

EFEITOS DE UMA ATIVIDADE DE DANÇA DENTRO DA ESCOLA NOS ESTADOS DE ÂNIMO DE ALUNOS

Ana Clara de Souza Paiva

Universidade Estadual Paulista, Rio Claro, São Paulo, Brasil

Elba Cândido da Silva de Freitas

Faculdades Integradas Claretianas , Rio Claro, São Paulo, Brasil

Flávia Rodrigues de Oliveira

Faculdades Integradas Claretianas , Rio Claro, São Paulo, Brasil

Silvia Deutsch

Universidade Estadual Paulista, Rio Claro, São Paulo, Brasil

Resumo

A história da dança acompanha a da humanidade, sendo a dança considerada como uma das mais antigas artes. A abrangência de sua atuação está voltada para as várias dimensões do ser humano, como a física, a emocional, a social e a espiritual, e em função de sua riqueza de atuação ela pode estar incorporada como conteúdo nas aulas de Educação Física Escolar. Uma das maneiras de verificar o impacto emocional de uma atividade motora, no caso a dança, é através do estudo dos estados de ânimo. Este trabalho delimitou-se ao campo de interferência psicológica da dança buscando verificar os efeitos de sua prática nos estados de ânimo de alunos do Ensino Fundamental. Participaram do estudo 34 alunos, com idade média de 12,3 anos, das turmas do 6º ao 9º ano da Escola Municipal de uma cidade do interior de São Paulo. Foi utilizada a Lista de Estados de Ânimo Reduzida e Ilustrada (LEA-RI, Volp, 2000), aplicada antes e após três situações: a situação 1 no início do processo de aprendizagem da coreografia; a situação 2 no último ensaio e a situação 3 no dia da apresentação. Para analisar as alterações dos estados de ânimo foi utilizada a prova binomial com os dados das três situações observadas - pré e pós cada situação experimental adotando grau de significância ($p \leq 0,05$). Após a análise dos dados, encontramos diferença significativa apenas no adjetivo “feliz” das situações 1 ($p= 0.009$, $p= 0.002$) e 2 ($p=0.000$, $p=0.031$). Na situação 3 nenhum adjetivo apresentou diferença significativa. Podemos concluir que: sentir-se mais feliz foi o que predominou nas duas primeiras situações, onde o processo ensino-aprendizagem se evidenciou trazendo para os participantes uma situação de aula, controlada, porém diferente de seu dia a dia. Já no terceiro momento, apesar de a situação ser também inovadora, o fato de ser uma apresentação pode ter con-

tribuído para que a alegria não apresentasse um resultado significativo. O presente estudo conclui que houve alterações nos estados de ânimo dos alunos.

Palavras chave: Dança. Estados de Ânimo. Educação Física Escolar.

Introdução

A dança faz parte do universo expressivo onde as tristezas, alegrias, angústias, medos e tantos outros sentimentos afloram, possibilitando uma apreciação estética que envolve o corpo em movimento (SÁ, GODOY, 2009). Sua importância para a formação do indivíduo está no número de possibilidades de experiências gestuais, proporcionando o desenvolvimento da livre expressão e contribuindo para a formação de sua personalidade (GARIBA, FRANZONI, 2007).

Autores como Marques (2003) e Vargas (2007) descrevem a importância do processo de escolarização da dança. Eles ressaltam que, por meio de um trabalho consciente da cultura corporal, a escola terá condições de formar indivíduos com conhecimento de suas possibilidades em dança como uma linguagem expressiva.

A dança dentro da escola deve proporcionar oportunidades para que o aluno possa desenvolver todos os seus domínios do comportamento humano e, através de diversificações e aumento de habilidades, contribuir para a formação de estruturas corporais mais complexas (VERDERI, 2000). O ambiente escolar deve propiciar ainda atividades geradoras de ação, estimulando a decisão no desenrolar de problemas, reforçando a autoestima, a autoconfiança e o autoconceito. (ROCHA, RODRIGUES, 2007).

Para Lopes (2008), a dança em seu contexto formativo é essencial para a criação da “nova cara da escola”, como bem expressa Paulo Freire. A aquisição das habilidades corporais para a dança implica em tecer relações sensíveis e intelectuais entre aprender a respirar, saltar, transferir o peso, orientar-se espacialmente, aplicar velocidade, frear e seguir um ritmo, colocando qualidade ao movimento.

Em muitas escolas a dança ainda é entendida de forma equivocada, utilizada somente nas datas comemorativas e na forma de reproduções de coreografias prontas. No entanto, entendemos que trabalhar com a dança é mais do que apenas colocar uma música e pedir para os alunos dançarem. É preciso refletir sobre as diferentes modalidades da dança, proporcionar experiências significativas presentes no universo cultural da clientela escolar, permitindo que os alunos criem seus próprios passos, mas reproduzam dentro de um contexto (MEIRELLES, 2010; POLATO, 2009). Acreditamos

que a dança seja um veículo agradável e prazeroso que possibilita educar o indivíduo de maneira integral.

Há evidências de que a atividade física traz ao adolescente benefícios associados à saúde esquelética, pressão sanguínea e combate à obesidade (TASSITANO et. al., 2007). Por outro lado, metade dos escolares não tem ou não faz aulas regulares de Educação Física. Estudos apontaram índices de sedentarismo de 85% entre adolescentes do sexo masculino e de 94% nos do sexo feminino. Apesar de alguns estudos longitudinais indicarem fraca ou modesta correlação entre atividade física na infância e na vida adulta, outros apontam que crianças e adolescentes que se mantêm fisicamente ativos apresentam probabilidade menor de se tornarem adultos sedentários (ALVES et. al., 2005).

BRASIL (2000) diz que a música, a dança e a arte em geral podem reorganizar a educação e a formação de outros valores do adolescente e que o professor de Educação Física Escolar tem o dever de incentivar o desenvolvimento de projetos artísticos que possam ser colocados em prática. Assim sendo, o ensino da dança na escola deve estar vinculado a aspectos motores, sociais, cognitivos, afetivos, culturais e artísticos, levando o aluno ao autoconhecimento, explorando o mundo da emoção e da imaginação (PEREIRA et. al., 2001).

Pereira (2007) menciona que aprender a dançar significa também estabelecer novas formas de comunicação corporal, já que a aprendizagem da dança colabora para a expressividade e que essa linguagem do corpo pode também refletir o estado emocional da pessoa. Cada gesto ou movimento pode ser uma valiosa fonte de informação sobre a emoção que ela está sentindo num dado momento.

O segredo da leitura da linguagem corporal está na capacidade de captar o estado emocional de uma pessoa escutando o que ela diz e observando seus gestos e atitudes. Todo gesto deve ser considerado no contexto em que ocorre. Deutsch (1997) relata que a música e a dança têm o poder de influenciar fisiológica e psicologicamente o ser humano, uma vez que ambas fazem parte do mundo da comunicação não verbal, podendo alterar o estado afetivo das pessoas e, conseqüentemente, modificar seu estado de ânimo.

Nesta mesma linha, Volp (1994) enfatiza que o ensino da dança na escola pode interferir em muitos aspectos da personalidade dos alunos, atuando, inclusive, nas suas emoções, através das sensações corporais que são muito mais sutis e profundas na idade escolar. Pode-se dizer que as relações interpessoais são trabalhadas na dança e, através delas, as intrapessoais (VOLP, 2010; SOUSA, CARAMASCHI, 2011).

Segundo Paiva (2004), as emoções e os sentimentos são enormes tanto em qualidade (positivos ou negativos) quanto em intensidade, dependendo da personalidade da pessoa. Homens e mulheres de diferentes idades, culturas e diversos contextos têm emoções, atentam para as emoções dos outros, e buscam a felicidade procurando evitar sentimentos desagradáveis. Damasio (2000) acrescenta que sentimentos e emoções são uma percepção direta de estados corporais e constituem um elo essencial entre corpo e consciência.

Todos nós, em nosso dia a dia, sentimos alegria, tristeza, medo, desânimo, apatia, desinteresse, enfim, com maior ou menor intensidade, experimentamos uma grande variedade de sentimentos (ALVAREZ, 2010). A adolescência é o período da vida em que os indivíduos estão em maior fase de transição, vivem inseguros e indefinidos, são bombardeados pelos hormônios, além de ser também a fase em que eles se expõem mais a comportamentos de risco, em que a sexualidade aflora e tudo ganha uma intensidade gigantesca. Nesta fase, o campo emocional (como estados de humor, sentimentos e estados de ânimo) sofre alterações constantes apresentando um vasto ambiente de estudos.

Em comparação com os estados de ânimo as emoções duram menos, são desencadeadas por objetos específicos e dão origem a respostas comportamentais relevantes para esses objetos. Por outro lado, estados de ânimo são mais duradouros, mais difusos, podendo dar origem a tendências de ação mais amplas e se apresentar mais no campo cognitivo do que o motor (Gross, 2007). Estudos apontam para uma tendência de melhoria dos estados de ânimo de pessoas expostas à prática de atividades físicas ou mesmo à dança acompanhada de música (CATIB, 2008; DEUTSCH, 2005; OLIVEIRA, 2002). Dessa forma, este estudo procurou analisar os efeitos da prática da dança nas alterações dos estados de ânimo de alunos do Ensino Fundamental.

Metodologia

Foram convidados a participar da pesquisa os alunos de uma escola municipal de Ensino Fundamental do interior de São Paulo. A direção da escola decidiu que participariam do projeto os alunos com melhor rendimento escolar. Desta forma, 50 alunos participaram do projeto, mas para a nossa pesquisa foram utilizados apenas os dados de 34 alunos do 6º ao 9º ano, dos quais quatro eram meninos e 30 eram meninas com idade entre 10 e 15 anos, sendo a média de idade 13,2 anos.

Foi autorizada a realização da pesquisa e assinado juntamente com os pais e os alunos o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, segundo

o **Núcleo de Pesquisa e Iniciação Científica**, NUPIC, das Faculdades Claretianas de Rio Claro.

A Coordenadora Pedagógica da escola propôs que a coreografia ensaiada fosse apresentada na Mostra Educacional, um evento promovido pela Prefeitura da cidade para expor as atividades artísticas e culturais desenvolvidas dentro das escolas.

Os ensaios foram realizados uma vez por semana, todas as quintas-feiras, com uma hora de duração, por um período de cinco meses. As aulas seguiam a seguinte sistemática: alongamento, montagem coreográfica da dança (street dance - escolhida de acordo com a identificação musical da maioria dos alunos) e ensaio.

Para o protocolo de avaliação foi utilizada a Lista de Estados de Ânimo Reduzida e Ilustrada (LEA-RI) de Volp (2000), composta por 14 adjetivos (feliz/alegre; pesado/cansado/carregado; agradável; triste; espiritual/sonhador; leve/suave; cheio de energia; ativo/energético; agitado/nervoso; desagradável; calmo/tranquilo; inútil/apático; tímido; e com medo), com escala de quatro intensidades (muito forte, forte, pouco, muito pouco) e ilustração por meio de figuras de expressões faciais para cada um dos adjetivos.

Cada participante respondeu aos 14 adjetivos da LEA-RI antes e após três momentos: Momento 1: no início da aprendizagem da coreografia; Momento 2: no último ensaio, e Momento 3: no dia da apresentação. O valor numérico dado ao nível de intensidade da escala (LEA-RI) se apresenta da seguinte forma: muito forte = 4; forte = 3; pouco = 2; nada = 1.

Para análise, em cada uma das situações experimentais os dados brutos foram transformados em valores, como: (1) quando o valor do pós-teste era maior do que o valor do pré-teste; (-1) quando o valor do pré-teste era maior do que o valor do pós-teste; e (0) quando o valor do pós-teste era igual ao valor do pré-teste para analisar se houve ou não mudança de estados de ânimo. Depois de identificados os valores, foi realizado o teste não paramétrico da prova binomial para analisar as mudanças e direções das mudanças ocorridas nos três momentos de cada situação experimental, adotando grau de significância ($p \leq 0,05$). Foi considerado que houve diferença estatística quando o grau de significância se apresentou tanto no fator mudança quanto no fator direção.

Resultados e Discussão

Foi aplicada a Lista de Estados de Ânimo Reduzida e Ilustrada (LEA-RI) para verificar os estados de ânimo dos alunos no Momento 1 – início da aprendizagem da coreografia; Momento 2 - último ensaio e Momento 3 - dia da apresentação.

De maneira geral, os resultados tenderam a uma não alteração dos estados de ânimo nas três situações pesquisadas, porém alguns dados merecem ser destacados. Para melhor visualização, os gráficos abaixo representam as repostas das alterações dos estados de ânimo.

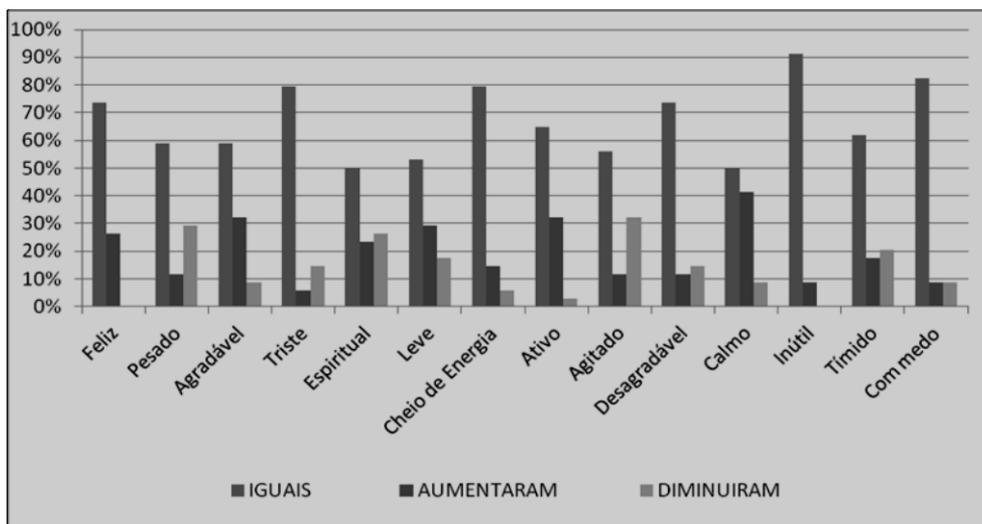


Figura 1. Comparação dos resultados da LEA-RI, pré e pós teste, no Momento 1 - início da aprendizagem da coreografia - permaneceram iguais, aumentaram e diminuíram em porcentagem.

A Figura 1 representa os resultados da alteração dos estados de ânimo ocorrida entre o pré e o pós-teste no Momento 1 - início da aprendizagem da coreografia - que trata da primeira etapa do processo de ensino-aprendizagem.

Os adjetivos “feliz”, “agradável” e “calmo” tiveram uma resposta mais favorável (aumentaram nas respostas) após o primeiro ensaio. Destacamos o adjetivo “feliz”, com ausência de diminuição. Estes dados apontam que os alunos estavam entusiasmados para realizar a atividade e assim permaneceram. Mesmo após a atividade, com toda essa euforia, 40% assinalaram que se sentiram mais calmos.

A maioria dos adjetivos apresentou o mesmo nível de intensidade antes e após a intervenção.

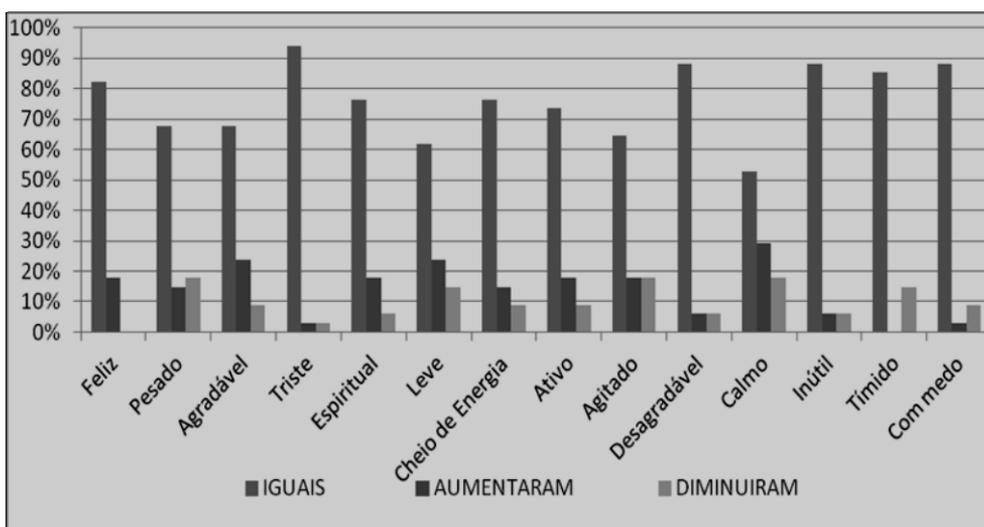


Figura 2. Comparação dos resultados da LEA-RI, pré e pós teste, no Momento 2 - último ensaio - permaneceram iguais, aumentaram e diminuiram em porcentagem.

A Figura 2 mostra os resultados do Momento 2, ou seja, do último ensaio antes da apresentação. Após o último ensaio, 82% das crianças permaneceram “felizes”, com um aumento de 18% para este adjetivo sem nenhuma diminuição neste estado de ânimo.

Na análise do adjetivo “agradável” podemos verificar que 68% das crianças sentiam-se mais “agradáveis” e após o ensaio houve um aumento de 22% nesse adjetivo. Com relação ao adjetivo “calmo” 29% apresentaram um aumento desse estado de ânimo.

Com base nesses dados podemos dizer que, por ser o último ensaio antes da apresentação, as crianças já estavam preparadas, confiantes, felizes com o término dos ensaios e prontas para o dia da apresentação.

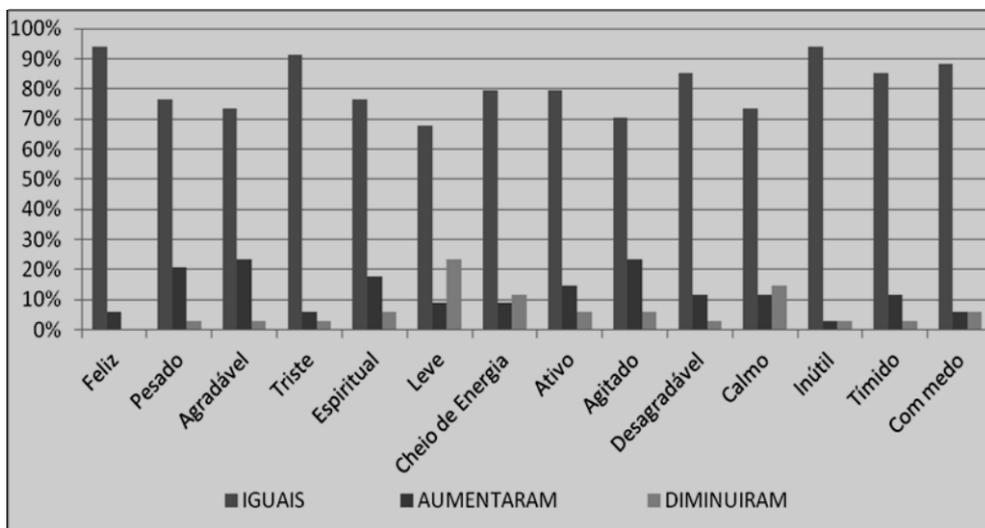


Figura 3. Comparação dos resultados da LEA-RI, pré e pós-teste, no Momento 3 - dia da apresentação - permaneceram iguais, aumentaram e diminuiram em porcentagem.

A Figura 3 representa o Momento 3, o dia da apresentação. Observa-se que não houve diminuição do adjetivo “feliz” e apenas 1% diminuiu o adjetivo “agradável”.

Acreditamos que esse dia foi muito esperado pelas crianças, elas já se encontravam felizes antes mesmo da apresentação e, após a apresentação, podemos constatar aumento de 22% no adjetivo “agradável”.

Outro adjetivo que podemos citar é o “agitado”. Após a apresentação houve um aumento de 22% nesse adjetivo e associamos isso a circunstâncias do estado de euforia das crianças que, após cinco meses de ensaio, estavam apresentando o resultado final para seus pais, a direção da escola e os colegas.

Analisando os dados descritivamente os resultados nos mostraram várias hipóteses do nosso estudo, já a análise estatística não paramétrica da prova binomial nos revelou quais adjetivos apresentaram diferenças significativas tanto no fator mudança ou não mudança de estado de ânimo ou, no caso de haver mudança, em qual direção os mesmos se modificaram. Os valores de significância de cada adjetivo apresentam-se na tabela abaixo. Lem-

brando que para o resultado ser considerado significativo é necessário observar essa significância na mudança e na direção da mudança.

Tabela 1 - Resultado da prova binomial para os fatores mudança e direção no Momento 1 - Início da aprendizagem da coreografia

Adjetivos	Mudança	Direção
Feliz	0.009*	0.002*
Pesado	0.392	0.180
Agradável	0.392	0.057
Triste	0.001*	0.453
Espiritual	1.000	1.000
Leve	0.864	0.454
Com Energia	0.001*	0.453
Ativo	0.121	0.006
Agitado	0.608	0.118
Desagradável	0.009	1.000

Calmo	1.000	0.013
Inútil	0.000*	0.250
Tímido	0.229	1.000
Com medo	0.000*	1.000

* $p \leq 0,05$

Como visto na Tabela 1 encontramos diferença significativa (entre os fatores mudança e direção) apenas no adjetivo “feliz”.

Alguns adjetivos como “triste”, “com energia”, “ativo”, “desagradável”, “inútil” e “com medo” tiveram diferença significativa apenas em um dos fatores.

A Tabela 2 traz os resultados significantes do Momento 2.

Tabela 2 - Resultado da prova binomial para os fatores mudança e direção no Momento 2 - Último ensaio

Adjetivos	Mudança	Direção
Feliz	0.000*	0.031*
Pesado	0.058	1.000
Agradável	0.058	0.227
Triste	0.000*	0.500

Espiritual	0.003	0.289
Leve	0.229	0.581
Com Energia	0.003*	0.727
Ativo	0.009	0.508
Agitado	0.121	1.000
Desagradável	0.000*	1.000
Calmo	0.864	0.454
Inútil	0.000*	1.000
Tímido	0.000*	0.063
Com medo	0.000*	0.625

* $p \leq 0,05$

Nesta situação (2) também apenas no adjetivo “feliz” foram encontradas diferenças significativas. Nos adjetivos “triste”, “espiritual”, “com energia”, “ativo”, “desagradável”, “inútil”, “tímido” e “com medo” encontramos diferenças em apenas um dos fatores: mudança.

A Tabela 3 traz os resultados do Momento 3, que foi o dia da apresentação.

Tabela 3. Resultado da prova binomial para os fatores mudança e direção no Momento 3 - Dia da apresentação

Adjetivos	Mudança	Direção
Feliz	0.000*	0.500
Pesado	0.003*	0.070
Agradável	0.009*	1.000
Triste	0.000*	1.000
Espiritual	0.003*	0.289
Leve	0.058	0.227
Com Energia	0.001*	1.000
Ativo	0.001*	0.453
Agitado	0.024	0.109
Desagradável	0.000*	0.395
Calmo	0.009*	1.000

Inútil	0.000*	1.000
Tímido	0.000*	0.375
Com medo	0.000*	1.000

* $p \leq 0,05$

Nesta tabela podemos observar que não houve diferença significativa entre os dois fatores (mudança e direção) em nenhum dos adjetivos. Contudo, há diferenças em apenas um dos fatores (mudança) nos seguintes adjetivos: “feliz”, “pesado”, “agradável”, “triste”, “espiritual”, “com energia”, “ativo”, “desagradável”, “calmo”, “inútil”, “tímido” e “com medo”. O resultado apresentou-se significativo para a não mudança. Isso significa que a apresentação não interferiu nos estados de ânimo dos alunos no Momento 3.

Conclusão

Estatisticamente apenas o adjetivo “feliz” apresentou resultados significativos nos Momentos 1 e 2, relativos ao início da aprendizagem da coreografia e ao último ensaio.

De maneira geral, pudemos verificar que as significâncias apresentadas nas avaliações das mudanças se constataram em maior número para a situação de não mudança. Isso mostra que os momentos estudados não apresentam o poder de desencadear grandes alterações nos estados de ânimo dos adolescentes. Possivelmente, outras variáveis, além da dança, música, coreografia, tiveram maior atuação sobre os estados de ânimo. No caso do terceiro momento, a situação de apresentação de uma coreografia, obviamente, traz diferentes variáveis estressantes que podem gerar estados de ânimo menos positivos. Essa situação é diferente das pesquisas estudadas onde não existia a situação de apresentação de coreografias.

Independentemente de nossa hipótese não ter sido confirmada, alguns fatos relevantes ocorreram durante os ensaios que merecem destaque: a inclusão de meninos que só observavam os ensaios e relatavam antes que a modalidade era só pra meninas, e a melhoria no comportamento e no rendimento escolar de uma aluna específica que era muito indisciplinada em sala

de aula. Os ensaios tornaram-na extremamente participativa, auxiliando com a aparelhagem de som e confecção do figurino.

A Mostra Educacional foi prestigiada pelos pais e aberta a todo o público da cidade. A experiência do projeto com os alunos permitiu uma valorização do conteúdo da dança por parte dos professores, funcionários e demais alunos da escola, que se organizaram e propuseram a realização de um festival de dança dentro da escola com direito ao uso do ambiente escolar para ensaios e apresentações no fim do ano letivo. Novos alunos mostraram interesse em participar do grupo, e comentários positivos por parte dos funcionários da escola fizeram com que o grupo realizasse a mesma apresentação no ambiente escolar para todos os outros alunos.

Enfim, acreditamos que o projeto de dança contribuiu efetivamente para a formação dos alunos participantes, que tiveram a oportunidade de desenvolver sua capacidade expressiva e criativa, adquirindo maior domínio dos seus gestos, bem como confiança e segurança em suas atitudes. Além de contribuir para o desenvolvimento da consciência corporal, bem como para o aprimoramento da noção de tempo e espaço, da consciência rítmica e da educação dos sentidos, essa vivência trouxe benefícios positivos, como a melhoria perceptível no comportamento dos alunos e rendimento escolar, a integração e o convívio em grupo, tornando-os mais autônomos.

Obviamente, apesar da expectativa de identificar o aumento dos estados de ânimo positivos e a diminuição dos estados de ânimo negativos do estudo não ser atendida, gerando certa frustração, a pouca ou não alteração dos mesmos também mostra uma característica equilibrada da atividade e das situações oferecidas. Estudos com um maior controle de variáveis podem ser indicados.

EFFECTS OF ACTIVITY WITHIN THE SCHOOL DANCE IN THE STATES OF MINDS OF STUDENTS

Abstract

The story follows the dance of mankind, considered as one of the oldest arts. The scope of its work is focused on the various dimensions of human being as the physical, emotional, social and spiritual. Due to its wealth of expertise it can be incorporated as content in school physical education classes. One way to check the emotional impact of a motor activity, where the dance is through the study of moods. This study was delimited to the field of psychological interference dance trying to verify the effects of practice on the mood of elementary school students. There were 34 participants of the public school the 6^o to 9^o year of the interior of São Paulo with an average age of 12,3. We used a list of Mood States and Reduced

Illustrated (LEA-RI, Volp, 2000), applied before and after three situations: the situation at the beginning of a process of learning the choreography, the situation in the last 2 test and in situation 3 day of presentation. To analyze the changes of moods binomial test was used with the data of the three situations observed before and after each experimental situation by adopting a significance level ($p \leq 0.05$). After analyzing the data, we found a significant difference only in the adjective "happy" situation 1 ($p = 0.009$, $p = 0.002$) and 2 ($p = 0.000$, $p = 0.031$). In situation 3 no adjective significant difference. We can conclude that: feeling happier was what prevailed in the first two situations where the teaching-learning process was evident for participants bringing a classroom situation, controlled, but different from day to day. In the third period, although the situation is also innovative, the fact that a presentation may have contributed to the joy did not present a significant result. This study concluded that there were changes in the moods of students.

Keywords: Dance. Mood States. Physical Education.

EFECTOS DE LA ACTIVIDAD DENTRO DE LA ESCUELA DE DANZA EN LOS ESTADOS DE LA MENTE DE LOS ESTUDIANTES

Resumen

La historia de la danza sigue a la de la humanidad, considerada como una de las artes más antiguas. El alcance de su trabajo se centra en las diversas dimensiones del ser humano como la espiritual, física, emocional y social. Debido a su riqueza en la actuación, este tipo de actividad puede ser incorporada como contenido en las clases de educación física escolar. Una de las maneras de comprobar el impacto emocional de una actividad motriz, en este caso la danza, es a través del estudio de los estados de ánimo. Este estudio ha sido delimitado al ámbito de la interferencia psicológica, con el objetivo de verificar los efectos de la práctica en el estado de ánimo de la enseñanza fundamental. Participaron del estudio 34 alumnos del 6º al 9º año de la "Escola Municipal de Ensino Fundamental" de una ciudad hacia el interior de São Paulo con una edad media de 12,3 años. Se utilizó de la "Lista de los Estados de Ánimo Reducida e Ilustrada" (LEA-RI, Volp, 2000), siendo esta aplicada antes y después de tres situaciones: 1) al inicio de un proceso de aprendizaje de la coreografía, 2) al último día de ensayo y, 3) al día de la presentación. Para el análisis de los cambios de estados de ánimo fue utilizada la prueba binomial con los datos de las tres situaciones observadas antes y después de cada situación experimental, adoptando nivel de significación de $p \leq 0,05$. Tras analizar los datos, se encontró diferencia significativa solamente para el adjetivo "feliz" en la situación 1 ($p = 0,009$, $p = 0,002$) y 2 ($p = 0,000$, $p = 0,031$). En la situación 3, no hubo diferencia significativa para los adjetivos. Se puede concluir que: sentirse más feliz fue lo que prevaleció en las dos primeras situaciones, cuyo proceso de enseñanza-aprendizaje estuvo evidente para los participantes, aproximando los mismos a una situación de clase, controlada, pero a la vez diferente de su diario vivir. En el tercer momento, aunque la situación también sea innovadora, el hecho de ser una presentación puede haber contribuido para que la

alegría no presentase un resultado significativo. Este estudio concluye que no hubo alteraciones en los estados de ánimo de los alumnos.

Palabras-claves: Danza. Estados de ánimo. Educación Física.

Referências

ALVAREZ, A. C. D. O Transtorno Bipolar Afetivo na adolescência: aspectos psicodinâmicos. **Revista Adolescência & Saúde**, v. 7, n. 2, abr, 2010.

ALVES, J. G. B.; MONTENEGRO, F. M. U.; OLIVEIRA, F. A.; ALVES, R. V. Prática de esportes durante a adolescência e atividade física de lazer na vida adulta. **Rev Bras Med Esporte**, vol. 11, n. 5, set/out, 2005.

BRASIL. **Parâmetros curriculares nacionais: educação física**, v.7. 2ª ed., Rio de Janeiro: DP&A, 2000.

CATIB, N. O. M.; SCHWARTZ, G. M.; CHRISTOFOLETTI, D. F. A.; SANTIAGO, D. R. P.; CAPARROZ, G. P. **Estados emocionais de idosos nas danças circulares**. Motriz, Rio Claro, v.14, n.1, p.41-52, jan/mar, 2008.

DAMÁSIO, A. **O mistério da consciência: do corpo e das emoções ao conhecimento de si**. São Paulo: Companhia das Letras, 2000.

DEUTSCH, S. **Música e dança de salão: interferências da audição e da dança nos estados de ânimo**. 1997. 165 f. Tese (Doutorado em Psicologia) - Instituto de Psicologia, Universidade de São Paulo, São Paulo, 1997.

DEUTSCH, S. **Músicas e danças de salão interferindo nos estados emocionais**. 2004. 179 f. Tese (Livre Docente) -Instituto de Biociências, Universidade Estadual Paulista, Rio Claro, 2004.

GARIBA, C. M. S., FRANZONI, A. Dança escolar: uma possibilidade na Educação Física. **Movimento**. Porto Alegre, v.13, n. 02, p.155-171, mai/ago, 2007.

GROSS, J. J. Handbook of emotion regulation. **The Guilford Press**. New York, 2007.

LOPES, J. Dançando na Escola: Reflexões com Paulo Freire. **Revista Múltiplas Leituras**, v.1, n. 2, p. 76-81, jul /dez, 2008

MARQUES, I. **Dançando na escola**. 6ª ed. São Paulo: Cortez, 2012.

MEIRELLES, E. Dançar e criar. **Nova Escola**, São Paulo, Ano 25, n. 237, p.64 – 66. nov, 2010.

OLIVEIRA, S. R. G. **Atividade física acompanhada de música**. 2002. Dissertação (Mestrado) - Instituto de Biociências, Universidade Estadual Paulista, Rio Claro, 2002.

PAIVA, A. C. S. **Movimento e música num programa de atenção a pacientes com transtornos mentais**. 2004. 83p. Dissertação (Mestrado em Ciências da Motricidade) – Programa de pós-graduação em Ciências da Motricidade, Universidade Estadual Paulista. Rio Claro.

PEREIRA, S. R. C. et. al., Dança na escola: desenvolvendo a emoção e o pensamento. **Revista Kinesis**, Porto Alegre, n. 25, p.60- 61, 2001.

PEREIRA, M. L. **A formação acadêmica do professor de educação física: em questão o conteúdo da dança**. 2007. 187f. Dissertação (Mestrado em Ciências da Motricidade) - Instituto de Biociências, Universidade Estadual Paulista, Rio Claro, 2007.

POLATO, A. Dança criativa. **Nova Escola**, São Paulo: Victor Civita, v. 24, n. 226, p. 48, out, 2009.

ROCHA, D.; RODRIGUES, G. M. A dança na escola. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte**, v. 6, n. 3, 2007.

SÁ, I. R.; GODOY, K. M. A. **Oficinas de dança e expressão corporal para o ensino fundamental**. 1ª ed., São Paulo: Cotez, 2009.

SOUSA, N. C. P.; CARAMASCHI, S. Contato corporal entre adolescentes através da dança de salão na escola. **Motriz**, Rio Claro, v.17 n.4, p.618-629, out/dez, 2011.

TADRA, D. S. A.; VIOL, R.; ORTOLAN, M. S.; MAÇANEIRO, S. M. **Linguagem da dança**. Editora IBPEX, Curitiba, 2009.

TASSITANO, R.M.; BEZZERA, J.; TENÓRIO, M. C. M.; COLARES, V. BARROS, M. V. G.; HALLAL, P. C. Atividade física em adolescentes brasileiros: uma revisão Sistemática. **Rev. Bras.Cineantropom. Desempenho Hum.** 2007; 9 (1) : 55-60

VARGAS, L. A. M. **Escola em dança: movimento, expressão e arte**. 9ª. ed. Mediação, 2007.

VERDERI, E. **Dança na escola: uma proposta pedagógica**. 1ª. ed. São Paulo: Phorte, 2000.

VOLP, C. M. **LEA para populações diversas**. Relatório Trienal apresentado á CPRT. Universidade Estadual Paulista – Unesp. Rio Claro, 2000.

VOLP, C. M. **Vivenciando a dança de salão na escola**. 1994. 275f. Tese (Doutorado em Psicologia Escolar) - Psicologia, Departamento de Instituto de Psicologia, Universidade de São Paulo, São Paulo, 1994.

VOLP, C. M. A dança de salão como um dos conteúdos de dança na escola. **Motriz**, Rio Claro, v. 16, n. 1, p. 215-220, jan./mar. 2010. Disponível em:<<http://www.periodicos.rc.biblioteca.unesp.br/index.php/motriz/article/view/3397/2887>>. Acesso em: 10 fev. 2010

VOLP, C. M.; DEUTSCH, S.; SCHWARTZ, G. M. Por que dançar?: um estudo comparativo. **Motriz**, Rio Claro, v. 1, n. 1, p. 52-58, jun. 1995. Disponível em: <<http://www.periodicos.rc.biblioteca.unesp.br/index.php/motriz/article/view/962/892>>. Acesso em: 25 nov. 2009

.....

Recebido em: 03/07/2012

Revisado em: 15/10/2013

Aprovado em: 07/03/2014

Endereço para correspondência:

acspaiva@rc.unesp.br

Silvia Deutsch

Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho, Instituto de Biociências de Rio Claro, Departamento de Educação Física.

Av. 24-A, 1515, sala 8 - Laboratório de Comunicação Corporal Expressão e Música

Bela Vista

13506900 - Rio Claro, SP - Brasil