

**COMPARATIVO SOBRE O GRAU DE AGILIDADE ENTRE BAILARINOS  
DAS MODALIDADES STREET DANCE E JAZZ**

Jaqueline Ballottin<sup>1</sup>,  
Rafaela Liberali<sup>1</sup>,  
Claudio Oliveira Assumpção<sup>2</sup>

**RESUMO**

O objetivo do estudo foi comparar o grau de agilidade de bailarinos que dançam a modalidade de Jazz e outros que dançam Street Dance, de ambos os sexos, com idade entre 12 a 18 anos, praticantes de dança em academias de Itajaí. O estudo caracteriza-se como uma pesquisa descritiva. As instituições pesquisadas foram duas academias de dança de Itajaí SC, uma com modalidade Jazz e outra de Street Dance. A população do estudo corresponde a uma amostra de n = 20 alunos. Para a coleta de dados foram realizadas duas tarefas: foi aplicado um questionário validado por Côrtes para avaliar o perfil dos estudados e o Teste de Shuttle Run para avaliar a agilidade. Foram utilizados na análise descritiva o teste "t" de Student para amostras independentes e o teste  $\chi^2 = \text{qui} - \text{quadrado}$  de independência (partição: 1 x c) O teste demonstrou diferenças significativas entre o grupo de Jazz na média de idade. Na análise de agilidade o teste demonstrou diferenças significativas entre as duas modalidades de dança, demonstrando menor tempo no teste de agilidade para os bailarinos de Street Dance com uma diferença de 8,93% em relação aos bailarinos de Jazz.

**Palavras-chave:** Agilidade, Dança, Modalidade, Bailarinos.

**ABSTRACT**

Comparative about the degree of agility between dancers of the modalities of Street Dance and Jazz

The study objective was to compare the degree of agility in dancers of Jazz modality and dancers of Street Dance, of both sexes, with ages between 12 and 18 years, dance practitioners in Itajaí academies. The study is characterized as a descriptive research. The institutions surveyed were two dance academies in the city of Itajaí SC, one with a modality of Jazz and other with Street Dance. The study population represents a sample of n = 20 students. For data collection were performed two tasks: was applied a questionnaire validated by Cortes to evaluate the profile of the subjects and the Test of Shuttle Run to evaluate the agility. Were used in the descriptive analysis the test "t" Student for independent samples and the  $\chi^2 = \text{chi} - \text{square}$  test of independence: (partition: 1 x c). The test showed significant differences between the group of Jazz in their average age. In the analyze of agility, the test showed significant differences between the two modalities of dance, demonstrating less time in the agility test of Street Dance dancers with a difference of 8,93% in relation to Jazz dancers.

**Key words:** Agility, Dance, Modality, Dancers.

1-Universidade Gama Filho - UGF  
2-Universidade Estadual Paulista – Unesp

E-mail:  
jaque.ballottin@gmail.com  
rafascampeche@ig.com.br  
coassumpcao@yahoo.com.br

## INTRODUÇÃO

A agilidade exerce grande influência sobre dança, principalmente em modalidades que desempenham maior explosão e dinâmica de movimentos corporais. Há vários autores que propõem diferentes definições para agilidade, uma delas é a capacidade de mudar rapidamente a direção do corpo ou partes do corpo (Gorgatti e Böhme, 2003) e que pode ser observado em partes isoladas ou no corpo ou como um todo (Ferreira e Gobbi, 2003).

Com agilidade, podem-se fazer alterações, rápidas e precisas, na posição do corpo, durante o movimento (Moreira e Afonso, 2006).

Na dança a agilidade está presente em diversas situações, advinda de complexidade, não se tratando simplesmente em mudar de direção ou nível, e sim realizar os passos dentro de um ritmo musical, tendo o controle neuro-motor, neste conjunto, mais complexo (Greco e colaboradores, 2006).

A agilidade possui diversos fatores que auxiliam na prática da dança, os principais fatores que influenciam no desempenho da agilidade são: força, velocidade, coordenação e flexibilidade (Todaro, 2001).

Entretanto a agilidade depende ainda do equilíbrio e da coordenação (Moreira e Afonso 2006).

Desta forma, o objetivo do estudo foi comparar o grau de agilidade entre bailarinos de ambos os gêneros com idade entre 12 a 18 anos, que dançam a modalidade Jazz e os que dançam Street Dance em academias de Itajaí.

## MATERIAIS E MÉTODOS

A pesquisa caracteriza-se como descritiva (Liberali, 2011). As instituições pesquisadas foram duas academias de dança da cidade de Itajaí SC, uma com modalidade Jazz (academia 1) e outra de Street Dance (academia 2).

Os responsáveis pelas academias autorizaram a pesquisa mediante a assinatura de uma declaração.

A população inicial do estudo corresponde a n= 25 alunos na academia 1 e n=12 alunos na academia 2.

Destes foram selecionados uma amostra de n= 20 alunos, por atenderem alguns critérios de inclusão como: participar

regularmente das aulas de dança, ter idade entre 10 a 18 anos.

No que refere aos aspectos éticos, as avaliações não tinham nenhum campo que identificasse os indivíduos e que lhe causasse constrangimento ao responder o questionário aplicado.

Além disso, foram incluídos no estudo os indivíduos que aceitaram participar voluntariamente, após obtenção de consentimento verbal dos participantes o termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE) foi explicado detalhadamente e assinado por toda amostra e por seus responsáveis legais.

Dessa forma, os princípios éticos contidos na Declaração de Helsinki e na Resolução nº 196 de 10 de Outubro de 1996 do Conselho Nacional de Saúde foram respeitados em todo o processo de realização desta pesquisa.

Para a coleta de dados foi aplicado um questionário validado por Côrtes (2005) para avaliar o perfil dos estudados e um teste de agilidade validado (Teste de Shuttle Run) por Johnson e Nelson (1979). A

s variáveis a serem levantadas pelo questionário são: idade, sexo, naturalidade, endereço, estado civil, escolaridade, atividade profissional, meio de transporte utilizado para o seu deslocamento, atividade realizada no tempo livre, modalidade que pratica (dança) e comentários possam ser relevantes para o estudo.

Este instrumento (questionário) foi respondido individualmente, sem a presença de um interlocutor, para que não houvesse interferência nas respostas, e com 30 minutos de antecedência da realização do teste de agilidade.

O teste que avalia a agilidade utiliza como materiais: 1 cronômetro (aceita-se precisão de décimos de segundo embora a precisão de centésimos de segundo seja desejada); blocos de madeira (5cm x 5cm x 10cm); espaço livre de obstáculos (no mínimo 15 metros); folha de protocolo; vestimenta apropriada.

Para o início do procedimento de mensuração da capacidade biomotora em questão, foram tracejadas duas linhas paralelas no solo distantes 9,14 metros uma da outra, medidos a partir de suas bordas externas.

# Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício

## ISSN 1981-9900 versão eletrônica

Periódico do Instituto Brasileiro de Pesquisa e Ensino em Fisiologia do Exercício

www.ibpex.com.br / www.rbpfex.com.br

Foram colocados dois blocos de madeira, com dimensões de 5cm x 5cm x 10cm a 10cm da linha externa e separados entre si por um espaço de 30cm. Os blocos ocuparam uma posição simétrica em relação à margem externa. O teste exige ainda espaço plano e livre de obstáculos, solo com atrito suficiente para evitar o deslize do tênis do avaliado.

O avaliado colocou-se em afastamento ântero-posterior das pernas, com o pé anterior o mais próximo possível da linha de saída; o avaliador iniciou o teste acionando concomitantemente o cronômetro e um aviso sonoro, onde o avaliado em ação simultânea corre a máxima velocidade até os blocos, pega um deles e retorna ao ponto de onde partiu depositando esse bloco atrás da linha de partida.

Em seguida, sem interromper a corrida, vai à busca do segundo bloco, procedendo da mesma forma. O cronômetro foi parado quando o avaliado colocou o último bloco no solo e ultrapassou com pelo menos um dos pés a linha final. Ao pegar ou deixar o bloco, o avaliado cumpriu uma regra básica do teste, ou seja, transpor com pelo menos um dos pés as linhas que limitam o espaço demarcado. O bloco não pode ser jogado, mas sim colocado no solo. Sempre que houve erros na execução, o teste foi repetido. Cada avaliado realizou duas tentativas com um intervalo mínimo de dois minutos, permitindo assim a recomposição do ATP-CP. O resultado foi a

media final dos tempos de percurso de todas as tentativas.

A análise descritiva dos dados serviu para caracterizar a amostra, com a distribuição de frequência (n,%), cálculo de tendência central (média) e de dispersão (desvio padrão). Foi utilizado o teste "t" de Student para amostras independentes para verificar a diferença entre as variáveis quantitativas. Para análise das variáveis categóricas utilizou-se o teste  $\chi^2 = \text{qui-quadrado de independência}$ : partição: l x c. O nível de significância adotado foi  $p < 0,05$ . O programa utilizado foi o SPSS 16.0.

## RESULTADOS

Participaram do estudo 20 bailarinos, divididos em dois grupos de 50% (n=10) bailarinos de Street Dance e 50% (n=10) de Jazz. A faixa etária correspondente é de 10 a 18 anos sendo que o teste "t" de Student para amostras independentes demonstrou diferenças significativas ( $p=0,00^{**}$ ) entre o grupo de Jazz que apresentaram média de idade de  $12 \pm 2,46$  e Street Dance com média de idade de  $14,5 \pm 1,26$ .

Na análise do perfil da amostra, o teste qui-quadrado demonstrou diferenças significativas relatando dois grupos heterogêneos, no principal meio de transporte utilizado, sendo que prevalece o transporte particular. Já no quesito escolaridade e moradia, todos estão estudando e cursando o primeiro grau ou ensino fundamental e moram com os pais (Tabela 1).

**Tabela 1** - Valores descritivos do perfil da amostra, estratificado por gênero (street dance x jazz) e no total

	Street dance (n) %	Jazz (n) %	Total (n) %	p
<b>Situação de moradia</b>				ns
Com os pais	(10) 100%	(10) 100%	(20) 100%	
<b>Principal meio de transporte</b>				<b>0,05**</b>
A pé/ carona/ bicicleta	(02) 20%	(01) 10%	(03) 15%	
Transporte particular (carro, moto etc.)	(06) 60%	(09) 90%	(15) 75%	
Transporte coletivo (ônibus, metrô etc.)	(02) 20%	-	(02) 10%	
<b>Escolaridade</b>				<b>0,02**</b>
Ensino Fundamental	(06) 66,7%	(09) 90%	(15) 75%	
Ensino Médio	(03) 33,3%	(01) 10%	(04) 25%	

$\chi^2 = P \leq 0,05$  (p = \*\* resultados estatisticamente significativos; ns = não significativo; n = número; % = porcentagem) - Teste qui quadrado de independência: partição l x c; Street Dance x Jazz x categorias

# Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício

## ISSN 1981-9900 versão eletrônica

Periódico do Instituto Brasileiro de Pesquisa e Ensino em Fisiologia do Exercício

www.ibpex.com.br / www.rbpex.com.br

Na análise do perfil profissional da amostra, o teste qui-quadrado demonstrou diferenças significativas relatando dois grupos heterogêneos. Prevalecendo a maioria não exerce atividade profissional, e os que

exercem são autônomos. Os voluntários do grupo street dance só praticam essa modalidade, já alguns do grupo Jazz também dançam Ballet Clássico (Tabela 2).

**Tabela 2 - Valores descritivos profissional da amostra, estratificado por gênero (street dance x jazz) e no total**

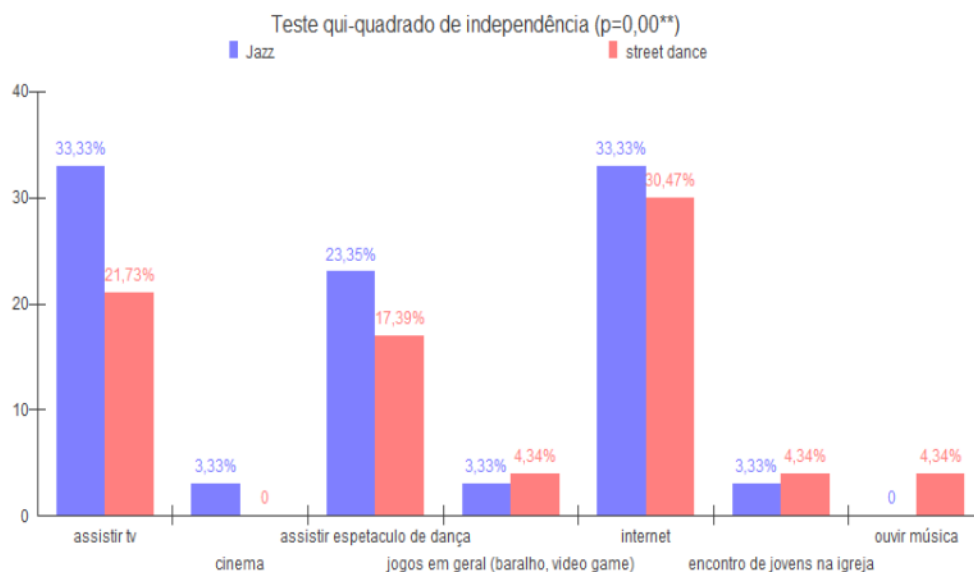
	Street dance (n) %	Jazz (n) %	Total (n) %	p
<b>Exerce atividade profissional</b>				<b>0,03**</b>
sim	(01) 10%	(01) 10%	(02) 10%	
não	(09) 90%	(09) 90%	(18) 90%	
<b>Situação profissional atual</b>				<b>0,05**</b>
Autônomo	(01) 100%	(01) 50%		
Trabalho informal (bico)	-	(01) 50%		
<b>Modalidade que pratica (Alternativas que pratica)</b>				<b>0,02**</b>
Jazz	-	(10) 83,34%	(10) 45,45%	
Ballet	-	(02) 16,66%	(02) 9,1%	
Street dance	(10) 100%	-	(10) 45,45%	

$\chi^2 = P \leq 0,05$  (p = \*\* resultados estatisticamente significativos; ns = não significativo; n = número; % = porcentagem) - Teste qui-quadrado de independência: partição I x c; Street Dance x Jazz x categorias

O teste de qui-quadrado demonstrou diferenças estatisticamente significativas, nas atividades realizadas no tempo livre, apontando que tanto no Jazz, quanto no Street

Dance prevalece assistir TV e uso da internet seguido de assistir espetáculos de dança, demonstrado na figura 1.

**Figura 1 - Modalidades realizadas no tempo livre pelos voluntários - Teste do qui-quadrado de independência**



Na análise do perfil da agilidade, o teste demonstrou diferenças significativas entre as duas modalidades de dança, demonstrando menor tempo no teste de

agilidade, que foi do grupo de Street Dance e essa diferença foi de 8,93%, demonstrado na Tabela 3.

**Tabela 3 - Valores do perfil da agilidade (teste de Shuttle Run), estratificado por sexo (Street Dance x Jazz) e no total**

Variáveis	$x \pm s$	máximo	mínimo	$\Delta\%$	P
Street dance	10,86 $\pm$ 0,56	11,74	9,87	8,93%	<b>0,00**</b>
Jazz	11,83 $\pm$ 1,01	13,5	10,24		

$p < 0.05$  = Diferença significativa – Teste “t” de Student para amostras independentes ( $x \pm s$  = média  $\pm$  desvio-padrão;  $\Delta\%$ =diferença delta percentual; p= probabilidade de significância)

## DISCUSSÃO

Em estudos populacionais, o Teste de Shuttle Run representa uma avaliação da agilidade neuro-motora e da velocidade. O teste de Shuttle Run é um teste muito utilizado para avaliar a agilidade, inclusive em atletas (Oliveira, 2000) é um atributo específico atlético que é de fundamental importância para o esporte (Vescovi, 2010).

De acordo com Maia e colaboradores (2007) este teste também mostrou uma significativa contribuição para um melhor entendimento sobre a contribuição da agilidade na melhora o desempenho da dança de salão.

Houve uma diferença significativa na faixa etária entre os voluntários do grupo Jazz e Street Dance, sendo estes últimos mais velhos do que os bailarinos de Jazz, desta forma, não se sabe se o quanto a questão da idade pode interferir nos resultados do teste, contudo, todos estão delimitados entre a faixa etária de 10 a 18 anos que foi proposto inicialmente pelo estudo.

Resultados prévios apresentados por Maia e colaboradores (2007) realizados com adultos, demonstrou correlação significativa apenas para a variável idade e o teste de corrida vai-e-vem para distância no gênero feminino ( $p=0,003$ ). Isso mostra que à medida que aumenta a idade das mulheres o nível de agilidade diminui.

No estudo realizado por Barbanti (1989) os dados são diferentes, e em países que investigaram o desenvolvimento da velocidade, o resultado revela que entre os meninos a capacidade de rendimento aumenta dos 10 aos 16 anos, e que nas meninas chega ao seu platô aos 13 anos.

No estudo de Krebs (2005) realizado com crianças e adolescentes com faixa etária entre 12 a 16 anos observou-se que quanto

mais a idade avança menor é o tempo na agilidade e que os meninos são mais ágeis, pois o menor tempo equivale a um melhor resultado.

Perante os estudos pode-se constatar que a questão da idade do grupo de Street Dance por ser superior ao grupo de Jazz pode ter influenciado no resultado do teste de agilidade no presente estudo.

Vescovi (2010) define que a agilidade pode ser simplesmente a habilidade de rapidamente parar e reiniciar o movimento há um alto grau de complexidade a esta habilidade motora.

Já para Krinis (2009) Agilidade é a capacidade de desacelerar, acelerar, mudar de direção mantendo o controle bom corpo e sem perder tempo na transição.

A agilidade geral permite uma melhor locomoção, enquanto a agilidade específica de membros superiores proporciona uma melhor eficiência na execução das tarefas básicas que exigem performances destes membros (Gobbi, 2003), Logan (2010) afirma que a dança também melhora a agilidade ressaltando o Hip hop.

No presente estudo a comparação da agilidade demonstrou diferenças significativas entre as duas modalidades de dança, evidenciando que o menor tempo no teste de agilidade, foi do grupo de Street Dance e essa diferença foi de 8,93%, obtendo  $p=0,00$  de significância.

Considerando os valores da agilidade corporal, Alves (2004) nota que o menor tempo em segundos constitui em um melhor desempenho.

Portanto comparando ambas as modalidades de dança Jazz e Street Dance o melhor tempo foi dos bailarinos de Street Dance.

O estudo realizado por Vargas (2008) comparou a agilidade e o nível de atividade

física em adolescentes da rede pública e particular de ensino, foi realizado com 20 escolares da rede particular (Escola São Teodoro de Nossa Senhora de SION) e 20 escolares da rede pública (EMEF João Domingues Sampaio), do gênero masculino, constatando que a agilidade e nível de atividade física possuíram uma correlação negativa fraca, não indicando como o esperado, que quanto maior o nível de atividade física, maior a agilidade.

Percebe-se que a quantidade de modalidades praticadas parece não interferir no resultado do teste, o que também não indicou como o esperado, quanto maior quantidade de modalidades maior esperava ser a agilidade.

Os bailarinos de Jazz do presente estudo além de praticar esta modalidade também dançavam Ballet Clássico e os bailarinos de Street Dance só praticavam esta modalidade.

A preparação física na dança é trabalhada durante as aulas técnicas, para o desenvolvimento de força, flexibilidade, resistência, entre outros (Carreira e Arce 2010), percebe-se que na modalidade de Ballet Clássico a preparação física do bailarino é mais exigida comparando as demais modalidades, de acordo com Siqueira (2003) atualmente o Ballet começa a ser encarado como outro esporte qualquer, que possui um trabalho de preparação física e uma periodização de treinamento para que os dançarinos desenvolvam melhores indicadores de desempenho.

A partir dessas afirmações, entende-se que as mais variadas modalidades de dança auxiliam na preparação física do bailarino pois a maioria trabalha a técnica nas aulas de dança, e não negligenciam variáveis como intensidade, volume e frequência.

## CONCLUSÃO

O presente estudo procurou comparar o grau de agilidade entre bailarinos que praticam a modalidade de Street Dance e Jazz, com a faixa etária de 10 a 18 anos de ambos os gêneros. Assim verificou-se o menor tempo nos bailarinos de Street Dance sendo que o menor tempo refere-se ao melhor rendimento.

Além do teste de agilidade Shuttle Run foi aplicado um questionário sendo utilizado para a identificação do perfil dos grupos.

Na questão da modalidade praticada percebeu-se que alguns alunos do grupo de Jazz exerciam a modalidade de Ballet Clássico o que não refletiu positivamente nos resultados. A faixa etária diferente entre os grupos avaliados (maior significativamente no grupo Street Dance) pode ter interferido no resultado do teste.

Conclui-se então que o presente estudo evidenciou que os bailarinos de Street Dance possuem maior agilidade que os bailarinos de Jazz, sendo que diferença estatística significativa foi encontrada entre os mesmos.

Esperasse que tal proposta possa contribuir para um melhor entendimento sobre a agilidade e a sua importância para o desempenho nas modalidades de Street Dance e Jazz. Procurando suprir a carência de referências sobre este assunto e colaborando para que os profissionais desta área possam aprimorar seus conhecimentos e talvez futuramente basear-se para novos estudos no âmbito da agilidade na dança.

## REFERÊNCIAS

- 1- Alves, J.G.B. Aptidão física relacionada à saúde de idosos: influência da hidroginástica. Revista Brasileira de Medicina do Esporte, Vol. 10, Núm. 1, 2004.
- 2- Barbenti, V. Desenvolvimento das capacidades físicas básicas na puberdade. Revista Paulista de Educação Física. São Paulo, Vol.3, Núm.5, p.31-37, 1989.
- 3- Carreira, A.R.; Arce, C.L.M. Sistema Especialista direcionado a acadêmicos Recuperados de Lesões. 2010.
- 4- Ferreira, L.; Gobbi, S. Agilidade Geral e Agilidade de Membros Superiores em Mulheres de Terceira Idade Treinadas e não Treinadas. Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano, Vol. 5, Núm.1, p. 46-53, 2003.
- 5- Gorgatti, M.G; Böhme, M.T.S. Autenticidade Científica de um Teste de Agilidade para Indivíduos em Cadeira de Rodas. Rev. Paul. Educ. Fis. São Paulo, 2003.
- 6- Greco, L. Aptidão física e saúde de praticantes de dança e de escolares. Salusvita, Bauru, Vol. 25, Núm. 2, p. 81-96, 2006.

## Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício

ISSN 1981-9900 *versão eletrônica*

Periódico do Instituto Brasileiro de Pesquisa e Ensino em Fisiologia do Exercício

[www.ibpex.com.br](http://www.ibpex.com.br) / [www.rbpfex.com.br](http://www.rbpfex.com.br)

---

7- Krebs, R. J.; Macedo, F. O. Desempenho da aptidão física de crianças e adolescentes. Revista Digital. Buenos Aires. Ano 10, Núm. 85. 2005.

8- Krinis, P.M.S. The Importance of Agility Training. Sports Performance and Rehabilitation. Vol. 12, 2009.

9- Liberali, R. Metodologia Científica Prática: um saber-fazer competente da saúde à educação. Florianópolis: (s.n.), 2008.

10- Logan, M.C. The Importance of Agility Training Equipment. Joined Ezine Articles. Vol. 10. United States. 2010.

11- Mais, M. A. Estudo Comparativo da Agilidade Entre Praticantes de Dança de Salão. SaBios: Rev. Saúde e Biol. Campo Mourão, Vol. 2, Núm. 2, p. 36-43, 2007.

12- Moreira, K.C.; Afonso, C.A. Estudo Comparativo da Agilidade Entre Crianças de Diferentes Ambientes. Paraná, 2006.

13-Oliveira, M.C. Influência do ritmo na agilidade em futebol. Dissertação Mestrado. Universidade Federal de São Paulo, São Paulo. 2000.

14- Siqueira, G.M. A relação da preparação física com o Ballet Clássico. Tcc Graduação em Licenciatura em Educação Física. Universidade Luterana do Brasil, Canoas. 2003.

15- Todaro, M.A. Dança: Uma Interação Entre o Corpo e a Alma dos Idosos. Campinas, 2001.

16- Vargas, C.E.A. A agilidade e nível de atividade física em adolescentes da rede pública e particular de ensino. Seminários e Projetos em Educação Física. São Paulo, 2008.

17- Vescovi, J. D. Agility. This paper was presented as part of the NSCA Hot Topic Series. 2010.

Recebido para publicação 20/04/2012

Aceito em 25/04/2012