



UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO
CENTRO ACADÊMICO DE VITÓRIA DE SANTO ANTÃO

CLEVERSON SOARES DE VASCONCELOS

**AS CONTRIBUIÇÕES DO ENSINO DA DANÇA CRIATIVA PARA ESCOLARES
COM SINTOMAS DEPRESSIVOS: UMA REVISÃO NARRATIVA**

VITÓRIA DE SANTO ANTÃO

2021

UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO
CENTRO ACADÊMICO DE VITÓRIA DE SANTO ANTÃO
LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA
NUCLEO DE EDUCAÇÃO FÍSICA E CIÊNCIA DO ESPORTE

CLEVERSON SOARES DE VASCONCELOS

**AS CONTRIBUIÇÕES DO ENSINO DA DANÇA CRIATIVA PARA ESCOLARES
COM SINTOMAS DEPRESSIVOS: UMA REVISÃO NARRATIVA**

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

Orientador: Flávio Campos de Moraes
Coorientadora: Lívia Maria de Lima Leôncio.

VITÓRIA DE SANTO ANTÃO

2021

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

V331c Vasconcelos, Cleverson Soares de.
As contribuições do ensino da dança criativa para escolares com sintomas depressivos: uma revisão narrativa / Cleverson Soares de Vasconcelos. - Vitória de Santo Antão, 2021.
31 folhas; quadros.

Orientador: Flávio Campos de Moraes.

Coorientadora: Lívia Maria de Lima Leôncio.

TCC (Licenciatura em Educação Física) - Universidade Federal de Pernambuco, CAV, Licenciatura em Educação Física, 2021.

Inclui referências.

1. Dança para crianças. 2. Educação física para crianças. 3. Depressão em crianças. I. Moraes, Flávio Campos de (Orientador). II. Leôncio, Lívia Maria de Lima (Coorientadora). III. Título.

793.3083 CDD (23.ed.)

BIBCAV/UFPE - 089/2021

CLEVERSON SOARES DE VASCONCELOS

**AS CONTRIBUIÇÕES DO ENSINO DA DANÇA CRIATIVA PARA ESCOLARES
COM SINTOMAS DEPRESSIVOS: UMA REVISÃO NARRATIVA**

Aprovado em: 23/07/2021.

BANCA EXAMINADORA

Prof^o. Ms. Flávio Campos de Moraes (Orientador)
Universidade Federal de Pernambuco

Prof^o. Dr^a. Lara Helegda Colognese (Examinadora Interna)
Universidade Federal de Pernambuco

Prof^o. Ms. Anderson Apolonio da Silva Pedrosa (Examinador Externo)
Universidade Federal de Pernambuco

AGRADECIMENTOS

O desenvolvimento desse trabalho de conclusão de curso contou, direta e indiretamente com a ajuda de diversas pessoas. Os agradecimentos são:

A Deus primeiramente, por ter me dado saúde e força suficiente para superar cada obstáculo.

A minha família, que mesmo longe me deram todo suporte financeiro e afetivo-emocional para chegar a esse momento.

Aos meus orientadores, Prof. Flávio Campos e Lívia Maria. Imensamente grato estou por cada correção e orientação de forma tão humanizada e efetiva.

Aos meus amigos que se esforçaram em me entender num momento tão delicado que é o TCC, pela ausência e pela energia positiva emanada sempre.

Aos meus professores, um muito obrigado, pela construção de conhecimento e por serem exemplos de docência. Vocês são incríveis!

Aos meus colegas de curso, obrigado por compartilhar essa caminhada juntos, e que possamos fazer o ser professor de Educação Física, da forma mais linda e autêntica possível.

E por último, mas não menos importante, a Universidade Federal de Pernambuco - Centro Acadêmico de Vitória (CAV), por proporcionar a todos um ensino justo, igualitário e de qualidade, sendo na vida de cada aluno, filho da classe trabalhadora, um divisor de águas.

Obrigado!

“Vejo a dança sendo utilizada como comunicação entre corpo e alma, para expressar o que é muito profundo, muito sutil para as palavras”.

(Rulth St. Denis).

RESUMO

A Dança é energia vital, é recriação, é a possibilidade de ser e exercitar a própria totalidade e, por isso, é potencialmente terapêutica. A Dança Criativa parte do princípio de que o estado emocional e a personalidade da pessoa estão refletidos em seus movimentos e que, portanto, se houver uma modificação nos padrões de movimento, isto refletirá em uma transformação na saúde emocional e física do indivíduo. Ela foi criada pelo bailarino e professor Rudolf Laban, que através de várias pesquisas desenvolveu uma nova forma de dançar, na qual o dançarino se expresse de forma genuína, trazendo à tona seus desejos e sentimentos íntimos, e assim externalizando em forma de movimentos ritmados. O presente trabalho, de revisão da literatura, buscou mostrar a dança como conteúdo da Educação Física escolar, avaliando seus efeitos como forma de atenuar em alunos os sintomas de depressão e mostrando como ela teve impactos positivos em todos os estudos e trazendo grandes benefícios para a saúde mental dos mesmos. Assim a Dança Criativa mostra-se um ótimo recurso para a melhoria da saúde mental dos alunos, pois busca auxiliar a pessoa a se conhecer, a modificar a si mesma de forma fluida, sem nenhuma opressão externa ou formal. Dessa forma, é um instrumento que se adapta aos limites e às possibilidades de cada educando. Por fim, entende-se que qualquer pessoa, independentemente de suas limitações, mas principalmente através da sua parte sã, pode descobrir novas possibilidades criativas de se comunicar, movimentar e dançar através da sua forma subjetiva de ver e sentir o mundo ele que ele está inserido.

Palavras-chave: dança; depressão; educação física.

ABSTRACT

Dance is vital energy, it is recreation, it is the possibility of being and exercising one's totality and, therefore, it is potentially therapeutic. Creative Dance assumes that a person's emotional state and personality are reflected in their movements and that, therefore, if there is a change in movement patterns, this will reflect a transformation in the individual's emotional and physical health. It was created by the dancer and teacher Rudolf Laban, who, through several researches, developed a new way of dancing, in which the dancer expresses himself in a genuine way, bringing out his inner desires and feelings, and thus externalizing in the form of rhythmic movements. The present work, a literature review, sought to show dance as a content of physical education at school, evaluating its effects as a way to alleviate the symptoms of depression in students and showing how it had positive impacts in all studies and brought great benefits to their mental health. Thus, Creative Dance proves to be a great resource for improving the mental health of students, as it seeks to help people to know themselves, to change themselves in a fluid way, without any external or formal oppression. In this way, it is an instrument that adapts to the limits and possibilities of each student. Finally, it is understood that anyone, regardless of their limitations, but mainly through their healthy part, can discover new creative possibilities to communicate, move and dance through their subjective way of seeing and feeling the world he is in inserted.

Keywords: dance; depression; physical education

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

Quadro 1 – Estudos encontrados em bases de dados e anais de congresso entre os anos de 2010 a 2021 que trabalharam a dança criativa em crianças e adolescentes na escola.....	33
Quadro 2 – Os sintomas depressivos e como podem ser atenuados com a dança criativa na escola.....	36

LISTA DE ABREVIações

BNCC	Base Nacional Comum Curricular
DC	Dança Criativa
EF	Educação Física
LDB	Lei de Diretrizes e Bases da Educação
PCN	Parâmetros Curriculares Nacionais.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	11
2 REVISÃO DE LITERATURA	13
2.1 Educação Física: uma breve concepção histórica.....	13
2.2 A dança como conteúdo da Educação Física Escolar.....	16
2.3 Dança na escola: narrativa dos principais autores	19
2.4 Arteterapia através da dança na escola	20
2.5 Conceito e breve histórico da depressão	22
2.6 Depressão em crianças e adolescentes: conceitos e contextos	23
2.7 Dança criativa e sua importância como atenuante dos sintomas depressivos em escolares.....	28
3 OBJETIVOS.....	30
3.1 Objetivo Geral.....	30
3.2 Objetivos Específicos	30
4 METODOLOGIA	31
5 RESULTADOS E DISCUSSÕES.....	32
6 CONSIDERAÇÕES FINAIS	37
REFERÊNCIAS.....	38

1 INTRODUÇÃO

A Educação Física na escola, tem como objetivo trabalhar a cultura corporal do movimento, buscando desenvolver o aluno de forma integral (SOUZA, 2012). Através dos seus diversos conteúdos, como os jogos e brincadeiras, esportes, atividades rítmicas e expressivas, lutas, práticas corporais de aventura e ginásticas, o aluno conhece as diferentes representações que foram criadas e culturalmente desenvolvidas pelo homem (LIMA, 2012). Portanto, a Educação Física Escolar não trabalha apenas a execução do movimento, mas todo o contexto histórico, político e social presente nele, desenvolvendo o aluno de forma física, cognitiva e social (LIMA, 2012).

Dentre os conteúdos da Educação Física, a dança carrega uma importante bagagem histórica e cultural, além de ter a capacidade de criar conexões entre o corpo e a mente, proporcionando bem-estar físico e mental (CHIAN; REID-VARLEY; FAN, 2019). Na Educação Física Escolar é trabalhada através do conteúdo das Atividades Rítmicas e Expressivas, tendo como objetivo o desenvolvimento do ritmo e do movimento. Sendo assim, deve oportunizar que os alunos desenvolvam todos seus domínios comportamentais, reforçando principalmente sua autoestima, autoconfiança e o autocontrole (PIZZATTO, 2019).

A dança nas aulas de Educação Física, deve ser desenvolvida sem regras, a fim de criar condições para que o aluno se expresse através do movimento. Portanto, sabendo-se que o ser humano consegue se comunicar de diversas maneiras, inclusive por meio das expressões corporais, gestos e movimentos, o conteúdo dança deve permitir que o aluno seja livre e externalize seus sentimentos e emoções através do movimento (MARIA, 2020).

Sobre a luz das ideias de Rudolf Laban, que ao realizar suas pesquisas no início do século XX, referentes aos princípios gerais que regiam o movimento e suas possibilidades do homem de se comunicar e expressar seus anseios e intenções, deixou-nos um enorme legado para pensarmos sobre o mover-se na dança, o que nos pode dizer o corpo quando se move, quando imprime determinadas intensidades a esse mover-se, quando cria uma espacialidade em que a dança toma acontecimento.

Dessa forma, podemos dizer que as ideias de Rudolf Laban em torno de uma defesa por uma não padronização dos corpos, foram revolucionárias para a sua

época. Sendo assim, ofereceu subsídios para se refletir sobre o educar na dança e para além dela, tornando quem dança empoderado, melhorando sua autoestima e quebrando diversos bloqueios psicológicos (MARTINS, 2017).

A depressão é uma doença que se caracteriza com sintomas conhecidos como desânimo, falta de apetite, dificuldades na memória e concentração, e até dificultando o contato social (MELO, 2017). Na infância e adolescência, esses sintomas afetam diretamente a aprendizagem, fazendo-se necessário que sejam criadas possibilidades com que os alunos durante as aulas EF possam externalizar seus sentimentos e com isso ocorra um melhoramento no seu desempenho escolar.

Dessa forma, pensar em um trabalho sobre dança nas aulas de Educação Física é também um processo de pensar que o corpo pode levar a cura. Sendo assim, este trabalho tem como objetivo mostrar a importância da dança no contexto escolar e como forma de atenuar os sintomas de escolares depressivos.

2 REVISÃO DE LITERATURA

2.1 Educação Física: uma breve concepção histórica

Iniciando-se na pré-história, os pesquisadores perceberam os primeiros indícios da Educação Física. O homem primitivo utilizava os exercícios físicos de forma espontânea e necessária para a sobrevivência. Ao se deslocar de um lugar para outro, utilizava-se os movimentos corporais básicos e naturais, que eram essenciais na busca por alimentos (BAGNARA; LARA; CALONEGO, 2010).

Na prática diária, esses movimentos naturais foram sendo aperfeiçoados. Correndo, nadando, escalando lugares altos ou árvores, saltando e até lançando objetos, o homem pré-histórico garantia sua alimentação desde o início da sua existência (LIMA, 2012).

Assim, todo tipo de exercício físico, possui raízes profundas desde antes das civilizações. Estudos que se basearam através da observação de fósseis humanos e animais, pedras rudimentares ou trabalhadas e até pinturas rupestres, mostraram que os exercícios físicos eram utilizados para lutas pela sobrevivência, jogos, práticas atléticas, preparação para trabalhos e até cultos religiosos (BAGNARA; LARA; CALONEGO, 2010).

Desde o início das civilizações propriamente ditas, os exercícios físicos eram misturados a todo tipo de prática necessária a sociedade, fazendo com que a história da EF passasse por profundas modificações, conseqüentes de todo processo evolutivo. Algumas foram consideradas fases boas e outras ruins, onde em épocas os exercícios físicos eram vistos como necessários, em outras eram reprimidos na sociedade (LIMA, 2012).

Na Grécia Antiga se observa as mais antigas contribuições para a Educação Física como a conhecemos hoje. A civilização grega é pioneira na valorização cultural ao corpo perfeito, eles acreditavam ser importante não só a mente (intelectual), mas também o físico (corpo) (BAGNARA; LARA; CALONEGO, 2010).

Os gregos através de árduos treinamentos buscavam estar em forma e se preparar para competições, se espelhando nas histórias contadas sobre os deuses do Olimpo. A mitologia os impulsionava a serem homens atléticos e inteligentes, quanto mais forte fisicamente, mais se assemelharia a um deus (BAGNARA; LARA; CALONEGO, 2010).

Foi também na Grécia, em 776 a. C., o surgimento dos primeiros Jogos Olímpicos. Inicialmente eram dedicados ao deus Zeus e segundo a mitologia teria sido criado por seu filho Hércules. Já nessa época eram praticados algumas modalidades esportivas que até hoje estão presentes nas disputas, como corridas, lutas corporais, o pentatlo que era basicamente o que conhecemos hoje como atletismo, dentre outras (SILVA, 2012). Por isso até hoje a Grécia é conhecida como o berço dos esportes.

No desenvolver das civilizações, a EF passou por uma montanha russa de acontecimentos. Diferente da Grécia Antiga, em que os exercícios físicos eram celebrados e praticados livremente, na idade média houve um declínio no seu desenvolvimento, pois quaisquer práticas corporais eram vistas como pecaminosas (LIMA, 2012). O culto ao corpo era algo que feria as leis bíblicas da época, sendo assim, sua prática foi proibida pelo cristianismo. Quem os praticasse sofria severas punições, por isso essa época era chamada por muitos pesquisadores de idade das trevas (SILVA, 2012).

A EF como conhecemos atualmente passou por grande influência da classe médica e das instituições militares, a partir dessas origens caracteriza-se hoje como disciplina nas escolas brasileiras (LIMA, 2012).

No início do século XX havia uma grande resistência em relação a prática de atividades físicas, tendo em vista que elas eram associadas as possíveis misturas de classes que a raça branca poderia ter com os negros, já que tais ocupações que envolvesse esforço físico era visto apenas como função do trabalho escravo, e assim considerada como algo que desqualificasse a sociedade burguesa (SILVA, 2012).

O desenvolvimento da EF como prática higienista no Brasil, se dá através do crescimento dos problemas sociais daquela época. O baixo nível de saneamento básico, como também os crescentes problemas trazidos pela industrialização, acarretava preocupações para a elite do país (SILVA, 2012).

Dessa forma, o crescimento desenfreado do capitalismo, acarretou sérios problemas de saúde, aumentando os surtos de doenças e o sedentarismo entre os jovens. Portanto, devido a essas condições, a perspectiva de vida na época, mudou drasticamente, tornando a educação física “higienista” como um tipo de produto da elite liberal, fazendo da sua prática algo que construísse corpos mais saudáveis (LIMA, 2012).

Com o início da inserção da EF nas escolas houve grande estranheza por parte das pessoas que acreditavam na prática de exercícios físicos como algo contrário ao intelectual, sendo assim, não deveria ser ensinado nas escolas (LIMA, 2012). O ensino nas escolas era ainda mais intolerante para as meninas, onde algumas famílias mais conservadoras, chegaram a proibi-las de participarem das aulas. Porém, como a ginástica era utilizada no treinamento dos militares, as famílias eram mais liberais com os meninos (SILVA, 2012).

Assim em 1880 a EF se tornava obrigatória nas escolas, sendo chamada de ginástica. Nesse momento ela recebia forte influência dos métodos europeus, o chamado Movimento Ginástico Europeu, que visava uma EF mais ampla em seus métodos (LIMA, 2012).

Por volta da década de 1990, a EF teve sua prática afetada pelo contexto político do momento. Foi utilizada novamente na sua forma higiênica, visando uma preparação militar desde a escola, assim começando a ser vista com mais aceitação no ambiente escolar. Dessa forma, segundo Lima (2012), a Educação Física ganhou novas atribuições: fortalecer o trabalho, melhorando sua capacidade produtiva, e desenvolver o espírito de cooperação em benefício da coletividade.

Foi a partir de 1970, que o exercício físico foi definido como meio específico da EF, sendo um meio educativo privilegiado, abrangendo o ser na sua totalidade. Assim, trabalhando com o objetivo de tornar a pessoa dotada de equilíbrio físico e psíquico através de sua prática.

A Lei de Diretrizes e Bases de Educação Nacional (LDB) no. 9.394/96, traz a EF como componente curricular na proposta pedagógica escolar, de forma que contribua ativamente no desenvolvimento da personalidade e do organismo dos escolares. Assim deve ser constituída em três etapas: Educação Infantil, Ensino Fundamental e Ensino Médio. Sempre se adequando as condições da população escolar, as faixas etárias da mesma, e para os alunos do turno noturno, a Educação Física será facultativa, visando que esses educandos são jovens trabalhadores que frequentarão as aulas após um dia inteiro de trabalho.

A partir dessa mudança na LDB na década de 90, a Educação Física ganhou novos documentos que auxiliam os professores na sua prática pedagógica. Dentre eles estão a Base Nacional Comum Curricular (BNCC). “É um documento de caráter normativo que define o conjunto orgânico e progressivo de aprendizagens

essenciais que todos os alunos devem desenvolver ao longo das etapas e modalidades da educação básica” (BRASIL, 2018, p. 35)

Neste cenário a BNCC desempenha papel de igualdade educacional, onde os conteúdos sejam trabalhados de forma unânime em todo território nacional, tendo em vista que o Brasil por um longo tempo era marcado pela desigualdade educacional, e o mesmo se refletia na permanência dos estudantes na escola e no seu aprendizado oferecido.

Nessa perspectiva, os Parâmetros Curriculares Nacionais (PCN), introduzem a cultura corporal do movimento na escola através de 5 (cinco) conteúdos, são eles: Jogos, Lutas, Ginásticas, Danças e Esportes, esses tem a finalidade de fundamentar a EF como disciplina que tem uma base firme em relação aos seus conteúdos programados para todo ano letivo (HENKEL, 2014).

2.2 A dança como conteúdo da Educação Física Escolar

Em um dos ramos da arte educação e dos conteúdos da Educação Física se encontra a dança. A dança pode ser definida como forma de utilizar a expressão por meio dos movimentos corporais, para gerar significados, através da arte da execução. E dessa forma é caracterizada como a forma mais antiga de demonstração artística (DINIZ, 2019).

Considerando corporeidade como a capacidade do corpo pensar, pensamento este que conduz um movimento para representá-lo, refletindo num movimento organizado. Assim acredita-se que o ato de dançar tenha surgido junto à capacidade humana de se locomover como um bípede. A repetição sincronizada dos gestos, de cunho naturalista, foi a primeira técnica de dança desenvolvida. Utilizava o sequenciamento gradativo e estilizado de movimentos, constituindo o termo “coreografia” demonstrada em diversos hieróglifos. As danças circulares, danças de pares e danças campestres caracterizaram o abstracionismo, o domínio da técnica corporal, tornado a dança uma exibição, um entretenimento (ALVES; ANDRADE, 2013).

Hoje já é de conhecimento popular que a dança abrange várias atividades, pois desde a época renascentista, alguns pesquisadores já debruçavam-se a estudar sobre a forma de ser expressar por meio dela. Dançar é celebrar a existência, e dançar com consciência cria espaço e dá ritmo às sensações, emoções

e experiências pessoais diversas. Ao propor tanto o conhecimento do próprio corpo e suas potencialidades quanto à percepção e expressão do que é percebido e sentido, a dança permite verificar limitações, constatar sensações e emoções e descobrir novos caminhos para o bem-estar.

A dança tem o potencial de trabalhar várias áreas além do físico, entre elas estão, a capacidade de criação, imaginação, sensação e percepção, integrando o conhecimento físico/biológico ao psicológico (MARQUES, 2010). Sendo o movimento, algo presente em todas as nossas atividades, à medida que se conhece os conteúdos corporais que compõe esses movimentos (força, estrutura e dinâmicas: leve, pesado, forte, suave, rápido, lento, grande, pequeno e outros) pode-se redimensionar atitudes, reconhecer necessidades, explorar novas percepções e transformar a qualidade da própria vida, fornecendo novos níveis de sensibilidade e consciência para o cotidiano (ALVES; ANDRADE, 2013).

A expressão corporal pela dança pode servir como recurso pra intervenções que evitem um déficit na orientação espacial, que está intimamente ligada ao esquema corporal, e possibilitem uma melhor qualidade de vida. A dança, portanto, é uma expressão artística essencialmente corporal, carrega elementos que possibilitam o autoconhecimento, a expressão da criatividade e autopercepção (ALVES; ANDRADE, 2013). Sendo assim, proporciona o contato com próprio corpo e a reconexão da materialidade corporal com o pensamento e a racionalidade. Dessa forma, está cada vez mais frequente a utilização da dança como terapia na recuperação de algumas doenças, e isso a tornando-a cada vez mais como um meio de promoção de qualidade de vida e bem estar. (MADUREIRA, 2020).

A escola é o espaço das discussões sobre direitos e deveres e reflexão da realidade. A dança no campo educacional, surge por volta dos anos 40, através do coreógrafo e dançarino Rudolf Laban, no qual era contrário à ideia das danças clássicas, que possuíam caráter técnico e mecânico (MADUREIRA, 2020).

Rudolf Laban é mundialmente conhecido por seus estudos sobre a dança. Ele deteve seu enfoque na parte expressiva do corpo, num contexto mais amplo da arte. Trazendo para o dançarino um espírito de liberdade corporal que só seria possível acessá-lo, expondo seus sentimentos através de movimentos genuínos, sem interferência de passo ritmados e pré-ensaiados (MADUREIRA, 2020).

Laban ocupou-se em desenvolver uma nova dança, através da investigação das ações corporais humanas em suas mais variadas configurações sociais,

culturais e estéticas, o que abarcou desde danças e jogos de vários povos até os gestos de trabalhadores rurais ou operários de fábricas (MADUREIRA, 2020, p. 17).

Desse modo a teoria de Laban contribui significativamente para a inserção da dança nas escolas, principalmente nas aulas de Educação Física, tendo em vista que ela torna acessível uma maior autonomia por artes dos alunos, e os desapegando dos comandos dos professores/coreógrafos para se localizarem na dança, com maior acesso a consciência corporal.

Porém, inicialmente a dança na escola era pouco abordada em aulas, sua aparição se resumia a eventos, peças teatrais, datas comemorativas. Tornando-a como algo insignificante quando se pensava em aprendizagem. Porém isso se dava possivelmente por outro motivo, em alguns casos por falta de capacitação profissional dos professores de Educação Física, na própria formação de um profissional de EF não há tanto aprofundamento da dança, apenas uma ou duas disciplinas se debruçam a formação e reflexão sobre o ensino da dança na escola (CARVALHO, 2015).

Posteriormente a dança foi incluída oficialmente na escola em 1997, a partir da publicação dos Parâmetros Curriculares Nacionais (PCN), onde evidenciou que a dança é uma das expressões culturais mais significativas do país. Sendo assim, apresenta um amplo leque de possibilidades de aprendizagem (BRASIL, 1997b).

Após ser incluída nos PCN, a dança foi reconhecida como manifestação da cultura corporal do movimento, fazendo parte do bloco de conteúdos da Educação Física, chamado de atividades rítmicas e expressivas. Os temas que podem ser trabalhados dentro das atividades rítmicas e expressivas, são os mais diversos, como: danças trazidas pelos africanos, danças relativas aos mais diversos rituais, danças trazidas pelos imigrantes, danças presentes na mídia, danças difundidas nos centros urbanos, as danças de salão, dentre outras (BRASIL, 1997b, p.52).

Na escola, a dança tem por objetivo não apenas trabalhar o desenvolvimento motor, mas a individualidade do aluno, tornando-o cada vez mais seguro e consciente da realidade, desenvolvendo sua capacidade de atuar na sociedade de forma crítica (SOUZA; LOVATO, 2012). A dança também é uma atividade que promove um desenvolvimento multilateral e harmônico ao aluno, por meio das atividades de expressão corporal. Sendo assim, nas aulas de Educação Física, a dança deve ser trabalhada de forma prática e teórica (MELO, 2012).

Segundo os PCNS da Educação Física (1997), o que se espera é que os alunos do ensino médio tenham a oportunidade de vivenciarem o maior número de práticas corporais possíveis. Ao realizarem a construção e vivências coletivas dessas práticas, estabelecem relações individuais e sociais, tendo como pano de fundo o corpo em movimento, a socialização e a formação humana (BRASIL, 2018).

A dança é uma das manifestações mais naturais e espontâneas do homem, sendo fortemente relacionada a expressão dos sentimentos e emoções (SARNADINHA, 2018). No entanto, ainda é vista por muitos como algo técnico, que necessite conhecimento ou desenvoltura para a execução de movimentos específicos, não sendo possível a prática por qualquer pessoa (SARNADINHA, 2018). Esse conceito de dança generalizado, formado através de um pré-julgamento, faz com que os alunos criem muita resistência pela aula.

Contudo, a dança artística distingue da dança Educativa/ Criativa, pois a dança artística foca no produto final, dando valor ao aperfeiçoamento técnico. Já a dança Educativa/Criativa visa a criatividade do indivíduo, importante na formação pedagógica, pois seu principal objetivo é a interpretação e expressão de sentimentos através do movimento, criando assim uma forma de comunicação através do movimento (DINIZ, 2019).

Sendo assim, o ensino da dança na escola deve oportunizar ao aluno o conhecimento do seu próprio corpo, desenvolvendo noções de espaço e lateralidade, como também, o equilíbrio, a coordenação motora e flexibilidade. Por meio da dança, o aluno também desenvolve a criatividade, musicalidade e a socialização, pois na escola o objetivo é fazer com que o aluno desenvolva suas potencialidades e não apenas realize a repetição de gestos técnicos (MELO, 2012).

2.3 Dança na escola: narrativa dos principais autores

No campo escolar, o Coletivo de Autores (2009) também fala da importância do resgate da cultura brasileira por meio da dança, onde pode ser trabalhado temas oriundos de diferentes culturas, sejam dos indígenas, do branco ou do negro, como um dos caminhos para ajudar na construção da identidade do aluno (MARIA; AZEVEDO, 2020).

Dessa forma, escola é um ambiente que tem como objetivo a formação do cidadão reflexivo, crítico e atuante. Paulo Freire (2008) assinala que para a

educação, é imprescindível à formação de cidadãos críticos, ativos, sujeitos históricos que intervenham no processo de formação da sociedade. Por este motivo encontramos a necessidade de reflexão quanto às ações da escola, que por muitas vezes trata o ensino apenas no aspecto cognitivo, desconsiderando o aspecto emocional, e deixando de trabalhar a totalidade do aluno, que por sua vez, ocasiona possíveis lacunas no processo de desenvolvimento educacional (DINIZ, 2019).

Assim, segundo Marques (1997) a escola pode, sim, dar parâmetros para a sistematização e apropriação crítica, consciente e transformadora dos conteúdos específicos da dança e, por tanto da sociedade. Visando a saúde mental dos alunos, que ao estar embebida por sintomas depressivos, acarretará um declínio no desempenho escolar. Assim a dança se torna um aliado na ressignificação dos sentimentos externalizados pelos alunos, trazendo a volta de um bem-estar físico e mental.

2.4 Arteterapia através da dança na escola

Como contrapartida a métodos tradicionais, a arte educação mostra-se como uma alternativa para possíveis mudanças no ambiente escolar, contribuindo para formação humana do aluno, para ajudá-lo a entender de forma crítica a sociedade que o rodeia e a sua cultura (FONTINELE; NASCIMENTO, 2019).

Existe algumas vantagens na intervenção da arte na comunicação, entre elas estar a expressão mais significativa do universo emocional, pois não passa pelo crivo da racionalização que acompanha a fala. E também, com a atividade artística, facilitamos o contato do sujeito com suas questões por um viés criativo, portanto, dando novos sentidos aos seus conteúdos subjetivos. (FONTINELE; NASCIMENTO, 2019).

Hoje a arteterapia não está mais restrita aos consultórios psicológicos, revelando-se um valioso instrumento para intervenções, mas também na área escolar (SILVA; PAREDES; TADDEU, 2019). A arte é um poderoso canal de expressão da subjetividade humana, que permite ao professor e o aluno, seja ele um indivíduo, seja um grupo, acessar conteúdos emocionais e retrabalhá-los através da própria atividade artística (SILVA; PAREDES; TADDEU, 2019).

No Brasil, a história da arteterapia nasce na primeira metade do século passado XX juntamente com a psiquiatria e influenciada pela psicanálise. Elas

encontram-se representadas por Osório Cesar (1895-1979) e Nise da Silveira (1905-1999), psiquiatras pioneiros no trabalho com arte junto a pacientes psiquiátricos. Ambos contribuíram para o desenvolvimento novas terapias para a saúde mental, confrontando os métodos agressivos da época (eletrochoque, isolamento, etc), para possibilitar a loucura o seu controle através da expressão artística (FONTINELE; NASCIMENTO, 2019).

A discussão sobre a qualidade artística ou não dos trabalhos produzidos em arteterapia, é que a atividade expressiva se torne um instrumento à expressão e à reflexão dos sujeitos. O que aqui se pretende com a atividade terapêutica é exercitar a criatividade e não necessariamente fazer arte, pois proporcionando o fazer criativo pode-se se produzir novos modos de objetivação e de subjetivação. Desse modo, ela pode ser utilizada como recurso no contexto clínico, da educativo, na saúde pública, nas empresas, nas áreas de dificuldades físicas, cognitivas, emocionais e sociais junto a indivíduos, famílias, grupos sociais, equipes de trabalho e sala de aula (SILVA; PAREDES; TADDEU, 2019).

Por meio da vivência expressiva nas terapias com arte, durante o processo o sujeito pode dar-se conta do que de fato sente e, pode verdadeiramente fazer algo que assim o represente e a ele faça sentido (ANDRADE, 2000). Portanto, na arte educação, o fazer artístico se constitui como mediação no processo de autoconhecimento e de (re) significação do sujeito acerca de si próprio e de sua relação com o mundo. Vem proporcionando alívio ao tratamento com a linguagem subliminar do inconsciente, aqueles que buscam pela ressignificação da sua saúde emocional. Dessa forma, compreendemos que essa terapia é uma grande assistência no tratamento da depressão, a qual se caracteriza principalmente por irritabilidade e baixar da energia vital do indivíduo, debilitando para o trabalho e afastando-o do convívio social (FONTINELE; NASCIMENTO, 2019).

Neste cenário a arte educação, utiliza-se de materiais e técnicas diversas, onde a aplicabilidade desses recursos resultam em atividades afetivas-expressivas, colocando-se como um eficaz agente facilitador no processo de reestruturação emocional na depressão (SILVA; PAREDES; TADDEU, 2019).

2.5 Conceito e breve histórico da depressão

A história do conceito de depressão, tal como o conhecemos na atualidade tem seu início no século XVII, sua origem pode ser inferida a partir das menções de alterações de humor ao longo da história, sobretudo nas referências ao estado conhecido como melancolia. (GONÇALES; MACHADO, 2013).

As primeiras descrições de estados de alteração do humor podem ser encontradas nas escrituras bíblicas e na mitologia. Hipócrates desenvolveu seu entendimento das doenças como manifestação de um desequilíbrio entre fluidos: bile, fleugma, sangue e bile negra e seu modelo dos quatro humores: colérico, fleugmático, sanguíneo e melancólico, que, segundo ele, explicariam a regulação das emoções e a formação do caráter dos indivíduos (HUMES; VIEIRA; FRÁGAS, 2016). Na visão dele o quadro clínico da melancolia em que se observava aversão à comida, falta de ânimo, inquietação, irritabilidade, medo ou tristeza que perduravam por longo período seria resultante de uma intoxicação do cérebro pela bile negra. Posteriormente Aristóteles corrobora o modelo proposto por Hipócrates e acrescenta que, enquanto o excesso de bile negra resulta em estados graves de doença mental, uma quantidade menor ou um desequilíbrio menos acentuado resulta em um temperamento melancólico. (GONÇALES; MACHADO, 2013).

Caminhando um pouco mais na história, chegando a Idade Média, o pensamento greco-romano, incluindo as suas contribuições para a ciência e para a medicina, é abandonado e substituído por uma visão religiosa edificada sobre a ubiquidade de uma entidade divina e um modelo maniqueísta. Os transtornos mentais passam a ser inseridos na demonologia da época, o monge Ionnes Cassianus introduz o termo acídia, palavra de origem grega que significa “estado de descuido”, para designar estados variados de apatia, preguiça, indolência, negligência e enfraquecimento, de modo que essa palavra pode ser considerada um termo medieval para a melancolia (HUMES; VIEIRA; FRÁGAS, 2016).

Na Idade Moderna, consagrando o início de um intenso e significativo movimento social, cultural e intelectual. A visão religiosa e maniqueísta que marcou o pensamento medieval é convertida em uma visão humanista, e a doença mental passa a ser compreendida prioritariamente a partir de uma perspectiva biológica, filosófica e psicológica. Na era moderna, testemunha-se o período de transição da

percepção da melancolia baseada no modelo humoral galênico para a ciência moderna, na qual a alquimia é substituída pela química e os humores são substituídos por nervos. (GONÇALES; MACHADO, 2013).

O termo melancolia e as elucubrações relacionadas perderam sua valência no panorama científico. O termo depressão, por sua vez, emergiu definitivamente e consolidou-se nas décadas seguintes como entidade nosológica independente. Desde então, a edificação da teoria da depressão, fundamentada na investigação científica e na observação clínica, que sustenta as práticas médicas, tem evoluído. (HUMES; VIEIRA; FRÁGAS, 2016).

A depressão, no início do século XXI, é com algumas exceções considerada uma doença mental, catalogada na Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados com a Saúde (CID) e no Manual de Diagnóstico e Estatística das Perturbações Mentais (DSM). Os sintomas passam por alterações no apetite ou peso, sono e atividade psicomotora, diminuição da energia, sentimentos de desvalorização pessoal ou culpa, dificuldades em pensar, concentrar-se ou em tomar decisões, pensamentos recorrentes a propósito da morte ou ideação, planos ou tentativas suicidas – em que 4 sintomas adicionais, presentes em todos os dias num período mínimo de duas semanas consecutivas, poderão levar a um diagnóstico de depressão maior (DSM V, 2014).

Por representar tanto um transtorno, como um estado afetivo, a depressão tem um emaranhado de fatores que levam ao seu aparecimento com traumas, doenças, abuso de drogas e etc, e esses males a não serem tratados devidamente podem levar a um grau alto do estado depressivo, que se perpetua muitas vezes pela vida inteira de um indivíduo. Dessa forma, é entendida como o mal do século pois hoje é uma doença que pode ser iniciada já na infância e se não tratada, será levada até a velhice (SANTOS, et al., 2016).

2.6 Depressão em crianças e adolescentes: conceitos e contextos

Historicamente a criança sempre foi vista como um ser vulnerável, submisso aos adultos, e em construção. O que a objetivava como inferior e desprovida de autonomia. Diante os altos e baixos da história da vida infantil, a criança passou de um ser biologicamente inferior, a alguém que participava da vida financeira da família desde muito cedo, o que a deixava muitas vezes sem cuidados necessários

que essa fase requer. Ocasionalmente numa grande mortalidade infantil (MAXIMIANO, 2020).

Foi a partir dos séculos XVII e XVIII, que houve uma modificação na forma de olhar a fase infantil. A criança começou a ser compreendida com um senso de cuidado, e tratada de forma a preservar sua vida. Assim, um novo significado foi dado a infância, ela foi entendida como possuidora de um discurso próprio, podendo se expressar e ressignificar acontecimentos, assim se tornando um sujeito ativo no seu desenvolvimento (MAXIMIANO, 2020).

Atualmente faz-se necessário um olhar mais cuidado sobre o sofrimento, a angústia e os tipos de adoecimento que possam acometer a criança, pois o sofrimento psíquico é uma realidade que também está inserida na vida infantil e patologias como a depressão vem crescendo cada vez mais nesse público (COLAVITE et al, 2013).

Desde a década de 70 vem crescendo as investigações sobre depressão na infância, e percebeu-se que a escola é pioneira na identificação de possíveis sinais e sintomas de depressão, pois é um lugar em que a criança cria seus primeiros vínculos sociais, próprios da infância (MAXIMIANO, 2020).

Na fase infantil a depressão pode ser reconhecida como grande desânimo, isolamento, olhar triste, perda de vitalidade, podendo muitas vezes ser confundida com “birras”, porém o que difere é a amplitude e persistências dos sintomas, esses sintomas estão normalmente ligados à falta de algo que amam, maltratos, abusos, abandonos, apatia, entre outros (SANTOS, et al., 2016).

Os estados depressivos podem ser observados em crianças a partir de um ano e meio, nas quais podem surgir lentamente e se tornando cada vez mais marcante, um quadro de tristeza e falta de interesse em brinquedos e brincadeiras normais da fase, crianças não se importam com o ambiente familiar, com qual costumam ser muito dependentes e apegados.

A maioria dos casos de depressão na infância é diagnosticada por meio dos mesmos critérios usados em adultos, porém nem sempre é fácil descobrir os sintomas que descrevem o estado interno da criança, referindo-a frequentemente somente tristeza e solidão. Por isso, deve ser utilizado vários termos para elevar ao máximo a possibilidade de a criança ser mais bem compreendida quanto aos seus sentimentos, pois são de difícil identificação já que muitos casos pode-se observar

somente maior sensibilidade, choro fácil e irritabilidade, assim é preciso dar atenção às expressões não verbais do que as verbais (LAFER, 2000).

Sendo assim, diagnosticar depressão em crianças é mais difícil, pois se pode-se confundir os sintomas com birras ou atitudes normais da infância. O que distingue a depressão das mudanças de humor do dia a dia é a amplitude, a persistência nos hábitos normais das atividades da criança (COLAVITE et al, 2013).

A depressão infantil é uma perturbação no humor capaz de afetar o desenvolvimento da criança ou do adolescente e intervir com seu processo de maturidade psicológica e social. As aparições da depressão infantil e dos adultos são diferentes, provavelmente devido ao processo de desenvolvimento que existem na infância e adolescência (MAXIMIANO, 2020).

As crianças, às vezes, verbalizam que gostariam de estar mortas, porém esta afirmação não contém a mesma força, urgência ou necessidade como em um adulto. Pois, algumas crianças – geralmente psicóticas – tentam o suicídio. Esta tentativa representa abandono e desespero em face de conflitos insolúveis. Alguns casos de hipocondria, obesidade, propensão a acidentes e “fugas” constituem manifestações de depressão (COLAVITE et al., 2013).

Segundo Ferro (2014) são sintomas de depressão infantil: Isolamento (a criança não se sente disponível para estar com os outros sejam eles os amigos, pais, irmãos, colegas, etc.); exibir um olhar triste e cabisbaixo, em que a sua expressão facial é abatida, assim como os seus movimentos; perda de energia/vitalidade, a criança aparenta cansaço e não deseja fazer nada tendo uma certa perda de interesse pelo que a rodeia; sentimentos de desespero, desvalor e culpa expressando-se verbalmente por: “meus pais não gostam de mim”, “para que é que eu vim a este mundo”, etc.; alterações na alimentação e sono; sintomas corporais/físicos como dores de cabeça ou barriga acentuados antes de algum evento novo, como o ir para a escola, ir a uma festa, etc.; alteração de hábitos (problema em continuar com o que fazia antes, ex.: prática de brincadeiras, falta de atenção, etc.).

Se estes sintomas se manifestarem após um acontecimento triste da vida da criança, poderão ser considerados adaptativos, mas se ao contrário isso não acontece e se persistem no tempo, então sim, poderão ser um motivo para preocupação (FERRO, 2014).

As possíveis causas da depressão infantil podem ser variadas. Alguns casos traumáticos e epilepsias orgânicas são condições que quando se estalam na criança e no adolescente podem causar a depressão (SANTOS et al. 2016).

O tratamento da depressão deve estar fundamentado em dois pilares: o medicamentoso e a psicoterapia. Em muitos casos de depressões leves a psicoterapia é suficiente para curá-la, tornando-a indispensável. Já na Depressão Maior, devemos unificar o tratamento medicamentoso, o psicoterápico (BARBOSA; BARBOSA, 2015).

O desempenho escolar pode ser sinal de quadros depressivos na infância. Há diversos estudos referentes à relação entre depressão infantil e rendimento escolar. As fundamentais alterações estão nas funções cognitivas como atenção, concentração e memória. É alta a incidência de sintomas depressivos em crianças com problemas escolares quando confrontada com populações de depressão sem aparência de dificuldade de aprendizagem (MAXIMIANO, 2020).

O baixo proveito escolar decorrente da depressão aparenta estar coligado com as dificuldades dessas crianças em prestar atenção na explicação, apesar de terem capacidades cognitivas correspondentes à faixa etária. Problemas com a aprendizagem e sintomas de desordem afetiva habitam ser confundidas, e essa situação demanda uma averiguação cautelosa. É imprescindível verificar qual o quadro primário, a depressão ou a dificuldade de aprendizagem para que a orientação de tratamento seja adequada. Sabe-se que crianças com dificuldades de aprendizagem e baixo rendimento escolar, apresentam mais sintomas depressivos quando comparado a crianças sem queixas de aprendizagem escolar (FONTES, 2014).

A adolescência é uma fase caracterizada por uma transição da infância para a vida adulta, sendo definida por um período de luto pela perda da identidade infantil. Esse processo de transição faz com que o adolescente passe por várias mudanças físicas e psicológicas. Sendo assim, uma das principais dificuldades é a aceitação corporal, devido ao surgimento de pelos, espinhas, aumento do peso, desenvolvimento das mamas, dentre outras, leva a uma crise de insatisfação ou desconforto, que pode ser expressa através de atitudes de rebeldia (SOUZA; LOVATO, 2012). Então, atitudes como desrespeito aos pais, agressividade, mudanças drásticas no visual, dificuldade de socialização, pode ser um pedido de ajuda para lidar com essa fase (MELO, 2017).

Para o adolescente, buscar pertencer a um grupo, fazer escolhas, ter responsabilidades sociais e afetivas, pode ser um pouco assustador, mas faz parte da construção da identidade e de seu caráter. Sempre surgem novas dúvidas e curiosidades, portanto, o adolescente está sempre buscando se conhecer e entender as mudanças física, sociais e emocionais que os rodeiam. Ao se sentir incompreendido, inseguro e confuso, ele pode externalizar esses sentimentos de forma negativa, afastando as pessoas mais próximas (MELO, 2017).

A depressão na adolescência trata-se de um transtorno mental comum, porém, cerca de 800.000 pessoas morrem devido ao suicídio todos os anos, sendo este a segunda principal causa de morte em jovens de 15 a 29 anos (MELO, 2017). Os sintomas do transtorno depressivo são caracterizados por episódios distintos de pelo menos quinze dias de duração, embora a maioria dos episódios dure um tempo consideravelmente maior, envolvendo alterações no estado emocional, na cognição e em funções neurovegetativas, assim modificando de forma holística a saúde do indivíduo. (SILVA; PAREDES; TADDEO, 2019).

A depressão em adolescentes mostra-se com algumas especificidade nas alterações comportamentais, como irritabilidade constante, crises de raiva, instabilidade emocional, explosões exageradas. Além disso, queixas físicas como cefaleia (dores de cabeça), fadiga (cansaço) ou dores musculares são frequentes, podendo resultar em importante impacto negativo em diversas áreas desses jovens, como no desempenho escolar e cognitivo, envolvendo um considerável grau de morbidade e mortalidade, além de poder impulsionar o uso de álcool e outras substâncias psicoativas (SANTOS, 2016).

A depressão na adolescência é uma das principais causas de incapacidades e mortalidade, e estão associadas aos problemas relacionais, de adequação, de reconhecimento da preferência sexual, abusos, desastres, incapacidade de lidar com as dificuldades da vida (MELO, 2017).

Dessa forma a prática regular de atividades físicas mostra-se um método eficaz na prevenção e recuperação da saúde mental, pois é um método menos invasivo de garantir qualidade de vida aos indivíduos. Tendo em vista que há um aumento considerável nos casos de depressão na adolescência e assim, aumento a busca por pesquisas sobre essa temática (SILVA; PAREDES; TADDEO, 2019). Portanto, a dança criativa pode contribuir para que os adolescentes passem por essa fase de forma mais saudável.

2.7 Dança criativa e sua importância como atenuante dos sintomas depressivos em escolares

A Dança Criativa (DC) é uma prática de dança que tem foco instigar a capacidade de criação. Baseia-se na organização espacial do movimento e na sua qualidade, ritmo e dinâmica. É uma forma de comunicação através do movimento, sendo voltada para todas as idades e propõe a descoberta do corpo, do movimento e suas potencialidades. Busca desenvolver uma identificação motora, de equilíbrio, lateralidade e coordenação através de movimentos dançantes (MADUREIRA, 2020).

Nas aulas de DC privilegiam-se temas básicos de movimento e suas variações, ao invés de uma série de exercícios codificados e repetitivos. Através de percepções sensório-motoras, orienta a criança na descoberta das possibilidades corporais e na investigação da sua linguagem, devolvendo a consciência, a criatividade e a expressividade do corpo. Assim, ela adquire maior controle dos seus movimentos, passando a ter maior autonomia para explorar o mundo que a rodeia (SILVA; PAREDES; TADDEU, 2019).

A DC atua de forma descontraída, para que cada aluno dance livremente dentro de uma proposta e se sinta capaz de ajudar na construção de uma coreografia. Ela estimula a criatividade e autoexpressão, ao proporcionar uma atmosfera amigável, informativa e aberta, criando um ambiente de aprendizagem positivo, onde todos estão para compartilhar experiências corporais, sem competitividade e julgamento do certo ou errado. Além disso, ela pode melhorar o desenvolvimento social através dos jogos lúdicos imaginativos e das atividades cooperativas (SILVA; PAREDES; TADDEU, 2019).

Mas além de estimular a criatividade e facilitar a descoberta de novas formas de ações no mundo, praticar dança criativa na infância como forma de aprendizagem é sinônimo da construção de seres mais ativos e criativos na vida adulta (SILVA; PAREDES; TADDEU, 2019).

Como também, trabalhar a DC no ensino médio, além de estimular os adolescentes a serem criativos e a se expressarem, também pode despertar neles a vontade de praticar a dança para melhorar a sua qualidade de vida (MADUREIRA, 2020).

Ao entender que a atividade física é um componente importante na redução dos sintomas depressivos, a dança se torna um recurso fundamental, pois a sua prática expande os horizontes, trazendo sensação de alívio, redução das tensões,

além de proporcionar melhorias significativas na saúde física, mental e afetivo-social (SILVA; PAREDES; TADDEO, 2019). Silva (2015), aponta a dança como uma atividade física que provoca melhor expressividade e autopercepção das emoções e melhora do bem-estar físico e social.

A dança promove, assim, um direcionamento do qual é possível promover um ensino vivencial, uma experiência única, lúdica e emocional, a partir do trabalho do próprio corpo. É uma ferramenta importante para o favorecimento do autoconhecimento, à expressão e melhora da psique partindo de um dimensionamento corporal, ampliando seus limites e suas possibilidades (PEREIRA et al, 2018).

Assim, a dança é uma das modalidades de ações de promoção a saúde e redução de agravos relacionados à saúde mental e corporal, pois traz uma boa relação entre corpo e mente. Durante a dança, são liberados neurotransmissores responsáveis pela sensação de relaxamento, bem-estar, motivação e prazer. A dança também promove a socialização, melhorando as relações interpessoais, o que pode prevenir os sintomas depressivos.

3 OBJETIVOS

3.1 Objetivo Geral

Mostrar a importância da dança no contexto escolar e como forma de atenuar os sintomas de escolares depressivos por meio de uma revisão de literatura.

3.2 Objetivos Específicos

- Elucidar sucintamente o processo histórico da EF;
- Descrever a importância da dança no chão da escola;
- Verificar a influência da dança criativa em escolares com sintomas de depressão.

4 METODOLOGIA

O presente trabalho caracteriza-se como uma pesquisa de revisão bibliográfica, realizada a partir do levantamento de referências teóricas já analisadas, e publicadas por meios escritos e eletrônicos, como livros, artigos científicos, páginas de web sites.

Qualquer trabalho científico inicia-se com uma pesquisa bibliográfica, que permite ao pesquisador conhecer o que já se estudou sobre o assunto (FONSECA, 2002). Para Gil (2007) Os exemplos mais característicos desse tipo de pesquisa são investigações sobre ideologias ou aquelas que se propõem à análise das diversas posições acerca de um problema. Utilizou-se como fontes: Artigos das bases Scielo, Bireme, Dissertações e teses do repositório Institucional da biblioteca Virtual da Universidade Federal de Pernambuco e ANAIS de Congressos Nacionais. Os trabalhos pesquisados compreendem os períodos entre 2010 à 2021. Tendo como base e busca, os campos de pesquisa avançada e as palavras chaves: dança criativa/ escolares depressivos, dança e crianças com depressão, dança criativa escola e depressão em adolescentes.

5 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Com base no levantamento bibliográfico realizado nas bases de dados, foram encontrados 3 estudos originais publicados entre os anos de 2010 à 2021, que estavam de acordo com o objetivo do trabalho, ver quadro 1.

Quadro 1. Estudos encontrados em bases de dados e anais de congresso entre os anos de 2010 a 2021 que trabalharam a dança criativa em crianças e adolescentes na escola.

Artigo	Autor/ano	Objetivo	Metodologia	Principais resultados
Relación entre la danza libre-creativa y autoestima en la etapa de educación primaria	DOMINGUEZ CACHO; CASTILLO VERA, 2017.	O objetivo do trabalho foi desenvolver um projeto de intervenção para analisar a relação entre dança e aumento dos níveis de autoestima nas diferentes dimensões que o constituem.	O estudo foi realizado em uma escola pública em Bellavista, em Huelva. Foi estabelecido um grupo de controle formado por 45 alunos e um grupo experimental formado por 46 alunos. Realizou-se um programa de 13 sessões de dança livre-criativo através da área de Educação Física, destinado a estudantes do terceiro ciclo do ensino primário. Como uma ferramenta de recolha de informações é usado Multimedia Multilingual Assessment Questionnaire desenvolvido e validado por Ramos em 2008.	Os resultados mostraram que a dança auto criativa promove aumento dos níveis de autoconceito de capacidade física, melhora notável no nível de autoconceito da aparência física, aumento significativo nos níveis de autoconceito de estabilidade emocional e autoconceito geral, promovendo assim a autoestima global dos alunos no terceiro ciclo primário.
Dança criativa na educação infantil	SANTOS, C. N. P; CARDOSO, A. C. R; SOUSA, N. C. P, 2018.	Neste relato de experiência, foi realizado as primeiras atividades da dança criativa na educação infantil, para crianças de 2 a 6 anos.	As aulas de dança criativa foram realizadas no período de agosto a dezembro de 2017, com uma turma da educação infantil, pertencentes ao Sistema Municipal de Educação de uma cidade do interior paulista. Essas experiências dançantes com as crianças ocorreram duas vezes na semana, com duração de aproximadamente 30 minutos cada aula. Os alunos foram avaliados por intermédio do envolvimento, da participação, da observação e nas rodas de conversa.	Os resultados trazem que ao decorrer das aulas de dança criativa desenvolvidas com as crianças, observaram nos alunos uma grande evolução da dança como linguagem, seus processos criativos, sua imaginação, nas expressões corporais, em que experimentavam os limites do seu corpo em movimento, além de expressar sentimentos e emoções, favorecendo o seu desenvolvimento, proporcionada pela vivência de uma gama de possibilidades ou experimentações

				sobre o movimento na dança em sua totalidade (dimensões cognitiva, corporal, afetiva, ética, estética, de relação interpessoal e inserção social).
A Dança criativa e suas possibilidades de intervenção na área escolar: relato de experiência.	TREVIZAN et al, 2014.	O trabalho consiste em um relato de experiência de bolsistas do Programa Institucional de Bolsas de Iniciação à Docência (PIBID) de Educação Física, realizado no Colégio Estadual Antônio Xavier da Silveira em Irati, PR. O projeto de intervenção tem como conteúdo estruturante a dança, mais especificamente a dança criativa, voltado para alunos do terceiro ano do ensino médio, que pouco a vivenciaram em anos anteriores na escola	Foram realizadas atividades práticas onde o objetivo era a exploração espacial e corporal por meio de movimentos que acompanhassem o ritmo da música sem passos predefinidos e sim com passos criados individualmente e compartilhados com a turma, explorando assim a improvisação e a criatividade.	Os objetivos propostos inicialmente pelo projeto de intervenção pedagógica estão sendo atingidos pois até publicação não havia sido finalizado completamente. Assim já mostrava, além do desenvolvimento em relação às vivências motoras expressas pelo ato de dançar, perceberam que o dançar vai muito além de movimentos repetitivos e coreografados, mas sim, que cada um pode criar os seus próprios movimentos e expressar muitas vezes por meio desses movimentos, o que está sentindo.

Fonte: VASCONCELOS, C. S., 2021.

Nota: Quadro elaborado pelo autor com base nos resultados obtidos na pesquisa.

Diante dos resultados obtidos nos três estudos encontrados, podemos afirmar que várias são as pistas que esses estudiosos nos concede acerca de uma integração positiva entre a Dança Criativa e a Educação Física Escolar.

O estudo de Dominguez (2017) evidenciou nos resultados que os indivíduos participantes da pesquisa, ao final demonstraram um aumento no nível de autoconceito, o que acarretou um crescimento da sua autoestima e assim melhorando a sua estabilidade emocional. Santos et. al. (2018), trouxe como resultados uma gama de possibilidades, através da experimentação dos limites de seus corpos nas aulas de dança, os alunos desenvolveram também suas formas de expressão de sentimentos e emoções, melhorando sua forma de ser e sentir na escola. Já o estudo de Trevizan et. al. (2014), ainda não estava finalizado, mas foi notória segundo os autores, que os alunos nas aulas de dança criativa tiveram uma melhora significativa nas suas formas de criação e expressão de sentimentos por meio dos movimentos corporais.

Apesar da utilização de vários descritores e cruzamentos, poucos foram os estudos originais encontrados na literatura, por isso a utilização de apenas três neste trabalho. Assim, nos leva a necessidade de que sejam feitas pesquisas de campo em relação a essa temática.

Isso se justifica pela escassez da dança ser trabalhada de forma objetiva no ambiente escolar, pois segundo Tavares & Metzger (2016) os professores conhecem a importância de trabalhar conteúdos envolvendo Atividades Rítmicas e Expressivas no ambiente escolar, mas os mesmos não ministram esses conteúdos com frequências em suas aulas devido a insegurança e falta de conhecimento sobre o assunto.

Contudo, baseado nos estudos encontrado pode-se dizer que os sintomas depressivos podem ser atenuados através das aulas de Dança Criativa do método de Laban. Através das atividades propostas pelo professor, os alunos poderão ressignificar os seus sentimentos, externalizando-os e dividindo essa experiência com os demais colegas, ver quadro 2.

Quadro 2. Os sintomas depressivos e como podem ser atenuados com a dança criativa na escola.

Sintomas depressivos	Benefícios através da dança criativa com base nos estudos encontrados	Como esses benefícios são trabalhados na dança criativa
Isolamento	Interação social	Através de dinâmicas de contato com o outro.
Mudanças de humor	Estabilidade emocional	Trabalhar a expressão de sentimentos através dos movimentos corporais.
Irritabilidade	Paciência e tolerância.	Cuidado com o outro e com si mesmo.
Baixa autoestima	Autoconhecimento	Conhecer seu próprio corpo e seus limites físicos e mentais.

Fonte: VASCONCELOS, C. S., 2021.

Nota: Quadro elaborado pelo autor com base nos resultados obtidos na pesquisa.

Através da DC nas aulas de EF, os alunos podem ter melhorias em vários âmbitos de suas vidas, desde aspectos motores, até psicológicos. Aumentando a autoestima, habilidades cognitivas e diminuindo os quadros depressivos.

Dessa forma, a Dança Criativa traz aos escolares uma abertura de canais que eles possam externalizar sua subjetividade e assim aprender com suas atitudes, formas novas de lidar com seus sentimentos, tendo em vista que eles mesmos são os criadores de suas coreografias e não há opressões externas durante suas expressões, tornando única e genuína a sua forma de dançar.

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A Dança Criativa é um tipo de dança que veio para modificar a ideia de movimentos iguais e repetitivos, e aplicar as emoções e movimentos pessoais de quem está dançando, ou seja, é uma dança que possibilita a expressão desejos e sentimentos pessoais. Sendo assim uma dança muito indicada para ser trabalhada na escola, pois permite aos alunos lidar com os problemas e as prepara para a vida e não somente para uma apresentação bonita e "engessada" como nas danças tradicionais.

Com base nos artigos encontrados foi possível concluir que a Dança Criativa pode funcionar como uma intervenção positiva na escola aos alunos com sentimentos depressivos. Pois a depressão é um transtorno sério, acompanhado por sentimentos de desesperança. Porém, estes sentimentos mostram-se confusos e alternados por momentos de desesperança e expectativas em relação a vida e ao futuro.

Assim, a Dança Criativa se dá além da atividade física na escola. Tendo em vista que ela melhora emoções, funções cognitivas, percepção corporal, atividade, funcionalidade na vida e questões subjetivas em relação a esperança, projetos de vida, percepção de produtividade e capacidade, o aluno com sintomas depressivos pode obter benefícios a partir do envolvimento em aulas de dança nas aulas de Educação Física, e principalmente nas aulas de Dança Criativa.

REFERÊNCIAS

- ALVES, C. C.; ANDRADE, L. T. A prática de dança na Educação Física escolar: realidades e desafios. **EFDeportes.com, Revista Digital**. Buenos Aires, Ano 18, n.º 184, 2013.
- BRASIL. **Base Nacional Comum Curricular. Proposta preliminar**. 2.ed. Brasília: MEC, 2018. Disponível em: <http://basenacionalcomum.mec.gov.br/abase/> Acesso em: 27 jun. 2021.
- CARVALHO, E. M. S. **A dança no contexto escolar**. 2015. 25 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Licenciatura em Educação Física) - Faculdade de Ciências da Educação e Saúde Centro Universitário de Brasília, Brasília, 2015.
- CAVALHEIRO, L. ANTUNES, M. R. As atividades rítmicas e expressivas no desenvolvimento da noção de corpo de alunos e alunas das séries iniciais do ensino fundamental. **EFDeportes.com, Revista Digital**. Buenos Aires, v. 16. 2011.
- CHIANG, M.; REID-VARLEY, W. B.; FAN, X. Creative art therapy for mental illness. **Psychiatry**, Amsterdam, v. 275, p. 129-136, 2019.
- COLAVITE, J. et al. Depressão: crianças também sofrem com essa doença. **Psicol inf.**, São Paulo, v. 17, n. 17, p. 123-131, dez. 2013.
- DOMINGUEZ CACHO, C.L.; CASTILLO VERA, E. Relación entre la danza libre-creativa y autoestima en la etapa de educación primaria. **CPD**, Murcia, v. 17, n. 1, p. 73-80, 2017.
- FONSECA, J. J. S. **Metodologia da pesquisa científica**. Fortaleza: UEC, 2002. Apostila.
- FONTINELE, G. G. B.; NASCIMENTO, P. D. Da arte à terapia: implicações terapêuticas da dança à luz da psicologia corporal. **Revista Latino-Americana de Psicologia Corporal**. Jardim Gonzaga, n. 8, p 1. 2019.
- GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 16. ed. São Paulo: Atlas, 2019.
- HENKEL, Q. M. **Parâmetros curriculares nacionais – educação física: sua influência no planejamento das aulas nos anos iniciais**. 2014. 42 f. Monografia (especialização) – Universidade Aberta do Brasil, Universidade Federal de Santa Maria. Sapiranga, 2014.
- LIMA, R. R. Para compreender a história da educação física. **Educação e Fronteiras On-Line**, Dourados/MS, v.2, n.5, p.149-159, maio/ago. 2012.
- FERREIRA, S. A.; VILLELA, W. V.; CARVALHO, R. Dança na Escola: uma contribuição para a promoção de saúde de crianças e adolescentes. **Investigação**, Franca, v. 10, 2010.

JESUS, G. B. **As atividades rítmicas e a educação física escolar: possibilidades de um trato em um outro ritmo**. 2008. 211 f. Dissertação (Mestrado em Ciências da Motricidade) - Universidade Estadual Paulista, Instituto de Biociências de Rio Claro, 2008. Disponível em: <https://repositorio.unesp.br/handle/11449/96063>. Acesso em: 02 jul. 2021

MADUREIRA, J. R. A coreologia de Rudolf Laban e o ensino de artes corporais: uma síntese de conceitos-chave. **Revista Pensar a Prática**. Goiânia, v. 23, e60104. 2020.

MARIA, V.; DE AZEVEDO, I. O. S. Dança na perspectiva da cultura corporal: da Batalha do Passinho à Batalha do Frevo. **Temas em Educação Física Escolar**, Campo de São Cristóvão, v. 5, n. 1, p. 23-38, 2020.

MARQUES, I. A. Dançando na escola. **Motriz**, Rio Claro, v 3, n 1, 1997.

MARTINS, J. P. S. **Dança criativa sob a ótica de autores baseados em Rudolf Laban**: possibilidades nas aulas de educação física escolar. 2017. Trabalho de conclusão de curso (Licenciatura em Educação Física) - Universidade Federal de Pernambuco, Vitória de Santo Antão, 2017.

MAXILIANO, S. I. **Sofrimento e depressão na infância**: uma leitura psicanalítica. 2020. 44 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Psicologia) – Centro Universitário UNIFAAT. Atibaia. 2020.

MELO, V. A. Experiências de ensino da dança em cenários não escolares no Rio de Janeiro do século XIX (décadas de 1810-1850). **Movimento**, Porto Alegre, v. 22, n. 2, p. 497-508, 2016.

MELO, A.K.; SIEBRA, A. J.; MOREIRA, V. Depressão em adolescentes: Revisão da literatura e o lugar da pesquisa fenomenológica. **Psicologia: Ciência e Profissão**. Brasília, v. 37, n. 1, 2017.

PINTO, M. S. R. **Atividades rítmicas e expressivas em contexto de enriquecimento curricular**. 2018. Dissertação (Mestrado em Jogo e Motricidade na Infância) - Escola Superior de Educação de Coimbra, Coimbra, 2018. Disponível em: <http://hdl.handle.net/10400.26/23128>. Acesso em: 02 jun. 2021.

PIZZATTO, C. **As atividades rítmicas e expressivas como conteúdo nas aulas de educação física**. Curitiba: Secretaria da Educação do Paraná, p. 485-4, 2019.

SARNADINHA, A. F. M. **Funcionamento executivo e sócio-emocional de crianças em idade pré-escolar**: efeito de dois programas de intervenção- Psicomotricidade e dança criativa. 2018. Dissertação (Mestrado em Psicomotricidade Relacional) -Universidade de Évora, Évora, 2018.

SANTOS, S. O. et al. Depressão infantil: sintomas e aspectos sociais, psicológicos na educação escolar. **Educere-Revista da Educação da UNIPAR**, Umuarama, v. 16, n. 1, p. 47-60, 2016.

SILVA, A. C. Educação Física higienista: discursos historiográficos. **EF Deportes.com, Revista Digital**, Buenos Aires, Ano 17, n.171, Agosto de 2012.

SILVA, M. R.; PAREDES, P. F. M.; TADDEU, P. S. A dançaterapia como recurso terapêutico em adolescentes com depressão. *In: ENCONTRO DE INICIAÇÃO À PESQUISA*, 7., 2018, Fortaleza. **Anais [...]** Fortaleza: Conexão Unifametro,. 2019.

SANTOS, C. N. P; CARDOSO, A. C. R; SOUSA, N. C. P. Dança criativa na educação infantil. *In: SIMPÓSIO INTERNACIONAL DE LINGUAGENS EDUCATIVAS*, 2018., Bauru. **Anais [...]** Bauru-SP; Universidade do Sagrado Coração, 2018.

SOUZA, A.P.T; LOVATO, D. L. **Os benefícios das aulas de dança aplicadas no âmbito escolar para o adolescente**. 2012. Trabalho de Conclusão de Curso. (Licenciatura em Educação Física) - Faculdade Calafiori, São Sebastião do Paraíso, 2012.

TAVARES, M. A. S.; METZNER, A. C. Atividades Rítmicas e expressivas no ambiente escolar do ensino fundamental I. **Revista Educação Física UNIFAFIBE.**, Bebedouro, v. 4, 2016.

TREVIZAN, M. et al. A dança criativa e suas possibilidades de intervenção na área escolar: relato de experiência. *In: SEMINÁRIO ESTADUAL DO PIBID DO PARANÁ*, 2., Foz do Iguaçu, 2014. **Anais [...]** Foz do Iguaçu: UNIOESTE: UNILA, , 2014. p.87-90.