

“DANÇA-EDUCAÇÃO”: UMA EXPERIÊNCIA VIVIDA

Sandra Aparecida Zotovici
Universidade Estadual de Campinas

Resumo

Esta pesquisa visa a reflexão da proposta pedagógica de “dança-educação”, desvelando, por meio de um relato da experiência vivida tanto na educação física escolar como em academia, *a dança que somos... a nossa dança*, que está no interior de cada sujeito e aflora se exteriorizando. Como processo metodológico utilizo uma revisão de literatura baseada em aspectos referentes à educação, à educação física e à dança, que auxiliou na construção de alicerces para uma fundamentação teórico-prática da experiência vivida. Palavras-chave: educação física; dança; ensino.

Pés no chão e a dança no coração

“Coloquem suas mãos no coração como eu faço e escutem sua alma, e todos saberão como dançar tão bem quanto eu ou minhas alunas. Lá está a verdadeira revolução. Deixem as pessoas colocarem as mãos assim nos corações e, escutando suas almas, saberão como se porta.”¹

A dança passou a ser mais representativa em minha vida a partir da pesquisa que realizei no curso de especialização em educação física escolar.² Foi por meio dela que iniciei a busca por uma fundamentação teórica para o trabalho que vinha desenvolvendo na escola.

Cada livro lido despertava-me mais interesse, pois percebia que o trabalho que vinha desenvolvendo era viável e coerente às necessidades e aos interesses dos educandos.

A partir das vivências diversificadas concebi uma visão diferenciada de dança, enquanto elemento significativo na formação humana, respeitando as capacidades e as necessidades de cada sujeito, buscando transparecer sua essência, ou seja, aquilo que lhe é peculiar, como: sentimentos e pensamentos traduzidos na forma de gestos simples que surgem por meio de estímulos variados presentes no cotidiano de cada um de nós, mas que muitas vezes passam despercebidos.

Este artigo, entre outras coisas, é fruto da vivência enquanto professora de educação física da rede particular e estadual de ensino, onde tive a oportunidade de trabalhar o conteúdo dança e, também, como professora de “dança-jazz” em academia, onde pude desenvolver a proposta pedagógica de “dança-educação”, a mesma que coloquei em prática na escola.

¹ DUNCAN, I. *Fragmentos autobiográficos/Isadora Duncan*, p.51.

² ZOTOVICI, S. A. *O ensino de dança na educação física escolar*.

Sempre procurei desenvolver conteúdos que possibilitassem a formação integral dos educandos, visando o desenvolvimento da individualidade de cada um e mostrando diferentes caminhos que pudessem despertar novos interesses e prazeres em suas realizações.

Logo que iniciei o trabalho como educadora fui colocando em prática muitos dos conteúdos aprendidos na Faculdade, embora ainda não tivesse experiência e consciência suficientes para saber se o trabalho que estava desenvolvendo seria o mais adequado, pois, muitas vezes, acabava transmitindo aquilo que aprendera sem mesmo questionar se esta ou aquela era a forma sensata ou o momento de se aplicar determinado conteúdo.

Com o tempo passei a me sentir mais segura. Assim, quando percebi que tinha “os pés no chão”, resolvi levar a dança para as aulas de educação física escolar; foi uma forma de sensibilização e aproximação dos alunos com o próprio corpo. Dançar, para mim, não era apenas reproduzir movimentos; significava sentir e compreender a intenção de cada gesto e, principalmente, respeitar as necessidades e limitações do próprio corpo, evitando frustrações, constrangimentos desnecessários e desmotivantes.

No entanto, em se tratando de dança muitos educadores ainda questionam sobre: “o quê?”, “como?” e “por quê?” trabalhar com dança, mesmo aqueles que tiveram oportunidade de vivenciar algumas práticas corporais alternativas.

Resolvi buscar informações e argumentos que pudessem proporcionar o embasamento teórico necessário para esclarecer a prática pedagógica utilizada no ensino da dança, tanto em escola como em academia, mostrando que a proposta de “dança-educação” é a base para qualquer trabalho que se queira desenvolver com dança.

O significado da dança

“Está chegando o dia em que uma grande escola internacional de crianças (...) abrirá as portas do futuro para uma nova humanidade.”³

A história revela o real significado da dança para o ser humano, certificando-nos de sua importância e influência nas civilizações de todos os tempos. Considera-se que a dança seja uma das formas mais antigas do ser humano expressar seus sentimentos e emoções, através de movimentos significativos, livres e espontâneos, que fluem do interior do indivíduo e podem revelar sua realidade, seus desejos, suas necessidades e seus limites. Le Boulch afirma e reforça essa necessidade de se expressar através dos movimentos, tendo a dança como a primeira maneira de manifestação humana: “*O homem dançou de fato antes de ter falado. Em todas as sociedades de todos os hemisférios, o homem manifestou-se, expressou-se com seu corpo desde suas origens.*”⁴

Socialmente, a dança sempre teve um papel significativo, seja como ritual, expressão artística, performática, lúdico ou educacional, pois transmite valores de

³ DUNCAN, I. op cit., p. 28.

⁴ LE BOULCH, J. *Rumo a uma ciência do movimento*, p. 77.

gerações a gerações fazendo com que se mantenha viva a cultura de uma civilização.

Hoje, quando se fala em dança, penso de imediato na diversidade de estilos existentes, conseqüência de fatores sociais e culturais que vêm influenciando o ser humano em todas as suas manifestações artísticas e educacionais. O ser humano busca cada vez mais conhecimentos que levam a transformações. Isto envolve, sem sombra de dúvidas, os sentimentos e pensamentos que interagem, refletindo diretamente nas ações e intenções de cada sujeito.

A dança permite ao ser humano criar gestos harmoniosos, manifestando-os também na maneira de agir e viver, ou seja, em suas atividades cotidianas. A dança é uma linguagem porque expressa, por meio de gestos significativos, a essência do ser humano, manifestando pensamentos e sentimentos intrínsecos, peculiares a cada sujeito. Por isso, busco descobrir a nossa dança, a nossa linguagem, trocando a técnica específica de qualquer estilo pela manifestação de movimentos do repertório individual, o que significa a maneira de cada sujeito manifestar sua dança. Cada gesto, por menor que seja, é um movimento que possui significado e expressa sua intenção.

A dança é um canal aberto para se repensar atitudes e também para a reflexão do momento em que vivemos, ou ainda, uma válvula de escape das tensões cotidianas. Para Duncan, citada por Garaudy, a dança é muito mais do que simples movimentos mecânicos. Ela pode ser, na verdade, um meio para a arte de educar e viver:

“Para mim, a dança é não apenas uma arte que permite à alma humana expressar-se em movimento, mas também a base de toda uma concepção da vida mais flexível, mais harmoniosa, mais natural. A dança não é, como se tende a acreditar, um conjunto de passos mais ou menos arbitrários que são o resultado de combinações mecânicas e que, embora possam ser úteis como exercícios técnicos, não poderiam ter a pretensão de constituírem uma arte: são meios e não um fim.”⁵

Muitos colaboradores acreditaram e manifestaram a sua dança, conquistando espaço em todas as dimensões, seja enquanto arte, educação ou performance. Aqui trataremos da dança arte e educação que, ao meu entender, se completam e caminham o tempo todo juntas.

“Dança-educação”

“Aprender a elaborar conhecimentos de dança envolvendo sensibilidade, sentimentos, opiniões a partir de elementos afetivos, intuitivos sobre as pessoas e suas questões sócio-culturais, no mundo em que vivem, é prática que necessita tornar-se mais presente nas aulas em escolas de Educação Básica (infantil, fundamental, média).”⁶

Considero, devido à experiência vivida, que a dança como educação é uma possibilidade viável para despertar e conscientizar o ser humano para o sensível e o inteligível, além de trabalhar a linguagem gestual. Entendo que no processo ensino-

⁵ GARAUDY, R. *Dançar a vida*, p. 57.

⁶ FUSARI, M. de R. e. Apresentação. In: MARQUES, I. *Ensino de dança hoje*, p.11.

aprendizagem de dança seja relevante o fator pedagógico que propicie o desenvolvimento dos domínios motor, afetivo-social e cognitivo em atendimento às necessidades dos educandos. Contudo, é preciso respeitar seus limites, a fim de que todos participem mesmo sem o conhecimento de qualquer técnica elaborada de dança. Ullmann cita Laban para esclarecer essa necessidade pedagógica e educacional:

“Na educação, assim como na recreação, elaboramos a experiência da dança sobre formas básicas universais de movimento e sua assimilação e reflexo subjetivos e não sobre a concepção de uma apresentação externa. Desse modo, estabelece-se gradualmente um vocabulário do movimento que nos ajuda a adquirir expressividade na linguagem da dança.”⁷

A proposta de “dança-educação” pode ser a base para qualquer trabalho referente à dança, pois pelo que experienciei tanto em academias como em escolas, torna-se necessário desenvolver um trabalho que possa estimular para o sentir, para o pensar e o agir no movimento.

Acredito que a educação física escolar exerça um papel fundamental na formação de indivíduos mais conscientes, criativos e críticos. Assim, para um melhor entendimento de seu significado e da coerência de trabalharmos com a dança enquanto conteúdo, destaco as idéias de Píccolo, que considera a educação motora (educação física escolar):

“(…) como uma atividade prazerosa que se mostra como fenômeno cultural com propostas educacionais. Que não privilegie apenas a competição, mas que proporcione a auto-superação. Que não se limite a conteúdos pré-determinados, mas que atenda aos anseios e às necessidades do homem. Que não se comprometa em adestrar movimentos, mas que se preocupe com a corporeidade do sujeito. Que não se fundamente numa concepção dualista, mas que saiba caminhar em direção a novos paradigmas. Que não vise ao puro rendimento motor, mas que descortine possibilidades inusitadas de movimento.”⁸

A autora também identificou alguns aspectos fundamentais a serem observados e considerados pelo professor/educador para uma proposta de educação motora (educação física escolar) mais coerente à realidade do educando que são: “(…) *a individualidade do indivíduo, o contexto lúdico, o prazer pela prática da atividade, a exploração dos movimentos corporais, a adequação aos limites e às capacidades mostradas, além da ênfase dada à expressão e à espontaneidade.*”⁹

O professor, na atitude de educador, pode contribuir para a formação humana do educando, tornando-o um agente transformador de si e da sociedade em que vive. Béjart, citado por Garaudy, deixa isso bem claro quando afirma:

“(…) dançar é tão importante para uma criança quanto falar, contar ou aprender geografia. É essencial para a criança, que nasce dançando, não desaprender essa linguagem pela influência de uma educação repressiva e

⁷ ULLMANN, L (org.). *Domínio do movimento*, p. 104.

⁸ PÍCCOLO, V. L. N. *A Educação motora na escola*, p. 118.

⁹ *Ibid*, p. 119.

frustrante. É preciso que cada um de nós, ao sair de um espetáculo de dança que tenha entusiasmado, se debruce sobre esse problema e o encare ao nível da existência e não apenas no do espetáculo, transpondo desse modo a satisfação interior para o plano da participação duradoura.”¹⁰

Portanto, para que isso realmente aconteça, devemos buscar desenvolver a conscientização de que a dança lida com a linguagem gestual, possibilitando a expressão de sentimentos e emoções que por meio da linguagem verbal ou escrita, talvez não seria suficiente. Como afirma Fux:

“Hoje, a dança necessita outro tipo de comunicação; não pode estar alijada da sociedade em que vivemos nem dos problemas do homem cotidiano. A dança não deve ser privilégio daqueles que se dizem dotados ela deve ser ministrada na educação comum como uma matéria de valor estético, de peso formativo, físico e espiritual. Com uma capacidade e possibilidade de buscar a criação de cada um de acordo com o desenvolvimento que tenha frente a si mesmo e frente ao espaço. Através das distintas etapas educacionais: jardim, primário, secundário e universitário, pode ir evoluindo esta idéia e canalizando a dança como uma linguagem a mais na educação; a linguagem verbal e a escrita são, é certo, fundamentais para ela mas, às vezes, resultam insuficientes.”¹¹

Lembremos que a dança pode ser trabalhada de forma educativa, lúdica e criativa, desde que as aulas sejam planejadas tendo em vista que o educando participe das atividades independente de suas vivências motoras, explorando, a princípio, os movimentos de formação física básica como andar, saltitar, correr, rolar, saltar, trepar, e outros. Somente num segundo momento é possível pensarmos em melhorar a qualidade dos movimentos, podendo torná-los mais expressivos e representativos. Então, será necessário aprimorar o domínio das técnicas de movimento.

Passos da dança

Apresento o processo pedagógico em três fases essenciais, que se adequam perfeitamente à proposta de “dança-educação”, e irão facilitar o entendimento do leitor: 1. Sensibilização; 2. Experimentação; 3. Criação.

Em momento algum tive a intenção de estar buscando uma técnica ou um estilo. Pretendo despertar a dança a partir do repertório de movimentos de cada sujeito, resgatando-os por meio da conscientização corporal, da exploração e improvisação de movimentos, composições de desenhos coreográficos que permitirão ao educando estar ciente do que se pode fazer, o que se quer fazer e para o que podemos expressar através da linguagem gestual.

A fase da *sensibilização* significa preparar o corpo por meio do resgate das diversas sensações já vivenciadas ou até mesmo inusitadas, aprendendo a sentir e respeitar o próprio corpo. Isto é, desenvolvi atividades que, além de proporcionar a conscientização corporal, no que diz respeito às partes do corpo, irão aguçar os sentidos

¹⁰ GARAUDY, R. op. cit., p. 10.

¹¹ FUX, M. *Dança, experiência de vida*, p. 40.

auditivo (música, ruídos e palavras), visual (linhas geométricas, cores, textos: poemas - histórias, gravuras e fotografias), tátil (forma: objetos variados; e textura: suave - áspera), gustativo (doce, salgado, azedo, amargo e picante), olfativo (cheiro de flores - perfume e fedor) e cinesiológico (sentir partes do corpo).

No processo de trabalho da conscientização corporal, procuro despertar o educando para o ser corpo, possibilitando-lhe sentir cada parte, vivendo cada movimento na intenção dos gestos. Além disso, aproximo os educandos do mundo-realidade em que vivem, pois este será um passo para que se adquira a consciência de suas possibilidades de expressão corporal, manifestando-as por meio da linguagem gestual. Poderão ainda compreender melhor suas atitudes e dos demais colegas, os quais convivem diariamente.

Uma das propostas para se trabalhar a sensibilização concretiza-se por meio de atividades que envolvem a manipulação do corpo através do toque com as próprias mãos e/ou utilizando-se de objetos como bolinhas e bambus. Outra proposta muito interessante e que pode despertar vários sentidos ao mesmo tempo se concretiza nas atividades de contato com a natureza.

Os sentidos despertados nesta fase estarão também presentes em outras fases, manifestando-se por meio de movimentos que expressem como o corpo reage aos estímulos. Cada indivíduo deixará registrado suas sensações como um documento salvo no computador que, quando necessário, poderá ser acessado.

A segunda consiste na *experimentação*, ou seja, na exploração e na improvisação de movimentos que incentivem a comunicação e expressão dos educandos. Trabalho de duas formas, ora livre, ora dirigida, utilizando os sentidos citados anteriormente quando nos referimos ao trabalho de sensibilização. Haselbach considera a

“Improvisação como experiência de sensibilidade, ou a sensibilidade por meio de improvisação, é aparentemente a forma de improvisação menos visível e espetacular. Seu ponto principal não está na ação, mas na percepção individual e em sua diferenciação, o que, no entanto, não pode ser concretizado sem atividade própria.”¹²

Nesta fase, utilizo também o Método Laban que auxilia na busca da qualidade dos movimentos, desenvolvendo assim técnicas corporais que servirão para aprimorar a linguagem gestual do sujeito.

As pesquisas de Laban¹³ pressupõem duas categorias para a compreensão da análise do movimento humano, sendo a primeira denominada *corêutica* (estudo do movimento no espaço) e, a segunda *eukenética* (estudo da expressividade do movimento).

Os estudos da corêutica, segundo Laban, consiste no “o quê” do movimento, ou seja, a sua organização no espaço. Esta organização do espaço é feita a partir de estudos de geometria e se apresenta através da cruz tridimensional (que divide o espaço

¹² HASELBACH, B. *Dança, improvisação e movimento*, p. 7.

¹³ HODGSON, J. & PRESTON-DUNLOP, V. *Rudolf Laban*, pp. 20-22.

em planos, níveis e direções) e, de cinco figuras geométricas – poliedros regulares (cubo, tetraedro, octaedro, dodecaedro e icosaedro).

A partir da figura do icosaedro, Laban imagina que cada ser humano é dono de um espaço pessoal que ele chama cinesfera ou kinesfera. Este é o espaço vital de cada um, que existe ao redor do corpo, abrangendo todas as suas direções, até onde as extremidades alcançam. A cinesfera é elástica porque as “formas virtuais” que criam podem se expandir. A expansão da cinesfera pode relacionar-se ao espaço geral que ocupamos, em diferentes momentos.

Em síntese, de acordo com os estudos da corêutica desenvolvidos por Laban, o espaço se organiza basicamente em espaço geral e espaço pessoal. E estes estudos consideram dois tipos de forma que o corpo assume; a forma que é ele próprio e as formas virtuais que são as que ele desenha no espaço.

Os aspectos eukenéticos do movimento humano representam o “como” destes movimentos e as suas qualidades, garantindo a estes sua expressividade.

No que se refere à eukenética, temos os quatro fatores de movimento, as possíveis qualidades inerentes a eles, as atitudes e movimentos internos que eles inspiram (a exemplo do pensamento, sensações, sentimentos, etc.) e as atitudes externas promovidas por eles (por exemplo, a interação, a comunicação, a assertividade e a operacionalidade).

“Os quatro fatores de movimento estudados por Laban são a fluência, o espaço, o peso e o tempo. Cada um destes fatores de movimento apresentam duas qualidades básicas: fluência - livre/controlada; espaço - direto/indireto; peso - firme/leve; tempo - rápido/lento. Estas qualidades, por sua vez, inspiram no ser humano certas atitudes e movimentos internos: livre/controlada - sentimentos/precisão; direto/indireto - pensamento/atenção; firme/leve - sensação/intenção; rápido/lento - habilidades (urgência)/decisão. As atitudes internas se expressam através dos seguintes movimentos e atitudes externas: integração, comunicação, assertividade, operacionalidade.”

Os estudos eukenéticos de Laban foram utilizados em diversos contextos e com diferentes propósitos, por exemplo, nas áreas de artes e educação física com intuito de analisar a expressividade dos movimentos, nos campos industriais com a intenção de aumentar a produtividade, entre outros.

Podemos desenvolver práticas corporais que envolvem movimentos do repertório do tai chi, capoeira, atletismo, entre outros, através dos quais observamos os princípios eukenéticos de Laban. A proposta está centrada em desenvolver a percepção das qualidades de movimento, promovidas pelos fatores.

Aproveitando outro momento, podemos trabalhar uma técnica de dança conhecida como *contact improvisation*, ou improvisação com contato. Nesta prática, o foco da percepção está centrado nos princípios corêuticos do movimento de Laban, ou seja, aqueles que se referem à organização do espaço.

“Durante as vivências buscamos algumas ações como: rastrear, recolher e atirar algo, para observarmos a expressividade dos movimentos, identificando, a partir dos fatores, suas qualidades e atitudes internas que expressam.”

Na última fase, que é a de *criação*, trabalhamos com a composição de desenhos coreográficos, explorando a criatividade a partir de temas que irão estimular o desenvolvimento do processo de criação. Wells considera que: “*A improvisação visa a criar movimentos fora dos já estabelecidos, através de diversas motivações.*” Por isso, o processo pedagógico deve utilizar diversos estímulos para incitar o espírito criativo dos educandos.

Considerações finais

A dança transforma-se, manifestando significados e significantes, permitindo-nos perceber, experimentar, entender e comunicar pensamentos e sentimentos de cada ação, de cada intenção do movimento.

A proposta pedagógica que desenvolvi pode ser considerada apenas um dos possíveis caminhos para o ensino-aprendizagem de dança nas escolas e nas academias. Por não necessitar de uma técnica ou um estilo de dança, poderá ser utilizada em todas as fases do aprendizado.

A intenção desta proposta é fazer com que os educandos possam vivenciar todo o processo de sensibilização, experimentação e criação, buscando a dança como um meio de aprendizado, realização e reflexão.

Quero deixar claro que, na proposta desenvolvida em academia, havia o contato com a técnica do próprio estilo “dança-jazz”, mas que, por outro lado, a estrutura física e administrativa dava abertura para a realização de todo o processo pedagógico de “dança-educação”. Já em escola, não foi adotado nenhum estilo, apenas me reportava ao movimento e ao momento de cada sujeito.

Com base na revisão bibliográfica realizada e também com a experiência vivida na área do ensino de dança, podemos dizer que o objetivo da “dança-educação” é propiciar situações em que o indivíduo possa, a partir dos conhecimentos já adquiridos, criar maneiras para desenvolver e superar suas possibilidades em todos os aspectos, procurando alcançar a formação integral e, conseqüentemente, a ampliação do repertório individual de movimentos.

Esta pesquisa não encerra aqui. Tenho pesquisado uma fundamentação teórico-prática, mostrando a viabilidade e a necessidade do ensino da dança para que se possa aprimorar o repertório de movimentos e a linguagem gestual do educando.

A DANÇA QUE SOMOS... A NOSSA DANÇA¹⁴

Foi ótimo compartilhar com vocês a dança.
Dança que criamos juntas.
A nossa dança.

¹⁴ Gostaria de esclarecer o momento de inspiração que vivi, dedicando esta poesia às “Minhas Meninas”, alunas da academia onde realizei um trabalho voltado à “dança-educação”.

Dança que nos ensinou,
Cada movimento.
Dança que nos inspirou,
Cada gesto.

Dança que está em nossos corações,
Por isso, é feita de sentimentos
E de grandes emoções e ações.

Dança que está dentro de cada um de nós,
Por isso, invade nossos pensamentos
E transparece cheia de intenções do que somos.

Abstract

This research aim the reflection of pedagogic proposal “dance-education’s”, unveiling, through of a narration of experienced in life thus in the school physical education as in academy, the dance that we are... the our dance, that is in the inside of each subject and appear showing itself. I use as methodology process a literature revision based in aspects referring after education, physical education and dance that aid in the base’s construction for a practice-theoretic foundation of the experienced in life.

Keywords: physical education; dance; education.

Referências bibliográficas

- DUNCAN, Isadora. *Fragmentos autobiográficos* – Isadora Duncan. Porto Alegre: L&PM, 1996.
- FAHLBUSCH, Hannelore. *Dança moderna e contemporânea*. Rio de Janeiro: Sprint, 1990.
- FUSARI, Mariazinha de Rezende e. Apresentação. In: MARQUES, Isabel A. *Ensino de dança hoje: textos e contextos*. São Paulo: Cortez, 1999.
- FUX, Maria. *Dança, experiência de vida*. São Paulo: Summus, 1983.
- GARAUDY, Roger. *Dançar a vida*. 6. ed. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1980.
- HASELBACH, Barbara. *Dança, improvisação e movimento: expressão corporal na educação física*. Rio de Janeiro: Ao Livro Técnico, 1988.
- HODGSON, John & PRESTON-DUNLOP, Valerie. *Rudolf Laban: an introduction to his work & influence*. United Kingdom: Northcote House, 1990.
- LE BOULCH, Jean. *Rumo a uma ciência do movimento*. Porto Alegre: Artes Médicas, 1987.
- PÍCCOLO, Vilma Lení Nista. A Educação Motora na Escola: uma proposta metodológica à luz da experiência vivida. In: DE MARCO, Ademir (org.). *Pensando a educação motora*. Campinas: Papirus, 1995.

- ULLMANN, Lisa (org.). *Dança educativa moderna*. São Paulo: Ícone, 1990.
- _____. *Domínio do movimento*. 2. ed. São Paulo: Summus, 1978.
- WELLS, R. *O corpo se expressa e dança*. Rio de Janeiro: Livraria Francisco Alves, 1983.
- ZOTOVICI, Sandra Aparecida. *O ensino de dança na educação física escolar*. Santo André, 1996. (Monografia de Especialização em Educação Física Escolar)

Sandra Aparecida Zotovici é mestranda da Faculdade de Educação Física da Unicamp, bolsista da Capes e administradora da lista de dança do Centro Esportivo Virtual (<http://www.cev.org.br/listas>).

E-mail: zotovici@hotmail.com