



INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DE BRASÍLIA – IFB
Pós-graduação *Lato Sensu* em Metodologia de Ensino da Dança Clássica

DANÇA E CORPO:
reflexões sobre o ensino-aprendizagem da Dança Clássica

REGINALDO DE ALMEIDA MOREIRA

Brasília, fevereiro de 2025

DANÇA E CORPO: reflexões sobre o ensino-aprendizagem da Dança Clássica¹

Reginaldo de Almeida Moreira²

Juliana Cunha Passos³

RESUMO: Este artigo tem como objetivo discutir como melhorar a eficiência e a qualidade dos movimentos de bailarinos e estudantes de Dança Clássica⁴. A pesquisa conecta reflexões de autores sobre o ensino-aprendizagem de técnicas corporais, motivando e enriquecendo a elaboração de propostas didáticas. Essa abordagem compreende a execução além da mera repetição de movimentos, assim, auxiliando o bailarino para uma organização corporal segura e coerente. A pesquisa tem como objetivo também investigar possíveis estratégias para desenvolver nos estudantes uma melhor compreensão e execução dos movimentos, a partir das orientações do professor. Utiliza como metodologia a pesquisa bibliográfica, a elaboração e condução de aulas de Dança Clássica para adultos iniciantes, coleta de dados através de aplicação de questionário e análise qualitativa. Como resultado, busca oferecer sugestões para a prática docente, com foco na melhoria do ensino-aprendizagem desta técnica de dança, contribuindo para o aprimoramento técnico e artístico-expressivo do bailarino.

Palavras-chave: Dança Clássica; Consciência Intencional; Corpo; Ensino-aprendizagem; Construção do movimento.

ABSTRACT: This article aims to discuss how to improve the efficiency and quality of the movements of dancers and students of Classical Dance. The research connects reflections from authors on the teaching-learning of body techniques, motivating and enriching the development of didactic proposals. This approach comprises execution beyond mere repetition of movements, thus aiding the dancer in achieving a safe and coherent bodily organization. The research also aims to investigate possible strategies to develop in students a better understanding and execution of movements, based on the teacher's guidance. It uses bibliographic research methodology, the design and conduct of Classical Dance classes for adult beginners, data collection through the application of questionnaires, and qualitative analysis. As a result, it seeks to provide suggestions for teaching practice, focusing on improving the teaching-learning of this dance technique, contributing to the technical and artistic-expressive enhancement of the dancer.

Keywords: Classical Dance; Intentional Awareness; Body; Teaching-learning; Movement building.

¹ Data de aprovação 14/02/2025, aprovado pela banca composta pela orientadora Juliana Passos, pelo avaliador 1, Fauzi Mansur e pela avaliadora 2, Suselaine Martinelli.

² Licenciado em dança pelo IFB, bailarino profissional desde 1990. Desde 2007, dirige sua própria escola, Reginaldo Moreira Dança & Cia, em Brasília-DF.: doisumdois.um@gmail.com

³ Doutora e Mestre em Artes da Cena, licenciada e bacharel em Dança. Docente do IFB e orientadora da pesquisa de especialização em Metodologia de Ensino da Dança Clássica. juliana.passos@ifb.edu.br

⁴ Neste estudo, o termo Dança Clássica se refere à técnica e estética de dança surgida na Europa Ocidental, especificamente nas cortes da Itália e França, nos séculos XV e XVI.

1 - Introdução

Este estudo investiga o processo de ensino-aprendizagem na Dança Clássica com ênfase na melhoria da qualidade dos movimentos. O foco está na importância da compreensão do movimento para sua execução, visando o desenvolvimento técnico-expressivo do bailarino. O objetivo é discutir estratégias pedagógicas para que o estudante possa compreender e executar melhor esta técnica de dança, com base nas orientações do professor.

O estudo utiliza uma abordagem qualitativa, tendo como metodologia a pesquisa bibliográfica, a elaboração e condução de aulas de Dança Clássica para adultos iniciantes, coleta de dados através de aplicação de questionário aos estudantes e análise qualitativa.

O aprimoramento técnico dos movimentos poderá contribuir significativamente para a qualidade artístico-expressiva do bailarino. As conexões que surgem durante o processo de formação vinculadas ao ensino da técnica possibilitam a materialização do aprendizado, quando ocorrem de maneira cuidadosa e eficiente, seja em sala de aula ou na criação coreográfica.

A dança como linguagem do corpo, que permite exprimir sentimentos e pensamentos; como instrumento físico, que transforma os movimentos corporais em símbolos que os membros da sociedade compreendem e cujo objetivo é o de representar as experiências do mundo exterior e psíquico. (Camargo, 2011, p.4).

A pesquisa aborda uma concepção de corpo como um elemento integrado à capacidade do indivíduo de se relacionar consigo mesmo, de forma ampla e irrestrita, no âmbito do desenvolvimento técnico da Dança Clássica. Dessa maneira, durante as aulas, torna-se essencial a atenção a determinados aspectos da ação em sua totalidade, de modo a favorecer o aprimoramento técnico do bailarino.

Essa abordagem integral contribui para o fortalecimento da exploração de linhas e gestos fundamentais no desenvolvimento desta técnica específica. Compreender, de forma clara, as ações necessárias ao processo de ensino-aprendizagem implica em um envolvimento profundo e uma entrega intensa, afastando possíveis distrações que possam comprometer o foco. A manutenção da atenção e da concentração constitui um fator potencialmente decisivo para o desenvolvimento individual, podendo resultar significativamente no aprimoramento técnico e artístico-expressivo do bailarino.

Um dos principais desafios na formação em Dança Clássica consiste em conciliar o aprimoramento técnico com o desenvolvimento artístico, de forma simultânea, durante as aulas. O bailarino deve reconhecer a necessidade de alinhar seus objetivos ao progresso global da sua formação e, enquanto sujeito integrado, manter-se atento às orientações e às diversas possibilidades de utilização dos instrumentos necessários ao seu desenvolvimento. Torna-se,

portanto, imprescindível a unificação de múltiplos elementos, tais como movimento, música, técnica e expressividade.

Portanto, é necessário alcançar um domínio integral, tanto técnico quanto expressivo. Muitas vezes, os estudantes acreditam que a expressividade poderá ser trabalhada mais adiante após o aprendizado da técnica. Porém, não raras são as situações em que bailarinos tecnicamente bem desenvolvidos possuem pouca expressividade. Para um desenvolvimento artístico integral, é fundamental considerar ambas as dimensões – técnica e expressiva – em todos os momentos do processo formativo.

Assim, esta pesquisa busca se estabelecer oferecendo sugestões para a prática docente, com foco na melhoria do ensino-aprendizagem da Dança Clássica. Poderá servir também como ponto de partida para pesquisas futuras sobre formação docente e qualificação profissional do bailarino.

Como não se pode aprender a nadar permanecendo na margem e, pelo contrário, é preciso se jogar na água mesmo sem saber nadar, a aprendizagem é exatamente igual, a aquisição do conhecimento só é possível na ação, ou seja, adquirindo esses conhecimentos (Vigotski, 2003, p. 296).

2 - Consciência intencional e o aprimoramento técnico do bailarino

Cada movimento organizado de uma técnica corporal deve partir de uma intenção clara. O indivíduo, em sua essência, realiza ações físicas cotidianas, como andar, correr e sentar, mas quando essas ações são conduzidas com consciência⁵, podem ganhar novo significado, inclusive artístico-expressivo. O bailarino precisa ter consciência de como as orientações devem ser organizadas para compreender e direcionar a execução de seus movimentos.

Porta de entrada de todo e qualquer conhecimento, o corpo é um locutor complexo, que não fala apenas das suas retas e curvas, mas igualmente por construções que começam, como vimos, nas principais associações de formas operadas pelas sinapses (Katz, 1994, p. 171).

Embora a técnica da Dança Clássica seja frequentemente percebida por um aspecto puramente físico de execução de movimentos, este estudo sugere que seu ensino-aprendizagem deva conscientizar os estudantes para além da mera repetição de movimentos. A prática da técnica executada com consciência e foco permite que o bailarino internalize primeiro as informações e processe melhor o movimento, desenvolvendo uma forma própria e organizada para a ação.

Essa abordagem tende a permitir uma evolução contínua, na qual o bailarino não apenas domina os movimentos, mas também se expressa/comunica de forma mais clara. Na construção do movimento é fundamental compreender suas etapas e organização para alcançar um

⁵ “A concepção de uma consciência intencional implica no fato da consciência ser sempre consciência *de*, consciência aberta ao mundo, sempre consciência *de algo*”.(Coelho Jr, 2002).

desempenho mais eficiente. Além disso, quando a atenção está dispersa, sem foco, o movimento perde sua qualidade, tornando-se sem precisão.

Mais do que modos de agir, a técnica é processo de autodescoberta, que nos habilita a identificar afinidades gestuais, dificuldades em processos de execução de movimento e alargar a dimensão e entendimento do corpo próprio. A técnica, pois, é compreendida aqui como pensamento-corpo, cuja base libertária e emancipatória deforma a ideia de corpo ideal (presente em inúmeros processos de construção gestual em dança, como o balé clássico) e não permite um pensamento de exclusão, mas de valorização à alteridade e de fomento às inúmeras genealogias corporais (Oliveira, 2013, p.26).

É importante ressaltar que a consciência intencional contribui para que o movimento seja mais preciso, auxiliando na distribuição da energia de forma controlada, evitando o desgaste físico, esforço desnecessário ou excessivo e até possíveis lesões. A economia de movimentos dispersos é também muito importante para a qualidade na execução técnica da Dança Clássica, assim como a compreensão dos detalhes do movimento. Ambos os processos integram a trajetória para alcançar o aperfeiçoamento técnico-expressivo.

Assim, o conhecimento para Husserl implica em uma consciência intencional, que não é consciência em si, mas sempre consciência de alguma coisa. Entre consciência e objeto não há mais um abismo intransponível, ou a necessidade de uma consciência que constitua seus objetos, ou ainda de objetos que constituam uma consciência, mas sim, uma intencionalidade, que é um movimento, se assim podemos descrever, entre uma consciência que só é, se aberta para os objetos, e objetos que se mostram, que se colocam enquanto intencionais à essa consciência (Coelho Jr, 2002).

A Dança Clássica, sendo uma atividade em que é necessária uma organização corporal aprimorada, inevitavelmente deverá conter orientações sobre seu ensino-aprendizagem. Não raro, na execução dos exercícios, primeiro deve-se compreender as orientações, depois, verificar as dificuldades relacionadas com a ação e as possibilidades de sua realização.

A aprendizagem desta técnica de dança deve utilizar esse instrumento de construção no qual há um processo muito detalhado para seu aperfeiçoamento. Não há como adquirir novas habilidades corporais a curto prazo, apenas porque existe um desejo latente. O indivíduo carrega em si inúmeras experiências e criar uma imagem clara e objetiva para esse fim, requer a intenção de aprimorar cada etapa do processo.

Isso significa que todo aprendizado de dança também acontece nas estruturas neuronais - ou seja, há um certo engajamento dos mapas cerebrais nesta atividade. Porque a dança que se vê, na musculatura, acontece também dentro do cérebro. Dança se movendo em larva, antes de ser ideia ou pensamento ou passo (Katz, 1994, p.127).

Katz (1994) ressalta que no processo de ensino-aprendizagem da dança, para a realização do movimento é importante a sua construção mental, numa concepção de corpo integrado. Independente do período em que se escolhe dedicar-se à dança, ou até mesmo, a outras técnicas corporais, entende-se que essa construção ocorrerá de forma gradativa, a partir de práticas regulares.

O comportamento do ser humano realmente inclui um componente novo e essencial, que é a presença preliminar na mente dos resultados do trabalho, como estímulo orientador de todas as reações. É fácil perceber que aqui se trata de certa duplicação de nossa experiência (Vigotski, 2003, p. 168).

Neste trabalho, compreende-se a consciência intencional como uma das possibilidades para se entender a conexão entre as orientações, a compreensão e as ações necessárias no desenvolvimento dos processos de ensino-aprendizagem da Dança Clássica. É possível que outros professores e bailarinos recorram a diferentes conceitos e estratégias, o que reforça o caráter plural das abordagens pedagógicas.

A relevância reside na compreensão das exigências inerentes ao processo, desde que a abordagem possibilite didaticamente essa finalidade, conduzindo os estudantes a um estado de atenção plena. A proposta é desenvolver um nível de conscientização que permita ao bailarino estar plenamente presente, focado nas orientações, no entendimento e na ação ao longo de todo o processo.

3 - A importância do professor no ensino-aprendizagem da Dança Clássica

Na dança existe aquele que se dedica a entender a elaboração e organização dos movimentos, o professor, que deve buscar compreender as diferenças físicas e estruturais dos estudantes e também se aprofundar no estudo da técnica corporal a ser ensinada, ampliando a comunicação, a memória e o entendimento dos processos de ensino-aprendizagem. Essa função é fundamental para que os processos de construção e aperfeiçoamento técnico-expressivo sejam compreendidos, ampliados e ajustados.

A presença de um professor experiente é crucial para o desenvolvimento técnico e artístico do bailarino. A orientação adequada não apenas corrige os movimentos, mas também promove a conscientização sobre o uso do corpo em sua totalidade, com o uso correto da energia. A disciplina, a dedicação e a supervisão constante são pilares fundamentais.

O professor de dança deve ter como objetivo a investigação sobre como ensinar a técnica de forma individualizada, mesmo que a aula seja em grupo. Isto é importante para desenvolver a consciência intencional do estudante, obtendo capacidade autônoma para a execução correta dos movimentos. Para além do conhecimento da técnica, outros conteúdos são necessários ao professor como: fundamentos básicos de anatomia e cinesiologia, voltados para a compreensão da estrutura do corpo, vetores de força e alinhamento corporal, além de noção de elementos musicais, interpretação e expressividade artística e de outros conteúdos como psicologia, didática, metodologia de ensino e comunicação.

Se quisermos que os alunos recordem melhor ou exercitem mais seu pensamento,

devemos fazer com que essas atividades sejam emocionalmente estimuladas. A experiência e a pesquisa têm demonstrado que um fato impregnado de emoção é recordado de forma mais sólida, firme e prolongada que um feito indiferente. Cada vez que comunicarem algo ao aluno tentem afetar seu sentimento. Isso não é apenas necessário como meio para uma melhor recordação e assimilação, mas também como fim em si mesmo (Vigotski, 2003, p. 121).

O professor desempenha um papel fundamental no processo de ensino-aprendizagem da Dança Clássica, atuando como mediador, orientador, facilitador e questionador, entre outras funções. Cabe-lhe explicitar os caminhos dos procedimentos metodológicos, buscar na didática a qualidade dos processos formativos e manter as orientações técnicas e pedagógicas necessárias.

Essa função deve ser ajustada de acordo com a capacidade de aprendizagem do estudante. Observar continuamente o seu desenvolvimento e a sua aprendizagem amplia a qualidade do ensino. Quanto mais o professor se dedica a procurar soluções de forma abrangente e qualitativa para as dificuldades encontradas no processo, melhor será a compreensão do estudante.

Por isso, o professor deve levar em consideração que o pensamento não é apenas o mecanismo que torna mais complexa e precisa nossa interação com o mundo externo, mas que ele também organiza o aspecto interno de nosso comportamento (Vigotski, 2003, p. 176).

O professor poderá também criar ou auxiliar a construção de obras coreográficas, entendendo a complexidade do que se pretende artisticamente e analisando o aperfeiçoamento técnico construído nos bailarinos até o momento. Nesse processo, a união dos conteúdos teórico-práticos será muito importante para a aplicação e domínio do produto artístico. Quanto mais o bailarino conhecer o seu corpo e mais aprimorados estiverem seus movimentos, melhor será sua possibilidade de desenvolvimento técnico-expressivo.

Mais do que realizar movimentos virtuosos e complexos, é necessário ter compreensão e domínio do próprio corpo. Elevar as pernas com qualidade, por exemplo, faz parte de uma construção de resultados positivos no processo do entendimento funcional do bailarino. Essa conexão resultará de um olhar atento do professor experiente, que geralmente já compreende em si a importância de um trabalho coerente e consistente.

Atualmente, é necessário um aprendizado mais amplo e mais profundo, já que o tempo necessita ser administrado de forma mais organizada. Necessitamos de um trabalho consciente sobre os princípios básicos do fazer artístico, assim como necessitamos conhecer a diversidade que se tornou o seu ofício. Precisamos, ainda, muitas vezes, superar a nós mesmos quando temos que oferecer a nossos alunos aquilo que não tivemos em nossa formação (Sampaio, 2000, p. 266).

Quase sempre o bom professor possui uma carreira profissional consolidada. É importante ressaltar que o professor da técnica de Dança Clássica deve buscar em sua pesquisa diária, argumentos norteadores e positivos para o formato de ação e de construção da sua aula, para acessar as particularidades de cada estudante de forma competente. A cada desafio, deverá

continuar a busca pela solução pois, às vezes, os ajustes ou correções de execução técnica precisam ser diferentes para cada estudante.

Por isso, é incorreto conceber o processo educativo como um processo placidamente pacífico e sem altos e baixos. Pelo contrário, sua natureza psicológica descobre que se trata de uma luta muito complexa, na qual estão envolvidas milhares das mais complicadas e heterogêneas forças, que ele constitui um processo dinâmico, ativo e dialético, semelhante ao processo evolutivo do crescimento (Vigotski, 2003, p. 79).

No ensino da Dança Clássica, muitas são as observações feitas pelo professor durante a execução dos movimentos. Inicialmente, a compreensão das dificuldades e facilidades, aliada à sua experimentação pessoal, permite que o bailarino – quando bem orientado – perceba as habilidades corporais pretendidas e compreenda melhor os movimentos. Esse entendimento está diretamente ligado aos conhecimentos teórico-práticos estruturados na consciência que conduzirão à almejada autonomia artística.

O professor, ao identificar as facilidades e dificuldades dos estudantes na realização dos movimentos, poderá analisar qual o melhor percurso a ser utilizado em sua preparação corporal. Esse processo envolve uma organização mental, para que consiga, após análise, selecionar e estruturar melhor os exercícios das aulas. No entanto, o trabalho não deve se restringir somente ao aprimoramento físico do bailarino, é fundamental considerar também os aspectos psíquicos, intelectuais, sociais e culturais.

É necessário compreender que é por meio da análise e reflexão que se organiza o caminho para o desempenho técnico-expressivo, o que é essencial para a construção de um artista qualificado. Se a consciência não compreende corretamente o movimento, dificilmente será executado de maneira satisfatória, com precisão e assertividade. A falta de atenção no processo também pode comprometer todo o seu desenvolvimento. Portanto, é imprescindível reconhecer que o sujeito corpo integrado determinará todo o processo.

O que nós, humanos, possuímos de extraordinário é a habilidade de encadear conceitos e criar novas sequências de escolhas. Talvez, seja isto o que distinga o nosso tipo de consciência das outras consciências encontráveis na natureza. Talvez. (Katz, 1994. p. 87).

Cada estudante enfrentará desafios específicos ao longo de sua trajetória. Alguns encontrarão dificuldades físicas, enquanto outros terão dificuldades com a musicalidade, a sintonia do movimento com a música ou a interpretação cênica. Diante disso, o professor deve estar em constante aprendizado e buscar por informações que favoreçam a compreensão individual dentro do processo contínuo das aulas.

Ter uma visão ampla e contextualizada de todo o processo torna-se essencial para o desenvolvimento do estudante. A preocupação do professor deve ser criteriosa quanto à qualidade

do ensino, aproximando o aperfeiçoamento técnico da expressão artística. Quanto mais consciente e conectado for o fluxo contínuo do pensamento, atento à execução, à experimentação e à assimilação da informação, maior será o seu aproveitamento.

A expressão artística deverá ser incentivada ao longo de todo o processo, podendo ser desenvolvida de acordo com um roteiro previamente definido – como, por exemplo, nos balés de repertório, em que a atuação deve conter ações específicas e delineadas - ou por meio de outros processos que permitam ao bailarino explorar e manifestar diversos elementos na ação cênica.

De acordo com Aragão (1997), toda a atenção em sala de aula se torna fundamental para o desenvolvimento da complexa estrutura de conhecimentos no processo de formação em Dança Clássica. O professor deve revisitar sua própria trajetória e utilizá-la positivamente como ferramenta pedagógica, podendo recorrer a qualquer analogia que possa contribuir para o ensino-aprendizagem como: cenas de filmes, letras de músicas, poemas, frases, gestos humanos ou movimentos de animais, bem como de personagens reais ou fictícios. Essa abordagem poderá tornar o estudante mais autônomo e competente.

Nesse processo não há roteiro definido, pois cada indivíduo é único e carrega uma história pessoal que irá influenciar – positiva ou negativamente – sua formação. Por exemplo, um estudante que cresce em uma família que valoriza a música pode desenvolver uma percepção musical mais apurada. No entanto, há também aqueles que, independentemente do ambiente familiar, podem possuir essa sensibilidade. Assim, a observação do professor deverá estar atenta para analisar e escolher os melhores procedimentos para cada estudante.

[...] o professor terá que observar algumas regras, desde o seu próprio ingresso na sala de aula, a forma como inicia cada exercício, o modo como explica as sequências e como procede as correções. A complexidade da composição é necessária, mas não deve tomar toda a concentração do aluno. Cada dificuldade deve ser superada racionalmente, artisticamente, e não mecanicamente. As dificuldades devem ser incluídas gradualmente, do simples ao complexo, do pequeno ao grande, preparando cada movimento de difícil execução, conquistando cada etapa, até alcançar sua forma final. (Aragão, 1997, p.153).

Ensinar exige mais do que domínio de conteúdos, demanda sensibilidade para perceber o estudante na sua totalidade e disposição para buscar novos conhecimentos, ampliando o compromisso com o desenvolvimento técnico-expressivo do bailarino. Alguns professores insistem em lecionar sem possuir essa determinação, o que pode dificultar o processo. Se não houver um real interesse na formação integral dos estudantes, podem perder a oportunidade de serem orientados por profissionais verdadeiramente comprometidos.

4 - Procedimento metodológico: coleta de dados e análise qualitativa

Não existe dança que não seja construída. O conhecimento do processo neuronal que

nos possibilita a percepção explícita o fato de que algo pertencer ao corpo como aptidão não significa o mesmo que estar "naturalmente" pronto, disponível, à espera de um resgate... (Katz, 1994 p. 90, grifo do autor)

Katz (1994) esclarece o processo de compreensão da construção de um movimento e a importância de primeiro organizar as orientações e ajustar o percurso antes da sua execução. Neste sentido, como metodologia de investigação da pesquisa optou-se pela elaboração e condução de uma aula para adultos iniciantes de Dança Clássica, coleta de dados com questionário impresso e análise qualitativa dos dados.

A aula teve como proposta trabalhar as orientações de cada exercício técnico de duas formas distintas: na primeira parte da aula, com uma abordagem mais simplificada, enfocando apenas na demonstração do movimento e na segunda parte da aula, os mesmos movimentos foram demonstrados com informações adicionais. Esse processo buscou analisar de forma qualitativa o entendimento pessoal e processual dos movimentos apresentados na mesma aula.

Na primeira parte da aula foram selecionados e demonstrados três movimentos básicos da técnica da Dança Clássica (*demi plié, battement tendu e rond de jambe*) com foco no processo de memorização simples e na reprodução dos movimentos. Assim, dando mais ênfase à forma final do movimento, sem orientações relacionadas aos processos de compreensão e execução.

Na segunda parte da aula foram demonstrados os mesmos exercícios, porém com informações adicionais, a fim de verificar se a compreensão da explicação e dos movimentos poderia influenciar na qualidade da execução técnica. Foram fornecidas orientações adicionais sobre alinhamento corporal, vetores de força, intenção do movimento alinhado às estruturas anatômicas e manutenção do foco.

A turma de adultos iniciantes, com quatro estudantes com faixa etária entre 20 e 50 anos, após realizar cada parte da aula preencheu a parte correspondente do questionário com perguntas relacionadas à compreensão dos exercícios e sua realização, além de questões relacionadas à demonstração do professor, à atenção e concentração, autopercepção e dificuldades encontradas.

Na pergunta 1 do questionário “Você conseguiu compreender os movimentos a partir das explicações do professor?”, referente à primeira parte da aula, três participantes afirmaram conseguir compreender dois exercícios e o outro exercício tiveram uma compreensão parcial. A outra participante teve compreensão parcial em dois exercícios. Na segunda parte da aula, todas as participantes afirmaram total compreensão em todos os exercícios (pergunta 6).

Na pergunta 2 “Você conseguiu executar os movimentos, conforme solicitado/demonstrado pelo professor?”, dois participantes afirmaram conseguir executar parcialmente dois exercícios e o outro, conseguiu executar totalmente. Outras duas participantes relataram conseguir executar

totalmente dois exercícios e o outro, apenas parcialmente. Na segunda parte da aula, três participantes afirmaram que conseguiram executar totalmente todos os exercícios e somente uma relatou que em dois exercícios conseguiu executar parcialmente (pergunta 7).

Na pergunta 3 “Como você considerou a explicação/demonstração do professor?”, dois participantes responderam que a ação do professor foi suficiente tanto na primeira etapa quanto na segunda etapa. Outra participante considerou diferente em cada exercício, sendo parcialmente suficiente, insuficiente e suficiente, respectivamente. Já a última participante considerou parcialmente suficiente em dois exercícios e insuficiente no outro. Na segunda parte, ambas consideraram a atuação docente suficiente em todos os exercícios (pergunta 8).

Na pergunta 4 “Na realização dos movimentos, como estava sua atenção?”, somente uma estudante relatou estar atenta e com consciência ativa em todos os exercícios em ambas as partes da aula. Três estudantes relataram que estavam atentas em dois exercícios e no outro, não conseguiram manter o foco, apenas reproduziram o movimento. Na segunda parte, duas estudantes mantiveram a mesma situação relatada anteriormente e a outra conseguiu estar atenta em todos os exercícios (pergunta 9).

Na pergunta 5 “Selecione a opção que mais se identifica”, as quatro estudantes afirmaram não ter dificuldades para entender dois exercícios, estando bem atentas, sendo que três estudantes afirmaram que um exercício foi confuso e misturaram as informações e a outra estudante afirmou que estava com medo de errar na realização de um dos exercícios. Na segunda parte, duas estudantes afirmaram que não tiveram dificuldades para entender todos os exercícios e as outras duas estudantes relataram que tiveram medo de errar durante a execução de um exercício e não tiveram dificuldades nos outros (pergunta 10).

No final do questionário, foram feitas duas perguntas comparando as duas partes da aula. Na pergunta 11 “Ao se mover novamente, com as novas orientações, você observou mudanças na compreensão e/ou execução dos movimentos?”, duas participantes responderam que observaram muitas mudanças em todos os exercícios e as outras duas responderam pouca mudança em apenas um dos exercícios e muita mudança nos demais.

Na pergunta 12 “Como avalia a sua compreensão/execução dos movimentos, comparando a primeira e a segunda parte da aula?”, todas as estudantes afirmaram que a execução da segunda parte da aula foi mais fácil em todos os exercícios, pois as orientações do professor auxiliaram sua execução.

Sobre comentários e sugestões finais: a participante 1 relatou que “a segunda orientação foi mais detalhada trazendo maior compreensão do movimento e tornando mais fácil e

compreensível”. A participante 2 comentou que foram “ótimas orientações, aula bastante didática”. A participante 3 relatou que “Dar o nome dos movimentos facilita a compreensão e ativa a memória, o mesmo funciona com a contagem mais lenta.”

Por fim, a participante 4 afirmou que “Já tive experiências com professores que apenas demonstraram os exercícios sem explicá-los detalhadamente e além de demorar mais tempo para entender, ficava muito ansiosa durante as aulas, o que também afetava meu desempenho”.

De modo geral, foi possível perceber que, na segunda parte da aula, as complexidades envolvidas na execução técnica foram melhor organizadas, refletindo o aprofundamento dos conteúdos aprendidos. Além disso, notou-se que os estudantes conseguiram manter o foco na ação por mais tempo, observando cada etapa do movimento. Esse aprimoramento indica que a atuação docente ampliou as possibilidades de associação dos conteúdos teóricos à prática da técnica da Dança Clássica, favorecendo uma melhor organização corporal dos estudantes.

Para progredir tecnicamente na Dança Clássica, é essencial compreender o corpo em sua totalidade. O processo demonstrou que, ao fornecer mais detalhes e orientações, o professor pode ampliar significativamente a compreensão e a qualidade da execução dos movimentos. O uso de metáforas, analogias e exemplos do cotidiano revelou-se uma ferramenta eficaz para direcionar melhor a construção técnica dos estudantes.

5 - Proposta didática com ênfase na compreensão dos movimentos

O aprimoramento técnico na Dança Clássica não ocorre instantaneamente, a capacitação exige a repetição e a aplicação dos conhecimentos em diferentes exercícios. Na construção dos movimentos, diversos procedimentos são necessários para o desenvolvimento técnico do estudante, na qual o professor deve respeitar suas particularidades.

Vianna (2005, p.137) afirma que “sem espaço interior não é possível exteriorizar nossa riqueza expressiva nem criar novos códigos de comunicação artística ou cotidiana”. Assim, é muito importante que os estudantes se auto compreendam, ampliando as reais possibilidades de seu desenvolvimento.

Com o tempo, conseguem organizar as estruturas corporais para mover-se simultaneamente, ajustando-se às diferentes intenções e propostas de cada exercício. Essa conexão entre informações permite que execuções complexas se tornem mais eficientes.

É fundamental compreender que esse processo deve ser construído diariamente, não apenas pela prática e repetição, mas, principalmente, pela conscientização da prática dentro da repetição. Um trabalho repetitivo, extremo e rígido fatalmente não contribuirá para o

desenvolvimento do bailarino em sua totalidade.

Assim, torna-se evidente a falta de qualidade técnica quando um estudante pouco experiente se apresenta sem ter compreendido todas as etapas necessárias, como aprimoramento técnico, domínio do movimento, expressividade, musicalidade, entre outros. Da mesma forma, aqueles bailarinos que tiveram uma formação completa e eficiente demonstram uma qualidade técnica-expressiva diferenciada.

[...] a dança é possibilidade de arte inscrita no corpo, metáfora de pensamento que se desdobra em expansão de formas e vidas, forças e movimentos. Neste contexto, o corpo como questão e inscrição da dança estrutura processos de formação, informação e transformação vinculando-se, desta maneira, não apenas aos processos geradores de desenhos de movimento pelo espaço, mas também como fator organizador do movimento [...] (Dantas, 1999, p.23).

Dantas (1999) sugere que o bailarino deve aproveitar os aspectos relacionados à sua existência a fim de fornecer, por exemplo, conteúdos diversos que possam corroborar com a sua formação. É preciso compreender que na prática diária, a pesquisa, os desafios, a sensibilidade, a dedicação e a disciplina deverão estar presentes, além do esforço necessário já realizado em cada aula.

Considerando essas reflexões, foi elaborada uma proposta⁶ de aula de Dança Clássica para adultos iniciantes, com foco na melhoria da compreensão e execução técnica dos movimentos. O plano de aula foi construído com exercícios básicos da técnica como *plié*, *tendu* e *rond de jambe*, em sequências simples para que o estudante se preocupe mais com as informações necessárias para compreender e melhor organizar o movimento na sua execução.

A estrutura de uma aula de Dança Clássica sempre será dividida em etapas, porém cada etapa de exercícios contém suas especificidades e suas complexidades. A proposta foi fornecer informações complementares sobre os movimentos, facilitando sua compreensão e execução, de forma menos exaustiva para o estudante, desenvolvendo de forma gradativa sua habilidade técnica.

Os conteúdos complementares na descrição dos movimentos podem abordar noções de anatomia e funcionamento do corpo, percepção de limites corporais, vetores de força, musicalidade, uso da respiração e da energia, além da expressividade. Essas orientações têm como objetivo reforçar a importância do controle corporal e da ativação muscular para facilitar sua correta aplicação na execução do movimento. Podem ser utilizadas e reforçadas, sempre que necessário, durante todo o processo.

A metodologia da aula contemplou a apresentação da proposta aos estudantes; exercícios

⁶ Plano de aula no apêndice, página 16.

de organização corporal; explicação e realização de exercícios técnicos de Dança Clássica (barra); coleta de feedbacks dos estudantes e análise final do processo em roda de conversa.

É possível também propor repetição do(s) exercício(s) com orientações mais definidas e focadas na comunicação eficiente com o estudante. E também abrir espaço para a verbalização e questionamentos dos estudantes e, se necessário, expandir e esmiuçar a informação a fim de sanar todas as dúvidas.

Como possíveis resultados desta abordagem, pode-se obter uma melhora na compreensão e no desenvolvimento técnico-expressivo do estudante de Dança Clássica, tornando o processo de ensino-aprendizagem mais eficiente, além de contribuir para a construção da autonomia do bailarino. Essas ações podem colaborar para uma formação mais integral, podendo também prolongar o tempo de sua atuação na carreira profissional.

A dança em um corpo resulta de uma série orquestrada de eventos em simultaneidade, da ligação fenomenológica deste corpo com o que o envolve, via percepção, até a aprendizagem, a memória muscular, e aquilo que resulta em arte. (Katz, 1994, p. 131).

6 - Considerações finais

Nas artes que exigem aprimoramento técnico e artístico-expressivo, tanto o professor quanto o estudante precisam se dedicar integralmente a todas as etapas do processo de ensino-aprendizagem, avaliando-se continuamente. Somente assim será possível encontrar o caminho para alcançar um desenvolvimento qualificado e profissional.

O ideal é que o processo ocorra sem pular etapas, mas também sem atrasos desnecessários. A observação atenta e consciente amplia a capacidade de resposta, otimizando os resultados. Para isso, é essencial uma integração entre teoria e prática durante as aulas de Dança Clássica, desenvolvendo intencionalidade na consciência, com foco nos detalhes e na orientação estruturada, além de outros aspectos como espaço físico, musicalidade, disciplina e as particularidades de cada ação em cada bailarino.

O professor atento é aquele que pesquisa e analisa cada detalhe, tanto em si quanto nos estudantes. Da mesma forma, o bom estudante é aquele que busca constantemente descobrir e redescobrir-se, neste caso, por meio da dança. Embora todos possam aprender, cada indivíduo se desenvolve de maneira única, influenciado por fatores físicos, psíquicos e sociais.

O desenvolvimento técnico-expressivo exige que o bailarino saia de sua zona de conforto, explorando o desconhecido por meio da pesquisa, da experimentação e do entendimento profundo de seu próprio corpo. É necessário desenvolver uma percepção global, compreendendo as estruturas físicas para, a partir disso, expandir as possibilidades de aplicação e aperfeiçoamento técnico. Todo artista da dança deve conhecer-se profundamente e nesse processo, a estagnação não

pode ser uma opção – nem para o estudante, nem para o professor.

No ensino da Dança Clássica, o objetivo não deve ser apenas resolver problemas, mas antecipá-los e preparar soluções antes mesmo de seu surgimento. Para isso, é fundamental que o professor compreenda o processo de ensino-aprendizagem, o que inclui ampliar sua própria observação e experimentação corporal, explorando as diferentes partes do corpo, identificando aptidões, limitações e características socioculturais, para depois, se necessário, exemplificá-las para auxiliar o processo de desenvolvimento de cada estudante.

O homem carrega a possibilidade de executar 700 mil gestos. 150 mil unidades a mais do que as palavras que constam no maior dicionário existente em língua inglesa, por exemplo. 50% da comunicação humana é não-verbal...O homem não se concebe sem movimento... (Katz, 1994, p. 70).

Segundo Katz (1994), o ser humano tem uma enorme possibilidade de expressão e comunicação por meio do movimento. A Dança Clássica organizou algumas dessas possíveis formas, permitindo a realização de movimentos técnicos ou de movimentos intencionais organizados. Aprimorar, desenvolver e intensificar a observação do comportamento dos estudantes durante a prática da Dança Clássica são processos essenciais para o desenvolvimento de sua qualidade técnico-expressiva. O estudante se transforma quando se entrega plenamente ao processo e recebe uma orientação adequada do professor.

Metaforicamente, a dança pode ser comparada à tradução de um poema através do movimento corporal – às vezes leve e fluida, outras vezes intensa e desafiadora, evocando emoções profundas e trazendo à tona, com verdade, as intenções pretendidas. Em outro extremo, pode ser como um salto de "*bungee jump*", exigindo controle do medo e cálculos precisos para garantir a segurança do movimento. Enfrentar desafios internos, conscientes ou não, faz parte do crescimento técnico e artístico de quem se expressa/comunica através da dança.

A verdadeira observação de si pode permitir o domínio necessário para agir com precisão e segurança, na grande maioria das vezes. O processo de aprendizado requer tanto uma observação interna quanto externa. A busca pela perfeição parece essencial, mas o mais importante é estar sempre consciente e próximo do objetivo, mantendo-se em constante evolução.

A conexão entre professor e estudante facilita a análise e compreensão do ensino-aprendizagem, influenciando diretamente seus resultados. A experiência do professor e sua capacidade de guiar o estudante são fundamentais. Quanto mais experiente for, maior será sua capacidade de compreender e auxiliá-lo. A qualidade do processo poderá ser ampliada tanto por meio de orientações do professor que incentivem a reflexão e a compreensão dos movimentos, quanto pela experimentação pessoal do bailarino, permitindo avaliar e ajustar sua prática e seu desenvolvimento técnico-expressivo na Dança Clássica.

REFERÊNCIAS

ARAGÃO, Vera. **Lições de Dança 1**. Reflexões sobre o ensino do ballet clássico. Rio de Janeiro: Editora UniverCidade, 1997.

CAMARGO, Giselle Guilhon Antunes. Antropologia da Dança: um campo teórico e metodológico em consolidação, no Brasil. *In: VI Reunião Científica da Abrace*, 2011, Porto Alegre. Anais [...]. [S. l.: s. n.], 2011. Disponível em: [Microsoft Word - 15. CAMARGO, Giselle Guilhon Antunes_REV_1002](#) Acesso em: 31 jan. 2025.

COELHO Jr, Nelson Ernesto. **Consciência, intencionalidade e intercorporeidade**. Seção Especial - Arno Engelmann. Paidéia (Ribeirão Preto) 12 (22), 2002. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/paideia/a/6hm6HYF6DLhrN3HxDw5BSth/#> Acesso em: 31 jan. 2025.

DANTAS, Monica. **Dança: o enigma do movimento**. Porto Alegre: UFRGS, 1999.

KATZ, Helena. **Um dois três - A dança é o pensamento do corpo**. São Paulo: Puc-SP, 1994.

OLIVEIRA, Victor. Corpo, dança e contexto: apontamentos sobre a técnica da dança em abordagens plenas. **Revista Dança**, Salvador, v.2, n.1, p.22-33, jan./jun. 2013. Disponível em: <https://periodicos.ufba.br/index.php/revistadanca/article/view/7177> Acesso em: 31 jan. 2025.

SAMPAIO, F. **Lições de dança 2 - Balé: compreensão e técnica**. Rio de Janeiro: Editora Univercidade, 2000.

VIANNA, Klauss - **A Dança**. 6. ed. São Paulo: Summus, 2005.

VIGOTSKI, Liev Semionovich – **Psicologia Pedagógica** – Edição Comentada. Porto Alegre: Artmed, 2003. Disponível em: https://www.academia.edu/43774594/Psicologia_Pedagógica_Vigotski_Ed_comentada_completo Acesso em: 21 mar. 2025

APÊNDICE - Plano de aula

IDENTIFICAÇÃO: Reginaldo de A Moreira
TEMA: Consciência intencional na execução técnica da Dança Clássica
FAIXA ETÁRIA: Adultos
NÍVEL: Iniciante
DURAÇÃO: 1 hora
OBJETIVO GERAL: Promover melhoria na compreensão e execução técnica da Dança Clássica.
<ul style="list-style-type: none">. Ressaltar a importância da compreensão para o aprendizado dos movimentos;. Buscar a qualidade da execução dos movimentos;. Construir uma comunicação eficiente com os estudantes;. Estimular o uso da propriocepção para o domínio corporal;. Proporcionar o desenvolvimento técnico-expressivo do estudante.
CONTEÚDOS:
<ul style="list-style-type: none">. Organização corporal. Posições de pés (1ª, 2ª e 4ª). Exercícios técnicos de Dança Clássica (<i>Demi plié, Battement tendu Rond de jambe</i>). Noções de anatomia e funcionamento do corpo. Respiração e aplicação de energia. Vetores de força e controle corporal. Percepção de limites corporais. Direções espaciais.
RECURSOS DIDÁTICOS:
Sala de aula de dança com barra e espelho
METODOLOGIA:
<ul style="list-style-type: none">. Apresentação da proposta aos estudantes;. Exercícios de organização corporal. Explicação e apresentação dos exercícios técnicos;. Realização de exercícios técnicos de Dança Clássica (barra). Coleta de Feedbacks dos estudantes. Análise final do processo em roda de conversa.

DESCRIÇÃO DAS PROPOSTAS:

1º - Apresentar a proposta e conhecer as expectativas dos estudantes;

2º- Exercícios de organização corporal

Orientar como os pés devem estar posicionados em relação ao contato com o solo e em relação ao corpo em uma posição paralela para dar início aos movimentos de aquecimento articular. Cada movimentação utilizará oito tempos lentos, permitindo ajustes necessários, priorizando o alinhamento do corpo, projeção vetorial e conscientização para a ação corporal:

Rotação de cabeça, ombros e quadris

Pequenos alongamentos do tronco para frente e para trás, com elevação dos braços alternadamente para as laterais.

Flexão e extensão das pernas com o tronco para baixo.

3º - Explicação e apresentação dos exercícios técnicos

Orientar sobre as adequações corporais necessárias para as posições que serão trabalhadas em aula: primeira, segunda e quarta posição dos pés de frente para a barra, ampliando a visualização e percepção interna sobre alinhamento e estabilidade corporal.

4º - Exercício de *demi plié*

De frente para a barra em 1ª posição dos pés:

Demi plié (4 tempos)

Eleve desce (4 tempos)

Battement tendu, apoia 2ª posição (8 tempos)

Repete a sequência, no final levando para a 4ª posição.

Repete a sequência, no final fechando em 1ª posição.

Repete a sequência com a perna esquerda.

5º - Exercício de *Battement tendu*

1ª posição de pés, de frente para a barra:

Tendu devant decomposto (4 tempos)

Tendu à la seconde (4 tempos)

Tendu derriere (4 tempos)

Tendu à la seconde (4 tempos)

Repete a sequência com a perna esquerda.

6º - Exercício de *Rond de jambe*

1ª posição de frente para a barra:

Rond de jambe en dehors decomposto (4 tempos)

Repete em dedans (4 tempos)

Repete a sequência com a perna esquerda.

2 rond de jambe en dehors (2 tempos)

Fecha em primeira posição (4 tempos)

2 rond de jambe en dedans (2 tempos)

Fecha em 1ª posição (4 tempos)

Repete a sequência com a perna esquerda.

7º - Se necessário propor repetição do(s) exercício(s) com orientações mais definidas focadas na comunicação eficiente com o estudante. Abrir espaço para a verbalização e questionamentos dos estudantes e, se necessário, expandir e esmiuçar a informação a fim de que sejam sanadas todas as dúvidas;

8º - Análise Final do processo em roda de conversa

Reflexão sobre outras possibilidades de exercícios, a fim de que, os próprios alunos possam buscar a compreensão dessa aplicação em outros exercícios ou partes do corpo, ou ainda a partir de sugestões ou dúvidas.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

KATZ, Helena. **Um dois três** - A dança é o pensamento do corpo. SP: Puc,1994.

OLIVEIRA,Victor. Corpo,dança e contexto: apontamentos sobre a técnica da dança em abordagens plenas. **Revista Dança**, Salvador, v.2, n.1,p.22-33, jan./jun. 2013. Disponível em: <https://periodicos.ufba.br/index.php/revistadanca/article/view/7177> Acesso em: 31 jan. 2025

VAGANOVA, Agrippina. **Fundamentos da Dança Clássica**. trad Ana Silvia e Silvério. Curitiba: Prismas, 2015.