



B0182

### **A INFLUÊNCIA DA RESPIRAÇÃO NA MELHORA DO DESENVOLVIMENTO DA TÉCNICA DE DANÇA CLÁSSICA**

Paula Romano (Bolsista SAE/UNICAMP) e Profa. Dra. Antonia Dalla Pria Bankoff (Orientadora), Faculdade de Educação Física - FEF, UNICAMP

*A Dança nasceu com o Homem que sempre procurou dançar em situações festivas ou religiosas e a respiração é uma função vital de nosso organismo dando-nos vida, e sua função principal é garantir a troca dos gases respiratórios, oxigênio (O<sub>2</sub>) e dióxido de carbono (CO<sub>2</sub>), entre as células e o ar atmosférico, em quantidade adequada ao metabolismo energético.* O objetivo foi analisar a dinâmica da respiração relacionando-a com a dança clássica. Ele foi desenvolvido através da aplicação de aulas de dança clássica em dois grupos distintos: Controle e experimental. Os Grupos contaram com sete e seis sujeitos respectivamente, de ambos os sexos, faixa etária entre dezenove e trinta anos, iniciantes de dança clássica. Em ambos os grupos foram ministradas duas aulas por semana de uma hora as aulas do grupo controle e de uma hora e quinze minutos as aulas do grupo experimental, este com exercícios de reeducação respiratória. Também, foram realizados teste de antropometria, medidas do tórax, teste da bexiga (espirômetro) e uma bateria de exercícios de dança clássica. Os resultados foram analisados de forma descritiva e estatística inferencial e teste de hipótese de todos os dados utilizando o software BioEstat 3.0. Foi adotado um valor de  $p < 0,05$ . Pode-se inferir que no grupo experimental, os sujeitos após exercícios respiratórios adquiriram maior concentração na execução do movimento.

Respiração - Dança - Reeducação respiratória