ÁREA TEMÁTICA: SAÚDE

A DANÇA COMO UM DOS MEIOS D EPROMOÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA PARA TERCEIRA IDADE

Apresentador[1] Talyta Cristine de Oliveira
Autor[2] Talyta Cristine de Oliveira
Autor[3] Nezilda Leci Godoy Gonçalves

RESUMO – O presente Projeto de Extensão tem por finalidade atender a terceira idade. Tem também por objetivo a aplicabilidade dos conhecimentos adquiridos na disciplina de Ritmo e Dança. Despertar o gosto e o interesse, e principalmente o de entender a importância da música e do movimento para esta faixa etária, bem como o de conhecer uma realidade diferente. Tendo em vista, que a preocupação da Educação Física sempre foi para com as crianças, os jovens e os adolescentes, a terceira idade hoje é uma realidade em nosso país. A dança pode ser considerada uma terapia para todas as faixas etárias, mas, é na terceira idade que ela se torna mais relevante. A dança é uma das atividades físicas mais prazerosas nesta faixa etária. A veracidade de tal afirmativa pode ser constatada quando temos a oportunidade de assistir um baile da terceira idade, onde as pessoas dançam pelo prazer de dançar. As aulas de dança devem ser realizadas com músicas, e a música assim como a dança sempre fez parte da vida do homem. A música quer seja entendida como arte, como magia ou como ciência sempre influenciou o progresso espiritual do ser humano. Para atender às necessidades dessa faixa etária serão ministradas danças de salão, adaptações de danças folclóricas, danças circulares; serão utilizados vários ritmos diferentes tais como: axé, pagode, valsa, salsa e merengue, tango, samba etc. Os movimentos serão trabalhados de acordo com as condições dos grupos e das limitações próprias da idade. Tem como objetivos: despertar o gosto e o interesse para o trabalho da dança com a terceira idade; capacitar os futuros profissionais para atuarem com faixas etárias diferenciadas; motivar a pesquisa e a publicação sobre os benefícios da dança para a terceira idade. O projeto é desenvolvido com o grupo de terceira idade da Fundação Municipal de Promoção ao Idoso de Ponta Grossa (FAPI), situada na praça Getúlio Dorneles Vargas, Nova Rússia, Ponta Grossa – PR.

PALAVRAS CHAVE – atividades dançantes, terceira idade

[1], [2] Acadêmica bolsista, autora e apresentadora, talyta_crisoliveira@hotmail.com
[3] professora, coordenadora do projeto,autora