

*Amadeu Estevão Dionísio Silva
*Diego Meneguessi Peres
*Selton dos Santos
*Maria Madalena dos Santos
** Maria Cristina Pinto

amadeuestevao@hotmail.com
diegomeneguessi@bol.com.br
selton17@hotmail.com
Danelas.malu@hotmail.com
educacaofisica@asmec.br

*Acadêmico Curso de Educação Física
**Docente Curso de Educação Física

INTRODUÇÃO

O boxe é um tipo de luta “homem a homem” onde a sua principal característica é a utilização dos punhos. É uma luta bastante tradicional no ocidente, há relatos de que ela era praticada entre jovens, na Grécia Antiga.

O balé se originou nas cortes da Itália renascentista durante o século XV, é um tipo de dança a nível mundial altamente técnica, este gênero é muito difícil de se dominar e requer muita prática. (SANTANA, 2006)



DESENVOLVIMENTO

O trabalho teve como objetivo de pesquisa, a dança vinculada ao esporte, especificamente o balé clássico vinculada ao boxe, onde o pugilista tendo aulas de balé se beneficia com flexibilidade, agilidade, equilíbrio. Sendo assim, esses atributos acrescentados à habilidades que ele já possui, o torna diferenciado dos demais atletas.

Segundo o boxeador Evander Holyfield, o balé ajudou-o na carreira, pois em suas lutas percebeu que estava evitando mais socos e melhorou a flexibilidade, nas aulas de balé pode alongar mais os seus movimentos ganhando uma envergadura maior, conseguindo atacar mais e, ao mesmo tempo mantendo-se longe do oponente.

O balé é uma manifestação diversificada de movimentos corporais, onde se é exigido do bailarino uma grande resistência física. Pode-se identificar de longe quem estudou balé, porque algumas características se incorporam por toda a vida, tais como, porte elegante, corpo alongado e musculatura definida. (PUOLI, 2010).



CONSIDERAÇÕES FINAIS

Podemos observar o boxe e a dança como duas atividades físicas distintas, pois o trabalho muscular no boxe está relacionado à explosão, força, resistência, absorção de impactos. Já na dança clássica a atividade física está mais relacionada à leveza de movimentos, flexibilidade, equilíbrio, maleabilidade corporal e movimentos mais longos.

Assim podemos concluir que, o treino de uma dança clássica neste caso o balé, apóia inúmeras qualidades físicas motoras para o desempenho de um atleta de rendimento na modalidade boxe.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

DUARTE, O. **A História do Esporte**. 4. ed. São Paulo: SENAC, 2004.

SANTANA, A. L. **Balé clássico**. Disponível em: <http://www.infoescola.com/artes/balletclassico/>

-VIDEO, Boxeador Holyfield no ballet.
Disponível no www.youtube.com, acesso em 14/09/14 as 07:20.

PUOLI, G. G. **O ballet no Brasil e a economia criativa: evolução histórica e a perspectivas para o século**. Disponível em: http://www.faap.br/faculdades/economia/rel_Internacionais/pdf/mono_2010/giovana_galv%C3%A3o_puoli.pdf