

V ENCONTRO ESTADUAL DAS GRADUAÇÕES EM DANÇA DO RS



Eixo 1: Poéticas e pesquisa em dança

Resumos e pôsteres

JAZZ X CONDICIONAMENTO FÍSICO: Metodologia aplicada por Isabel Willadino

Fernanda Maria da Silva Tietz (UFRGS)¹
Cláudia Daronch (UFRGS)²

O presente trabalho versa sobre o condicionamento físico de bailarinos de Jazz, buscando compreender como o mesmo é desenvolvido na estrutura metodológica das aulas de Jazz Avançado da professora Isabel Willadino. O condicionamento físico é um conjunto de todos os fatores de performance, mas no presente contexto, está relacionado aos bailarinos de Jazz e suas valências físicas a serem aprimoradas, abrangendo somente os fatores físicos. Já a dança Jazz é uma modalidade que possui técnicas e movimentações que foram adquiridas das danças africanas, norte-americanas e europeias, tendo como principais características movimentos fortes e marcantes. Consiste em uma pesquisa qualitativa, na qual são acompanhadas

1 Fernanda Maria da Silva Tietz é aluna do curso de Especialização em Dança da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS) e Licenciada em Educação Física na Universidade Luterana do Brasil. E-mail: fe.tietz@gmail.com.

2 Cláudia Daronch é orientadora do TCC do curso de Especialização em Dança da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS), Bacharel e Licenciada em Dança pela PUC-PR. E-mail: clodaronch@hotmail.com.

e vivenciadas algumas das aulas da professora acima citada, assim como seu espetáculo. Além das observações e pesquisa bibliográfica, um questionário foi dirigido aos bailarinos da amostra e uma entrevista semi-estruturada respondida pela professora. Suas aulas são estruturadas através de objetivos anuais e mensais, sendo composta por coreografias de aquecimento, alongamento, barra e diagonal visando parar a dinâmica do movimento o mínimo possível, para assim, beneficiar o condicionamento físico de seus praticantes. Os resultados ainda estão sendo analisados, porém através das observações é possível relatar uma melhora significativa da capacidade cardiorrespiratória, resistência, coordenação motora e técnica do Jazz. Percebe-se também que a forma que as aulas são planejadas e estruturadas desenvolve plenamente as condições físicas que serão exigidas aos bailarinos em um espetáculo, sendo isso de extrema importância.

Palavras-chave: Dança – Condicionamento Físico – Jazz

Referências

FRANKLIN, Erick. Condicionamento físico para dança. Barueri, SP: Manole 2012.

HASS, Jacqui Greene. Anatomia da Dança. Barueri, SP: Manole 2011.
LEAL, Marcia Regina Mendes. Preparação Física na Dança. Rio de Janeiro: SPRINT, 1998.