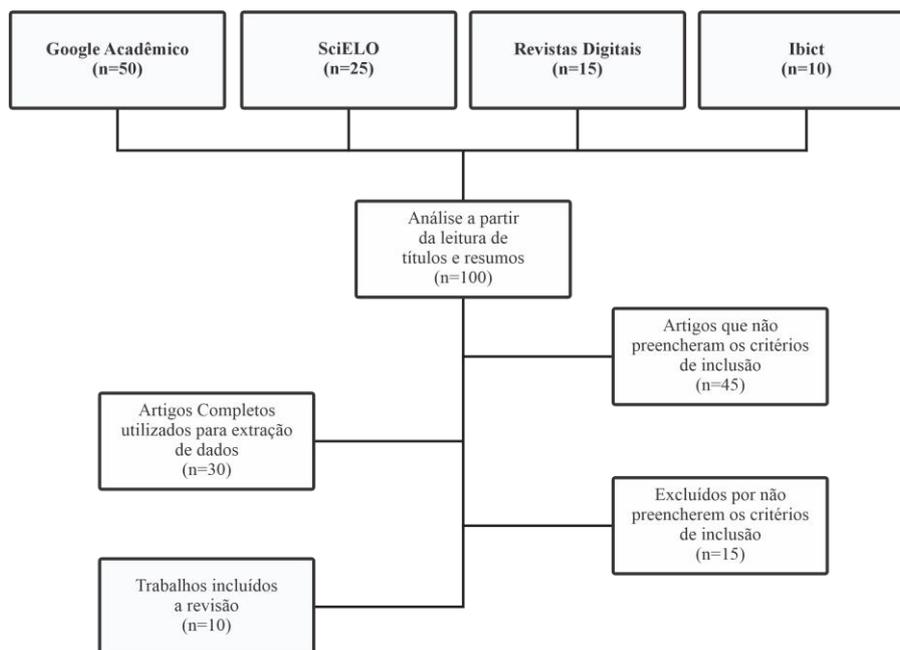
- Coleta de artigos nos periódicos que eram relevantes a temática: Google Acadêmico, Scientific Electronic Library Online (SciELO), Instituto Brasileiro de Informação em Ciências (Ibict) e em revistas digitais;
- Seleção dos artigos de acordo com os critérios de inclusão e exclusão pré-estabelecidos;
- Construção do arcabouço teórico e escrita do caminho metodológico da pesquisa a qual incluiu dez estudos para análise e discussão.
- Apresentação da análise e discussão dos dados obtidos através da revisão integrativa bem como a apresentação da conclusão do estudo.

Para os critérios de inclusão foi feito um levantamento, no qual, foram utilizados corpus essencialmente online, na área da Educação Física, onde visou-se focar em filtrar os dados, escolhendo artigos que: 1) abordassem sobre equilíbrio, dança, escola, considerando a fase infantil, com a faixa etária de 6 á 12; 2) estudos publicados nos últimos 10 anos, nos idiomas português, inglês e espanhol; 3) artigos que destacavam a relevância do professor de Educação Física e sua função essencial na promoção de práticas corporais e seus benefícios para o desenvolvimento motor; 4) evitando escolher materiais que já foram ultrapassados e que já não são tão inovadores (Gil, 2017).

Como critério de exclusão, considerou-se: 1) artigos de outras áreas de conhecimento como psicologia, biologia, geriatria e medicina que não abordavam sobre equilíbrio, dança e escolares; 2) artigos que não estão dentro do período estipulado para embasamento da construção da pesquisa. 3) artigos que fugiam do contexto educacional, principalmente da figura do professor e da dança como prática pedagógica nas aulas de Educação Física; 4) artigos ultrapassados e que não eram pertinentes a data estabelecida para a pesquisa; 5) Artigos repetidos ou duplicados em bases de dados diferentes; 6) Resumos, resenha, editoriais e semelhantes.

Ao todo foram selecionados 100 (cem) artigos, pela leitura dos títulos e resumos. Depois de identificar uma semelhança com o objetivo do trabalho, os temas foram organizados em categorias, com o objetivo de facilitar a compreensão de cada uma, destacando as diferentes maneiras de abordar a dança como forma de conhecimento na área da Educação Física. Assim, dos 100 artigos selecionados, 45 não preencheram os critérios de inclusão, foram utilizados 30 artigos completos para a extração de dados e 15 foram excluídos por não preencherem os critérios de inclusão descritos anteriormente. Com base nisso, deu-se início a formulação das investigações que estão em concordância com a temática que norteia e fundamenta a presente pesquisa, segue abaixo o fluxograma organizacional do transcorrer da pesquisa (Gil, 2017). A Figura 1, a seguir, apresenta o processo de seleção do material bibliográfico (artigos):

Figura 1 - Processo de seleção dos artigos.



Fonte: Autoria própria.

3. Resultados e Discussão

No total, foram escolhidos 100 (cem) artigos a partir da análise dos títulos e resumos. Após reconhecer uma relação com o propósito da pesquisa, os assuntos foram agrupados em categorias, visando facilitar a compreensão de cada um e evidenciar as diversas formas de investigar a dança como um meio de aprendizagem na Educação Física.

A amostra final desta revisão é composta por 10 artigos científicos, selecionados pelos critérios de inclusão previamente estabelecidos. A seguir, o Quadro 1 apresenta o “corpus” da pesquisa, ou seja, o material bibliográfico selecionado para ser analisado e discutido.

Quadro 1 - Distribuição dos Artigos Incluídos nos Resultados e Discussão.

Autores	Objetivo	Desenho Metodológico	Amostra	Resultados
Fraga, Gabrielle Crivelli (2016)	Verificar se o PAD criado pela autora interfere no desenvolvimento motor das crianças avaliadas. H0: O PAD não interfere no desenvolvimento motor das crianças avaliadas. H1: O PAD interfere no desenvolvimento motor das crianças avaliadas.	Pesquisa experimental com pré e pós-testes aplicados aos alunos.	Foram avaliadas 13 crianças de 3 a 6 anos de idade através da Escala de Desenvolvimento Motor (EDM) de Francisco Rosa Neto (2002), antes e após a aplicação do PAD (2 meses, 2 vezes por semana).	Após a aplicação dos testes propostos por Rosa Neto no protocolo “EDM” foi encontrada melhora estatisticamente significativa ($p > 0,05$), quanto ao desenvolvimento geral (QMG) das turmas onde foi aplicado o PAD. Na aplicação dos testes pré intervenção, em ambas as turmas (turma MII e Jardim, com N total de 13), a classificação média na Escala de Desenvolvimento Motor foi “Inferior”, e após aplicação do PAD, a classificação foi “Normal Médio”. Na turma MII, pode-se notar que houve melhora em todas as especificidades testadas. Na perspectiva da validade interna do estudo, infere-se que a aplicação do PAD proporcionou melhora no desenvolvimento motor geral das crianças com idades entre 3 e 6 anos.

Franklin, Beatriz de Assis (2023)	Avaliar a influência da dança como conteúdo na educação física escolar sobre o desenvolvimento motor dos alunos.	Pesquisa experimental com pré e pós-testes aplicados aos alunos.	40 alunos de uma escola pública do ensino fundamental, divididos em grupo controle e experimental.	Constatou que a inclusão da dança como conteúdo contribuiu significativamente para a melhora do desenvolvimento motor dos alunos do grupo experimental.
Freitas Claudino, Igor de; Zanotto, Luana (2020)	Investigar como o ensino de dança de salão na educação física escolar aborda a orientação sexual e as questões de gênero.	Estudo de caso com abordagem qualitativa e entrevistas semiestruturadas.	10 professores de educação física da rede pública de ensino de uma cidade do sul do Brasil.	O ensino de dança de salão na educação física escolar tem potencial para discutir a orientação sexual e desconstruir estereótipos de gênero.
Santos, Maria Clara do Carmo Conceição; Anjos, Mateus Cerqueira dos (2023)	Analisar a organização do ensino da educação física no ensino fundamental I nas escolas municipais de Muritiba-BA.	Estudo descritivo com aplicação de questionários e observação participante.	5 escolas municipais e 15 professores de educação física.	A organização do ensino ainda é fragmentada e carece de um planejamento mais integrado entre teoria e prática.
Rêgo, Luana Persília Gomes (2020)	Refletir sobre a experiência de ensino da dança na educação infantil a partir dos estágios supervisionados em educação física escolar.	Relato de experiência com análise qualitativa das observações de estágio.	Observações realizadas durante 2 semestres com 149 crianças de faixa etária dos 2 aos 5 anos de idade que frequentam o ensino Infantil de duas escolas municipais.	A dança foi eficaz como ferramenta pedagógica para o desenvolvimento motor e cognitivo das crianças.
Silva, Stefany Paula Alves (2022)	Estabelecer diálogos entre as danças populares e os temas contemporâneos transversais no ensino fundamental.	Pesquisa qualitativa baseada em entrevistas e análise de conteúdo de planos de ensino.	10 professores de educação física do ensino fundamental de diferentes regiões do Brasil.	A inserção de danças populares na educação física escolar promove a valorização da cultura local e facilita o trabalho com temas transversais.
Bracht, Valter (2010)	Discutir o papel da educação física no ensino fundamental e suas implicações curriculares.	Revisão teórica com análise crítica das propostas curriculares.	Propostas curriculares e documentos oficiais da educação física no ensino fundamental.	Defende a necessidade de repensar o currículo de educação física, priorizando a formação integral do aluno.
Diniz, Irla Karla dos Santos; Darido, Suraya Cristina (2015)	Analisar como o conteúdo dança é abordado nas propostas curriculares estaduais de educação física no Brasil.	Revisão documental com análise de conteúdo das propostas curriculares de diferentes estados.	10 propostas curriculares de educação física dos estados brasileiros.	Constatou-se uma baixa presença do conteúdo dança, indicando a necessidade de ampliação desse tema nos currículos.
Lucca, I. L.; Rosa, M. K. F.; Alvarenga, P. L.; Rabelo, P. C. R. (2019)	Analisar as vivências de dança de graduandos em EF e a influência do curso em seu interesse pela dança.	Trata-se de um estudo descritivo, transversal, aprovado por Comitê de Ética em Pesquisa (Parecer: 1.126.044 de 22/06/2015)	Realizado com estudantes de EF de uma instituição de ensino superior (IES) de Minas Gerais. A amostra foi composta por 127 estudantes, com coleta de dados por questionário.	Os dados analisados no presente estudo indicaram que a maioria dos graduandos em EF praticavam dança apenas no ambiente universitário e que a maior parte não tinha intenção de implementar este conteúdo quando formados, mas também que a graduação pode estimular estas vivências e contribuir para maior apreço pela dança.
Santos, Karolainy Benedet dos; Bona, Bruna Carolini De; Torriglia, Patrícia Laura (2020)	Explorar a relação entre a cultura afro-brasileira e a dança na educação física escolar.	Pesquisa qualitativa com entrevistas semiestruturadas e análise documental.	8 professores de educação física e 4 coordenadores pedagógicos de escolas públicas.	A inclusão da dança afro-brasileira nas aulas de educação física contribui para a valorização da cultura afro e combate ao preconceito racial.
Silva, Jaqueline da et al. (2021)	Compreender a percepção dos professores de educação física do ensino fundamental sobre o planejamento e a implementação de conteúdos.	Estudo de campo com entrevistas e análise qualitativa das respostas.	12 professores de educação física do ensino fundamental em diferentes regiões do Brasil.	Os professores enfrentam desafios na implementação de conteúdos devido à falta de formação continuada e apoio institucional.

Kich, Sabrina Raquel; Neuenfeldt, Derli Juliano (2022)	Analisar as práticas didático-pedagógicas da educação física escolar nos anos finais do ensino fundamental durante a pandemia de COVID-19.	Pesquisa qualitativa com entrevistas e análise de relatos dos professores.	15 professores de educação física dos anos finais do ensino fundamental.	Os professores tiveram que adaptar suas práticas para o ensino remoto, enfrentando desafios como a falta de recursos tecnológicos e a dificuldade de engajamento dos alunos.
--	--	--	--	--

Fonte: Autoria própria.

A amostra final desta revisão é composta por 10 artigos científicos, selecionados pelos critérios de inclusão previamente estabelecidos. Conforme quadro 1, acima. A estruturação dos estudos escolhidos para o desenvolvimento desta pesquisa, nos ajudou a ter uma visão mais ampla da dança como prática pedagógica e os seus benefícios. Nós resultando em um campo mais maduro para a discussão, considerando que existe uma quantidade considerável de pesquisas direcionadas a esse assunto, explorando suas vantagens e desvantagens, observa-se que os estudos focados na dança e os seus benefícios mais especificamente para o equilíbrio motor ainda são limitados, sendo a maior parte voltados para habilidades motoras em geral. Contudo, conseguimos identificar resultados encorajadores que nos fazem acreditar na importância da dança para o aprimoramento do equilíbrio motor.

3.1 A contribuição da dança para o desenvolvimento do equilíbrio motor

Ainda há uma vasta área a ser investigada sobre a dança e os seus benefícios para os indivíduos. Não devemos restringi-la a uma simples prática esportiva ou a apenas uma sequência de movimentos coreografados; a dança transcende isso e contribui em diversas áreas da vida humana. Nesse contexto, a dança beneficia vários aspectos que podem ser abordados no ambiente escolar, como o desenvolvimento e a melhoria das habilidades motoras, intelectuais, emocionais, sociais, a autoestima, o autoconhecimento e até mesmo a promoção da saúde. A importância da dança para aprimorar o equilíbrio motor é um assunto significativo na área de educação física e na abordagem pedagógica. Fraga (2016) evidencia, que após os testes feitos através da escala de Desenvolvimento Motor (EDM) de Francisco Rosa Neto e o Protocolo de Aulas de Dança (PAD) proporcionou melhora no desenvolvimento motor geral das crianças com idades entre 3 e 6 anos (Fraga, 2016). Atestando que dança, além de ser uma forma de arte, serve como um eficaz método de desenvolvimento das habilidades motoras, principalmente no que diz respeito ao equilíbrio. Isso ocorre porque a prática da dança envolve a realização de movimentos coordenados, que demandam dos dançarinos o controle do corpo e a percepção do espaço, elementos essenciais para o aprendizado e a preservação do equilíbrio motor. Diversos estudos mostram que a prática regular de dança pode melhorar significativamente o equilíbrio motor dos participantes. Franklin (2023) ressalta que a dança como conteúdo de ensino na educação física escolar possibilita aos alunos desenvolverem a consciência corporal, a coordenação e a propriocepção, fatores essenciais para um bom desempenho motor. Dessa forma, ao integrar a dança no currículo escolar, os educadores proporcionam aos estudantes não apenas o contato com uma atividade lúdica e prazerosa, mas também contribuem para a aquisição de habilidades que serão importantes ao longo da vida (Franklin, 2023).

Freitas Claudino e Zanotto (2020) também destacam que a dança, especialmente a dança de salão, auxilia na promoção de habilidades como o equilíbrio dinâmico, devido à constante mudança de peso corporal durante a execução dos passos e giros. Essas habilidades são transferíveis para outras atividades físicas e esportes, além de favorecerem a interação social e o desenvolvimento de competências emocionais, como a confiança e a cooperação entre os pares (Freitas Claudino; Zanotto, 2020).

Santos e Anjos (2023) ressaltam que o ensino da dança nos primeiros anos do ensino fundamental promove a experimentação de movimentos diversificados e complexos, o que desafia os alunos a explorarem diferentes formas de se

movimentar, estimulando o equilíbrio e a estabilidade postural. Através das atividades de dança, os alunos são incentivados a superar dificuldades motoras e a aprimorar sua capacidade de manter o equilíbrio em diferentes situações, seja durante a execução de saltos, giros ou movimentos estáticos (Santos; Anjos, 2023).

Nesse sentido, a dança na educação na infância também desempenha um papel significativo. Rêgo (2020) relata que, durante os estágios supervisionados em educação física escolar, observou-se que a introdução de atividades de dança para crianças pequenas contribuiu de maneira expressiva para o desenvolvimento do equilíbrio motor, pois as crianças aprenderam a coordenar seus movimentos de maneira mais eficiente e a controlar melhor seu centro de gravidade durante as brincadeiras e atividades lúdicas (Rêgo, 2020).

3.2 Dança como Ferramenta Pedagógica na Educação Física Escolar

A dança se configura como uma poderosa ferramenta pedagógica na educação física escolar, proporcionando um ambiente de aprendizagem que vai além do desenvolvimento motor dos alunos. Ao ser incorporada no currículo, a dança contribui para a formação integral dos estudantes, promovendo a expressão corporal, a socialização e a valorização de diferentes culturas. Nesse sentido, a utilização da dança nas aulas de educação física pode ajudar na quebra de barreiras culturais e sociais, permitindo que os alunos se identifiquem e se expressem de maneira única (Silva, 2022). Além disso, a inclusão de danças populares no contexto escolar facilita o diálogo com os temas contemporâneos transversais, como a diversidade cultural e a cidadania, contribuindo para a formação crítica e reflexiva dos alunos (Silva, 2022).

Outro ponto relevante é que a dança promove a interação e a cooperação entre os estudantes, favorecendo um ambiente inclusivo e acolhedor, no qual todos têm a oportunidade de participar independentemente de suas habilidades físicas. Dessa forma, o ensino da dança nas aulas de educação física deixa de ser apenas uma atividade de movimento e se transforma em um espaço para o desenvolvimento das relações interpessoais e do respeito à diversidade (Bracht, 2010). Além disso, a prática da dança permite que os alunos desenvolvam a consciência corporal e a coordenação motora, ao mesmo tempo que se expressam artisticamente e criativamente (Bracht, 2010). Assim, a dança se destaca como um conteúdo que, quando trabalhado de forma planejada e estruturada, contribui para o desenvolvimento global dos estudantes (Bracht, 2010).

A inserção da dança nos currículos de educação física ainda é, contudo, um desafio para muitos profissionais. Em estudo sobre o conteúdo da dança nas propostas curriculares estaduais de educação física, Diniz e Darido (2015) observaram que esse conteúdo ainda é pouco explorado e, muitas vezes, relegado a segundo plano. Essa situação reflete a necessidade de uma formação continuada dos professores, para que possam adquirir segurança e competência pedagógica no ensino de dança (Diniz e Darido, 2015). De acordo com Lucca et al. (2016), os resultados da sua pesquisa são muito importantes visto que a dança é um conteúdo obrigatório no ambiente escolar, que tem sido negligenciado, em muitos casos, pela falta de preparo e incerteza do professor, o que mostra que o programa, por si só, pode ser insuficiente para atender às necessidades reais de treinamento. Essa situação poderia ser minimizada por uma maior valorização da dança durante o curso de educação física, com a oferta de atividades complementares que ampliem o conhecimento do educador físico, contribuindo assim para maior segurança e maior interesse pelo trabalho da dança ao longo de sua trajetória profissional (Lucca et al, 2019). Além de sua relevância para o desenvolvimento físico e social, a dança também se apresenta como um meio de valorizar as culturas tradicionais e afro-brasileiras, promovendo o reconhecimento e o respeito à diversidade cultural (Santos, Bona e Torriglia, 2020). Ao trabalhar com a dança nas aulas de educação física, os professores têm a oportunidade de abordar questões históricas e sociais, como a luta contra o racismo e a discriminação, promovendo um ambiente de respeito e valorização das diferentes identidades culturais (Santos, Bona e Torriglia, 2020). Assim, a dança não é apenas uma forma de expressão artística, mas também um instrumento pedagógico potente para a educação e a transformação social, reforçando a importância de sua presença no currículo escolar (Santos, Bona e Torriglia, 2020).

3.3 Benefícios Multidimensionais da Dança na Educação Física

Os benefícios multidimensionais da dança na educação física escolar estão amplamente documentados na literatura acadêmica. A dança vai além do desenvolvimento físico e motor dos estudantes, promovendo também benefícios cognitivos, emocionais e sociais. A inclusão de atividades de dança no currículo de educação física contribui para o desenvolvimento de habilidades motoras finas e grossas, melhora a coordenação e a lateralidade, além de auxiliar no aumento da flexibilidade e na resistência muscular (Diniz; Darido, 2015).

Além dos benefícios físicos, a dança desempenha um papel fundamental na promoção do bem-estar emocional dos estudantes. A prática regular de atividades de dança está associada à redução dos níveis de estresse e ansiedade, pois proporciona um ambiente em que os alunos podem expressar suas emoções de maneira criativa e não verbal (Santos; Bona; Torriglia, 2020). Esse tipo de atividade permite que os alunos se conectem com suas emoções e desenvolvam uma maior autoconsciência, aspectos essenciais para o desenvolvimento de competências socioemocionais que são cada vez mais valorizadas no contexto escolar.

No aspecto social, a dança na educação física escolar é uma ferramenta poderosa para a promoção da inclusão e da diversidade. Ao trabalhar com diferentes estilos de dança, como danças tradicionais e contemporâneas, os educadores podem abordar temas relacionados à diversidade cultural e ao respeito às diferenças (Silva et al., 2021). Essa prática contribui para a valorização das culturas locais e regionais e possibilita que os alunos desenvolvam um maior senso de pertencimento e respeito mútuo, promovendo uma convivência escolar mais harmoniosa e colaborativa.

Outro benefício relevante é a capacidade da dança de promover o trabalho em equipe e o desenvolvimento de habilidades de comunicação. Durante as atividades de dança, os estudantes são incentivados a trabalhar em grupo, coordenar movimentos com seus pares e resolver problemas em conjunto, o que potencializa suas habilidades de comunicação e cooperação (Kich; Neuenfeldt, 2022). Esses aspectos colaborativos ajudam a preparar os estudantes para interações sociais mais complexas, tanto no ambiente escolar quanto fora dele, promovendo uma aprendizagem que transcende o ambiente da educação física.

4. Considerações Finais

A partir desta pesquisa integrativa, foi possível associar as vantagens de se movimentar o corpo, pois os movimentos realizados ao decorrer de uma dança trazem uma série de efeitos benéficos. E quando incentivados a prática dessa modalidade desde a infância, de forma contínua, as crianças desenvolvem e aprimoram a mobilidade e equilíbrio, visto que o movimento se define como um deslocamento em contraste com a estagnação, sendo impossível haver movimento sem um ponto de referência fixo.

A presente pesquisa, sobre o tema, verificou apenas outras 10 pesquisas que estudaram a maneira de aplicação da dança na escola especificamente por professores de Educação Física. O que os autores encontraram foi que a dança é considerada muito importante pelos profissionais e estudantes de Educação Física a ser aplicada no meio educativo. As aulas de dança, nas suas várias modalidades, são extremamente enriquecedoras. Todos os estudos mostraram resultados positivos, indicando um aprimoramento na coordenação motora principalmente na estabilidade de crianças e jovens que dançam. Nesse cenário, o estímulo e o acesso à dança são relevantes, uma vez que a dança é uma excelente opção a ser incorporada na rotina de crianças e adolescentes, seja em contextos escolares ou social, pois as capacidades motoras dos alunos precisam ser aprimoradas, considerando que é nessa fase que os mesmos mais desenvolvem e aprimoram as habilidades motoras.

No entanto, hoje ainda encontramos uma escassez dessa modalidade nas aulas, ainda há uma dificuldade de aplicá-la devido a preconceitos, manifesta deficiência na formação durante a graduação, ausência de infraestrutura escolar, pelo fato da

mesma não constar no planejamento curricular e por falta de afinidade com a área.

Dada a alteração sancionada em 2016 na Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional, que incluiu a dança, juntamente com a música, artes visuais e o teatro, como disciplinas obrigatórias na educação básica, o papel de promover essa disciplina se tornou dos docentes de Educação Física.

É importante que os profissionais do ensino se mantenham atualizados, a respeito dos métodos, e de como a dança no âmbito da educação física nas escolas pode favorecer o crescimento dos alunos, colaborando na formação de sua autoimagem e no aprimoramento da autopercepção de espaço, equilíbrio e outros desenvolvimentos motores, além da expressão por meio do corpo que se torna uma ferramenta educativa que incentiva a manifestação de sentimentos e emoções, promovendo a socialização, saúde física e mental.

Portanto, sugere-se que os professores de educação física promovam e incentivem essa prática em suas aulas, realizando aulas sobre tipos de ritmos e coreografias proporcionando melhora no equilíbrio e no desenvolvimento motor dos alunos nessa fase tão importante, que é a infância, além de abordar a importância da dança para a qualidade de vida. Também se sugere aos leitores que prossigam no tema realizando estudos com variações regionais: como é realizado o ensino de dança em regiões ou municípios diferentes, por meio de pesquisas em campo, ou trazendo mesmo trazendo estudos de caso para enriquecer o saber sobre o assunto na sociedade.

Referências

- Bracht, V. (2010). A educação física no ensino fundamental. *Seminário Nacional do Currículo em Movimento*, 1, 1-14.
- Brasil. (1998). Secretaria de Educação Fundamental. Parâmetros Curriculares Nacionais: terceiro e quarto ciclos do ensino fundamental: introdução aos parâmetros curriculares nacionais – 174 p – Brasília: MEC/SEF. <http://portal.mec.gov.br/seb/arquivos/pdf/introducao.pdf>.
- Cavalcante, L. T. C. & Oliveira, A. A. S. (2020) Métodos de Revisão Bibliográfica nos Estudos Científicos. *Psicologia em revista, Belo Horizonte*. 26(1): 83-102. <https://doi.org/10.5752/P.1678-9563.2020v26n1p82-100>
- Cury, R. L. S. M. & Magalhães, L. C. (2006) Criação de protocolo de avaliação do equilíbrio corporal em crianças de quatro, seis e oito anos de idade: uma perspectiva funcional. *Revista Brasileira de Fisioterapia*. São Carlos. 10(3): 347-54. <https://doi.org/10.1590/S1413-35552006000300015>
- Diniz, I. K. S., & Darido, S. C. (2015). Análise do conteúdo da dança nas propostas curriculares estaduais de educação física do Brasil. *Revista da Educação Física/UEM*, 26, 353-365. <https://doi.org/10.4025/reveducfis.v26i3.25385>
- Duarte, W. C. B (2012). Educação física escolar: Análise das práticas corporais nos anos iniciais do ensino fundamental nas escolas públicas municipais de Alagoa Grande - Paraíba. https://editorarealize.com.br/editora/anais/conaef/2012/Comunicacao_287.pdf.
- Ercole, F F, Melo, L S, & Alcoforado, C L G C (2014). Revisão integrativa versus revisão sistemática. *REME: Revista Mineira de Enfermagem*, 18(1), 9–11. <https://doi.org/10.35699/rem.v18i1.50174>
- Fraga, G. C. (2016). Estudo piloto: Criação e aplicação de um protocolo de aulas de dança para incremento do desenvolvimento motor de crianças. *Trabalho de Conclusão de Curso*, Universidade Federal do Rio Grande do Sul.
- Franklin, B.A. (2023). Influência da dança como conteúdo da educação física escolar sobre o desenvolvimento motor. *Trabalho de Conclusão de Curso*, Universidade Federal de Goiás.
- Freitas Claudino, I., & Zanotto, L. (2020). Ensino de dança de salão na educação física escolar: A orientação sexual em foco. *Educación Física y Ciencia*. 22(4), 151-151. <https://doi.org/10.24215/23142561e151>
- Gil, A. C. (2017) *Como elaborar projetos de pesquisa*. (6ed.). Ed. Atlas.
- Kich, S.R., & Neuenfeldt, D. J. (2022). Educação física escolar nos anos finais do ensino fundamental em tempos de Covid-19: Experimentações didático-pedagógicas. *Revista Signos*, 43(1). <https://doi.org/10.22410/issn.1983-0378.v43i1a2022.3094>
- Lima, V. (2020) Equilíbrio e desenvolvimento motor infantil. <https://pt.linkedin.com/pulse/equil%C3%ADbrio-e-o-desenvolvimento-motor-infantil-viviane-lima#:~:text=Uma%20das%20habilidades%20que%20integra,vestibular%20e%20ao%20controle%20neuromuscular>.
- Lucca, I. L., Rosa, M. K. F., Alvarenga, P. L. & Rabelo, P. C. R. (2019). A contribuição das vivências em dança na formação dos docentes em Educação Física. *Pensar a Prática, Goiânia*. 22. <https://doi.org/10.5216/rpp.v22.49360>
- Nunes, T. T. G., Lara, S., Graup, S., Teixeira, L. P. & Balk, R. S. (2019) Controle postural na infância: efeitos do Método Pilates sobre o equilíbrio. *R. bras. Ci. e Mov.* 27(1): 33. <https://doi.org/10.31501/rbcm.v27i1.7619>
- Pereira A. S. et al. (2018). Metodologia da pesquisa científica. [free e-book]. Santa Maria/RS. Ed. UAB/NTE/UFSM.

Rêgo, L. P. G. (2020). Dança na educação infantil: Reflexões a partir dos estágios supervisionados em educação física escolar. *Trabalho de Conclusão de Curso*, Universidade Federal do Rio Grande do Norte.

Ribeiro, L. D. (2018). A importância da dança no desenvolvimento motor de crianças. *Trabalho de Conclusão de Curso*, Faculdade Calafiori, São Sebastião do Paraíso - MG.

Santos, K. B., Bona, B. C. & Torriglia, P. L. (2020). A cultura afro-brasileira e a dança na educação física escolar. *Motrivivência*, 32(62). <https://doi.org/10.5007/2175-8042.2020e66197>.

Santos, M. C. C. C., & Anjos, M. C. (2023). A organização do ensino da educação física no ensino fundamental I (anos iniciais) nas escolas municipais da cidade de Muritiba-Bahia. *Trabalho de Conclusão de Curso (Licenciatura em Educação Física)* – Centro Universitário Maria Milza, 2023 .

Silva, J., et al. (2021). Planejamento e implementação de conteúdos na educação física escolar: Percepção de professores do ensino fundamental. *Dissertação (mestrado)* - Universidade Federal de Santa Catarina, Centro de Desportos, Programa de Pós-Graduação em Educação Física, Florianópolis, 2021. <https://repositorio.ufsc.br/handle/123456789/226901>.

Silva, S. P. A. (2022). As danças populares e os temas contemporâneos transversais: Diálogos na educação física escolar no ensino fundamental. *Monografia (Graduação em Educação Física)* - Escola de Educação Física, Universidade Federal de Ouro Preto, Ouro Preto.

Tani, G. (2013). Educação Física na Pré-escola e nas quatro primeiras séries do ensino de primeiro grau: uma abordagem de desenvolvimento I. <https://periodicos.ufsm.br/kinesis/article/view/8562>.