

# Programa de Aula: Samba de Gafieira - Nível I

Fernando Pujaico Rivera

A Tabela 1 e 2, descrevem a notação de nomes (posturas e movimentos) usadas na descrição do programa de aula. A Figura 1 mostra como são relacionados as posturas e os distintos tipos de movimentos.

	Descrição
Postura	No transcurso das aulas, chamaremos postura o pose, a uma distribuição estática dos membros do corpo. Uma postura estabelece um ponto de início para a execução de um movimento; assim, um movimento inicia e termina sempre numa postura o pose.

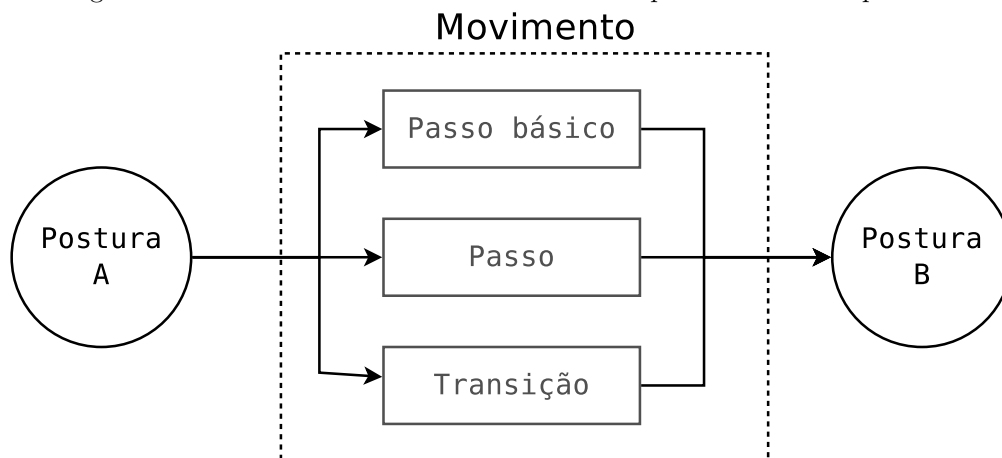
Table 1: Descrição de uma postura

	Descrição
<b>Movimento</b>	É chamado como movimento ou ação, a um conjunto de trocas de peso ou deslocamentos de membros. Um movimento não necessariamente tem um nome próprio, se tiver, neste documento este será chamado como passo.
<b>Transição ou movimento de transição</b>	Movimento extremadamente simples, pelo qual geralmente não tem nome próprio, e constam de poucas trocas de peso e deslocamentos de membros. Exemplo: transição entre Frente trás e o Balanço, ou a transição entre Balanço e o Cruzado. Algumas transições pelo seu uso na samba de gafieira, tem ganhado um nome próprio, estes são: Saída lateral e Gancho.
<b>Passo (básico)</b>	Movimento de nível iniciante; o conhecimento deste tipo de movimentos é necessário para enlaçar/interconectar movimentos mais complexos ensinados nas aulas. Estes movimentos tem uma característica cíclica, é dizer, a postura do final do movimento é igual à postura de início. Os passos básicos são: Frente e trás (F.T.), Balanço e Cruzado.
<b>Passo</b>	Movimento genérico com uma amplitude de dificuldade desde simples ate complexo. Um passo inicia e termina numa postura, a qual pode ser a mesma. Definiremos como passo, a um movimento notável, de modo que este tem ganhado um nome próprio; exemplo: Gatilho, Gancho redondo, Romário, Puladinho, Elástico, etc.

Table 2: Tipos de movimentos.

A Tabela 3 mostra a descrição do conteúdo das aulas de samba de gafieira.

Figure 1: Movimento sendo executado desde uma postura ate outra postura.



Semana	Tema	Descrição
1	<b>Passos básicos:</b> Frente e trás (F.T.) e Balanço	Serão estudados os movimentos de transição entre o balanço e o F.T., além de enfeites no giro do balanço.
2	<b>Passo básico:</b> Cruzado	Serão estudados os movimentos de transição entre o balanço e o cruzado, além de enfeites no cruzado.
3	<b>Transição:</b> Saída lateral.	Serão estudados o movimentos de transição entre F.T. e cruzado e enfeites na saída lateral.
4	<b>Transição:</b> gancho. <b>Postura:</b> X	Serão estudados os movimentos de transição entre cruzado e F.T., além das posturas notáveis.
5	<b>Passo:</b> Gatilho	Serão estudados os movimentos de transição entre F.T. e cruzado.
6	<b>Passo:</b> Edmundo	Será estudado o controle do equilíbrio e reconhecer eixo do corpo.
7	<b>Passo:</b> Caminhada em contratempo	Será estudado a distribuição de tempos na caminhada em contratempo.
8	<b>Passo:</b> Sacada de perna	Será estudado a sacada de perna (ambas pernas) terminando no cruzado.
9	<b>Passo:</b> Tesoura	Será estudado desde F.T. (balanço corre-corre) e outras opções de uso do passo.
10	<b>Movimento:</b> escovinhas lateral desde X	Iniciaremos o estudo dos movimentos da família da Escovinha.
11	<b>Movimento:</b> Sacada invertida com caminhada e escovinhas recuando	Estudaremos outra opção de Escovinha (opcionalmente se usa a Tesoura).
12	<b>Passo:</b> Assalto	Será estudado a diferença entre Assalto e Bailarina, adicionalmente serão agregados enfeites de mãos para o movimento.
13	<b>Passo:</b> Romário	Será estudado a condução, postura do corpo e eixo para a execução do movimento, adicionalmente serão agregados dois enfeites para o movimento.
14	<b>Passo:</b> Facão, <b>Postura:</b> Facão	Será estudado dois estilos de facão (movimento discreto e ondulado) e a postura de finalização.

Table 3: Descrição do conteúdo