



UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO
CENTRO DE ARTES E COMUNICAÇÃO
DEPARTAMENTO DE ARTES
CURSO DE LICENCIATURA EM DANÇA

MARILIA CRISTINA VARELLA TORRES DEODATO

A CONSCIÊNCIA CORPORAL ATRAVÉS DE
VIVÊNCIAS PRÁTICAS NO BALÉ INFANTIL

RECIFE

2022

MARILIA CRISTINA VARELLA TORRES DEODATO

A CONSCIÊNCIA CORPORAL ATRAVÉS DE
VIVÊNCIAS PRÁTICAS NO BALÉ INFANTIL

Trabalho de Conclusão de Curso.
Memorial apresentado ao Curso de
Licenciatura em Dança da Universidade
Federal de Pernambuco, como requisito
para obtenção de título em Licenciatura em
Dança.

Professora Orientadora: Dr^a Letícia
Damasceno

RECIFE

2022

AGRADECIMENTOS

Para que eu desenvolvesse e concluísse este trabalho, contei com ajuda de várias pessoas aos quais agradeço:

A todos os professores que tive oportunidade de conviver neste período de faculdade, seus ensinamentos permitiram que estivesse agora concluindo o curso.

A professora orientadora que me acompanhou dando o auxílio necessário para elaboração deste memorial.

Aos meus pais, minha sogra e toda a minha família, que me deu apoio em todos os momentos que precisei, sem a colaboração de cada um deles não teria sido possível chegar até aqui.

Em especial ao meu marido, pelo incentivo incansável e toda ajuda que permitiu que eu não desistisse; e ao meu filho pela compreensão da ausência e afastamento que foi preciso em muitos momentos.

A Deus, pela vida e oportunidade de viver tudo isso.

LISTA DE FIGURAS

Figuras 1: Postura da bailarina.....	24
Figuras 2: Respiração do balão.....	26
Figuras 3: A mão de bailarina.....	28
Figuras 4: História com os pés.....	30
Figuras 5: Letras do nome.....	32
Figuras 6: O brinquedo preferido.....	33
Figuras 7: Meditação da luzinha.....	35
Figuras 8: Criação de coreografias em duplas.....	36

SUMÁRIO

1 Contextualizando	08
2 O caminho até à docência	09
3 Ensinar	11
4 Sobre a criança	12
5 A dança e a consciência do movimento	14
6 Tonicidade corporal	16
7 Sobre o balé	18
8 O relato	19
9 Atividades	23
9.1 Postura da bailarina.....	23
9.2 A respiração do balão.....	25
9.3 A mão bailarina.....	26
9.4 História com os pés.....	28
9.5 Letras do nome.....	30
9.6 O brinquedo preferido.....	32
9.7 Meditação da luzinha.....	33
9.8 Criação de coreografias em duplas.....	35
10 Finalizando	37
Referências	38
Anexo	40

1 Contextualizando

O movimento é a forma que o ser humano utiliza para se expressar. Então, aprender a mover-se significa aprender a responder de forma adequada aos estímulos do ambiente, desenvolvendo assim atividades funcionais para a conquista da independência.

Um dos meios de estimular o movimento e conseqüentemente o desenvolvimento da criança é a prática de atividade física. Assim, o balé clássico tem sido bastante escolhido como atividade por muitos pais e crianças, principalmente para as meninas. Mas, apesar de atraente, por seu encanto e aparentes benefícios, o balé exige um alto desempenho de quem o pratica, devido a sua técnica rigorosa e bem estruturada.

Na infância a criança tem a liberdade de explorar de forma espontânea as suas habilidades, assim, nessa fase é possível otimizar suas capacidades funcionais, cognitivas e psíquicas, contribuindo para o desenvolvimento em toda sua complexidade.

Este trabalho é o relato da minha experiência como professora de balé infantil, trazendo mais especificamente a abordagem de como tal modalidade pode contribuir para o desenvolvimento da consciência corporal das crianças.

O memorial se torna relevante, apontando que o balé clássico pode ser um aliado no desenvolvimento de uma conscientização da criança acerca do próprio corpo. Enfatizando neste trabalho a vivência prática com crianças de três a cinco anos de idade, do sexo feminino, estudantes de escolas particulares do Recife.

2 O caminho até à docência

Em um breve relato...

Iniciei minha trajetória na dança ainda pequena, por volta dos sete ou oito anos de idade, e pude experienciar alguns estilos de dança desde então. A primeira modalidade que tive contato foi a dança popular, ou regional, como era chamada na época no local que fazia as aulas; vale salientar que esse meu primeiro contato com a dança foi na escola regular, porém fora da carga horária obrigatória, sendo assim, uma atividade extracurricular. Durante esse tempo tive aulas de teatro, ginástica rítmica, e outras danças, mas por curtos períodos, sem uma continuidade.

Aos dez anos comecei a fazer aulas de balé clássico e logo em seguida de dança moderna. Aprendia as duas modalidades ao mesmo tempo e isso se deu durante muitos anos, até a idade adulta.

Em meio a esse trajeto na dança, e já sabendo que era esse caminho que eu queria seguir como profissão, deixei a faculdade de fisioterapia, que eu cursava naquele momento e ingressei no curso de Licenciatura em Dança. Já cursando Dança, não demorou muito para eu começar a me interessar pela docência. Antes disto, eu já passara por algumas experiências de assumir algumas aulas ou inícios de aulas quando a professora do balé ou da dança moderna não podia estar presente, conduzindo a aula para pessoas até com mais idade e tempo de dança do que eu na época; não querendo aqui dar a essa experiência juízo de valor, mas apenas citando como parte da minha caminhada na dança.

Logo no início da faculdade, no terceiro período para ser mais exata, comecei a dar aula em uma escola particular no bairro onde eu morava, e um ano depois, eu estava dando aula em quatro escolas ao mesmo tempo. Frisando que todas essas escolas que trabalhei inicialmente, foram para ensinar balé clássico, a alunas da educação infantil; e que dentre as quatro escolas, em três o balé era ministrado como atividade extracurricular, e em uma o balé fazia parte da carga horária obrigatória.

Meu percurso no ensino da dança, como já citado acima, iniciou em escolas de ensino básico, por isso estava totalmente inserida no contexto pedagógico, o que me proporcionava correlacionar e praticar muito do que eu vivia e aprendia na universidade naquele momento, e ao mesmo tempo ter uma visão mais crítica do ensino da dança como um todo, nos diversos ambientes.

Já se passaram onze anos desde que comecei a trabalhar com a dança (desde 2011); e durante esse tempo, eu passei por vários outros locais de trabalho além dos primeiros que mencionei acima, dentre eles, algumas academias e estúdios de dança, inclusive tendo meu próprio estúdio durante três anos. Mas estando no processo de ser aluna e professora simultaneamente, aos poucos, com o passar do tempo e afinando a capacidade autoanalítica, percebi que eu me identificava mais com o ensino dentro do espaço escolar, do que com os outros espaços, como as academias de dança por exemplo, então há cerca de cinco anos, que trabalho com dança apenas em escolas. Hoje, não apenas com o balé clássico, mas com outras modalidades também.

Embora já tenha trabalhado com adultos, atualmente, dou aula para o público dos três aos dezoito anos de idade. A escola em que estou atualmente oferece cinco modalidades de dança diferentes que são ministradas por quatro professoras, porém especialmente para os alunos da educação infantil, só é ofertado o balé clássico como opção.

Neste trabalho, vou me ater a minha experiência dando aulas de balé para crianças dos três aos cinco anos de idade.

3 Ensinar

Como já citado, trabalho há onze anos ensinando balé clássico a crianças, e devido aos aprendizados na faculdade, eu já iniciei esse percurso podendo fazer algumas reflexões em relação às formas de ensino e aprendizagem do balé e correlacionando essas formas com os aspectos de desenvolvimento das crianças de acordo com a idade das mesmas. Comecei a ver que, na minha concepção, era impossível ensinar a técnica de uma dança, “passando por cima” de elementos tão necessários a serem vivenciados e incorporados pelas crianças. Um desses elementos é a consciência corporal, o qual eu comecei desde então a me questionar se era trabalhada dentro de uma aula de balé infantil na maioria dos lugares; de que forma eu poderia trabalhá-la, sem perder as características de uma aula da modalidade em questão, afinal eu teria sido contratada para tal atividade; e quais os benefícios que uma criança que compreende seu próprio corpo pode ter ao aprender a técnica do balé clássico, sendo esta ministrada de acordo com sua faixa etária.

Então, movida por tais questionamentos, comecei a pesquisar sobre o assunto e tentar aplicar nas minhas aulas algumas atividades que promovessem às crianças a possibilidade de desenvolver uma noção acerca do seu corpo. Essas atividades foram e são aplicadas durante esses anos que estou em sala de aula e em várias turmas da faixa etária em questão (três a cinco anos). Vou relatar nesse trabalho, tanto as diferentes respostas que as crianças deram aos estímulos dados, quanto sobre a minha percepção e experiência ao propor as práticas para as alunas.

Nos tópicos a seguir irei elencar de forma breve alguns autores que tomei como apoio para embasar os assuntos que mencionarei durante o meu relato, representando um referencial teórico deste trabalho.

4 Sobre a criança

Foram séculos para que a sociedade percebesse que a criança é um ser em desenvolvimento e em aspectos bem diferentes do adulto. Essa descoberta revolucionou o pensamento em relação às crianças, dando origem a diversas teorias que se preocupam em diagnosticar como se dá o desenvolvimento infantil.

À medida que a criança se desenvolve, modificam-se também seu organismo, suas proporções físicas, suas capacidades mentais, seus interesses, seu comportamento motor, emocional, social e etc.

É dessa forma que pais e professores de hoje concebem a criança, e procuram tratá-la de acordo com suas peculiaridades, respeitando a fase do desenvolvimento em que ela se encontra.

Na infância o corpo começa a ser explorado e a criança expressa seus sentimentos e sua afetividade através dos gestos que podem ser executados de forma consciente ou inconsciente. O corpo nesse sentido é a resposta destas expressões, pois ele é instintivo e espontâneo, diferentemente da palavra que é regulada pelo pensamento. A resposta corporal em relação às emoções não é premeditada na infância, e sim espontaneamente definida.

O corpo é o primeiro meio de exploração e conhecimento que o ser humano possui, por isso, a relação deste corpo com o outro e com o ambiente promove uma construção progressiva da própria realidade. Através dele expressa-se as formas mais variadas das necessidades físicas, afetivas e cognitivas. Ele é, como diz Vieira (2005): “um local de vivência direta no processo de conhecimento do mundo, corpo no qual sentimos, percebemos e acumulamos tensões, corpo que fala numa linguagem analógica” (p.44).

De acordo com Barros (2002, p.20):

Neste período, o comportamento social da criança é muito enriquecido. Ela, que no início se satisfaz apenas vendo outras crianças brincarem ou brincando ao lado delas, passa a participar de brinquedos conjuntos. Chegará, no fim da segunda infância, a poder brincar em pequenos grupos de crianças de ambos os sexos.

Fazendo agora uma alusão a capacidade de concentração na infância, menciono Coll, Marchesi e Palácios (2004), que dizem que a criança apresenta a incapacidade de refazer mentalmente o processo seguido de voltar ao estágio inicial

e não relaciona os estados iniciais com os finais, aspecto esse caracterizado como pensamento pré-operacional.

Diante disso, na fase da segunda infância, que compreende dos três aos seis anos de idade, estudiosos sugerem a inserção de atividades que estimulem as crianças a identificar sequências, organizar, seriar e categorizar objetos e imagens.

5 A dança e a consciência do movimento

Um dos precursores da dança no contexto da educação foi Laban. Para ele: “A educação deve integrar corpo e mente, ensinando a pensar em termos de movimento para dominá-los, e não apenas se preocupar com o domínio da escrita, do raciocínio lógico-abstrato e da linguagem” (SCARPATO, 2001, p.57).

Assim, a partir da dança a criança desenvolve habilidades e conhecimentos necessários para a criação e estruturação dos movimentos, gestos e dinâmicas para expressarem seus sentimentos e ideias a partir das relações tônicas.

Este é um dos objetivos da Dança-Educação nos anos iniciais para promover e desenvolver todas as suas habilidades naturais, ou seja, oferecer oportunidades para as crianças criarem simples sequências, através da improvisação, interagindo uma com a outra, orientadas por um professor sensível. Com suas habilidades e conhecimentos desenvolvidos, elas poderão ser capazes de criar danças mais complexas, as quais terão uma estrutura clara, incluindo aspectos interessantes de composição, tal como desenvolvimento de tema e repetição. As crianças pequenas possuem um repertório de movimentos naturais e habilidades expressivas. Muitas adquiriram um sentido elementar de consciência estética do movimento, fazendo-o conscientemente, mas com prazer e com consciência da fluência e do ritmo (FREIRE, 2001, p.32).

Nesses anos iniciais, esse deleite e satisfação em expressar-se através de movimentos devem ser aproveitados como oportunidades de aprendizagem designadas para desafiar e desenvolver todo esse potencial. A aquisição e o domínio de habilidades são essenciais para capacitar as crianças a se movimentarem com facilidade e precisão, auxiliando-as a expressar sua individualidade em situações mais imaginativas. Inicialmente, o foco poderia ser a melhoria do equilíbrio, do controle, coordenação e postura, período em que as características de dinâmica espacial do movimento necessitam ser constantemente enfatizadas (FREIRE, 2001, p.32).

A autora Débora Bolsanello aborda sobre as técnicas somáticas, que segundo ela, tem como eixo o desenvolvimento da consciência de si em movimento no espaço, com o objetivo de facilitar a construção de uma sensação de conforto e bem-estar.

Tais técnicas requerem o uso da atenção e da concentração e envolvem habilidades como sentir, perceber, nomear, diferenciar, observar, comparar, interpretar e outras, que cooperam para tornar conscientes ações que poderiam naturalmente passar despercebidas. Geralmente essas experiências são executadas sem pressa, contribuindo para a coordenação de tarefas detalhadas como relações entre partes do corpo, tônus, amplitude de movimento articular, quantidade de esforço e intencionalidades.

Segundo Teixeira (1998), na forma tradicional do ensino da dança, onde predominavam as técnicas clássicas, trabalhava-se um corpo padronizado por meio de posturas e passos bastante codificados que eram assimilados através da repetição de movimentos predeterminados.

Considerando que isso limitava a capacidade do corpo se expressar, Angel Vianna criou o seu método de conscientização do movimento. Método esse que levava em conta a singularidade do corpo e respeitava a particularidade cinética e anatômica de cada pessoa. Vianna sugere que primeiro a pessoa desenvolva sua consciência corporal, para que a partir disso sua dança possa acontecer. Dessa forma, ela apresenta ao indivíduo uma disponibilidade corpórea não só para dançar, mas também para a vida.

Em depoimento, no prefácio do livro de Teixeira (1998) encontramos a seguinte afirmação de Angel Vianna:

o corpo é um meio de expressão, não um meio de atuar automático. O trabalho corporal desenvolve a sensibilidade, a imaginação, a criatividade e a comunicação. [...] Nossa história se inscreve em nosso corpo e os movimentos são reflexos de emoções e sentimentos (VIANNA, 1998, p. 11-12).

“Antes de tudo, é preciso mostrar que temos um corpo” (VIANNA, 2005, p. 135). A partir dessa compreensão, a dança passa a ser um modo de existir, cada pessoa passa a ter uma forma singular de se mover e de dançar, criando uma dança que ao mesmo tempo é vida.

6 Tonicidade corporal

Mencionando Laban, Damasceno (2014) reitera que quando somos crianças, aplicamos esforços através de variados tipos de movimento, os quais desafiam as leis da gravidade. E assim brincamos com o peso corporal executando movimentos onde experimentamos o equilíbrio e o desequilíbrio.

Segundo a autora, Laban tinha o interesse de tratar a forma individual de mover-se, por isso fez uma análise de movimento para detalhar a particularidade na organização motora e de equilíbrio de cada pessoa. Para Laban, de acordo com Suquet (2008), a complexidade para coordenar a verticalidade está relacionada a um aspecto interior que define as características dinâmicas do movimento, construindo em cada indivíduo, desde a infância, uma assinatura corporal. Essa singularidade é expressa nos gestos e movimentos, sejam eles dançados ou não e que imprimem a expressividade de cada um.

Damasceno (2014), cita a contribuição dada por Henri Wallon (1879-1962) que fez uma pesquisa sobre o desenvolvimento humano, onde valorizou tanto os aspectos cognitivos e afetivos quanto os aspectos motores. O mesmo mostrou que os músculos tônicos estão inseridos na musculatura vertebral e são responsáveis pela musculatura postural profunda, fazendo assim a função de preparar as ações.

A função desses músculos tônicos é bastante importante, para destacar isso, Letícia Damasceno menciona a explanação de Eloísa Domenici acerca das pesquisas feitas por Godard: “O que organiza o gesto é essa função dos músculos tônicos que portam o traço e a memória de todo o diálogo e de toda a ontologia na relação do indivíduo com o objeto” (DOMENICI 2012, p. 72). A autora cita ainda a afirmação do pesquisador Hubert Godard (1994): “É o estado tônico do momento que vai dar a qualidade do movimento” (GODARD, 1990, p. 20).

Lapierre (2002) também fala dessa questão e elabora para maiores entendimentos a distinção sobre aquilo que ele chamou de “Tônus”. O tônus são elaborações involuntárias geradas pelas tensões psíquicas transmitidas simultaneamente para todas as partes do corpo. Podem-se distinguir três tipos de regulação tônica: postural, sustentação dos comportamentos motores, e afetivos.

Apontando em específico a postura corporal, segundo Verderi (2001) “postura é um modo particular de sustentação do corpo, do ponto de vista estático e dinâmico,

variando de indivíduo para indivíduo”. A postura correta é aquela que o corpo está equilibrado e requer esforço mínimo na posição ereta.

Motta (1991) cita a importância da observação da imagem corporal e do bom alinhamento que devem ser incentivados desde a infância, quando a criança está em fase de desenvolvimento e o corpo está em mudança, pois haverá maiores dificuldades quando atingirem a fase jovem ou adulta.

Todos os argumentos acima vem colaborar e dar suporte a importância da consciência corporal para o desenvolvimento cognitivo, motor e psíquico. Assim, destaco a relevância do desenvolvimento da consciência corporal na infância, onde o conhecimento do mundo externo está associado ao conhecimento do corpo, e por isso precisam ser trabalhados de forma integrada. Tal trabalho promove integração social, autoconfiança e auxilia no bom desempenho na prática da dança.

7 Sobre o balé

O balé surgiu por volta do século XVI com a Renascença, na Corte de Médicis em Paris, representando gestos e movimentos típicos da época. Sua evolução levou a busca da leveza e agilidade, além do domínio do próprio corpo para obter de uma forma mais expressiva (SIMAS; MELO, 2000).

Segundo Prati, S. e Prati, A. (2006), a dança além de desenvolver sensibilidade, musicalidade e percepção, trabalha também a lateralidade, coordenação, equilíbrio, noção temporal e espacial, ritmo, tônus muscular, respiração e relaxamento.

De acordo com Daprati, Losa e Haggard (2009), o balé é uma técnica conservadora e tradicional, de forma que quem o pratica nos dias de hoje, utiliza posturas que tiveram origem em 1760, e grande parte destas posturas influenciam na estética corporal.

Para a prática de atividade física na infância é preciso que, além de considerar as fases do desenvolvimento motor, é preciso ter cuidado com o nível de cobrança por um melhor desempenho, tanto por parte dos pais quanto dos professores, pois nessa fase a criança está mais exposta às lesões, devido sua cartilagem de crescimento ser mais vulnerável nas placas epifisárias, nas superfícies articulares e nos locais de inserção dos tendões e músculos (SILVA, 2006).

Uma questão que vem sendo discutida é a idade ideal para a criança iniciar a atividade física, em específico o balé, pois se trata de uma modalidade que demanda treinamento repetitivo e constante (SILVEIRA, 2009; GUIMARÃES; SIMAS, 2001).

De acordo com Silveira (2009), a faixa etária mais indicada para iniciar aulas de dança é entre os três e os seis anos de idade. Já para Bambirra (1993 apud GUIMARÃES; SIMAS, 2001) o balé deve ser iniciado por volta dos quatro aos seis anos, e as atividades devem ser lúdicas. Para Monte (1989 apud GUIMARÃES; SIMAS, 2001) esta modalidade deve ter início a partir dos seis anos, onde o sistema muscular e a coordenação motora da criança já estão mais desenvolvidos.

Por esses motivos, reitero a importância de se trabalhar a consciência corporal no balé infantil.

8 O relato

Neste relato, mais especificamente durante a descrição das atividades, destacarei algumas diretrizes que auxiliam na promoção da consciência corporal, que são: criatividade, individualidade, tonicidade corporal, capacidade de interação com outro e ampliação das possibilidades de movimento.

Quero ressaltar a paixão que tenho pela profissão que escolhi e pelo que faço no dia a dia, mas quero destacar a minha vocação (vou chamar assim) para trabalhar com crianças, pois, realmente o universo delas me encanta. Apesar de ser tão trabalhoso e, de fato, demandar uma energia corporal e mental gigante de modo que no fim do dia estou, na maioria das vezes, extremamente exausta, não consigo mais imaginar minha vida sem trabalhar com as pequenas, como costumo chamá-las. Sempre falo: “até o dia que eu tiver forças, quero fazer o que já faço hoje”.

Bem! Cada vez mais aprecio a singularidade de cada indivíduo, e se tratando das crianças, a expressão dessa individualidade vem cheia de surpresas e novidades constantemente. Logo no início, quando comecei a dar aulas de balé, eu parava para planejar minhas aulas, e tinha a perspectiva de que na prática tudo acontecesse da forma que imaginei no momento do planejamento, talvez, devido a falta de prática e experiência, chegando até a ficar frustrada por algumas vezes quando não acontecia dessa forma.

Lembro que, nessa época, eu fazia a proposta de alguma atividade, e se a resposta da criança fosse muito diferente do que eu imaginei, eu logo pensava que tinha algo de errado com o exercício ou, pelo menos, com a forma em que eu estava aplicando o mesmo, não levando tanto em conta que poderia ser apenas a reação particular da criança diante de tal estímulo.

Não quero com isso negar que devemos estar em constante avaliação a respeito das nossas aulas, ponderando o que funciona ou não, e o que pode ou deve ser modificado ou melhorado para conseguirmos alcançar o nosso objetivo com os alunos, mas sim que nem sempre o “problema” será a atividade proposta, pois vários fatores deverão ser analisados para se chegar a conclusão sobre a eficácia de uma dinâmica aplicada em aula.

Sempre busquei nas minhas aulas propor alguma dinâmica que trabalhasse equilíbrio, lateralidade, ritmo, coordenação motora e noção espacial, fazia isso antes de trazer algum conteúdo específico da técnica do balé clássico.

Vou citar um exemplo: para trabalhar o equilíbrio, eu colocava duas fitas de cetim presas ao chão com fita adesiva, bem próximas uma da outra, e através do “faz de conta”, a criança passava entre as duas fitas como se estivesse atravessando uma ponte estreita que passava por cima de um grande rio, no meio de uma floresta muito linda.

A partir daí a aula seguia com a brincadeira do Saci: a criança continuava na floresta, mas agora ela se transformava em um Saci (personagem do folclore brasileiro que possui apenas uma das pernas) e caminhava pela floresta saltando sobre uma das pernas; e ao meu comando, a criança trocava a perna de base, alternando a entre as duas e podendo experimentar o equilíbrio em ambos os lados. Ainda nessa aula eu trabalhava, de forma também lúdica, a técnica do retiré¹ ou imitava o “aviãozinho”, brincadeira que faço para introduzir um arabesque², passo que só é trabalhado alguns anos depois, considerando que estamos falando de aulas para crianças dos 3 aos 5 anos de idade.

A resposta das crianças é a mais variada possível, algumas por exemplo, “caiam no rio” intencionalmente, por algum motivo, isso pra elas era mais interessante do que conseguir “atravessar a ponte”. É justamente esse “desvio” na realização do exercício que no início eu julgava não ter dado tão certo; hoje eu aprecio a conduta diferente de tal criança, embarco na imaginação dela, e procuro ir transformando a atividade aos poucos de forma que ela ache interessante passar pela ponte em algum momento, pois meu objetivo colabora com desenvolvimento do seu equilíbrio.

Acredito que a ludicidade na dança infantil além de desenvolver o conhecimento corporal, também proporciona o desenvolvimento da linguagem, do pensamento e da concentração; o “brincar” deve fazer parte do aprendizado desde que se tenha um planejamento e um objetivo claro. Por isso, ministro as aulas utilizando vários tipos de materiais; contando muitas histórias, as quais as crianças sempre fazem parte delas, e usando músicas para auxiliar nos exercícios; porém a música não é uma regra, muitas vezes sinto necessidade de não as colocar e por várias vezes já fiz aulas inteiras e quase inteiras sem música.

¹ Uma posição do balé clássico na qual a coxa é levantada para cima de modo que a ponta do pé fique encostada levemente no joelho.

² Posição em que o corpo fica apoiado em uma das pernas enquanto a outra permanece estendida para trás, formando uma enorme linha da ponta dos dedos das mãos à dos pés.

Um número considerável da população compreende como dança, um conjunto de passos a serem executados e/ou reproduzidos, copiados de alguém que esteja apresentando-os, ao som de uma música. Dito isto, tive repetidas vezes a necessidade de explicar aos pais, as alunas e muitas vezes até aos gestores que uma aula de balé não é apenas dançar (dançar, no contexto citado acima). Esclarecendo para essas pessoas que a atividade lúdica era de extrema importância e com esta a sua filha estava tendo a oportunidade de desenvolver várias habilidades tão importantes para a vida, assim como também para o balé.

Fui questionada ocasionalmente sobre contação de histórias, pinturas de desenhos que ilustravam e antecedem algum assunto que seria abordado naquela aula, para as pessoas que questionaram, estas atividades tirariam o tempo em que as alunas teriam para dançar.

Já com a gestão das escolas, a minha dificuldade era com os eventos e datas comemorativas, que eram vários durante o ano, e como era solicitado que as bailarinas se apresentassem em praticamente todas essas festividades, nós tínhamos que passar o ano letivo só ensaiando para apresentar uma coreografia para o público da escola. Dessa forma, não sobrava tempo de aula livre dos ensaios, para que eu pudesse trabalhar com as alunas os conteúdos tão importantes para o desenvolvimento delas, inclusive para proporcionar a elas a segurança necessária para se apresentarem tanto no aspecto da dança em si, fator que menos me preocupava por serem muito pequenas, e não devendo ter um alto grau de exigências com elas, mas principalmente com o fator psicológico. Pode vir a ser assustadora ou traumática para a criança a experiência de subir num palco pela primeira vez, sozinha, de frente para um público, com iluminação forte, entre outros fatores que envolvem um espetáculo, e ainda terem que muitas vezes atender as expectativas que as famílias projetam sobre a mesma, ademais algumas nem escolheram estar ali.

Eu tinha grande dificuldade de aceitar a forma que tratavam esses eventos dentro das escolas, inclusive esse foi tema de discussão que eu entrava ou levantava várias vezes durante as aulas na faculdade, ao longo do curso de dança. Pensando dessa forma, sempre pleiteava um acordo, para participar de algumas festividades e de outras não. Tinha escola que com muita resistência acatava meus argumentos, outras não, e eu tinha que cumprir essa exigência mesmo tendo uma opinião contrária.

Hoje trabalho num cenário um pouco diferente, onde minha opinião é solicitada e relevante na hora das decisões acerca dos eventos que as minhas alunas

participarão. Apesar de ainda não considerar a situação ideal para o trabalho do balé com crianças de três a cinco anos, valorizo as conquistas obtidas nesse tempo de docência.

Entrando agora numa parte mais prática da minha explanação, citarei algumas atividades que desenvolvo com as alunas do balé. A maioria dessas atividades não tem um nome predeterminado, criei um nome para ser colocado aqui como um mini tema antes de falar de cada exercício. Também colocarei em alguns dos exemplos, fotos para ilustrar o exercício no qual eu relatarei.

Quero deixar claro que as práticas que irei descrever foram desenvolvidas ao longo de vários anos no trabalho como professora de balé, porém as fotografias anexadas a este trabalho foram tiradas recentemente com apenas uma das turmas da faixa etária que estou apresentando neste relato, julgando que dessa forma facilitaria na hora de obter a autorização de imagem por parte dos responsáveis das alunas. Apesar de ter imagens mais antigas de tais atividades sendo desenvolvidas por diferentes turmas e em diferentes lugares, seria um tanto mais trabalhoso e sem garantia de êxito entrar em contato com todos os responsáveis pelas crianças que aparecem nas imagens, evidenciando que muitas já não são mais minhas alunas.

Sempre no início das minhas aulas, e naturalmente antes das atividades que irei mencionar em seguida, faço um trabalho de aquecimento e alongamento com as bailarinas, habitualmente de maneira lúdica e focando nas partes do corpo que serão mais solicitadas durante a aula planejada.

9 Atividades

9.1 Postura da bailarina

Com as alunas sentadas no chão, de pernas cruzadas, ou em pé com os pés paralelos um ao outro, peço que fiquem na postura ereta. Utilizo diversas imagens associativas através da imaginação para que elas consigam entender o que estou pedindo que façam.

Citarei algumas estratégias que aplico com o objetivo de trabalhar a consciência da postura corporal. Uma delas é o fiozinho imaginário que passa no meio de todo o corpo e sai no topo da cabeça, se soltar o fiozinho, o corpo cai, então puxamos o fio e amarramos ele no teto. Emprego o “pescoço da girafa”, dizendo que todas nós vamos ficar com um pescoço bem comprido, igual ao de uma girafa. Conto também uma historinha onde os personagens são o ombro e a orelha, nessa historinha eles não podem ficar muito pertinho um do outro.

Ainda tem a brincadeira do prédio e do elevador, que essa elas gostam e pedem bastante; o “corpo” (tronco) é o prédio, e os ombros são os elevadores; então eu pergunto a elas se quando a gente desce do prédio pelo elevador, o prédio cai, e elas respondem que não. Então nós descemos os elevadores (os ombros) e o prédio (tronco) continua no lugar, ou seja, o tronco permanece ereto mesmo com os ombros “para baixo”, relaxados.

Acerca das atividades mencionadas acima, aponto minhas observações sobre as diferentes maneiras que cada criança compreende o que está sendo pedido e passa isso para o corpo. Mesmo fazendo algumas ilustrações imaginárias para que entendam a posição que devem ficar, elas interpretam de formas distintas: algumas, quando cito o pescoço da girafa, olham para cima, como se isso estivesse alongando seu tronco; outras contraem o abdômen e estufam o peitoral, dando-lhes a impressão que estão mais eretas, geralmente isso ocorre quando “puxamos o fio que sai no meio da cabeça”.

No tocante ao exercício do prédio e dos elevadores, criei essa história / atividade porque eu notava que ao pedir que ficassem na postura ereta, as alunas tendiam a tensionar os ombros, e quando eu pedia para relaxarem, elas relaxam junto com os ombros, todo o tronco, não conseguiam separar um do outro. Na verdade, apesar de estarmos analisando aqui uma determinada faixa etária, percebo a dificuldade de manter a postura corporal correta, sem tensionar os ombros, em alunas

de todas as idades que dou aula, inclusive nas adultas; então me preocupei em iniciar esse trabalho de conscientização com as bailarinas desde pequenas.

Repetidas vezes, eu explico que não precisam olhar para cima, não precisam “murchar a barriga” pois vão ficar com dificuldade para respirar. Ocasionalmente, quando noto a necessidade, ou quando a criança solicita que eu a ajude, vou até junto e toco na aluna para ajudá-la a se colocar na postura desejada. E após diferentes táticas, algumas conseguem fazer, mas por um curto período de tempo, voltando a posição que estavam anteriormente, com o troco “relaxado”, inclusive reclamando de cansaço quando insisto um pouco para que tentem ficar na posição.

Percebo que é todo um trabalho de construção da consciência acerca do próprio corpo e ao mesmo tempo uma desconstrução de maus hábitos referentes à postura corporal que as crianças já possuem, mesmo sendo ainda tão pequenas.

Fazendo uma ligação desta atividade com o referencial teórico mencionado neste trabalho, trago o trecho que está escrito no tópico “Tonicidade corporal”, no qual o autor Henri Wallon em sua pesquisa, a qual valorizou tanto os aspectos cognitivos e afetivos quanto os aspectos motores, mostrou que os músculos tônicos estão inseridos na musculatura vertebral e são responsáveis pela musculatura postural profunda, fazendo assim a função de preparar as ações. Por isso, reitero a importância dessa prática ser trabalhada com as crianças, para que elas percebam e experimentem no corpo de forma consciente.

Figuras 1: Postura da bailarina



Fonte: Arquivo próprio, 2022

9.2 A respiração do balão

Geralmente faço essa atividade com as alunas sentadas no chão, de pernas cruzadas, ou em decúbito dorsal (deitadas com a barriga para cima). Peço que elas imaginem que a barriga é um balão de festa de aniversário, o qual para encher precisamos colocar ar dentro e para secar precisamos retirar o ar. Solicito que cada uma pense e fale qual é a cor do seu balão, e após elas dizerem a cor, de uma por uma, eu peço que coloquem as mãos no balão (barriga).

Sugiro que fechem os olhos, mas não dou esse comando como algo obrigatório, pois percebo que se sentem mais estimuladas a fecharem os olhos quando deixo essa parte da atividade como opcional, pois ao longo do tempo fui percebendo que funciona melhor quando se sentem livres para decidir. Então, direciono a atividade pedindo que as crianças encham o balão, colocando o ar para dentro dele, ou seja, inspirando profundamente, o mais suave possível (falo a palavra “devagar”, pois elas compreendem melhor), e sintam nas mãos o movimento do balão crescendo; logo então, solicito que retirem o ar do balão, através da expiração, também de forma controlada (devagar), e sintam o balão secando o máximo possível.

Esse exercício funciona bem na maioria das vezes, e costumo usá-lo também com o objetivo de tranquilizar a turma logo no início da aula, quando as alunas estão mais agitadas do que é de costume; incorporei essa prática às minhas aulas de balé, após um curso que fiz para dar aulas de ioga infantil.

A dificuldade que percebo ao aplicar tal técnica é em relação a postura corporal, assunto mencionado na atividade que foi descrita no item anterior, uma vez que ao expirar, as bailarinas têm a tendência de relaxar a postura saindo da posição tida como adequada para o momento.

Outra observação quanto ao funcionamento adequado do processo é fazer as crianças compreenderem a respiração abdominal, que é a utilizada para essa prática, pois habitualmente elas fazem a respiração torácica.

Então, inicialmente, as alunas ao inspirarem secam o abdome em vez de inflá-lo, então preciso parar algumas vezes para explicar e demonstrar a forma correta fazendo para elas verem, e lembrá-las que estão enchendo o “balão” que é a barriga delas. Ao final do exercício, a grande maioria das meninas alcança o objetivo da prática, ainda que por poucos minutos.

Durante a prática dessa atividade observa-se o desenvolvimento da concentração, da percepção do próprio corpo, além da continuação do trabalho sobre a postura corporal, item exposto anteriormente.

Figuras 2: Respiração do balão



Fonte: Arquivo Próprio, 2022

9.3 A mão bailarina

Com o objetivo de trabalhar partes isoladas do corpo, aplico para alunas algumas atividades, dentre elas escolhi a da “mão bailarina” para expor aqui.

Peço que as alunas escolham uma das duas mãos, e mostre qual foi a escolhida, então digo que essa parte do corpo se transformou numa bailarina, e pergunto qual o nome que elas querem dar para a mão. Nesse momento cada menina, uma por vez, fala para todas as outras o nome escolhido.

Daí então eu explico para elas que vou colocar uma música e essa “mão bailarina” vai dançar; não faço essa prática junto com elas, para não correr o risco de copiarem meus movimentos, o que seria bem provável, limitando assim a imaginação delas. Também evito dar muitos comandos, deixando claro apenas que a “bailarina” pode dançar do jeito que quiser, pois desejo que elas fiquem livres para explorar as várias possibilidades de movimento que possuem, e sinceramente me encanta observá-las fazendo essa “brincadeira”.

Elas gostam de fazer esse exercício, que para elas é uma grande brincadeira, e chegam a pedir para repetir quando termina a prática. Sobre a resposta corporal das crianças, são as mais variadas, algumas isolam literalmente a parte, colocando a mão para dançar no chão ou no ar, outras fazem amplos movimentos com todo o corpo a partir da “bailarina” que está direcionando a movimentação.

Quando termina a música, nós nos sentamos em círculos e elas podem falar um pouco sobre a dança que suas “mãos bailarinas” criaram e se foi legal ou não está brincadeira.

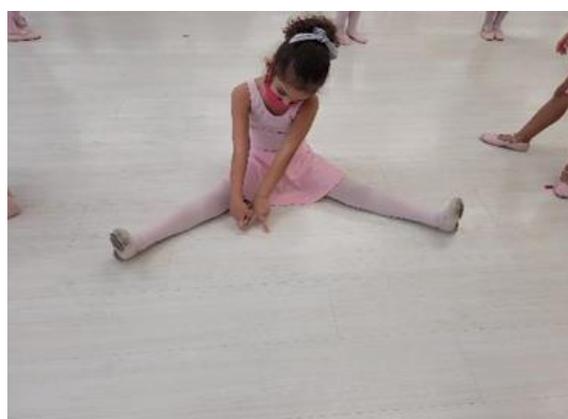
As meninas comentam que foi muito legal, chegando a fazer comentários como: “tia você viu o salto que minha bailarina deu?”, “você viu que minha bailarina estava dançando no meio da floresta com as borboletas?” A propósito, apenas uma ressalva em meio ao assunto: o cenário de florestas, jardins, lobos, ursos, borboletas e afins, é o que mais utilizo com elas para contar as histórias que darão o norte às atividades pretendidas.

Ainda sobre a resposta das alunas sobre a atividade, destaco algumas exceções, que se referem a pouquíssimas alunas que não gostam quando peço para dançarem livre; então com elas o trabalho tem que ser um pouco mais direcionado do que com as demais.

Se eu deixá-las totalmente livres (o que adoto vez por outra estrategicamente, para observar o comportamento), elas sentam num canto da sala e só observam as outras, então, eu vou até essas crianças e dou alguns comandos de forma individual para estimular que elas façam a atividade proposta, o que funciona em parte, pois apesar de levantarem e para fazer, não chegam a se expressar de forma tão livre como o restante das alunas, que em tal momento estão curtindo ao máximo a liberdade de expressão corporal.

É na infância que a criança começa a explorar o corpo e expressar seus sentimentos através dos gestos e geralmente essa resposta às suas emoções não é premeditada e sim, de forma espontânea. Como diz Angel Vianna: “Nossa história se inscreve em nosso corpo e os movimentos são reflexos de emoções e sentimentos”. Vianna também afirma que o movimento corporal desenvolve a sensibilidade, a imaginação, a criatividade e a comunicação; elementos estes que a atividade da “mão bailarina” visa desenvolver nas alunas.

Figuras 3: A mão de bailarina



Fonte: Arquivo Próprio, 2022

9.4 História com os pés

Essa atividade consiste em utilizar os pés como personagens de uma história, e ministro a mesma, com algumas variações, dependendo do perfil da turma. Na primeira forma de aplicar, eu inicio pedindo para as bailarinas darem nomes para seus dois pés, sendo assim, oriento que elas criem uma pequena história usando esses dois personagens, geralmente dou alguns exemplos para nortear as; percebi ao longo das vezes que apliquei essa atividade que o exemplo dado por mim não influencia na criação das alunas, e ao contrário, quando não dou esse auxílio, elas ficam um pouco perdidas para iniciar a dinâmica.

Então, dando continuidade, dou um tempo para que elas, individualmente, produzam seus contos, e terminado esse momento, uma por uma vai apresentando para as colegas a sua história. A maneira que as crianças vão se movimentar durante a narração é livre.

Lembrando que neste relato estou tratando de crianças dos três aos cinco anos de idade, aplico este primeiro formato para as crianças de maior idade, ou seja, as turmas que têm cinco anos. A quantidade de alunas também tem influência nessa escolha, preferindo para este modelo as turmas com menos crianças; além disso, considero a agitação da turma no momento, pois precisam de uma certa tranquilidade para fazer essa experimentação que exige determinado grau de concentração das crianças.

Uma das variações da atividade, que irei expor, se torna mais acessível para crianças mais novas, e turmas maiores e mais inquietas.

A base do exercício é a mesma, no entanto, ao invés delas fazerem suas próprias composições, eu procuro uma história pré existente que todas da turma já conhecem e peço pra elas recontarem a fábula da forma que elas quiserem. Vou citar como exemplo o conto de João e Maria, assim, um pé é o personagem João e o outro pé é a Maria, e cada bailarina vai criando a sua forma de contar essa historinha.

Elas fazem diversas movimentações para simbolizarem “um pé interagindo com o outro”; umas ficam de pé, a maioria permanece sentada no chão; algumas pegam nos pés para manipularem os mesmos com as mãos; outras deitam e colocam os pés para cima. Mas claramente observo que todas, na maioria das vezes, estão bem concentradas em seus próprios pés e mergulhadas na contação de suas histórias. Ao término do tempo que disponibilizo para fazerem suas experimentações, as meninas estão ansiosas para contar suas versões.

Considerando que o corpo é o primeiro meio de exploração e conhecimento que o ser humano possui, e que através dele expressa-se as formas mais variadas das necessidades físicas, afetivas e cognitivas; acredito que esta atividade promove o desenvolvimento infantil, pois trabalha a parte isolada do corpo que no caso são os pés, a criatividade, a concentração das crianças, e a oportunidade de ampliarem seu repertório de movimentos corporais. Pois como diz Vieira (2005): “o corpo é um local de vivência direta no processo de conhecimento do mundo, corpo no qual sentimos, percebemos e acumulamos tensões, corpo que fala numa linguagem analógica” (p.44). Sobre tal questão, cito ainda Freire (2001): “A aquisição e o domínio de habilidades são essenciais para capacitar as crianças a se movimentarem com facilidade e precisão, auxiliando-as a expressar sua individualidade em situações mais imaginativas”.

Figuras 4: História com os pés



Fonte: Arquivo Próprio, 2022

9.5 Letras do nome

Na fase de idade que estou abordando aqui, as alunas ainda não estão completamente alfabetizadas, portanto não sabem ler e escrever, elas sabem fazer algumas junções entre consoante e vogal, formando sílabas, e também já conhecem as letras dos seus nomes.

A tarefa é bem simples, dizer em voz alta a primeira letra do próprio nome; quando eu estou em uma sala onde disponho de lousa e piloto, escrevo todas as iniciais no quadro à medida que vão falando, quando não tenho esse recurso, peço para elas imaginarem a letra.

A partir disso, eu solicito que mostrem a tal letra com o corpo, da maneira que elas desejarem. Noto que são poucas as que rapidamente fazem um movimento e já o definem como seu produto, a maioria delas vão experimentando até achar um que goste e julgue estar parecido com a primeira letra do seu nome. Depois que todas mostram suas primeiras criações, eu dou mais um tempo para experimentação, e

passo a pedir que elas façam a mesma letra de outra forma, dando o comando para que verifiquem se tem possibilidade de fazer a letra, sentada, deitada, em pé, andando, entre outras maneiras.

Após o primeiro momento, no qual as crianças estão focadas na sua invenção. Elas começam a olhar umas para as outras e quando acham interessante a figura que a colega criou com o corpo, tentam reproduzir a mesma posição, e assim começa uma outra fase da atividade que é essa troca de experiência. Quando uma das bailarinas não conseguem, outras tentam ajudar para que esta realize tal figura corporal, ocasionalmente acontece de todas se interessarem pela criação de uma única criança, e todas passam a reproduzir a mesma letra com o corpo, e então todas começam a descobrir outras formas de fazer uma mesma letra.

Quero deixar claro que esses desdobramentos não eram previstos por mim, quando resolvi há muito tempo aplicar essa dinâmica na minha aula, mas hoje, depois de fazer várias vezes, sei que não preciso interferir muito durante o desenvolvimento da prática pois no desenrolar da vivência as crianças trazem possibilidades diversas e riquíssimas.

Nessa faixa etária a criança expressa seus sentimentos e sua afetividade através dos gestos. A autora Débora Bolsanello afirma que as técnicas somáticas têm como eixo o desenvolvimento da consciência de si em movimento no espaço, com o objetivo de facilitar a construção de uma sensação de conforto e bem-estar. Essas técnicas requerem o uso da atenção e da concentração e envolvem habilidades como sentir, perceber, nomear, diferenciar, observar, comparar, interpretar e outras, que cooperam para tornar consciente ações que poderiam naturalmente passar despercebidas. Geralmente essas experiências são executadas sem pressa, contribuindo para a coordenação de tarefas detalhadas como relações entre partes do corpo, tônus, amplitude de movimento articular, quantidade de esforço e intencionalidades. Portanto, na minha concepção a prática dessa atividade (letras do nome), produz para as crianças um relevante aprendizado acerca do próprio corpo, e auxilia no desenvolvimento das habilidades citadas por Bolsanello acima.

Figuras 5: Letras do nome



Fonte: Arquivo Próprio, 2022

9.6 O brinquedo preferido

Com as bailarinas sentadas no chão, converso com elas e pergunto de uma por uma qual é o seu brinquedo favorito. Depois que todas falam, explico que vou colocar uma música, e elas irão se transformar e dançar como se fosse o brinquedo escolhido. Deixo tocar uma música inteira geralmente, e tento não fazer nenhuma intervenção durante o processo de experimentação das meninas, com exceção de quando fazem alguma ação que pode trazer riscos de se machucarem, como ficar batendo nos espelhos por exemplo.

As crianças entram no mundo da imaginação, e são interessantes as movimentações que executam; vez por outra alguma delas dá uma pausa para fazer uma autoanálise, chegando a falar em voz alta ou até mesmo comigo ou com outra colega, e pergunta: “isso que eu fiz está parecendo com meu brinquedo?”

A partir de então as possibilidades são infinitas, elas interagem e se ajudam. Outras se isolam, pois estão mergulhadas demais na sua descoberta particular.

Através dessa atividade as crianças descobrem “funções” antes não pensadas no nível da consciência para os pés, as mãos, e tantas outras partes do corpo. Pois como afirma Laban: “A educação deve integrar corpo e mente, ensinando a pensar em termos de movimento para dominá-los...”. Freire (2001) diz que na infância a satisfação em expressar-se através de movimentos devem ser aproveitados como oportunidades de aprendizagem designadas para desafiar e desenvolver todo esse potencial, auxiliando-as a expressar sua individualidade em situações mais imaginativas.

Figuras 6: O brinquedo preferido



Fonte: Arquivo Próprio, 2022

9.7 Meditação da luzinha

Como expus na explanação da atividade da respiração do balão, aprendi várias técnicas no curso que fiz para dar aulas de ioga para crianças, e coloco algumas em

prática com as bailarinas. Eventualmente, aplico alguns exercícios de meditação com as meninas, e vou citar aqui um deles que é o da “luzinha”.

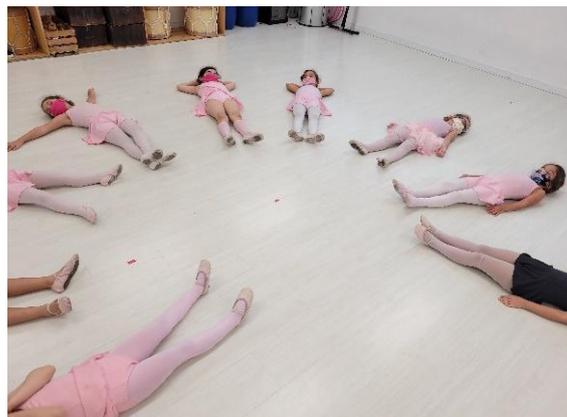
Peço para que as meninas deitem no chão com a barriga para cima, muitos têm que ser os direcionamentos para que fiquem na posição ideal para a prática, pois costumeiramente, elas deitam de lado, cruzam as pernas ou ficam movendo os braços, arrastando-os no chão.

Antes de iniciar a imaginação com a luz, eu aplico rapidamente alguma das técnicas de respiração, a fim de que se preparem para o restante da atividade. A partir de então, peço que imaginem uma luzinha branca, bem brilhante, que está no meio da testa delas, e essa luz vai lentamente se movendo para outra parte do corpo que eu menciono, ficando parada por alguns instantes e depois segue para próxima parte. Cada vez que essa luz fica parada, a criança fica prestando atenção neste lugar do corpo, sentido a temperatura, a posição ou observando as funções, como o caso dos batimentos cardíacos, por exemplo. Essa luz, representa a alegria que tem dentro delas, e termina seu percurso no centro do corpo, onde ela cresce e se espalha por todo o ambiente.

Em geral, as alunas ficam concentradas, a maioria de olhos fechados, e se movem algumas vezes durante a vivência, o que é aceitável considerando a idade das mesmas. A prática não demora muito, respeitando a capacidade de tempo de concentração da faixa etária em que estou trabalhando. Faço a meditação no final das aulas, pois muitas das meninas dizem estar com sono quando finalizo a atividade; e as vezes que apliquei em outro momento da aula, tive dificuldade de estimular as alunas a fazer algum exercício depois.

Angel Vianna (1998) sugere que primeiro a pessoa desenvolva sua consciência corporal, para que a partir disso sua dança possa acontecer. Pois dessa forma, o indivíduo possuirá uma disponibilidade corpórea não só para dançar, mas também para a vida. Acredito que a meditação da luzinha é um exercício útil para se trabalhar a consciência corporal, pois a criança volta a atenção total, ou quase total, para uma parte do corpo de cada vez, fazendo assim com que elas percebam sensações que não tinham observado antes.

Figuras 7: Meditação da luzinha



Fonte: Arquivo Próprio, 2022

9.8 Criação de coreografias em duplas

Solicito que as bailarinas se organizem em duplas, e assim fazem. Então explico que vou colocar uma música, elas vão tentar dançar ou se movimentarem igualmente a sua colega, podem se tocarem ou não, a escolha é delas.

Quando a música começa a tocar e elas iniciam a dança, percebo que normalmente tem alguma criança que “domina” na dupla, encabeçando a maioria dos movimentos feitos pelas duas. Mas isso não se torna um problema, pois as experimentações são diversas, trazem um repertório grande de movimentos num momento de interação com outra pessoa e o nível de concentração da turma é bem satisfatório, além da diversão que é garantida, pois percebo que elas sorriem bastante durante a prática.

A socialização começa já na escolha da outra criança, pois nem todas conseguem ficar com a colega que gostariam, e precisam criar soluções para se resolverem e definirem com quem farão a vivência. Algumas vezes preciso intervir nesse processo de escolha das duplas, mas só o faço se realmente for necessário, ao ver que as crianças não conseguiram chegar a um acordo.

No final da atividade, muitas são as sensações por parte das crianças: querem que repita; dizem que foi legal; reclamam que estão cansadas. Mas a reação da grande maioria é querer mostrar um produto, mesmo que eu não tenha feito essa exigência ao explicar o exercício. Algumas duplas querem mostrar uma dança inteira, outras focam num movimento que fizeram e gostaram e querem compartilhar com a turma.

Percebo com esta atividade que as alunas fazem muitas descobertas acerca do mover do próprio corpo. O autor Freire (2001) reitera que um dos objetivos da Dança-Educação para promover e desenvolver as habilidades naturais das crianças, é oferecer oportunidades para as mesmas criarem simples sequências, através da improvisação, interagindo umas com as outras, orientadas por um professor. Com suas habilidades e conhecimentos desenvolvidos, elas poderão ser capazes de criar danças mais complexas, as quais terão uma estrutura clara, incluindo aspectos interessantes de composição.

Figuras 8: Criação de coreografias em duplas



Fonte: Arquivo Próprio, 2022

10 Finalizando

Este trabalho foi o relato de uma vivência totalmente pessoal, onde apesar de envolver outras pessoas, no caso minhas alunas, e de ser fundamentadas em alguns referenciais teóricos, as experiências contadas, as impressões obtidas, as observações e conclusões foram expostas apenas do meu ponto de vista.

A escrita deste memorial, foi uma experiência agradável, pois nos momentos em que estava redigindo, fazia instintivamente reflexões acerca de mim e da minha história profissional, assim como também das experiências que minhas alunas vivem e a forma que as expressam. Foram momentos de contemplação e de trazer à tona acontecimentos que com as demandas do dia a dia, e com o passar tempo, acabam sendo, por hora, esquecidos.

Durante a prática de atividade física na infância, destacando aqui o balé clássico, é fundamental que se tenha cautela com o nível de cobrança tanto por parte de quem está ministrando as aulas como também por parte dos responsáveis, respeitando assim as fases do desenvolvimento motor e psicológico.

Na minha concepção, o balé para crianças entre os três e os cinco anos de idade, deve ser ministrado de maneira que auxilie no desenvolvimento geral da criança, integrando corpo e mente. Nessa fase o corpo responde aos estímulos de forma mais instintiva e espontânea e podemos nos utilizar de tal benefício para trabalhar a conscientização corporal, que, particularmente, acredito ser essencial para que a dança seja concebida de modo satisfatório e pleno para a própria criança, assim como também para o olhar de quem está ensinando.

Concluo, acreditando que o balé pode promover o prazer através do movimento e, portanto, ser um instrumento relevante na construção da consciência corporal. Reconhecendo o corpo como uma unidade indivisível dos aspectos emocionais, o balé proporciona também o desenvolvimento de outras habilidades tão importantes para o crescimento saudável da criança.

Referências

- FÉRES, Nara. O despertar do ritmo e da consciência corporal na infância através das aulas de dança. 2016. 31 f. **Trabalho de conclusão de curso** (bacharelado - Educação física) - Universidade Estadual Paulista, Instituto de Biociências de Rio Claro, 2016.
- FÁVERO, M. T. M. **Desenvolvimento Psicomotor e Aprendizagem da Escrita. Seminário de Pesquisa do PPE.** Universidade Estadual de Maringá . 2004.
- FONSECA, Vitor da. **Manual de Observação Psicomotora: Significação Psiconeurológica dos Fatores Psicomotores.** Porto Alegre: Artmed, 1995.
- DAPRATI, Elena; LOSA, Marco; HAGGARD, Patrick. A Dance to the Music of Time: Aesthetically-Relevant Changes in Body Posture in Performing Art. *Journal.pone.0005023*. Editor: Nicola Clayton, University of Cambridge, United Kingdom. 26 Marc. 2009. Disponível em: <
<http://www.plosone.org/article/info:doi%2F10.1371%2Fjournal.pone.0005023>>. Acesso em: 18 jun. 2010.
- DAMASCENO, Letícia. **Constituição e Manifestação da Memória do Corpo: Dança e Subjetividade-** Tese de doutorado PPGMS/UNIRIO defendida em fevereiro de 2014.
- LAPIERRE, André. **Da Psicomotricidade relacional à análise corporal da relação.** Curitiba: Filosart, 2002.
- MATTOS, Mauro Gomes, NEIRA, Marcos Garcia. **Educação Infantil: construindo o movimento na escola.** 5.ed. São Paulo: Phorte, 2005.
- MATTOS, Muro Gomes, NEIRA, Marcos Garcia. **Educação Infantil: inter-relações moviemtno, leitura e escrita.** São Paulo: Phorte, 2002.
- MATTOS, M.G. et al. **Educação Física Infantil: construindo o movimento na escola.** 2.ed. São Paulo: Phorte, 1999
- MILLER, Jussara. **A escuta do corpo: sistematização da técnica Klauss Vianna.** São Paulo: Summus, 2007.
- MOTTA, José. A. A postura como fator de observação na escola. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento.** v.5, n.2, p. 36-40,1991
- OLIVEIRA, G.C. **Psicomotricidade: Educação e Reeducação num enfoque Psicopedagógico.** 5.ed. Rio de Janeiro: Vozes, 2001.
- PRATI, Sérgio Roberto Adriano; PRATI, Alessandra Regina Camelozzi. Níveis de aptidão física e análise de tendências posturais em bailarinas clássicas. **Rev. Bras. Cineantropom.** Desempenho Hum., v. 8, n. 1, p. 80-87, 2006. Disponível em: <
[http://bases.bireme.br/cgi-bin/wxislind.exe/iah/online/?IsisScript=iah/iah.xis&src=google&base=LILACS\(&p#x tAction=lnk&exprSearch=473028&indexSearch=ID](http://bases.bireme.br/cgi-bin/wxislind.exe/iah/online/?IsisScript=iah/iah.xis&src=google&base=LILACS(&p#x tAction=lnk&exprSearch=473028&indexSearch=ID) >. Acesso em: Acesso em: 18 jun. 201

SIMAS, Joseani Paulini Neves; MELO, Sebastião Iberes Lopes. Padrão postural de bailarinas clássicas. **Rev. Educação Física/UEM**. Maringá, v.11, n.1, p.51-57, 2000.

TEIXEIRA, Letícia. *Conscientização do Movimento: Uma prática corporal*. São Paulo: Caioá, 1998.

VIEIRA, José Leolpoldo; BATISTA, Maria Isabel Bellaguarda; LAPIERRE, Anne. **Psicomotricidade Relacional: A teoria de uma prática**. 2ª edição, Curitiba: Filosofart, 2005.

VERDERI, Érica. **Programa de educação postural**. São Paulo: Phorte, 200

VIEIRA, Marcilio Souza. Abordagens Somáticas Do Corpo Na Dança. **Revista Brasileira De Estudos Da Presença**. 2015.

PEREIRA BOLSANELLO, D. A educação somática e o contemporâneo profissional da dança. *DAPesquisa*, Florianópolis, v. 7, n. 9, p. 001-017, 2018. DOI: 10.5965/1808312907092012001. Disponível em: <https://www.revistas.udesc.br/index.php/dapesquisa/article/view/13940>. Acesso em: 2 maio. 2022.

VIANNA, Angel. Prefácio. In: TEIXEIRA, L. *Conscientização do movimento: uma prática corporal*. São Paulo: Caioá, 1998. p. 11-12.

Anexo**DECLARAÇÃO DE AUTORIZAÇÃO DE IMAGEM**

Eu, Marília Cristina Varella Torres Deodato, estudante da graduação em Licenciatura em Dança da Universidade Federal de Pernambuco, estou realizando meu trabalho de conclusão de curso cujo tema é “**A consciência corporal através de vivências práticas no balé infantil**”, tendo como orientadora a professora doutora Letícia Damasceno.

Para a realização deste trabalho necessito de sua colaboração. As crianças, cujos pais ou responsáveis assinarem este termo de autorização, serão fotografadas durante alguns momentos da aula de balé, realizadas no Colégio Motivo, com o intuito de que as imagens exemplifiquem o resultado de algumas atividades que foram descritas ao longo do trabalho.

As fotos obtidas serão colocadas apenas no trabalho em questão; não sendo utilizadas para nenhum outro fim; os nomes das crianças não serão divulgados e apenas eu, graduanda, terei acesso a essa informação.

Você é totalmente livre para aceitar que sua filha participe destes registros, e se optar pela não participação a criança não sofrerá nenhum constrangimento.

Sua colaboração é muito importante.

Grata pela atenção.

Marília Torres

Declaro que autorizo que sejam feitos registros fotográficos da minha filha dentro das condições citadas acima.

Nome por extenso da criança:

_____.

Nome por extenso do pai, mãe ou responsável:

RG do responsável:_____.

Data e local:_____.

Assinatura:_____.