

**UNIVERSIDADE DO ESTADO DO AMAZONAS - UEA
ESCOLA SUPERIOR DE ARTES E TURISMO - ESAT
CURSO DE LICENCIATURA EM DANÇA**

KÉROLEN PARENTE LIMA DA SILVA

**A PRÁTICA DO BALLET CLÁSSICO NO AMBIENTE ESCOLAR: INFLUÊNCIAS NA
QUALIDADE DE VIDA PARA ALUNOS DA EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS
(EJA)**

Manaus-AM

2022

KÉROLEN PARENTE LIMA DA SILVA

**A PRÁTICA DO BALLET CLÁSSICO NO AMBIENTE ESCOLAR: INFLUÊNCIAS NA
QUALIDADE DE VIDA PARA ALUNOS DA EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS
(EJA)**

Projeto como requisito básico obtenção de grau no curso de
Licenciatura em Dança da Universidade do Estado do
Amazonas (UEA-ESAT).

Orientadora: Prof(a). Dra. Raíssa Caroline Brito Costa

Manaus-AM

2022

DEDICATÓRIA

Dedico este trabalho a Deus e a minha família que de maneira significativa contribuíram me dando forças e apoio para que eu concluísse esta etapa, em especial minha vizinha Ermelinda Rios Marinho, que nos deixou por COVID 19 em 2021, mas que em vida era uma praticante e admiradora nata, que tinha um amor imensurável pela arte/dança.

KÉROLEN PARENTE LIMA DA SILVA

**A PRÁTICA DO BALLET CLÁSSICO NO AMBIENTE ESCOLAR: INFLUÊNCIAS NA
QUALIDADE DE VIDA PARA ALUNOS DA EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS
(EJA)**

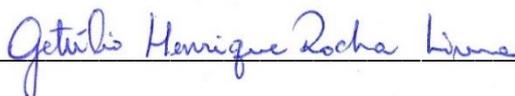
**Este trabalho de conclusão foi julgado adequado para obtenção de Grau de
Licenciatura em Dança da Escola Superior de Artes e Turismo da Universidade
do Estado do Amazonas e aprovado, em sua forma final, pela Comissão
Examinadora.**

Manaus, 28 de maio de 2022

Banca Examinadora



Prof(a). Dra. Raíssa Caroline Brito Costa



Prof(a). Me. Getúlio Henrique Rocha Lima



Prof. Esp. Carlos Alexandre Borges de Lima

AGRADECIMENTOS

Agradeço antes de tudo ao meu Deus, pois foi com a capacitação que Ele projetou em mim que hoje realizo um sonho. Viver tudo que vivenciei dentro do Curso de Dança foi algo sobrenatural e a gratidão devo a esse Deus que me deu forças quando já não haviam mais em mim o desejo de prosseguir. Junto a Ele, cito minha família: mãe (Luzmarina Parente Lima), pai (Rufino Lima dos Santos), esposo (Adélio Freire), filhos (Thaylon Juan Lima da Silva e Beatriz Emanuely Freire Lima) que são minhas maiores inspirações e aos meus irmãos (Deybson Parente Lima, João Carlos Parente Lima, Anderson Parente Lima) e minha irmã (Jhully Parente Lima) que tem se mostrado uma grande parceira neste último período da minha faculdade, cuidando da minha filha, ainda cito a Gecilda de Souza Cruz uma pessoa que me ajudou de maneira imensurável neste anos que precisei trabalhar, ir pra faculdade deixando meu filho em casa, me dando suporte junto com minha irmã com a chegada da minha filha (a mais nova integrante da família), enfim, cuidaram dos meus na minha ausência enquanto eu precisava me aperfeiçoar profissionalmente.

Na universidade encontrei diamantes (amigos) que levarei para vida, mas em especial minha amiga Nikole Maia, foram com ela que vivi ao longo desses quatro anos, choros e risos. Compartilhamos momentos de angústias, frustrações, ganhos e perdas, mas nos mantivemos fortes para que pudéssemos encerrar esse ciclo juntas. A ela devo imensa gratidão pela parceria.

Agradeço ainda a minha Orientadora Dra. Raíssa Caroline Brito Costa, que não cogitou em nenhum momento em me orientar, me direcionar e me ajudar de maneira significativa nas minhas dúvidas e necessidades. Que aceitou meu pedido em ser sua orientanda. Uma mulher que admiro não somente como profissional, mas como pessoa, pela garra, inteligência e capacidade de ser tão humana com as pessoas independente de quem seja.

Enfim agradecer a todos de que maneira direta e indiretamente contribuíram para que eu pudesse conquistar o meu tão almejado sonho.

EPIGRAFE

“Um excelente educador não é um ser humano perfeito, mas alguém que tem a serenidade para se esvaziar e sensibilidade para aprender”.

(Augusto Cury, 2003)

LISTA DE FIGURAS

Figura 1. Aula 1.....	41
Figura 2. Aula 3	43
Figura 3. Aula 5.....	44
Figura 4. Aula 7.....	46
Figura 5. Aula 8.....	47
Figura 6. Aula 9.....	48
Figura 7. Aula 10	49

RESUMO

Afim de revelar a importância do balé clássico na Educação de Jovens e Adultos (EJA) se propôs nesta pesquisa analisar a influência do balé na qualidade de vida e na experiência com a arte/dança de adultos no ambiente escolar, buscando identificar os parâmetros de qualidade de vida dos adultos antes e após as aulas ministradas, dando oportunidade em relatar a vivência desses adultos durante permanência nas atividades propostas e assim discutir os benefícios e as positivities adquiridas que a dança oferece, em específico o que o balé traz para as pessoas que praticam esta modalidade. Para isto foram analisadas obras principalmente de Ana Mae Barbosa (2010 e 2017) que trás a Abordagem Triangular para o ensino de Arte não como uma metodologia para ensinar como ministrar aulas de arte, mas como uma abordagem flexível que parte do fazer, apreciar e contextualizar arte, tendo o docente a liberdade para escolher qual caminho trilhar, sendo desta maneira uma proposta dialética e problematizadora, entrelaçados a isto Isabel Marques (2003) desenvolve uma proposta de ensino que não tem um saber artificial, muito menos um saber espontânea, porém uma relação direta com a experiência do aluno confrontada com o saber externalizado, de maneira que acredita que a dança tem um compromisso social de ampliar o escopo, a visão e as vivências corporais do aluno dentro da sociedade ao ponto de tornar este sujeito um criador que pensa e tem posse de uma linguagem artística que pode ser transformadora. Sendo assim ao fim desta pesquisa pôde-se perceber que o balé para jovens e adultos no ambiente escolar vai muito além do que um sonho de criança. A dança neste ambiente tem a capacidade de transformar e tornar este lugar de aprendizagem diferenciado, possibilita aos praticantes se relacionarem socialmente e culturalmente, oferecendo-os o poder da criação, reflexão e refletindo sobretudo para a qualidade vida que a dança pode proporcionar. Portanto gerando educandos concientes de si e realizados enquanto sujeitos.

Palavras chaves: Balé Clássico, EJA, qualidade de vida.

ABSTRACT

In order to reveal the importance of classical dance/ballet in youth and adult education (EJA), this research proposed to analyze the influence of ballet on the quality of life and on the experience with art/dance of adults in the school environment, seeking to identify the parameters of quality of life of adults before and after the classes taught, giving the opportunity to report the experience of these adults during their stay in the proposed activities and thus discuss the benefits and acquired positivities that dance offers, specifically what ballet offers brings to people who practice this modality. For this, works were analyzed mainly by Ana Mae Barbosa (2010 and 2017) that brings the Triangular Approach to the teaching of Art not as a methodology to teach how to teach art classes, but brings a flexible approach that starts from doing, appreciating and contextualizing art, with the teacher having the freedom to choose which path to take, being in this way a dialogical and problematizing proposal, intertwined with this Isabel Marques (2003) develops a teaching proposal that does not have an artificial knowledge, much less a spontaneous knowledge, however a direct relationship with the student's experience confronted with externalized knowledge, in a way that believes that dance has a social commitment to expand the student's scope, vision and bodily experiences within society to the point of making this subject a creator who thinks and has possession of an artistic language that can be transformative. Thus, at the end of this research, it was possible to perceive that ballet for young people and adults in the environment goes far beyond what a child's dream, that dance in the school environment has the ability to transform and make this place a differentiated learning environment, which enables practitioners to relate socially and culturally, offering them the power of creation, reflection and reflecting above all on the quality of life that dance can provide. Therefore, generating self-aware and accomplished learners as subjects.

Keywords: Classical Ballet, EJA, quality of life.

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO.....	11
1 CAPÍTULO I – REVISÃO DE LITERATURA.....	14
1.1 BALLET CLÁSSICO E ENSINO PARA ADULTOS.....	14
1.2 BENEFÍCIOS DA PRÁTICA DO BALLET CLÁSSICO	16
1.2.1 Contribuição do professor de Dança.....	17
1.3 QUALIDADE DE VIDA E BALLET CLÁSSICO	20
2 CAPITULO II – ASPECTOS METODOLÓGICOS	21
2.1 METODOLOGIA.....	21
2.1.1 QUANTO AO TIPO.....	22
2.1.2 QUANTO AOS OBJETIVOS.....	22
2.1.3 QUANTO A ABORDAGEM.....	23
2.1.4 QUANTO AO MÉTODO.....	25
2.1.5 QUANTO AO DELINEAMENTO.....	25
2.2 CARACTERIZAÇÃO DO AMBIENTE, DOS SUJEITOS E DA PESQUISA.....	26
2.3 INSTRUMENTO E PROCEDIMENTO PARA COLETA DE DADOS.....	27
2.4 PROCEDIMENTOS PARA ANÁLISE DE DADOS.....	28
3 CAPITULO III – ANÁLISE DOS RESULTADOS.....	29
3.1 RESULTADOS E DISCUSSÃO DOS QUESTIONÁRIOS.....	29
3.2 DESCRIÇÃO DAS ATIVIDADES NAS AULAS.....	32
3.3 PROPOSTA TRIANGULAR A LUZ DE ANA MAE BARBOSA	51
CONSIDERAÇÕES FINAIS	54
REFERÊNCIAS	58
ANEXOS.....	61

INTRODUÇÃO

Muitas pessoas consideram utópica a possibilidade de jovens e adultos adentrarem e se apropriarem satisfatoriamente de determinados conhecimentos e nele ressaltar o balé clássico. Sabe-se que desde que haja motivação para aprender e que se empregue uma metodologia adequada é possível que esse adulto consiga alcançar evoluções em sua aprendizagem. Dentro desta perspectiva, a dança pode ser um elemento que venha favorecer, tanto a aprendizagem deste indivíduo quanto a qualidade de vida física e emocional ligados à realidade deste sujeito, trabalhando suas necessidades e dificuldades para que possa ter um aprendizado agradável e consequentemente eficiente em relação ao bem-estar.

Diante disto, surge o seguinte problema: Qual a contribuição que a prática do Ballet clássico pode trazer para a vida dos jovens e adultos que optam praticar esta modalidade?

Desta maneira sendo a arte/educação, indispensável para a formação e também para o estímulo da criticidade dos alunos, foi realizado a formação de um grupo de estudo de alunos adultos pertencentes a uma escola pública, do turno noturno, localizada na periferia da cidade de Manaus, realidade está que já possibilita acesso a arte para pessoas e áreas da cidade com pouco ou quase nenhum incentivo artístico.

Com um estudo mais aprofundado em analisar a influência do balé na qualidade de vida e na experiência com a arte/dança de adultos no ambiente escolar, o estudo foi direcionado mais especificamente para alunos da Educação de Jovens e Adultos (EJA), buscando identificar os parâmetros de qualidade de vida dos adultos antes e após as aulas ministradas, dando oportunidade em relatar a vivência desses adultos durante permanência nas atividades propostas e assim discutir os benefícios e as positivities adquiridas que a dança oferece, em específico o que o balé traz para as pessoas que praticam esta modalidade.

A prática da dança tem se tornado um grande aliado para a qualidade de vida na fase adulta. Neste ciclo da vida ainda é perceptível um bloqueio partindo da sociedade em direção aos que optam por ingressar nesta modalidade, porque existem conceitos pré-estabelecidos, alegando que a prática de qualquer modalidade de dança (entre eles o balé) é feita primordialmente na fase infantil. Também é de fácil observância a influência que a mídia exerce na população em geral. Entretanto,

quando trabalhados de maneira correta, e com uma forma pedagógica apropriada, a prática da dança aguça a criatividade, sem discriminação de sexo, idade ou porte físico.

Entende-se que a prática da dança clássica se propõe a uma atividade física sedutora, principalmente para aqueles alunos que tem o desejo de praticá-la desde a infância e por algum motivo houve um bloqueio, então isso resulta na cativação desses alunos, que por vezes estão cansados, após um dia laboral e cheio de afazeres.

Escolher este tema partiu da compreensão da prática do balé na fase adulta, como valorização dos exercícios de uma forma geral, observando os benefícios que os mesmos trazem para o bem-estar, auto-estima e a qualidade de vida e conseqüentemente refletindo a maneira que o professor ajuda nesse processo de ensino-aprendizagem, pois acredita-se que por meio de sua execução, os alunos desenvolvam uma consciência corporal capaz de corrigir a má postura e transformar hábitos que podem prejudicar à saúde. Logo, com a escolha do tema há um intuito de fomentar a discussão da disseminação da dança como importante no ambiente escolar por sua efetividade na melhoria da saúde em adultos, levando em consideração que a dança é uma maneira de manifestação da cultura do corpo, o intuito é despertar nos alunos do EJA, a importância desta modalidade e dessa forma atraí-los para a prática.

Busco neste estudo estimular os acadêmicos, principalmente de dança, a se interessarem por esta temática, a fim de trazer a propagação dos conhecimentos relacionados a este assunto, acreditando sempre que a dança tem um compromisso social enorme de maneira que pode ampliar as vivências corporais dos alunos que se encontram no meio social e educacional, na melhoria da sua qualidade de vida, ampliando o escopo dessa linguagem artística transformadora. Considero este trabalho com uma abordagem diferenciada em que ao tempo que trabalha com adultos na educação, trabalha também a qualidade de vida destes.

Aos professores direciono as inovações que necessitamos dominar diariamente, neste estudo trago algumas considerações que são extremamente relevantes para que se possa ter um profissional de excelência, a postura que um professor deve ter como orientador, transmissor de conhecimento e facilitador durante um processo de acolhida e aprendizagem, não sendo apenas reprodutores de movimentos, mas respeitando cada individualidade, cada corpo, cada percepção,

cada realidade e levando os alunos a um direcionamento do autoconhecimento corporal.

Espero contribuir para as pesquisas dentro da universidade, somar de maneira significativa para quem possa necessitar deste estudo, desejando provocar a sensibilidade e uma abertura para diálogos futuros, provocar reflexões e experiências, de maneira que possa abrir novas vertentes para outras discussões. Ao tempo que a sociedade ainda esteja enfrentando um momento pandêmico, o trabalho em pauta, desenvolver-se-á em um espaço formal escolar.

A metodologia utilizada para este estudo foi uma pesquisa aplicada, com objetivos descritivos, abordagem qualitativa, método fenomenológico, e tendo como procedimento a pesquisa de campo.

O presente trabalho está dividido em três capítulos. No primeiro abordo o balé clássico e ensino para adultos, benefícios que essa modalidade traz para praticantes desta modalidade, abarcando também a contribuição que o professor de dança assume nesse processo e ainda saliento o ballet clássico na promoção de qualidade de vida.

No segundo capítulo abordo questões sobre os aspectos metodológicos da pesquisa, quanto ao tipo, objetivo, abordagem, método e procedimentos, além da caracterização das alunas que compuseram a amostra deste trabalho.

No último capítulo encontram-se os resultados e discussões feitas e o mesmo foi dividido em dois momentos. Sendo o primeiro momento o resultado da análise dos questionários aplicados e um segundo momento onde relato os objetivos de cada aula executada, diálogos, dificuldades das alunas e facilidades diante de cada encontro.

1 CAPÍTULO I – REVISÃO DE LITERATURA

1.1 BALÉ CLÁSSICO E ENSINO PARA ADULTOS

O senso comum que muitas vezes assola a sociedade é que a iniciação em dança contempla em sua maioria crianças, na fase inicial da vida. Quando uma pessoa decide sair do padrão, desejando ultrapassar preconceitos e discriminações se tornam algumas vezes motivos de olhares diferenciados por que a sociedade costuma qualificar o sujeito por esteriótipos, idade, determinadas características que classificam como o padrão, ideal e correto. Carregando consigo a intolerância do que possa ser considerado “diferente e novo” na vida de cada indivíduo.

“Relacionar-se com o corpo, sentir, emocionar-se, intuir, ter prazer são características humanas muitas vezes inaceitáveis em uma sociedade machista e logocêntrica como a nossa” (MARQUES, 2003, p. 40). Reforçando este pensamento os autores Calazans, Castilho e Gomes (2003, p. 218-219) afirmam que “a cultura do corpo ideal ainda permeia no imaginário de grande parte da população e até mesmo no meio de dança, a prática tradicional e a inércia do hábito continuam privilegiando o “corpo treinado”, o “corpo jovem” e o “corpo vigoroso”.

Claro que não se pode descartar a ideia de que durante a infância e a juventude o corpo-físico aprende com mais facilidade certas habilidades e movimentos, porém isso não justifica ou impede que o adulto adentre nesta prática, tampouco exclua-o de interagir no balé clássico. “A busca dos adultos pelas aulas de balé clássico está associada a uma necessidade natural e instintiva em exaurir um estado de envolvimento e paixão por essa arte, desde a mais tenra idade” (SILVA, 2018, p. 10).

Reconhecer que parte da sociedade não entende as escolhas de adultos que optam entrar no balé clássico, não significa que estes não podem aprendê-la, e que não podem se tornar grandes bailarinos com o tempo de prática e dedicação. Ao praticá-la com esse intuito, pode ter-se a possibilidade de entendê-la, percebê-la e senti-la mais minuciosamente. Aprender a dançar e se encorajar a aprender o novo, às vezes se tornam um tanto receoso e por vezes o adulto se sente amedrontado, mas é necessário para que esse indivíduo entenda que “a dança (...) torna-se praticamente indispensável para vivermos presentes, críticos e participantes na sociedade atual” (MARQUES, 2003, p. 25).

Ter uma compreensão, uma experiência e um olhar crítico que seja diferente da sua realidade, levará o adulto a perceber a dança de forma mais efetiva. Levando para o âmbito escolar esse código de ensino da dança que é o ensino do balé clássico direcionado para adultos, necessita de uma estratégia que possa ser favorável e de alguma forma eficaz no estímulo do processo ensino-aprendizagem, de modo que possa favorecer o desempenho escolar desses adultos de maneira multidisciplinares.

Trabalhar com a dança no ambiente escolar tem o poder de tornar esse ambiente diferenciado para apreensão de ensinamentos que possibilitam uma reflexão, conscientização e até mesmo uma criação diferenciada, tornando este ambiente um lugar potente para o desenvolvimento contínuo dos adultos. Por meio da dança se torna possível formar educandos que conscientes de si e do meio que convivem, de maneira importante ressalta-se que “corpos que se conhecem têm grandes possibilidades de estabelecer diálogos diferenciados com os outros, com o meio e com o mundo” (MARQUES, 2010, p. 206).

Marques (2003, p. 43) ainda menciona que “a dança na escola tem o potencial de desenvolver este tipo de consciência crítica em relação aos conceitos de “corpo perfeito” instituído pela tradição de dança e que, felizmente já vem sendo bastante transformado e modificado”. Sendo reforçado por Strazzacappa (2010) que menciona a dança com um poder imensurável e carregado de conhecimentos e que pode levar seus dançantes a transformações, ou melhor, não é unicamente a dança realizada no ambiente escolar que pode ser considerada educativa e criativa, levando os alunos a terem um nível considerável de reflexão e criatividade, portanto acredita-se que o Ballet clássico pode proporcionar grandes mudanças na vida destes adultos no EJA.

Porém existem algumas controvérsias. Quando a dança é levada para o ambiente escolar é lançada sobre ela uma expectativa muito grande, entretanto, há de se levar em consideração que não seria coerente um ensino de balé no âmbito escolar, do mesmo modo que é exigido em escolas de dança e companhias profissionais, pois neste ambiente se tem um propósito bem centrado que é o aprimoramento técnico do aluno, então por mais que o balé clássico carregue uma potência educativa e leve os alunos a conhecer a arte, a dança nesta realidade que é o contexto educacional não visa exatamente estabelecer padrões estéticos ou técnicos dos alunos, ou manter um roteiro a ser repetido diariamente e copiado pelos alunos, como alguns métodos utilizados em algumas escolas profissionais, mas sim manter esse contato dos alunos com os múltiplos aspectos desta arte.

Vale mencionar que nem todas as escolas dispõem de um lugar apropriado para que se realize uma aula de qualidade, por vezes a escola não tem barra, espelho e pisos adequados, um espaço físico preparado para o Balé ou até mesmo a disponibilidade de vestimentas adequadas aos alunos para a realização dos movimentos e é mediante isto que o profissional precisa trabalhar para levar no mínimo um conteúdo bem elaborado e atrativo para não existir tanta dispersão. Segundo Fux (1983) apud Silva (2018, p.11).

os adultos chegam às aulas de dança com uma vida passada e um corpo que sonhou dançar. O corpo que não dançou enquanto jovem, por motivos que vão desde desconhecimento dos pais, posteriormente pelo casamento, maternidade e vida profissional, ainda vislumbra na vida adulta, na meia idade ou mesmo na velhice, o prazer do movimento por meio do ballet. O prazer ao dançar é um dos elementos constituintes do fazer ballet [...].

Então ao retratar a realidade desses adultos que chegam em uma aula de balé clássico, é necessário reconhecer que por trás deste sujeito, existe alguém que tem histórias, dificuldades e acima de tudo um indivíduo que tem anseio de se realizar enquanto aprendiz.

1.2 BENEFÍCIOS DA PRÁTICA DO BALÉ CLÁSSICO

Comumente percebermos o quanto o balé clássico pode trazer benefícios para o indivíduo praticante, trazendo consigo uma gama de situações que favorecem o bem-estar, promovendo consecutivamente saúde. Quando esta prática entra para o convívio habitual do indivíduo, aumenta-se a chance ainda mais do indivíduo adquirir boa postura, aumento de confiança, melhora de flexibilidade, desenvolver a agilidade, melhorar o desempenho senso-motor, com as atividades exercidas nesta modalidade, também há a queima de calorias, alivia o estresse, bem como auxilia a função cognitiva.

A prática desta modalidade auxilia ainda na construção da autoimagem, desenvolve habilidades motoras de forma inteligente e permite o entendimento do próprio corpo, possibilitando um convívio social capaz de melhorar a autoestima (FLORES, 2002; FERRAZ, SERRALTA, 2007; MELLO, BURD, 2010 apud BASTOS, 2020). Os benefícios são facilmente percebidos quando praticados de maneira correta e de forma dedicada.

É pertinente salientar a importância da prática da dança como atividade que promova saúde e os efeitos que nela são encontrados no combate das doenças deste século, como o sedentarismo e a depressão. A dança proporciona benefícios comprovados que, segundo Gariba (2002), vão desde a melhora da autoestima, combate ao estresse e a depressão de forma significativa, e até o aumento das relações interpessoais. De maneira que se constitui ricamente em uma experiência corporal. Portanto, entende-se que dançar no ambiente escolar, impulsiona no desenvolvimento da criatividade, na experiência corporal e na sensibilidade. É a partir das experiências vivenciadas na escola que se pode ter a oportunidade de questionar e intervir, podendo superar os modelos pré-estabelecidos, ampliando a sensibilidade no modo de perceber o mundo (SARAIVA, 2005 apud PARANÁ, 2008, p. 70).

Partindo das citações acima, verifica-se que o Balé clássico direcionado para a faixa etária adulta, tem a capacidade de romper quaisquer fronteiras entre o convívio escolar e a vivência cotidiana, onde o fator regional e cultural se sobrepõe. Deixando para traz qualquer efeito que possa impedir esse adulto a dar prosseguimento aos seus desejos e sonhos, mediante isto:

[...]os adultos chegam a dança com uma vida passada e um corpo que aspirou movimentar-se, mas foi tolido pelas suas trajetórias, e após terem transposto o inevitável caminho de sua maturação, ou seja, terem encaminhado filhos e carreira profissional, buscam o prazer da dança na idade adulta e seus benefícios, onde descobrem formas de se relacionar consigo mesmos, e com outros sujeitos da mesma escala de interesses, pois vemos nesses grupos uma mescla de expectativas oriundas das mais variadas motivações (MARIA FUX, 1983 apud ALECASTRO, 2014, p. 422).

Então o prazer que atividade da dança traz para estes adultos, bem como a melhoria da disposição através de um condicionamento satisfatório advindo do balé clássico, perpassa não somente a condição física, mas também o bem-estar emocional dos adultos optantes pela modalidade.

1.2.1 Contribuição do professor de dança

É constatado que a área da dança no meio educacional tem sido marcada pela ausência de profissionais qualificados e aptos para que possam ministrar as diversas modalidades encontradas na dança e dentre elas está o balé clássico. Por vezes essa função se dispersa e de modo frequente vem sendo deixado a cargo de outros

profissionais, bem como os profissionais de Educação Física, Pedagogia, Educação Artística ou sujeitos que na maior parte, não tem uma experiência para ministrar tal modalidade, e até mesmo por aqueles que não tem nenhuma formação acadêmica no meio artístico, mas que tem uma vivência e experiência extensa neste meio, portanto é perceptível que a dança, vem sendo corriqueiramente descaracterizada e/ou anulada enquanto arte.

É de extrema importância que o professor tenha o cuidado e a preocupação com o corpo que está sendo ensinado em aula, cada corpo é diferenciado do outro, assim como cada um tem sua própria trajetória e seus próprios repertórios e contexto de dança, mesmo que esse contato com a dança, seja um contato básico no decorrer de suas vidas e por isto é necessário que o mestre entenda a particularidade de cada um. Partindo disto, o professor terá subsídio e liberdade para encontrar a melhor forma de ensinar e o melhor método a ser aplicado. Seguindo este conceito (MARQUES, 2003, p.32-33) afirma que:

O professor, engajado aos contextos dos alunos, se torna um propositor, e, principalmente, um articulador, um *interlocutor* entre esses contextos e o conhecimento em dança a ser desenvolvido na escola. Ou seja, conectado ao universo sócio-político-cultural dos alunos, cabe ao professor também escolher e intermediar as relações entre dança dos alunos [...], a dança dos artistas [...] e o conhecimento em sala de aula. Sem ele, as experiências de danças já conhecidas podem se tornar vazias, repetitivas e até mesmo enfadonhas.

Abrir possibilidades para que esse adulto entre e permaneça no balé clássico, depende bastante do interesse em primeiro lugar do aluno e atrelado a isso a metodologia que o mestre adota para cativar este aluno na aula, de modo que possa entender, respeitar e trabalhar da melhor forma com esta faixa do ciclo vital. Abrir possibilidades e conhecer cada movimento de acordo com o que o aluno vivência dentro e fora da sala de aula é uma proposta no qual se torna interessante no meio da dança-educação, não tendo como intuito fazer comparações com corpos mais novos, mas reforçar a ideia de que a dança não tem limite etário pré-estabelecido e que pode ser executado de forma consciente por todos.

Marques (2003) afirma que o trabalho consciente, respeitoso, carinhoso, seguro e atento com o corpo para conhecer suas demandas, sensações, prazeres e desconfortos podem ser proporcionados pelas aulas de dança, subsidiando os alunos a aprender a discriminar o que realmente “faz bem” ou não a seus corpos e a suas

vidas.

O professor em suas aulas precisa levar em consideração que ele não é o único responsável pelo corpo do aluno, mas que é com suas coordenadas e orientações que o aluno poderá dançar sem que haja alguma lesão, fazendo desta maneira, o mesmo vai entender que ele também é responsável pelo seu corpo, assim como entenderá que a responsabilidade de sua saúde física, emocional e mental também pertence a si.

Este profissional precisa evitar a ideia de trabalhar de uma única maneira com corpos diferentes, evitando a homogeneização e entendendo que cada corpo é diferenciado e que é necessário uma individualidade e particularidade. De maneira que possa evitar,

moldar o corpo de uma forma que não lhe é própria, sem respeitar ou mesmo observar suas tendências, por meio de exercícios que conceitualmente impõe um modelo corporal único, que visam um padrão de beleza único, oposto a desconcertante e maravilhosa ordem da diversidade (CALAZANS et al, 2003, p. 219).

Por vezes o corpo, sua particularidade e singularidade é ignorado e excluído, por meio dessas práticas que incansavelmente restringem e desdenham, se esse corpo não corresponder ao corpo chamado de ideal. Como profissionais desta arte precisamos evitar tal prática, pois é muito comum encontrar isto nas aulas aplicadas. Calazans (2003) ainda reforça que quando os métodos educacionais são anexados a estes conceitos corporais, geralmente não são frequentes em ter essa preocupação em desenvolver a sensibilidade e a capacidade criadora de cada um e, menos ainda em ter a preocupação de investigar quais as conexões existentes entre o corpo dentro da dança e o corpo na formação social.

Mediante isto, como educadores é necessária uma preparação adequada do corpo dos alunos e proporcionar a eles uma compreensão clara acerca dos movimentos e assim estimula-los para que conseqüentemente possa se trabalhar a potencialidade de cada indivíduo envolvido. É preciso que este professor dialogue com os envolvidos, de modo que possa reconhecer e identificar as características de cada um, quais suas finalidades ou limitações para que somente assim possa se encontrar um meio de potencializa-los, tornando-os confiantes.

O professor não deve focar em suas aulas, apenas na transmissão de conhecimentos, mas incentivar a auto direção, especulando o modo de aprender, a partir da resolução de problemas. Cezar (2017) informa que a experiência é a maneira

mais rica para que o adulto possa aprender, e a função do professor em dança é exatamente essa, manter constante análise dessas experiências e as relações que elas tecem com suas vidas, considerando a aprendizagem como item de valor imediato, sendo aplicado diretamente a cada realidade, mantendo a imparcialidade do resultado que venha obter.

1.3 QUALIDADE DE VIDA E BALÉ CLÁSSICO

O conceito de qualidade de vida tem várias vertentes e aspectos, porém neste contexto se discutirá da qualidade de vida como bem-estar, que progressivamente gera saúde, satisfação pessoal e hábitos contudentes. Entende-se que a busca pela qualidade de vida é presente na vida do ser humano e que advém de várias áreas e uma delas mencionada neste projeto é a prática do balé clássico na idade adulta.

De acordo com Nobre (1994) na busca por uma qualidade de vida é necessário que se tenha um corpo saudável, porém entende-se que o corpo não é feito apenas de parte biológicas, é também intensamente influenciado pelas emoções e pensamentos, sendo assim, quando o desejo é um corpo saudável como um todo, para a obtenção de qualidade de vida, é necessário que se cuide tanto do corpo físico, quanto do corpo subjetivo”.

Partindo disto, a concepção de que o balé clássico tem uma importância significativa em motivar os alunos na qualidade de vida, esta embasada na ideia de que por meio desta prática eles possam descobrir a importância de se conscientizar corporalmente e consecutivamente entender os benefícios que são encontradas na mesma.

A qualidade de vida se relaciona de maneira íntima com o bem-estar físico, mental e social. Atualmente, existem várias pesquisas científicas que comprovam a eficácia do Balé clássico enquanto qualidade de vida, apontando que esta modalidade de dança apresenta benefícios que vão do psicológico, físico até o cognitivo. É recorrente o número de pessoas que dão mais prioridade para a saúde física do que mental, porém é necessário entender que ambas caminham juntas e quando uma não está saudável a outra também não está, tanto uma quanto a outra possuem a mesma carga de importância no nosso corpo e precisam estar interligadas para que haja um equilíbrio. Portanto, acredita-se que uma forma de conseguir o equilíbrio das duas funções é por meio dos benefícios adquiridos com a prática do balé clássico. É sabido

que a prática da dança explora a capacidade de aprendizado do aluno, de maneira que estimula a encontrar os seus limites e consecutivamente superá-los.

Para Melo (1997) ter consciência corporal significa tomar consciência de cada corpo, de maneira individual, reconhecer e identificar os processos e movimentos corporais, internos e externos. A autora ainda salienta que a consciência corporal traz mais energia e saúde para nossas vidas, trazendo assim mais qualidade de vida ao sujeito.

É através dos movimentos corporais realizados na dança que seus praticantes são favorecidos, tendo bons resultados para que consecutivamente se tenha uma melhor qualidade de vida. É entendido que qualidade de vida é uma representação social criada a partir de vários parâmetros, podendo está associada à qualidade do sono e a uma boa prática de movimentos corporais, o que se pensa também serem encontradas por meio da prática de aulas de Ballet clássico.

Para Silva (2018) a qualidade de vida está associada às condições que contribuem para o bem-estar físico e espiritual do ser humano e, neste contexto, as aulas de balé clássico cooperam para o alcance da qualidade de vida.

Válido ressaltar que com as aulas de ballet clássico há uma contribuição significativa para o bem-estar e a qualidade de vida das pessoas adultas inseridas nela. Szuster (2011) afirma que a dança é um tipo de atividade que permite ao ser humano melhorar sua função física, sua saúde e seu bem-estar. Portanto, o ballet clássico pode favorecer não somente na parte estética do indivíduo, mas oferece para seus praticantes o benefício do sentir-se bem socialmente e corporalmente, tendo uma promoção significativa na sua qualidade de vida.

CAPÍTULO II – ASPECTOS METODOLÓGICOS

2.1 METODOLOGIA

Segundo Marconi e Lakatos (2017, p.17), a metodologia nasce da concepção sobre o que pode ser realizado e a partir da “tomada de decisão fundamenta-se naquilo que se afigura como lógico, racional, eficiente e eficaz”.

A metodologia para Minayo *et al* (2010) é o caminho percorrido pelo pensamento e a prática exercida através da observação da realidade. Ela facilita o processo de elaboração de um trabalho ou de pesquisa de cunho científico, uma vez

que sua estrutura tem o intuito de organizar para garantir bons resultados. Dessa forma, entende-se que a opção metodológica é uma questão determinante na pesquisa científica.

Gil (2002), neste âmbito confirma que se pode definir pesquisa como um procedimento racional e sistemático que tem como objetivo proporcionar respostas aos problemas que são propostos. E é requerida quando não se dispõe de informações suficientes para responder ao problema.

Para Zamboni (2001) a forma mais pertinente para uma tentativa de formulação de um modelo metodológico, que seja específico para a pesquisa em arte está na organização de conceitos.

2.1.1 Quanto ao tipo

O presente trabalho trata-se de uma pesquisa aplicada, pois formou-se um grupo de pessoas adultas pertencentes a Educação de Jovens e Adultos (EJA), onde conhecimentos de balé clássico foram aplicados, de maneira que pudesse analisar a variação de bem-estar, gerando qualidade de vida e afins.

Segundo Gil (2010, p.26) a “pesquisa aplicada é direcionada à obtenção de conhecimentos visando à aplicação em determinada situação”. Subsequente a isto, Prodanov (2013) alega que esse tipo de pesquisa tem por finalidade produzir conhecimento para aplicações práticas que reflete em questionamentos modernos e que busquem soluções de problemas específicos para situações concretas.

2.1.2 Quanto aos objetivos

Quanto aos objetivos descritos por Gil (2002) e Lakatos e Marconi (2003), esta pesquisa se enquadra em uma pesquisa exploratória, tendo como principal finalidade desenvolver, esclarecer e modificar conceitos e ideias, visando a formulação de problemas mais precisos e pesquisáveis para estudos posteriores. Na maioria dos casos esse tipo de pesquisa envolve: levantamento bibliográfico; entrevista com pessoas que tiverem experiências práticas com o problema pesquisado; e análise de exemplos que “estimulem a compreensão” (SELLTIZ et. al., 1967 apud GIL, 2002, p. 41).

Silva (2011, p.499) afirma que “a pesquisa exploratória realiza descrições

precisas da situação e quer descobrir as relações existentes entre seus elementos componentes. Esse tipo de pesquisa requer um planejamento bastante flexível para possibilitar a consideração dos mais diversos aspectos de um problema ou de uma situação”.

Ainda é pouco discutido, e de difícil acesso estudos que tragam a abordagem da inserção da prática da dança/balé clássico na fase adulta dentro do ambiente escolar. Neste sentido, se traz em voga quais os motivos que os impulsionaram a procurar esta modalidade, e assim analisar e discutir questões benéficas abrindo ainda uma possibilidade para outros campos de indagações acadêmicas voltadas a prática do Ballet clássico em escolas que abarquem o EJA.

Esta pesquisa pode ser classificada também como uma pesquisa descritiva, pois para Silva (2011) esta pesquisa vem com o intuito de analisar e correlacionar fatos ou fenômenos variáveis sem que haja manipulação. Procura descobrir, com a maior precisão possível, a frequência com que determinado fenômeno ocorre, tendo em voga sua relação e conexão com outros, sua natureza e suas características. Busca conhecer as múltiplas situações e relações que ocorrem na vida social, política, econômica e demais aspectos do comportamento humano, tanto do indivíduo de forma isolada, quanto de grupos e comunidades mais extensa (CERVO et al, 2007).

Partindo desta afirmação, o trabalho buscou descrever e trazer em voga a discussão dos resultados de uma experiência metodológica utilizada nas aulas de Balé clássico voltado para o grupo em questão, fazendo a relação com o bem-estar de cada aluno e como os referidos se sentem ao término de cada aula. Respeitando sempre o espaço-limite dos envolvidos, pois trata-se de um estudo e uma pesquisa que propõe acima de tudo qualidade de vida, trazendo bem-estar e autonomia aos corpos participantes.

2.1.3 Quanto a abordagem da pesquisa

Para a evolução da pesquisa em questão, foi utilizada uma abordagem classificada como quali-quantitativa. Para tanto se faz menção da pesquisa qualitativa e da pesquisa quantitativa, para que se possa compreender a junção das duas e o porquê do uso de ambas neste estudo. Segundo Prodanov (2013, p.70) “considera que há uma relação dinâmica entre o mundo real e o sujeito, isto é, um vínculo indissociável entre o mundo objetivo e a subjetividade do sujeito que não pode ser

traduzido em números. A interpretação dos fenômenos e a atribuição de significados são básicas no processo de pesquisa qualitativa”. As pesquisas qualitativas servem como intermediadoras para compreender, explicar, descrever e entender os fenômenos e assim fazer a relação existente entre as variáveis envolvidas. Ganhando forma através de análises de documentos, já que este método de abordagem não se limita a dados isolados e compreende o real, o momento como algo que está sendo corriqueiramente em construção social. Assim a pesquisa qualitativa procura entender a subjetividade, permitindo obter resultados individualizados, a partir da visualização dos múltiplos aspectos da realidade.

A pesquisa quantitativa como o próprio nome diz, se resume a quantidade, baseados na quantificação, aqui o pesquisador faz uso de gráficos ou tabelas, que apresentarão os resultados colhidos de dados através de questionários e utiliza a estatística para apresentação dos resultados, confirmados a isto o autor Prodanov (2013, p.69) afirma que a “pesquisa quantitativa: considera que tudo pode ser quantificável, o que significa traduzir em números opiniões e informações para classificá-las e analisá-las. Requer o uso de recursos e de técnicas estatísticas (percentagem, média, moda, mediana, desvio-padrão, coeficiente de correlação, análise de regressão etc.)”. Deste modo:

Essa forma de abordagem é empregada em vários tipos de pesquisas, inclusive nas descritivas, principalmente quando buscam a relação causa-efeito entre os fenômenos e também pela facilidade de poder descrever a complexidade de determinada hipótese ou de um problema, analisar a interação de certas variáveis, compreender e classificar processos dinâmicos experimentados por grupos sociais, apresentar contribuições no processo de mudança, criação ou formação de opiniões de determinado grupo e permitir, em maior grau de profundidade, a interpretação das particularidades dos comportamentos ou das atitudes dos indivíduos (PRODANOV, 2013, p.70).

Ao entendermos as duas formas de abordagens, tanto a qualitativa quanto a quantitativa, entende-se que esta pesquisa se enquadra na associação destas duas abordagens, desse modo é possível que um estudo tenha uma parte cuja abordagem seja qualitativa e a outra preponderantemente quantitativa, chamada assim de pesquisa quali-quantitativa. Assim, buscou-se descrever sobre questões metodológicas em dança clássica e a vivência dos adultos durante o estado de permanência em aula, bem como trazer na sequência os resultados das análises de dados.

2.1.4 Quanto ao método

Essa pesquisa é classificada como fenomenológica, de modo que executará uma descrição direta do estudo realizado e dos resultados encontrados com o grupo de estudo formado na escola, trazendo reflexões da experiência vivenciada tanto pelo pesquisador quanto pelos envolvidos neste projeto. Salienta-se que a fenomenologia é considerada o estudo das essências, onde todos os problemas concentram-se em definir a essência da percepção e a essência da consciência.

O método fenomenológico é classificado sendo como: “a descrição das experiências vividas”, ou seja, a descrição de diversos indivíduos acerca de um determinado conceito ou fenômeno, tendo como foco a procura do possa ser considerado “essencial” ou dos vários elementos do fenômeno que segundo este organizam o seu significado central. Holanda (2006) aborda que o investigador deve apropriar-se de questões que possam abrir portas para que possam possibilitar a exploração do significado da experiência por intermédio da descrição dos sujeitos que experienciaram o fenômeno através da técnica de entrevista, pesquisa que se acrescenta a auto-reflexão como base para analisar os dados.

2.1.5 Quanto ao delineamento (Procedimento)

Toda pesquisa-ação é do tipo participativa, quando se trata deste tipo de pesquisa o pesquisador não é pesquisado, de modo que possa supor uma forma de ação que seja planejada de cunho social, educacional, técnico e etc. Entende-se que nesta pesquisa o pesquisador tenha em mente uma ação que seja destinada a resolver ou responder algum problema em voga. De modo que é somente ele que está se apropriando dos dados colhidos, para que, somente assim possa ter uma habilidade maior de domínio de análise, de animação, de interpretação e afins, dominando com mais faculdade e tendo mais flexibilidade as técnicas de dinâmicas de determinando grupo.

Thiollent (1998) confirma que a grandeza do objetivo do pesquisa-ação se dá ao proporcionar informação, gerando e produzindo conhecimento que atraia ou traga melhorias e possíveis soluções para o que está sendo proposto como um todo. Logo Tripp (2005) salienta, de maneira que siga a mesma linha de raciocínio, que a pesquisa-ação é uma forma de investigação que utiliza técnicas de pesquisa para

informar à ação que se decide impor para que haja melhora na prática para solucionar um eventual problema de uma comunidade ou amostra de pesquisa. Com estas afirmações, o presente projeto se utilizou da pesquisa-ação, propondo ações direcionadas aos participantes, com a finalidade de proporcionar qualidade de vida com a prática do balé clássico.

Trata-se ainda, de uma pesquisa de campo pois, houve a criação de um grupo de estudo para aplicação de uma metodologia que se associe ao balé. Este tipo de pesquisa pretende buscar a informação direta ao grupo pesquisado.

Para Marconi (2015) a pesquisa de campo é utilizada com o objetivo de conseguir informações e/ou conhecimento acerca de um problema para o qual se procura uma resposta, ou de uma hipótese que se queira comprovar, ou, ainda, descobrir novos fenômenos ou as relações entre eles.

Portanto, nesta pesquisa se fará uso de um questionário sobre a qualidade de vida, saúde e afins (contendo 29 perguntas breves e objetivas), chamado Instrumento de Avaliação de Qualidade de Vida *The World Health Organization Quality of Life – WHOQOL-bref* Instruções, o qual foi aplicado antes e depois das práticas propostas, para que pudéssemos fazer a apreensão das respostas e assim obter um resultado palpável do que foi proposto neste projeto.

2.2 CARACTERIZAÇÃO DO AMBIENTE, DOS SUJEITOS E DA PESQUISA

A princípio, em meio ao cenário que ainda assola a cidade de Manaus, por meio do vírus (COVID-19) e o impedimento que a mesma traz para o acesso contínuo nas escolas públicas e/ou privadas, o acesso na escola aconteceu de modo alternado e periódico somente a uma escola, cujo nome é Escola Estadual Letício de Campos Dantas, localizada na rua das Colhereiras, S/N, no Bairro Fazendinha, na cidade de Manaus. O projeto foi aplicado duas vezes por semana, com duração de 1h30min, com 5 alunos de faixa etária entre 18 a 40 anos, durante dois meses. No decorrer do processo foram aplicados aos respectivos, de forma não obrigatória, um formulário em forma de entrevista, contendo questões que tiveram o intuito de colher informações e para fazer um levantamento das causas que levam este adulto a praticar a dança como método para efetivação de seu bem-estar e sua qualidade de vida, levando-os a sua melhora de sociabilização dentro da sala de aula.

O Instrumento de Avaliação de Qualidade de Vida *The World Health*

Organization Quality of Life – WHOQOL-bref Instruções, é um formulário que vem em formato de entrevista composto de 29 questões, que dentre elas estão questões sobre qualidade de vida, saúde, sentimentos, facilidades e dificuldades relacionada a prática de atividades físicas, bem como questões sobre a rotina do aluno nos últimos dias para que ao final do projeto possa fazer uma comparação dos benefícios adquiridos e se de alguma forma ajudou nas dificuldades citadas no início do projeto.

Importante dar uma ressalva de que os levantamentos necessários foram primeiramente concentrados a fatores históricos, artigos e livros relacionados ao tema em questão.

A pesquisa a priori se concentrou em três etapas, cada uma seguindo sua distinção, sendo elas:

- ❖ Primeira Etapa- Revisão de literaturas ou bibliográficas: onde foi realizado a captura de maior número de referenciais que de maneira direta e indireta tivessem relação com o tema pesquisado e conseqüentemente com o material que foi sendo construído fichamentos, seleção de referenciais e estudos para que se obtivesse uma melhor organização para as especificações pretendidas e posteriormente discutidas.

- ❖ Segunda Etapa- Aplicação das aulas: Neste ciclo, se realizou o contato com os participantes do projeto, onde foi apresentado todo o processo de aula que foi realizado durante a pesquisa.

- ❖ Terceira Etapa- Análise dos resultados: Neste momento se deu início a construção de maneira organizada das informações coletadas durante o processo de aplicação e das experiências das aulas, de maneira que pudesse responder a todos os objetivos específicos propostos nesta pesquisa e/ou eventuais dúvidas que surgiram no decorrer do envolvimento que o pesquisador teve com a documentação e propostas criadas.

2.3 INSTRUMENTOS E PROCEDIMENTOS PARA COLETA DE DADOS

Foi utilizada técnica de observação durante todo o processo de ensino, pois o pesquisador estava inserido no grupo de alunos, estabelecendo um relacionamento com interação e diálogo com os sujeitos envolvido durante as aulas.

De forma pertinente houve o uso de diário, que possibilitou ao pesquisador as anotações diárias necessárias, das observações feitas nas aulas, incluindo a interação, o dinamismo, as dificuldades, facilidades, progressos e características que

possam ser considerados marcantes para o dia de aula, experiências que possam ser cumulativas para assim sistematizar as experiências e conseqüentemente analisar os resultados. Falkembach (1987) ressalta que o Diário de Campo consiste num instrumento de anotações, um caderno com espaço suficiente para as anotações, comentários e reflexão individual do investigador no seu dia-a-dia.

O Instrumento de Avaliação de Qualidade de Vida The World Health Organization Quality of Life – WHOQOL-bref Instruções foi utilizado como instrumento para coleta de dados e foi aplicado aos alunos, aplicados duas vezes durante o processo, tanto no início do projeto, quanto ao final deste, para que pudesse-se fazer um comparativo e um levantamento dos resultados. E somente assim ter a possibilidade de trazer em forma de estatísticas os resultados da coleta de dados e experiências.

Ainda neste processo foi utilizado o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, baseado nas diretrizes contidas na resolução CNS Nº 466/2012, que tinha como intuito o consentimento dos participantes em fornecer informações para o melhor entendimento do assunto em questão, onde os sujeitos eram entrevistados e informados através de contatos pessoais por mim (pesquisadora) sobre datas, horários, assim como dos locais com comodidade para melhor segurança e viabilidade dos participante, entrando em comum acordo com o entrevistado para a coleta das informações. De maneira que também tinha a autonomia de seguir ou não participando da pesquisa em questão.

2.4 ANÁLISE DE DADOS

Utilizou-se a análise de conteúdo, nas informações qualitativas, onde o foco foi analisar o que foi dito em entrevistas ou no que foi observado pelo pesquisador. Desse modo, entende-se que essa análise se configura como uma técnica de pesquisa que tem por objetivo descrever os conteúdos em questão, fazendo uma descrição objetiva, partindo dos elementos analisados no momento. Aqui, a reflexão é dos benefícios da dança clássica em si, pautando-se na experiência própria do sujeito, com a maneira que se sente ao realizar os movimentos e toda sua gama de complexidade.

Buscou-se ainda por meio da coleta de dados fazer uma comparação quantitativa dos resultados aos questionários aplicados relacionados a qualidade de vida, saúde e afins. Neste questionário as respostas são gradativas onde o número 1

significa (muito ruim, muito insatisfeito e nada) e 5 significa (completamente, extremamente e muito boa).

3 CAPÍTULO III – ANÁLISE DOS RESULTADOS

3.1 RESULTADOS E DISCUSSÃO DOS QUESTIONÁRIOS

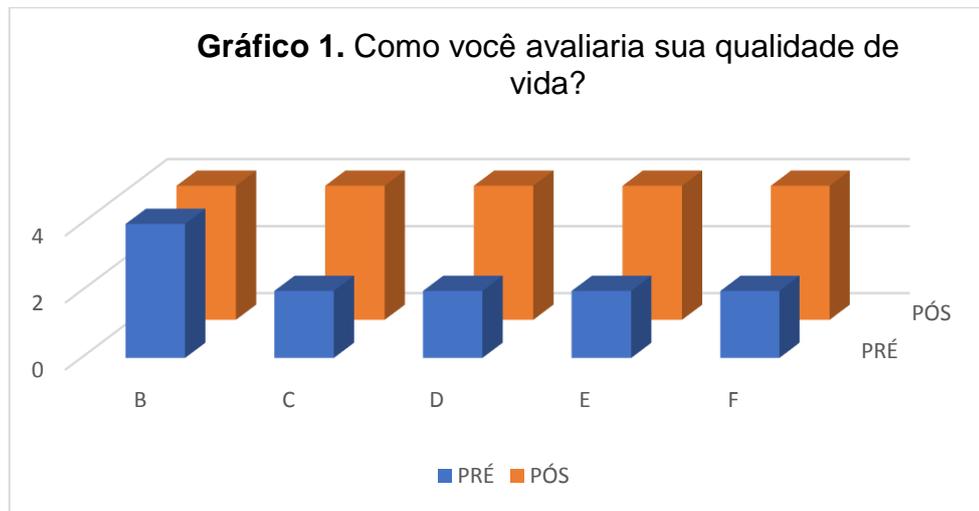
Para obter um resultado que pudesse refletir informações sobre a qualidade de vida e bem-estar dos alunos, foram aplicados questionários em forma de entrevista que continham perguntas que os direcionassem a responder de maneira objetiva. Logo, o mesmo era composto por opções de resposta de 1 a 5, onde 1 equivalia a “nada, muito ruim, muito insatisfeito, nunca”, 2 equivalia a “muito pouco, ruim, insatisfeito, algumas vezes”, 3 significava “médio, nem ruim e nem boa, mais ou menos, nem satisfeito e nem insatisfeito, frequentemente”, 4 “muito, boa, satisfeito, bastante, bom, muito frequente” e 5 correspondia a “completamente, muito boa, muito satisfeito, extremamente, completamente, muito bom, muito satisfeito e sempre”. Neste trabalho abordaremos a amostra como aluna A, B, C, D, E e F.

O grupo estudado, se estabelecia de discentes adultos (as), onde A tinha (18 anos), B (28 anos), C (40 anos), D (33 anos), E (26 anos), F (31 anos). Nenhum havia participado de uma aula de Ballet clássico antes e este era o primeiro contato com a modalidade, porém as mulheres já haviam passado por experiências de danças ministeriais. Todos os discentes estudam na referida escola pública na modalidade Educação de Jovens e Adultos (EJA). Tiveram em posse o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) aceitos e assinados pelos respectivos. Reafirmo que durante a pesquisa o sujeito A mudou-se de bairro e não pode mais participar, portanto o mesmo não aparecerá na discussão dos dados abaixo. Os questionários foram respondidos de maneira individual e as alunas levaram em torno de 3 a 15 minutos para responderem.

Sobre a comparação das respostas destacamos os seguintes itens:

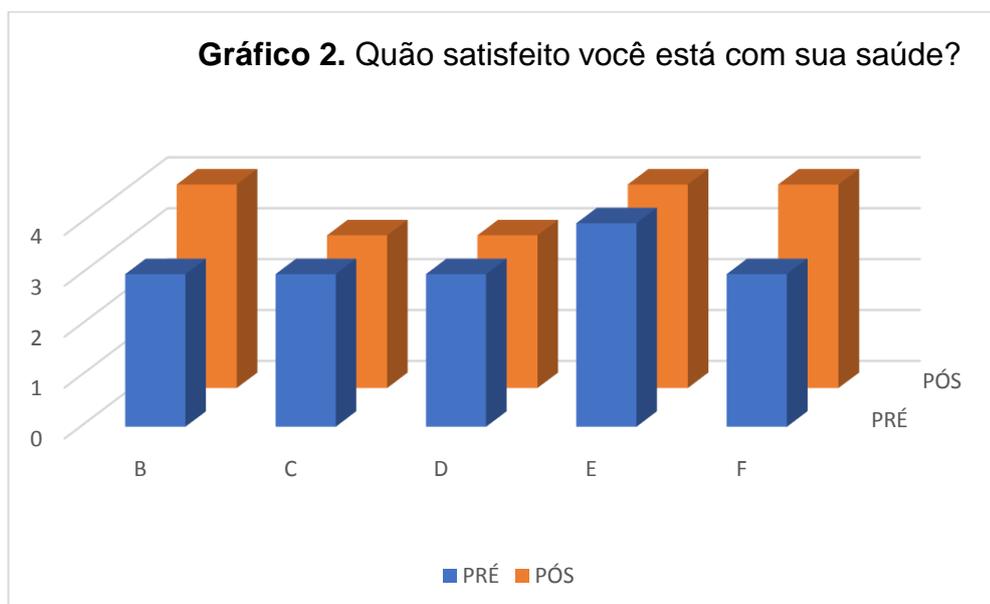
Quanto ao item de como avalia sua vida (gráfico 1), podemos destacar melhora na avaliação de qualidade de vida de quatro alunas (C, D, E, F). A aluna B permaneceu (Boa nas duas avaliações), diante dos diálogos e conversas, pode-se perceber que os momentos que tivemos também foram importantes para modificar a rotina e em alguns casos realizar desejos impossibilitados por questões pessoais ou

até preconceitos.



Fonte: próprio autor, 2022.

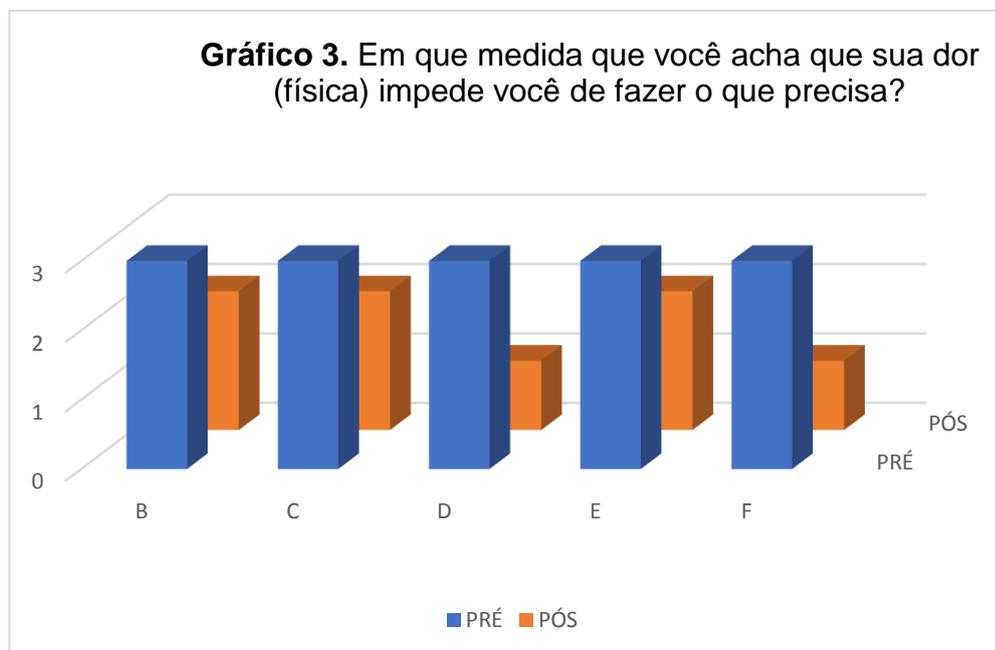
Sobre a satisfação com sua saúde (gráfico 2), destaca-se que as alunas B e F tiveram melhoras, as alunas C e D permaneceram na indiferença e a aluna E permaneceu satisfeita nos dois momentos da entrevista. Vale ressaltar ainda, que mesmo tendo dois encontros semanais, acredita-se que muitos fatores podem interferir nesta avaliação, entre elas: estarmos em um período pandêmico, e também outras doenças associadas a idade que as participantes já apresentavam antes do início da pesquisa.



Fonte: próprio autor, 2022.

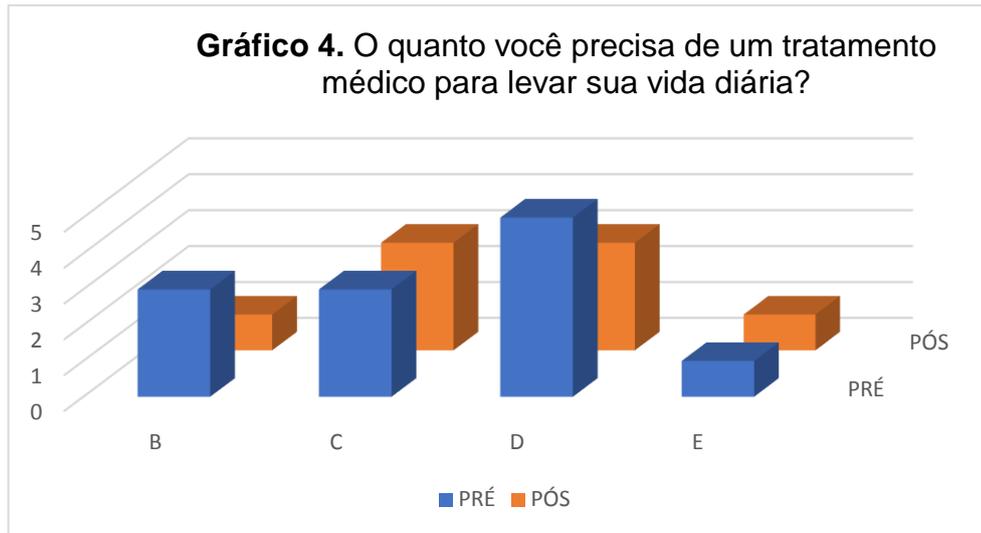
Traremos agora questões sobre como as participantes estavam sentindo algumas variáveis nas últimas duas semanas antes da aplicação do questionário.

Sobre a dor interferir nas atividades de vida diária (gráfico 3), podemos perceber que as alunas D e F tiveram melhoras na sua dor física durante o processo e responderam que não sentiam nada ao término do processo. As alunas B, C e E também apresentaram melhoras, embora relatassem que o grau era muito pouco. É sabido que a realização de ativação muscular auxilia em fortalecimento desta estrutura, portanto acredita-se que a prática do Balé pode ter auxiliado na diminuição da dor das alunas durante esse processo de acordo com as respostas do questionário, visto que nenhuma delas mudou a rotina a não ser a realização das aulas da pesquisa.



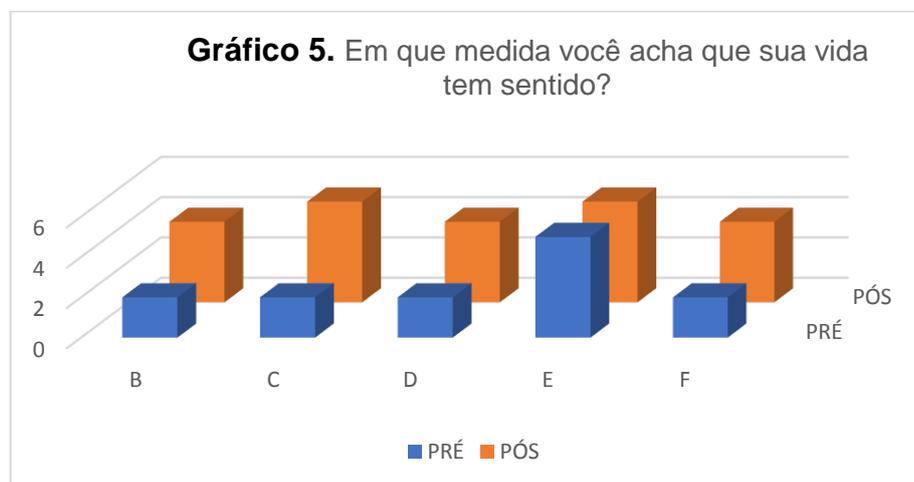
Fonte: próprio autor, 2022.

Quando questionadas sobre precisarem de tratamento médico (gráfico 4), as alunas B e F tiveram respostas diferentes ao término do processo, mudando de (mais ou menos) para (nada). C permaneceu no (mais ou menos) nos dois momentos, enquanto a aluna D de (extremamente) foi para (mais ou menos) havendo também melhora na necessidade de ter tratamento médico para que pudesse levar uma vida de qualidade diariamente. Quanto ao questionamento de o quanto aproveitam a vida mantiveram as mesmas respostas da primeira entrevista, sendo: alunas C e D (mais ou menos), D (bastante) e alunas B e E (extremamente).



Fonte: próprio autor, 2022.

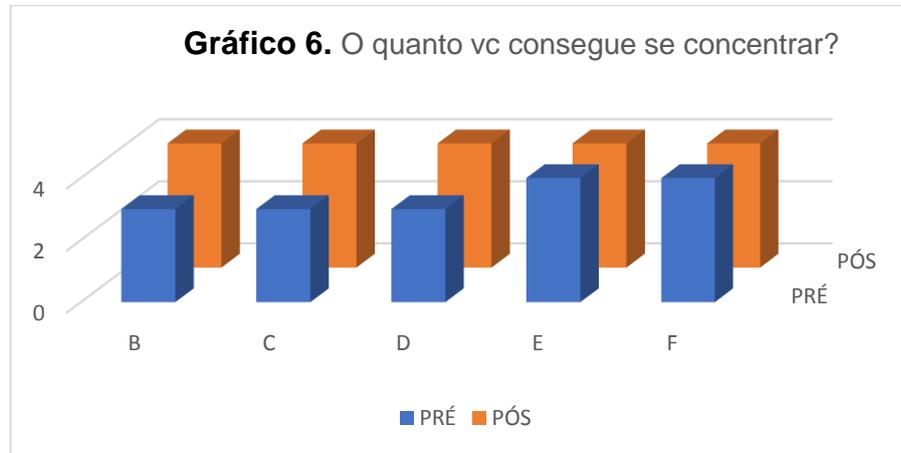
Quando questionadas se suas vidas tinham sentido (gráfico 5), as alunas B, D e F mudaram suas respostas, afirmando que durante a pesquisa a vida passou a ter (bastante) sentido e a aluna C mudou de (muito pouco) para (extremamente). Desta forma entende-se que houve melhora nas alunas B, C, D e F. A aluna E manteve sua resposta de (extremamente) em ambos os questionários.



Fonte: próprio autor, 2022.

Sobre a capacidade de concentração (gráfico 6), observamos as seguintes respostas: as alunas B, C e D tiveram melhora em relação a concentração durante o processo. Enquanto as alunas E e F tiveram as mesmas respostas (bastante). Sabe-se que na prática da aula de balé estimula-se a memorização, tanto de nomenclaturas em francês quanto de sequencias de movimentos, portanto acredita-se que a

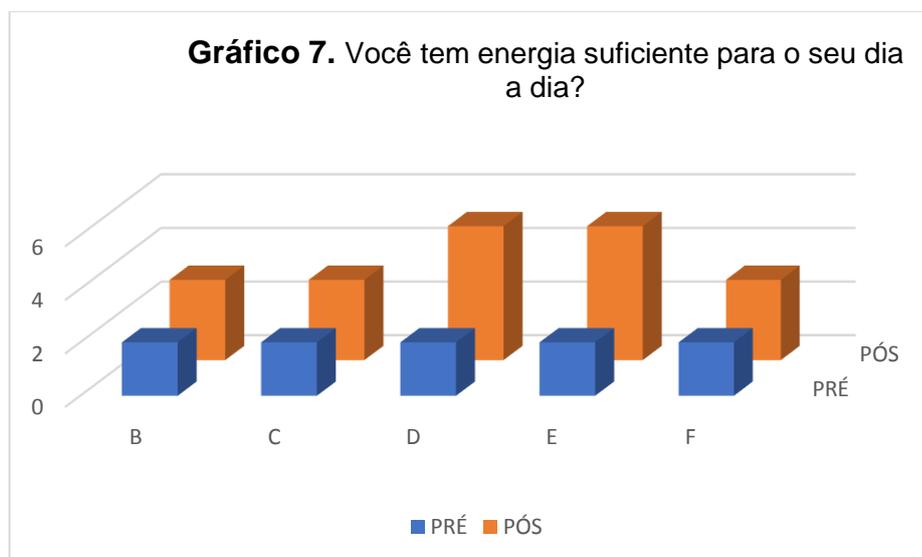
modificação pode ter sido estimulada pela prática proposta.



Fonte: próprio autor, 2022.

Sobre a segurança na vida diária, a aluna E foi a única que teve sua resposta modificada, alterando de (mais ou menos) para (bastante). Quando questionadas de quão saudável é o seu ambiente físico, as alunas B, D e F mudaram durante o processo, saltando de (muito pouco) para (mais ou menos), aluna E saindo de (muito pouco) para (extremamente) e a aluna C permaneceu com sua resposta em ambos os questionários.

As questões que se seguem perguntam sobre quão completamente as participantes tem se sentido ou são capazes de fazer certas coisas nas últimas duas semanas.

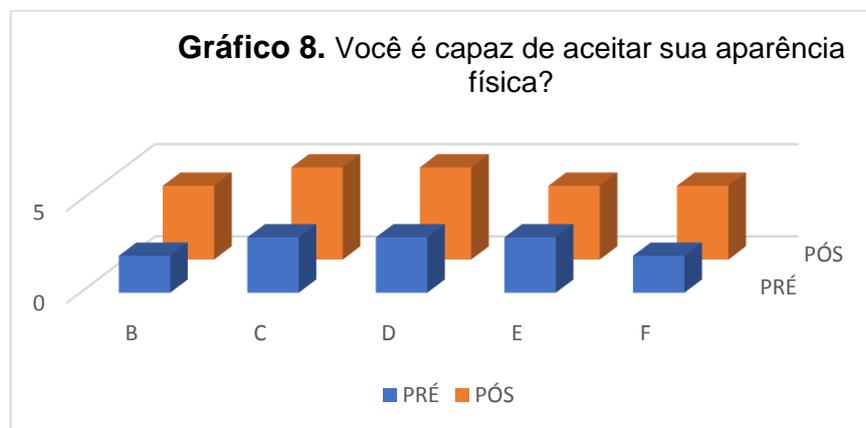


Fonte: próprio autor, 2022.

No que tange a energia para o dia a dia (gráfico 7), houve melhora perceptível

para todas as alunas. As alunas D e E foram as que mais adquiriram energia para a vida cotidiana durante a pesquisa saindo de (muito pouco) para (completamente), enquanto as demais para (médio).

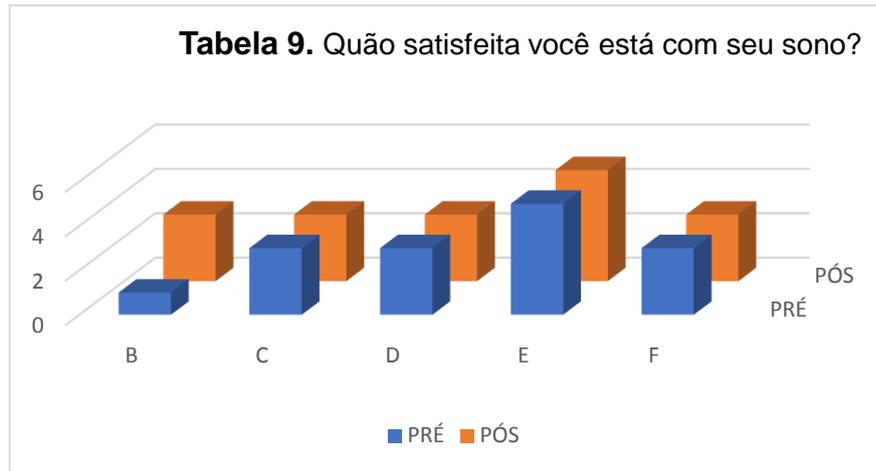
Todas as alunas tinham dificuldade de aceitação física, confirmando isto na resposta de seus questionários. Após nossas conversas e encontros, saíram de “muito pouco e médio” para “muito e completamente”. Tendo uma melhora significativa na sua aceitação ao final da pesquisa (gráfico 8).



Fonte: próprio autor, 2022.

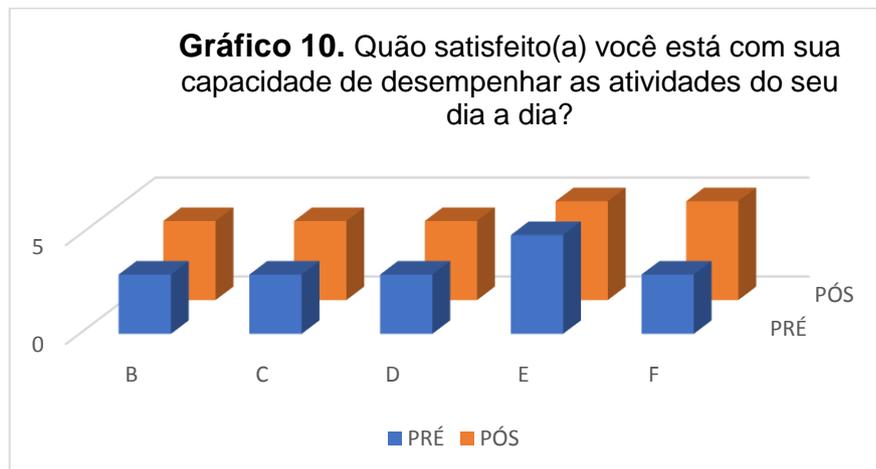
Quando responderam sobre oportunidade de lazer a aluna F continuou sem muita oportunidade de ter lazer na sua vida diária, enquanto as demais alunas tiveram uma mudança de oportunidades de lazer durante a pesquisa que variou de (muito pouco) para a aluna D que na primeira entrevista não tinha nenhuma oportunidade de lazer na primeira entrevista e médio para a aluna C que outrora tinha (muito pouco) e (muito) e as alunas E e B tinham (nada ou muito pouco) momento ou oportunidade de lazer.

As questões seguintes, perguntaram sobre os quão bem ou satisfeitos elas se sentiram a respeito de vários aspectos de suas vidas nas últimas duas semanas. Sobre a capacidade de locomoção não houve alteração, até porque nenhuma delas tinha relatado esta dificuldade no primeiro questionário. Sobre a satisfação com o sono (gráfico 9), é perceptível notável mudança das alunas B, C, D e F para melhor qualidade do sono durante o processo e a aluna E permaneceu convicta no (muito satisfeito) nos dois momentos da entrevista.



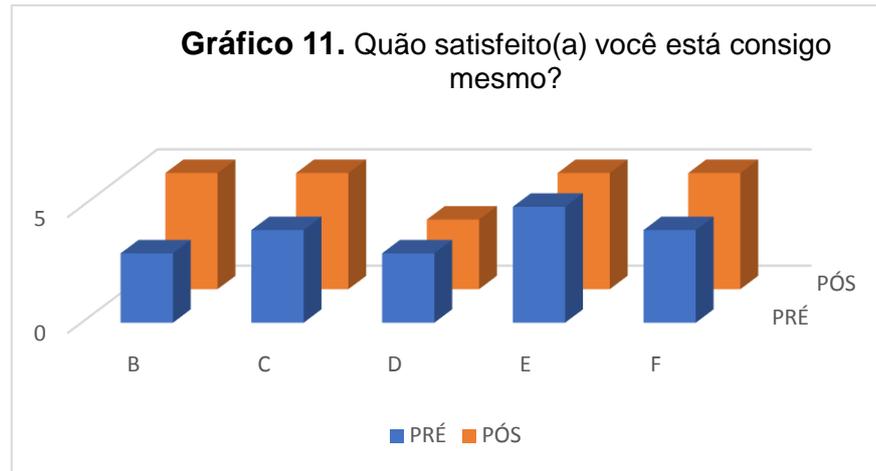
Fonte: próprio autor, 2022.

Sobre quão satisfeito(a) você está com sua capacidade de desempenhar as atividades do seu dia a dia? (gráfico 10). Houve melhora na capacidade de desempenho das aulas B, C, D e F de maneira que elas pudessem sair do (nem satisfeito/ nem insatisfeito) para o (satisfeito e muito satisfeito). A aluna E permaneceu muito satisfeita nas duas entrevistas. Sobre satisfação na capacidade de trabalhar houve melhora para as alunas B, C e E. Enquanto as alunas D e F que permaneceram no “ruim”.



Fonte: próprio autor, 2022.

Quando questionadas sobre quão satisfeitas estavam consigo mesmas (gráfico 11), as alunas B, C, E e F saltaram de (nem satisfeito, nem insatisfeito) para (satisfeito e muito satisfeito), totalizando na melhora de 4 alunas e a única aluna que permaneceu no indiferente foi a aluna D.



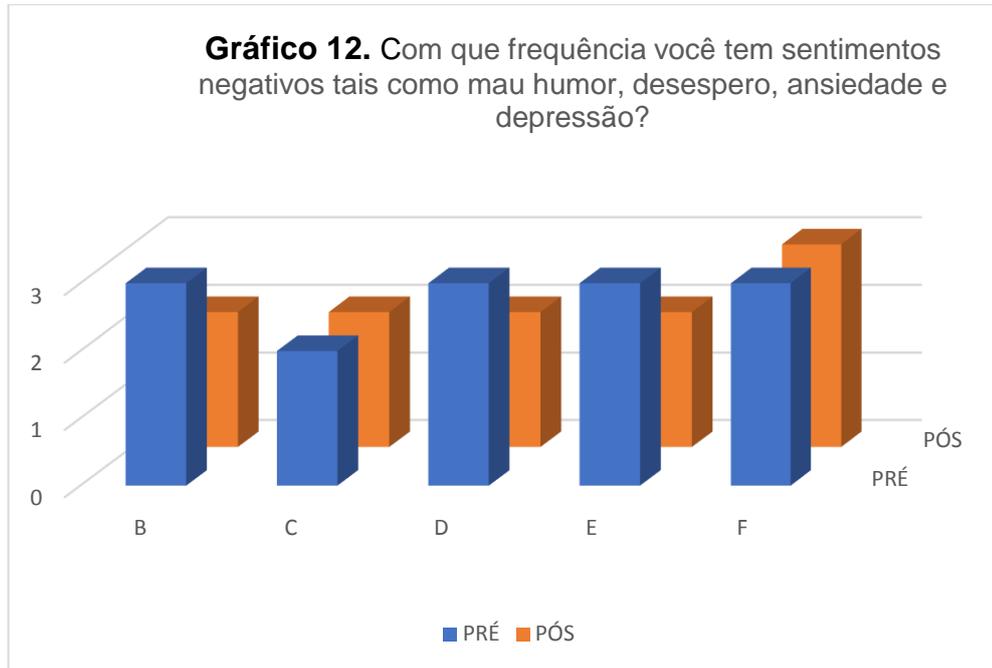
Fonte: próprio autor, 2022.

Sobre relações pessoais houve melhor desempenho de todas as alunas e a E manteve como “muito satisfeito” nas duas entrevistas. Totalizando a melhora de quatro alunas durante a pesquisa. No total de 3 alunas (B, C e F) tiveram melhora na vida sexual durante o processo. Sobre apoio de seus amigos, somente com a aluna B, que no primeiro momento mostrou-se indiferente, na segunda entrevista se mostrou satisfeita com o apoio que recebe. No que diz respeito as condições do local onde moram, C, D e F assinalaram (nem satisfeito, nem insatisfeito); B e E (satisfeito) e ao final se mantiveram firmes com as mesmas respostas.

Sobre a satisfação com o seu acesso aos serviços de saúde, assinalaram da seguinte forma: a aluna B (muito insatisfeito); C (nem satisfeito/ nem insatisfeito); D (insatisfeito); E e F (satisfeito). Na segunda entrevista mantiveram suas respostas, em conformidade com a primeira entrevista. Sobre estar satisfeito com o meio de transporte, obtivemos as seguintes respostas no primeiro momento: aluna B (muito insatisfeito); C (nem satisfeito/nem insatisfeito); D (insatisfeito); E e F (satisfeito). Ao final, somente a aluna C foi a única que durante o processo mudou de “nem satisfeito/nem insatisfeito” para “satisfeito”, restante das participantes permaneceram com as mesmas respostas nas duas entrevistas.

A questão seguinte refere-se a com que frequência elas sentiram ou experimentaram certas coisas nas últimas duas semanas antes e durante o processo. Portanto, quando questionadas sobre com que frequência você tem sentimentos negativos tais como: mau humor, desespero, ansiedade e depressão? (gráfico 12). No primeiro questionário, as alunas B, D, E e F responderam (frequentemente) e a

aluna



Fonte: próprio autor, 2022.

Observa-se que durante a pesquisa as participantes B, D e E tiveram uma diminuição de frequência em relação aos sentimentos negativos. Enquanto a aluna C continuou com “algumas vezes” e a aluna F com frequência. Mediante isto havendo uma melhora em três alunas participantes. Vale ressaltar que escolhemos dar estaques por meio dos gráficos para algumas das questões mais relevantes e com maior relação com a práticas das aulas propostas.

3.2 DESCRIÇÃO DAS ATIVIDADES

Vivo no meio da dança desde muito nova, mas ao contrário de muitas bailarinas, não encontrei o balé clássico na infância, desde a adolescência fui rispidamente excluída na tentativa de me inserir no Ballet clássico por ser “grande demais”, por ser “mais velha”, por não me “encaixar” em determinada faixa etária ou não me encaixar na padronização que era permitida em determinadas classes de dança. E isto desde muito nova me instiga em saber por que tantos preconceitos na aceitação das pessoas estão fora do que é considerado “padrão” e que pretendem fazer qualquer modalidade de dança. Sim, eu estava atrás da minha qualidade de vida e do bem-estar que a dança me traz, porém havia essa represália das pessoas.

No decorrer deste período de pesquisa e do processo de aceitação dessas mulheres enquanto era aplicada às aulas de Balé, pude perceber que essas alunas que buscam uma formação mesmo que seja o ensino fundamental ou médio, também tiveram sonhos encurtados e encerrados por não serem completamente aceitas por aquilo que realmente amam fazer, ou por obstáculos, ou pela vida corriqueira diária, são mulheres que se sentem inferiorizadas, seja pela estatura, seja por classe que se encontram na sociedade, seja por formato de seu corpo, enfim são vários os motivos que causam esse bloqueio na busca da qualidade de vida.

A amostra da pesquisa foi composta por mulheres adultas que estudam na modalidade de ensino de Jovens e Adultos, com idade entre 23 a 40 anos, corpos que se aprofundam em emaranhados de opiniões sociais, que se recuam e por vezes se recusam em seguir um desejo, um sonho, uma vontade, se intimidam em se permitir a viver aquilo que sempre desejaram, por culpa do que é disseminado como “certo e errado”. Uma limitação contínua na busca de cuidar-se, por causa dos cuidados domésticos, afazeres diários, filhos para cuidar, outras trabalham “fora” e o tempo que lhes sobra é dedicado ao simples desejo de “formar-se”.

Seguindo este raciocínio e com o foco em potencializar a aceitação deste corpo adulto feminino dentro da modalidade balé clássico, conseguinte a qualidade que a dança pode trazer para a vida dessas mulheres, lhes promovendo o bem-estar, de maneira que possa perceber esse corpo como um corpo que pode dançar o que desejar, que pode ser sentido e ocupado em qualquer lugar, que as aulas aconteceram de maneira contínua e fluida.

Ao longo desta pesquisa foram ministradas 10 aulas, fusionadas em aulas práticas, teóricas, dinâmicas, dialogadas e ainda com o relato de experiência das alunas em relação ao contato com o balé. A pesquisa somou-se a priori com a participação de 6 mulheres, 1 aluna se inscreveu porém não compareceu a nenhuma aula e 1 homem (o qual mudou-se de bairro, dificultando sua ida a escola, o mesmo realizou somente duas aulas), desta maneira a somatória de alunas que fizeram parte do projeto totalizou-se em 5. No último dia de aula, se apresentou uma adolescente ao qual não contabilizei com as alunas participantes efetivas, porém deixei realizar a aula por se tratar de alguém que também sempre teve vontade de “fazer uma aula de balé de verdade”. Me lembrei de quando também passei por determinada situação e me negaram a oportunidade, então por se tratar de aulas para iniciantes permiti que essa jovem participasse desta aula.

As alunas que participaram do projeto nunca haviam tido contato com o balé clássico, embora este sonho tenha sido interrompido na infância e esse desejo ainda triunfasse nestas mulheres. Quatro delas já tem contato com a dança através da dança ministerial e uma até então nunca havia passado por experiência nenhuma. E todas relatam a dificuldade em encontrar apoio das pessoas que as rodeiam, afirmando que “é difícil seguir essa linha de dança, por que as pessoas acabam tirando sarro, de algumas das vezes que comentei em fazer aula de dança, me disseram que já estou velha” (B, 2022).

O planejamento das aulas de balé para esta pesquisa está baseado na Proposta Triangular (CONTEXTUALIZAR, FAZER E APRECIAR) de Ana Mae Barbosa, conhecida como pioneira na propagação da arte-educação nas escolas nacionais, combatendo a noção de que somente a elite pode produzir arte, aluna de Paulo Freire sustenta esses três pilares como principais para que a arte não seja considerada como mera disciplina complementar, mas como disciplina que é de extrema relevância para o ensino, gerando deste modo ferramenta de aprendizagem para todas as disciplinas. A partir disto, as escolas podem recorrer à música ou à pintura para aprender, a dança para sociabilizar-se, ativar a motricidade e tantos outros benefícios. O processo da tríade precisa ser alternado, não pode separar cada fase, seguir uma sequência ou e distanciá-las. Ana Mae acredita que o processo de estudar e fazer arte devem ser pensadas a fim de desenvolver a cognição e também uma forma de aprendizagem. A Proposta Tríade não é considerada uma metodologia para ensinar como ministrar aulas de arte, mas sim trilhar para uma abordagem flexível e dialética.

Para apurar os pilares e assim dar o segmento ao raciocínio de uma forma mais dinâmica e didática, primeiro será abordado o que seria contextualizar a arte que se configura neste contexto como contextualizar o balé clássico, destacando-a deste modo como o primeiro pilar. Esta é uma etapa fundamental para o entendimento, por parte dos alunos, sobre o que estão vendo, estudando, conhecendo, executando, faz parte da assimilação do conteúdo para que seja possível realizar a inferência na aprendizagem do estudante durante toda a pesquisa.

Para contextualizar o ensino da arte, as aulas tomou por bases também os PCNs Arte, pois foi a primeira legislação que apresenta a abordagem triangular como proposta de ensino das artes e coloca a disciplina de artes pela primeira vez em algum

parâmetro curricular, sendo merecidamente valorizada e assumindo um lugar potente dentro do ensino.

Ao início do primeiro contato pude fazer fluir o diálogo entre os participantes, buscando conhecer suas realidades, suas histórias e compartilhar também do que enfrentei neste mundo artístico. Tive a oportunidade de conhecer cada aluno, suas experiências na dança, suas frustrações, seus desejos e de como era a visão deles dentro desta modalidade e de que maneira eles enxergavam o Ballet clássico para adultos e ainda dentro do meio educacional. Foram respostas que se encaixavam em alguns momentos nos estudos bibliográficos que realizei, antes de ir para a pesquisa campo.

O aluno A diz que nunca fez aula de dança, mas que tinha um imenso desejo de aprender, mas sem que ninguém dos seus conhecidos soubesse, porque automaticamente o povo diz que a dança é coisa para menina. E que internalizou isto para si, por isto há esse bloqueio em querer que outras pessoas saibam seu interesse pela dança, ainda comentou que é muito difícil ele ver alguém do sexo masculino fazendo balé. E essa oportunidade que surgiu na escola para o balé adulto lhe alegrou bastante e viu nisto a chance de se inserir e conhecer de perto essa arte. Aceitando consecutivamente em participar da pesquisa, porém este aluno me chamou em particular para eu manter sigilo de sua participação.

A aluna B comenta que a falta de oportunidade em se inserir numa aula de dança foi constante na sua vida. “Tenho uma amiga que desde criança faz dança e depois iniciou Ballet e ela sempre me chamava quando éramos crianças, mas meus pais nunca ligaram pra isso, diziam que era invenção minha, que não tinham dinheiro para me levar e me buscar, por que na época a única escola que tinha perto de casa era o centro de convivência da Cidade Nova e precisava pegar ônibus, então isso dificultou muito pra mim, carreguei esse sonho sempre comigo e quando surgiu essa oportunidade eu sabia que esse seria o meu momento (risos)”. Está aluna nunca teve aula de dança durante sua vida, então seu primeiro contato seria este. Foi uma aluna que me procurou particularmente após o lançamento do convite nas salas.

A aluna C alega que sempre gostou de dançar, mas que o ballet era algo que queria aprender, por achar uma dança elegante. “Eu adoro me exercitar e quando eu danço na igreja é como se eu estivesse em outro mundo, por que a dança ela trás essa sensação em mim. Já ouvi diversas vezes que a dança não é para mim, que já estou com idade suficiente para parar, que não sou nenhuma menininha, isso mexe

comigo, mas por fora eu não deixo demonstrar, por que é algo que eu gosto de fazer professora. Meus olhos brilharam quando comentaram comigo que haveria um projeto de Ballet na escola e agora eu estou aqui realizando um desejo meu desde criança”.

A aluna D informa que é ativa em exercícios que envolvem sua qualidade de vida, que seu contato com a dança começou depois de adulta na igreja, que em casa coloca alguns exercícios de dança no YouTube para praticar dentro de casa, que mesmo durante a pandemia buscava em algum momento se exercitar sozinha. Ao ser lançado a proposta do Ballet clássico se oportunizou em aprender por gostar de dançar. “Achei essa oportunidade muito massa, nós adultos sentimos essa deficiência na educação, em propor para gente um momento como este, que ofereça qualidade de vida e bem-estar, por que não temos um dia fácil, creio que a maioria, digo se não for todos, só vem pra escola na marra, por querer pegar logo o certificado no final do ano e terminar logo os estudos e acham até bom quando não tem algo além disto para fazer”.

A aluna E relatou que espera desta pesquisa uma experiência única, que tem contato com a dança porque pertence ao grupo coreográfico de senhoras da sua igreja, mas aula específica de balé, também nunca teve. Com a oportunidade que o projeto está oferecendo espera enriquecer e obter conhecimentos que forem necessários para compartilhar para as mulheres da sua igreja, por que a mesma alega que assim como a sua realidade, existem mulheres que tem o mesmo desejo, porém lhes falta oportunidade. Queria testemunhar para suas amigas que conseguiu fazer parte de um projeto voltado para o público adulto dentro da escola que se preocupasse com a qualidade de vida, mas que acima de tudo proporcionou entendimento do corpo e reflexões da importância de projetos artísticos no EJA. “Professora eu me sinto ativa nessas coisas de bem-estar, mas confesso que sinto algumas necessidades de focar mais em exercícios que me levem a ter uma qualidade de vida melhor, as vezes a gente se acomoda e não se cuida como deveria, trabalho o dia inteiro e quando chego do trabalho venho para escola, sinto dificuldade em ser mais ativa do que já sou. Quando comentei que iria fazer aula de Ballet na escola, minha prima disse que já estava velha e perguntou se eu não estava gorda demais para fazer aula de balé, eu sei que estou fora do peso, mas não poderia deixar passar esse momento sem que eu agarre essa oportunidade, por que sempre tive desejo de fazer balé”.

Aluna F cheia de entusiasmos informou que também tem contato com a dança uma vez ou outra por que dança na igreja com o grupo de senhoras e que esta

oportunidade está sendo única na sua vida, por que vai tirar suas dúvidas e curiosidades com a modalidade do balé clássico e assim poder ensinar o que aprendeu para o grupo que faz parte. “A senhora não imagina o quanto eu estou feliz por estar vivendo isso, também tive um sonho de criança que não pude realizar, que era ser bailarina, por falta de oportunidade mesmo, sou do interior e lá não tem muito essas coisas, de ter uma escola de dança e eu acho muito bonito o balé clássico, mas essa falta de oportunidade fez retardar esse desejo. Ainda mais com a chegada das crianças, hoje sou mãe de três crianças, não trabalho, só meu esposo, mas os afazeres de casa me impedem de ser mais ativa e me cuidar melhor, em fazer exercícios e quando meu esposo chega é o tempo que venho para escola, muitas vezes fico muito cansada pelo dia corrido que uma dona de casa tem”.

A cada depoimento e relatos pude perceber que todos têm suas particularidades e algumas coisas em comum: o amor pela arte, por dança e um sonho que não foi concretizado na infância, sonhos que foram postergados seja por falta de oportunidade ou por não terem condições financeiras. Desta maneira pude estudar a personalidade de cada um e a história que cada um viveu. Pude colher informações que me levassem a conduzir as aulas de maneira respeitosa.

Figura 1. Aula 1



Fonte: Arquivo pessoal, 2022

Ainda neste dia foi passado o primeiro questionário sobre bem-estar e qualidade de vida, pedi para que todos preenchessem conforme sua realidade e que se não se identificassem com alguma das alternativas que marcassem algo que se aproximasse de suas respostas. Após isto fiz um aquecimento e breves demonstrações de posições dos pés que seria um dos assuntos da aula seguinte.

Combinamos os dias e os horários que fossem mais acessíveis para comparecimento de todos e que não atrapalhassem nas suas rotinas.

A segunda aula teve o objetivo de apresentar uma breve contextualização sobre a historicidade do Ballet clássico, para que o aluno compreendesse o que seria estudado durante o processo de ensino, compreendessem que qualquer corpo pode dançar e de que modo a dança pode afetar e beneficiar na qualidade de vida destes. É exatamente o que Ana Mae Barbosa (2010) trás em uma de suas abordagens que é a contextualização histórica (conhecer a sua contextualização histórica) para que haja a efetivação de entendimento e assim construir conhecimento em arte. Essa tríade possibilita o aluno a compreender uma obra de arte, uma história e conseguir assimilar em que condições ela foi feita ou vivida, compreendendo como era o mundo e as pessoas daquela época, neste contexto os bailarinos clássicos e a partir disso é possível comparar com os dias atuais, os materiais usados, os contextos contemporâneos, etc.

Conseqüentemente fizemos um aquecimento e apresentei para esses alunos minuciosamente a posições dos pés, caminhos corretos que os pés percorrem para chegar na posição correta. Percebi que de primeiro momento o aluno A ficou envergonhado, por que embora ele relatasse ser o primeiro contato com o clássico e que ainda estava impregnado e internalizado nele que a dança só é para mulheres como relatou na primeira aula, mesmo assim demonstrava muita curiosidade pelos nomes e movimentos. As mulheres com olhos atentos, repetiam as posições atenciosamente, cada uma com sua particularidade. Em relação a postura desses alunos foi satisfatório em ver que foi semeado e despertado ainda mais o interesse destes alunos para a aula. Conforme o andamento da aula ia fazendo as correções necessárias para que eles adquirissem essa consciência na barra. Aula muito produtiva!

Pelo desencontro da última aula por não estarem todos presentes, houve um retroativo do que foi aprendido para as alunas que compareceram à terceira aula e fixação dos que estavam na aula anterior, para que assim todos conseguissem acompanhar a aula. Nesta aula usei a mesma metodologia que fiz com os alunos presentes na aula anterior, além disto apresentei para as participantes alguns

exercícios de barra (pliés¹, tendú², jeté³ e rond de jambe⁴), a medida que iam fazendo eu ia corrigindo postura, posições, encaixe e a leveza que cada exercício pedia. “A senhora não imagina o quanto isso tudo está sendo mágico para mim, tá despertando em mim o desejo maior de saber cada vez mais sobre o balé” disse a aluna C ao término da aula.

Percebi nesta aula o quanto essas mulheres têm sede de conhecimento artístico, o amor que elas têm pela dança, mas que a falta de oportunidade, tempo e afazeres acabaram adiando. São alunas que tem talento e um potencial muito grande e que talvez nem tenham dimensão disto, mas que estiveram abertas para adquirir o conhecimento. Como são mulheres que estão tendo o primeiro contato trabalhei de maneira gradual para que não as forçasse tanto e aguicei ainda mais esse desejo delas em aprender sobre a dança.

Figura 2. Aula 3



Fonte: arquivo pessoal, 2022.

A quarta aula teve o objetivo de dar continuidade dos estudos anteriores, buscando limpeza e fluidez nos exercícios de barra e correções adequadas enquanto eram realizados. Iniciamos com o aquecimento, de maneira que o corpo pudesse ter uma preparação para receber o que estava programado para este dia. Em seguida fomos para a barra, à medida que fazia as demonstrações dos exercícios eu ia pedindo para que posteriormente fossem feitos por elas. Foi utilizado nesta aula somente exercícios de barra, além dos exercícios ensinados na aula anterior (*pliés*, *tendu*, *jeté* e *rond de jambe*) adicionei o *grand battement*.

¹ Pliés: movimento de dobra os dois joelhos

² Tendú: perna de trabalho se afasta da perna de base de maneira esticada e depois retorna a posição inicial.

³ Jeté: bailarino lança a perna bem esticada em determinada direção, colocando energia no movimento.

⁴ Rond de Jambe: movimento em forma de um semi círculo, como se formasse um desenho de um D, podendo ser feito em à terre (chão) ou en l'air (ar, aéreo).

São corpos que ainda estão se adaptando a estes tipos de exercícios, que a priori gera uma estranheza, mas elas achavam muito divertido da maneira que cada posição era ensinada e adicionada ao gestual do corpo. Percebo o quanto esses momentos estão significando na vida de cada uma. Na aula anterior utilizei dos nomes técnicos de cada exercício e que despertou nelas a curiosidade de pesquisar sobre isto no pouco tempo que elas tinham durante o dia, foi nessas inquietações que associei o cotidiano delas com os nomes e posições de exercícios para que pudessem compreender e associar melhor o que estava sendo ensinado. E é desta maneira que elas foram conseguindo assimilar, por que o corpo sendo conduzido de uma maneira respeitosa tende a aprender e se adequar mais, do que o corpo que está sendo tratado de maneira desrespeitosa. Posso afirmar que as alunas foram fluindo e evoluindo de uma forma ímpar neste processo.

A quinta aula objetivou-se em apresentar as alunas as posições de braços segundo o método inglês (Royal), agregados também ao que foi ensinado até o momento, como posições de pés e exercícios básicos de barra. Nesta aula agreguei exercícios no centro também. Senti que ao contrário das posições dos pés, tiveram um pouco de dificuldade em associar as posições de braços e expelir a vergonha de tentarem fazer, embora todas estivessem desde início do projeto. Elas afirmaram que se sentiram “desengonçada” em ar de risos. O que é muito compreensível, por entender que tudo que é considerado novo, há sempre um bloqueio do corpo receptor. Repeti e expliquei diversas vezes até que elas conseguiram se desprender e conseguiram executar as posições e movimentos. Ao término da aula pude ter um momento de conversa com elas e abri espaço para que elas explanassem como estava sendo esse processo, dei oportunidade a todas em dizer sua experiência com a aula.

Figura 3. Aula 5



Fonte: arquivo pessoal, 2022

A sexta aula se deu no propósito de trabalhar a lateralidade e noção de espaço das alunas. Ao início da aula percebi que as alunas estavam bastante dispostas e agitadas, começamos com a preparação do corpo para os exercícios de barra, centro e diagonal (consegui fazer uma aula produtiva com as direções necessárias para uma aula de balé iniciante). Demonstrei os exercícios de barra e elas consecutivamente fizeram (percebo que já estão bem desenvolvidas em comparativo a primeira aula e conseguem assimilar os nomes técnicos usados. Em seguida, as chamei para o centro da sala, onde foi demonstrado exercícios que abarcavam as noções de espaço, respeitando o espaço da colega e o seu espaço, respeitando ainda o limite do seu corpo. Conseguinte fomos para a diagonal, adotei exercícios que trabalhassem a lateralidade, equilíbrio e controle do corpo. Utilizei neste exercício músicas contemporâneas, para que elas se sentissem à vontade e não se envergonhassem em realizar o exercício ou se sentissem “desengonçadas” (termo utilizado por elas em aula). Foi uma experiência válida por alcançar mais uma vez aquilo que eu havia planejado para a aula e conseguir manter a atenção das envolvidas e em perceber que elas realizavam os exercícios sem medo de errar, pois para elas estar neste lugar e vivenciar o que estavam vivenciando era algo ímpar. Aula foi absorvida e conduzida de maneira divertida.

Na sétima aula buscou-se aperfeiçoar os movimentos, os direcionamentos, as posições e tudo que foi ensinado até então. Mas antes foi aplicado a segunda entrevista com as participantes, quando terminaram de preencher iniciei com elas uma aula bem lúdica mesmo para que elas pudessem fazer as posições de braços e pés de modo alternado. Para isto preparei uma aula dinâmica e de fixação, munidos de numerações de 1ª ao 5ª que representavam as posições de braços e pés e um par de uma figura que assimilava ao formato de um pé (eu mesma fiz). Eu falava as posições e pedia para elas reproduzirem segundo o que haviam aprendido. Com os pés eu solicitava uma das posições e elas tinham que colocar o EVA conforme achavam que era correto. Antes de corrigir elas para saber se estava certo ou errado eu perguntava de maneira aleatória das alunas se elas achavam que quem estava fazendo a posição estava correta e se a numeração correspondia com a posição que a participante da vez estava executando. Foi um momento muito satisfatório pra mim enquanto profissional da dança/educação, em ver que aquelas mulheres que no início entraram somente com o desejo de aprender, já estavam conseguindo assimilar, reconhecer e fazer aquilo que estava sendo solicitado, além disto o intuito da dinâmica era não

somente o ensino em si, mas tirar dessas mulheres a carga que carregam diariamente, oferecendo um momento de risos, descontração, lazer e etc. O que prendeu e me chamou a atenção é que quando uma errava, as outras tentavam lembrar a maneira correta do solicitado e se divertiam entre si. Percebi que esse momento foi muito útil para o aprendizado e convívio dessas mulheres dentro de sala de aula, saber ainda que há uma satisfação no olhar e no modo de como estão aprendendo com as aulas e estão utilizando destas experiências para adequar no seu cotidiano.

Adotou-se nesta aula novamente o conceito triangular de Ana Mae Barbosa empregando o conceito do eixo fruir e apreciar, que diz respeito a contemplação dos resultados, daquilo que é apresentando em sala de aula.

Figura 4. Aula 7



Fonte: arquivo pessoal, 2022.

A aula oito foi planejada para ser adicionado mais alguns exercícios no momento da barra, se houvesse desempenho e entendimento das aulas anteriores e assim foi feito. Iniciei a aula aquecendo, depois disto as direcionei para a barra e foi executado os seguintes exercícios *pliés*, *tendú*, *jeté* e *rond de jambe* foram adicionados nesta aula o *fondu*⁵, *pétit battement*⁶, *adágio*⁷ e *grand battement*⁸ Ao

⁵ Fondu: flexão da perna de base, enquanto a outra que está ativa se recolhe de maneira sincronizado.

⁶ Pétit battement: pequena batida

⁷ Adágio: combinação de passos feitos para música lenta.

⁸ Grand Battement: grande batida, lançar as pernas o mais alto que conseguir.

demonstrar os exercícios não percebi tanta dificuldade, porém percebi dificuldade na assimilação momento da troca do lado direito para o esquerdo, porém nada que pudesse comprometer a aprendizagem. A repetição se tornou necessária várias vezes para que houvesse a assimilação no desenvolvimento do exercício. Os mesmos exercícios que trabalhei na barra, trouxe para o centro, com posições de braços em primeira ou segunda posição ou quando necessário o *bras bés*. Percebi que as participantes estavam conseguindo executar o que lhe é proposto e trabalhar com elas na diagonal com músicas contemporâneas ajuda muito no envolvimento das mesmas e por conseguinte a evolução.

Figura 5. Aula 8



Fonte: arquivo pessoa, 2022

O propósito da nona aula foi fixar o que tinha sido ministrado e aprendido nos dias anteriores. E identifiquei facilidade de aprendizagem nessas mulheres, não encontrei dificuldades em obter retorno das alunas. Eu demonstrava os exercícios e além de repetir eu queria que elas identificassem que eu estava ensinando e assim aconteceu. É perceptível o quão satisfatório está sendo esses momentos de aula para elas, o quanto isso traz um retorno positivo a cada encontro, para elas isto vai além do que é considerado dança, é como se fosse um momento de refúgio da vida dessas mulheres. Todas, em momentos aleatórios chegaram até mim e agradeceram pelo que estão vivenciando, que o Ballet é um sonho desde criança, porém nunca tiveram oportunidade e que estavam tendo mesmo depois de adultas. Que não procuraram ingressar no meio artístico por que podem ser motivo de “chacota” na igreja, em casa ou qualquer outro lugar. “ Meu marido e meu filho mais velho quando eu estava vindo

pra cá, perguntaram por que que eu estava de coque se eu nem bailarina era de verdade, eu me entristeci demais professora, porque eu sempre quis ser bailarina (em voz trêmula) e é por essas e outras coisas que deixo esse sonho pra lá (em riso choroso) (aluna C, 2022) ”. Então são conversas como essas que me aproprio e ofereço a dança que pode mudar realidades e trazer benefícios na vida de qualquer pessoa. A dança pode trazer bem-estar e qualidade de vida para essas mulheres, mas além disso a fortalecem em suas convicções e sonhos, as fazem refletir e criticar, funções essas da arte-educação. Essa aula tomou direções diferentes do que foi planejado, não fugiu do plano, mas foi agregado um momento de reflexão de atitudes de pessoas que de uma forma ou de outra tentam, direta e indiretamente, intencionalmente ou não, destruir com sonhos do próximo. Tive a conversa com essas mulheres sobre a autoconfiança, sobre firmeza, foco do que se pretende alcançar e realizações que precisam ser concretizadas e não deixar que ninguém impeça isso. A aula finalizou nessas reflexões.

Figura 6. Aula 9



Fonte: arquivo pessoal, 2022.

A décima aula teve o objetivo de revisar tudo que foi abordado e estudado durante o processo, incluindo exercícios de barra, centro, *sautés*⁹, adágio e diagonal

⁹ Sautés: saltos

(lateralidade, equilíbrio, consciência corpóreo-motora, além da escuta que foi propiciada no fim da aula para que pudéssemos escutar a experiência que cada uma teve durante esses tempos de aulas teóricas e práticas. Invadiu nesta aula a sensação de saudade e ao mesmo tempo a dorzinha da despedida, porém o maior sentimento foi o do prazer de transmitir o conhecimento necessário e ser um instrumento propulsor e incentivador para que essas alunas não desistam daquilo que almejam e tem como propósito.

Figura 7. Aula 10



Fonte: arquivo pessoal, 2022.

Iniciamos com alongamento, fizemos um resumo do que estudamos sobre os exercícios que contemplam a barra, centro e diagonal. Após, fiz um condicionamento físico com elas e finalizamos a aula com um clima de incentivo mútuo, confraternização e conversação para ouvirmos o relato de experiência de cada uma, de modo a perceber o resultado que o projeto trouxe para elas segundo o depoimento de cada uma. Dando entendimento aos alunos de que é possível FAZER arte, segundo Ana Mae Barbosa, de maneira que o aluno pode realizar a prática do ensino da arte como artistas, realizando seu entendimento e a sua linguagem artística acerca da obra de arte (balé clássico) e assim encaixá-las em todos os momentos da vida cotidiana pessoal, profissional e estudantil.

“Bom, professora, para mim a aula de ballet foi uma experiência nova, um desafio que pensei jamais passar, pois devido o meu peso pra mim seria muito difícil, mas com o passar das aulas foi muito produtivo e também um pouco dolorido (risos) devido nunca ter passado por essa experiência. E tem me impulsionado a ter uma nova visão sobre a minha qualidade de vida que me contribuiu muito a me controlar e fazer os exercícios que tenho aprendido no decorrer das aulas. Minhas maiores dificuldades foi a ponta do pé e me aguentar em meia ponta no momento que era preciso na hora da dança. Portanto, na visão que tenho, vejo que todos são capazes de assistir e praticar as aulas do Ballet Clássico” (Aluna E, 2022).

“Hoje percebo, que pra amarmos nosso corpo, não precisamos ,ter aqueles traços perfeitos, corpinho modelado, podemos fazer o que quisermos, sendo gordinha ou não, não existe uma regra de corpo, pra quem realmente gosta, quem sonha, todos podemos fazer oque quisermos, podemos fazer muitas coisas, tipo trabalhar com a arte, com movimento, ensinamentos, etc.” (Aluna B, 2022)

“Bem na aula de dança aprendi que somos capazes de dançar, independente do estilo de corpo, nada impede, apreendemos a movimentar o corpo, a ter um bom equilíbrio, já na educação, que deveria ser diferente, a dança e algo que não e somente pra mulher, que não devemos ter preconceito algum, entres as sexualidade, pois na arte isso não existe, e pra todo mundo. Devemos passar para as pessoas, que a arte também e educação, e aceitação” (Aluna D, 2022)

“Tudo que eu vivi, acrescentou muito pra mim, aprendi que a dança tem a parte que ajuda na sociabilização com outras pessoas, na aula teve muito essa parte de conhecer a outra colega, de se ajudar na hora que a senhora tava explicando, isso acabou refletindo nas tarefas que eu faço dentro da minha sala, foi um momento muito rico pra mim, tudo que aprendi sobre meu corpo, que nosso corpo ele tem serventia pra tanta coisa, que ele avisa quando está tudo bem e quando não está, consigo reconhecer meu corpo e aceitar, consigo ainda levar adiante aquilo que a senhora ensinou pra nós até hoje” (Aluna C, 2022)

Foi um momento único para cada uma, contribuir com a aprendizagem mútua, com a qualidade de vida, bem-estar e fazer em determinados momentos a assimilação com a sala de aula foi algo muito importante durante o processo.

3.3 PROPOSTA TRIANGULAR A LUZ DE ANA MAE BARBOSA

A arte sempre esteve presente na vida do educando, é através desta que há

um interesse na produção para criação, aumento de cognição, percepção, imaginação, contribui para a formação de personalidade, facilitando a inserção desse indivíduo no meio social de modo mais amplo. Na escola onde foi aplicado o projeto, os alunos da EJA afirmaram que não havia a matéria de artes e quando mencionei que a dança faz parte da matéria de artes, ficaram muito abismados, surpresos e outros até desacreditavam. Esta informação vem ao encontro da afirmativa que a autora Ana Mae Barbosa (2017, p.10) traz:

Estão retirando do Ensino médio a obrigatoriedade do ensino das artes, duramente ampliada pela luta dos artes/educadores reunidos na federação de artes/ educadores do Brasil (FAEB) que em abril de 2016, conseguiu fazer no Senado a obrigatoriedade da música, teatro, artes visuais e dança, antes não incluída.

Nas aulas foram utilizados o método da proposta triangular de Ana Mae Barbosa (1983) que tem como objetivo o fazer arte, essa proposta tem a capacidade de desenvolver no aluno a sua criatividade através das suas três vértices que conduzem a arte/dança/educação que é a história da Arte- fazer, apreciação- leitura de imagem e a reflexão que é capaz de desenvolver no indivíduo a reprodução artística. E com as aulas de dança os estudantes conseguiram entender e fazer assimilação do que realmente a importância da arte tem na vida do sujeito, inclusive por que ajuda a desenvolver outras áreas de conhecimento. As alunas envolvidas desenvolveram diversas habilidades, como a capacidade de entendimento e assimilação, criatividade, habilidades motoras, capacidade de interpretação, etc.

“A arte na educação, eu via apenas como uma matéria de diversões, que os professores usavam, pra passar um desenho, trabalhos de instrumentos, e passar tempo. Hoje vejo que essa matéria é essencial na nossa vida, e uma matéria que realmente deveria ser mais valorizada, pelo grau de coisas que são essenciais na nossa vida. Uma matéria que deveria ganhar uma visão diferente, de se exercer, além de tudo, ela se enquadra entre todas as matérias, por mais que nem todo mundo saiba, tem um pouquinho dela incluída em cada matéria.” (ALUNA B)

Com depoimento desta aluna é comprovado que se mais professores se apropriassem de maneira adequada da disciplina de artes, esses conhecimentos iam ser mais disseminados. A abordagem triangular trouxe essa visão e permitiu aos docentes mostrarem que artes tem conteúdo tão especiais quanto as outras matérias. “Eu acho que o fazer artístico tem conteúdo, acho que o fazer é conteúdo suficiente,

mas o problema naquele instante era a guerra, o pavor do conteúdo da educação. O desrespeito era total pelo ensino das artes [...] (BARBOSA, 2012).

Ainda é assustador a ideia de que a arte é disciplina que não oferece conteúdos firmes, ao perguntar para as alunas de que maneira elas viam a arte antes de ter contato através da dança, houve respostas muito comum onde alegavam que antes a dança era vista somente como serventia para danças na escola em datas comemorativas ou que a arte em si era somente coisa relacionada a artesanato.

“Professora, antes de eu saber que a arte tinha haver com dança, achei que seria apenas uma matéria, da escola, na qual ensinava os alunos, sobre pintura, artesanatos e algo do tipo. Hoje tive o conhecimento que não é somente aquilo, que a arte tem haver com dança, com música, coisas que fazem muito bem pra gente, tipo pra quem quer cuidar da saúde, exercícios, até mesmo pra quem sonha em ir pra essa área. Hoje percebo que é uma matéria, que tem uma grande diferença na nossa vida, e poucos conhecem realmente” (Aluna F).

É de suma importância ressaltar que a abordagem triangular não é um modelo ou um método, mas ela tem o objetivo de focar na metodologia que o professor está utilizando nas aulas práticas. Sem está vinculado a um teórico padronizado, de maneira a não paralisar o processo. Fica óbvio que esse modelo não se encaixa para docente que queira seguir algo padronizado, ele requer a liberdade de obter um conhecimento crítico-reflexivo no processo de educar.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Acredito que antes de tudo a dança, em específico balé clássico que é a linha desta pesquisa, é uma modalidade que pode ser sentida, experienciado, vivida e dançada por qualquer corpo, independe de sexo, idade e classe social. A dança vai muito além de passos e nomenclaturas técnicas, proporciona a aceitação, o bem-estar, qualidade de vida, desenvolvimento cognitivo, motricidade, dentre tantos outros benefícios.

É comum, diante da realidade encontrada no estudo, o silenciamento de muitos sujeitos que decidiram abrir mão daquilo que sempre desejaram na arte da dança e neste contexto trago o desejo de ser bailarino, bailarina ou até mesmo a curiosidade em saber a funcionalidade desta prática, para que pudessem seguir outros horizontes, enterrando ou postergando por simples opiniões adversas e que sejam impregnadas no meio social em que o ser humano está habituado.

A aceitação da participação do grupo que integrou essa pesquisa me serviu de mola propulsora, pois se tratam de sonhos que se perderam no caminho. Que assim como a realidade desses participantes, tenho a convicta certeza que no meio da educação de jovens e adultos de outras escolas públicas de Manaus existem mais alunos que por algum motivo deixaram de viver esse desejo ardente de fazer uma aula de dança por se preocuparem com o que a sociedade vai julgar, por receio de represália em não se encaixar no padrão, por falta de oportunidade ou até mesmo por vergonha.

Esta linha de pesquisa por não ter tanta visibilidade e pela dificuldade que encontrei em bibliografias que me levassem a materiais mais poupáveis, foi necessário ir a campo e vivenciar essa experiência única, em dividir e conhecer sonhos de alunos na fase adulta de uma rede pública. O balé no meio adulto ainda sofre preconceito, realidade viva na sociedade desde muitos anos. Existe o silenciamento dessa categoria sim, em expressar suas vontades, algumas vezes caracteriza-se por medo e outras por imposições de pessoas que são consideradas próximas e importantes a elas.

No intuito de incentivar e levar os participantes a conhecer e ter o primeiro contato com o balé clássico, gerando algo diferente ao seu cotidiano oferecendo-os qualidade de vida, a pesquisa pôde oferecer aulas que pudessem proporcionar a

realização daquilo que estava escondido de certa forma no âmago de cada estudante e aflorar o talento que nem eles sabiam que possuíam, que embora não tivessem tanto domínio de técnicas, estavam abertos para o ensino e a aprendizagem.

Houve notável melhoria e progresso em comparativo ao primeiro e último dia de aula. Foram corpos que se permitiram, mesmo que por vezes fossem bloqueados pelo estranhamento, mas que sequencialmente havia a permissão gerando o desbloqueio para o novo. Corpos que ao término conseguiam se reconhecer, ter o entendimento do próprio corpo, possibilitando um convívio social, capaz de melhorar a autoestima. Esta experiência os possibilitou a terem contato com formas diferentes de ensino, anulando a timidez e a vergonha aula após aula e no ambiente escolar essa experiência os impulsionou ao desenvolvimento da sua criatividade, na experiência corporal e na sensibilidade.

Nas aulas que foi propício ao diálogo e a relatos que eram necessários no momento, pude estimular aos envolvidos a nunca permitirem que alguém destruísse aquilo que mais desejam na vida, embora que estes pudessem considerar estes sonhos fora de suas realidades. Impulsei-os a serem proprietários de seus desejos, que no balé não existe um padrão que de certa maneira é impregnado na sociedade, que o balé pode ser praticado por quem desejar. Ainda incitei um pensamento crítico sobre o corpo masculino na dança e o que não é considerado padrão entre o grupo pesquisado.

Com a abertura das falas houve muita identificação e situações em comum entre os pesquisados, tornou-se um momento de externalização, de situações que para alguns podem ser considerados algo fútil, mas que para esse público se tornou algo marcante, seja por palavras ditas ou simples comentários vindos de outras pessoas, palavras que de fato marcaram a vida desses alunos.

Ao longo das aulas era nítido a sensação de realização dos envolvidos em estar participando da pesquisa, foi uma experiência única, onde ao final já não mais percebi corpos frustrados e sim indivíduos que estavam dispostos a mudar suas rotinas para a inclusão da dança e de exercícios que viessem auxiliar no seu bem-estar, trazendo-lhes qualidades para suas vidas.

Ainda ressalvo que alunas que dançavam na igreja, tinham mais facilidade em assimilação do que a aluna B, que nunca teve contato direto com a dança, embora seu desejo viesse desde muito jovem, houve uma dificuldade em todas em momentos que era realizado o lado esquerdo, porém com a prática de repetições elas assimilava

e conseguiam executar. Quando se tratava de lateralidade, espacialidade e motricidade a dificuldade era bem maior, porém com as práticas constantes nas aulas pôde-se observar uma melhora na técnica e nas execuções dos movimentos propostos durante as aulas.

Ainda ressalto que se faz necessário abrir mais oportunidade nas escolas para exercícios e práticas artísticas que promovam a qualidade de vida e reflexões de realidades dos alunos adultos das escolas públicas. São públicos que já vem com uma bagagem cansada de um dia cheio de afazeres e um momento como este que promova de fato a qualidade do encontro destes alunos refletirá no ensino-aprendizagem dentro da sala de aula, na assimilação e associação comparativa ao seu dia-a-dia. Ensinar a estes alunos que as artes/dança na educação desenvolvem a cognição do indivíduo, uma cognição que reflete e pode ser aplicada nas demais áreas de conhecimento, promovendo a inteligência. Que a ligação entre arte/dança e educação vai muito além de “dancinhas” em datas comemorativas, mas que por trás de tudo há um plano, um estudo e um direcionamento que pretende alcançar um resultado assim como qualquer outra área educacional.

Necessário entender que um corpo cansado não produz, porém, um corpo bem cuidada há de oferecer resultados e melhorias significativas. É necessário haver menos preconceito no meio social, menos julgamento e mais acolhimento e reconhecimento por aqueles que optam seguir carreira artística ou apenas escolher a dança como modalidade associada à saúde.

Ressalvo que a Abordagem Triangular é uma abordagem flexível e dialógica, que dá ao professor essa liberdade de escolher de que maneira utilizará a sua metodologia, havendo quando necessário mudanças e adequações, pois esta proposta não se trata de um modelo fechado, mas uma proposta que está aberto ao modo eclético, se trata de uma proposta que pode prever uma aprendizagem que colabore para o desenvolvimento educacional, de modo a direcionar a trajetória da metodologia que o professor adota para a linha do diálogo entre o objeto que está sendo estudado e as relações pessoais, culturais e experienciais do aluno com o conteúdo em vigor, ainda concordo que não tem importância por qual pilar começar o processo de ensino/aprendizagem, o dinamismo flexível que essa abordagem triangular proporciona ao ensino ajuda a efetivar e fixar a aprendizagem colaborativa de maneira bastante fluida e participativa. E foi desta maneira que se deu as minhas aulas

Com esta pesquisa acredito que se abrirá um leque de informações e ajudará a quem se interessar por este horizonte de estudo, continuando a contribuir para aqueles que de certa forma tem uma ligação firme com o ensino de Jovens e Adultos. Levar reflexões, diálogos, sociabilização e qualidade de vida para essa categoria é algo que precisa ser pensado e ser de fato efetivado nas escolas.

REFERÊNCIAS

ALENCASTRO, I. G. **Sensações e motivações: o ballet clássico como prática corporal na idade adulta**. Rio Grande do Sul, 2007.

ALECASTRO, Itiberê Gross- **Sensações e Motivações: O Ballet como prática corporal na idade adulta**; ANAIS 24º Seminário Nacional de Arte e Educação, p. (421 a 424); Rio Grande do Sul-RS; Editora-Fundarte; 2014.

ARMANI, Domingos. **Como elaborar projetos?: guia prático para elaboração e gestão de projetos sociais/** Domingos Armani. – Porto Alegre: Torno Editorial, 2009.

BARBOSA, A. M; CUNHA, F, P (orgs). **A abordagem triangular no ensino das artes e culturas visuais**, São Paulo, Cortez, 2010.

_____. **Artes no Ensino Médio e transferência de cognição**, Guarulhos-São Paulo, Olhares, 2017.

BASTOS, Daniela Gomes. **A Prática do Ballet Fitness em mulheres adultas: Aspectos Motivacionais**. Fortaleza-Ceará, 2020.

CALAZANS Julieta; CASTILHO Jacyan; GOMES Simone. **Dança e educação em movimento: estudo e ensino**. São Paulo-SP: Cortez 2003.

CERVO, Amado L. et al. **Metodologia científica**. 6 ed. São Paulo: Pearson Prentice Hall, 2007.

CEZAR, Daniela. **Educação em dança para adulto iniciante: Ballet Clássico como personagem de relato**. Porto Alegre, 2017.

FUX, Maria. **Dança Experiência de Vida**. São Paulo: Summus, 1983.

GARIBA, C. M. S. Personal Dance: Uma Proposta Empreendedora. 2002.133f. Dissertação (Mestrado em Engenharia de Produção) - Programa de Pós- Graduação em Engenharia de Produção, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis.

GIL, Antonio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2002.

_____, Antônio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 5. ed. São Paulo: Atlas, 2010.

HOLANDA, Adriano F. **Questões sobre Pesquisa Qualitativa e Pesquisa Fenomenológica. Análise Psicológica**. Lisboa 2006. p.363-372. Disponibilidade em <http://www.scielo.oces.mctes.pt/scielo.php m>. Acessado em 12.11.2021.

MARCONI, Marina de Andrade; LAKATOS, Eva Maria. **Metodologia Científica: ciência e conhecimento científico, método científico, teoria, hipóteses e**

variáveis. 5.ed. São Paulo: Atlas, 2007.

_____, Marina de Andrade. **Técnica de pesquisa: planejamento e execução de pesquisas, amostragens e técnicas de pesquisa, elaboração e interpretação de dados**/ Marina de Andrade Marconi, Eva Maria Lakatos. 7. Ed. -8 reimpr. São Paulo: Atlas, 2015.

MARQUES, Isabel A. **Dançando na escola**/ Isabel A. Marques. São Paulo: Cortez, 2003.

MELO, R.Z. **Educação Física na escola: conteúdos adequados ao 2o grau**. Rio Claro: UNESP, Monografia de Graduação, Instituto de Biociências, Departamento de Educação Física, 1997.

MINAYO, Maria Cecília de Souza (org.). **Pesquisa Social. Teoria, método e criatividade**. 18 ed. Petrópolis: Vozes, 2001.

NOBRE, M.R.C. **Qualidade de vida. Arquivo Brasileiro de Cardiologia**, São Paulo - SP, v. 64, n. 4, p.299-300, dez. 1994. Disponível em: <http://www.arquivosonline.com.br/pesquisartigos/Pdfs/1995/v64N4/64040002.pdf>>. Acesso em: 06 de novembro de 2021.

PARANÁ. SEED. **Diretrizes Curriculares da Educação Básica**. Estado do Paraná. Curitiba, 2008.

PRATI, S. R. A.; PRATI, A. R. C. **Níveis de aptidão física e análise de tendências posturais em bailarinas clássicas** Rev. Bras.Cineantropom. Desempenho Hum., 2006, v. 8, n. 1, p. 80-87.

PRODANOV, Cleber Cristiano. **Metodologia do trabalho científico [recurso eletrônico]: métodos e técnicas da pesquisa e do trabalho acadêmico** / Cleber Cristiano Prodanov, Ernani Cesar de Freitas. – 2. ed. – Novo Hamburgo: Feevale, 2013.

PUOLI, G. G. **O ballet no Brasil e a economia criativa: evolução histórica e perspectivas para o século XXI**. São Paulo, 2010.

SILVA, José Eduardo Cezario da; **Ballet Clássico: significados e vivências de pessoas adultas**; João Pessoa- Paraíba; 2018.

SILVA, Fabiana Sena da. **Metodologia Científica e Pesquisa Aplicada**/ Fabiana Sena da Silva. CB virtual2. João Pessoa-Paraíba. Ed. Universitária, 2011.

STRAZZACAPPA, M. **Dançando na Chuva... e no Chão de Cimento**. In: FERREIRA, Sueli (Org.). O Ensino das Artes: Construindo Caminhos. Campinas, São Paulo: Papirus, 2001.

_____. M. **A tal “Dança Criativa”:** afinal, que dança não seria? In: TOMAZZONI, A; WOSNIAK, C.; MARINHO, N. (Org.). Algumas perguntas sobre dança e

educação. Joinville: Nova Letra, 2010.

THIOLLENT, Michel. **Metodologia da Pesquisa-Ação**. São Paulo: Cortez&Autores Associados, 1988.

_____, Michel. **Pesquisa-Ação nas Organizações**. São Paulo: Atlas, 1997.

TRIP, David. **Pesquisa-ação: uma introdução metodológica**. **Educação e Pesquisa**. São Paulo, v.31, n.3, p.443-446, set./dez. 2005.

ZAMBONI, Silvio. **A pesquisa em arte: um paralelo entre arte e ciência**/ Silvio Zamboni. -2. ed. Campinas, SP: Autores associados, 2001.- (Coleção polêmica do nosso tempo: 59).

ANEXOS

ANEXO A

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO BASEADO NAS DIRETRIZES CONTIDAS NA RESOLUÇÃO CNS Nº466/2012

O (a) Sr.(a) está sendo convidado(a) a participar deste estudo intitulado, “A PRÁTICA DO BALLET CLÁSSICO NO AMBIENTE ESCOLAR: INFLUÊNCIAS NA QUALIDADE DE VIDA PARA ALUNOS DA EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS (EJA)” porque tem o perfil e preenche os critérios para, na condição de sujeito, possa participar desta pesquisa. Esclarecemos que sujeito da pesquisa é a expressão dada a todo ser humano que, de livre e espontânea vontade e após ser devidamente esclarecido, concorda em participar de investigações científicas fornecendo informações. Os sujeitos serão entrevistados e informados através de contatos pessoais pela própria pesquisadora das datas e horários, assim como dos locais com comodidade e segurança e de comum acordo com o entrevistado para a coleta das informações. O (a) Sr. (a) será submetido (a) a uma entrevista com o objetivo de fornecer informações para o melhor entendimento do assunto em questão, e terá toda autonomia para participar ou não na pesquisa, também, terá liberdade integral para se retirar do estudo a qualquer momento, sem prejuízo de qualquer natureza. Tanto sua pessoa quanto os dados fornecidos serão mantidos sob absoluta confidencialidade e, portanto, ninguém mais terá conhecimento sobre sua participação. Vale esclarecer que esta pesquisa não apresenta risco de qualquer natureza para a qualidade de vida dos sujeitos investigados. Informamos também que sua decisão de participar do estudo não está de maneira alguma associada a qualquer tipo de recompensa financeira ou em outra espécie. Esclarecemos que o(a) Sr.(a) receberá uma cópia deste documento e de outros que se fizerem necessários para que as informações estejam sempre à mão, outrossim deixo aqui meu endereço e meus contatos para que a qualquer momento que necessitem de orientação ou informação sobre o preenchimento deste. Para quaisquer informações, fica disponibilizado também o endereço da Escola Superior de Artes e Turismo, da Universidade do Estado do Amazonas, na Av. 2 Leonardo Malcher nº 1728, Praça 14 de janeiro, Cep 69010-170, Manaus-Am, que funciona de 2ª a 6ª Feira, das 14h às

21hs.

Pesquisadora: Kérolen Parente Lima da Silva.

Endereço: Rua Bias Fortes, 457, Nossa Senhora de Fátima II

E-mail: kpls.dan18@uea.edu.br

Telefone: (92) 99238-8815.

CONSENTIMENTO

Eu, _____, li, tomei conhecimento, entendi os aspectos da pesquisa e, voluntariamente, concordo em participar do estudo, fui informado sobre o que o pesquisador quer fazer e porque precisa da minha colaboração, e entendi a explicação. Por isso, eu concordo em participar do projeto, fornecendo as informações disponibilizadas na entrevista sem que nada haja de ser reclamado a título de direitos a minha imagem e som de minha voz. Estou ciente de que não vou haver remuneração, e que posso a qualquer momento que achar pertinente. Este documento é emitido em duas vias que serão ambas assinadas por mim e pelo pesquisador, ficando uma via com cada um de nós.

Não havendo dúvidas, solicito que responda às questões abaixo dando sim ou não o seu consentimento para participação em nossa pesquisa.

_____ Data: ___/___/___

Assinatura do Participante

Assinatura do Pesquisador

Assinatura do Professor Orientador

ANEXO B

Instrumento de Avaliação de Qualidade de Vida

The World Health Organization Quality of Life - WHOQOL-bref

Instruções

Este questionário é sobre como você se sente a respeito de sua qualidade de vida, saúde e outras áreas de sua vida. Por favor responda a todas as questões. Se você não tem certeza sobre que resposta dar em uma questão, por favor, escolha entre as alternativas a que lhe parece mais apropriada.

Esta, muitas vezes, poderá ser sua primeira escolha. Por favor, tenha em mente seus valores, aspirações, prazeres e preocupações. Nós estamos perguntando o que você acha de sua vida, tomando como referência as duas últimas semanas. Por exemplo, pensando nas últimas duas semanas, uma questão poderia ser:

	nada	Muito pouco	médio	muito	completamente
Você recebe dos outros o apoio de que necessita?	1	2	3	4	5

Você deve circular o número que melhor corresponde ao quanto você recebe dos outros o apoio de que necessita nestas últimas duas semanas. Portanto, você deve circular o número 4 se você recebeu "muito" apoio como abaixo.

	nada	Muito pouco	médio	muito	completamente
Você recebe dos outros o apoio de que necessita?	1	2	3	4	5

Você deve circular o número 1 se você não recebeu "nada" de apoio. Por favor, leia cada questão, veja o que você acha e circule no número e lhe parece a melhor resposta.

		muito ruim	Ruim	nem ruim nem boa	boa	muito boa
1	Como você avaliaria sua qualidade de vida?	1	2	3	4	5
		muito insatisfeito	Insatisfeito	nem satisfeito nem insatisfeito	satisfeito	muito satisfeito
2	Quão satisfeito(a) você está com a sua saúde?	1	2	3	4	5

As questões seguintes são sobre **o quanto** você tem sentido algumas coisas nas últimas duas semanas.

		nada	muito pouco	mais ou menos	bastante	extremamente
3	Em que medida você acha que sua dor (física) impede você de fazer o que você precisa?	1	2	3	4	5
4	O quanto você precisa de algum tratamento médico para levar sua vida diária?	1	2	3	4	5
5	O quanto você aproveita a vida?	1	2	3	4	5
6	Em que medida você acha que a sua vida tem sentido?	1	2	3	4	5
7	O quanto você consegue se concentrar?	1	2	3	4	5
8	Quão seguro(a) você se sente em sua vida diária?	1	2	3	4	5
9	Quão saudável é o seu ambiente físico (clima, barulho, poluição, atrativos)?	1	2	3	4	5

As questões seguintes perguntam sobre **quão completamente** você tem sentido ou é capaz de fazer certas coisas nestas últimas duas semanas.

		nada	muito pouco	médio	muito	completamente
10	Você tem energia suficiente para seu dia-a-dia?	1	2	3	4	5
11	Você é capaz de aceitar sua aparência física?	1	2	3	4	5
12	Você tem dinheiro suficiente para satisfazer suas necessidades?	1	2	3	4	5
13	Quão disponíveis para você estão as informações que precisa no seu dia-a-dia?	1	2	3	4	5
14	Em que medida você tem oportunidades de atividade de lazer?	1	2	3	4	5

As questões seguintes perguntam sobre **quão bem ou satisfeito** você se sentiu a respeito de vários aspectos de sua vida nas últimas duas semanas.

		muito ruim	ruim	nem ruim nem bom	bom	muito bom
15	Quão bem você é capaz de se locomover?	1	2	3	4	5
		muito insatisfeito	Insatisfeito	nem satisfeito nem insatisfeito	satisfeito	Muito satisfeito
16	Quão satisfeito(a) você está com o seu sono?	1	2	3	4	5
17	Quão satisfeito(a) você está com sua capacidade de desempenhar as atividades do seu dia-a-dia?	1	2	3	4	5
18	Quão satisfeito(a) você está com sua capacidade para o trabalho?	1	2	3	4	5
19	Quão satisfeito(a) você está consigo mesmo?	1	2	3	4	5
20	Quão satisfeito(a) você está com suas relações pessoais (amigos, parentes, conhecidos, colegas)?	1	2	3	4	5
21	Quão satisfeito(a) você está com sua vida sexual?	1	2	3	4	5
22	Quão satisfeito(a) você está com o apoio que você recebe de seus amigos?	1	2	3	4	5
23	Quão satisfeito(a) você está com as condições do local onde mora?	1	2	3	4	5
24	Quão satisfeito(a) você está com o seu acesso aos serviços	1	2	3	4	5

	de saúde?					
25	Quão satisfeito(a) você está com o seu meio de transporte?	1	2	3	4	5

As questões seguintes referem-se a **com que frequência** você sentiu ou experimentou certas coisas nas últimas duas semanas.

		nunca	Algumas vezes	freqüentemente	muito freqüentemente	sempre
26	Com que frequência você tem sentimentos negativos tais como mau humor, desespero, ansiedade, depressão?	1	2	3	4	5

Alguém lhe ajudou a preencher este questionário?

.....

Quanto tempo você levou para preencher este questionário?

.....

Você tem algum comentário sobre o questionário?

OBRIGADO PELA SUA COLABORAÇÃO