

FACULDADE DEVRY METROCAMP  
CURSO DE PÓS-GRADUAÇÃO EM DANÇA E CONSCIÊNCIA CORPORAL

Sarita Del Pino

O SIGNIFICADO NO CONHECIMENTO DE ANATOMIA PARA A CONSTRUÇÃO  
DE SYLLABUS DE 4 MOVIMENTOS DO REPERTÓRIO LENTO DE ATS

Campinas

2016

Sarita Del Pino

O SIGNIFICADO NO CONHECIMENTO DE ANATOMIA PARA A CONSTRUÇÃO  
DE SYLLABUS DE 4 MOVIMENTOS DO REPERTÓRIO LENTO DE ATS

*Trabalho de conclusão de curso apresentada  
à Faculdade Devry Metrocamp, como parte  
das exigências do Curso de Pós-Graduação Lato  
Sensu em Dança e Consciência Corporal, para a  
obtenção do título de Especialista em Dança.  
Orientador: Prof. Dr. Rodrigo Vecchi.*

Campinas

2016

Sarita Del Pino

O SIGNIFICADO NO CONHECIMENTO DE ANATOMIA PARA A CONSTRUÇÃO  
DE SYLLABUS DE 4 MOVIMENTOS DO REPERTÓRIO LENTO DE ATS

Aprovado em \_\_ \_\_ \_\_\_\_

BANCA EXAMINADORA

---

Professor Dr. Rodrigo Vecchi

---

Convidado 1

---

Convidado 2

---

Convidado 3

## SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	1
2. SISTEMA MUSCULAR	3
2.1 Classificação muscular	4
2.2 Ação Muscular	5
2.3 Principais Músculos e suas ações	5
3 A DANÇA TRIBAL	8
3.1 O Tribal	8
3.2 O ATS	12
3.3O Tribal Fusion	15
4.DANÇA E CONSCIÊNCIA CORPORAL	17
5. TRAJETÓRIA METODOLÓGICA	19
6. RESULTADOS: SYLLABUS DE ATS	19
7. DISCUSSÕES	23
8. CONCLUSÕES	25
9. REFERÊNCIAS	26

## RESUMO

O sistema muscular é resultado de um conjunto de células que dão origem às fibras, estas dividem-se em esquelética, cardíaca ou lisa. As fibras possuem funções específicas como a capacidade de responder a estímulos, capacidade de contrair-se, capacidade de estender-se, e retornar a forma original após uma contração, que é o deslizamento de um filamento sobre outro. O tecido muscular dá forma e sustentação ao corpo e ao movimento. Com a consciência corporal através da contração específica muscular a dança pode ser capaz de trabalhar equilíbrio, coordenação, força e destreza, sendo também uma ferramenta para prevenção e reabilitação para diversas alterações sistêmicas. O estilo de dança tribal possui uma ramificação bem ampla que inclui uma ou mais fusões de danças que vai do ballet ao folclore brasileiro, na qual trabalha o corpo de forma completa, a ramificação ATS® que significa *American Tribal Style* oferece a aluna um ambiente acolhedor e muitas vezes curador. Esse estudo foi realizado através de uma revisão bibliográfica, com caráter qualitativo, onde a bibliografia consiste em apresentar o sistema muscular juntamente com a origem da dança tribal. O objetivo desta pesquisa foi criar syllabus de ATS® através do conhecimento da anatomia do corpo humano e a divulgação das danças tribais. Devido o fato da referência bibliográfica sobre danças tribais relacionadas ao desenvolvimento anatômico ser escasso conclui-se que a continuidade da pesquisa torna-se necessária para aprofundar os conhecimentos.

Palavras chave: ATS, Fusion, Syllabus.

## 1. INTRODUÇÃO

De acordo com Pires (2012) a formação do tecido muscular ocorre devido a um conjunto células, no qual possuem o nome de fibras e classificam-se em esquelética, cardíaca ou lisa, e que independente da classificação suas características se igualam a contrair-se, estender-se, receber estímulos e retomar a forma original.

Os músculos esquelético e cardíaco são músculos estriados e tem mecanismos contráteis similares, já o músculo liso possui organização intracelular diferente, mas a base química para a contração permanece igual aos outros dois tipos. A contração da fibra muscular vai acontecer através de um potencial de ação que vai se propagar pela membrana dessa fibra (GUYTON, 1988).

“A capacidade de graduar a força de contração muscular depende do número de unidades motoras que o músculo possui” (ZORZETTO, 1995, p.46).

“Ainda que o conjunto de ossos e articulações formem o arcabouço do corpo, eles próprios não podem mover o corpo” (PIRES, 2012, p.1).

Um estudo realizado por Santos et al (2005) enfatiza a importância em se manter a prática de estímulos, focados na coordenação motora, onde inclui Ivaldo Bertazzo defendendo a dança como uma prática importante principalmente nas escolas.

Para Venegas et al (2013) o profissional que adquire e utiliza o conhecimento da anatomia faz com seja facilitador observar as limitações e potencializações de seus alunos, concluindo também que a consciência corporal é necessária para que o bailarino obtenha uma melhor resposta do movimento em sua dança.

Sendo assim com a experiência de uma das autoras deste trabalho Sarita Del Pino, pode-se afirmar que para a dança tribal o conhecimento da anatomia do corpo humano é necessário e indispensável para que a técnica seja refinada para que ocorra uma evolução de níveis dentro dessa modalidade, tal como formações de syllabus que facilitem a didática na sala de aula.

O dança tribal surgiu de uma mistura de estilos, onde a base é a dança do ventre, a dança tribal teve seu início com Jamila Salimpour (2013) através de suas viagens com sua trupe Bal Anat, onde houveram integrações de danças folclóricas

da África para as suas apresentações. Jamila foi uma dançarina muito importante na dança do ventre e no tribal, pois codificou passos da dança do ventre, ampliou o conhecimento na dança folclórica através de suas viagens pela África e criou uma apostila para os toques de percussão dos címbalos, usados nos dedos das dançarinas conhecidos como snuj.

Com a ampliação da dança tribal surgiu Carolena Nericcio que criou o ATS®, definido como *American Tribal Style ou Estilo Tribal Americano* assim como a trupe FatChanceBellyDance, ou abreviado como FCBD, onde descreve em seu site (fcbd.com), como se originou essa modalidade, do qual fez nascer o Tribal Fusion e dele inúmeras ramificações.

Vale considerar que o ATS® é uma marca registrada pela sua criadora.

Carolena Nericcio compilou uma montagem de elementos diferentes "tribais", onde os movimentos de sua dança são inspirados por danças folclóricas do Oriente Médio, Índia com muita influência do flamenco também. Seus adornos possuem a riqueza dos têxteis e jóias do norte da África e Índia. O estilo de dança tribal possui em sua raiz de criação uma integração social muito ampla, onde a maioria de seus adeptos são aqueles fora do padrão normal da sociedade, como tatuados, acima do peso dentre outras especificidades, fatores esses que condizem para que essa dança seja muito procurada para o bem-estar físico e social.

É importante salientar que a busca nas bases de dados do Lilacs, Bireme, Google acadêmico e Scielo, não encontrou-se artigos científicos de dança tribal relacionados com seus benefícios, ou trabalho muscular, porém a socialização, auto estima e consciência corporal é algo perceptível aos seus adeptos, uma vez que uma das autoras deste trabalho tem vivência na modalidade. Sendo assim o objetivo deste estudo, foi analisar a importância do conhecimento anatômico do corpo humano para a construção de syllabos de 4 movimentos específicos do repertório lento de ATS e divulgar a história desta modalidade. Uma vez que o docente compreenda o significado do conhecimento anatômico, ele trará uma facilitação na compreensão de seus aprendizes na dança.

Considera-se imprescindível estabelecer os passos a serem ensinados, e com isso justifica-se a abordagem desse estudo em construir syllabos para a modalidade.

## 2. SISTEMA MUSCULAR

O sistema muscular é descrito como a parte ativa do aparelho locomotor, onde mantém uma estabilidade tanto dinâmica quanto estática (CRESPO, et al, 1997).

“O músculo esquelético é o tecido mais abundante do corpo humano, onde existem aproximadamente 660 músculos e estes músculos possuem funções vitais na locomoção, na produção de calor, na reprodução e no metabolismo em geral” (TRICOLI, 2013, p.38).

A descrição de Zorzetto (1995), para o tecido muscular é que ele possui um ventre muscular localizado entre as porções tendíneas, que é formado por um tecido conjuntivo que vai se inserir nos ossos para sua movimentação. Apresentam-se várias formas onde as mais comuns são longos e largos. Os músculos longos possuem formatos fusiformes, podendo ser unipenados, onde as fibras musculares se encontram de um lado do tendão de inserção do músculo, e bipenados onde o tendão está no meio do ventre muscular. Existem músculos, que apresentam mais de uma cabeça ou origem proximais, chamadas cabeças musculares, assim como os bíceps que apresentam duas cabeças, os tríceps que apresentam três cabeças, e os quadríceps que apresentam quatro cabeças. Alguns músculos terão o ventre dividido por intersecções tendíneas, que dará origem a um músculo com mais de um ventre, como acontece com os músculos digástricos e poligástricos, como por exemplo o músculo reto do abdome. Os músculos do corpo não possuem regra determinada para sua nomenclatura, sendo assim muitos possuem o nome de acordo com sua função ou forma. Os músculos possuem uma inervação de fibras de um ou mais nervos. A unidade motora é definida por um grupo de fibras musculares que são coordenadas por um único neurónio motor. O estímulo elétrico do músculo possui um ponto mais eficiente, que é no ponto de entrada do nervo. O número de unidade motora é que será capaz de graduar a força de contração, sendo assim quanto mais unidades motoras em um determinado número de fibras, maiores ações delicadas ou precisas poderão ser realizadas.

A contração muscular para Guyton (1988, p.78 e79) baseia-se em:

[...] Cada fibra muscular esquelética é formada por milhares de fibras musculares esqueléticas, onde estão dispostas paralelamente em todo o

comprimento muscular, cada fibra muscular possui milhares de miofibrilas também paralelas, e ao longo da extensão de cada miofibrila existem milhões de filamentos moleculares, que são a actina e a miosina, onde estão dispostas de forma alternada, primeiro o conjunto de miosina e depois o de actina, as extremidades dos filamentos de actina e miosina sobrepõem-se umas as outras. Quando há presença de íons de cálcio, esses filamentos interagem entre si tanto em termos físicos quanto químicos, o que faz com que eles deslizem um sobre o outro, sendo assim as extremidades dos filamentos de actina são puxados em direção as extremidades de miosina. Quando ocorre o deslizamento de actina e miosina o comprimento do sarcômero diminui, logo o sarcômero é a unidade contrátil do músculo esquelético, e está localizado entre as membranas Z que é onde está fixado o ponto médio do filamento de actina, e a membrana Z esta fixada na fibra muscular. A contração da fibra muscular, é causada por um potencial de ação, que se propaga ao longo da membrana dessa fibra, acaba-se por liberar ions de cálcio na sarcoplasma que é o liquido no interior da fibra muscular, são esses íons que iniciam a contração muscular. Já o músculo liso não é dividido em sarcômeros, seus filamentos de actina e miosina são dispostos de forma menos organizada ao longo da extensão da fibra muscular, logo sua contração pode ser provocada por diversos hormônios, e outros fatores que aumentam a permeabilidade da membrana da fibra muscular ao cálcio sem a intermediação do potencial de ação.

## 2.1.Classificação Muscular:

De acordo com Crespo et al (1997, p.46), existem duas formas de classificar os músculos tal como:

[...]Músculos voluntários ou estriados que os são músculos de ação voluntária, que possuem estrias transversais em suas fibras\células musculares. O esfíncter anal é voluntário, mas não possui estrias. Agem de forma potente, rápida e brusca. E Músculos involuntários ou lisos, que são músculos de ação involuntária, formado por células musculares sem estrias, comandado pelo sistema nervoso vegetativo. Apesar do coração ser constituído por músculo estriado ele possui contração involuntária.

## 2.2. Ações musculares

O quadro a seguir corresponde às ações musculares descrita pelo Zorzetto (1995, p.46), onde ele descreve o movimento muscular como “uma ação de resultado contrátil” e que “as ações musculares são efetuadas em pares por músculos antagonicos”. Vale ressaltar que o músculo não age isoladamente, mas sempre em conjunto.

Quadro 1 – Ações musculares

Ação Muscular	Resposta Muscular
Flexão	Diminuição do ângulo entre dois ossos.
Extensão	Aumento do ângulo entre dois ossos.
Abdução	Movimento de afastamento da linha média do corpo.
Adução	Movimento de aproximação da linha média do corpo.
Elevação	Movimento para cima.
Depressão	Movimento para baixo.
Rotação	Movimento ao redor do eixo longitudinal do osso.
Rotação medial	Girar uma parte aproximando-a da linha média do corpo.
Rotação lateral	Girar uma parte afastando-a da linha média do corpo.
Supinação	Gira palma da mão para cima.
Pronação	Gira palma da mão para baixo.
Eversão	Planta dos pés voltados para lados opostos.
Inversão	Planta dos pés voltados uma para outra.
Dorsiflexão	Aproximar o dorso do pé na ‘canela’ (flexão).
Flexão plantar	Inclinar a planta do pé para baixo (extensão).
Circundação	Movimento combinado e flexão, extensão, abdução e adução

## 2.3. Principais músculos e suas ações:

Os quadros a seguir descrevem as regiões anatômicas, ações musculares e músculos específicos de acordo com o descrito por Zorzetto (1995, p. 55 a 65).

Quadro 2 – Músculos do pescoço.

<b>Região</b>	<b>Pescoço</b>		
<b>Ação</b>	Anterior	Lateral	Posterior
<b>Músculo</b>	Longo da cabeça Longo do pescoço Reto anterior da cabeça	Esternocleidomastoideo Plastima	Semi espinhal Longuissimo Esplênio

Quadro 3 – Músculos da coluna.

<b>Região</b>	<b>Coluna</b>			
<b>Ação</b>	Flexão Ventral	Flexão Lateral	Extensão	Rotação
<b>Músculo</b>	Dorsais Reto do abdomen Iliopsoas	Quadrado lombar Iliocostal	Eretor da espinha	Obliquo Transverso do abdome

Quadro 4 – Músculos da respiração.

<b>Região</b>	<b>Caixa torácica</b>
<b>Ação</b>	<b>Respiração</b>
<b>Músculo</b>	Intercostais internos e externos Levantadores das costelas Diafragma

Quadro 5 – Músculos do membro superior.

<b>Região</b>	<b>Membro Superior</b>		
<b>Articulação</b>	Cintura escapular	Ombro	Cotovelo
<b>Músculo</b>	Trapézio Rombóide Levantador da escápula Peitoral menor Serratil anterior Subclávio	Peitoral maior Coracobraquial Grande dorsal Redondo maior Supraespinhoso Deltóide Subescapular Infraespinhoso Redondo maior	Biceps braquail Braquial Braquiorradial Triceps braquial Supinador Pronador redondo

Quadro 6 – Músculos do pulso e dedos.

<b>Região</b>	<b>Pulso e Dedos</b>	
<b>Ação</b>	<b>Anterior</b>	<b>Posterior</b>
<b>Músculos</b>	Flexor radial do carpo Palmar longo Flexor ulnar do carpo Flexor superficial dos dedos Flexor profundo dos dedos	Extensor radial longo do carpo Extensor radial curto do carpo Extensor dos dedos Extensor do dedo mínimo Extensor ulnar do carpo Extensor do indicador

Quadro 7 – Músculos da mão, polegar e dedo mínimo.

<b>Região</b>	<b>Mão</b>	<b>Polegar</b>	<b>Dedo mínimo</b>
<b>Ação</b>	<b>Abdução e Extensão</b>	<b>Abdução e Extensão</b>	<b>Abdução e Flexão</b>
<b>Músculo</b>	Abdutor curto do polegar Flexor curto do polegar Oponente do polegar Adutor do polegar I Interósseo palmar I Interósseo dorsal Lumbricais Flexor profundo	Abdutor do polegar Extensor curto do polegar Extensor longo do polegar	Abdutor do dedo mínimo Oponente do dedo mínimo Flexor curto do dedo mínimo IV Interósseo palmar

Quadro 8 – Músculos extensores e flexores do membro inferior.

<b>Região</b>	<b>Membro Inferior</b>	
<b>Ação</b>	<b>Extensores da coxa Flexores da perna</b>	<b>Flexão de coxa femoral Extensão da perna</b>
<b>Músculo</b>	Glúteo máximo Bíceps femoral Semitendíneo Semimembranoso	Iliopsoas Sartório Quadríceps

Quadro 9 – Músculos abdutores, adutores e rotadores do membro inferior.

<b>Região</b>	<b>Membro Inferior</b>		
<b>Ação</b>	<b>Abdutores da coxa</b>	<b>Adutores da Coxa</b>	<b>Rotadores da Coxa</b>
<b>Músculos</b>	Glúteo médio Glúteo mínimo Tensor da fascia lata	Adutor magno Adutor curto Pectíneo Grácil	Gêmeos sup. E Inf. Piramidal Obturadores int e ext. Quadrado da coxa

Quadro 10 – Músculos do tornozelo.

Região	Tornozelo			
Ação	Anterior	Posterior	Posterior Profundo	Lateral
Músculos	Tibial anterior Extensor longo dos dedos Fibular terceiro Extensor longo do hálux	Gastrocnêmio Sóleo Plantar	Tibial Posterior Flexor longo dos dedos Flexor longo do hálux	Fibular longo Fibular curto

Quadro 11 – Músculos do pé.

Região	Pé
Ação	Flexão, Extensão, Adução, Abdução
Músculos	Abdutor e Adutor do hálux Flexor curto do hálux Abdutor do dedo mínimo Flexor curto dos dedos Quadrado da planta Lumbricais Interósseo plantar Interósseo dorsal

### 3. DANÇA TRIBAL

#### 3.1.O tribal

##### Mulheres Ouled Nail



Fonte: <http://belly-dance.org/ouled-nayl.php>

A linhagem da dança tribal de acordo com o estudo de Berbare (2013), começou com os dançarinos ciganos do Norte da África, bem como Ghawazee do Egito e Ouled Nail da Argélia que foram trazidos para os Estados Unidos em 1893 para uma exposição na Feira de Chicago, onde fizeram shows e atraíram os dançarinos árabes modificando suas danças. Essas feiras se expandiram com suas “exóticas” apresentações. Jamila Salimpour realizou muitas viagens com intuito de aprofundar conhecimento na dança folclórica, onde através dela foi ensinado essa nova construção.

Suhaila Salimpour descreve em seu site ([salimpourschool.com](http://salimpourschool.com)) como Jamila Salimpour iniciou sua construção na dança tribal, mostrando assim a necessidade em se ter conhecimento de quem foi essa mulher e o que ela fez para expandir o tribal pelo mundo. Jamila Salimpour nasceu em Nova York em 1926. Ela cresceu ouvindo histórias de seu pai sobre os dançarinos da África do Norte, quando ele estava na Marinha. Jamila juntou-se ao circo chamado *Ringling Brothers Circus* com a idade de dezesseis anos. Aos dezenove anos, ela se mudou para Los Angeles, onde ela ficou ligada a um grupo diversificado, de imigrantes do Oriente Médio. Como não havia professores de dança, ela pesquisou e aprendeu o que podia, observando, ouvindo e lendo. Aos poucos começou a se apresentar a grupos principalmente só de mulheres, e logo em seguida também ensinou a pequenos grupos de alunos. Por volta de seus 20 anos quando dançarinas do ventre puderam finalmente ser autorizadas a apresentações em clubes, Jamila já realizava regularmente apresentações em restaurantes e discotecas. Por volta de 1960, Jamila foi convidada para atuar em São Francisco, onde acabara por se instalar de forma permanente. E então se casou em 1966. Depois do casamento, o marido de Jamila proibiu-a de dançar. Ela imediatamente ficou grávida, e Suhaila nasceu mais tarde nesse ano. A trupe criada por Jamila recebeu o nome de Bal Anat que significa Dança da Deusa Mãe. A trupe evoluiu em 1968, quando a oportunidade de se apresentar em um festival temático ao ar livre na *Faire Pleasure Renaissance* desafiou a imaginação de Jamila Salimpour, que criou um show de variedades. Jamila trabalhou com muitos tipos de apresentações como dança da bandeja, dança de espada, dança com máscara, e dança de serpente que foram vistos pela primeira vez através da trupe Bal Anat. O show resultante tornou-se um show com danças tribais do norte da África e no Mediterrâneo Oriental. O show inspirou toda uma geração de dançarinas do ventre abrindo caminho para o aumento da

popularidade do gênero *Dança do ventre tribal* com a mistura de elementos do folclore africano. Em 1999, Suhaila Salimpour, filha de Jamila, reviveu oficialmente Bal Anat, e a trupe esta ativa sob sua direção desde então. Com coreografia atualizada e um novo entusiasmo, Bal Anat vive para educar o público em todo o mundo sobre a história cultural da dança do ventre nos Estados Unidos e no Oriente Médio. Alguns integrantes da trupe Bal Anat: Aida al adawi, Afrita, Anne Lipe, Anzelle, Asmahan, Atash, Aziza, Baraka, Cathryn balk aka farideh, Ceceli comartin, Chip, Celena, Dariush, DeAnn Adams, Debby goldmann, Hillary, John Compton, Katarina burda, Masalina, Masha archer, Mish Mish, Rashid, Rebaba(Rita Alderucci), Rhea, Reyna, Selwa, Yasmela, Shareen el safi, entre outros. Alguns criaram suas próprias trupes como Jhon Compton.

John Compton que foi o primeiro homem da trupe, cativou a todos com seu misterioso olhar azul, apresentava uma dança de equilíbrio com bandeja, fazia vários movimentos performáticos inclusive no chão. John criou uma trupe que dizem ser o mais próximo do que o Bal Anat foi um dia, se chamava Hahbi'ru e tinha como co-fundadora a Rebaba também ex – Bal Anat. Infelizmente John faleceu em 2012. (ALDERUCCI, 2012)

Hahbi'Ru é um termo para as tribos beduínas que vagavam os desertos da Arábia. A trupe foi influenciada pelas danças folclóricas e música de muitas regiões do Norte de África e no Médio Oriente. O objetivo era recriar o estilo tribal desempenhado por Jamila Salimpour, e utilizar as competências que adquirira ao longo dos últimos 30 anos como artistas profissionais tanto John como Rita os fundadores da trupe. O grupo construiu um repertório baseado em música árabe folclórica, danças, canções e costumes. Estas danças tradicionais foram fundidas com as modernas técnicas de dança. Hahbi'Ru captou o espírito tribal de uma era passada. (ROBERSON, 2016)

Katarina Burda que era mais ligada a dança guedra, fazia algumas performances com máscara representando a Deusa Mãe. Criou o grupo Aywah onde seus integrantes dançavam e tocavam. Com isso criou uma geração de músicos e dançarinos excelentes como Zoe Jakes, Elizabeth Strong, entre outras. (BURDA, 2016)

Segundo Masha archer o Oriente Médio não merecia a dança do ventre pela desvalorização da mulher e da própria dança, após deixar o *Bal Anat* fundou o *San Francisco Classic Dance Troupe* com algumas modificações, postura mais alongada,

roupas mais fechadas como calças, o choli e turbantes para que a dança fosse mais valorizada do que a bailarina em si (PINHEIRO, 2013). O estilo de Masha era uma mistura eclética de egípcia clássica, folclórica, e qualquer outra influência que ela achou atraente (BOHLMAN, 2016). Carolena Nericcio foi aluna de Masha e quando ela deixa de dar aula, Carolina inicia uma criação que hoje é marca registrada conhecida como Estilo Tribal Americano.

De acordo com Salimpour (2013), de 1966 até cerca de 1984 é considerado o maior período de ensino de Jamila. Ela completou 40 anos em 1966, então ela era uma mulher madura que já estava envolvida na dança há 20 anos. Ela estava presente e observando como a dança chegou e cresceu na Costa Oeste. E ela mesma, desempenhou um papel importante na forma como a dança foi ensinada. Jamila observou elementos de várias dançarinas e codificou os passos dando nomes como o maia ou básico egípcio, e acrescentou estruturas. Seu famoso método de toques de snuj que compõe mais de 44 padrões. Em 1980, seu formato foi documentado em vídeo, incluindo várias adições importantes e conceitos de sua filha Suhaila, no qual ela criou métodos de quebrar certos movimentos na dança do ventre reintegrando como movimentos percussivos ou fluidos. Ela começou a ver todas as formas de dança e movimento diferente, explorando como eles poderiam ser orientalizados e como representam diferentes estilizações dentro dança oriental. Suhaila estudou formatos como o popping e locking, a última moda da dança urbana, sendo desenvolvido e evoluiu bem em San Francisco. Em 1978 publicou um manual de movimentos quebrados de isolamento o *Danse Orientale*. Ela ensina a dança identificando os músculos específicos, que eram a principal força por trás de cada movimento. Pela primeira vez, dançarinas do ventre estavam sendo ensinados a se mover de dentro para fora, movendo seus músculos. O método de Suhaila segunda ela, é permitido aos alunos uma maior capacidade de movimento, expressão e individualidade. Em 1996, criou o *Suhaila Dance Company*. Em 1999, Suhaila lançou o programa de certificação Suhaila e assumiu a direção de Bal Anat. Em 2009, ela lançou o programa de certificação Jamila Salimpour. O formato de Suhaila não existiria sem o formato de Jamila. Embora uma formatação completa e sólida sobre o próprio formato de Jamila foi ampliado e enriquecido com a introdução de elementos de Suhaila.

### Trupe Bal Anat



Fonte: <http://www.gildedserpent.com/>

### 3.2.O ATS

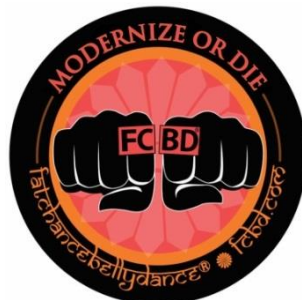
#### Fatchancebellydance



Fonte: <http://www.fcdb.com>

Em seu site (fcbd.com) Carolena Nericcio Bohlman descreve sua trajetória como dançarina e criadora do *American Tribal Style*® tornando-o uma marca registrada. Em 1974, Carolena começou a dançar com Masha Archer e o *San Francisco Classic Dance Troupe*. “O estilo de Masha era uma mistura eclética de dança clássica egípcia com folclore e qualquer outra influência que ela achou atraente”, diz Carolena em seu site. Em 1987, após o *San Francisco Classic Dance Troupe* ser dissolvido, Carolena começou a ensinar em um pequeno estúdio no Ministério Vale de Noe. Seu objetivo era ensinar as pessoas a dançar para que ela pudesse ter parceiros de dança. Por ser jovem e tatuada Carolena atraiu outros jovens que vivem estilos de vida alternativos. Tatuagens e estilos primitivos de adorno corporal estavam em evidência. Carolena e seus alunos realizavam amostras de dança em convenções de tatuagens e tornou-se bem conhecido. Quando a necessidade de um nome para o grupo de dança surgiu, um amigo sugeriu a *FatChanceBellyDance*®, com base nas perguntas bobas sobre dançarinos a partir de espectadores que pensam como é bonita e feminina a dança do ventre, sendo apenas um entretenimento exótico para seu prazer pessoal. Em outras palavras, a resposta é, "sem chance que você pode ter um show particular." Tanto Carolena como *FatChanceBellyDance*® expandiu horizontes. Algumas pessoas gostaram do novo estilo; outros abominaram a sua partida da tradição. Finalmente, o estilo foi chamado "*American Tribal Belly Style Dance*®", um nome que distanciou o ATS® de estilos clássicos como Baladi que é uma dança mais tradicional. A palavra "americano" deixou claro que ATS® era claramente uma invenção americana, não é um estilo de dança tradicional. "*Tribal Style*", descreve os bailarinos que trabalham juntos como um grupo com um look "tribal". Para a criação do ATS® Carolena compilou uma montagem de elementos diferentes "tribais" onde os movimentos são inspirados por danças folclóricas do Oriente Médio e Índia. Esteticamente ATS® é baseada na riqueza dos têxteis e jóias do Norte de África e na Índia. Devido à natureza ocasional de oportunidades de desempenho de FCBBD®, a dança foi em grande parte de improvisação. Simplesmente não havia uma forma, ou uma necessidade, para coreografar porque o espaço de dança, muitas vezes mudava no último minuto, e os bailarinos tiveram que executar sem ensaio ou qualquer informação sobre o espaço de atuação. Duetos, trios, quartetos se tornaram formações definidas. Se o local de dança tivesse dois lados, ou se o espaço de dança fosse em um círculo, os dançarinos poderiam virar em qualquer

direção e o líder poderia mudar dependendo da localização do público. Carolena desenvolveu senhas para cada etapa ou combinação, geralmente um movimento do braço ou cabeça que poderia ser facilmente visto, seguidos por um líder os dançarinos fazem da forma sigo o mestre, e a liderança é dinâmica ela muda o tempo todo. Ela descobriu que, porque todos os passos começou com um gesto para a direita, dançarinos tendiam a ângulo para a esquerda. Este ângulo é permitido que os dançarinos possam ver claramente o bailarino principal. Senhas e formações são o brilho do ATS®, muitas vezes, despercebida por causa dos trajes elaborados, música empolgante, e a pura beleza das mulheres que dançam juntas. Mesmo as coreografias ocasionais são criados em torno da lógica das formações e senhas. O conceito básico permanece o mesmo: líder para a esquerda, seguidores para a direita. Preste atenção para interação entre as bailarinas, que sempre tem sua atenção voltadas á posição da liderança, esperando a senha para o próximo passo. Quando as dançarinas se posicionam de frente umas ás outras e fazem contato com os olhos, a liderança é neutra, ficando para a dançarina que puxar a senha seguinte. Carolena diz “Permita-se enxergar o todo: mulheres trabalhando juntas em cooperação; um grupo focado em apresentar a dança como uma entidade”. Atualmente Carolena dirige o FatChanceBellyDance® em seu estúdio *Resource Center*, em San Francisco, CA. Os estudantes podem ter aulas no estúdio em San Francisco, via Skype ou online . Existem também uma coleção de DVDs de instrução e viagens de workshop internacional. Também é possível se tornar uma *Sister Studio* através de oficinas, em todo o mundo. Além de instrução, Carolena fornece consultoria de negócios na forma de Conselho Tribal e ATS® *Troupe Consulting*. A mama Carolena como é conhecida pelas alunas publicou em seu site em meados de junho de 2016 que o studio do FatChanceBellyDance® fecharia as portas, porém apenas para mudar de local, reinventar, com isso ela criou um novo lema “Modernize ou morra”.



Fonte: <http://www.fcbd.com/>

### 3.3.O Tribal Fusion

#### The Indigo



Fonte: <http://www.gildedserpent.com/>

Segundo June (2010) em seu artigo online afirma que o *Tribal Fusion* é algo difícil de descrever. Uma vez que dois dançarinos distintos podem se nomear como *Tribal Fusion*, a liberdade do conceito confunde muito. Porém é essa liberdade que é tão atraente. Ainda assim é necessário que a categoria seja tratada com profissionalismo e técnica. "A dança é física, imediata, enérgica e pessoal". No entanto, na compreensão de um gênero de dança, é importante saber e compreender suas raízes. A maioria das pessoas acham que Rachel Brice foi a criadora do *Tribal Fusion*. No entanto, ela mesma escreve: "Os heróis de dança reais que criaram e alimentaram a minha linhagem pessoal de dança foram: Jamila Salimpour que ensinou John Compton e Masha Archer, que ensinou Carolena Nericcio, que ensinou Jill Parker, que ensinou Heather Stants, que ensinou Mardi Love, que todos me ensinaram." Jamila Salimpour, Masha Archer, e Carolena Nericcio são as chaves para compreender o elemento tribal. E foi a natureza colaborativa da companhia de dança *Ultra Gypsy*, sob a orientação de Jill Parker, que alimentou o desejo de personalizar ATS® através da criação de fusões únicas. Jill Parker foi um dos membros fundadores da *Fat Chance Belly Dance* e tem sido

referido como a "mama da fusão tribal". Ela formou a empresa *Ultra Gypsy Dance Theater* em 1996 e expandiu o repertório ATS® do movimento, figurino e música. Jill Parker manteve certos elementos de ATS®, integrando outros gêneros de dança em seu estilo. *Ultra Gypsy* teve como integrantes: Janice Solimeno, Deborah Campbell, Jill Parker, Carrie Arata, Molly, Lee Kobus, Keri Langwell, Shaina, Rose Harden, Jo Dankosky (Braden), Sharon Kihara, Kyrsten mat. Ela fundiu técnica de ATS com burlesque, taberna, flamenco, contou com elementos tribais, juntamente com uma miríade de outras influências. Outros dançarinos de *Tribal Fusion* hoje famosos que também fizeram parte do *Ultra Gypsy*: Rachel Brice, Rose Harden, Sarah White e Sharon Kihara, juntamente com outros dançarinos proeminentes que estão a moldar a face da *Tribal Fusion* hoje. Cada novo professor virá com uma nova versão de *Tribal Fusion* que possui pequenos sub-gêneros. Há tribal fundido com hip hop, tribal fundido com flamenco, tribal fundido com goth, e a lista continua. As músicas do *Tribal Fusion* também segue a linha de suas fusões específicas ou até mesmo o folclore árabe. As diferenças na musicalidade pode causar diferenças de um dançarino para outro, mesmo que a sua técnica de dança possa ser a mesma. O figurino também é algo diverso, como o minimalista e moderno apresentado por "*Urban Tribal Dance Company*", dirigido por Heather Stants, é um contraste gritante com o figurino ornamentado e influências de vaudeville em "*The Indigo*", cujos membros são Rachel Brice, Mardi Love, e Zoe Jakes.

É necessário entender a história da dança tribal. Se não, existe o perigo de se perder em meio a numerosos ramos de *Tribal Fusion* e não compreender completamente a dança como uma forma de arte. Não existe uma definição simples, assim como não existe uma definição simples da dança do ventre em geral.

Corroborar Berbare (2012) ao dizer que o *Tribal Fusion* é uma arte onde nossos sentimentos podem ser expressados e que nosso corpo e mente entram em transe com um fluxo com o mundo através de uma conexão com a ancestralidade. O termo tribal advém da arte dos povos, sendo assim qualquer arte de dança de uma determinada tribo ou grupo social e/ou histórico com relevância para a história da arte na humanidade é incluso no tribal. Essa modalidade unifica danças étnicas onde as comuns são Flamenco, Dança Indiana e folclóricas do Oriente.

Já para BOHLMAN (2013) o *Tribal Fusion* não veio logo em seguida do ATS®. Em uma entrevista para revista Shimmie ela afirma que houve muita confusão de termos, e de certa forma um roubo. De acordo com ela algumas ex-

alunas que por diversos motivos deixaram sua aula, começaram a ministrar aulas em cima do que aprendeu, porém Carolena Nericcio ainda estava formando o ATS®, logo os ensinamentos das outras estavam incompleto, então completavam suas lacunas da forma que queriam, de certo modo profanando aquilo que Carolena estava construindo, alegavam até ser o mesmo que ela ensinava. Com o tempo se tornou viral e cada um teria uma definição e uma forma de fazer, e era chamado de tribal. No início ela não sabia ao certo o que era esse novo estilo até surgiu um nome novo o *Tribal Fusion* em que ela se questionou o que seria isso. Até que Rachel Brice aparecesse e finalmente houve um entendimento. Rachel teve uma conversa com Carolena e questionou “eu quero fazer tal coisa que se parecesse dessa forma, do que devo chamá-la? E Carolena responde “eu não sei” então disseram juntas “então vamos chamá-lo de *Tribal Fusion*”. Então criou-se algo que vem do ATS® mas é completamente diferente. Ela vê a semelhança e a diferença ao mesmo tempo dentro das duas danças. Hoje o termo *Tribal Fusion* nada mais é que uma fusão do ATS com outras danças, normalmente folclóricas. Assim como o nome fusion ou fusão indica é necessário que contenha passos de pelo menos duas danças, caso contrário não existe uma fusão.

O Tribal chegou ao Brasil na década de 90 e aos poucos foi incorporando elementos da cultura brasileira (BRAZ, 2012). Hoje existem algumas companhias de dança tribal brasileiras, e a tendência é aumentar.

O *Tribal Fusion* é algo que se renova o tempo todo, mantém uma certa raiz para quem gosta de tradições, mas também acaba fazendo uso da imaginação criatividade e ousadia da dançarina, como diz Carolena Nerriccio “faça grandes mudanças, e não mudançazinhas”.

A dança tribal é rica em dramaticidade e plasticidade. (BRAZ, 2012)

#### 4. DANÇA E CONSCIÊNCIA CORPORAL

A dança é um conjunto de movimentos e ritmos, é tão antiga quanto o homem, no qual aos pouco foi submetida a regras disciplinares com um aspecto mais formal, dando atenção a coordenação e estética de movimento levando a danças para espetáculos. (CAMINADA, 1999)

Corroborar Miller (p.9, 2012) ao dizer que a dança é:

[...]um registro de vida, força, expressão, empenho, vontade e paixão que aprofunda cada vez mais os conhecimentos corporais. A atenção á importância da pele, da projeção dos ossos, do estado de tonicidade adequado nos ajuda a nos tornas indivíduos mais integrados. Dançar possibilita maior prazer, deixando fluir novos elementos e criativos auxiliando os movimentos a se expandir com projeção, nossa história acaba por se inscrever no nosso corpo.

Em um estudo realizado por Oliver (1995), ela explica o termo consciência como o conhecimento que um indivíduo possui no sentido em que ele não agirá de forma prejudicial a si e para o outro ou de forma inconsciente. A nível de consciência ética, moral, religiosa ou psíquica. Com isso a consciência corporal fica definida como a forma em que existe uma atenção sobre o corpo e como as pessoas estão conscientes disso. Com isso fica claro que até algumas áreas do corpo podem ter mais atenção que outras, isso acaba por ter uma relação com a consciência psicológica. Logo determina-se que meu conhecimento a nível de consciência corporal fará com que eu me expresse na dança com maior ou menor habilidade, deixando claro que isso é construído ao longo do tempo.

Muitos estudos são realizados em como a dança atua no corpo e mente despertando a consciência corporal assim como reabilitação, como mostra o estudo realizado na universidade nove de julho em 2015, onde foram avaliados 19 idosos com escalas de equilíbrio e Berg, que teve como resultado uma melhora do equilíbrio e desempenho nas atividades de vida diária através da dança sênior para idosos. (SILVA et al., 2015)

Na universidade Mackenzie a dança avaliada foi a da dança do ventre, onde 7 mulheres com dismenorréia primária foram submetidas ao estudo, que teve como resultado uma melhora ou total ausência de dor. (DATRINO, 2011)

Mulheres com esclerose múltipla foram avaliadas com um estilo de dança mais livre, sem muita técnica, elas foram abordadas a escolher qual dança preferiam e o foco era tema livre, apenas por prazer, e foi constatado que minimizou alguns sintomas da doença, e mostra também a preferência de algumas a ter aula somente com outras que tivessem a patologia e outro grupo que prefere se misturar. Para essas mulheres a dança era uma expressão, e não técnica. (BARRETO et al., 2009)

De acordo com Calil et al (2007), em sua pesquisa de comprovação da dança como forma de reabilitação em pacientes com AVC o resultado também foi positivo onde a melhora se deu em aspectos motores, psicológicos e social como a diminuição da espasticidade, manutenção da mobilidade funcional, diminuição da depressão, melhora da qualidade de vida.

A dança tribal ainda não possui um estudo científico que comprove seus benefícios, porém os adeptos a ela, relatam melhoras como integração social, melhora da coordenação motora, melhora do humor, etc.

## 5. TRAJETÓRIA METODOLÓGICA

De acordo com Gerhardt et al (2009) esse estudo é uma pesquisa descritiva com abordagem qualitativa, onde foi utilizado uma revisão de literatura para que pudesse subsidiar características tanto voltado para o sistema muscular como as danças tribais. No que se refere ao aspecto principal deste trabalho, o conhecimento da anatomia humana para a construção de syllabus por meio de uma análise documental da literatura pôde ser concluída. Vale consolidar que tal experiência foi extremamente enriquecedora para que pudéssemos trazer em tal construção as especificidades da modalidade. Fica claro que para uma atuação profissional e prática pedagógica de ampla qualidade o conhecimento das ações do corpo é indispensável, utilizamos como instrumento de coleta de dados tal análise documentada e apresentamos nos capítulos a seguir.

## 6. RESULTADO: SYLLABUS DE ATS

Syllabus é de origem inglesa, significa plano de atividades e tem o sentido de detalhar, enumerar, especificar os componentes de um conjunto (NAKASHIMA et al, 2010). Nesse contexto fica nítido a importância em se usar este esse estudo quando então define-se por construir syllabus para o ATS®. Os movimentos escolhidos para este trabalho fazem parte do repertório lento do ATS®. Lembrando que os movimentos dessa modalidade só podem ser criados ou adotados por Carolena.

Quadro 12 – Movimento floreio de mãos de ATS®.

Movimento – Floreio de mãos					
Tempo	Coluna	Ombro	Cotovelo	Braços	Mãos
1	Ereta	Alinhado para trás e para baixo	Semi flexionado 90°	Altura do ombro	Pronada
2	-	-	-	-	Rotação interna
3	-	-	-	-	Flexão de dedos
4	-	-	-	-	Flexão de punho
5	-	-	-	-	Rotação externa
6	-	-	-	-	Extensão de dedos
7	-	-	-	-	Extensão de punho
8	-	-	-	-	Pronada

Descrição do movimento: A bailarina se posiciona com a coluna ereta, ombros rotacionados para trás com depressão e abdução de escápulas, mantém os cotovelos alinhados com os ombros em 90° ou semiflexão, pode-se posicionar também um pouco voltados para cima, essas articulações ficarão imóveis. As mãos começam em pronação, em seguida realiza-se uma rotação interna de punho, seguida de flexão dos dedos um por um começando pelo 5º dedo, seguida de flexão de punho, rotação externa de punho, extensão dos dedos começando pelo 5º, extensão de punho, rotação externa retornando a pronação.

Quadro 13 - Movimento de ondulação de braços na posição média do ATS®

Movimento – Ondulação de braços na posição média					
Tempo	Coluna	Ombro	Cotovelo	Braços	Mão
1	Ereta	Alinhado para trás e para baixo	Semi flexionado 90°	Altura do ombro	Pronada
2	-	Rotação Posterior	-	-	-
3	-	-	Elevação	-	-
4	-	-	-	-	Elevação em flexão de punho e dedos
5	-	-	Depressão	-	-
6	-	-	-	-	Extensão de punho e dedos

Descrição do movimento: A bailarina se posiciona com a coluna ereta, ombros rotacionados para trás com depressão e adução de escápulas, mantém os cotovelos alinhados com os ombros em 90° ou semiflexão, pode-se posicionar também um pouco voltados para cima, mãos pronadas. O ombro inicia com uma rotação na direção posterior, o cotovelo responde com uma elevação, o punho com uma flexão seguida da flexão dos dedos, o cotovelo retorna com uma depressão seguida da extensão do punho e dedos.

Quadro 14 – Movimento ondulação de tronco do ATS.

Movimento - Ondulação de tronco				
Tempo	Coluna	Ombro	Cotovelo	Braços
1	Ereta	Alinhado para trás e para baixo	Sem flexionado 90°	Braço direito acima Braço esquerdo na linha do ombro
2	-	Adução de escápulas	-	-
3	Tronco para frente	-	-	-
4	Tronco para cima	-	-	-
5	Tronco para trás	-	-	-
6	Neutro	-	-	-

Descrição do movimento: A bailarina se posiciona com a coluna ereta, ombros rotacionados para trás com depressão e adução de escápulas, mantém o cotovelo esquerdo alinhado com o ombro em 90° ou semiflexão com mão pronada, o membro superior direito estará posicionado em semiflexão elevado e posterior a linha do corpo para visão do rosto da bailarina, a mão estará voltada para linha média do corpo. Os braços se mantêm imóveis. Inicia por uma adução acentuada das escápulas deixando a parte superior do tronco mais evidente. O tronco realiza uma descarga de peso a frente do ponto gravitacional, seguido de um alongamento em elevação de coluna e abdômem, indo para trás realizando uma flexão de tronco, retornando a posição neutra com o relaxamento do abdômem.

Observação: Este movimento pode ser acompanhado das ondulações de braço e floreios de mão.

Quadro 15 – Movimento volta reversa do ATS®.

Movimento – Volta reversa					
Tempo	Pé	Joelho	Braço	Cabeça	Giro
1	Paralelos	Ligeiramente flexionados	Ambos semi flexionados para cima	Frontal	-
2	Esquerdo paralelo e direito cruza atrás	-	Direito desce ao lado do quadril	Vira para lateral direita	-
3	Paralelos, pé direito meia ponta	-	-	Frontal	Vira o corpo para direita
4	Paralelos, na meia ponta	-	-	-	Vira o corpo para trás
5	Pé direito meia ponta cruzado na frente do esquerdo em meia ponta	-	-	-	Vira o corpo para esquerda
6	Descruza deixando p paralelos	-	Direito sobe acima da cabeça passando próximo ao corpo ao tempo que o esquerdo desce próximo ao corpo parando na altura do ombro com cotovelo 90°.	Diagonal frente esquerda	Vira de frente

Descrição do movimento: Pés paralelos com joelhos ligeiramente flexionados, ambos os braços semiflexionados em elevação acima da cabeça, e cabeça para frente. O movimento inicia-se com o pé esquerdo paralelo e o direito cruzando por trás ao mesmo tempo em que o braço direito desce posicionando-se ao lado do quadril e a cabeça virando para lateral direita. Em seguida o corpo gira para a direita com pé direito na meia ponta baixa e o esquerdo totalmente no chão ao tempo que a cabeça se alinha com o corpo permanecendo alinhada, então o corpo gira para trás com os pés paralelos na meia ponta baixa, gira para a esquerda o pé direito ficará na meia ponta cruzado na frente do pé esquerdo também em meia ponta, retornando a posição de frente os pés descruzam ao tempo que o braço direito se eleva acima da cabeça passando próximo ao corpo e o braço esquerdo desce próximo ao corpo parando na altura do ombro com cotovelo 90°.

## 7. DISCUSSÃO

O conhecimento anatômico para a dança é algo imprescindível uma vez que o docente tem como objetivo facilitar o aprendizado de seu aluno.

Vários autores dentro do estudo de Santos (2005) afirmam que a partir do momento em que o aluno compreende como seu corpo funciona e como a consciência corporal irá transcender seus movimentos, ele consegue absorver cada técnica, tal como desenvolver criatividade, memória ou até mesmo raciocínio. Uma vez que seu corpo reage a uma contração específica e músculo específico ele refina e constrói um corpo de dança. Vale ressaltar também que o significado do conhecimento anatômico para o docente evita que lesões possam ocorrer na didática do ensino sendo que evita que seja passado na forma de senso comum, o docente terá um subsídio bibliográfico para evitar que isso aconteça.

A dança moderna estimula o domínio do movimento em todos os aspectos corporais e mentais, autores como Ivaldo Bertazzo defendem que se estude o princípio do movimento tal como seus elementos. Assim a dança criativa se torna uma alternativa devido o fato de conhecer a estrutura do movimento evitando que o aprendizado seja limitado a apenas repetição dos passos, mas sim estruturalmente fundamentado na criação, dentro do conhecimento anatômico por exemplo. Pode-se dizer, que o ensino é algo que vem de fora para dentro e dentro para fora, uma

vez que o educador transmite algo ao aluno e uma aprendizagem que foi autodescoberta. (ANDRADE, 2012)

Corroborando a autora Shimizu (p.9 2004), ao descrever em suas considerações finais tratando a dança como “um resgate da personalidade, há um contato com o lado mais humano através da expressão artística”. Logo, a dança tribal com seu conceito de união abraçou corpos diferenciados sem que seja necessário um padrão, como certas danças exigem, a dança hoje é algo muito amplo, e o dançarino coloca em sua performance aquilo que sente.

No estudo realizado por Santos (2008), ele cita que o processo de aprendizagem precisa de um feedback imediato, ou seja o aluno terá sua correção imediata fazendo com que o aluno perceba seu corpo e seu movimento e não faça repetições equivocadas prejudicando tanto corpo quanto performance. Assim a formação de um syllabus onde existe um passo a passo detalhado, a consciência corporal ampliará, e a técnica aperfeiçoará.

Para Venegas (2013), ter conhecimento anatômico é fundamental para se evitar lesões, uma vez que, um dos objetivos de quem procura a dança, seja uma boa qualidade de vida. Existem alterações que podem acontecer quando a dança é ensinada sem conhecimento anatômico, como uma diminuição de massa corporal magra ou uma contração muscular excessiva, é nítido que as ações corporais levará a alterações nas posições do corpo, existem estudos que mostram como o joelho é o mais afetado quando não se tem o devido cuidado, assim o profissional que possui conhecimento do corpo saberá as possibilidades e limitações de seus alunos potencializando a capacidade de cada um, conclui em seu estudo que conhecimento anatômico é importante na dança, pois enriquece o conhecimento corporal ampliando horizontes.

A construção dos syllabus faz com que a didática seja facilitada, pois o docente consegue fazer com que o aluno visualize a musculatura e articulação de uma forma diferente dentro da dança, como por exemplo no movimento de ondulação de tronco os músculos: trapézio, romboide maior, rombóide menor e grande dorsal realizam o primeiro movimento que é a adução de escápulas. (ZORZETTO, 1995)

As tabelas com especificações musculares e articulares descritas por Zorzetto (1995), neste trabalho, também se tornaram facilitadoras para construir os syllabus específicos do ATS, ainda que nem todas foram utilizadas, vale ressaltar

que um dos objetivos deste estudo é o conhecimento anatômico para futuros trabalhos.

Com isso, este estudo torna-se original, uma vez que a construção dos syllabus foi realizado voltado a um referencial bibliográfico anatômico, lembrando que os passos de ATS são codificados e definidos somente pela criadora Carolena Nericcio, sendo assim a criação dos syllabus nesta modalidade é somente uma forma de explicar passo a passo e não criar passos novos. Contudo com este trabalho é possível ter subsídio para criar passos em modalidades livres como é o caso do *Tribal Fusion*.

Buscamos ao longo deste trabalho auxiliar os praticantes para se obter um maior benefício nessa dança onde suas origens vem dos povos africanos, mantendo a idéia de tribos e união.

## 8. CONCLUSÕES

Conclui-se então que todas as pesquisas composta dentro deste trabalho apontam o conhecimento anatômico como parte fundamental da docência, uma vez que o docente é responsável pelo bem estar de seu aluno e deve corresponder aos seus objetivos. Estudos como este se torna imprescindível para que o docente tenha didática ao ensinar e conhecimento do corpo tanto para evitar lesões em seus alunos como para facilitar a execução do movimento. Uma vez que seu aluno aprenda a ter consciência corporal ele terá uma facilitação na técnica refinando-a.

Assim como também se faz necessário mais trabalhos que divulguem a dança tribal, ainda que esteja crescendo no mercado, muitos não sabem explicar ou não sabem suas origens, é necessário que o adepto dessa dança busque referências seguras para enriquecer o mercado. Mesmo que seja uma dança livre, existem técnicas e fusões que devem ser seguidas e o dançarino não pode se basear no senso comum onde muitas vezes se passa de forma equivocada deixando a modalidade tribal pobre, confusa e errada

Assim, fica claro que, a construção dos syllabus criadas a partir do conhecimento do corpo humano facilitará o entendimento do aluno e de como seu corpo responde a outros estímulos.

## 9. REFERÊNCIAS

ALDERUCCI, Rita. 2012. Memorial to Jhonn Compton. Disponível em:  
< <http://www.gildedserpent.com/>>. Acesso em: 10 setembro 2016.

ANDRADE, Milton de, SANTIAGO, Vaz. Franco. Sobre o ensino da dança: Algumas considerações sobre a pedagogia do movimento. Disponível em:  
<[https://rodasdasdiversidades.files.wordpress.com/2012/08/danc3a7a-e-educac3a7c3a3o-diogo\\_milton.pdf](https://rodasdasdiversidades.files.wordpress.com/2012/08/danc3a7a-e-educac3a7c3a3o-diogo_milton.pdf)>. Acesso em: 17 outubro 2016.

BRAZ, Paula. Shaman Tribal, 2012. Disponível em:  
<<http://shamantribal.blogspot.com.br/>>. Acesso em: 22 maio 2016.

BARRETO, Michelle Aline et al. Dança: proposta de atividade física para mulheres com esclerose múltipla, HU Revista, Juiz de Fora, v. 35, n. 1, p. 49-52, jan./mar. 2009.

BERBARE, Jamille; DIAS, Romualdo. Dançar a vida para não “dançar na vida”: Um estudo sobre os aspectos “disruptivos” na dança tribal. Anais do II Congresso Nacional De Pesquisadores Em Dança– ANDA. Comitê Dança e(m) Política – Julho/2012.

BERBARE, Jamille. O corpo entre “concertos” e consertos: um estudo sobre dança tribal. 2013. 90f. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado – Educação física) – Universidade Estadual Paulista, Instituto de Biociências de Rio Claro, Rio Claro 2013.

BOHLMAN, Carolena Nericcio. Entrevista com Carolena Nericcio. São Paulo: Revista

Shimmie. Edição 15. Entrevista concedida à Rebeca Piñeiro, 2013.

BOHLMAN, Carolena Nericcio. Fatchancebellydance. Disponível em: <  
<http://fcbd.com>>. Acesso 08 setembro de 2016.

BURDA, Katarina. Perfil. Disponível em: <<http://katarinaburda.blogspot.com.br/>>  
Acesso em: 09 de setembro de 2016.

CALIL, Suleima Ramos et al. Reabilitação por meio da dança: uma proposta fisioterapêutica em pacientes com sequela de AVC, *Rev Neurocienc* 2007; v.15, n. 3, p. 195–202.

CAMINADA, Eiana. História da dança: evolução cultural. Rio de Janeiro: Sprint, 1999.

CRESPO, Xavier; CURREL Nuria; CURRELL Jordi. Atlas de anatomia e saúde. Editora Bolsa nacional do livro, 1997.

DATRINO, Natalia Beatriz. Utilização da dança do ventre como minimizador de dores na dismenorreia primária. *VII Jornada de Iniciação Científica - 2011*.

GERHARDT, Tatiana Engel et al. Métodos de Pesquisa. Curso de Graduação Tecnológica Planejamento e Gestão para o Desenvolvimento Rural. Editora UFRGS. 1a edição: 2009.

JUNE, Jasmine. An Intro to Tribal Fusion Belly Dance, 2010. Disponível em: <<http://www.gildedserpent.com/>>. Acesso 22 setembro 2016.

JUNE, Jasmine. An Intro to Tribal Fusion Belly Dance, 2010. Disponível em: <<http://www.gildedserpent.com/>>. Acesso 22 setembro 2016.

MILLER, Jussara. Qual é o corpo que dança? Dança e educação somática para adultos e crianças. Summus editorial, 2012.

NAKASHIMA, Rosária Helena Ruiz et al. Educação a distância e Metodologia Syllabus: sistematização de suas características no ensino superior. Revista on-line da ComBase – Base de Estudos e Pesquisas em Meios de Comunicação e Educação (DEPEd - PPGEd - UFRN). Ano III - Nº 3 - junho/julho/agosto de 2010.

OLIVIER, Giovana Gomes de Freitas. Um Olhar Sobre o Esquema Corporal, a Imagem Corporal, a Consciência Corporal e a Corporeidade. Tese de Mestrado em Educação Física da Universidade Estadual de Campinas 1995.

PINHEIRO, Rebeca. História do Tribal. Disponível em: <<http://blogcampodastribos.blogspot.com.br/>>. Acesso 08 de setembro 2016.

PIRES, Gustavo Martins. Miologia: Estudo dos Músculos, 2012. Disponível em: <[www.portaldaanatomia.com.br](http://www.portaldaanatomia.com.br)>. Acesso em: 05 maio 2016.

ROBERSON, Tobias. Hahbi'Ru. Disponível em: <<http://tobiasroberson.com/portfolio/157/>>. Acesso em: 23 setembro 2016.

SALIMPOUR, Suhaila. Legacy. Disponível em: <<http://www.salimpourschool.com>> Acesso 08 de setembro de 2016.

SALIMPOUR, Suhaila. Jamila's Article Book-Selections of Jamila Salimpour's articles published in Habibi Magazine 1974-1988. Editora V. Totten, 2013.

SANTOS, Josiane Tavares; LUCAREVSKI, Juliana Araújo; SILVA, Renata Moreira. Dança na escola: benefícios e contribuições na fase pré escolar, 2005.

SANTOS, Maria Aparecida Pereira; NAKASHIMA, Rosária Helena Ruiz. Modelo didático – pedagógico syllabus: A prática metodológica no ensino superior associada aos programas de estudos, planejamento e avaliação 2008.

SILVA, Aline Felipe Gomes; BERBEL, Andréa Marques. O benefício da dança sênior em relação ao equilíbrio e às atividades de vida diárias no idoso, *ABCS Health Sci.* 2015; 40(1):16-21.

SHIMIZU, Cristina Mayumi Velucci. O ensino da dança: reflexões para construção de uma pedagogia emancipatória. VIII Congresso Luso-Afro-Brasileiro de Ciências Sociais, Coimbra 16,17,18 de Setembro de 2004.

TRICOLI, Valmor. Papel das ações musculares excêntricas nos ganhos de força e de massa muscular. *Revista da Biologia* (2013) 11(1): 38–42 DOI: 10.7594/revbio.11.01.06

VENEGAS, Ana Carolina Curtolo et al. A importância do conhecimento anatômico na dança. 2a. Jornada Científica e Tecnológica da FATEC de Botucatu. 2013.

ZORZETTO, Neivo Luiz. Curso de anatomia humana. Editora Data juris, 6º edição, 1995.