



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO
CENTRO ACADÊMICO DE VITÓRIA
NÚCLEO DE EDUCAÇÃO FÍSICA E CIÊNCIAS DO ESPORTE**

WILLIANY OLIVEIRA DE SOUZA

**ATIVIDADES RÍTMICAS E EXPRESSIVAS: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA
SOBRE PUBLICAÇÕES NACIONAIS NO CONTEXTO DA PANDEMIA DE 2020 A
2021**

VITÓRIA DE SANTO ANTÃO - PE

2021



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO
CENTRO ACADÊMICO DE VITÓRIA
NÚCLEO DE EDUCAÇÃO FÍSICA E CIÊNCIAS DO ESPORTE**

WILLIANY OLIVEIRA DE SOUZA

**ATIVIDADES RÍTMICAS E EXPRESSIVAS: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA
SOBRE PUBLICAÇÕES NACIONAIS NO CONTEXTO DA PANDEMIA DE 2020 A
2021**

TCC apresentado ao Curso de Bacharelado
em Educação Física como requisito para
obtenção do título de Bacharel em Educação
Física.

Orientador: Flávio Campos de Moraes

VITÓRIA DE SANTO ANTÃO - PE

2021

Catálogo na Fonte
Sistema Integrado de Bibliotecas da UFPE. Biblioteca Setorial do CAV.
Bibliotecária Jaciane Freire Santana, CRB4/2018

S729a Souza, Williany Oliveira de.

Atividades rítmicas e expressivas: uma revisão bibliográfica sobre publicações nacionais no contexto da pandemia de 2020 a 2021 / Williany Oliveira de Souza - Vitória de Santo Antão, 2021.
32 folhas.

Orientador: Flávio Campos de Moraes.
TCC (Bacharelado em Educação Física) - Universidade Federal de Pernambuco, CAV, Bacharelado em Educação Física, 2021.
Inclui referências.

1. Dança. 2. Aula de dança. 3. Quarentena. 4. Aula remota. I. Moraes, Flávio Campos de (Orientador). II. Título.

793.3 CDD (23.ed.)

BIBCAV/UFPE - 029/2021

WILLIANY OLIVEIRA DE SOUZA

**ATIVIDADES RÍTMICAS E EXPRESSIVAS: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA
SOBRE PUBLICAÇÕES NACIONAIS NO CONTEXTO DA PANDEMIA DE 2020 A
2021**

TCC apresentado ao Curso de Bacharelado em Educação Física da Universidade Federal de Pernambuco, Centro Acadêmico de Vitória, como requisito para a obtenção do título de Bacharel em Educação Física.

Aprovado em: 30/04/2021.

BANCA EXAMINADORA

Profº. Ms Flávio Campos de Moraes
(Orientador - Membro interno)
Universidade Federal de Pernambuco

Profª Dra. Lara Helegda Colognese
(Membro interno)
Universidade Federal de Pernambuco

Profº.Dr Anderson de Apolonio Pedroza
(Orientador -Membro externo)
Universidade federal de Pernambuco
Diretoria de Esportes de Gravatá

Dedicatória

Esse trabalho de conclusão de curso é dedicado a todas as vítimas de Covid-19, e aos profissionais de Saúde que diariamente estão na linha de frente combatendo a esse vírus e salvando vidas.

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente à Deus, aos meus familiares, meu orientador Professor Flávio Campos de Moraes e todos aqueles que me ajudaram de uma forma direta ou indireta nessa jornada acadêmica. Um agradecimento especial para as mulheres da minha vida que sempre estão torcendo e acreditando no meu potencial, minha mãe, e minha tia em memória que hoje não está mais entre nós, mas creio que onde estiver ela está torcendo por mim.

RESUMO

O covid-19 é a doença infecciosa causada pelo novo coronavírus (SARS-CoV-2), que se disseminou rapidamente pelo mundo, gerando uma grande pandemia. Com intuito de controlar o número de casos foi decretado pelo ministério da saúde leis de distanciamento social. Isso gerou grande impacto para os profissionais da educação física, devido as suas aulas serem na grande maioria presenciais e de alto contato, desse modo eles tiveram que buscar novas maneiras para continuar com as aulas. Uma das principais atividades físicas que tiveram grandes consequências foi a dança, por serem normalmente realizadas em salas fechadas e com um número significativo de pessoas, desse modo o presente estudo tem como objetivo apresentar através de uma pesquisa bibliográfica as publicações sobre dança no contexto da Pandemia. Foi realizada uma revisão de literatura sistemática com intuito de mostra os impactos e os meios que os professores buscaram para realizar suas aulas de dança. Pelos critérios de buscar foram selecionados três artigos onde dois abordam a experiencia dos profissionais com aulas de danças remotas e um sobre como as novas tecnologias podem ser usadas a favor dos mesmos nesse período pandêmico, no qual foi discutido sobre as metodologias abordadas pelos professores para a realização das suas aulas de dança de maneira remota. Portanto é notório que os profissionais de dança estão tendo grandes dificuldades nesse período de pandemia, devido ao distanciamento e falta de feedback momentâneo.

Palavras chaves: Dança. Pandemia. Educação Física.

ABSTRACT

Covid-19 is the infectious disease caused by the new coronavirus (SARS-CoV-2), which has spread rapidly around the world, generating a major pandemic. In order to control the number of cases, laws of social detachment were enacted by the Ministry of Health. This generated a great impact for physical education professionals, due to the fact that their classes are mostly in person and of high contact, so they had to look for new ways to continue with the classes. One of the main physical activities that had great consequences was dancing, as they are usually performed in closed rooms and with a significant number of people, so the present study aims to present through a bibliographic research the publications on dance in the context of Pandemic. A systematic literature review was carried out in order to show the impacts and the means that teachers sought to carry out their dance classes. According to the search criteria, three articles were selected where two address the experience of professionals with remote dance classes and one on how new technologies can be used in favor of them in this pandemic period, in which they discussed the methodologies addressed by teachers for the conducting your dance classes remotely. So it is well known that dance professionals are having great difficulties in this pandemic period, due to the distance and lack of momentary feedback.

Key words: Dance. Pandemic. Physical Education.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	9
2 REVISÃO DE LITERATURA	11
2.1 A dança: recortes históricos e conceituais	11
2.2 A dança e os benefícios para a saúde	12
2.3 Pandemia no Brasil e publicações sobre a dança	13
3 OBJETIVOS.....	15
3.1 Objetivo Geral.....	15
3.2 Objetivos específicos	15
4 METODOLOGIA	16
4.1 Caracterização da pesquisa	16
4.2 Limitações da pesquisa.....	16
5 RESULTADOS.....	17
6 DISCUSSÃO	20
7 CONCLUSÃO	21
REFERENCIAS.....	22

1 INTRODUÇÃO

O covid-19 é a doença infecciosa causada pelo novo coronavírus (SARS-CoV-2), identificado pela primeira vez em dezembro de 2019, em Wuhan, na China e que rapidamente se espalhou pelo mundo causando uma grande pandemia (SOUZA FILHO, 2020). No Brasil foi relatado o primeiro caso de covid-19 em fevereiro de 2020 e logo foi aumentando o número de casos de pessoas contaminadas. Para se reduzir a velocidade de transmissão foi utilizadas medidas de distanciamento físico em grande escala e restrições de movimento, porém essas medidas contribuísssem para um impacto negativo sobre os indivíduos, comunidades e sociedades, ao fazer com que a vida social e econômica praticamente parasse (OMS, 2020).

Durante o isolamento social os casos de inatividade física foram se agravando, com isso os profissionais de educação física tiveram que buscar meios para que os indivíduos modificassem esses novos hábitos. Dessa forma o Conselho Federal de Educação Física (CONFEF) recomendou aos profissionais de educação física que promovessem o estímulo e orientação ao beneficiário a permanecer fisicamente ativo, inclusive na residência, respeitando as orientações (SOUZA FILHO, 2020). A importância de recomendações por parte dos órgãos reguladores e instâncias governamentais está centrada no potencial de influenciar estabelecimentos e profissionais à adoção da prática de atividade física. Além disso, têm um importante papel em conferir legitimidade e regulamentar práticas inovadoras, apoiando o exercício profissional e encorajando profissionais a ampliar sua prática.

A dança é uma atividade física e social que envolve ritmo e que pode ser desenvolvida em forma de grupo ou individual. Esta atividade provoca o controle motor através de movimentos coreografados e realizados dentro de compassos musicais (OLIVEIRA, 2020). A dança pode ser praticada em todas as etapas da vida, podendo provocar sentimentos positivos e sensação de bem-estar e melhorar a auto expressão, a comunicação, a motivação, a percepção de diversão e prazer com a vida, a espiritualidade, a identificação cultural, assim como promover uma ruptura e revitalização da sociedade (OLIVEIRA, 2020).

Durante o isolamento social foram orientados que a prática de aulas de dança em locais fechados fossem interrompida devido a fácil disseminação do novo coronavírus, devido a isso os profissionais tiveram que utilizar outros meios, uma

das formas foi a internet que possibilitou essas aulas de forma remota com orientações sobre dançar em ambiente domiciliar, a realização de lives com professores de dança e parceiros para informar os cuidados que todos devem ter, assim como a importância de manter as atividades físicas, com os devidos cuidados, para não perder condicionamento físico e habilidades motoras e realização de aulas teóricas e práticas (ZIKAN, 2020).

Segundo Helena Lessa (2020) a partir da carência que foi criada pelas restrições de distanciamento sociais, houve a necessidade de refletir novos meios e oportunidades para o ensino da dança de forma remota. Lessa (2020) sugere experiências incentivadoras de cautela e decisão em relação aos gestos vivenciados, dispor um momento da aula para a apreciação e dividir as experimentações e criações. É descrito pela autora que as aulas online vieram para reiterar o entendimento da forma e do ritmo do movimento como uma consequência da sensação e da percepção do peso, do espaço, do tempo e do fluxo. Nesta perspectiva, não há uma grande importância em ser preciso nas sequências propostas ou aprimorar movimentos complexos, ficou notório que a liberdade corporal está relacionada com o espírito explorador (LESSA, 2020).

Nesse contexto, o objetivo do trabalho foi investigar quais trabalhos foram publicados referentes à dança no contexto da pandemia entre 2020 e 2021.

2 REVISÃO DE LITERATURA

2.1 A dança: recortes históricos e conceituais

Conforme Miybara (2013) como uma linguagem a dança exprime sentimentos e emoções que um indivíduo experimenta ou que deseja provocar no humor do interlocutor, e está entre as três principais artes cênicas da antiguidade, ao lado do teatro e da música. Caracteriza-se pelo uso do corpo, seguindo movimentos previamente estabelecidos, ou improvisados, quase sempre é acompanhada ao som e compasso de música, com passos cadenciados, e envolve a expressão de sentimentos (MIYABARA, 2013). Para a pesquisadora Dionísia Nanni (2005) o movimento e o pensamento do ser humano, estão relacionados ao trabalho global do corpo, atuando como meio de relação/comunicação através da linguagem corporal (gestos, movimentos) que nos integra ao meio. Para a autora, linguagem corporal é uma forma de comunicação não verbal, expressa por meio de gestos e movimentos em sintonia com nossas ações corporais que se manifestam pela interação significativa e harmônica da totalidade do ser humano.

Nanni (2005) trata a dança, em sua obra, como uma linguagem corporal capaz de simbolizar alegrias, tristezas, vida e morte, amor, guerra, paz, etc. Era assim nos tempos primitivos, de onde se tem os primeiros registros de que havia dança e se pôde conhecer os costumes, as representações mímicas, lúdicas e religiosas da época (NANNI, 2005). A autora acrescenta ainda que a linguagem corporal, através da dança, registra o real, o simbólico, o imaginário, interligando os objetivos que articulam o corpo simbólico ao corpo imaginário permeado pelo corpo real.

Para Laban (1990), a dança retrata ideias, ansiedades e interesses de toda uma época, aliados a uma imensa necessidade que o ser humano tem de mover-se e ultrapassar sua essência e de transcender sua existência em evasões positivas e cheias de significados nos acontecimentos de sua vida real. Brikman (1989) descreve que a dança é uma linguagem do movimento corporal na sua essência, uma articulação harmônica dos movimentos que possibilita o desenrolar de uma imagem, ideia e sentimento. A autora acrescenta ainda que a linguagem corporal, através da dança era assim nos tempos primitivos, de onde se tem os primeiros

registros de que havia dança e se pôde conhecer os costumes, as representações mímicas, lúdicas e religiosas da época (NANNI, 2005). A autora acrescenta ainda que a linguagem corporal, através da Dança, registra o real, o simbólico, o imaginário, interligando os objetivos que articulam o corpo simbólico ao corpo imaginário permeado pelo corpo real.

Podemos observar na história da dança, que todos os povos, desde a antiguidade, cultivavam formas expressivas como as danças, os jogos e as lutas, como todas elas, a Dança sofreu, através dos tempos, influências do desenvolvimento socioeconômico e sociocultural dos povos (GARAUDY, 1980). A junção da Dança com o ritmo mostrava as relações entre os deuses e a natureza, sendo utilizadas nas manifestações religiosas para explicar fenômenos da natureza ou para agradecer pela colheita (GARAUDY, 1980). Para os povos primitivos, esse sentido ritualístico da dança, tinha o propósito de trazer a paz, a saúde e a felicidade (NANNI, 2005). Com as necessidades diferentes dos povos, a diversidade de civilizações e as diferentes formas de cultura, a Dança foi se modificando em sua forma de expressão e interpretação. Desse modo, nota-se que a humanidade e a Dança se desenvolveram juntas em vários aspectos: nos movimentos, nas emoções, nas formas de expressão, em fatos sociais e culturais (NANNI, 2005).

2.2 A dança e os benefícios para a saúde

A dança colabora na manutenção da saúde e age de forma direta na autoestima, nos aspectos fisiológicos e bem esta. A mesma contribui para a melhora do controle motor, respiração e resistência cardiovascular, além de fortificar a parte social ocasionando um melhor desempenho nos vínculos diários. A dança melhora a disposição das pessoas para executar de atividades habituais e proporciona força muscular, melhora da estética corporal e autoestima (OLIVEIRA, 2020).

A dança como atividade física proporciona benefícios na qualidade de vida de quem agregam essa modalidade como demanda pela melhora da saúde (OLIVEIRA, 2020). A partir desse estudo nota-se que os benefícios se englobam de forma expressiva, visto que as mudanças fisiológicas como condicionamento físico ou resultados estéticos, a atividade rítmica permite outros benefícios como: aumento da autoestima, diminuição da ansiedade, melhora a motivação, diminui o estresse e

contribui positivamente para a melhoria nas relações sociais de mulheres que aderem à modalidade. Com isso, a prática das aulas de ritmos como exercício físico é de fundamental importância para o combate ao sedentarismo e consequentemente na diminuição ou tratamento de doenças como depressão.

O estudo de Andrade (2015) trata-se de um relato de experiência a partir de uma disciplina do Mestrado junto ao projeto de extensão Grupo Experimental de Dança (GED) desenvolvido pelo curso de Educação Física da Universidade Federal de Triângulo Mineiro (UFTM). Neste estudo os participantes relataram benefícios da dança como a sensação de renovação e a diminuição de dores lombares, melhora no relacionamento interpessoal no eixo benefícios, bem como acolhimento, valorização, inclusão em grupo, respeito à individualidade, compromisso pessoal, envolvimento do grupo, experiência na troca interpessoal no eixo vivências, aprimoramento de habilidades cognitivas, sensação de bem estar, diminuição da timidez, aumento do rendimento acadêmico, melhora na autoestima e capacidade de superação, bem como maior envolvimento e cuidado com o corpo.

2.3 Pandemia no Brasil e publicações sobre a dança

No dia 26 de fevereiro de 2020 se confirmou o primeiro caso do novo coronavírus no Brasil, desse modo foram adotadas medidas de distanciamento físico em grande escala e restrições de movimento, muitas vezes chamadas de “lockdown”, para reduzir a velocidade de transmissão da COVID-19 (OPAS, 2020). Para Souza Filho (2020) a pandemia causada pelo vírus está impactando negativamente na saúde da população e na economia mundial. No Brasil, após o primeiro caso confirmado foi se observando um número crescente de casos e mortes relacionadas ao novo coronavírus (OMS, 2020).

Durante a pandemia leis foram adotadas como medidas protetivas para a população, tais como a Lei Federal nº 13.979, de 6 de fevereiro de 2020, que objetiva a proteção da coletividade, dessa forma cada estado adotou uma forma restritiva como por exemplo o Conselho Regional de Educação Física da 12ª Região – Pernambuco (CREF12/PE) que validou o decreto Nº 48.822, de 17 de março de 2020, a suspensão das academias. Devido a isso os Brasileiros passaram a ter uma

redução significativa da prática de atividade física, e adotaram um estilo de vida mais sedentário e uma má alimentação, com isso gerando um aumento de riscos à saúde (CARVALHO et al., 2020).

Recortes dos achados (autores, objetivos, resultados)

Segundo Zikan (2020) Durante a pandemia surgiram vários problemas como a deficiência dos alunos permanecerem praticando atividade física e consequentemente não se desfazer de seu condicionamento físico, porém em um ambiente distinto. Este novo local necessita de um espaço adequado, uma internet de boa qualidade, uma explicação compreensível e com muita cautela. Com isso é aconselhável que os praticantes tenham completa compreensão corporal e entender suas limitações e especialmente para não se lesionarem.

Durante esse período pandêmico as aulas de dança foram canceladas por serem realizadas em locais fechados e ter o contato físico direto. Dessa forma, meios online foram utilizados para se realizar as aulas, plataformas digitais e como o zoom e redes sociais que possibilita uma transmissão ao vivo, onde pode se ter uma visão e audição dos alunos presentes e no mesmo momento se tirar suas dúvida, mas por outro lado o tempo de aula foi reduzido, os alunos eram ausentes e o espaço que o aluno tinha muitas vezes era inadequado (Lessa, 2020).

3 OBJETIVOS

3.1 Objetivo Geral

- Verificar por meio de uma pesquisa bibliográfica de revisão sistemática as publicações que abrangem o tema atividade rítmicas e expressivas no contexto da Pandemia.

3.2 Objetivos específicos

- Mostrar recortes sobre histórico e conceito da dança
- Elucidar o contexto da Pandemia no Brasil;
- Mostrar os benefícios da dança para a saúde;
- Verificar as produções bibliográficas nacionais relacionadas a dança e pandemia;

4 METODOLOGIA

4.1 Caracterização da pesquisa

O presente estudo é uma revisão bibliográfica sistemática (conceito de pesquisa de revisão) sobre publicações nacionais nas bases de dados Bireme, Scielo, google acadêmico, Monografias, dissertações e teses do repositório institucional da UFPE, resumos simples e estendidos de congressos. A pesquisa será de publicações no Período – março de 2020 (início da Pandemia no Brasil) a abril de 2021. Palavras chave: dança e pandemia; covid19 e atividades rítmicas; dança e covid19.

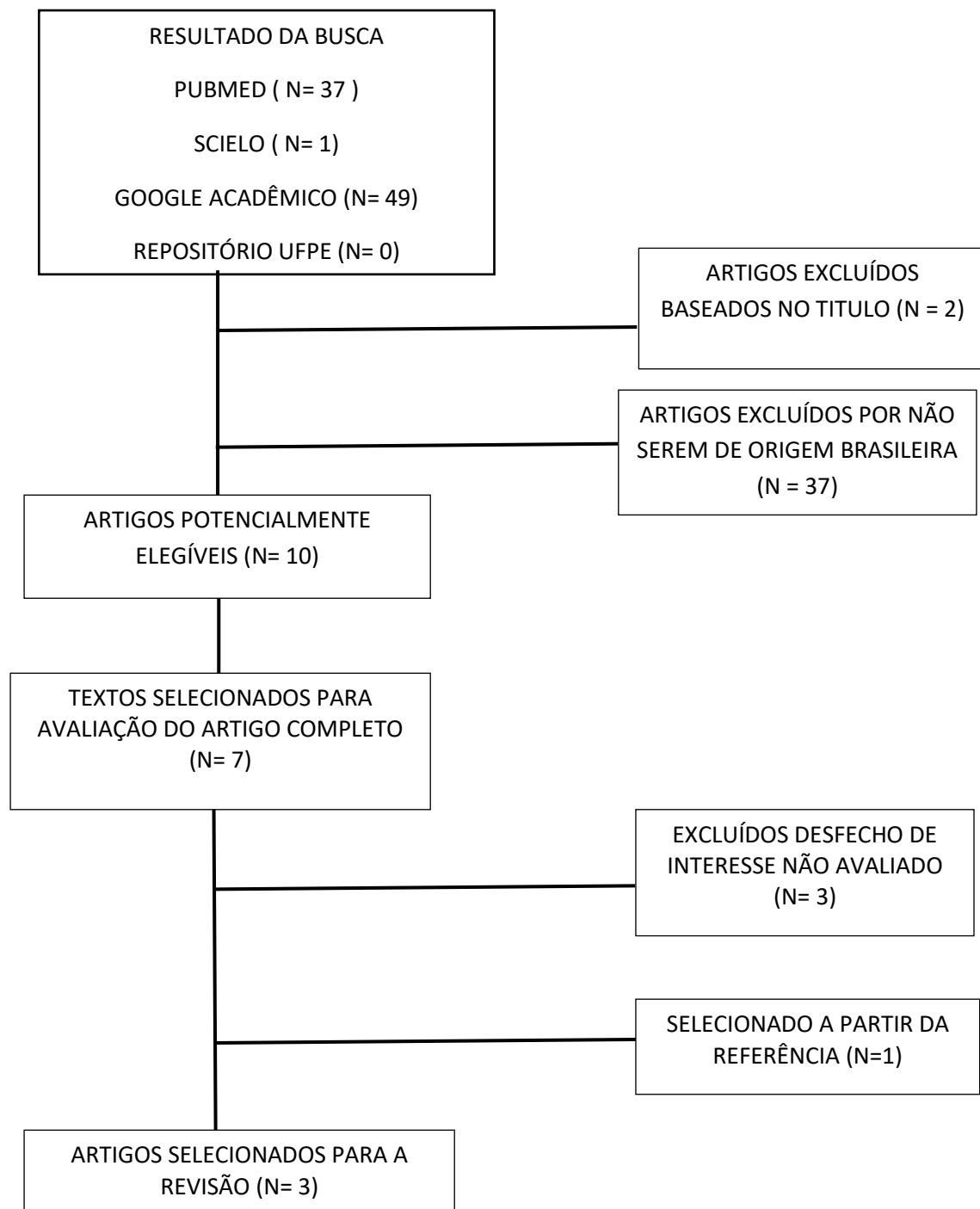
4.2 Limitações da pesquisa

No exato momento há poucas publicações nacionais presentes nas plataformas com o referente tema explorado.

5 RESULTADOS

A pesquisa resultou em 87 artigos, sendo 2 excluídos pelo título, 37 por não serem de origem brasileira e 3 por não apresentar interesse em seu desfecho.

Figura 1. Desenvolvimento para a escolha dos trabalhos para a revisão.



Zikan et al (2020) realizou uma pesquisa em seu estudo com alunos do curso de extensão de ballet clássico, durante a pandemia e obteve 18 respostas. Os bailarinos eram submetidos a um questionário, e em seis questões os resultados foram concordantes, elas abordavam a perspectiva dos alunos em relação ao projeto de extensão da clareza do material utilizado, cronograma proposto, a contribuição do projeto para melhoria da consciência corporal, na vida profissional deles e na aprovação das avaliações relacionadas às aulas. As respostas obtidas foram de maneira aceitável, para a ação de extensão, da relevância do curso de maneira geral, carga horária, melhora na consciência corporal, avaliações, melhora profissional e expectativas supridas. Em destaque os assuntos mais relevantes ofertados pela ação foram: práticas de fortalecimento muscular e saúde mental, ambas com aprovação de 81,3%.

. Lessa (2020) em seu artigo compartilhou experiências docentes nos tempos de pandemia, foram realizados encontros virtuais com o objetivo em destaque as iniciativas para o Projeto de Pesquisa Ensino Contemporâneo de Dança na Educação Básica: pedagogias possíveis e do Projeto de Extensão “COREOLAB”, ambos da Universidade Federal de Pelotas. Para ela as ações foram bastante importantes no sentido de trazer novas reflexões e caminhos para pensar o ensino remoto de dança, bem como para encontrar força, coragem, motivação e leveza para encarar a docência nesses tempos diferentes. Diante do decorrer do tempo ela percebeu que o tempo-espço diferente que vivemos trouxe a oportunidade e a necessidade de repensar estratégias de ensino para as aulas de dança no formato remoto, porem muitas das estratégias experimentadas veio como possibilidades pedagógicas que podem também ser usadas no formato presencial. Foi notado que mesmo com a ausência da relação corpo-corpo, um estado de empatia foi gerado a partir do encontro virtual.

Souza Filho (2020) Mostra em estudo a importância das novas tecnologias para a realização de dança em meio a pandemia. É apresentada uma proposta de abordagem holística que relacione a prática de atividade física não apenas ao status funcional e à auto avaliação subjetiva, pelos praticantes, de seu nível de aptidão física para a realização do programa proposto, mas apresente ações factíveis dentro das preferências e possibilidades de cada pessoa. É sugerida a criação de canais de comunicação remotos entre profissionais e usuários/clientes podendo possibilitar a

adequação, quando necessário, do programa ofertado e avaliar seus possíveis impactos à saúde.

Quadro 1 -.

Autor	Objetivo	Ano de publicação
Lessa	Compartilhar as percepções e estratégias de ensino enquanto professora de dança em tempos de pandemia, compreendendo as experiências vividas de abril a setembro de 2020.	2020
Zikan et al.	Dar orientações e informações sobre saúde e, no contexto atual de isolamento, também direciona adaptações práticas de dança.	2020
Souza Filho et al.	Mostra em estudo a importância das novas tecnologias para a realização de dança em meio a pandemia.	2020

Fonte: A autora, 2021

6 DISCUSSÃO

A partir do resultado de busca (imagem acima) foram selecionados três artigos que apresentam resultados pertinentes para serem analisados. Os autores Zikan (2020) e Lessa (2020) relatam suas experiências profissionais e como se adaptaram para realizar suas aulas de dança de maneira remota, e apresentaram suas dificuldades no decorrer dessa experiência. É citado por ambos sobre a ausência inicial dos alunos e pelo pouco contato, e isso gerou uma grande dificuldade em relação ao ensino da técnica, mas que não algo a ser cobrado devido à preocupação do local onde os alunos realizassem suas aulas, pois talvez não seja adequado.

Souza Filho (2020) em seu estudo traz como as novas tecnologias podem auxiliar os profissionais de educação física nesse período de isolamento social, tendo em vista que as aulas presenciais foram suspensas devido a seu contato direto. É relatado os benefícios que as atividades físicas como a dança podem causar nos indivíduos, devido a esse novo processo que todos estão presenciando.

7 CONCLUSÃO

A realização das aulas de dança inicialmente na pandemia foi desafiadora, por serem realizadas de forma grupal, e com as leis de distanciamento social elas foram obrigadas a pararem, os professores tiveram que buscar novas maneiras para poder realiza-las. As novas tecnologias foram essenciais para que esse retorno acontecesse, os profissionais adotaram como meio as *lives* através de redes sociais e plataformas digitais como zoom e o Google meet. Mas para os profissionais esse modo remoto não seja a melhor maneira de se realizar a aula, devido ao pouco contato com os alunos, e ele estar dançando a apenas para uma câmera ou aparelho celular, isso faz com que ele se sinta um pouco desmotivado para realizar a pratica de dança.

Há uma grande carência de estudos nacionais relacionados com dança na pandemia e mostra a necessidade de mais pesquisas científicas relacionadas ao tema, para que se tenha maior conhecimento e esclarecimento sobre seus impactos nos profissionais e sua relação sobre o ensino remoto da dança.

REFERENCIAS

ANDRADE, Luana et al. Promoção da saúde: benefícios através da dança. **Refacs**, Uberaba, v. 3, n. 3, p. 228-234, 2015.

BRIKMAN, L. **A Linguagem do movimento corporal**. São Paulo: Summus, 1989.

CARVALHO, Deborah. A pandemia da COVID-19 e as mudanças no estilo de vida dos brasileiros adultos: um estudo transversal, 2020. **Epidemiol. Serv. Saude**, Brasília, v. 29, n. 4, e2020407, 2020.

GARAUDY, Roger. **Dançar a vida**. 4.ed. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1980.

LABAN, Rudolf. **Dança educativa moderna**. São Paulo: Ícone, 1990.

LESSA, Helena Thofehrn. Aulas de dança em tempos de pandemia: (oscil)ações de uma professora-artista. **Incomum Revista**, Aparecida de Goiânia-GO, v. 1, n. 2, 2020.

MIYABARA, Renata. A Dança Como Linguagem Corporal. **Revista Santa Rita**, Jaçanã São Paulo – SP, v. 8, n. 16, p. 34. 2013.

NANNI, Dionísia. O Ensino da Dança na Estruturação/Expansão da Consciência Corporal e da Auto-estima do Educando. **Fitness and Performance Journal**, Rio de Janeiro, v. 4, n.1, p. 45-57, 2005.

OLIVEIRA, Aline Calixto Torquato; MOURA, Nataly Kely; DANTAS, Anny Sionara Moura Lima. Programa escolinha do DEF: uma oportunidade de vivenciar os benefícios da dança. In: CONGRESSO INTERNACIONAL DE EDUCAÇÃO INCLUSIVA, 4., 2020. **Anais [...]** Campina Grande: Realize Editora, 2020.

OLIVEIRA CR *et al.* Dança como uma intervenção para melhorar a mobilidade. **Ciência. saúde coletiva**, Rio de Janeiro, v. 25, n. 5, 2020.

OLIVEIRA, Maria Polyana Silva et al. Dança e saúde: Discutindo sobre os principais benefícios da dança nos aspectos psicológicos em mulheres. **Revista de Educação, Saúde e Ciências do Xingu**, Altamira, v. 1, n. 2, 2020.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE. **Brasil confirma primeiro caso de infecção pelo novo coronavírus** Brasília: OPAS, 2020. Disponível em:

https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=6113:brasil-confirma-primeiro-caso-de-infeccao-pelo-novo-coronavirus&Itemid=812. Acesso em: 04 maio 2021.

SOUZA FILHO, Breno; Tritany, Érika. COVID-19: importância das novas tecnologias para a prática de atividades físicas como estratégia de saúde pública. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 36, n. 5, :e00054420. 2020.