

Dançando com pés e cabeça...

Ana Paula Candeias

...

São inúmeros os motivos pelos quais as pessoas de diferentes idades, gêneros e culturas ocupam uma parte das suas vidas a dançar. Afinal de contas, é como cantar: bem ou mal... todos gostamos de dar um “pezinho de dança”, de “abandar o capacete”, de dançar abraçadinho ao nosso “mais que tudo” ou simplesmente bater o pé ao som daquela música que tanto mexe conosco!!

Por aquilo que nos faz sentir, por aquilo que nos faz pensar, por aquilo que nos transmite, pelo exercício que fazemos, pelo prazer de atuar perante o público, pelas pessoas que encontramos enquanto dançamos, pelo prazer de ouvir aquela música tão especial e encarná-la dentro do nosso corpo... por tudo isto e muito mais, apetece-nos Dançar!!!!

Nas crianças esta vontade ainda é mais inerente, já que ainda estão despidas de preconceitos, de tabus, de vergonhas sem sentido, de complexos corporais, de pensamentos como “eu não sei dançar” ou “sou pés de chumbo” e, por isso mesmo, quando ouvem uma música, simplesmente DANÇAM!!!

Em qualquer idade da criança, o corpo, a mente, o intelecto e a personalidade estão em constante mutação, influenciados, claro está, pelos estímulos, pessoas e experiências que se encontram à sua volta.

A dança, pela sua espontaneidade e diversão, transmite à criança a profunda sensação de bem estar, de prazer, de diversão, mas surge também como uma oportunidade de explorar as competências físicas do seu corpo (força, agilidade, flexibilidade, coordenação, equilíbrio).

A aula de dança é também uma oportunidade de socialização com o adulto e com os pares, utilizando a música e o ritmo como fonte de aproximação aos amigos, mas também já da integração de regras, de respeito pela ordem e da compreensão de mecanismos de funcionamento em sociedade.

O desenvolvimento do sentido rítmico, a diferenciação musical, a compreensão da existência de diferentes estilos de dança, abrem à criança um novo mundo de oportunidades a explorar e a conhecer.

Se pensarmos por um momento, o nosso corpo não tem sequer a capacidade de viver sem dançar, já que o movimento é inerente à nossa existência; e o som, a batida, a nota musical, a canção, a melodia inevitavelmente fazem parte da nossa vida em sociedade.

Por algum destes motivos ou por mais umas quantas razões que acabará por descobrir... DANCE e leve o seu filho a DANÇAR...tenho a certeza que não se irá arrepender!!!