



MOTIVAÇÃO DE ALUNOS PARA A PRÁTICA DE AULAS DE RITMOS EM UM PROJETO DE EXTENSÃO

Kamila Pimentel dos Santos¹⁴⁸

kamilapimentel@ufam.edu.br

Lionela da Silva Corrêa¹⁴⁹

liojeff@hotmail.com

Evandro Jorge Souza Ribeiro Cabo Verde¹⁵⁰

caboverde@ufam.edu.br

Artemis de Araújo Soares¹⁵¹

artemissoares@yahoo.com.br

A dança é vista como uma descarga livre de energias excessivas e emocional, ampliando um sentimento espontâneo. De modo geral, a dança é uma atividade que trabalha para além do relaxamento e recreação (RENGEL; SCHAFFNER; OLIVEIRA, 2016). Atualmente existem profissionais que ministram aulas de dança e ritmos, oferecendo satisfações aos seus alunos que buscam uma atividade física mais dinâmica, proporcionando diversas possibilidades (COSTA; MOURA; LOPES, 2018). A aula de ritmos é uma modalidade aeróbica de dança que desenvolve movimentos e mistura ritmos variados, sendo essencialmente motivador além de trabalhar consciência e a expressão corporal, fortalecendo a saúde e a qualidade de vida de quem a pratica. As aulas de ritmo vêm ganhando grande espaço na sociedade por seus diversos benefícios. As atividades são realizadas em academias, praças públicas e universidade. Dessa forma escolhemos abordar essas práticas no contexto universitário a luz dos seus próprios praticantes. Assim, o objetivo deste trabalho é analisar os principais fatores motivacionais para a prática de aulas de Ritmos em um projeto de extensão universitário. Samulski (2002) define a motivação como totalidade de fatores pessoais e ambientais, ou seja, intrínsecos e extrínsecos sendo caracterizado como um processo ativo. Essa motivação intrínseca é constituída para a obtenção da própria satisfação do resultado com aquela determinada atividade e a extrínseca consiste nos comportamentos guiados com a intenção de obter um resultado desejado. Nas aulas de ritmos as músicas servem como motivação, pois as batidas são animadas tornando-se fundamental para os estímulos dos alunos durante as aulas, além da mistura de diversos tipos de músicas, como axé, sertanejo, forró, funk e entre outros ritmos, sendo uma prática importante para a socialização. De acordo com Ribeiro et al. (2003) a dança é uma manifestação cultural de expressão e comunicação produzindo através da sociabilidade atividades terapêuticas inseridas em movimentos corporais inspirados no cotidiano, refletindo sobre a necessidade de sobrevivência e celebração de cada sociedade. E Marbá, Silva e Guimarães (2016) apontam que a prática da dança faz com que os indivíduos se sintam estimulados e motivados em relação a sua autoestima e sua sensação de bem-estar. Essa pesquisa trata-se de uma pesquisa descritiva e os participantes foram alunos que frequentam as aulas de ritmos no Programa de Dança, Atividades Circenses e Ginástica – PRODAGIN, na Universidade Federal do Amazonas – UFAM. A coleta de dados foi realizada por meio de uma entrevista semiestruturada por ser mais usual no trabalho de campo, a pergunta a ser feita foi “qual é o motivo que leva você a praticar aula de ritmos?” esse tipo de entrevista de acordo com Laville e Dione (1999) colhe informações com o intuito de obter, além da

¹⁴⁸ Universidade Federal do Amazonas UFAM.

¹⁴⁹ Universidade Federal do Amazonas UFAM. – orientadora no programa de extensão

¹⁵⁰ Universidade Federal do Amazonas UFAM.

¹⁵¹ Universidade Federal do Amazonas UFAM.



compreensão de sua realidade social, o conhecimento de suas motivações pessoais. As aulas de ritmos acontecem duas vezes na semana com duração de uma hora. As entrevistas foram gravadas, transcritas e analisadas por meio da análise de conteúdo conforme Bardin (2016). A partir do resultado percebemos os motivos que levam os alunos a participar das aulas de ritmos, o primeiro motivo é a questão da diversão, ou seja, as aulas tornam-se um fator de minimização do estresse frente a vida corrida. De acordo com Shibukawa et al. (2011) normalmente a motivação do indivíduo procede em ações, relacionando como fonte de resultados da estrutura psicológica e de suas necessidades pessoais, além da sociabilidade e do seu reconhecimento. Outro fator encontrado na entrevista foi a relação de praticar as aulas de ritmos por ser uma atividade relacionada a saúde, visto que alguns mostraram que frequentam as aulas devido a busca por uma melhor qualidade de vida e estilo de vida mais saudável. Oehlschlaeger et al. (2004) diz que o sedentarismo é visto como uma preocupação constante na vida do indivíduo, uma vez que estabelecem comportamento de risco sobre a falta de praticar atividade física. Assim, entendemos que muitos alunos preferem escolher a dança como modo de se “prevenir” do sedentarismo. Os entrevistados relataram que por meio dos movimentos corporais desenvolvidos nas aulas se sentem bem e felizes, já que é uma mistura de todos os ritmos, inclusive sentem falta quando a aula não acontece, decorrente a fatores como feriados, falta de energia e entre outros. Os alunos que participam das aulas de ritmo são oriundos de cursos da própria universidade, tais como: engenharia, letras, educação física e mestrado. Eles apontam que quando estão sem aula, ou tempo vago, participam das aulas como uma forma de distração devido aos trabalhos e provas que a faculdade dispõe. Por fim, podemos concluir que as pessoas que buscam essa atividade são motivadas por uma melhor condição de vida associada ao seu bem-estar e sua melhora na qualidade de vida, além da integração social e o prazer de dançar. Dessa forma entende-se que a dança pode ser utilizada como uma ferramenta para melhorar a vida das pessoas, possibilitando diversão e o combate ao sedentarismo de uma forma feliz e prazerosa.

Palavras-chave: *Motivação; Dança; Ritmos.*

Referências:

- BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. São Paulo: Edições 70, 2016.
- DA COSTA, V. F.; MOURA, S. K.; LOPES, D. T. Estudo da demanda pela prática de dança aeróbica em academias. **Revista Campo do Saber**, v. 4, n. 1, 2018.
- LAVILLE, C.; DIONNE, J. **A construção do Saber: manual de metodologia da pesquisa em ciências humanas**. Trad. de Heloísa Monteiro e Francisco Settineri. Porto Alegre: Artes Médicas Sul Ltda; Belo Horizonte: Editora UFMG, 1999.
- MARBÁ, R. F.; SILVA, G. S.; GUIMARÃES, T. B. Dança na promoção da saúde e melhoria da qualidade de vida. **Revista Científica do ITPAC, Araguaína**, v. 9, n. 1, 2016.
- RIBEIRO, Luciana Gomes et al. **Os sentidos da dança: construção de identidades de dança a partir da experiência com o? por qua? grupo experimental de dança**. Dissertação de mestrado. Campinas: Universidade Estadual de Campinas, Faculdade de Educação Física. 2003.
- RENGEL, L; SCHAFFNER, C. P; OLIVEIRA, E. **Dança, Corpo e Contemporaneidade**. Salvador: UFBA, Escola de Dança, 40 p. il. 2016.
- SAMULSKI, D. **Psicologia do esporte**. Barueri. São Paulo: Manole, 2002.
- SHIBUKAWAI, R. M. et al. Motivos da prática de dança de salão nas aulas de educação física escolar. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, v. 25, n. 1, p. 19-26, 2011.
- OEHLSCHLAEGER, M. H. K. et al. Prevalência e fatores associados ao sedentarismo em adolescentes de área urbana. **Revista de Saúde Pública**, v. 38, p. 157-163, 2004.