

1. INTRODUÇÃO

A dança é o ato de mover-se demonstrando sentimentos e emoções. É um estado de espírito, onde conseguimos uma conexão mais íntima e profunda com nós mesmos. É uma detalhada fonte de movimentos rítmicos que são ao mesmo tempo expressivos e desafiadores. Uma obra de arte desenhada pelo corpo desempenhando o método mais simples e saudável de exercitar a mente junto à matéria, tendo também como um dos principais benefícios a formação e manutenção da personalidade. Uma pessoa dançando pode demonstrar um misto de sentimentos: desejos, alegrias, prazeres, gratidão, respeito, temor, poder. Traçando um conjunto de movimentos que se desenvolvem no espaço e num tempo determinado, configurada por um ritmo e capaz de expressar tanto simples como fortes emoções.

A linguagem da expressão corporal e da dança é compreendida em vários níveis simultâneos, em um sentido óbvio, ela pode ser uma potência altamente significativa com uma linguagem simbólica, utilizando em termos de movimento, tempo e espaço, todas as capacidades humanas, cognitivas, físicas e afetivas que se tornam distintas pelo uso rítmico e harmonioso, isso ocorre pelo fato de ao dançar os músculos, os sentidos e a mente entrarem em atividade ajustando-se mutuamente transmitindo pensamentos e emoções (OLIVEIRA, 2002).

A dança proporciona que o praticante se concentre na atividade e nas emoções associadas a ela, levando a uma perda da consciência e da percepção do tempo momentâneo, criando uma completa absorção do momento, levando a benefícios intrínsecos e extrínsecos para quem a pratica. (ALONSO et al., 2011 apud FONSECA et al., 2012, p. 5)

Ao se tratar da dança de salão há uma troca entre uma dupla de dançarinos ou pares que estarão envoltos na percepção espacial, traçando movimentos sincronizados em uma interação física e psíquica entre eles. Organizar movimentos e os coordenar no seu tempo ritmado torna o despertar do corpo em incríveis sensações com a arte dançada. Independente de curtos ou longos passos a reciprocidade através da expressão corporal os deixará em um único foco, ou seja, acontece uma troca que pode ser compreendida pela necessidade do corpo do outro ali presente, permitindo o deslocamento imposto entre o casal, iniciando o desbravar de novos caminhos na direção do próprio conhecimento e através dessa troca cognitiva com o companheiro, a descoberta de si mesmo. Adquirindo a confiança que será essencial ao se doar para o parceiro de forma suave e precisa (FONSECA; GAMA, 2011).

Durante as aulas de dança de salão uma observação com um olhar menos técnico e mais sensível trouxe um questionamento: O que motiva a busca da dança a dois? Seguindo esse pensamento, foi notável que não existia ali apenas o movimentar corporal como uma atividade física, o dançar com um parceiro parecia ir mais além. O mover do corpo na companhia de outra pessoa e em uma mesma sintonia era algo desafiador e autoafirmativo no instante que o encontro dentro da imagem do parceiro refletisse o seu próprio espelho. Afinal, para se entregar ao outro é necessário confiança em si mesmo, ainda que existam as diferenças, limitações e dificuldades, esta fusão de tempo e movimento no partilhar do ritmo executado tornará os desafios vencidos com ares de cumplicidade e emoção, como se o vínculo criado, ainda que momentâneo entre os companheiros, criasse um bem estar perdurável, um resultado da atividade física aliada à fluidez mental de cada indivíduo.

Dando continuidade a esse estudo dentro da prática executada nas aulas de dança de salão onde os casais são trocados aleatoriamente, é notável entre os parceiros o estabelecimento da necessária cooperação e paciência. O companheirismo é o único objetivo para se chegar à dança de forma harmoniosa e precisa. Um dos mandamentos sociais mais explorados, na qual a existência do toque ou um olhar sensível para o outro, transforma-se em um meio de comunicação com o nosso corpo e espírito. Dentro do espaço da aula todos apresentam suas dificuldades ou facilidades, a aceitação entre os alunos é o primeiro passo para os que desejam um local de desafios, aprendizados, mudanças, prazeres e conquistas. Um grande ambiente democrático, onde o movimento do corpo junto a outras pessoas envolve a exploração de inúmeras possibilidades espaciais e articulares, definindo a relação do sujeito com seu corpo e o corpo do outro, com os objetos e pessoas à sua volta.

O desenvolver na dança pode significar o evoluir como pessoa, seja no pessoal ou social. Desta forma, o objetivo desse estudo é apresentar os aspectos trabalhados na dança de salão com o propósito de discutir sua contribuição no reposicionamento da Imagem e do Esquema Corporal dos indivíduos praticantes deste estilo de dança aqui apresentado. Este texto pretende discutir a combinação dos fatores da ação motora com o resgate das emoções despertadas pela dança, entendendo que tornará a prática um método positivo na relação mente-corpo, modificando de forma positiva a percepção corporal, tanto no seu aspecto proprioceptivo (esquema corporal), como emocional (imagem corporal).

2. CONSIDERAÇÕES SOBRE A DANÇA DE SALÃO

Entre vários estilos musicais e ritmos variados, a dança de salão teve seu início na Europa durante a época do Renascimento em meio aos bailes e reuniões sociais, trazendo uma grande importância para o convívio em sociedade e surgindo também com uma grande riqueza cultural que segue por tempos atuais (AIRES; COSTA; LUNA, 2015).

A dança de salão avançou os paradigmas sociais, e o homem que antes exercia apenas o papel de cavalheiro ao acompanhar a dama no salão, passou a ser mais participativo e desafiador, começando a se expressar de forma mais artística, para romper as portas do século XXI, retratando essa arte com toda sua diversidade rítmica em uma variação ampla que atende desde necessidades de gasto de energia dos mais jovens, ou quem apenas procura uma vida plena e feliz como o caso da terceira idade.

Nas últimas décadas a dança de salão sofreu uma forte influência da lambada no final dos anos 80, e teve muita receptividade entre os amantes da prática da arte a dois, superando a faixa etária dos mais velhos e conquistando um incrível número de jovens e adolescentes, com a mídia contribuindo para sua popularidade e desenvolvimento, os ritmos mais sensuais passaram a traduzir a representação corporal em diferentes momentos históricos, que veio a interferir na modernidade do ensino na dança de salão em tempos atuais.

Praticar a dança de salão requer uma entrega do corpo e da alma, o que inicialmente não parecerá algo simples de se executar, é necessário entender o parceiro para o ritmo ser trabalhado de forma sincronizada dentro da música ao se dominar os passos, mantendo a elegância, postura e gestos, tendo a força de vontade ao se entregar e literalmente dançar, desenhando seu corpo no espaço.

Salsa, merengue, bolero, samba, cha-cha-cha, qualquer que seja o ritmo, é no salão que a mágica acontece, sempre em sentido anti-horário, contribuindo na evolução e no desfrutar da dança entre pares. Resgatando além dos benefícios da movimentação corporal provocado pela arte aqui citada, surge também à possibilidade em cada prática, em termos de estilos, técnicas e tendências, a valorização através dos símbolos e tradições, um significante cultural de cada povo.

Atualmente a dança de salão se desenvolve em dois momentos na sua prática; no primeiro momento em que as pessoas dançam e executam apenas passos peculiares no ritmo, sem grandes elaborações, pelo simples prazer de mover o corpo, ou no segundo instante, no qual os dançarinos exibem os chamados passos acrobáticos ou aéreos, exibidos com

frequência no samba de gafieira ou salsa, como exemplo. Elevando seu nível dançante ao prender os olhos dos espectadores com tamanha dominância.

É perceptível que é esse magnetismo da música associada ao ritmo e movimento é que levam os casais a dançarem desenvoltos e descompromissados com o seu mundo exterior no momento que são abertas as portas dos salões. Algumas pessoas buscam a dança de salão apenas para se divertir, outras para fugir das adversidades e contratempos da vida cotidiana. Por amor, dedicação e por inúmeros outros motivos. Independente do propósito que nos conduz a praticar a dança de salão, é notável o uso dos movimentos desde os mais simples aos mais complexos, dos combinados aos isolados, a exploração positiva da nossa criatividade, capacidade imaginária e cognição, transformando esses movimentos em expressão corporal cheios de significantes. Argumentando os benefícios implícitos no mover do corpo, esta manifestação nos proporcionará prazer, bem estar, tranquilidade e vários outros fatores que mudarão a forma de perceber o mundo à nossa volta.

2.1 A DANÇA DE SALÃO NA DIMENSÃO DA PSICOMOTRICIDADE

Vargas (2000), relata que a dança além de atividade física e movimentação corporal é também um caminho de manifestação da interioridade, integrando a mente e a subjetividade ao trabalho corporal. O aspecto lúdico do movimento, como regulador de energia, fonte de prazer, tolerância e de comunicação, pode ajudar a estruturar a personalidade e equilibrar as carências afetivas e de relacionamento social. Exigindo a retribuição de um momento simbólico, trazendo com ele o respeito e comunhão com o outro, tanto do parceiro, como de casais ali presentes, na qual acontece à colaboração de ambos, sejam eles cavalheiros ou damas, interagindo de forma satisfatória em um único objetivo compartilhado: dançar. Ao dar as mãos para o parceiro e seguir uma coreografia é permitido interagir por um olhar sensível, encontrando seu próprio caminho na imersão da descoberta na percepção do corpo.

A psicomotricidade sendo a ciência que estuda o homem por meio do seu corpo em sua particularidade, ao se mover educa o sujeito corporalmente pelo movimento de forma cognitiva através da relação entre pensamento e ação, estimulando e estruturando a mente ao físico. Gonçalves (2007), exatamente nesta linha de pensamento, descreve que a psicomotricidade é considerada como um conhecimento, técnica ou terapia, que utiliza de atividades lúdicas o alcance à psique. Filosoficamente, abrange na fluidez do corpo e da

consciência a busca pelo desenvolvimento da afetividade e de todos os coeficientes que estabelecem a vivência de cada indivíduo. Buscando na prática a superação do homem em relação à si mesmo, fazendo de sua própria história no meio social o desbravar do seu corpo e de seus movimentos, obtendo resultados para uma melhor interação psicossomática.

Ainda para o autor, o desenvolvimento da psicomotricidade se dá através do avanço funcional de todo o corpo por meio da organização de suas partes e fatores, destacando dois deles como de suma importância, como a: Praxia Global e a Praxia Fina.

A Praxia Global tem como objetivo organizar a atividade consciente com seus planejamentos e ajustes motores, realizando os movimentos globais complexos que estarão sendo estimulados ao corpo num determinado tempo exigente da atividade conjunta por meio de vários grupos musculares.

A Praxia Fina tem como função regular as atividades ritmadas e manipulativas mais delicadas e complexas, associando a motricidade fina aos deslocamentos visuais. Que através da praxia global representa o mais minucioso desenvolvimento psicomotor, servindo de base para a evolução global do sujeito.

Esses fatores precisam ser reforçados ainda que na vida adulta, pois a compreensão e a importância do movimento humano significam ter um conhecimento próprio e não só físico, mas também em seu aspecto de vida, seja ele social, cultural, biológico ou psicológico. Levando o entendimento da ação motora e o envolver de todo o corpo que estará sendo preparado para o meio externo.

Quando todos estes elementos são envolvidos na dança de salão, os recursos como o som e o ritmo despertam o lado afetivo e simbólico do indivíduo que será colocado em prática através do movimento no objetivo de proporcionar o desenvolvimento da expressividade e criatividade na descoberta do parceiro e de si mesmo.

Para Fonseca, Vecchi e Gama (2012), a troca desta experiência ultrapassa os limites da técnica ou prática na dança, a união entre dois corpos ao mover-se de forma compartilhada faz de suas emoções uma entrega pessoal para o parceiro, locomovendo-se pelo momento da música, requerendo de si muito mais do que se deixar levar ou conduzir, um encontro com seu próprio corpo, e mente. Canalizando movimentos e sentimentos, uma vez que, bloqueios como a inibição e insegurança de socialização podem ser vencidos através do som e compasso de cada indivíduo.

Sendo assim, Fonseca (2010), conclui que a psicomotricidade tem como objetivo principal, transportar o corporal e o motor ao centro do comportamento e da evolução humana. Considerando o corpo algo brilhantemente fenomenal, onde o sujeito constrói sua identidade, seu sentimento e conhecimento de si, uma nascente de sensações, emoções e pulsões. O reconhecer de um organismo complexo que impulsiona a função tônica e postural desenvolvendo a sua afetividade socializada. Constituindo assim, o principal objetivo do desenvolvimento conceitual da psicomotricidade. Estas referências citadas para tamanha evolução psicomotora do sujeito exigem do mesmo uma junção de atividades mentais e físicas, que serão relacionadas com variáveis que atuam diretamente com a imagem e o esquema Corporal.

2.2 CONSIDERAÇÕES SOBRE ASPECTOS PSICOMOTORES: IMAGEM CORPORAL E ESQUEMA CORPORAL

A imagem corporal é a representação do corpo construído e consolidado pela mente do sujeito, sendo que, o físico eleva-se de forma significativa ao imaginário, dando conexão ao verdadeiro eu interior. Um misto de poderes sensitivos, sejam eles: auditivos, táteis, visuais, entre outros. Que estarão procedentes de experimentações vivenciadas pelo indivíduo, originando assim, um referencial ao próprio corpo. Sentidos estes, que não poderão ser analisados separadamente, afinal, a avaliação da imagem do corpo se desenvolve através da junção de todos esses estímulos para uma melhor percepção, captando imagem, som, calor, cheiro e movimento, na qual, a matéria corporal torna-se o centro, um auto-referencial no espaço ocupado pela relação com o outro, (MATURANA, 2004).

Existe uma total relevância em ressaltar que quando percebemos nosso corpo ou partes nele existentes, esboçamos e direcionamos nossa imagem para outros corpos e passamos a ter certa curiosidade sobre diferentes partes de nossa anatomia que até então eram profundamente desconhecidas. Dificultando o raciocínio de qual corpo percebemos primeiro: o nosso ou o do outro. Entretanto, a imagem se manifesta como um fenômeno social, onde existe uma troca contínua entre o que denominamos como nossa própria imagem e a imagem corporal dos demais indivíduos. Essas experiências são permeadas por sentimentos sobre nós mesmos, da forma como percebemos o outro, despertando a maneira que vivenciamos nossos corpos

intimamente, uma descoberta de como sentimos e pensamos, e a influência do nosso corpo no modo que compreendemos o mundo a nossa volta (SCHILDER, 1999).

Segundo Scatolin (2012), inspirado pelos ensinamentos de Schilder, o esquema corporal que é completamente interligado com a imagem corporal, proporciona uma visão aprimorada de ângulos variados quando falamos diretamente do sujeito em relação a si mesmo. Uma experiência relacional movida através da ação, determinação e confiança, que são fatores importantes para a construção do ego corporal, esquema este, quando ligado ao sensorio motor, estará paralelo ao desenvolvimento psíquico através do movimento. Caminhando assim para uma melhor orientação do corpo que se expande, pois é quando nos movemos que temos uma relação direta com o mundo externo e neste contato somos capazes de interligarmos as diferentes fases de conhecimento da nossa matéria, que precisa ser construída desde o momento em que nascemos, e é através das nossas experiências com o mundo que será possível entender e desenvolver o nosso processo de estruturação. Essas transformações psíquicas sempre estarão perceptíveis a imagem corporal necessitando ser construída, desenvolvida, impulsionada e influenciada por vivências motoras.

A Imagem Corporal vem a ser uma percepção do próprio corpo dentro de uma visão interna e sensível através de uma análise subjetiva, já o esquema corporal se desprende deste olhar espelhado para se comunicar com o externo, transformando a comunicação com o meio em uma fonte reveladora de movimentos expressivos no espaço. Esses gestos recebem informações conscientes da própria imagem para a socialização do sujeito no seu desenvolvimento humano. Desta forma, Fonseca (2008), afirma que ambas as definições possuem funções acrescentáveis para o indivíduo e que são diferentes, porém correlacionadas. Trata-se de conceitos amplos, envoltos em vários aspectos pertencentes a processos fisiológicos, psicológicos e sociais, numa troca contínua de experiências entre eles, vivenciadas a cada instante. Transformando as relações externas com o mundo em comportamentos que nos levarão às percepções próprias, na qual, criamos controle sobre nossas relações interpessoais, pois na medida em que adotamos uma imagem, será estabelecida uma comunicação pessoal que levará o corpo a sua mobilidade e transformação constante do esquema corporal, mesclando-se numa troca de informações subjetivas, criando novas descobertas sobre o espaço por nós habitados e a imagem que criamos a partir dela, (BARROS, 2005).

Segundo Canto e Barbosa (2010), existe uma relação do esquema corporal com o movimento que reforça o conhecimento das partes do corpo com o componente sensorial do sistema nervoso, encarregado pela percepção corporal e sua ligação ao movimento e repouso. O desenvolvimento do esquema corporal começa desde antes do nascimento, sendo impulsionado após esse período até o terceiro ano de vida e continuamente em processo evolutivo adaptativo pelo resto da existência do sujeito. Sendo necessários estímulos para sua progressiva maturação, permitindo assim, estabelecer a consciência sobre a importância da localização espacial relacionada à capacidade de funcionamento de uma determinada região do corpo humano em suas respectivas partes e funções, percebendo a importância do esforço essencial para a realização de uma determinada ação, a consciência sobre a posição deste corpo e a importância do esforço necessário para sua locomoção.

O corpo, portanto, transcende-se em imagens corporais construídas pela mente por meio de descobertas que temos de nós mesmos, que no momento das relevâncias pessoais, aprendemos como reagir às mudanças do corpo/mente e as diversas inter-relações estabelecidas pelo convívio humano, na busca pela compreensão da existência do ser e por sua própria evolução como pessoa. Assim, Nasio (2009), diz que quando aceitamos a nossa imagem e a exploramos, entendemos o verdadeiro sentido de não apenas direcionar nosso olhar superficialmente para o físico, mas também para a importância do mundo interno do nosso corpo. Para compreender de forma mais clara a evolução da nossa imagem corporal, o mesmo autor segue o pensamento de Françoise Dolto, no qual propõe uma volta a infância onde destaca três grandes elementos da imagem inconsciente do corpo: a imagem básica, imagem funcional e a imagem erógena. Estas imagens são componentes inseparáveis, quando um deles é desequilibrado, afeta todo o conjunto.

A imagem básica é a que proporciona à criança a certeza do seu corpo vivo em segurança e firme, que se acalma nos braços de quem o carrega ou num solo inabalável que o ampara. Como uma volta ao período de gestação, nessa comunicação com o feto mergulhado no líquido amniótico o protegendo. Anos mais tarde, com essa imagem teremos como exemplo o refúgio de uma criança angustiada que se recolhe na sua matéria para se sentir segura. Trazendo uma proteção através do grande outro, a sensação global de um segundo corpo materializada pelos braços da mãe.

A imagem funcional diferente da imagem básica, esta imagem sente o corpo que se prolifera em busca de satisfação e de seus desejos, a matéria em busca de objetos concretos e

simbólicos para saciar suas necessidades. Como exemplo, o leite ou o cheiro da mãe. O autor caracteriza os objetos concretos e substâncias, como a comida e os excrementos, mediante do contato corpo a corpo entre a criança e a mãe, ou os objetos sutis, acessíveis à distância, como um olhar carinhoso, o cheiro suave da pele e o som da voz na forma que ela se expressa.

A imagem erógena, que se destaca pela imagem de um corpo que sente, como um orifício se contraindo e se dilatando de prazer. No momento da amamentação, a criança sente como se a boca fosse todo o seu corpo, e no minuto da evacuação, como um ânus.

Ao decifrar as três imagens, a imagem básica vem para o autor como a mais importante, pois é por meio dela que a cada fase libidinal possibilita à criança uma sensação de existir, ou seja, a impressão instintiva de ser. Tornando-se uma imagem refúgio, como uma criança que se vê agredida, ela volta automaticamente à imagem básica da fase que antecede no momento materno para a busca da sua segurança, levando isso para sua vida adulta, um fundamento seguro para o futuro, ao qual poderá se expressar sem medo ao afirmar: “Sinto-me eu mesma”. Pois diante destes três processos torna-se de fácil percepção a transição do sujeito que faz da sua imagem uma segurança do mesmo a partir do momento que se desprende do “Outro”, na qual a criança em sua evolução passa por uma fase de liberdade e independência na busca dos seus ideais na vida adulta.

Para Freitas (2008), é a partir do conhecimento da imagem de si mesmo e da sua própria história como pessoa, que o corpo atuante pode fundar um corpo transformador, criando uma verdadeira ferramenta de apoio à consciência harmonizadora do homem com sua dimensão, acreditando de fato que é devido a esse desenvolvimento humano que se compreende o esquema corporal, sendo posteriormente representada pela totalidade de nossa presença no mundo, na qual, o nosso corpo apresenta-se como fronteira entre o sujeito e o mundo exterior. A descoberta desse corpo sendo por seu esquema ou imagem corporal passará por inúmeras situações sociais, portanto, é na interação com outras pessoas em um mesmo ambiente que a personificação será internalizada, isto é, nas vivências e experiências. Deste modo se processam as formas de buscas por vias de conclusões psíquicas, melhorando assim, a dissociação dos movimentos e dos gestos, pois cada ser humano responderá conforme a sua adaptação que o meio externo sugere.

2.3 ENTRELACAMENTO ENTRE A DANÇA DE SALÃO COM A IMAGEM E O ESQUEMA CORPORAL

A dança tem um grande papel no desenvolvimento da imagem corporal no momento que o homem constrói sua identidade na interação com o meio e com o outro, o dançar em dupla atuará de forma simbólica por intermédio de sensações, emoções e sentimentos, que se formarão como suportes para a construção da personalidade. Por este motivo, a dança pode ser avaliada como um instrumento funcional, que através das interações e ritmos, levará ao sujeito a exploração da criatividade facilitadora na construção de suas emoções, ocasionando uma liberdade consciente que conduzirá a imaginação diretamente para sua percepção corporal (SILVA e ALEXANDRE, 2014).

Ao analisar os alunos que foram pertinentes ao estudo aqui apresentado, foi de notável percepção que os indivíduos procuraram a Dança de Salão principalmente pelo aprendizado e prazer pela arte, mais do que para a melhora de algum aspecto físico, como, por exemplo, a coordenação motora, condicionamento, postura ou flexibilidade. Os resultados apontaram a alegria e o bem estar como um dos principais e mais fortes motivos que levaram estes praticantes ao estúdio de dança, quase sempre sendo preferido pelo público da terceira idade, este estilo de dança foi declarado por eles, como um regresso ao passado, era relaxante ao ponto de os desligarem dos problemas, conquistarem a admiração, aprenderem a ter um momento divertido com seus parceiros ou colegas e dançar com quem tem amor pela prática. Evidenciando a dança a dois uma motivação e um aspecto importante no fator de sociabilização do sujeito.

Foi de fácil compreensão também, a frequência e pontualidade de todos. Devotamente, todos estavam presentes nos dias determinados, os alunos se empenhavam e mostravam o quanto queriam estar ali. Esse interesse e dedicação foram esclarecedores e determinantes no processo de evolução durante as aulas, um ponto forte entre equilíbrio, desafio e habilidade. Visto que no estudo da percepção corporal do espaço utilizado, constatou-se que os alunos ali observados melhoraram sua relação com o meio externo, aprimorando a capacidade de perceberem os segmentos corporais do outro através da sua própria imagem, evoluindo de forma perceptível requisitos próprios como postura e contorno do espaço explorado, elementos fundamentais para a condução do cavalheiro e de firmeza e segurança da dama. Destacando esse segmento como favorecedor da percepção corporal, levando o indivíduo a se posicionar melhor principalmente no que diz respeito a sua simetria corporal, motivando o

aluno a conhecer o seu corpo para aprender e dominar os passos, e mover-se em total sincronia com o ritmo da música e com seu parceiro, exigindo concentração em si mesmo para entender a sensação do toque do outro como um dos fatores que contribuem ainda mais para a consciência corporal.

Com relação à lateralidade os erros inicialmente apresentados em relação direita e esquerda pela falta de prática na dança e na imagem espelhada, no decorrer das aulas a falta de erros significativos foram observados, evidenciados pelo progresso no item da valorização da exploração corporal e espacial.

Logo no início ao analisar a imagem corporal dos participantes da aula de dança de salão, estes se apresentavam insatisfeitos com suas medidas corporais e realçavam algo que gostariam de ser e que não correspondia as suas expectativas físicas no determinado momento, os colocando como empecilhos para começar a aula. Em pouco tempo de prática, essa insatisfação não estava mais presente, isto é, não existindo mais diferença destes padrões apontados para seu físico atual em relação ao ideal. Efeitos estes, propõem que o desempenho nas aulas de dança de salão tenha influenciado de forma positiva nestes alunos, trazendo o bem estar e melhorando a sua auto imagem.

Os resultados comprovaram que as dançarinas apresentavam maior satisfação física que outras mulheres, e os dançarinos mais confiantes ao saber conduzirem a dama seguindo o som de forma precisa. Esta confirmação para a pesquisa foi analisada no momento da permissão do indivíduo em expressar emoções ao dançar, promovendo uma melhora na sua relação corporal que leva a uma atuação direta na consciência e imagem corporal.

Fonseca (2008), destaca que a dança enfatiza movimentos de forma estética, levando o sujeito a uma reflexão dele mesmo, como modo de vida e cultura. Propondo que dançar é um meio dos indivíduos constituírem sua experiência com o mundo através do movimento promovendo resgate de sentimentos ocultos e oprimidos, provocando efeitos positivos na imagem corporal.

3. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Dentro do que foi explicitado nesta pesquisa, podemos compreender que a dança de salão através da sua arte milenar é uma ótima forma de reeducação corporal e psíquica por meio de todo seu poder cognitivo. Auxiliando no processo de conhecimento de si mesmo, mostrando aos alunos que praticam esta modalidade que mesmo em dupla podemos vivenciar e compartilhar novas possibilidades de movimento em um mundo de ritmos, emoção e imaginação.

A dança de salão deixa de ser apenas técnica para incorporar a psicomotricidade, sendo trabalhada de forma harmoniosa e simplesmente leve, colocando em consideração o caráter artístico, expressivo e criativo de cada aluno, no intuito de contribuir de forma produtiva no desenvolvimento mental e físico, em um casamento de inteira experimentação com o outro.

O professor de dança dentro do seu conhecimento tanto na técnica dançante como em um olhar psicomotor, passa a utilizar a dança de salão para educar a imagem do corpo de seus alunos possibilitando o descobrir da sua própria liberdade de movimento e criatividade. Contribuindo de forma específica na evolução da imagem e esquema corporal, que serão explorados dentro de aspectos indispensáveis neste processo, como o trabalho em grupo, a expressão corporal, e a exploração de vários movimentos, contando com princípios como a música e passos que serão partilhados através de um mesmo ritmo, trabalhando assim, de forma lúdica e prazerosa, fazendo com que os indivíduos praticantes das aulas mantenham o deleite da realização das propostas aqui apresentadas, estimulando o seu domínio físico e psíquico.

Conclui-se que os resultados da dança de salão são notáveis e de grande valia para os que a praticam, pois constitui por meio do desenvolvimento psicomotor, a percepção e modificação no cuidado com o próprio corpo, melhora da autoestima, da sociabilidade e afetividade trabalhados dentro da própria psicomotricidade. A imagem e o esquema corporal passam a ter um envolvimento mais detalhado para o aluno, fortalecendo a descoberta e a compreensão de si mesmo de forma mais aguçada através de seus significados, sejam eles no envolvimento pessoal, profissional ou social. Respeitando assim seus próprios desejos e emoções.

REFERÊNCIAS

1. AIRES, F.S; COSTA, J.M; LUNA, S.J. Dança de Salão como Prática Motivadora na Melhoria das Relações Interpessoais dos Jovens. **Revista Científica da Escola da Saúde**. v.1, n 2, p. 97-106, 2015.
2. BARROS, D. D. Imagem Corporal: a descoberta de si mesmo. **História, Ciências, Saúde**, Rio de Janeiro, v. 12, n.2, p. 547-54, 2005.
3. CANTO, R. R; BARBOSA, F. S. **Psicomotricidade Aplicada ao Desenvolvimento do Esquema Corporal**. Rondônia: UNIR, 2010.
4. FONSECA, C. C; VECCHI, R. L; GAMA E. F. A Influência da Dança de Salão na Percepção Corporal. **Revista de Educação Física**, v.18, n.1, p.200-207, 2012.
5. FONSECA, C.C; GAMA, E.F. A Imagem Corporal na Dança de Salão. **Revista Brasileira Ciência e Movimento**. v.3, n.19, p. 37-43, 2011.
6. FONSECA, C.C. **Esquema Corporal, Imagem Corporal e Aspectos Motivacionais na Dança de Salão**. Programa de Pós Graduação Stricto Sensu em Educação Física – Universidade São Judas Tadeu, São Paulo, 2008.
7. FONSECA, V. Psicomotricidade: Uma Visão Pessoal. **Construção Psicopedagógica**, São Paulo, v.18, n.17, p. 42-52, 2010.
8. FREITAS, K. N. Esquema Corporal, Imagem Visual e Representação do Próprio Corpo: Questões Teóricas – Conceituais. **Ciências e Cognição**, Santa Catarina, v.13, n.3, p.318-324, 2008.
9. GONÇALVES, E. C. **A Psicomotricidade e a Dança**. Fortaleza: Universidade de Brasília, 2007.
10. MATURANA, H.R. **O Espaço Relacional da Construção do Conhecimento**. Brasília: UFB, 2004.
11. NASIO, D.J. Meu Corpo e suas Imagens. **Zahar**, Rio de Janeiro, v.32, n.1, p.143-60, 2009.
12. OLIVEIRA, F.et al. Dança e o Desenvolvimento Motor de Portadores de Necessidades Educativas Especiais – PNEEs. **Cadernos Educação**, Cruz Alta, v.20, p.5, 2002.
13. SCATOLIN, H.G. A Imagem do Corpo: As Energias Construtivas da Psique. **Revista São Paulo**. v.21, n.1, p.115-120, 2012.

14. SCHILDER, P.F. **A Imagem do Corpo: As Energias Construtivas da Psique**. 3ª ed. São Paulo: Martins Fontes, 1999.
15. SILVA, P.C; ALEXANDRE, A. C. **Dança: Imagem Corporal e a Descoberta de si Mesmo**. Viçosa: UFV, 2014.
16. VARGAS, L.A. A Dança na Educação Física. **Textura**, Canoas, n.3, p.01 – 135, 2º Semestre de 2000.