

Anais do IV Congresso Nacional de Pesquisadores em Dança - ANDA
"Formação em Dança: estratégias de emancipação."

Goiânia - 2016

ISSN: 2238-1112

Para citar esse documento:

SETENTA, Jussara Sobreira Setenta; SOUZA, Giorrdani Gorki Queiroz de. Método de treinamento individual em dança: relato de uma experiência compartilhada. *Anais do IV Congresso Nacional de Pesquisadores em Dança*. Goiânia: ANDA, 2016. p. 154-164.



www.portalanda.org.br

Apoio:



MÉTODO DE TREINAMENTO INDIVIDUAL EM DANÇA: RELATO DE UMA EXPERIÊNCIA COMPARTILHADA

Jussara Sobreira Setenta (UFBA)ⁱ
Giorrdani Gorki Queiroz de Souza (UFBA)ⁱⁱ

RESUMO: Este trabalho relata os desdobramentos da experiência compartilhada vivenciada por dois mestrandos vinculados ao tirocínio docente do mestrado em dança da UFBA. Levantar a discussão sobre os procedimentos e princípios adotados enquanto escolhas didática e metodológica para ministrar o componente curricular DAN001-Método de Treinamento Individual, pareceu indicativo propositivo importante enquanto relato de uma experiência pedagógica emancipatória. A decisão de enfatizar o trabalho com *princípios* se configurou enquanto opção que flexibilizaria a experiência dos alunos e permitiria que, baseando-se nos princípios apresentados, pudessem fazer escolhas próprias no momento de planejar suas práticas individuais. Os princípios organizaram-se em três perguntas-eixos: o que se move; como se move e onde se move. Trabalhados de maneira interrogativa, tais eixos puderam oferecer pistas para escolhas de práticas corporais pertinentes a um treinamento individual em dança. Entre os princípios partilhados estão alguns do treinamento físico, da fisiologia do exercício, das práticas de educação somática e do método Laban/Bartenieff.

PALAVRAS CHAVE: Dança. Experiência Compartilhada. Princípios.

INDIVIDUAL TRAINING METHOD IN DANCE: REPORT OF A SHARED EXPERIENCE

ABSTRACT: This paper describes the unfolding of a shared experience lived by two students pursuing the Master's Post Graduation program in dance at UFBA. The discussion about the procedures and principles adopted as didactic and methodological choices to teach the curricular component Individual Training Method (DAN001) seemed an important propositional indicative while reporting an emancipatory educational experience. The decision to emphasize our work on *principles* set up as an option that would adjust the students' experience and allow, based on those principles, to make their own choices when planning their individual practices. The principles are organized into three themes-questions: What moves; how it moves and where it moves. Worked questioningly such axes could offer clues to choices relevant body practices to an individual training in dance. Among the shared principles are some of the physical training, exercise physiology, of somatic education practices and Laban / Bartenieff method.

KEYWORDS: Dance. Shared Experience. Principles.

Este artigo tem como objetivo trazer a discussão sobre a prática do ensino de dança na universidade, especificamente na Escola de Dança da Universidade Federal da Bahia, enquanto possibilidade de estratégia emancipadora e formadora de sujeitos capazes de refletir criticamente sobre suas práticas e procedimentos em dança.

Gostaríamos aqui de compartilhar nossa experiência de tirocínio, considerando inicialmente os desafios implicados no nome do componente curricular (Método de Treinamento Individual) que, de partida problematizava o entendimento da possibilidade de aprofundamento em uma única técnica ou em um método corporal específico que pudesse corresponder aos objetivos e demandas de qualquer dança. Por esta razão, a decisão de enfatizar a abordagem de *princípios*¹ se configurou enquanto opção pedagógica com potencial para flexibilizar a experiência dos alunos e permitir que, baseando-se nos princípios apresentados, pudessem fazer escolhas próprias no momento de planejar suas práticas individuais, possibilitando aos alunos identificarem aquilo que já conhecem e o que ainda precisam conhecer para alcançar seu próprio objetivo. O foco de nossa metodologia foi ensinar a aprender e tornar o estudante responsável pela sua organização do conhecimento.

Esta experiência aconteceu durante o mestrado em dança do PPGDança – UFBA, no ano de 2016, através da participação na atividade obrigatória de tirocínio docente.² Éramos dois tirocinantes do mesmo programa, sob a orientação da docente responsável pelo componente curricular (Método de Treinamento Individual). Este componente é oferecido tanto para o bacharelado quanto para a licenciatura em dança, preferencialmente no quinto período da graduação e aconteceu no turno matutino, nas terças e quintas feiras, no período compreendido

¹ Razão; o que fundamenta ou pode ser usado para embasar alguma coisa; informação básica e necessária que fundamenta uma seção de conhecimentos [Física] Lei de teor geral que exerce um papel importantíssimo na prática e desenvolvimento de uma teoria, a partir da qual outras se derivam. [Lógica] Proposição imprescindível para que um raciocínio seja fundamentado. [Filosofia] Razão ou efeito de uma ação; proposição usada numa dedução. Fonte: <http://www.dicio.com.br/principio/>

² DANA38 - TIROCÍNIO DOCENTE - Nível Mestrado Créditos 0.0; Carga Horária: 34.0. De caráter obrigatório e complementar à formação profissional de pesquisador em dança, essa atividade é voltada ao exercício de acompanhamento de disciplina oferecida na Escola de Dança, orientada por um docente do programa. Fonte: <http://www.ppgdanca.dan.ufba.br/>

entre fevereiro e junho de 2016, totalizando 68 horas-aula. A ementa deste componente visa o “desenvolvimento do potencial físico/expressivo de cada aluno utilizando investigações e experimentações individuais de princípios básicos do movimento.” (UFBA³).

Desde os primeiros encontros com a docente, para elaboração e planejamento, do componente ficou estabelecido uma relação democrática e horizontal. Tudo foi pensado, planejado e decidido em conjunto: o conhecimento da ementa, nossos entendimentos sobre a mesma, nossas ideias de como abordar o componente, que conteúdos compartilhar, a forma de compartilhar os mesmos, em como colocar em diálogo nossas pesquisas pessoais enquanto mestrandos com os conteúdos do componente, bem como a elaboração e compartilhamento de uma proposta pedagógica, que tivesse como eixo central a proposição de uma experiência emancipatória para os seus participantes. Na condição de tirocinantes, assumimos desde o início do processo o papel de mediadores e problematizadores dessa experiência pedagógica, com o intuito de estimular uma perspectiva crítico-emancipatória que possibilitasse a formação de sujeitos críticos e autônomos, capazes de ler a realidade e transformá-la de acordo com seus entendimentos de mundo.

Nossa tentativa desde o início da elaboração do plano de aula foi a de exercitar uma metodologia que estimulasse a liberdade e a responsabilidade e que se distanciasse do modelo de “educação bancária” (LINS, 2011) criticado por Paulo Freire, na qual a perspectiva que se oferece aos estudantes é a de receberem os conteúdos, guardá-los e arquivá-los, eliminando assim o espaço para a criatividade e a transformação.

Tínhamos como objetivos para esta experiência: estimular a reflexão sobre o que é técnica e treinamento do corpo que dança; introduzir conceitos e princípios organizativos da prática corporal do corpo que dança; desenvolver o potencial

³ <https://alunoweb.ufba.br/SiacWWW/ExibirEmentaPublico.do?cdDisciplina=DAN001&nuPerInicial=20041>

corporal e expressivo dos alunos; estimular a reflexão dos alunos sobre as suas práticas individuais enquanto bailarinos e professores de dança.

Nossa intenção com estas escolhas foi estimular os alunos à discussão e reflexão sobre o que seria método e treinamento em dança, bem como, se seria possível que um tipo de técnica específica fosse capaz de dar conta de toda a complexidade das práticas corporais, sejam elas em processos criativos ou pedagógicos. No intuito de abarcar a diversidade de experiências dos alunos, decidimos por trabalhar com princípios de organização do corpo, do movimento e da relação destes com ambiente, em vez de apresentar métodos ou técnicas específicas. Esta decisão se baseia no entendimento de que, uma vez assimilados, os princípios facilitariam a adaptação destes às práticas individuais de cada aluno, tanto enquanto bailarinos, quanto como professores de dança. Decidimos abordar método/técnica em seu sentido de caminho, de trajeto a percorrer, e atentando para os meios que se utiliza para isto. Levando em consideração que ao se iniciar um caminho, na maioria das vezes, temos um objetivo a alcançar e que será este objetivo que irá orientar a forma de percorrê-lo.

Nosso intuito era o de estarmos abertos para responder questionamentos, conforme as dúvidas e aptidões individuais dos alunos fossem sendo apresentadas ao longo do trabalho, tentando com isto torná-los responsáveis pela construção de seu próprio conhecimento, bem como, fomentar o entendimento de que não há teoria sem prática e vice-versa. Durante todo tempo que estivemos juntos tentamos estimular o hábito da pergunta, o entusiasmo pela construção dos saberes individuais, a curiosidade, a alegria de criar, a valorização do diálogo, dos desafios, onde na prática educativa todos ensinam e todos aprendem. Com estas escolhas, que acreditamos serem emancipatórias, tentamos fomentar a prática reflexiva sobre as opções políticas, históricas e pedagógicas dos alunos em relação a suas práticas corporais e seus entendimentos sobre os conteúdos do componente curricular.

Os conteúdos e os princípios organizativos

Todos os conteúdos teórico-práticos que decidimos compartilhar se organizam em torno de três perguntas/eixos a serem desenvolvidos em quatro blocos:

O Primeiro bloco organizou-se enquanto introdução ao componente curricular: neste módulo foram apresentados através de aulas práticas e expositivas os princípios com os quais trabalharíamos durante o semestre. Ele consistiu de duas semanas e serviu para que todos os participantes encontrassem uma base comum de entendimento sobre a experiência. Apresentamos a ementa, o nosso entendimento sobre os conteúdos, a forma como pretendíamos compartilhá-los, apresentamos a forma como havíamos pensado o processo de avaliação e colocamos tudo para ser discutido, aprovado ou modificado pelas interações dos alunos. Neste primeiro momento, nós apresentamos os conteúdos escolhidos relacionando-os com as nossas pesquisas individuais. Tivemos duas aulas por semana de uma hora e meia de duração cada (terças e quintas, das 7h às 8:30h) e nos revezamos de forma que cada um de nós se responsabilizasse por uma aula por semana. Os conteúdos individuais de cada tirocinante foram se imbricando de um encontro para o outro fomentando uma dinâmica de continuidade e complementaridade. Decidimos ter este módulo introdutório por acreditar que isso facilitaria nossa aproximação com os alunos. Naquele momento utilizamos muitos princípios das práticas somáticas e improvisação em dança para estimular a escuta do corpo e apresentar o nosso trabalho enquanto docentes-artistas-pesquisadores.

Em seguida iniciamos o trabalho com os eixos escolhidos para abordar os conteúdos. Estes eixos emergiram da discussão, ainda na fase de planejamento do componente, no qual tentamos formular quais seriam as perguntas que nós nos faríamos se fôssemos iniciar um processo de práticas corporais vinculado a especificidade de atuação, onde escolhas podem ser diversas e plurais, como por exemplo: preparar-se para apresentar uma performance solo, dar aulas para uma companhia profissional de dança, montar uma coreografia para um grupo de idosos, entre tantas outras infinitas possibilidades. A partir daí começamos a trabalhar estas questões como eixos organizativos escolhidos para conduzir o processo durante o semestre, cada um desses blocos teve a duração de duas semanas. Acreditamos que para iniciar qualquer processo criativo ou pedagógico em dança seja de fundamental importância fazer estas três perguntas: O que se move? Como se move? E onde se move? Cada uma delas nos dará pistas e indicações de como

elaborar, planejar e compartilhar princípios e procedimentos que conduzam à realização dos objetivos almejados. Apresentaremos agora os eixos organizativos e seus conteúdos.

O que se move? Coloca em questão que corpo é este com o qual iremos trabalhar, é um corpo treinado? É um corpo que dança? É um corpo com muitas ou poucas experiências em dança? Qual o seu histórico? Entre tantas outras perguntas que irão delimitar o material humano com que iremos trabalhar. Neste módulo foram abordados conteúdos referentes ao corpo, tais como: fisiologia do exercício, cinesiologia, práticas corporais que propiciassem uma maior conscientização e reflexão sobre o corpo que dança e seus princípios de organização; introdução à fisiologia do exercício e os princípios do treinamento; cadeias musculares e como o conhecimento delas pode dialogar com práticas corporais em dança; práticas somáticas e escuta do corpo; princípios contidos nas práticas que envolvem a sensibilização do corpo através do movimento, do toque e da respiração.

Como se move? Se relaciona diretamente com o movimento e suas especificidades. Os tipos de procedimento irão se basear na especificidade de cada grupo. Foram abordados conteúdos referentes ao movimento: princípios e qualidades do movimento, inércia, queda e recuperação, espiral, fluxo, peso, espaço, tempo; qualidades de movimento (Laban/Bartenieff); Espiralização (Técnica Klauss Vianna e Conscientização do movimento – Angel Vianna); verticalização e horizontalização do corpo (queda e suspensão – *release technique*); vetorização e oposição óssea como gatilho para a movimentação (Técnica Klauss Vianna e Conscientização do movimento – Angel Vianna); Técnicas de chão e utilização das alavancas do corpo (*Axis Syllabus* e *flying low*).

Onde se move? Nos dá indicação de qual ambiente e com quais demandas e objetivos específicos este corpo irá se relacionar. Os conteúdos referentes ao aspecto relacional da dança (corpo/movimento/ambiente), utilização do espaço, relação com outros corpos e diálogo deste tipo de conhecimento no ensino de dança foram os conteúdos compartilhados neste módulo. Diversas práticas com enfoque na relação do corpo com o espaço, e com outros corpos utilizando jogos como procedimento.

Acreditamos que estas três perguntas quando feitas em conjunto ajudam a realizar as escolhas metodológicas com relação a quais conteúdos (princípios) e procedimentos são mais adequados para atingir os objetivos relativos as especificidades de cada grupo de pessoas.

Durante toda esta parte do componente estimulamos os alunos a escreverem (anotarem) suas impressões e reflexões sobre as práticas oferecidas e a tentar identificar os princípios trabalhados em cada encontro. Queríamos com isto que eles se familiarizassem com os procedimentos que se baseiam em princípios e não em uma técnica específica, e de como esses mesmos princípios podem ser trabalhados em diferentes abordagens, bem como identificar quais princípios são articuláveis a suas próprias práticas.

Sobre as práticas corporais dos alunos

Ao terminarmos os módulos introdutórios os alunos foram convidados a compartilhar a maneira como cada qual organizou seu entendimento dos princípios trazidos e trabalhados em cada eixo e, de que modo realizaram a articulação destes com o tipo de prática específica que seria trabalhada por eles. Para tanto, o alunado foi instado a ministrar uma prática de +/- 50' com a participação da turma, prática essa que foi discutida pelos participantes logo em seguida da experiência. Importava perceber se os princípios e procedimentos trabalhados tiveram algum tipo de ressonância e rebatimento nas práticas individuais adotadas por cada aluno e, ainda, sob que condições eles organizaram suas escolhas e compuseram a atividade pedagógica. Em cada aula dois alunos apresentaram seus procedimentos/práticas e foram momentos de ampla discussão com devolutivas importantes feitas por colegas e docentes participantes da experiência. Consideramos que cada prática apresentada tenha contribuído de maneira produtiva para o entendimento individual dos princípios e procedimentos adotados por cada aluno. Através dos relatos, percebemos que ficou muito claro para o grupo a importância do compartilhamento das experiências, da utilização de princípios organizativos como base para os procedimentos escolhidos e da utilização das perguntas eixos (o que se move, como se move e onde se move) como fio condutor para suas escolhas.

Sobre o processo avaliativo

Para efetivação do processo avaliativo ocorreu discussão considerável acerca dos parâmetros avaliativos, os quais deveriam conter relação premente com o processo de trabalho realizado no semestre. Não apenas o quantitativo foi trazido à discussão, mas prioritariamente os aspectos qualitativos que definiriam a nota. Nesse sentido, os parâmetros escolhidos foram: participação (frequência); coerência na relação entre princípios, procedimentos e práticas; dimensão aproximativa entre notar e anotar; organização da síntese do processo (compartilhamento das práticas individuais, compartilhamento das anotações e auto-avaliação oral qualitativa e quantitativa). Através dos depoimentos dos alunos pudemos perceber como o processo avaliativo se mostrou proveitoso para todos os envolvidos no processo. De acordo com os relatos, e diários de bordo, os alunos perceberam-se cuidados, respeitados, acolhidos em suas diferenças e relataram que todo o processo de aprendizagem foi muito enriquecedor para eles, principalmente pelo fato de terem tido a oportunidade de experimentar práticas tão diferentes em seus conteúdos e estruturas. A fase final do componente constou de avaliações individuais, nas quais foram relatadas as percepções individuais do processo, que incluiu a perspectiva individualizada acerca das escolhas metodológicas dos tirocinantes e do plano de trabalho apresentado e efetivado no semestre. Entendemos que este tipo de avaliação estimule a autonomia e a crítica reflexiva dos alunos sobre todo o processo de ensino-aprendizagem.

A experiência com as práticas dos alunos também foi agregadora para os tirocinantes, não apenas pela oportunidade de vivenciar diversas abordagens e procedimentos corporais, mas por perceber quanto os alunos relacionaram os conteúdos adotados àqueles compartilhados por eles.

Aspectos Reflexivos

Ao término do processo de trabalho do semestre, foi importante perceber que os alunos enunciavam questionamentos que se organizaram de modo potente para a continuidade das práticas individuais. Tais questionamentos versavam sobre: o que entendemos como treinamento? Nosso entendimento nos leva em direção a uma prática que fomente autonomia? Que tipo de posicionamentos estamos

perpetuando com as nossas práticas? Do que nos aproximamos e do que nos distanciamos?

Finalizamos o semestre com a convicção de que, o processo de trabalho se efetivou de modo desafiador, tanto para os proponentes, quanto para os alunos. Enquanto participantes tivemos a oportunidade de vivenciar novas formas de ver/fazer/pensar a dança, nas quais cada conhecimento foi valorizado, ao mesmo tempo em que, novos elementos foram aprendidos, tanto no que se refere às técnicas, quanto aos valores artísticos pedagógicos pertinentes ao processo de ensino-aprendizagem-avaliação.

[...] é posta ao sujeito que deseja profissionalizar-se em dança a alta exigência de atuar como elaborador de sua própria formação. Na procura de construir uma identidade expressiva mais autônoma, valendo-se de uma combinação diferenciada de habilidades artísticas que nasça de uma leitura pessoal de si e do mundo, não há como se conduzir apenas pelo território dos treinamentos conformados a valores fechados, não maleáveis a ressignificações criativas, que codificam modos de transmissão, receitas de funcionamento e utilização do corpo. Invoca-se, como alternativa, a necessidade de se investir em processos de preparação corporal que se configurem por experiências abertas, qualitativas e relacionais, e que incentivem o artista a se constituir para além das zonas reconhecíveis técnico-estéticas da experiência corporal. (LAMBERT, 2013, p.37).

Isso significa dizer que devemos considerar a vivência e conhecimento do aluno e possibilitar o aprimoramento de competências que permitam a superação de limites, potencializando ações de planejamento de forma autônoma e crítica.

Enquanto tirocinantes, tivemos oportunidade de aprofundar o entendimento sobre a prática docente no terceiro grau e reforçar a importância da realização de trabalho compartilhado, onde todos aprendemos com todos independentemente de posições hierárquicas, e que há a ambivalência de visões e posicionamentos com relação à tais práticas. Particularmente, ficamos bastante surpresos e satisfeitos por constatar que em todas as práticas corporais apresentadas pelos alunos, a improvisação, com maior ou menor intensidade, esteve presente na organização propositiva. Tal constatação nos faz refletir sobre o quanto a improvisação vem se tornando uma via possível para procedimentos em processos criativos e

pedagógicos em dança, e como experiências compartilhadas do tipo explicadas anteriormente, reforçam e reorganizam princípios e procedimentos adotados no campo do ensino e aprendizagem em dança visando uma pedagogia emancipatória.

Referências:

FERNANDES, Ciane. **Corpo em movimento: o Sistema Laban/Bartenieff na formação e pesquisa em artes cênicas.** 2 ed. São Paulo: Annablume, 2006.

FONSECA, Vitor da. **Cognição, neuropsicologia e aprendizagem.** 7° ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2015, 183 p.

FREIRE, Paulo. **Pedagogia da Esperança: um reencontro com a Pedagogia do Oprimido.** Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1997. 127 p.

GERALDI, Sílvia Maria. **Representações sobre técnicas para dançar.** In: Sigrid Nora (Org.) Húmus 2. Caxias do Sul, RS: Lorigraf, 2007, v.2, p. 75-87.

KATZ, Helena. GREINER, Christine. **Arte e cognição: corpomídia, comunicação, política.** São Paulo: Annablume, 2015, 280p.

LAMBERT, Marisa. **Bartenieff, a dança e os processos somáticos de percepção, contato e interação pessoal.** Em: RENGEL, Lenira. THRALL, Karin. (Org.). Coleção corpo em cena, volume 7. Gugararema, SP: Anadarco, 2013, 128p.

LINS, Maria Judith Sucupira da C. **Educação bancária: uma questão filosófica de aprendizagem.** Reeduc, v.8, n.16, p.1-12, 2011.

TEIXEIRA, Leticia Pereira. **Inscrito em meu corpo: uma abordagem reflexiva do trabalho corporal proposto por Angel Vianna.** Dissertação (mestrado), Programa de Pós-Graduação em Teatro, Centro de Letras e Artes, UNIRIO, 2008.

VIEIRA, Jorge de Albuquerque. **Rudolf Laban e as modernas ideias científicas da complexidade.** Em: Cadernos do GIPE-CIT – Estudos do Corpo, n.2, Salvador: UFBA, p.17-30, 1999.

WOODRUFF, Dianne. **Treinamento na dança: visões mecanicistas e holísticas.** (Trad. Leda Muhana). Em: Cadernos do GIPE-CIT – Estudos do Corpo, n.2, Salvador: UFBA, p.32-39, 1999.

ⁱ Doutora em Comunicação e Semiótica (PUC/SP), Mestre em Artes Cênicas (PPGAC/UFBA), especialização em Coreografia (DANÇA/UFBA), licenciada em Dança (UFBA), pesquisadora do Laboratório Co-Adaptativo (LabZat) – CNPQ, docente da Escola de Dança da UFBA (Graduação e Pós-Graduação). setenta@ufba.br

ⁱⁱ Mestrando em Dança pelo PPGDança (UFBA – bolsista CAPES), fisioterapeuta, especialização em Fisiologia do Exercício (Universidade Gama Filho – RJ) e em Dança como Prática Terapêutica (Faculdade Angel Vianna – RJ). Coreógrafo, bailarino, ator, dança-terapeuta, professor de dança contemporânea e dança-teatro. Participante do Laboratório Co-Adaptativo (LabZat) – CNPQ e do Grupo X de Improvisação em Dança (UFBA). Docente do CENSUPEG. giorrdani@gmail.com