



PROPOSTA PEDAGÓGICA DE DANÇA EM TEMPOS DE PANDEMIA

PEDAGOGICAL PROPOSAL FOR DANCE DURING THE PANDEMIC

PROPUESTA PEDAGÓGICA PARA LA DANZA EN TIEMPOS DE PANDEMIA

Isadora Loch Sbeghen


<https://orcid.org/0000-0001-9587-6870> 


<http://lattes.cnpq.br/1730001418271434> 

Universidade Federal do Rio Grande do Sul (Porto Alegre, RS – Brasil)

isbeghen@hotmail.com

Elisandro Schultz Wittizorecki


<https://orcid.org/0000-0001-7825-0358> 


<http://lattes.cnpq.br/2732121599274507> 

Universidade Federal do Rio Grande do Sul (Porto Alegre, RS – Brasil)

elisandro.wittizorecki@ufrgs.br

Aline Nogueira Haas

<https://orcid.org/0000-0003-4583-0668> 

<http://lattes.cnpq.br/6600425096998622> 

Universidade Federal do Rio Grande do Sul (Porto Alegre, RS – Brasil)

alinehaas02@hotmail.com

Resumo

O objetivo deste trabalho é identificar aspectos a serem considerados pelo professor para uma proposta de dança online mais coerente à realidade de alunos em tempos de isolamento social e compreender as condições que permitem ou limitam o desenvolvimento e a realização de aulas de dança online na perspectiva do professor. Trata-se de um estudo qualitativo descritivo, o qual dialoga sobre uma experiência que atravessa um processo pessoal e reflexivo oriundo da situação de distanciamento físico. Desenvolveu-se através de recursos tecnológicos, do movimento e envolvimento de pessoas. A partir deste foi possível identificar que tecnologias vem auxiliando e intermediando muitas atividades, sendo o professor desafiado a buscar criatividade como ponto de ligação. Este trabalho demonstra a extrema valia de entender a evolução da comunicação e as ferramentas disponíveis atualmente para que se possa escolher as melhores plataformas e recursos a serem utilizados no desenvolvimento de práticas pedagógicas.

Palavras-chave: Práticas Pedagógicas; Pandemia; Dança; Ensino Remoto.

Abstract

The objective of this article is to identify aspects to be considered by the teacher for an online dance proposal that is more coherent with the reality of students in times of social isolation, and to understand the conditions which allow or limit the development and achievement of online dance classes from the perspective of the teacher. This is a descriptive qualitative study, which discusses an experience that goes through a personal and reflective process from the situation of physical distancing. It developed through technological resources, movement and people involvement. From this it was possible to identify how technologies have been helping and intermediating many activities, and how teachers have been challenged to seek creativity as a connection point. This work demonstrates the extreme value of understanding the evolution of communication and the currently available tools in order to choose the best platforms and resources to be used in the development of pedagogical practices.

Keywords: Pedagogical Practices; Pandemic; Dance; Remote Teaching.

Resumen



El objetivo de este trabajo es identificar aspectos a ser considerados por el docente para una propuesta de danza online más coherente con la realidad de los estudiantes en tiempos de aislamiento social y comprender las condiciones que permiten o limitan el desarrollo y realización de las clases de danza online desde la perspectiva del profesor. Se trata de un estudio cualitativo descriptivo, que analiza una experiencia que atraviesa un proceso personal y reflexivo derivado de la situación de distanciamiento físico. Se desarrolló mediante recursos tecnológicos, movimiento e implicación de personas. A partir de esto fue posible identificar qué tecnologías han estado ayudando e intermediando muchas actividades, y cómo se ha desafiado a los profesores a buscar la creatividad como punto de conexión. Este trabajo demuestra el valor extremo de comprender la evolución de la comunicación y las herramientas disponibles en la actualidad para elegir las mejores plataformas y recursos a utilizar en el desarrollo de las prácticas pedagógicas.

Palabras clave: Prácticas Pedagógicas; Pandemia; Danza; Enseñanza Remota.

INTRODUÇÃO

E o mundo parou, ou melhor, começou a se movimentar de forma diferente. Sem critério de exclusão, a pandemia da COVID-19 exigiu alterações e novas dinâmicas de vida em sociedade. Dentre diferentes aspectos do cotidiano: o isolamento, a pandemia, a crise sanitária e o receio do encontro com outro se tornam algo em comum a população (RAMOS, 2020). A pausa no movimento constante e frenético do dia a dia provocou resignificação como necessidade imediata (DA SILVA; MARCÍLIO, 2020). A sociedade teve que adaptar-se às transformações ocasionadas pela pandemia e o isolamento modificou a rotina das pessoas, interferindo em hábitos e costumes (SCHUCHMANN et al., 2020), desde novas dinâmicas de trabalho, educação, lazer e prática de atividades físicas. Mas, mais que isto, a importância e a necessidade do autocuidado, a manutenção e produção de saúde do ser humano tornou-se aspecto essencial na rotina da população.

Em casa o diálogo com o corpo, o movimentar-se em busca de cumprir a recomendação de manter bons níveis de atividade física para prevenção fez com que as práticas corporais recebessem um olhar mais atento. Aliada destas, as ferramentas tecnológicas viabilizaram a comunicação e interlocução de atividades mesmo em isolamento. Ampliando horizontes, os recursos virtuais abriram mais espaço para compartilhar conteúdos e vivências, possibilitando a continuidade de uma configuração social que não quer “perder” tempo. Mas, Bungestab e Borges (2020) questionam: “Até que ponto temos parado para refletir, silenciosamente, sobre o tempo presente e futuro?”.

As ações atreladas a uma experiência modificam quem a pratica e quem a sofre, sendo importante debater e refletir sobre o tempo presente (PIMENTEL, 2015; BUNGESTAB, BORGES, 2020). Ao pensar em refletir, pode-se trazer o reflexo da câmera do celular, computador, tablet e outros dispositivos que se tornaram os novos espelhos de muitos professores em tempos de pandemia. O reflexo da câmera veio a ser o espelho de uma sala



de dança. Porém, ao invés de ampliar a sala ou até mesmo auxiliar professores na correção e condução de movimentos propostos, este “espelho” por sua vez teve sua dimensão reduzida. Para muitos, professores que ministraram aulas ao vivo/síncronas através de redes sociais, a lente da câmera se fechou apenas ao reflexo do professor. Seria este um convite para o professor se rever? Reformular o que até então vinha propondo?

O período de isolamento, ocasionado pela pandemia da COVID-19, faz ainda mais necessária a discussão sobre os processos e potenciais educativos da dança relacionados à indústria cultural e aos meios de comunicação. Ademais, o momento clama pelas reflexões e discussões sobre as ações criadas e viabilizadas neste período. De fato, diversas são as dúvidas, questionamentos e problemas que podem surgir no processo do ser, ou melhor, do aprender a ser um professor em situação de isolamento social.

Este artigo dialoga sobre a experiência em meio a uma prática desenvolvida durante o ano de 2020, e tem como objetivos: identificar aspectos a serem considerados pelo professor para uma proposta de dança online mais coerente à realidade de alunos em tempos de isolamento social e compreender as condições que permitem ou limitam o desenvolvimento e a realização de aulas de dança online na perspectiva do professor.

CAMINHOS METODOLÓGICOS

Trata-se de uma experiência caracterizada por uma soma de atividades online desenvolvidas durante o ano de 2020. Este se constrói a partir da situação de isolamento social, se desenvolve através de recursos tecnológicos, do movimento e envolvimento de pessoas.

O processo pedagógico e a pesquisa desenvolvida neste trabalho foram se estabelecendo a partir de condições, situações e perspectivas que surgiram, e que então permitiram ou limitaram o desenvolvimento e a realização de aulas de dança online. As atividades foram todas realizadas através de plataformas virtuais, com um público de mulheres adultas e idosas, sem qualquer vínculo a instituições, academias e/ou demais espaços. Para melhor entendimento da proposta de dança online, o processo desenvolvido pode ser compreendido na figura a seguir.



Figura 1 – Processo desenvolvido para a proposta de dança online



Fonte: Construção dos autores.

Desenvolvimento da Proposta

Desde o primeiro semestre de 2020, a pandemia da COVID-19 apresenta um inesperado desafio à saúde pública. Em meio às preocupações, ressalta-se a importância da promoção à saúde através da prática de atividades físicas. Além da possibilidade de conectividade em isolamento físico, as práticas da atividade física durante os momentos de lazer proporcionam elementos de prazer para os indivíduos, contribuindo para melhora da motivação, da satisfação pessoal e social e, conseqüentemente, da qualidade de vida.

Assim, em março de 2020, surge a iniciativa de propor aulas de dança ao vivo via redes sociais, abertas ao público em geral. Além de um espaço de promoção à saúde, as aulas surgem como uma possibilidade de reflexão do ser professor em tempos de pandemia através de redes sociais. Diretamente relacionado à onda de *lives* (recurso no aplicativo *Instagram* que permite a gravação e transmissão de vídeos ao vivo) que vinham acontecendo ainda no início do isolamento social, a primeira aula de dança ao vivo desta experiência foi através do aplicativo *Instagram*. A aula planejada foi transmitida através de uma *live* no *Instagram* no dia 26 de março de 2020, às 19h. Esta teve duração de aproximadamente 1 hora, contemplando seqüências coreográficas de distintos estilos musicais. Participaram em torno de 50 pessoas.

Da ideia de uma experiência única, as aulas ao vivo pelo Instagram tiveram engajamento e acabaram tendo continuidade. Estas foram realizadas entre 26 de março a 11 de maio de 2020, em dias da semana e horários diferentes. Ainda aberto ao público em geral,



era possível verificar a adesão de um público feminino, Em 11 de maio de 2020, pensando no tempo de duração do recurso das *lives* e público-alvo que vinha aderindo às aulas propostas no *Instagram*, uma nova etapa foi iniciada: as aulas ao vivo na rede social *Facebook*. Além da mudança de rede social, houve aumento da frequência e estabelecimento de um horário fixo das aulas. As aulas ao vivo eram no perfil pessoal do *Facebook* da acadêmica, ocorriam duas vezes na semana, sempre às 10h da manhã com participantes do sexo feminino, adultas e idosas.

Em busca de um diferencial para a proposta das aulas e com um olhar atento e curioso ao espaço de rotina em meio a pandemia, obras de arte começam a ser contempladas nas aulas de dança. As aulas seguiam sendo ministradas online, de maneira gratuita, duas vezes na semana e com uma hora de duração. O eixo principal da aula seguia sendo trabalho com a dança incluindo diferentes estilos musicais. Complementar a este eixo, então, as artes começaram a integrar as aulas através de exposição de obras de arte. A cada semana novas obras eram colocadas na parede do espaço, sendo no início das aulas devidamente apresentadas. O material sobre os artistas, técnicas e outras curiosidades era produzido e orientado por uma artista visual.

Em busca de centralizar vídeos e compartilhar mais conteúdos sobre as obras expostas nas aulas a parte do perfil pessoal, outras possibilidades dentro da rede social *Facebook* foram pesquisadas. Constatou-se que dentre os recursos, a opção de criar um Grupo era a mais coerente para a proposta. Os grupos do *Facebook* oferecem espaço e ferramentas que possibilitam o diálogo e envolvimento das pessoas. E dentre seus recursos, oferecem duas configurações de privacidade: grupos públicos e grupos privados. Para a proposta que está sendo explanada foi criado um grupo privado, no qual é preciso solicitar a permissão para a entrada no grupo. Tal opção foi escolhida pois gostaria de conhecer mais as pessoas que vinham buscando as aulas, assim como também queria ressaltar ainda mais a necessidade de consciência dos alunos (as) frente às aulas propostas.

O grupo intitulado "ADora Dança com Arte" começou a ser utilizado a partir de 9 de julho. Para apresentação do grupo dentro da rede social *Facebook*, foi elaborada uma descrição do grupo, perguntas de participação e regras. Dentre os conteúdos postados, havia uma publicação fixada que era exposta no topo da página do grupo e que fazia convite aos participantes para integrarem a proposta desenvolvida. Ao longo do período de aulas, o número de participantes foi aumentando, as participantes (mulheres adultas e idosas) foram



convidando amigas e conhecidas, com isso foi possível chegar a 38 mulheres aderindo ao grupo. Ainda no grupo fechado, as obras seguiram sendo apresentadas. Mas, em 16 de julho, ocorreu o adendo de que, após as aulas, a imagem da obra, sua descrição e um disparador para diálogo era postado no grupo. Dentre as obras, foram apresentadas gravuras (litografias, xilogravuras, gravura em metal, serigrafia, infogravura), pinturas, esculturas e obras de técnicas mistas.

A cada aula a busca pela melhora e pela possibilidade de novidade era constante. Através do grupo fechado já era possível ter um controle maior de quem acessava as aulas, seja pelos comentários dentro do grupo do *Facebook*, bem como pelas curtidas e reações em meio às aulas ao vivo. Nem todas participaram das aulas ao vivo, muitas traziam nos comentários que faziam a aula gravada em outro horário. Conversando com as participantes que conseguiam estar no horário que a aula era realizada (em torno de 8 participantes), foi marcado um encontro síncrono através das Salas do *Messenger*, recurso que permite criar uma sala de conversa de vídeo por meio do *Facebook*. O primeiro encontro foi em 24 de setembro, se estendendo por um curto período, até dia 8 de outubro.

Em 27 de outubro, mais mudanças ocorreram, as alunas, que se sentissem à vontade, foram convidadas para "receber em suas casas". No recurso das *lives* do *Facebook* é possível adicionar, mediante convite, um participante para dividir o espaço. Assim, buscando um momento de diálogo, troca e partilha, nesta proposta a cada aula uma das alunas, que consentiu em participar, entrava ao vivo como convidada da *live* e apresentava algo (obra, objeto, etc.) que considerasse especial em sua casa. A adesão à atividade foi significativa, entre aulas com participação e outras sem, a proposta que começou em 3 de novembro, se estendeu até final do mês de novembro.

Após este período, com a participação ao vivo das alunas, encaminhamo-nos para o período de recesso de final de ano. Na mesma perspectiva de compartilhar, se conectar, e se relacionar, para além do movimento da dança, houve uma atividade de fechamento com postagem de fotos no grupo. Em 10 de dezembro, encerram-se as aulas do ano de 2020.

Conteúdo das Aulas

Aulas de dança podem ter distintos objetivos, públicos e modalidades, parecem refletir o momento de pandemia, ou seja, um tanto amplo e confuso quando não bem



conduzido. Neste trabalho as aulas propostas em todas as etapas, e que serão apresentadas nas próximas seções, foram aulas de dança que envolveram diferentes ritmos musicais e estilos de dança. Estas eram estruturadas nos seguintes momentos: aquecimento, parte principal e alongamento. Ainda antes do início das aulas, o tempo de uma música, de mais ou menos 3 minutos, era utilizada para esperar a entrada de todos aqueles que iriam participar. Junto a este momento eram reforçadas informações como o cuidado e o respeito com o corpo e o espaço para realização da aula.

No aquecimento eram propostos movimentos para ativação muscular, aumento do fluxo sanguíneo e batimentos cardíacos, para que o aluno tivesse uma preparação do corpo e da mente para o desenvolvimento da aula. Na parte principal eram propostas sequências coreográficas de diferentes estilos musicais (axé, forró, samba, pop, rock, funk, bolero, tango, árabes, etc.). Todas as sequências eram explicadas e orientadas, de modo que os participantes não somente realizassem o movimento, mas de maneira que também pudessem contemplar a parte artística e de bem-estar atrelada às sequências propostas.

Ainda na parte principal, cabe colocar que era possível trabalhar com em torno de sete a oito estilos musicais diferentes, cada sequência permanecia por um período de mais ou menos um mês no planejamento das aulas. Em sistema de rodízio, toda semana era introduzida uma nova sequência, sendo utilizada esta dinâmica como forma de proporcionar práticas divertidas e motivadoras, além de ampliar as experiências corporais das alunas, proporcionar um repertório motor diverso, além de trabalhar a memorização.

Por fim, na parte de volta à calma eram propostos movimentos de alongamento, de desaceleração de batimentos cardíacos e diminuição da temperatura corporal. Neste momento as músicas utilizadas eram mais calmas a fim de ser um momento de relaxamento e volta a realidade do cotidiano.

Dança: Comunicação, Espaço e Tecnologias

Desde os primórdios, a comunicação está presente na vida humana. Vista como um grande desafio independente do período, a comunicação envolve a forma de informar, vender, fazer com que determinada mensagem seja transmitida e devidamente entendida, de forma clara e objetiva. Muitas ferramentas e recursos de comunicação foram aprimorados desde as prensas de Gutemberg. Atualmente com os avanços tecnológicos e a situação



pandêmica os aparatos tecnológicos cumprem o papel de mediar muitas interações do cotidiano do ser humano.

O desenvolvimento do ser humano é um processo constante e complexo. Seja do ponto de vista psicológico, social e físico somos influenciados e assim aptos a mudanças a todo instante. Contudo, ao pensar em comunicação cabe questionar: Seremos adaptados a uma total socialização mediada por aparatos tecnológicos? As ferramentas tecnológicas em tempos de pandemia viabilizam a rotina de trabalho, momentos de lazer e possibilitam a comunicação. Porém, como Bungestab e Borges (2020) ressaltam a partir do momento que estas se tornaram protagonistas das interações atuais, modificaram-se demais experiências de diálogo e de relações humanas.

Mas, antes mesmo de salientar o período pandêmico, é válido discutir como e se já aconteciam encontros e/ou desencontros das tecnologias e da dança. Sabe-se que a dança é um modo de expressão, de veiculação de ideias, de partilha de representações e imaginários que tem no corpo seu meio. Ao longo do século XX, esta foi apropriada pelos meios de comunicação de massa, em seus processos des (re)construção de sentidos (LOUSADA; TOPKE; SIQUEIRA, 2018).

Ao discutir sobre a relação da dança e tecnologias, Carvalho e Pronsato (2020) trazem que os ambientes e contextos virtuais já eram vistos, antes do período de pandemia, como possível influência e forma de desenvolvimento da e na dança. Porém, alguns corpos e danças não se interessavam pela poética possibilitada pelos dispositivos tecnológicos. A dança mediada por dispositivos tecnológicos pode se relacionar a características como o “corpo que dança, a tecnologia utilizada, a relação entre o corpo e tais tecnologias e a multiplicidade de tecnologias utilizadas no trabalho” (CARVALHO; PRONSATO, 2020, p.122).

Do Rocio Wosniak e Motta (2020) enfatizam o ensino-aprendizagem no ensino superior mediado através de recursos tecnológicos. Os autores questionam a apropriação da dança através de metodologias virtuais e questionam como tais ferramentas podem afetar a matriz educacional que se estrutura na “tradição co(rpo)presença”. Independente dos objetivos dos estudos serem diferentes, cabe salientar que Do Rocio Wosniak e Motta (2020) e Carvalho e Pronsato (2020) trazem não somente possibilidades das tecnologias, contudo acabam debatendo sobre uma temática cada vez mais imponente visto o distanciamento social.



Independente do estilo de dança, do tempo de prática ou do objetivo almejado, a suspensão das atividades presenciais em vista da pandemia respaldou em pausas e reorganizações. A conexão do corpo e "da casa", nesse contexto de isolamento social, precisou ser repensada, pois a relação espaço-tempo modificou-se (DA SILVA; MARCÍLIO, 2020). A rotina de trabalho dos profissionais de quase todos os segmentos da economia criativa, o que inclui a dança, teve busca intensa de adaptação de modelos de funcionamento ao novo momento para garantir a continuidade de suas ações (NOGUEIRA et al., 2020).

Dada a rapidez com que a pandemia e seus desdobramentos instalaram-se em diferentes escalas, muitos desses problemas evidenciam-se, maximizam-se e tornam a experiência de viver uma pandemia global mais complexa ainda, refletindo, especialmente, na esfera emocional. (DA SILVA; MARCÍLIO, 2020, p. 249).

A dança é uma forma de arte que se vê presente desde as sociedades primitivas, e através desta o ser humano tem a possibilidade de transmitir e incitar sentimentos, cultivar crenças, representar princípios, e fazer com que pessoas leiam o mundo através do movimento. Entendida como uma forma e um espaço de reflexão sobre as condições e necessidades coletivas, através do movimento corporal podem-se transformar valores, conceitos, desenvolver habilidades físicas, sentir o mundo e ser sentido. Assim, falar sobre o ensino de dança pode significar debater sobre formação de identidades individuais e de diferentes grupos sociais (GUIMARÃES; BIANCHINI, 2020).

Atrelando os sentidos e significado da dança evidenciado com a perspectiva de isolamento físico é possível adentrar a mais questões. A presente realidade reforça o olhar para si, de modo que cada um possa cuidar de sua saúde física e mental. O momento também convida o olhar para onde se está, perceber o espaço físico que acolhe e traz conforto. Em meio a pandemia, os espaços de nossas casas foram ressignificados.

A Arte de Morar: Nosso Espaço, o Planejamento

As formas de trabalho se alteraram e a moradia passa a ter outras funções. Como são as experiências no atual cotidiano? Como está sendo o desenvolvimento de propostas de aula online? Como é ser professor em tempos de isolamento social? Na imensidão de diferenças, somos nós professores responsáveis por agregar conhecimentos e desenvolver habilidades e capacidades sem deixar de lado as particularidades de cada aluno. Buscamos que nossas propostas atendam as expectativas dos alunos, exijam de forma coerente e



condizente às capacidades e habilidades das turmas e que assim permitam o desenvolvimento dos alunos da forma mais completa possível.

Independente da prática corporal evidenciada, os professores devem prezar pela boa condução de suas aulas, de forma que os mesmos sejam intelectuais transformadores. Como destaca Rios (2010)

O professor enfrenta o enorme desafio de se mobilizar continuamente na descoberta e na criação das possibilidades de ampliação de seu trabalho e de considerá-lo sempre como constituinte de uma proposta coletiva, que exige empenho e corresponsabilidade (RIOS, 2010, p. 127)

Atualmente, seguir em formação corresponde também em pensar nas representações do corpo no espaço, refletir sobre os modos de morar em um contexto pandêmico (RAMOS, 2020). A situação de isolamento fez com que os indivíduos organizassem suas próprias lógicas perante o tempo e espaço dentro de suas casas (BUNGESTAB; BORGES, 2020). Ao apontar isto, cabe pensar na condução do professor ao instruir determinada atividade. Seja aconselhando seus alunos a buscar um local adequado no qual se sintam seguros para realização da prática, por exemplo. Acrescido a isto, cabe salientar detalhes que podem passar despercebidos, como o uso de roupas e calçados adequados para prática da atividade física.

Sendo o planejamento um recurso que possibilita antecipar, seja com base nos objetivos, seleção de conteúdos, metodologia e formas de avaliação, para ser válido, ele deve ser elaborado de acordo com o contexto social e as características dos alunos (LECH, 2015). O planejamento é uma das principais ferramentas para o desenvolvimento das aulas, mas que aliado a este o professor deve estar sempre pronto para adaptações. As mudanças podem surgir frente às diferenças de turmas, de alunos, e de plataformas que intermediam as aulas, quando as aulas são online.

Neste trabalho a maior parte das reflexões são advindas da repercussão das aulas em meio a rede social *Facebook*. Porém, alternativas são possíveis e estão sendo utilizadas pelos professores em meio à pandemia, como por exemplo: o *Google Meet*; o *Zoom Meetings*; o *Instagram*; e as chamadas de vídeo do *Whatsapp*. Em alguns aplicativos é possível a visualização do aluno, o compartilhamento de áudio para qualificar o som e um diálogo a partir do “abrir o microfone” e assim escutar a voz do aluno. Enquanto em outras plataformas, como o recurso das transmissões ao vivo do *Facebook* e *Instagram*, acaba destacando a imagem do professor, a “voz” do aluno é realizada através de mensagens.



Sobre isso inúmeras questões podem ser discutidas, como o aluno ser apenas um ouvinte, ou seja, alguém que apenas observa a prática proporcionada, como também a perspectiva de uma comunicação “monologal” (BUNGESTAB; BORGES, 2020).

Mas, é consenso que independente do recurso que intermedia as aulas, dois aspectos necessitam uma atenção maior. São estes: o espaço e a visibilidade. Para Ramos (2020) falar de um espaço é muito mais do que se dizer por que usar ou para que fim foi projetado, em contrapartida falar de um espaço pode estar mais no como. O autor entende que há diferentes formas de se apropriar e interagir com um espaço, que é possível ressignificar nosso olhar e ações diante da situação atual.

O repertório de movimentos contemplados durante as aulas de dança propostas teve de ser repensado ao que seria planejado para uma sala de aula usual. As movimentações tiveram de ser elaboradas de forma que pudesse ser adaptável aos espaços das alunas, por exemplo: do mesmo modo que um passo dois-dois do forró poderia ser avançando, também poderia ser sem deslocamento. As sequências trouxeram a perspectiva do corpo que se comunica, com movimentos que para além da dança se pensasse na forma de manter a capacidade funcional, de modo que as alunas continuassem aptas a exercer as atividades da vida diária.

É preciso pensar na acessibilidade, visto que há pessoas que não enxergam determinadas cores ou têm baixa visão. E mesmo sem deficiência ou qualquer dificuldade, cabe lembrar que a visibilidade através de uma tela é diferente do que é visto em uma aula presencial. A presença da voz e a imagem na tela, mas sem o corpo presente, sem o olhar do outro, constitui um desafio único.

Ser professor é saber se (re)inventar, envolve entender, escutar, dialogar e assim desenvolver um processo pedagógico coerente. Para, além disso, e pensando no panorama da pandemia, a busca por transmitir aulas sem interferências e de forma fluída, é um dos maiores objetivos dos professores. Nesta perspectiva e a partir das aulas ministradas o quadro 1 apresenta algumas recomendações para a organização de aulas online.

**Quadro 1 – Recomendações para aulas de dança online**

Espaço	Para condução e realização das aulas é interessante prezar por um espaço sem tanta informação, como muitos objetos, de modo que a principal referência seja o professor.	
Planejamento	Duração/ tempo das aulas onlines	Pode-se considerar que a duração da aula online é ainda mais reduzida que as aulas presenciais, seja: pelo tempo para os alunos ingressarem, pela conexão que pode oscilar e muitas vezes travar a continuidade da aula; pelos momentos de diálogo (tempo para digitar, tempo para ler comentários, tempo para ligar/desligar microfone). Detalhes como uma playlist previamente organizada podem fazer a diferença.
	Propostas sequências e	Dependendo do objetivo e nivelamento de seus alunos é preciso pensar na forma que irá conduzir suas propostas e sequências de aulas. São recursos: espelhar o movimento; conduzir através de estímulos verbais; combinar estímulos verbais e visuais; etc. Se necessário, o professor poderá sugerir adaptações de movimentos em uma mesma sequência.
Visibilidade	Iluminação	A iluminação pode aumentar a qualidade do vídeo, para isso pode-se investir em luzes, ou buscar a melhor iluminação natural. A luz da manhã é considerada a melhor, mas cuidado no seu posicionamento (para evitar sombras)
	Maquiagem	Uma maquiagem que destaque as expressões, junto de um batom de tom mais forte podem ser ótimos aliados para sua melhor visualização.
	Roupa	Roupas mais neutras podem facilitar a visualização, mas cuidado se o espaço tem fundo branco, por exemplo, evite a roupa branca. Afinal, você deve sobressair do fundo de seu espaço.
Conexão	Testes de velocidade e taxas de upload e download estão aceitáveis. Para melhorar a estabilidade do sinal é necessário conectar o computador diretamente no cabo. Mesmo assim, é sempre interessante ter um plano B, como usar a 3g do celular.	
Qualidade do vídeo	Posicionar a câmera de forma a captar a imagem completa do seu corpo. Busque utilizar o dispositivo que tem melhor resolução de imagem, dependendo do dispositivo torna-se interessante a utilização de um tripé ou suporte para garantir maior estabilidade da captura das imagens e melhor qualidade do vídeo.	
Qualidade do áudio	Mesmo em ambientes fechados é preciso cuidado ao posicionar o dispositivo de modo que seu áudio fique claro. Investir em microfones externos que possuam recursos de filtragem de sons pode ser uma alternativa para melhoria de execução.	



Trilha sonora (playlist)	Dependendo do aplicativo ou plataforma utilizada para ministrar as aulas será necessário um maior cuidado nas escolhas das músicas. É comum aulas ao vivo no <i>Instagram</i> e/ou <i>Facebook</i> serem bloqueadas pelo uso de músicas que violam os direitos autorais. Entre as alternativas para isto não acontecer está o uso de músicas disponibilizadas na internet gratuitamente (música sem <i>copyright</i>)
Diálogo	O vínculo com o aluno é de extrema valia, em tempos de “quadrados na tela” e para a aula não ser um monólogo do professor torna-se ainda mais importante dialogar. É através da sensibilidade do professor que se pode envolver o aluno na aula. Seja falando o nome do aluno, com elogios, correções e comentários, bem como momentos de conversa e de trocas sobre o cotidiano.
Diferencial	Aulas planejadas e coerentes são exemplos de sucesso no desenvolvimento de propostas, mas junto disso é possível buscar um diferencial para o trabalho. Não é preciso que este diferencial seja único, todavia é importante que seja um disparador para um envolvimento maior nas aulas.

Fonte: Construção dos autores.

Ainda na lógica de organização e recomendações para as aulas online cabe salientar as orientações para os alunos. É o aluno que concretiza o planejamento do professor, para isso, independentemente do nível e experiência em alguma modalidade de dança, é interessante que este receba uma atenção especial, que seja conduzido a ter um espaço adequado para sua prática e se sinta integrado mesmo que de forma virtual.

Neste trabalho o diálogo se volta às aulas de dança online, os movimentos propostos para as sequências coreográficas eram devidamente explicados e orientados, de modo que os participantes realizassem a prática respeitando suas limitações e de maneira a possibilitar um momento de bem-estar. Por caracterizar-se como uma aula de dança com diferentes estilos de dança, os ritmos musicais eram diversificados, a fim de proporcionar práticas divertidas e motivadoras e que ampliassem as experiências corporais das alunas.

O diferencial não estava somente em possibilitar um momento de bem-estar e cultura aos participantes, estava no convite para estes perceberem e olharem o espaço de suas casas. De modo que, como Ramos (2020) coloca, suportar o isolamento possa ser inventivo e as situações mais adversas, pelo menos momentaneamente, suportadas.

**Quadro 2** – Orientações de aulas online para alunos

Organização	Mesmo que em casa, o aluno deve se organizar com detalhes como: hidratação, uso de roupas adequadas para prática da atividade, separação prévia de materiais quando necessário.
Espaço	Incentivar o aluno a manter a prática de exercícios físicos, mesmo que sejam necessárias algumas adaptações quanto aos locais de prática. Se possível, o aluno deve prezar por um espaço livre e reservado, de modo que consiga realizar as movimentações propostas e não tenha distrações durante a prática, respectivamente.
Visualização (perspectiva do professor)	É importante o aluno entender que a visualização durante a prática auxilia o professor para correções e progressão das propostas.
Visualização (perspectiva do aluno)	A forma de acesso às aulas (celular; tablet; computador; TV) pode influenciar no acompanhamento das aulas. Indica-se, se possível, o uso de dispositivos de telas grandes para melhor entendimento das movimentações e detalhes das propostas.
Limitações	É de extrema importância que o aluno saiba identificar e respeitar as limitações de seu corpo, bem como do espaço que estará fazendo a prática.

Fonte: Construção dos autores.

As informações dos dois quadros apresentados refletem as construções e aprendizagens de aulas de dança online em um período de pandemia com um público de mulheres, porém tais orientações podem ser pensadas e reconstruídas frente às demandas de contextos profissionais distintos. Ainda que cada realidade seja particular, as orientações podem simplificar, auxiliar e melhorar aspectos-chaves para quem ensina e quem aprende. As orientações prezam por aspectos que possibilitem aulas de dança online cada vez mais qualificadas, mas frente a constante inovação tecnológica é necessário que estas sejam moldáveis se somando ao que possa surgir.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Apesar de o previsível ser almejado, o imprevisível pode ser o ocorrido, assim, então, devemos estar sempre em busca de reformulações de atividades, para diálogos inesperados, para ocorridos inimagináveis. Através do imprevisível, podemos possibilitar uma forma de crescimento, visto que através de momentos como estes podemos repensar nossas práticas e assim aprimorá-las, formar novos conhecimentos e, assim, nos consolidarmos como profissionais mais qualificados.



A pandemia permitiu olhares mais atentos para o espaço onde vivemos, quais os significados do que nos circunda, e, assim, aprender e compreender mais sobre o local que sempre nos acolheu, nossa casa. Afinal, seja dentro de casa ou pela cidade é possível destacar um panorama cultural que, muitas vezes, não é compreendido, ou até mesmo que passa despercebido a nós.

Diante da situação atual, é importante ressaltar que ações e iniciativas são necessárias e bem-vindas para aplacar os impactos no setor cultural e criativo. Da mesma forma que pode haver medo e incerteza quanto ao novo e as tecnologias que vem auxiliando e intermediando muitas atividades, cabe ao professor se desafiar, buscar a criatividade como ponto de ligação. Entender a evolução da comunicação e as ferramentas disponíveis que temos atualmente é de extrema valia para que se possa escolher as melhores plataformas e recursos a serem utilizados.

A perspectiva de invenção, sentimentos, dúvidas, individualidade, a exploração dos movimentos, o prazer pela prática da atividade, a adequação aos limites e às capacidades além da ênfase dada à expressão e à espontaneidade são parte de todo processo.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BUNGENSTAB, Gabriel Carvalho; BORGES, Patrícia Spinasse. Sobre risco e experiência no isolamento social. **Revista políticas públicas & cidades**, v. especial, p. 1-5, abr./ dez., 2020.

CARVALHO, Thainá Maria Silva; PRONSATO, Laura. Interações entre dança e tecnologia: um estudo prático-teórico sobre a dança mediada por dispositivos tecnológicos. **Palíndromo**, v. 12, n. 26, p. 110-124, 2020.

DA SILVA, Marcia Alves Soares; MARCÍLIO, Bruna Maria Siquinelli. A casa e o habitar: experiências emocionais do isolamento social. **Revista de arquitetura e urbanismo**, v. 1, n. 10, p. 247-261, 2020.

DO ROCIO WOSNIAK, Cristiane; MOTTA, Everson Luiz Oliveira. Reflexões sobre a dança e a educação a distância: uma perspectiva inclusiva na cultura digital. **Revista educação, artes e inclusão**, v. 16, n. 2, p. 142-167, 2020.

GUIMARÃES, Juliana Regina; BIANCHINI, Heloise Mariano. Dança: um conteúdo desafiador. **Caderno de educação física e esporte**, v. 18, n. 1, p. 55-60, 2020.



LECH, Marilise Brockstedt (Org.). **Educação pelo movimento na infância**: reflexões e ações humanizadoras. Passo Fundo, RS: Méritos, 2015.

LOUSADA, Kath Pacheco B.; TÖPKE, Denise Rugani; SIQUEIRA, Denise da Costa Oliveira. Passinho, dança midiaticizada: performance, publicidade e produção de sentidos. **Conexão - comunicação e cultura**, v. 16, n. 32, p. 157-172, 2018.

NOGUEIRA, Carlos José e colaboradores. Recomendações para a prática de exercício físico em face do covid-19: uma revisão integrativa. **Revista brasileira de fisiologia do exercício**, v. 20, n. 1, p. 101-124, 2020.

PIMENTEL, Lúcia Gouvêa. Processos artísticos como metodologia de pesquisa. **OuvirOUver**, v. 11, n. 1, p. 88-98, 2015.

RAMOS, Gabriel. Cartografia dos corpos e espaços em confinamento. **Revista políticas públicas & cidades**, v. especial, p. 1-4, abr./ dez., 2020.

RIOS, Terezinha Azerêdo. **Compreender e ensinar**: por uma docência da melhor qualidade. 8. ed. São Paulo: Cortez, 2010.

SCHUCHMANN, Alexandra Zanella e colaboradores. Isolamento social vertical X isolamento social horizontal: os dilemas sanitários e sociais no enfrentamento da pandemia de covid-19. **Brazilian journal of health review**, v. 3, n. 2, p. 3556-3576, 2020.

Dados da primeira autora:

Email: isbeghen@hotmail.com

Endereço: Rua Felizardo, 750, Jardim Botânico, Porto Alegre, RS, CEP: 90690-200, Brasil.

Recebido em: 22/02/2022

Aprovado em: 13/04/2022

Como citar este artigo:

SBEGHEN, Isadora Loch; WITTIZORECKI, Elisandro Schultz; HAAS, Aline Nogueira. Proposta pedagógica de dança em tempos de pandemia. **Corpoconsciência**, v. 26, n. 3, p. 20-35, set./ dez., 2022.