

# DANÇAS URBANAS COMO MEIO DE DESENVOLVIMENTO PSICOMOTOR E SOCIAL DE ADOLESCENTES

Raíssa Rodrigues Vianna

## RESUMO

Esta pesquisa teve como objetivo principal identificar as contribuições das Danças Urbanas como meio de desenvolvimento psicomotor e social de adolescentes, dando enfoque nos seguintes aspectos: abordar a história das Danças Urbanas, destacar a influência da dança na psicomotricidade e no meio social dos adolescentes e apontar os benefícios das danças. A pesquisa foi elaborada através de revisão de literatura, e foi possível constatar que, a dança possui grande influência em fatores físicos e psicológicos, em particular as Danças Urbanas, que é uma modalidade que utiliza das capacidades motoras básicas para a constituição de seus movimentos, não possui grande complexidade e permite a individualidade na execução de seus passos. Conclui-se que, as Danças Urbanas possibilitam o autoconhecimento, autoconceito, consciência corporal e desenvolvimento motor. Não só trabalhando fatores cognitivos, como também fatores emocionais, estimulando criatividade, espontaneidade, melhora de humor, e auxilia também no convívio e compreensão do meio social. Além disso, proporciona a compreensão de emoções, de si e de outrem, e possibilita a expressão de tais emoções, trazendo uma maneira diferente de comunicação, sendo essa através do movimento.

**PALAVRAS-CHAVE:** Danças Urbanas. Psicomotor. Adolescentes. Social.

## INTRODUÇÃO

O objetivo deste artigo é propor o uso de dança, com foco em Danças Urbanas, como meio de desenvolvimento psicomotor e social de adolescentes.

Este artigo será elaborado a partir de revisão de literatura a respeito do tema. Tem como objetivos específicos detalhar sobre a dança na sociedade, destacar a história das Danças Urbanas, abordar a influência da dança na psicomotricidade e no meio social dos adolescentes, apontar os benefícios das danças e analisar sobre o uso de Danças Urbanas como meio de desenvolver a psicomotricidade e a socialização.

Desde que o homem existe, a dança também existe. Antes de usar a palavra, o homem já utilizava o movimento corporal para expressar seus sentimentos e emoções, dançar era algo natural. A dança nasceu da união da música ao gesto. Assim, da descoberta do som,

ritmo e do movimento, o homem começou a dançar. (GARCIA; HAAS, 2006 *apud* SANTOS, 2011, p.08)

A dança é uma comunicação corporal que ultrapassa barreiras como religião, política, raça, idade, classe social e desperta diferentes sentimentos em cada indivíduo, de acordo com suas vivências e perspectivas. Portanto, trabalhar a dança é um meio não só de desenvolvimento motor, como também de abranger conhecimento sociocultural. Para Marques (2005),

Conhecer, compreender e trabalhar corporalmente as diversas concepções de dança no decorrer da história da humanidade abre perspectivas para que o aluno em contexto educacional possa conhecer o passado, para compreender o presente e projetar o futuro. Assim sendo, o conhecimento da história propicia oportunidades para o aluno criar parâmetros próprios de movimentos, criação e relação com a sociedade plural em que vive. (MARQUES, 2005, p.46)

Na dança, a criança ou o jovem pode desenvolver sua capacidade intelectual e motora e promover suas habilidades sociais (DIAS, 2016). Segundo Wosien (2000), o ser humano é complexo, e frequentemente precisa lidar com seus sentimentos, confrontar seus impulsos e necessidades, as vezes carregados de conflitos e tensões, a dança o possibilita exteriorizar e exprimir tais sentimentos, assim tornando-o capaz de relaxar e organizar-se.

Deste modo, é possível dizer que a dança pode ser usada como uma ferramenta que contribui para o equilíbrio emocional, analisando pelo fator psicomotor, a dança poderia ser um meio para o desenvolvimento motor. Psicomotricidade é definida como

A ciência que tem como objeto de estudo o homem através do seu corpo em movimento e em relação ao seu mundo interno e externo. [...] É sustentada por três conhecimentos básicos: o movimento, o intelecto e o afeto. Psicomotricidade, portanto, é um termo empregado para uma concepção de movimento organizado e integrado, em função das experiências vividas pelo sujeito cuja ação é resultante de sua individualidade, sua linguagem e sua socialização. (ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE PSICOMOTRICIDADE, s.d. online)

Rodrigues (2004, *apud* SANTOS, 2011) explica que a Dança de Rua é uma modalidade que teve sua origem nas classes mais humildes da sociedade, as quais buscavam na música e na dança uma forma de expressão de sua realidade, com

influência da cultura do negro norte-americano. Desde seu surgimento na década de 60, as Danças de Rua sofreram algumas alterações e houve a criação de novas vertentes e terminologias, hoje as Danças de Rua são chamadas de Danças Urbanas.

Entretanto, seria a dança um instrumento para adquirir desenvolvimento psicomotor e servir de fonte de obtenção de melhorias nos aspectos sociais? Propõe-se o uso de Danças Urbanas, por ter como características movimentos que exigem domínio de diferentes habilidades e capacidades motoras, e por ser uma modalidade que possibilita exprimir sentimentos, assim pode estimular a expressão e compreensão de sentimentos e pode auxiliar na comunicação dos alunos entre si e em outros âmbitos sociais, contribuindo com a socialização.

Para atingir o objetivo deste estudo, a seguir serão apresentadas a metodologia e as bases teóricas, que irão apresentar o desenvolvimento desde a infância à adolescência, a história das Danças Urbanas, a dança e seus benefícios para o desenvolvimento psicomotor e social de adolescentes.

## **DESENVOLVIMENTO PSICOMOTOR E SOCIAL, DA INFANCIA À ADOLESCÊNCIA**

Calvete (2005) afirma que as capacidades motoras são necessárias para a realização de qualquer tipo de movimento. Nas atividades diárias as capacidades motoras são importantes para a boa execução das ações motoras e são base para o desenvolvimento de habilidades específicas. Segundo Gallahue (2008),

Possuir um domínio conceitual de desenvolvimento motor, aprendizado de habilidade motora e aspectos psicológicos do desenvolvimento humano é tão importante quanto conhecer as ciências do movimento da anatomia, psicologia e biomecânica. (GALLAHUE, 2008, p.11)

As habilidades motoras são aperfeiçoadas até o momento em que as crianças tem a capacidade de utilizá-las com eficiência e facilidade em seu ambiente (GALLAHUE, 2008).

Para Gallahue (2008 *apud* ARAUJO; MATHEUS; BRUNO, 2017), o processo de aprendizado será primeiro cognitivo, que é uma transformação progressiva na habilidade de pensar, raciocinar e agir, partindo para uma progressão de

aprendizagem chamada de aprendizagem conceitual. O aprendizado cognitivo muda constantemente, influenciando o comportamento motor do indivíduo no decorrer de experiências designadas para a compreensão dos conceitos de movimento, habilidade e aptidão física. Então, os aprendizados cognitivo e conceitual formam um processo de aprendizagem que se relacionam, dependendo um do outro, assim formando uma terceira etapa, aprendizado perceptivo-motor.

De acordo com Gallahue (2008, p.19), “o aprendizado perceptivo motor envolve o estabelecimento e o refinamento de sensibilidade sensorial em relação ao mundo de um indivíduo através do movimento”. Com base nessas explicações é possível afirmar a importância deste processo evolutivo de aprendizagem, que embasa um bom desenvolvimento motor, cognitivo e afetivo, proporcionando não só saúde física como também saúde mental e social para a criança, o que é de suma importância tanto na infância como no decorrer de sua vida até a fase adulta.

A adolescência é um período em que um indivíduo passa por muitas transformações, tanto físicas quanto emocionais e biológicas, Tanner (1962 *apud* Eienstein, 2005) considera que

Adolescência é o período de transição entre a infância e a vida adulta, caracterizado pelos impulsos do desenvolvimento físico, mental, emocional, sexual e social e pelos esforços do indivíduo em alcançar os objetivos relacionados às expectativas culturais da sociedade em que vive. A adolescência se inicia com as mudanças corporais da puberdade e termina quando o indivíduo consolida seu crescimento e sua personalidade, obtendo progressivamente sua independência econômica, além da integração em seu grupo social. (EINSTEIN, 2005, online)

Para Matsudo (1991), a maturação biológica é um fator que influencia as capacidades motoras e pode ser entendida como um processo de amadurecimento da estrutura corporal, mental e emocional. Calvete (2005) define a adolescência como

Um período favorável ao desenvolvimento das capacidades motoras, estas possibilitam boa postura corporal, desempenho motor satisfatório e boa execução de movimentos corporais, os quais têm consequências na autoconfiança, na autoestima, e fundamentalmente no bem-estar, por isso favorecem um equilíbrio psicológico ao adolescente. (CALVETE, 2005, p.01)

De acordo com Dorin (1975), os exercícios físicos são indispensáveis para o desenvolvimento do organismo, todas as atividades recreativas são fatores positivos no desenvolvimento de uma pessoa. O autor afirma que o desenvolvimento mental depende do desenvolvimento do sistema nervoso central e influências ambientais, portanto há fatores físicos e sociais que podem dificultar o desenvolvimento.

O autor também considera que

O desenvolvimento social do adolescente é um capítulo importante da sua história. Durante a adolescência o número de contato com pessoas é maior que em outras fases da vida. A criança, ao entrar na adolescência passa a manter relações sociais com incontável número de pessoas, mesmo depois de estar engajada no seu grupo de amigos. E para que possa ajustar-se bem ela precisará compreender e prever os pensamentos, os sentimentos e conduta dos outros, precisará adquirir certas habilidades, aprender a tomar atitudes em relação aos fatos e entender o sentido das sanções sociais. (DORIN, 1975, p.131)

Para Netto (1979), a adolescência é apontada como “idade emocional”, época da vida humana em que o comportamento está frequentemente sujeito a frustrações, conflitos, problemas, desajustamentos a situações novas, etc., que podem perturbar a conduta do indivíduo. E Vega e Garcia (2011) afirmam que

A adolescência é um período de transição, que altera a natureza das imagens de si mesmo pelo desenvolvimento do aspecto cognitivo, pelas novas responsabilidades impostas, levando o adolescente a reorganizar seu autoconceito. (VEGA; GARCIA, 2011, p.495)

Portanto, é importante que haja maneiras de um indivíduo conciliar suas mudanças físicas e psicológicas de uma forma que traga benefícios para seu desenvolvimento físico, emocional e seu convívio social. Havighurst (1962) define o desenvolvimento social como

O processo pelo qual o indivíduo se converte em membro participante de um grupo cultural específico e, ao mesmo tempo, em membro de uma parte cada vez maior da humanidade. Os dois processos ocorrem de modo paralelo; a socialização que tende a fazer de cada indivíduo um membro competente de um grupo pequeno e definido, e a expansão social que quer fazer dele um membro competente de grupos cada vez maiores. (HAVIGHURST, 1962, p.07 *apud* NETTO, 1979, p.213)

As atividades recreativas são um recurso que pode ser utilizado com a finalidade de solucionar quaisquer conflitos que o adolescente possa ter, Hurlock (1979) aponta a saúde mental, saúde física e melhoria social como benefícios das atividades recreativas. Segundo a autora, essas atividades auxiliam o exercício da boa saúde e reduzem o estresse emocional, oferecem oportunidades para que um indivíduo conheça novas pessoas e adquira discernimento social, como também oferecem oportunidades para auto expressão e proporciona relaxamento, assim acomodando as tensões do cotidiano, portanto, são importantes para os adolescentes porque contribuem para a felicidade, para a saúde mental e a saúde física.

A dança é uma atividade recreativa que pode ser benéfica para os adolescentes, para Capdevila (2005 *apud* MOTTA; MOTTA; LIBERALI, 2012) a dança auxilia a fundamentar a formação do ser humano, a ter consciência de identidade corporal e melhoria de qualidade de vida, e Freire (2001) acrescenta que essa prática tem influência na formação sociocultural. Sanmartín (2004 *apud* MOTTA; MOTTA; LIBERALI, 2012) destaca que atualmente a dança está inserida no cotidiano, impactando a qualidade de vida ao unir a saúde física e a saúde psicológica, e é apontada como uma modalidade que, se praticada regularmente, pode proporcionar melhora da autoestima, depressão e ansiedade. De acordo com Bernardino *et al.* (1998), através da dança o adolescente experimenta uma nova maneira de expressar-se, diferente da escrita, ao comunicar-se com o corpo tem a possibilidade de falar consigo mesmo, a visto disso, também pode comunicar-se com os demais.

## **DANÇAS URBANAS**

Conforme Vargas (2005 *apud*, SANTOS, 2011), a Dança de Rua teve uma de suas primeiras manifestações durante a crise norte-americana de 1929, quando muitos estabelecimentos foram obrigados a demitir seus funcionários para reduzir gastos. Em meio desses haviam músicos e dançarinos, e a maneira que encontraram para se sustentar e exercer sua profissão foi ir para as ruas fazer shows por alguns trocados. Entretanto, a Dança de Rua tornou-se mais conhecida na década de 70 em Nova Iorque com o movimento *Hip Hop*.

De acordo com Adão (2006), no final dos anos 60 os DJs Kool Herc e Afrika Bambaataa organizavam *block parties*, que eram festas nos quarteirões do bairro Bronx onde moravam, as festas eram feitas para promover alegria e rejeitavam violência. Santos (2011) afirma que a cultura ou movimento *Hip Hop* emergiu na década de 70, a partir de conflitos sociais, por disputas de território, que tinham como consequência agressões e mortes. Foi quando o DJ Afrika Bambaataa incentivou que as gangues resolvessem suas diferenças nas *block parties* por meio de dança, fazendo batalhas de dança nas ruas com o objetivo de um dançarino “quebrar” (*break*) o outro, assim surge o *break dance*, uma das primeiras manifestações das Danças de Rua.

“O *Hip Hop* tem uma relação diferente com os jovens por varia de classe social por cada um integrar-se ao movimento com diferentes objetivos e cada um com uma visão diferenciada”. (VITORINO; FIALHO, 2008 *apud* DIAS, 2016, p.18)

Assim Reckziegel e Stigger (2005 *apud* TORRES, 2015) dizem que

A partir do momento em que os jovens estão inseridos na cultura, eles passam a se considerar construtores dessa história e responsáveis por passa-la adiante e dar continuidade, tendo a função de mensageiros e multiplicadores. Assumem, espontaneamente, um compromisso social, por acreditarem que sua arte transmite valores que vão ser aprendidos por crianças e adolescentes. (RECKZIEGEL; STIGGER, 2005, *apud* TORRES, 2015, p.19)

A modalidade Dança de Rua surge como uma forma de representação de uma cultura dos guetos norte-americanos, Medina *et al.* (2008, p.100 *apud* SANTOS, 2011) afirmam que

A dança, portanto, pode ser entendida como uma forma de movimento elaborado, que fornece elementos ou representações da cultura dos povos, sendo considerada uma manifestação dos hábitos e costumes de uma determinada sociedade. (SANTOS, 2011, p.12)

“Dançar não significa mais uma atividade da elite, mas atinge também pessoas comuns que querem expressar-se e que gostam de movimentar-se através da dança”. (MEDINA *et al.*, 2008 *apud* SANTOS, 2011, p.13)

De acordo com Cazé e Oliveira,

O *Hip Hop* escolhe a cultura como forma de resistência. Uma cultura marginal que não é propriedade nem da elite nem da burguesia. A cultura de quem foi capaz de cria-la e levá-la adiante, além das fronteiras geográficas. É a cultura das ruas, do povo, do mundo. [...] O *Hip Hop* é visto como uma cultura marginal que pretende retratar o comportamento de um grupo social, acontece principalmente na periferia das grandes cidades, congregando os excluídos do poder. (CAZÉ; OLIVEIRA, 2008. p.7-8)

Ejara (s.d.) considera que, apesar do termo Dança de Rua, nem todas as danças surgiram nas ruas, entre os estilos de Danças de Rua apenas o *break dance* foi criado de fato nas ruas. Os demais estilos foram criados em diferentes ambientes, como danceterias, programas de TV, entre outros. Desde seu surgimento na década de 70, as Danças de Rua sofreram algumas alterações e houve a criação de novas vertentes e terminologias, atualmente as Danças de Rua são nominadas Danças Urbanas.

Segundo Duarte (2016), as Danças Urbanas se relacionam de modo direto com a cultura *Hip Hop*. Ambas pertencem a uma cultura urbana que não exclui novas influências, e através da mixagem e do sampleado, saem dos Estados Unidos e chegam a nível global, dialogando com a cultura local e produzindo novas técnicas do gênero. As Danças Urbanas formam um gênero extremamente amplo e complexo, há inúmeras técnicas desse gênero que estão ganhando cada vez mais espaço no momento atual. Existem diversos subgêneros que compõem o gênero das Danças Urbanas, novos subgêneros estão surgindo em múltiplas partes do mundo atualmente. Entretanto, podemos dizer que a origem das Danças Urbanas está nos Estados Unidos. O autor destaca que:

A todo momento as Danças Urbanas estão sendo criadas – como o *Azonto* em Gana, o *Passinho* no Brasil – ou redescobertas pelo mundo, como é o caso do *Dance Hall* na Jamaica. O que se pode dizer de fato é que essa dança é algo vivo, que está em constantes transformações desde suas primeiras manifestações e emerge da cultura popular e urbana, e onde chegar, provavelmente dialogará com as culturas locais, proporcionando novas criações e possibilidades de expressões. (DUARTE, 2016, p.33).

Para Torres (2015), as Danças Urbanas evoluíram muito desde suas primeiras manifestações, principalmente devido as mudanças que aconteciam com as músicas utilizadas para dançá-las, a partir disso surgiram outros estilos. Tran (2019) destaca que as Danças Urbanas têm como base o *break dance* e outras



Danças de Rua como, *house*, *locking*, *popping*, e também se inspira em outras danças como o *jazz*, dança contemporânea, sapateado, dentre outros. É uma modalidade que permite que os dançarinos de diferentes vivências, personalidades e treinamento em dança possam interpretar livremente diferentes tipos de música, integrando diferentes modalidades para criar sua própria coreografia.

## **A INFLUÊNCIA DA DANÇA NA PSICOMOTRICIDADE E NO MEIO SOCIAL**

Segundo Le Boulch (1987), em todas as sociedades o homem expressou-se com seu corpo, desde as suas origens. Nos povos primitivos, a dança é um meio essencial de participar das manifestações emocionais da tribo. O autor também afirma que a dança “é utilizada como modo típico de manifestação dos afetos vividos em comum. Sob este aspecto, pode-se considerá-la como uma linguagem social e mesmo religiosa que cria uma estreita empatia entre dançarinos e espectadores”. (LE BOULCH, 1987, p.77)

Para Ferreira, Villela e Carvalho (2010), a dança é uma atividade física e expressiva que permite aprofundar a percepção de cada um sobre si mesmo e sobre os outros. Através dela o corpo pode ser um meio de um indivíduo interagir com o mundo, podendo desenvolver consciência corporal e novas formas de comunicação com o próximo.

A dança é uma possibilidade movimentos livres que originam-se da vontade de comunicar-se por meio de gestos e expressões que provêm dos sentimentos, das dificuldades, situações e prazeres de viver, nos leva ao encontro com o outro e com os outros, e não é apenas uma simples coreografia, ela constrói a realidade social, cultural, política, pode envolver vários aspectos da sociedade e abordar uma linguagem que pode proporcionar transformações e benefícios para a existência dos seres humanos (TOLOCKA; VERLENGIA, 2006).

Usada como forma de linguagem através dos tempos, a dança tem proporcionado àqueles que a praticam um momento em que podem assumir sua essência e representar seus sentimentos através de movimentos, Martín *et al.* (2008) declaram que a dança tem o objetivo de buscar a expressão individual de pensamentos e sentimentos desenvolvendo a psicomotricidade, que gera ações motoras que influenciam os fatores intelectuais, afetivos e culturais. Prati e

Carnelozzi (2006) afirmam que essa prática aumenta as condutas psicomotoras, coordenação, equilíbrio, tônus, lateralidade, noção espacial, ritmo, relaxamento, respiração, percepção, musicalidade e sensibilidade.

Diversos autores fazem a ligação entre dança e psicomotricidade, sempre apontando seus benefícios para os praticantes, de acordo com Silva *et al.* (2012),

O movimento vivenciado ao dançar gera informações que reforçam a ideia de orientação psicodinâmica, que predomina no movimento inconsciente beneficiando a pessoas no entendimento das emoções que se relacionam com seu estado de saúde atual e também pode ser vista como uma expressão que representa diversos aspectos da vida humana, considerada como linguagem social que transmite sentimentos, emoções vividas de religiões, trabalhos, hábitos e costumes. (COLETIVO DE AUTORES, 1993; CIGARAN, 2009 *apud* Silva *et al.*, 2012, p.39)

Para Verderi (2000 *apud* MOTTA, MOTTA; LIBERALI, 2012, p.56), a dança é uma forma de “vivenciar experiências do conhecimento, definir e redefinir sua auto-organização e melhorar a qualidade de vida, contribuindo sem dúvida para momentos de prazer, espontaneidade, criatividade e formação integral”.

Ao falar sobre dança para os adolescentes, Santos (2008) define que ela está associada ao aumento da alegria, do auto eficácia e do autoconceito, que levam o adolescente a ter uma sensação de sucesso que reforça a autoimagem e a autoestima positiva. O autor complementa que

Percebe-se o envolvimento e a sensação que a dança proporciona ao adolescente em uma relação com a música e a atividade física; uma pessoa que pratica exercícios físicos com uma música de sua preferência pode obter efeitos positivos, como aumento de rendimento, demonstrando que, ao sentir bem ao realizar exercícios como a dança, pode haver uma situação agradável, melhorando o humor. (SANTOS, online, 2008)

De acordo com Hurlock (1979), a dança atende a certas necessidades durante os anos da adolescência, a habilidade para dançar afeta os ajustamentos sociais e pessoais que o indivíduo faz. Conforme a autora, dentre as necessidades pessoais atendidas pela dança, uma das mais importantes é a liberação das tensões emocionais acumuladas na vida escolar e familiar. Para muitos adolescentes, a catarse emocional mais eficaz advém de um estilo de dança.

Segundo Chultz (2016), alguns passos de *Hip Hop* são menos complexos podendo ser executados por dançarinos amadores, tendo em grande maioria passos que são construídos a partir de bases motoras cotidianas, como correr, saltar e pisar, que também podem ser um suporte no desenvolvimento motor. Outra qualidade dessa dança que a autora enfatiza é a incorporação de maneiras de fazer, que abre espaço para que cada dançarino tenha sua maneira de dançar. Cada passo possui uma técnica para ser executado, mas cada indivíduo executará de uma maneira, possibilitando individualidade em suas expressões artísticas.

Para Moreira e Crestani (2017), as Danças Urbanas possuem métodos que podem desenvolver o corpo e a mente, visando à melhora no processo de desenvolvimento motor e psicomotor. Esses podem atuar na destreza, agilidade, lateralidade, assim como no processo espacial e locomotor, proporcionando uma melhora significativa em todos esses aspectos. Podem igualmente auxiliar na formação de um indivíduo mais afetivo, criativo e reflexivo. Além disso, a prática promove o autoconhecimento do corpo, a expressividade e maior interação social. Por fim, essa modalidade representa uma manifestação artística que auxilia na constituição cognitiva, física e emocional do indivíduo.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Em diversos povos e culturas, a dança é vista e tem sido usada como uma forma de linguagem, e também como uma forma de socialização dos indivíduos que a praticam. A dança possui grande influência em fatores físicos e psicológicos, por ser uma atividade física em que trabalha-se o corpo, mas por também intervir nas emoções e nos sentimentos. Nessa, e em outras práticas corporais, o corpo não é considerado somente como um receptáculo, que apenas reproduz o que lhe é mostrado, o corpo representa um ser que pensa, sente, cria, produz e através dela é possível expressar diversos sentimentos, pensamentos, críticas e inúmeras manifestações.

Além de movimentos e técnicas perfeitas, a dança é um veículo que permite um indivíduo apresentar e revelar a sua essência. Para um indivíduo que tem dificuldade em falar sobre sentimentos e se colocar em evidência, ela proporciona uma maneira diferente de comunicação, assim possibilitando-o de expressar algo

que talvez não conseguiria traduzir em palavras, e também de exteriorizar sua forma de pensar e ver o mundo. Pode-se considerar a dança uma linguagem universal em que pode haver comunicação independentemente do idioma falado, os corpos tem a capacidade de transmitir uma ideia sem pronunciar uma palavra se quer.

Dentre as vertentes, ou subgêneros das Danças Urbanas, há um amplo acervo de formas nas quais é possível movimentar-se, esse vasto repertório possibilita reinventar e criar novas maneiras de expressar-se. Os movimentos e técnicas minuciosas que compõem essa modalidade são mecanismos que possibilitam auxiliar capacidades motoras, habilidades motoras e consciência corporal.

Com um histórico de resistência e expressão de um povo oprimido, essa modalidade possui um papel considerável em relação a psicomotricidade, para poder movimentar-se é necessário sentir o que se quer transmitir, e para isso é fundamental refletir e ter a percepção do que se sente, um sempre está conectado ao outro, não há como isolar e é essencial que estejam interligados. Quando um corpo executa movimentos ele apropria-se das técnicas e adiciona suas próprias características, transmitindo a identidade do dançarino. Um dançarino tem a capacidade de executar uma mesma sequência de movimentos de formas diferentes, dependendo do sentimento que deseja projetar com sua interpretação.

Contudo, as Danças Urbanas são um meio significativo de desenvolvimento psicomotor e social de adolescentes, pois para a prática dessa modalidade, que contém vários estilos, considerando que há diferentes características de execução para cada, é necessário uma consciência corporal específica, habilidades motoras, flexibilidade e contribui para o desenvolvimento de orientação espacial e temporal. Também promove o autoconhecimento do corpo, expressão corporal, interação social, a visto disso, foca não somente em funções cognitivas, mas também em aspectos afetivos e emocionais. A prática de atividade física reduz estresse, melhora o humor, proporciona prazer, espontaneidade e estimula a criatividade. Também possibilita o aprendizado de uma nova cultura, novos valores e hábitos, construindo significados, assim, podendo absorver a dança como forma de estar inserido ao meio sociocultural e físico. Além disso, atividades em grupos incentivam a interação social e auxiliam na compreensão do meio social, de pensamentos, sentimentos e condutas de outrem, promovendo aquisição de habilidades sociais e o discernimento para uma possível expansão do meio social. Auxiliam também na compreensão de

emoções, transmitindo a sensibilidade pelo movimento, emanando ideias através do corpo e trazendo a outros corpos a reflexão e apreciação de tais ideias além do movimento visto, interpretando uma forma particular de ver o mundo e as pessoas que estão ao redor.

## REFERÊNCIAS

ADÃO, S. G. **Movimento Hip Hop: a visibilidade do adolescente negro no espaço escolar.** 2006. 115 f. Dissertação (Mestrado em Educação) – Faculdade de Educação, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2006.

ARAUJO, D; MATHEUS, F; BRUNO, M. **O desenvolvimento da criança nas perspectivas de Gallahue, Vygotsky e Wallon.** 2017. 19 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Licenciatura em Educação Física) - Universidade Católica de Brasília, Brasília, 2017.

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE PSICOMOTRICIDADE. **O que é psicomotricidade.** s.d. Disponível em: <<https://psicomotricidade.com.br/sobre-o-que-e-psicomotricidade/>>. Acesso em 14 mai. 2019.

BERNARDINO, E. J. et al. **A dança no contexto da Educação Física: na visão de professores de ensino infantil e fundamental de Romaria – MG.** 1998. Disponível em:

<[http://www.educadores.diaadia.pr.gov.br/arquivos/File/2010/artigos\\_teses/EDUCA\\_CAO\\_FISICA/artigos/A\\_danca\\_no\\_contexto\\_EF.pdf](http://www.educadores.diaadia.pr.gov.br/arquivos/File/2010/artigos_teses/EDUCA_CAO_FISICA/artigos/A_danca_no_contexto_EF.pdf)>. Acesso em 09 abr. 2020.

CALVETE, S. A. **Estudo das capacidades motoras de adolescentes obesos.** 2005. 94 f. Dissertação (Mestrado em Educação Física) – Escola de Educação Física e Esporte da Universidade de São Paulo, São Paulo, 2005.

CAZÉ, C. M. J. O.; OLIVEIRA, A. S. **Hip Hop: cultura, arte e movimento no espaço da sociedade contemporânea.** IV ENECULT – Encontro de Estudos Multidisciplinares em Cultura. Salvador, 2008.

CHULTZ, G. M. Danças Urbanas Na Escola: uma experiência com a Cultura Hip Hop dentro do Colégio Estadual Júlio de Castilho, Porto Alegre - RS. **Rascunhos**, v. 3, p. 76-83. 2016.

DIAS, R. G. **Dança de rua como meio de desenvolvimento psicomotor e social das crianças na aula de Educação Física** 2016. 29 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Licenciatura em Educação Física) – Faculdade de Educação e Meio Ambiente. Ariquemes, 2016.

DORIN, L. **Psicologia da Adolescência**. São Paulo: Editora do Brasil S.A., 1975.

DUARTE, T. F. **Ensino de Danças Urbanas Hoje: um estudo sobre as práticas artístico-pedagógicas contemporâneas na cidade de Pelotas – RS, a partir do olhar docente** 2016. 173 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Licenciatura em Dança) – Universidade Federal de Pelotas, 2016.

EISENTEIN, E. **Adolescência: definições, conceitos e critérios**. 2005. Disponível em: <[http://www.adolescenciaesaude.com/detalhe\\_artigo.asp?id=167/](http://www.adolescenciaesaude.com/detalhe_artigo.asp?id=167/)>. Acesso em 22 fev. 2020.

EJARA, F. **Danças Urbanas**. s.d. Disponível em: <<http://encontroudes.blogspot.com/p/dancas-urbanas.html?m=1/>>. Acesso em 06 out. 2019.

FERREIRA, S. A., VILLELA, W. V., CARVALHO, R. Dança na Escola: uma contribuição para a promoção de saúde de crianças e adolescentes. **Investigação**, v.10, 2010.

FREIRE, I. M. dança-educação: o corpo e o movimento no espaço do conhecimento. **Revista Cadernos Cedes**, v. XXI, n 53, p. 31-55, 2001.

GALLAHUE, D. **Educação física desenvolvimentista para todas as crianças - 4ª Edição**. São Paulo: Phorte, 2008.

HURLOCK, E. B. **Desenvolvimento do adolescente**. São Paulo: McGraw-Hill do Brasil, 1979.

LE BOULCH; J. **Rumo a uma ciência do movimento humano**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1987.

MARQUES, I. A. **Dançando na Escola - 2ª Edição**. São Paulo: Cortez, 2005.

MARTÍN, C. T. et al. El efecto del modelo docente y de la interacción con compañeros em las habilidades motrices creativas de la danza. **Retos. Nuevas tendências em Educación Física y Recreación**, n.14, p.5-9, 2008.

MATSUDO, S.M.M.; Validade da auto avaliação na determinação da maturação sexual. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**. São Caetano do Sul, v.5, n 2, p. 18-35, 1991.

MEDINA, J. As Representações da Dança: uma análise sociológica. **Revista Movimento**, Porto Alegre, v. 14, n 02, p. 99-113, mai/ago. 2008.

MOREIRA, T. R.; CRESTANI, J. R. A Influência das danças urbanas no esquema corporal infantil. **Revista Portal Educação Física**, Joinville, v.2, n.1, p. 122-137, 2017.

MOTTA, M. A. M.; MOTTA, S. M.; LIBERALI, R. A motivação e a autoestima de adolescentes em um projeto de dança. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte**, v. 11, n. 2, p. 55-67, 2012.

NETTO, S. P. **Psicologia da Adolescência - 7ª Edição**. São Paulo: Pioneira, 1979.

PRATI, S. R. A.; CARNELOZZI, A. R. C. Níveis de aptidão física e análise de tendências posturais em bailarinas clássicas. **Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano**, Maringá, v. 8, n. 1, p. 80-87, 2006.

SANTANA VEGA, L. E.; FELICIANO GARCIA, L. Percepción de apoyo de padres y profesores, autoconcepto y toma de decisiones em bachillerato. **Revista de Educación**, n. 355, mayo/agosto, 2011. Disponível em: <[http://www.revistaeducacion.educacion.es/re355/re355\\_21.pdf](http://www.revistaeducacion.educacion.es/re355/re355_21.pdf)>. Acesso em: 12 fev. 2020.

SANTOS, A. S. **Dança de Rua**: a dança que surgiu nas ruas e conquistou os palcos. 2011. 41 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Educação Física) – Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2011.

SANTOS, M. O. S. Exercício físico e música: uma relação expressiva. **Revista Digitalefdeportes.com**, v. 13, n. 122, jul. 2008.

SILVA, M. C. C. et al. A importância da dança nas aulas de educação física – revisão sistemática. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte**. São Paulo, v. 11, n. 2, p. 38-54, 2012.

TOLOCKA, R. E.; VERLENGIA, R. **Dança e diversidade humana**. Campinas: Papirus, 2006.

TORRES, L. C. **Danças Urbanas No Brasil**: Relatos De Uma História. 2015. 83 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Licenciatura em Educação Física) – Faculdade de Ciências, Universidade Estadual Paulista, Bauru, 2015.

TRAN, J. N. **Urban Dance**. 2019. Disponível em <<https://storymaps.arcgis.com/stories/80551c3cbd9c460788eb0ce812c15775/>>. Acesso em 06 out. 2019.

WOSIEN, B. **Dança: um caminho para a totalidade**. São Paulo: Trion, 2000.