

All Dance Leiria - Danças Tradicionais do Mundo para TODOS

Sofia Ramos¹, Magda Ruas¹, Marisa Barroso²

¹Faculty of Sport Science and Physical Education, University of Coimbra, Portugal; ²Centro de Investigação em Qualidade de Vida - Escola Superior de Educação e Ciências Sociais – IPLeia

O presente relato está inserido no âmbito do projeto ALL Dance Leiria, coordenado pela Dra. Marisa Barroso, do Instituto Politécnico de Leiria. Este tem como principal objetivo o ensino de Danças Tradicionais do Mundo à comunidade, incluindo pessoas com deficiência e/ou com mobilidade reduzida, com vista a inclusão social, a valorização da diferença, a partilha de culturas e a promoção de atividade física. O objetivo do presente relato pretende identificar algumas adaptações realizadas durante aulas e bailes de dança, para ir ao encontro das mais variadas necessidades e de modo a terem o maior usufruto dos benefícios proporcionados. Pretende dar-se a conhecer experiências pedagógicas e sociais para disseminar o conhecimento e criar oportunidades de replicação por outros agentes de inclusão em prole de um benefício comunitário. Um dos princípios metodológicos do projeto é manter as coreografias e realizar as adaptações estritamente necessárias de modo a ser possível inserir todo o tipo de populações. Os participantes são incentivados a relativizarem o erro e a estética. São feitas adaptações ou simplificações a

determinados passos, diminuição de mudanças de direções, diminuição do número e da velocidade de voltas, escolher as pessoas com menos mobilidade para as posições com menos alteração de posições, substituir movimento dos membros inferiores por movimentos com membro superiores, entre outras. As adaptações apresentadas permitem diversas melhorias principalmente a nível social e inclusivo onde foi notória a presença de um ambiente sem qualquer tipo de constrangimento tanto por parte das pessoas com como sem deficiência. Foi também observada uma forte presença de emoções positivas, como alegria, união e empatia. Sugere-se a continuidade do projeto e de um estudo mais alargado sobre as adaptações e resultados da aplicação da dança de modo a intensificar melhorias nas relações sociais, incentivando a utilização das danças tradicionais como modo de inclusão.

Keywords: Socialização; Dança; Bem-Estar; Comunidade.