

UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARANÁ

SETOR LITORAL

DANÇA DO VENTRE: MEMÓRIAS DE UM PROJETO DE VIDA, E DE
APRENDIZAGEM

MATINHOS

2014

LILIAN BEATRIZ WEBBER¹

DANÇA DO VENTRE: MEMÓRIAS DE UM PROJETO DE VIDA, E DE
APRENDIZAGEM

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado como requisito para obtenção
do grau de licenciada em Artes. Curso
superior em Licenciatura em Artes da
Universidade Federal do Paraná - Setor
Litoral.

Orientadora: Prof.^a Mestre Juliana Amelia
Paes Azoubel²

MATINHOS

2014

¹ Acadêmica do curso de Licenciatura em Artes da Universidade Federal do Paraná - Setor Litoral. E-mail: lbwebber1@gmail.com

² Mestrado em Artes Cênicas (Dança) no Center for Latin American Studies - University of Florida, 2007(revalidado pela Unicamp em 2010), ênfase em Dança Contemporânea, Cultura Brasileira e Etnologia da Dança. Atuou como professora e coordenadora do curso de Licenciatura em Artes da Universidade Federal do Paraná - Setor Litoral (UFPR), de 2009 a 2014. Atualmente é professora do Curso de Licenciatura em Dança da Escola de Belas Artes da Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG). E-mail:juliana.azoubel@gmail.com

TERMO DE APROVAÇÃO

LILIAN BEATRIZ WEBBER

DANÇA DO VENTRE: MEMÓRIAS DE UM PROJETO DE VIDA, E DE APRENDIZAGEM

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado como requisito para obtenção do grau de licenciada em Artes. Curso superior em Licenciatura em Artes da Universidade Federal do Paraná - Setor Litoral, pela seguinte banca examinadora:

Profª Mestre Juliana Amelia Paes Azoubel

Orientadora

Escola de Belas Artes da Universidade Federal de Minas Gerais, UFMG

Profª Drª Lúcia Maria Gonçalves de Resende

Setor Litoral da Universidade Federal do Paraná, UFPR

Profª Drª Selma Baptista

Setor de Ciências Humanas Letras e Artes do Departamento de Antropologia da Universidade Federal do Paraná, UFPR

MATINHOS

2014



*Dedico esse trabalho a todas as pessoas que dançam e
que têm a dança como motivo especial em suas vidas.*

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a Deus, por ser essencial em minha vida, autor do meu destino, meu guia, socorro presente na hora da angústia.

Agradeço a minha mãe (*in memoriam*) que não mediu esforços, sendo uma grande incentivadora nos meus estudos e mesmo não estando presente sei que está muito feliz por minha conquista.

Agradeço aos meus filhos Matheus Webber e Gabriel Webber, que com muito carinho e apoio não mediram esforços para que eu chegasse até esta etapa de minha vida.

À professora e orientadora Juliana Amelia Paes Azoubel, pela paciência na mediação e incentivo, pelo convívio, pelo apoio, pela compreensão e amizade. Eu posso dizer que a minha formação, inclusive pessoal, não teria sido a mesma sem a sua presença.

Agradeço aos participantes das aulas em minha residência e nos diversos espaços compartilhados, e aos “professores dançantes” por terem concordado em emprestar os seus corpos e os seus relatos para a construção desse trabalho.

À professora Lúcia Resende, por seus ensinamentos, contribuição e sugestões no trabalho. É um prazer tê-la na banca examinadora.

À professora Selma Baptista pela sua contribuição e sugestões no trabalho. É um prazer tê-la na banca examinadora.

Agradeço também aos meus professores que durante muito tempo me ensinaram e me mostraram o quanto estudar é bom.

Aos meus amigos, pelas alegrias, angústias e bons momentos compartilhados.

À UFPR – Setor Litoral e ao Curso de Licenciatura em Artes, foi aqui onde aprendi a refletir, a duvidar e a nunca encarar a realidade como pronta. Aqui aprendi a ver a vida de um jeito diferente.

SUMÁRIO

Introdução	7
1. Conhecendo à dança do ventre	9
1.1 A prática de dança do ventre	10
1.2 Movimentos básicos da dança do ventre	12
2. O caminho trilhado: o contato inicial com a dança do ventre	14
2.1 Projeto de Aprendizagem: memórias e processos	18
3. Vivências em dança do ventre: um projeto de ensino/aprendizagem de uma dança dialógica e o projeto PIBID/ARTES “Professor Dançante” ----	22
Considerações finais	33
Referências bibliográficas	35
Anexos	36

Introdução

Esse trabalho reflete a trajetória acadêmica da autora no espaço curricular “Projeto de Aprendizagem” (PA) e suas interfaces com os outros espaços, a saber, “Fundamentos Teóricos Práticos” (FTP) e “Interações Culturais e Humanísticas” (ICH), todos esses espaços estruturantes do projeto político pedagógico da Universidade Federal do Paraná - UFPR Setor Litoral.

A primeira seção aborda a introdução ao tema da dança do ventre, suas principais origens, um pequeno histórico, e os benefícios físicos e mentais que esse estilo de dança pode trazer aos seus praticantes, com vista a introduzir e ampliar os conhecimentos dos leitores sobre a dança do ventre, influenciando na melhor compreensão dos relatos descritos na próxima seção.

A segunda seção abrange a vivência da autora com a dança do ventre em diversas perspectivas anteriores ao ingresso no curso superior em Licenciatura em Artes e durante o período em que esteve matriculada no mesmo curso na Universidade Federal do Paraná - UFPR Setor Litoral. Assim como, suas vivências no “Projeto de Aprendizagem” que teve como objetivo geral disponibilizar aulas de dança do ventre em diversos espaços e avaliar a influência da dança na vida dos envolvidos através de uma metodologia qualitativa e dialógica. Os participantes envolvidos nas aulas de dança, bolsistas do Projeto PIBID/ARTES “Professor Dançante: a dança contemporânea brasileira dentro e fora dos muros da escola”, coordenado pela professora Juliana Azoubel, produziram relatos e esses foram analisados após o processo. A metodologia qualitativa foi utilizada para a análise dos relatos produzidos nesse estudo. A fim de evitar a exposição de questões pessoais dos participantes envolvidos, todos eles serão aqui representados por letras do alfabeto.

Os referenciais teóricos utilizados nesse trabalho compreendem autores de variadas formações, como bailarinos e/ou estudiosos em dança, os quais abordam a relação do ensino e aprendizagem na dança do ventre em suas publicações como Sari (2010), Reis e Zanella (2010), Nahid, Takusi e Takusi (2004), Bencardini (2009), Abrão e Pedrão (2005), e Sabongi (2002). Já Fux (1983; 1988), além de estudiosa

em dança, a sua publicação contribuiu para o entendimento dos benefícios da prática em dança.

Ao final desse estudo, são apresentadas as considerações finais que foram baseadas nas análises e investigações feitas durante o desenvolvimento do projeto e que apontam para a comprovação dos benefícios que a dança do ventre pode vir a proporcionar aos que decidem praticá-la.

1. Conhecendo a dança do ventre

Conheci a dança do ventre em fevereiro de 2002, na Escola D’Ramos de Dança e Música Arte e Emoção em Matinhos/PR. Lá, passei a dar aulas desse estilo de dança. Ao ingressar no Curso de Licenciatura em Artes da Universidade Federal do Paraná, assumi a dança do ventre como objeto de pesquisa do meu Projeto de Aprendizagem e passei a dar aulas de dança do ventre para os bolsistas do Projeto PIBID/ARTES “Professor Dançante” coordenado pela minha orientadora. O meu acúmulo de conhecimento deu-se de forma dialética: os processos de ensino e aprendizagem se entrelaçaram e assim adquiri o conhecimento e as informações que descrevo no texto apresentado.

Nessa seção, pretendemos apresentar aos leitores um pouco do vasto mundo que compõem a dança do ventre, suas principais origens, os benefícios físicos e mentais que ela pode proporcionar, e seus movimentos básicos.

São várias as versões para tentar identificar a origem da dança do ventre. Segundo Sari (2010), há um lado mais místico da história:

A Dança do ventre nasceu dos cultos as Deusas na época do matriarcado, época em que as mulheres detinham todo o conhecimento sobre a natureza, sobre a terra, sobre o contato com o oculto, com os deuses, sempre que precisavam agradecer, a dança era esse instrumento. Nessa época, a concepção de um filho era obra dos Deuses, o homem ainda não sabia que para a concepção realmente acontecer precisaria do encontro físico do feminino com o masculino. A concepção com os Deuses era feita através de rituais de dança, onde a mulher era fertilizada no exato momento em que o corpo atingia o seu ápice, no movimento do shimmie³. (SARI, 2010, p. 15).

Tendo em vista esse lado místico, muitas bailarinas que seguem a dança do ventre como profissão enfrentam diversos desafios, e um deles é o preconceito em relação às atividades que desenvolvem. Bencardini (2009) aponta para um preconceito velado existente tanto no ocidente como no oriente, local de origem da dança:

³ movimento de vibração pélvica

Enfrentam preconceitos de toda a sociedade, mas seguem bravamente sua missão de animar festas e alegrar as pessoas. A questão do preconceito é sempre velada, existe tanto nos países orientais, quanto nos países ocidentais. Todos gostam e apreciam a arte da dança, porém algumas pessoas condenam a mulher que a exerce profissionalmente; acusando-a, entre outras coisas, de feitiçaria ou de ter moral duvidosa. (BENCARDINI, 2009, p. 19).

Por isso a importância das análises das principais origens da dança do ventre e do reconhecimento de que elas remontam, primeiramente, aos aspectos históricos do ser humano primitivo, nos quais a relação com o sagrado da natureza e com a existência humana era algo fundamental para a construção cultural. Para Bencardini (2009):

O estudo da dança do ventre é uma fonte segura de autoconhecimento e crescimento pessoal. Desenvolve o senso de percepção e as aptidões latentes em cada praticante. A aluna pode acompanhar, aos poucos, sua evolução dentro da própria dança, e perceber que amplia seus horizontes, tanto em relação ao seu corpo, quanto à sua mente e espírito. (BENCARDINI, 2009, p. 19).

Por fim, faz-se necessário, como em qualquer outro campo de estudo, a constante pesquisa e atualização dos profissionais envolvidos com o ensino da dança do ventre e que esses profissionais promovam um trabalho dentro da perspectiva dialógica com os seus estudantes.

1.1 A prática de dança do ventre

A dança do ventre tem o potencial de trabalhar a capacidade de criação, imaginação, sensação, coordenação motora e percepção. As práticas desse estilo de dança trabalham intensamente a região do baixo ventre. Gradativamente pode-se obter um relaxamento da área, eliminando muitas tensões. A Tabela 1, elaborada pela autora com base no texto de Nahid, Takusi e Takusi (2004), contém a relação dos principais benefícios físicos e mentais da prática da dança do ventre.

Tabela 1: Principais benefícios da prática da dança do ventre

Físicos	Mentais
Melhora da postura	Melhora da autoestima
Melhora do sistema cárdio respiratório	Funciona como atividade relaxante
Fortalecimento da área abdominal, quadril e pernas	Proporciona maior contato com a feminilidade
Aumento da flexibilidade	Conscientização corporal
Perda do excesso de peso	Energização dos chackras
Melhora da coordenação motora	Ativa os sistemas funcionais
Resistência corporal	Auxilia nos períodos da TPM
Alongamento e aumento da flexibilidade	Ativa a Kundaline (desempenho sexual)

Fonte: Elaborada pela autora baseado no texto de NAHID, M.; TAKUSI, Sabah; TAKUSI, Simone. Benefícios da dança do ventre. **A Milenar Dança do Ventre**, São Paulo, n. 2, p. 72-77, 2004a.

Esses benefícios, físicos e mentais, são adquiridos pelas mulheres que praticam a dança do ventre, de acordo com as suas expectativas e durante o processo de conhecimento da dança e autoconhecimento de seu corpo e mente. Segundo Abrão e Pedrão (2005):

Os órgãos estimulados pela dança do ventre colaboram para que a mulher aumente o gosto pela vida. A mulher passa por uma revitalização, a consciência do próprio valor cresce, desenvolvem-se senso de dignidade e autoestima. Estando despertos, os sentidos do corpo conduzem à melhoria da saúde, beneficiando pernas e órgãos internos. A mulher sente-se valorizada depois do contato profundo com suas raízes. (ABRÃO; PEDRÃO, 2005, p. 245).

Para Bencardini (2009), talvez a dança do ventre pertença a todas as mulheres, sejam elas do oriente ou do ocidente, principalmente para as mulheres que buscam o conhecimento intuitivo, também chamado de poder feminino. Vista como um meio de empoderamento do feminino e do encontro com o autoconhecimento, segundo o autor:

O equilíbrio entre mente, corpo e emoções, é conquistado a partir da intensa vivência na arte da dança do ventre, aliada aos conhecimentos filosóficos que dela emanam. A necessidade do eixo no movimento e a busca dele através da disciplina do corpo condicionam a mente e acalmam o espírito. (BENCARDINI, 2009, p. 21).

Para atingir esses benefícios proporcionados pela prática da dança do ventre são necessários os conhecimentos dos seus movimentos. No próximo item os movimentos básicos serão abordados.

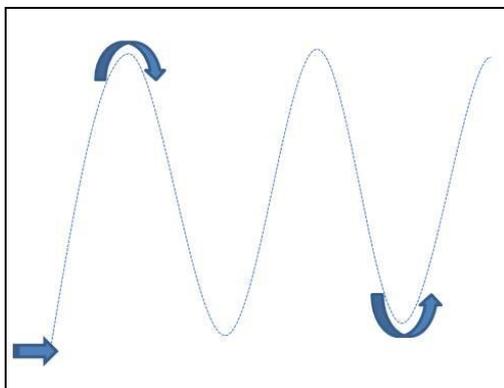
1.2 Movimentos básicos da dança do ventre

A dança do ventre possui uma grande variedade de movimentos corporais com diversos níveis de dificuldades. Nessa sessão, descreverei os movimentos básicos que foram trabalhados durante o módulo de Projeto de Aprendizagem.

Os movimentos básicos estão relacionados com diversas partes do corpo, como as mãos, os braços, o tronco, a cabeça, o quadril e o abdômen (NAHID, M.; TAKUSI, Sabah; TAKUSI, Simone, 2004b).

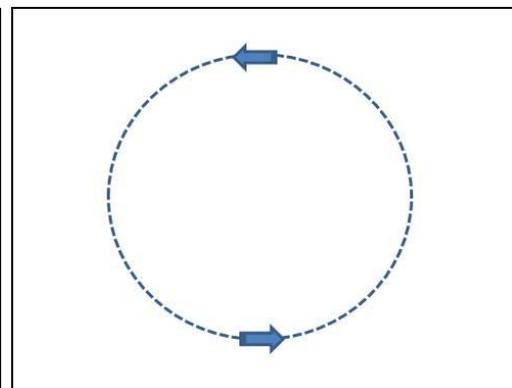
Com as mãos e a rotação dos pulsos, os movimentos devem ser lentos, delicados e harmoniosos, como os movimentos ondulatórios com uma ou com as duas mãos (Figura 1), os movimentos circulares (Figura 2) e os movimentos no formato do número oito (Figura 3).

Figura 1



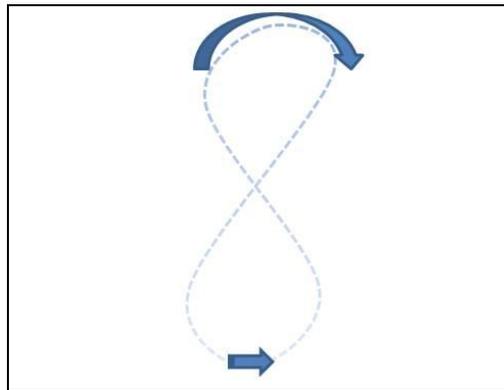
Movimentos Ondulatórios
Fonte: Elaborado pela autora

Figura 2



Movimentos Circulares
Fonte: Elaborado pela autora

Figura 3



Movimentos em formato do número 8

Fonte: Elaborado pela autora

Com os braços, os movimentos devem ser leves e lentos, como se flutuassem ao ar. Esses podem ser: alternados; em formação de “L”; em terceira posição (como a terceira posição do *balé* clássico); ao longo do corpo; em losango, acima da cabeça; uma mão apoiada na cabeça e outra nos quadris; os braços flexionados e as mãos em forma de triângulo em frente ao abdômen; e, uma mão apoiada na cabeça e outra na lateral. Com o tronco, há o movimento de projetá-lo para frente e para trás, em forma de meia lua, e circular, mas sem exagero no retorno, para que o movimento fique delicado.

Na dança do ventre, a cabeça compreende a sensualidade, a magia e o mistério. Com a cabeça, executamos os movimentos laterais e o movimento de meia lua. O olhar e a expressão devem ser trabalhados dentro da proposta da apresentação da bailarina. O quadril, por ser a parte em destaque na dança do ventre, é a parte do corpo que apresenta uma variedade maior de movimentos e interpretações. Dos movimentos ondulatórios temos: o oito na horizontal, para dentro e para fora; o oito na vertical, para cima e para baixo; o redondo grande, médio e pequeno; o camelo frontal; o camelo pélvico; a ondulação contida do abdômen e a ondulação do baixo ventre; a batida de quadril para a lateral; a batida de quadril para frente e para trás; a batida de quadril para cima; o básico egípcio e o básico egípcio em deslocamento; os tremidos; *twist*; *shimmie* tremido; *shimmie* tremido para as laterais; e, *shimmie* de tensão.

2. O caminho trilhado: o contato inicial com a dança do ventre

Para ampliar a compreensão dos leitores sobre os temas aqui discorridos faz-se necessário incluir um relato mais detalhado sobre a minha trajetória com a dança do ventre. O meu primeiro contato com a dança do ventre foi em fevereiro de 2002, na Escola D'Ramos de Dança e Música Arte e Emoção em Matinhos/PR (Ver imagem 1). Além da música e da dança, outras atividades artísticas aconteciam naquela escola, como: recitais, grupos de expressão, atividades em grupo sobre artes, apresentações artísticas, entre outras. De 2002 e 2003, três professoras passaram pela organização do curso de dança do ventre naquela escola. Por diversas dificuldades enfrentadas pela administração da escola e pelas profissionais de dança que lá trabalhavam, o curso de dança do ventre não pôde continuar. Quando soube da possível paralisação por falta de professora vivi um grande dilema: desistir ou não de praticar a dança do ventre. Com o incentivo que recebi do proprietário da escola, continuei. Foi-me disponibilizada a sala de dança da escola e continuei praticando a dança do ventre de forma autônoma. Ali, trilhei o meu próprio caminho: tornei-me autodidata na dança do ventre.

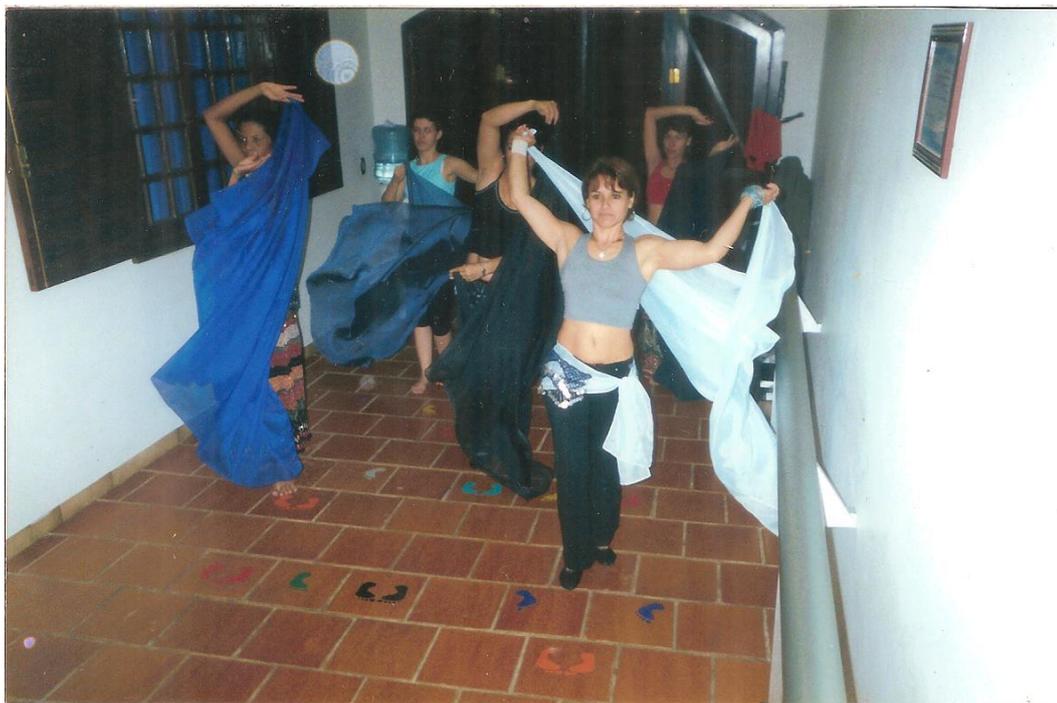


Imagem 1

Nesse processo de conhecer e compreender mais sobre a dança do ventre, pesquisei diversas fontes sobre o assunto, entre elas fitas vhs, dvd's de apresentações de dança do ventre de várias bailarinas brasileiras e internacionais, além de uma variedade de material textual e imagens coletados em sites na Internet, e vídeos disponibilizados no *YouTube*.

No intuito de desenvolver minhas aptidões como dançarina, eu treinava três vezes por semana na escola. Após algum tempo, surgiram mulheres interessadas em aprender a dança do ventre. Foi a partir dessa demanda que resolvi montar um espaço em minha residência para ministrar aulas e ampliar o meu horizonte de treinamento (Ver imagem 2). Investi na compra de espelhos, de um aparelho de som, de tapetes, de almofadas e de dvd's didáticos. De 2007 a 2008, ofereci aulas semanais, individuais e em duplas, com duas horas de duração cada.



Imagem 2

Após algumas aulas semanais de dança do ventre, as participantes começaram a relatar como a dança proporcionava bem estar, com benefícios no

plano físico e mental. Assim, concluí aos poucos que a dança do ventre é um estilo de dança muito favorável às formas do corpo feminino.

Apliquei a essas participantes um plano de aula elaborado a partir das minhas pesquisas sobre a dança do ventre. Esse plano consistia em trabalhar nos primeiros três meses exercícios como: equilíbrio, postura, soltura do quadril, tronco e mãos.

Faz-se importante considerar que os movimentos executados na dança do ventre estão todos ligados aos sentimentos humanos de alegria, amor, prazer, intuição, entre muitos outros. O praticante deve deixar a energia fluir para adquirir leveza com controle. Aos poucos os movimentos de quem a pratica tornam-se mais soltos, e o trabalho corporal realizado libera as emoções. Os praticantes tornam-se mais sensíveis, dançam com mais harmonia e sentem-se até mais bonitos. Esse é o resultado de uma transformação interior, de dentro para fora, alcançando um conhecimento corporal intuitivo. No plano de aula que havia traçado, ao final de cada aula, após o estudo dos passos básicos pelas participantes, nos encontrávamos em grupo e montávamos coreografias com músicas que elas escolhiam.

Foi nesse período que surgiu a oportunidade do grupo realizar apresentações artísticas em eventos. Atendendo a convites dos organizadores, participamos dos seguintes eventos: do jantar do Dia do Professor no Hotel Candeias, oferecido pela Prefeitura Municipal de Matinhos; da Festa de São Pedro, o padroeiro de Matinhos, organizado pela Igreja Católica (Ver imagem 3); do Desfile de Roupas de Inverno das Lojas Pernambucanas em Paranaguá; e da Festa do Camacho (Camarão) em Pontal do Paraná. Também realizei apresentações individuais em dois eventos do Encontro da Terceira Idade no SESC Caiobá⁴ e nas instalações do FETIEP⁵ Matinhos (Ver imagem 4).

⁴ SESC Caiobá - Serviço Social do Comércio localizado no balneário de Caiobá no município de Matinhos - PR.

⁵ FETIEP - Federação dos Trabalhadores nas Indústrias do Estado do Paraná



Imagem 3



Imagem 4

Essas atividades foram finalizadas com a desistência de algumas participantes e também pela minha aprovação como estudante no Curso de

Licenciatura em Artes. Como recém ingressa no curso, tive que dedicar o meu tempo aos estudos e ao emprego que tinha na época quando trabalhava como atendente infantil na Prefeitura Municipal de Matinhos.

2.1 Projeto de Aprendizagem: memórias e processos

Nessa seção será relatada a experiência vivenciada durante o processo do “Projeto de Aprendizagem” que desenvolvi como estudante do Curso de Licenciatura em Artes da UFPR-Setor Litoral. Aqui, as memórias e as atividades são descritas cronologicamente e compreendem as várias etapas de desenvolvimento do projeto, da minha entrada na Universidade Federal do Paraná, a definição dos objetivos e o processo de síntese das atividades realizadas no projeto.

Em agosto de 2010, ingressei na Universidade Federal do Paraná - Setor Litoral, no Curso de Licenciatura em Artes. Assim que iniciei o curso, senti novamente vontade de dançar. Utilizando o espaço curricular denominado “Projeto de Aprendizagem” transformei esse desejo em um objeto de investigação. Retornei com as aulas de dança do ventre e coloquei-as como componente do processo investigativo do meu “Projeto de Aprendizagem”.

No início, não sabia como, onde e com quem desenvolver esse processo de investigação. Dei o primeiro passo com a escolha da mediadora⁶ do meu “Projeto de Aprendizagem”. Meu encontro com a professora Juliana Azoubel aconteceu quando participei de outro espaço curricular da instituição: a ICH (Interação Cultural Humanística) “*Pilates e Dança Contemporânea*” ministrada por ela, no primeiro e segundo semestre de 2010. Entre os fatores que influenciaram a escolha da professora Juliana Azoubel como mediadora do “Projeto de Aprendizagem” estão a vivência que tive nesse espaço curricular que ela ministrava e a sua grande experiência com a dança.

Na primeira fase do “Projeto de Aprendizagem”, denominada na UFPR - Setor Litoral de “Conhecer e Compreender”, nós trabalhamos em um levantamento bibliográfico sobre a dança do ventre. O desenvolvimento desta fase demandou

⁶ mediadora é o termo utilizado dentro do Projeto Político Pedagógico da UFPR - Setor Litoral para o orientador do Projeto de Aprendizagem.

pesquisa, leitura de artigos e de livros sobre o assunto. A ideia neste primeiro momento era voltar a ministrar aulas para as antigas participantes, mulheres da comunidade e da UFPR - Setor Litoral, com idade mínima de dezoito anos. Para essa fase inicial, definimos trabalhar com um número máximo de cinco participantes.

Na segunda fase do projeto, denominada “Compreender e Propor,” continuamos as ações já desenvolvidas na primeira fase. Todavia, as aulas agora incluíam também práticas da dança do ventre para o meu próprio amadurecimento profissional como professora de dança. Fiz a divulgação com cartazes distribuídos pela universidade, mas acredito que por causa dos horários das aulas somente tive a adesão de duas estudantes (Ver anexo 1).

O próximo passo no processo de investigação visava à realização de práticas pessoais e do ensino de dança do ventre na minha residência. As práticas pessoais aconteciam nas segundas-feiras à tarde e tinham duas horas de duração. Já as aulas com as estudantes aconteciam todas as terças-feiras das 17h00min às 19h00min. A importância de um local reservado com uma decoração apropriada foi comentado no relatado da estudante A (Ver também a Imagem 5):

[...] as aulas eram ministradas na casa de Lili. O clima hospitaleiro e a decoração oriental iniciavam a mente e o espírito a deleitarem-se aos movimentos da música, que aos sons de tambores, cânticos, instrumentos de sopro e corda seduziam o corpo a entregar-se à melodia. (Estudante A)



Imagem 5

Ao avaliar os relatos dessas aulas iniciais e com o transcorrer das atividades, observei que as participantes começaram a desenvolver uma consciência corporal que não estavam acostumadas, conforme relatos:

No início senti dificuldade em realizar certos passos, justamente por estar descobrindo a potencialidade de movimentar certas partes de meu corpo nunca antes ousado em experimentar. É uma sensação maravilhosa fazer o sangue circular em regiões criadas divinamente para o movimento e que estão em desuso. (Estudante A)

Com a dança do ventre pude conhecer meu corpo de uma outra forma. Passei a mover musculaturas que eu nem sabia que existiam e mexer partes do meu corpo que não sabia que podiam se mover daquela forma. Me proporcionou também maior consciência corporal, passei a prestar muito mais atenção nos movimentos do meu corpo e ter uma noção de conjunto, do corpo como um só. (Estudante B)

Os benefícios apontados pela estudante A compreenderam os físicos e os mentais destacados na Tabela 1. Mas na continuação do relato, aspectos do processo de autoconhecimento do corpo e sua mobilidade também foram observados:

Além do fortalecimento da consciência corporal, modificações físicas vieram à tona tal como: o delineamento do quadril, o auxílio na correção da postura, a flexibilidade, a coordenação, a concentração e o regulamento da flora intestinal. Também senti maior estima por minha vagina e pelo meu útero. Nos campos mais sutis, fiz uma breve análise em relação aos preceitos do Tantra Yoga, no que diz respeito ao primeiro e segundo chakra, áreas onde senti maior mudança energética. (Estudante A)

No mês de abril, as atividades na minha residência foram finalizadas devido à impossibilidade das estudantes de participarem nos horários combinados, como confirma o relato da estudante A:

Apesar de tantos benefícios, no mês de abril, tive que encerrar as aulas de dança devido à necessidade de priorizar outros movimentos nesta fase de minha vida. Enfim, caso fosse resumir essa experiência em poucas palavras, diria que: dançar é expressar com o corpo a linguagem da alma. (Estudante A)

Devido às mudanças no planejamento das atividades, as aulas passaram a acontecer no Centro Cultural da UFPR – Setor Litoral. Nessa fase do projeto, concluímos que seria necessário o uso de um espaço mais amplo e mais apropriado

para as práticas da dança do ventre. A proposta dessa fase do projeto compreendia a utilização dos passos básicos da dança do ventre para analisar os seus benefícios nos corpos dos praticantes. O local escolhido para realização foi a sala de dança do Centro Cultural da UFPR - Setor Litoral. Esse espaço facilitou a aplicação da proposta, pois suas dimensões eram maiores e nele havia espelhos posicionados próprios para práticas de dança. As aulas aconteciam sempre às terças-feiras das 16h00min às 18h00min.

Ao início de cada aula realizávamos dez minutos de aquecimento e de alongamentos musculares, seguidos de uma hora e meia de práticas dos passos básicos. Finalizávamos com dez minutos de relaxamento e dez minutos de uma roda de conversa com espaço para trocas de experiências entre as estudantes e levantamento de dúvidas e sugestões sobre as práticas, como por exemplo, se os movimentos estavam sendo executados corretamente e sugestões de músicas.

Essas aulas aconteceram por dois meses e quinze dias, quando começamos a sofrer interferências externas que prejudicavam o desenvolvimento das práticas, como, por exemplo, a presença de pessoas curiosas nas janelas e portas enquanto as aulas aconteciam. A presença daquelas pessoas prejudicava o desenvolvimento da atividade, pois as estudantes ficavam inibidas e constrangidas. Pessoas estranhas observando aquele momento de descobertas corporais traziam um grande desconforto para elas.

Novamente, as aulas de dança tiveram que mudar de local. Transferimos as aulas da sala de dança do Centro Cultural para a sala 34 A do bloco didático do Setor Litoral da UFPR, mas mantivemos o mesmo dia e horário. Somente duas aulas foram realizadas no local porque logo em seguida ocorreu a greve dos servidores públicos federais. As estudantes tiveram que retornar para suas cidades, interrompendo assim a parte prática do projeto por dois meses consecutivos.

3. Vivências em dança do ventre: o projeto de ensino/aprendizagem de uma dança dialógica e o projeto PIBID/ARTES “Professor Dançante”

Durante o período de maio de 2012 a março de 2014 participei como bolsista no Projeto Institucional de Bolsa de Iniciação à Docência – PIBID/ARTES “Professor Dançante: a dança contemporânea brasileira dentro e fora dos muros da escola” (Ver anexo 2), coordenado pela professora Juliana Azoubel. O projeto visava utilizar a dança contemporânea para a formação de mediadores de processos de ensino-aprendizagem em dança nas escolas e planejar espaços alternativos de práticas de dança e de discussões sobre esses processos.

Os relatos abaixo apontam que a dança do ventre nesse projeto foi tratada na perspectiva dialógica durante as aulas de dança do ventre que ministrei aos bolsistas como parte do meu Projeto de Aprendizagem. As vivências nesse projeto confirmam que a dança não se dá somente de professor (a) para estudante ou de bailarino (a) para o público. Para Reis e Zanella: “Há uma natureza dialógica na dança do ventre baseada na empatia e no diálogo entre as subjetividades dos atores envolvidos” (REIS; ZANELLA, 2010, p.154).

A minha atuação como bolsista do projeto nas escolas de ensino regular e nos momentos do estágio também ajudaram a reconhecer as dificuldades que encontramos para ensinar a dança no contexto escolar. Entre essas dificuldades estão à falta de espaço apropriado, a escassez de equipamentos e a falta de experiência dos professores regentes, que ensinam a dança nas escolas somente nas tão esperadas “datas comemorativas”. Para Fux (1983), o ensino de dança deve ser ministrado permitindo a possibilidade dos estudantes criarem seus próprios espaços subjetivos e construídos dialogicamente.

[...] A dança não deve ser privilégio daqueles que se dizem dotados, ela deve ser ministrada na educação comum como uma matéria de valor estético, de peso formativo, físico e espiritual. Com uma capacidade e possibilidade de buscar a criação de cada um de acordo com o desenvolvimento que tenha frente a si mesmo e frente ao espaço. (FUX, 1983, p.40).

Como bolsista do projeto PIBID/ARTES “Professor Dançante”, e após experimentar um ano e meio de aulas de dança e preparação corporal ministrada

todas as segundas-feiras, nas instalações do Teatro do Centro Cultural da UFPR - Setor Litoral pela professora Juliana Azoubel, continuei o meu projeto de aprendizagem em dança do ventre com oficinas para os bolsistas do projeto, denominados “Professores Dançantes”.

A proposta ocorreu de modo a articular a minha experiência prévia com a dança do ventre, as vivências que obtivera no curso de Licenciatura em Artes, nos módulos de “Apropriação e Prática de Ensino em Dança” e “Estágio Supervisionado III: Vivências em Dança”, ministrados pela mesma professora, e as vivências do Projeto “Professor Dançante” num processo de ensino/aprendizagem com o foco nos benefícios da dança do ventre aos seus praticantes.

Nessa terceira fase do projeto de aprendizagem, denominada na UFPR – Setor Litoral de “Propor e Agir”, observei dados mais concretos nos relatos sobre os benefícios da dança do ventre para quem a pratica, no caso específico, para os bolsistas do projeto PIBID/ARTES “Professor Dançante,” que concordaram em participar como voluntários das oficinas.

A hipótese desenvolvida nessa fase do trabalho apontava para o pressuposto de que ao participar de práticas de dança do ventre os “professores dançantes” de diferentes idades, do sexo masculino e feminino, com ou sem experiência em dança, professores de artes em formação, sentir-se-iam mais seguros em relação à aceitação dos seus corpos e em consequência aprimorariam as suas práticas de dança nas escolas.

Para investigação dessa hipótese, a pesquisa contou com quinze estudantes, bolsistas e voluntários do projeto, sendo doze do sexo feminino e três do sexo masculino (Ver imagem 6). O grupo teve aulas práticas de dança do ventre uma vez por semana com uma hora de duração cada, durante o período de setembro a novembro de 2013. Os recursos materiais utilizados no desenvolvimento da investigação foram: um gravador mp3 para registrar as entrevistas; um computador para transferir o registro dos relatos e consultas posteriores; uma máquina digital para registro fotográfico e audiovisual dos participantes da pesquisa; um aparelho de som mp3 para aplicação das aulas; cd’s e vídeos com músicas e apresentações de dança do ventre; véus para as práticas de dança, papel e caneta, e o corpo e a mente dos participantes.



Imagem 6

Tratou-se de um estudo qualitativo e como um dos instrumentos de coleta de dados, solicitei relatos escritos aos participantes sobre suas vivências nas práticas de dança do ventre por mim ministradas. A princípio, foram solicitados que os relatos fossem produzidos em arquivo eletrônico e enviados por e-mail. No entanto, no primeiro mês somente quatro estudantes enviaram os relatos solicitados. Como essa atividade não surtiu o efeito desejado, pensamos em abordar os participantes a partir de uma nova estratégia: solicitamos que os relatos fossem produzidos por escrito, em uma folha de papel, ao término de cada aula.

Nesses relatos, os praticantes expressavam em palavras os seus sentimentos em relação às práticas da dança do ventre e como esses sentimentos se modificavam a cada prática imediatamente depois de a terem vivenciado. Nas palavras da minha orientadora: “Para obtermos os resultados que buscávamos: “às vezes é preciso deixa-los conversar com o papel de imediato, logo depois de terem conversado com os seus corpos”.

A primeira aula desse processo investigativo ocorreu na Caixa Preta⁷ no Centro Cultural da UFPR - Setor Litoral, onde foram apresentados aos estudantes os

⁷ Espaço multiuso do Centro Cultural da Universidade Federal do Paraná - Setor Litoral.

objetivos do meu “Projeto de Aprendizagem” e o planejamento das próximas aulas a serem desenvolvidas como parte da investigação. Apresentei um pouco da história da dança do ventre, os seus possíveis benefícios e os seus movimentos básicos. A apresentação foi feita com o auxílio de um projetor multimídia. Após essas atividades, partimos para um momento de prática dos movimentos da dança do ventre. Iniciamos com o aquecimento e o alongamento e em seguida seguimos para os movimentos básicos, sendo eles: a “batida lateral do quadril”, o “básico egípcio”, e o “redondo pequeno”. A aula foi finalizada com a utilização do véu (Ver imagem 7).



Imagem 7

Notou-se nos relatos da primeira aula, a dificuldade dos bolsistas em realizarem os movimentos específicos da dança do ventre. Alguns relataram a sensação de aprisionamento de partes dos seus corpos e a dificuldade em relacionar os movimentos da dança com a escuta da música, como demonstram os relatos a seguir:

Na primeira aula achei complicado fazer os movimentos com o quadril, sentia como se existisse alguma coisa muito dura no abdômen que impedia a movimentação. [...] Nesse primeiro encontro pude perceber também a dificuldade que a maioria da turma estava tendo para fazer os movimentos fluídos e circulares. A sensação que tinha era que minhas articulações estavam presas (Estudante B)

[...] meu corpo não corresponde bem aos movimentos, eu senti isso. Tive dificuldade em perceber a música e fazer o meu corpo movimentar com graça e leveza. [...] Como não faço regularmente aquecimento sinto muito os músculos do meu corpo no outro dia. (Estudante C)

Antes de começar a fazer aula de dança do ventre com Lillian, já tive o prazer de experimentar esta dança, mas agora é muito diferente e especial. Danço com um ser em meu ventre. Nas primeiras aulas sentia-me muito esquisita com meu corpo, sentia-me mais pesada, menos flexível, com dor nas lombares e como se houvesse perdido a capacidade de dissociação de meu quadril com relação ao tronco, o sentia como se fosse só um, movimentando-se em bloco. (Estudante M)

No começo estava mais envergonhada nas aulas, não conseguia fazer nem entender como fazia os movimentos, mas no decorrer das sequências das aulas aos pouco acho que fui melhorando e "me soltando" um pouco mais. (Estudante D)

Na terceira aula, tivemos que mudar de espaço para prática das atividades. A sala de espelhos do Centro Cultural estava vaga e decidimos utilizá-la. Esse novo espaço permitiu aos estudantes que observassem os seus movimentos e construíssem o conhecimento de seus corpos, conforme relatos:

O terceiro encontro aconteceu na sala de espelhos e pude notar uma grande diferença em relação a minha movimentação. Na sala de espelhos pude perceber como realmente estava fazendo, que era diferente do que eu achava que estava fazendo. Pude calcular melhor os tempos, repetir com mais facilidade e perceber meus próprios erros. Acredito que toda a turma se beneficiou nesse novo espaço. (Estudante B)

Nesse dia na sala dos espelhos, fizemos vários passos. Eu tive dificuldade em assimilar alguns. Eu não conseguia passar para outro ou mesmo acelerar, pois meu corpo parecia não acompanhar, evoluir nos movimentos. (Estudante C)

Numa oportunidade a gente fez a prática na sala com espelhos, achei que fluiu muito melhor, ou pelo menos eu me senti muito mais à vontade, já que é menor, mais iluminada e ao fato de ter espelhos fez que cada pessoa se concentrasse e entrasse numa auto-observação. (Estudante M)

Os relatos atestam que alguns estudantes sentiam dificuldades em executar os movimentos da dança. Em um dos relatos foi sugerido que eu trouxesse para as aulas vídeos com apresentações de dança do ventre:

[...] Outra sugestão que pensei para poder despertar mais o interesse do grupo pela dança do ventre seria de passar um vídeo curto, uma coreografia de dança do ventre, a cada aula. Isso talvez servisse de inspiração para quem está tentando entrar nesse mundo árabe e assim dançar melhor, se integrar ao processo. (Estudante B)

A partir do relato acima, e detectando uma necessidade demonstrada pelos bolsistas participantes das práticas, decidimos que nos próximos encontros eu levaria vídeos de dança do ventre para que eles tivessem contato visual e assim se aproximassem de outras perspectivas e outras características de uma dança ainda tão desconhecida. Os relatos abaixo demonstram que essa estratégia pedagógica funcionou para vários dos participantes:

Hoje foi bem interessante. Pudemos ver alguns vídeos para ter uma melhor ideia de algumas apresentações de dança do ventre. Acho que incentivou um pouco mais, pois pude esclarecer algumas dúvidas. [...] Me senti mais animada e confortável com hoje e me interessei em procurar mais alguns vídeos de apresentação de dança do ventre. (Estudante D)

A aula de hoje sobre a dança do ventre com apresentação dos vídeos mostrando a dança foi ótima, pois ilustrou e aproximou mais do mundo e da cultura árabe, tornando assim mais fácil e menos abstrata o tema trabalhado, particularmente pra mim, que não sou conhecedora. (Estudante E)

Achei de suma importância ver os vídeos referentes à dança do ventre, porque podemos ver nas apresentações e identificar os passos que estamos aprendendo nas aulas. (Estudante F)

Os vídeos de apresentação solo foram bem interessantes para uma ideia de improvisação (Estudante G)

O uso do véu na dança do ventre possui um papel fundamental, que é tirar a pessoa da realidade por algum tempo. Ajuda a dar leveza e mistério aos movimentos da dança do ventre. Com a apresentação deste elemento aos praticantes, intenção era germinar a semente da dança dentro de cada um. O véu com seus movimentos simples estimula um contato maior dos praticantes com a dança, além de ajudar com a postura corporal. Indiquei qual era o melhor tecido e

como esta escolha poderia influenciar nos movimentos. Os tamanhos podem variar entre retângulos, medindo 2,50 m. x 1,20 m., quadrados 1,50 m. x 1,50 m., e os ovais 1,50 m. x 1,30 m. Os movimentos mais simples apresentados aos bolsistas foram:

1. **Andada dupla com o véu** (em contra tempo);
2. **A tenda:** movimento que o praticante abre o véu por trás do seu corpo e junta às duas pontas do véu à sua frente. Em seguida, ele deixa uma das mãos escorregar enquanto a outra mão segura o véu na posição conhecida como “tesoura.” Usa-se o dedo indicador e o médio junto com o polegar para juntar as duas pontas, fazendo assim a tenda e escondendo o seu corpo atrás do véu. Para sair da tenda basta simplesmente soltar a mão que não está juntando as duas pontas e deixar o véu escorregar suavemente revelando aos poucos o seu corpo;
3. **O giro com o véu:** movimento que dá um grande efeito, fazendo parecer que o véu tem vida própria;
4. **O movimento sob o pescoço:** movimento que esconde o colo da mulher;
5. **O movimento de transferência do véu para frente e para trás.**

Segundo Sabongi (2002), as bailarinas árabes não utilizam de nomenclatura específica para os movimentos com o véu. A inclusão do véu na dança do ventre praticada nos países árabes ocorre no início e na finalização de forma mais simples. As bailarinas ocidentais, em especial as americanas e as europeias, divulgam e trabalham de forma mais complexa o véu dentro da dança. Sendo assim, ainda existem muitas controvérsias sobre os nomes dos movimentos.

Os movimentos simples dos véus apresentados aos estudantes trouxeram uma aproximação maior com a cultura da dança do ventre e com a música utilizada para esse estilo de dança. Entre as práticas dos movimentos e as questões culturais que a dança envolve, nos deparamos com questões que apontaram assuntos ainda não abordados e que não havia pensado incluir no planejamento. Em um dos relatos sobre as aulas com vídeos a questão do gênero na dança do ventre apareceu:

Na observação dos vídeos pude perceber determinadas diferenças entre a dança, sensualidade e as possibilidades que a dança apresenta em trabalhar gênero e corpo. Nós dois vídeos apresentados traz a figura do homem na dança do ventre não perdendo o foco principal da dança e seus elementos. (Estudante K)

Os dois vídeos seguintes tratavam da questão de gênero dentro da dança, mostrando diferentes papéis e possibilidades. Na conversa, foi legal perceber as possibilidades dentro do próprio grupo. [...] É interessante perceber que o grupo concorda em exaltar a individualidade de cada bailarino, incluindo todas as possibilidades de gênero. (Estudante B)

[...] Eu ainda não havia visto homem dançando esse estilo, achei muito bonito, ousado. (Estudante E)

Os próximos encontros ocorreram novamente no espaço da Caixa Preta do Centro Cultural (Ver imagem 8), pois a reserva do espaço da sala de espelhos para a execução das atividades não foi possível. Nessas aulas, continuamos a realizar atividades de prática dos movimentos básicos. Novamente surgiram discussões que relacionavam questões de gênero e a prática de dança do ventre. Importante lembrar que entre os estudantes do projeto estavam três do sexo masculino. Segundo Fux (1983), o processo de ensino aprendizagem da dança aumentaria a percepção corporal dos praticantes, contribuindo para os benefícios mentais do indivíduo que a pratica.

Dançar, então, não é adorno na educação, mas um meio paralelo a outras disciplinas que formam, em conjunto, a educação do homem. Integrando-a nas escolas de ensino comum, como mais uma matéria formativa, reencontraríamos um novo homem com menos medos e com a percepção de seu corpo como meio expressivo em relação com a própria vida (FUX, 1983, p.40)



Imagem 8

Conforme análise dos relatos, observamos o empoderamento dos participantes do sexo masculinos em suas atitudes corporais e a afirmação de seus espaços como possíveis praticantes da dança do ventre:

No encontro de hoje, podemos apreciar/discutir/pesquisar, formas de trabalhar a dança do ventre. Estudando espaço cênico, como apropriação de uma forma de dança do ventre, ou seja, começa-me a esclarecer o espaço do homem na dança do ventre, que lugar ele ocupa, e que lugar ele pode ocupar, e o que pode diferenciar/contribuir [...] pois se leva uma tentativa de contextualização do homem (e seu papel), dentro da dança do ventre. Hoje com esta aula consigo me encontrar melhor dentro da proposta, pois assim posso realmente ser quem sou, sem usar máscaras dentro do projeto - inibindo meu corpo/desejos - estou disposto a enfrentar os comentários/barreiras que poderão vir a acontecer, pois reagir a pulsação do coração é natural, para se continuar vivendo. Para mim reagir a dança de certa forma também é natural para que eu continue me sentindo vivo (Estudante H).

Através do PIBID Professor/Dançante, foi possível investigar e experimentar dança folclórica [...]. Tive sempre uma curiosidade por danças folclóricas masculinas, desde os meus anos de prática investigativa no meio da igreja evangélica. [...] E essa oportunidade de contato com a dança do ventre e dança masculina árabe, tem contribuído em minha formação que busca multi-referências na arte do corpo, buscando influências e apropriações, reforçando a dança criativa (Estudante I).

Nós do gênero masculino estamos tentando criar essa consciência dos movimentos corporais da dança árabe para melhor nos expressarmos futuramente, acompanhamos as meninas dançando e isso nos serve como inspiração (Estudante J).

Como mostram os relatos, os estudantes do sexo masculino também encontram espaços para exploração dos movimentos na dança do ventre. Para Setenta (2007), cada corpo dançante possui sua subjetividade na prática da dança:

Entendemos que os fazedores da dança, inseridos numa sociedade, encontram-se numa relação de troca. [...] Ao contrário da aparente homogeneidade da nossa área, o tudo dança, possuímos diferenças que precisam ser mostradas. Nossos pensamentos não são uníssonos, assim como não são as nossas idéias e os nossos modos de representação. A performatividade na dança contemporânea aposta na multiplicidade de vozes. (SETENTA, 2007, p.141 e 142)

A análise dos relatos nos faz observar também a melhora na autoestima, na desenvoltura e no domínio do movimento, e maior aceitação do corpo e do corpo do outro pelos bolsistas que participaram das práticas propostas.

Observei que meu corpo vem gradativamente respondendo as especificidades da dança que são fundamentais para a prática minha. Motricidade e percepção corporal, postura equilíbrio e alinhamento corporal espaço, musicalidade, qualidade de movimento e criatividade. “Segurança” é uma das conquistas atuais minha também. (Estudante C)

Nossa aula de hoje foi cansativa, porém produtiva, particularmente melhorei minha coordenação e minha atenção. Sinto-me muito bem com a dança do ventre. (Estudante K)

Meu corpo se sentiu completamente à vontade, sendo como se tivesse registrado uma memória fotográfica dos movimentos e com isso meu corpo começa a compreender os movimentos e a técnica da dança do ventre. Cada vez meu corpo se sente menos dolorido à prática dessa dança, uma vez que também minha mente, está mais tranquila e compreendendo a cada dia a minha contribuição nesse espaço e o meu grande aprendizado. Sou grato pela oportunidade, principalmente quando não preciso ficar preso a restrições do “papel do homem” ser entendido como “feio” na dança do ventre. (Estudante H)

[...] Na medida em que as aulas continuaram essa sensação [de aprisionamento de partes do corpo] foi sumindo, sentindo mais controle e consciência ao realizar os movimentos básicos.

Acho muito legal a possibilidade de ter continuidade e uma rotina (aquecimento, movimentos básicos, relaxamento, etc) na prática, já que desse jeito a gente percebe a evolução, seja pela fluidez ou pelo controle que o corpo começa a obter pela prática constante, como também trabalhar a consciência e memória corporal. (Estudante M)

Por meio das duas aulas que participei de dança do ventre pude compreender o desenvolvimento da expressão corporal que é proporcionado. Nesse sentido, notei que a complexidade de cada movimento e em cada parte do corpo é única e ao mesmo tempo necessita da harmonia para que toda a extensão do corpo esteja conectada com o ritmo e dessa forma estabelecer uma harmonia de cada movimento para que haja fluidez e eu estar entregue a dança. [...] Apesar de nunca ter me interessado pela dança do ventre, estou me sentindo muito bem em praticá-la, não só pela harmonia do grupo, mas também por desenvolver uma sensibilidade em relação a sensualidade feminina sem torná-la vulgar. Acredito que emocionalmente, tenho compreendido melhor meu lado delicado, sensual e sutil. (Estudante L)

[...] a turma inteira esta mais a vontade com as aulas. Estamos "entrando em sintonia" na dança do ventre. As aulas estão sendo boas também para melhorar a auto estima, motivação na dança. Estou gostando bastante de poder estar aprendendo uma nova dança que eu já me simpatizava antes mas não tive a oportunidade de fazer alguma aula, nem que fosse experimental, é um "estilo de dança" que já achava interessante antes e agora que estou vivenciando as aulas está sendo bem bacana, o aprendizado está acontecendo. (Estudante D)

Além da análise dos relatos pude perceber uma melhora na autoestima pela análise dos movimentos dos corpos dos estudantes, pois o nosso corpo não nos engana. Observar o movimento também é observar a expressão da mente por meio do corpo. Segundo Fux (1988):

Quando o corpo se move e se expressa está nos dizendo “a verdade”, porque *o corpo não pode mentir*. Essa linguagem não-verbal é de uma riqueza enorme e denota os estados interiores, ou seja, nosso mundo interno; e o faz com tal expressividade que se o analista, o psicólogo ou o psiquiatra pudessem reconhecê-lo, conheceriam mais seus pacientes assim do que através da palavra. (FUX, 1988, p. 21)

Por fim, os estudantes puderam utilizar os seus relatos como momentos de reflexão sobre a atuação de cada um dos envolvidos nas práticas da dança do ventre, e sobre a minha atuação como professora desse estilo de dança. Ao longo do tempo, os relatos se transformaram em mais uma ferramenta para um processo dialógico de ensino/aprendizagem.

Considerações finais

As investigações baseadas nos relatos das mulheres que participaram das oficinas ministradas em espaços diversos, e nos relatos dos bolsistas do projeto PIBID/ARTES “Professor Dançante”, realizadas durante o desenvolvimento do projeto, demonstram que, desde o primeiro dia de aula, os participantes passaram por mudanças significativas em relação aos aspectos físicos e mentais e em relação ao reconhecimento dos aspectos culturais que a prática da dança do ventre proporciona. Os relatos apontam para desenvolvimento da postura, da coordenação motora, dos sistemas funcionais, aumento da flexibilidade, energização dos chacras e da autoestima. O pouco tempo de desenvolvimento do projeto não permite chegar a conclusões mais aprofundadas de todos os benefícios que a prática da dança do ventre promove. Entretanto, a qualidade do resultado das vivências nesse estilo de dança foi amplamente abordada nos relatos dos participantes.

É consenso que as práticas com base nos movimentos básicos da dança do ventre possibilitaram o relaxamento do corpo, das tensões do dia a dia e deram lugar a uma sensação de bem estar jamais experimentada. Ainda assim, observamos as dificuldades de alguns participantes na execução dos movimentos, mas no decorrer das aulas, essas dificuldades diminuem. Os relatos do último dia de aula são bastante diferentes e muito mais positivos do que o relato dos mesmos estudantes com relação aos benefícios sentidos em seus corpos nos primeiros dias de aula.

As práticas de dança do ventre oportunizaram que cada participante conhecesse melhor o seu corpo e os seus limites, além da cultura e da magia que esse estilo de dança proporciona a quem a pratica. Nesse processo de investigação, os estudantes vivenciaram o prazer da dança do ventre, da emoção, dos corpos em movimento, e com isso observou-se as trocas de experiências e as descobertas pessoais em relatos produzidos, promovendo uma cumplicidade dialógica entre a dança, eu e os participantes. Houve uma evolução no relacionamento entre o grupo dos “Professores Dançantes”, assim como uma excelente comunicabilidade e uma desinibição progressiva ao longo das vivências.

A hipótese do trabalho com o grupo “Professores Dançantes” foi avaliada pelos relatos e confirmada. Os benefícios da dança do ventre dentro do “Projeto de Aprendizagem” e a relação de aceitação dos estudantes com os seus corpos foram alcançados. As vivências em dança do ventre proporcionaram mais segurança para que os participantes possam trabalhar as mais variadas formas de dança como futuros artistas e professores de Artes.

Por fim, a dança do ventre mostrou-se um excelente instrumento para alcançar benefícios físicos e mentais, mesmo considerando que o tempo do corpo é diferente do tempo da mente e que cada sujeito trás consigo o seu tempo de aprendizado.

O meu tempo nesse trabalho se fez presente desde a minha entrada no Curso de Licenciatura em Artes na UFPR - Setor Litoral. Nesse espaço pude articular a minha experiência anterior com a dança do ventre em tempos passados, com os ensinamentos dos Fundamentos Teórico-Práticos (FTP), as vivências das Interações Culturais e Humanísticas (ICH) e com o processo de ensino/aprendizagem do Projeto de Aprendizagem (PA). Em paralelo, o projeto PIBID/ARTES “Professor Dançante”, e os bolsistas envolvidos no processo de ensino-aprendizagem da dança do ventre serviram para unir o tempo do meu corpo com o tempo que a minha mente vivenciava como bolsista do projeto e professora de Artes em formação. E tudo isso aconteceu à partir de um projeto de vida, que virou projeto de aprendizagem e que de forma dialógica, ensinando e aprendendo, fez nascer uma nova mulher, uma nova professora, uma nova artista, mais madura e consciente de seu próprio corpo, da relação dele com os outros corpos e, por isso, acreditando ainda mais na dança do ventre como um projeto de vida.

Referências bibliográficas

ABRÃO, A. C. P.; PEDRÃO, L. J.. **A contribuição da dança do ventre para a educação corporal, saúde física e mental de mulheres que frequentam uma academia de ginástica e dança.** v.13 n.2. Ribeirão Preto mar./abr.2005. Disponível em:<http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S010411692005000200017&script=sci_arttext>. Acesso em: 28/04/2011.

BENCARDINI, Patrícia. **Dança do Ventre: ciência e arte.** São Paulo: Editora Baraúna, 2009.

FUX, María. **Dança, experiência de vida.** São Paulo: Summus Editorial, 1983.

_____. **Dançaterapia.** São Paulo: Summus, 1988.

NAHID, M.; TAKUSI, Sabah; TAKUSI, Simone. Benefícios da dança do ventre. **A Milenar Dança do Ventre**, São Paulo, n. 2, p. 72-77, 2004a.

_____. Movimentos básicos para iniciar a prática da dança do ventre. **A Milenar Dança do Ventre**, São Paulo, n. 1, p. 47-70, 2004b.

REIS, A. C.; ZANELLA, A. V.. **A constituição do sujeito na atividade estética da dança do ventre:** *Psicologia & Sociedade*. 22(1), 2010, 149-156.

SABONGI, Lulu. **VÉUS vol. 4.** São Paulo: Khan El Khalili, 2002. 1 videocassete (84 min), sonoro, color. VHS NTSC.

SARI, Nassih. **Jóia Rara, o diário de uma aprendiz.** São Paulo, 2010.

SETENTA, Jussara Sobreira. **Performatividade na dança contemporânea: o corpo interessado em perguntar e não em responder.** In: *Húmus 2*, Org. NORA, Sigrid, Lorigraf, Caxias do Sul, 2007.

Anexos

Anexo 1



SEXTA-FEIRA 18.MAIO

DANÇA DO VENTRE

COMO RECURSO TERAPEÚTICO

Venha participar de um bate-papo que visa conhecer a Dança do Ventre e seus benefícios!

vagas limitadas!

LOCAL: SALA MULTIMÍDIA/BIBLIOTECA UFPR LITORAL
CONTATO: LBWEBBER1@GMAIL.COM

PROJETO DE APRENDIZAGEM
ACADÊMICA: LILIAN BEATRIZ WEBBER - LIC. ARTES 2010
MEDIÇÃO: JULIANA AZOUBEL

Anexo 2

Venha dançar com a gente!



Projeto Professor Dançante/PIBID Artes- UFPR

<p>Inscrições: Prof. André Carvalho Escola Estadual Alberto Gomes Veiga</p> <p>Prof. Danielle Ferreira Escola Estadual José Bonifácio</p>	<p>Coordenação: Prof. Juliana Azoubel (UFPR Litoral)</p> <p>Apoio:</p> 
--	---