



Danças Circulares

Raquel Martinez Coutinho

HERDEIROS DO FUTURO

Toquinho e Elifas Andreato

<https://www.vagalume.com.br/leandro-leonardo/herdeiros-do-futuro.html>

A vida é uma grande amiga da gente
Nos dá tudo de graça pra viver
Sol e céu, Luz e ar, Rios e fontes, Terra e mar
Somos os herdeiros do futuro e pra esse
futuro ser feliz
Vamos ter que cuidar bem desse país
Será que no futuro haverá flores?
Será que os peixes vão estar no mar?

Será que os arco-íris terão cores?
E os passarinhos vão poder voar?
Será que a terra vai seguir nos dando
O fruto, a folha, o caule e a raiz?
Será que a vida acaba encontrando
Um jeito bom da gente ser feliz?
Vamos ter que cuidar bem desse país

Coreografia: Estela Gomes

Formação: círculo (anti-horário) Mãos: V Início: no canto

Parte A:

Deslocamento para a direita:

D	E	D	E	D	E	D	E
f	f	f	f	bal	bal	bal	bal

Para um lado e para o outro:

Parte B (REFRÃO: Vamos ter que cuidar bem desse país...): 2x

Para frente:

Para trás:

D	E	D	E	D	E	D	E
f	f	f	f	t	t	t	t

Parte instrumental: 16 tempos

4 passos ir para o centro abraçando o grupo pelas costas

4 balanços D –E

4 passos para trás dando as mãos em V para recomeçar

Sequência da dança gravação **TOQUINHO**: A 3x; B 2x; A 4x; B 2x; A 4x; B 2x e encerra num abraço.

Sequência da dança gravação **LEANDRO E LEONARDO**: A 3x; B 2x; A 4x; B 2x; PARTE INSTRUMENTAL; A 3x; B 2x; A 4x; B 4x e encerra num abraço.





PÉ DE NABO

Sandra Peres/Luis Tattit - Palavra Cantada

<https://www.youtube.com/watch?v=JiWg1zBKQLg>

Ser assim é uma delícia
Desse jeito como eu sou
De outro jeito da preguiça
Sou assim, pronto e acabou
A comida de costume
Como bem e não regulo
Mas tem sempre alguns legumes
Que eu não sei como eu engulo
Brincadeira, choradeira,
Pra quem vive uma vida inteira

Mentirinha, falsidade,
Pra quem vive só pela metade
Quando alguém me desaponta
Paro tudo e dou um tempo
Dali a pouco eu me dou conta
Que ninguém é cem por cento
Seja um príncipe ou um sapo
Seja um bicho ou uma pessoa.
Até mesmo um pé-de-nabo
Tem alguma coisa boa

Coreografia: Elaine C. Lima

Formação: Circulo (par e contra par) Mãos: em V para começar

Coreografia dividida em quatro partes, onde inicialmente o grupo começa juntos e depois há um jogo de palmas individuais com o par e o contra par, lembrando uma brincadeira infantil.

Começa devagar dando 4 passos no sentido da roda começando com o pé direito, volta de marcha ré 4 passos e repete os 2 movimentos.

Começa a brincadeira quando a musica fala, brincadeira, bate 1 palma, vira para o par e bate as 2 mãos nas duas mãos dele, bate 1 palma de novo e vira para o contra par e bate as 2 mãos nas 2 mãos dele, bate 1 palma de novo e bate 1 mão com o par e 1 mão com o contra par, ao mesmo tempo, coração virado para roda, bate 1 palma e toca sua perna primeiro com a mão direita e depois o mesmo movimento com a mão esquerda. Repete todo o movimento.

Dá as mãos e caminha no sentido da roda começando com o pé direito 8 passos de tcha tcha tcha, compasso de três, vira e volta no mesmo passo 8 novamente, dá 2 balanços.

Repete a brincadeira

Dá as mãos e caminha no sentido da roda começando com o pé direito 8 passos de tcha tcha tcha, compasso de três, vira e volta no mesmo passo 8 novamente.

Repete a brincadeira

Na parte tocada caminha no tcha tcha tcha 8 passos sentido da roda começando pé direito, vira e volta no mesmo passo 8 vezes, vai no mesmo passo para o centro 4 vezes, volta de marcha ré do centro 4 passos.

Repete a brincadeira.





RODA DA CARAMBOLA

CD Parangolé

<https://www.youtube.com/watch?v=oHbEL93cl3c>

Quem tiver raiva de mim eu não sei porque razão

Se for falta de carinho dou "proce" meu coração

Refrão

Bate palma pra dentro oi vira bate pra fora ainda ontem eu vim de lá da mata da carambola
Lá no céu tem uma estrela só abre de hora em hora, eu comparo aquela estrela com o amor
que tenho agora.

Na minha casa tem lama na tua tem atoleiro

Não há cravo como o branco nem amor como o primeiro

Vamos dar mais uma volta que a viola mandou dar

Vamos dar mais uma outra que a viola vai parar

Refrão

Dança resgatada pelo grupo "Coral Trovadores do Vale", que trouxeram através de seu CD "Beira Mar Novo", um pouco da cultura e música do Vale do Jequitinhonha. Formados por pessoas humildes da cidade de Araçuaí, conta com um vasto repertório de cantos e danças, desde os cantos de trabalho religiosos, como o das danças criadas para animar as festas e as almas de quem participam, como é o caso da Roda da Carambola.

Formação: Circular, pares de mãos dadas numa única roda.

Mãos: dadas, em V Início: No canto

- Caminhar de mãos dadas rebolando no ritmo da musica, ate o refrão.
- Parar uma pessoa de frente para a outra
- Bater palmas virada para dentro da roda
- Bater palmas virada para fora da roda
- Juntar a dupla e dançar no ritmo da musica.
- Soltar o parceiro, dar as mãos e voltar a caminhar de mãos dadas ate o refrão





A NOSSA CASA

Arnaldo Antunes, Alice Ruiz, Paulo Tatit, João Bandeira, Celeste Moreau Antunes,
Edith Derdik & Sueli Galdino

CD: Arnaldo Antunes, acústico MTV ao vivo

<https://www.lettras.mus.br/arnaldo-antunes/91579/>

Na nossa casa amor-perfeito é mato
E o teto estrelado também tem luar
A nossa casa até parece um ninho
Vem um passarinho prá nos acordar
Na nossa casa passa um rio no meio
E o nosso leite pode ser o mar
A nossa casa é onde a gente está
A nossa casa é em todo lugar
A nossa casa é onde a gente está
A nossa casa é em todo lugar

A nossa casa é de carne e osso
Não precisa esforço para namorar
A nossa casa não é sua nem minha
Não tem campainha pra nos visitar
A nossa casa tem varanda dentro
Tem um pé de vento para respirar
A nossa casa é onde a gente está
A nossa casa é em todo lugar
A nossa casa é onde a gente está
A nossa casa é em todo lugar

Coreografia: Estela Gomes (2014)

Formação: círculo (anti-horário) Mãos: V

Início: Na nossa casa...

Parte 1:

Pra direita

E D E D E D E D E D 3x
f f f f f f f t f t

Pra frente e para trás

REFRÃO: a nossa casa é onde a gente está...

Pra frente, diagonal dir

E D E D E D 4x
f f f f f f

Pra trás, diagonal dir

Braços sobre eretos

braços descem

formando um telhado

OBS: após a parte instrumental onde dança a parte 1 entra a letra da música; depois o REFRÃO repete somente 2x e recomeça a dança.





DÁ TUA MÃO

Musica: Paulo Tatit e Ze Tatit

Origem da musica: “Uma história” CD Canções de Brincar – Coleção Palavra Cantada

<https://www.vagalume.com.br/palavra-cantada/uma-historia.html>

Coreografia: Cristiana Menezes

Introducao: braços em v

Eu vou te contar uma história = 2 passos para a frente no sentido anti-horário

Agora atenção = balançar lateralmente direita-esquerda, de frente para o centro

Que começa aqui no meio = 2 passos para frente no sentido anti-horário, braços em v

Da palma da tua mão = virar de frente para o centro da roda, soltar as mãos e estender o braço direito a frente do corpo, na altura do coração, palma para cima

Bem no meio tem uma linha = virar a palma da mão direita para o centro da roda, dedos para cima

Ligada ao coração = trazer a mão em direção ao coração e apoiá-la no peito e apoiá-la no peito

Que sabia desta história antes mesmo da canção = trazer o braço esquerdo pelo lado e por cima, acompanhando com o olhar, até que ele se una a mão que está apoiada no coração.

Dá tua mão = (em duplas) o par da esquerda fica de frente para o par da direita com as mãos dadas

Dá tua mão = o par que está dentro da roda entra novamente na roda a direita de seu par

Dá tua mão = o par da esquerda fica de frente para o par da direita (um novo par) com as mãos dadas

Dá tua mão = o par que está dentro da roda entra novamente na roda a direita de seu par





VARRE MORENINHA

Musica: CD No Quintal da Nossa Casa – Grupo Beija –Fulo

<https://www.youtube.com/watch?v=fwlxGjiZDLE>

Refrão

Varre Varre Moreninha
esta dança é de todos
ela não é só minha,
varre varre moreninha
esta dança é de todos
ela não é só minha.

Varre a tristeza manda ela embora,
pega a alegria e põe na sacola.

Refrão

Varre o orgulho manda ele embora,
pega amizade e põe na sacola.

Refrão

Varre a maldade manda ela embora,
pega a bondade e põe na sacola.

Refrão

Varre a mentira manda ela embora,
pega a verdade e põe na sacola.

Refrão

Varre a doença manda ela embora,
pega a saúde e põe na sacola.

Refrão

Varre a preguiça manda ela embora,
pega o trabalho e põe na sacola.

Coreografia: Vaneri de Oliveira

Início com o canto, no refrão

Mãos soltas, faz com as mãos como se estivesse segurando uma vassoura, caminha passo manco no sentido da roda, e vai varrendo de mentira com a vassoura imaginaria nas mãos, a partir do início 4 vezes.

Depois quando a musica fala o que deve ser varrido, dá 4 passos para a lateral da roda, varrendo e volta para o sentido do centro com os braços para cima e bate na lateral esquerda do corpo, como se estivesse guardando algo em uma sacola.

Repete o refrão 2 vezes e a caminhada 1 vez, até o final da musica.





SEREIA

<https://www.youtube.com/watch?v=qIMiLx8YGoo>

<https://www.youtube.com/watch?v=8bWvTowD7TA>

Refrão
Eu morava na areia, Sereia
Mudei para o sertão, Sereia
Aprendi a namorar, Sereia
Com um aperto de mão, oh Sereia

As estrelas no céu correm, Sereia
Eu também quero correr, Sereia
Elas corre atrás da noite Sereia
Eu atrás do bem querer, oh Sereia

Refrão
Cajueiro pequenino, Sereia
Carregadinho de flor, Sereia

Eu também sou pequenina, Sereia
Carregadinha de amor, oh Sereia

Refrão
Fui na fonte beber água, Sereia
Na secura água beber, Sereia
Só pra ver as bigodinhas, Sereia
Na veia da água correr, oh Sereia

Refrão
E você dona Rosane, Sereia
Que tá firme na janela, Sereia
Aquela linda mocinha, Sereia
E ninguém põe a mão nela, o Sereia

Musica: Grupo de Lucilene Silva

Coreografia: Arlenice Juliani

Formação: Circulo

Mãos: em V para começar

Dança começa com o canto no refrão

- 1- Sentido da roda, começando com o pé direito, dar 2 passos e no 3 passo pé direito para fora da roda, é repetido por 4 vezes, vire sentido do centro, fique com o pé esquerdo parado e leve a perna direita para dentro, volte para o lado, efetue o movimento 4 vezes.
- 2- Sentido da roda, começando com o pé direito, dar 3 passos e no 4 passo pé esquerdo para dentro, mais 3 passos começando com o pé esquerdo e no 4 passo pé direito para fora, vire sentido do centro, fique com o pé esquerdo parado no lugar e leve a perna direita para dentro, volte para o lado, efetue o movimento 4 vezes.
- 3- Recomeça a coreografia no item 2.
- 4- No final da musica, após cantar o refrão pela ultima vez, voltar no item 1.





ABRE A RODA TINDOLELÊ

https://www.youtube.com/watch?v=s_eC1zhKD4E
<http://musicapalcomp3.com/search/antonio-nobrega?page=4>

Abre a roda tindolelê
Abre a roda tindolalá
Abre a roda tindolelê
Tindolelê tindolalá

E vai andando tindolelê
E vai andando tindolalá
E vai andando tindolelê
Tindolelê tindolalá

E vai andando tindolelê
E vai andando tindolalá
E vai andando tindolelê
Tindolelê tindolalá

E de trenzinho tindolelê
E de trenzinho tindolalá
E de trenzinho tindolelê
Tindolelê tindolalá

E bate palmas tindolelê
E bate palmas tindolalá
E bate palmas tindolelê
Tindolelê tindolalá

De marcha ré tindolelê
De marcha ré tindolalá
De marcha ré tindolelê
Tindolelê tindolalá

Me dê sua mão tindolelê
Me dê sua mão tindolalá
Me dê sua mão tindolelê
Tindolelê tindolalá

E bem baixinho tindolelê
E bem baixinho tindolalá
E bem baixinho tindolelê
Tindolelê tindolalá

Requebradinha tindolelê
Requebradinha tindolalá
Requebradinha tindolelê
Tindolelê tindolalá

Coreografia: Movimentos conforme se canta na música

44 BEIJA FLORES

Daniel Namkhay

<https://www.youtube.com/watch?v=7HPnAl6jHxo>

Coreografia:

Balança D E D E D E anda, anda. Num certo ponto da dança a roda abre e quem puxa





vai formando um caracol.

FOI TUPÃ

(CD "Cantar o Mundo" – músicas e poesias para o ano todo – produzido por Elisa Manzano e Paula Mourão)

<https://www.youtube.com/watch?v=WzhTpl7aZ48>

Foi Tupã, foi Tupã, foi Tupã,
Sou tabajara
Sou tabajara lá na terra de Tupã,

Tem papagaio, arara, maracanã
Todas aves do céu
Quem nos deu foi Tupã.
Foi Tupã, foi Tupã, foi Tupã.

Coreografia: Arlenice Juliani

Formação: Círculo fechado com braços entrelaçados Início: Foi Tupã...

D E 5x no início (no lugar)
f rep
D E 6x (para a direita)
lt j
D E D E (para a frente) 4x
f f f f
D E D E (no lugar)
f rep f rep
D E D E (para trás)
t t t t
D E D E D E D E na 4ª repetição (no lugar)
f rep f rep f rep f rep (final): somente 3x

Tupã (que na língua tupi significa trovão) é uma entidade da mitologia tupi- guarani.

Tabajara (do tupi tawa= "aldeia" e yara= "senhor", literalmente "o senhor da aldeia")

Maracanã é uma ave também conhecida pelo nome de arara-pequena

Segundo a mitologia tupi-guarani a figura primária na maioria das lendas guaranis da criação é Iamandu (ou Nhanderu ou Tupã), o Deus Sol e realizador de toda a criação. Com a ajuda da Deusa Lua Araci, Tupã desceu à Terra num lugar descrito como um monte na região do Aregua, Paraguai, e deste local criou tudo sobre a face da Terra, incluindo o oceano, florestas e animais. Também as estrelas foram colocadas no céu nesse momento.

A mitologia guarani refere-se às crenças do povo tupi-guarani da porção centro-sul da América do Sul, especialmente os povos nativos do Paraguai e parte da Argentina, Brasil e Bolívia.

Tabajara (do tupi *tawa*, "aldeia", e *yara*, "senhor", literalmente "o senhor da aldeia" em português)

Os índios Tabajara eram uma das tribos tupis dos povos indígenas que viviam na parte oriental da costa atlântica do Nordeste do Brasil no período antes e durante a colonização portuguesa. Seu território inclui partes dos estados modernos do Ceará, Paraíba, Rio Grande do Norte e Pernambuco. O nome significa 'senhor da aldeia' de aldeia = taba, e senhor = jara.

Eles vivem atualmente nas regiões de Poranga, Monsenhor Tabosa, Tamboril, Cratéus e Quiterianópolis e no sertão do Ceará.

Fonte: <https://sites.google.com/site/osgrandesmisterios/mi/mitologia-tupi-guarani>



INDABA DO CENTENÁRIO
DO RAMO LOBINHO



ESCOTEIROS
DO BRASIL