

ESTUDO DOS BENEFÍCIOS DA IMPROVISAZÃO NAS AULAS DE DANÇA DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA UNILESTEMG

Ariane de Castro Gomes

Graduada em Educação Física pelo Unileste-MG.
castro_ariane@yahoo.com.br

Ederlayne Andrade Cordeiro

Graduada em Educação Física pelo Unileste-MG.
nana_layne@yahoo.com.br

Fabiana Kelly Duarte Oliveira Faria

Graduada em Educação Física pelo Unileste-MG.
fabi_anakelly@hotmail.com

Fátima Nogueira Gonçalves de Sousa

Mestre em Educação Física pela Universidade Católica de Brasília
Docente do curso de Educação Física do Unileste-MG.
jgmat@uol.com.br

RESUMO

Saber improvisar nos dias de hoje é muito importante, pois imprevistos acontecem a todo momento. A improvisação foi trazida para a dança por alguns professores e coreógrafos, pois achava-se que a dança estava ficando cheia de gestos mecânicos e repetitivos. Daí surgiu a necessidade de se estudar a improvisação bem como suas técnicas, sua aplicação nas aulas de dança e seus benefícios. Este estudo objetivou analisar a importância da prática da improvisação para intérpretes de dança, verificando a criatividade, a espontaneidade, a comunicação e observando fatores cognitivos e sensitivos. A amostra foi realizada com 20 (vinte) alunos que cursavam a disciplina Contato-Improvisação e Estudo Sobre o Corpo, do curso de Educação Física do UnilesteMG. Foi aplicado um questionário semi-estruturado que continha 15 (quinze) questões e os dados colhidos foram tratados pela estatística descritiva. Conclui-se que a improvisação é de suma importância para a dança, pois dá oportunidade para que o dançarino possa criar seus próprios movimentos de acordo com seus sentimentos e sensações em um contexto bem natural.

Palavras-chaves: Improvisação. Dança.

ABSTRACT

To know how to improvise nowadays is very important, because unforeseen things happen at any time. Improvisation was brought to the dance by some teachers and choreographers, because they thought that dancing was becoming full of mechanical and repetitive gestures. That's why the need to study the improvisation as well as its techniques, its application in the dance classes and its benefits. This study objectified

to analyze the importance of the improvisation practice for interpreters of dance, verifying the creativity, the spontaneity, the communication and observing cognitive and sensitive factors. The sample was realized by 20 (twenty) students from the discipline contact-improvisation and study of the body from the Physical Education course of Unileste-MG. It was applied a semi-structured questionnaire containing 15 (fifteen) questions and the collected data were treated by descriptive statistics. It concludes that the improvisation is very important to the dance, because it gives opportunity to the dancer to create their own movements in accordance with their feelings and sensations in a very natural context.

Key-words: Improvisation. Dance.

INTRODUÇÃO

Pode-se dizer que o corpo sempre foi objeto de trabalho do homem, desde os primórdios da nossa espécie. Nessas circunstâncias, o homem traduzia através de gestos vivenciados em seu cotidiano a cultura de seu próprio povo, retratando movimentos de animais, manifestações religiosas e até mesmo artísticas.

Com o passar do tempo surgiu a necessidade de se educar esse corpo. Tornou-se de suma importância conhecê-lo muito bem, assim como suas capacidades e limitações. Afinal, o corpo humano funciona como uma máquina; ele precisa de uma boa manutenção para que tudo continue funcionando corretamente e harmoniosamente. Dando para esse corpo a devida atenção e respeitando sua organização, o mesmo obtém um equilíbrio que proporciona um bem estar corporal, mental e espiritual. Quando tudo isso é trabalhado em conjunto pode-se dizer que há conscientização desse corpo. Esse processo é chamado de esquema corporal que, para Griguc (2002) “é o reconhecimento do próprio corpo, suas partes, seus movimentos, mas não é só isso, é também, uma relação com o mundo exterior, através do contato corporal, do gesto e da linguagem”.

Uma das formas de se trabalhar o esquema corporal é através da dança. Griguc (2002) diz que “a dança é uma forma de falar através do movimento do corpo e falar com seu corpo, transmitindo a partir daí sentimentos, sensações, idéias, fatos, e as coreografias passam a ser expressivas frases, comunicando de forma não verbal, mas sim a partir da harmonia, do ritmo e da expressividade, ou seja o movimento humano transformado em arte”.

Segundo Zandonadi (1996) *apud* Soares (1998), “a dança não é apenas um espetáculo recheado de coreografias cheias de gestos mecânicos e sem significados; ao contrário, é espontaneidade, é o momento único de expressar-se através de movimentos livres, frutos de nossos sentimentos, anseios e medos”.

Hoje em dia, há vários tipos de dança de acordo com o país, a região, crença, cultura, etc. Com o decorrer do tempo, surgiram também conteúdos que passaram a ser incorporados na dança, além de novas técnicas como a improvisação. A improvisação é o objeto de estudo desta pesquisa. E o que é a improvisação? A improvisação é algo que se faz sem ensaio, de forma espontânea, natural, na nossa casa, na rua, no trabalho, ou seja, no nosso dia a dia através de movimentos anteriormente conhecidos e coletados.

A improvisação está presente em tudo que o homem faz e em todo tempo. Alguns coreógrafos e professores de dança estão trabalhando essa “técnica” em suas aulas e em suas coreografias ou criações e levando para o palco para suas apresentações. Mas para que isso aconteça como uma forma de organização de espetáculos é necessário saber diferenciar a dança planejada da dança não planejada. A primeira é chamada coreografia - que são movimentos organizados previamente, escolhidos e codificados por um coreógrafo; e a segunda é realizada no momento de sua execução, mas sem obedecer nenhuma seleção prévia de frases ou seqüências de movimentos como nas coreografias. Até pouco tempo a improvisação não era muito comentada e nem aceita como é ultimamente. De acordo com Paxton e Nelson (1999), a crescente presença da improvisação na dança se deve também ao contato e à improvisação que “trouxe algumas pessoas com uma introdução aos processos de pensamento em torno da improvisação, o que tornou tudo mais familiar”.

O contato e improvisação vieram dos EUA e “exploram movimentos em duplas numa técnica que trabalha com amplas possibilidades de encaixes corporais, apoio e sustentação, equilíbrio e impulsos, numa coordenação muito natural e com uma grande economia de esforço, gerando uma qualidade de movimentos soltos e fluentes” (ROBATTO, s/d). Desse modo, o objetivo principal do Contato e Improvisação é fazer com que “o indivíduo seja capaz de realizar movimentos físicos com maior precisão e paciência e que também o auxilia no desenvolvimento da expressividade, propiciando um momento em que a pessoa possa mergulhar de maneira mais aprofundada nas próprias ações, atitudes e imaginação” (CARVALHO, 2004).

Para que se possa trabalhar melhor a improvisação precisa-se ter conhecimento de suas técnicas, e de acordo com Robbato (1994), existem 3 (três) técnicas. Uma delas é o relacionamento, que busca a integração dos intérpretes entre si, começando por pequenos grupos até chegar à improvisação coletiva. Outra técnica é a interpretação musical que é importante na etapa inicial, pois trabalha a sensibilização e integração dos dançarinos ao tema proposto. E a terceira técnica é a interpretação dramática, que trabalha a expressão emotiva abordando o conteúdo temático da coreografia ou espetáculo. A partir do momento em que os dançarinos estiverem bem preparados para a execução dessa técnicas, é possível obter um maior envolvimento do elenco na proposta, o que é muito interessante, pois serve como estímulo e motivação para uma possível participação criativa dos dançarinos no processo de elaboração dos movimentos a serem trabalhados.

Portanto, pode-se dizer que a improvisação é uma prática fundamental para a dança e que, de acordo com Souza e Pereira (2003), a mesma traz benefícios tais como a espontaneidade, a imprevisibilidade, a liberdade de criação, a sensibilidade ao momento de criar, a exteriorização das sensações internas. E toda atividade artística (sendo ela expressa de forma verbal ou não verbal) necessita de processos que estimulem experiências.

Assim, este estudo objetiva analisar a importância da prática da improvisação para o intérprete de dança, verificando seus benefícios e observando os fatores cognitivos e sensitivos.

MATERIAL E MÉTODOS

O atual estudo foi realizado com 20 (vinte) alunos de ambos os sexos e que estavam matriculados na disciplina “Contato e Improvisação e Estudo Sobre o Corpo”. Como quesito básico, esses alunos deveriam ter cursado ou estar cursando as outras 3 (três) disciplinas de dança do Curso de Educação Física do UnilesteMG que são: Dança I, cujo o objetivo é o estudo do ritmo; Dança II Composição coreográfica, que visa o reconhecimento do corpo e como o mesmo se encontra no espaço; e Dança III, que trabalha a dança folclórica e a dança de salão.

Para a realização do estudo, foram compartilhadas com a coordenadora do curso juntamente com o professor responsável pela disciplina as intenções do grupo. Diante da aprovação dos mesmos, o professor se encarregou de marcar a melhor data para a aplicação do questionário semi-estruturado pelas pesquisadoras e pela orientadora do projeto, que continha 15 (quinze) questões relacionadas ao tema. Respeitou-se 3 (três) cuidados éticos, tais como: a liberdade de não participar da pesquisa o aluno que não estivesse interessado, sua não permanência no momento da aplicação do questionário e o garantido sigilo dos nomes de cada participante.

Após todos os dados coletados, os mesmos foram tratados pela estatística descritiva, sendo apresentados através de histogramas com suas respectivas discussões, para uma melhor compreensão.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Figura 1 – O que você acha da técnica de improvisação na dança?

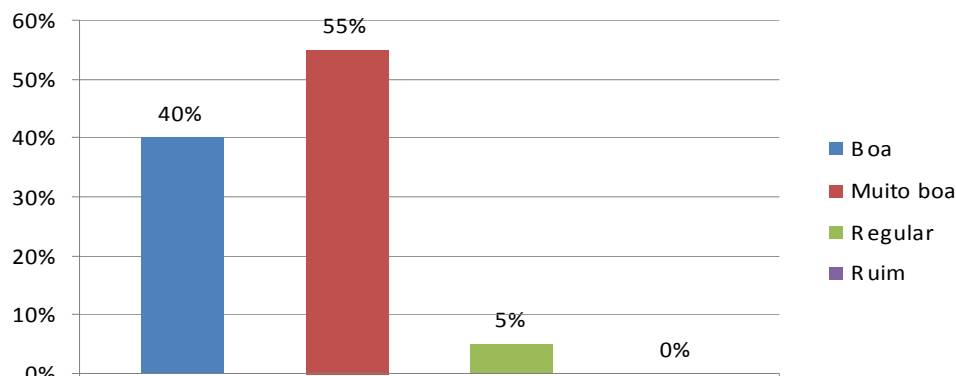


Figura 2 - Você é capaz de fazer uma improvisação?

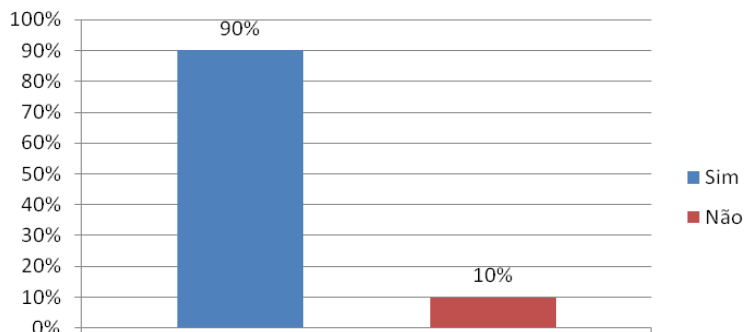


Figura 3 - Fazem parte de improvisação na dança: ter atitude, concentração e capacidade de executar o movimento?

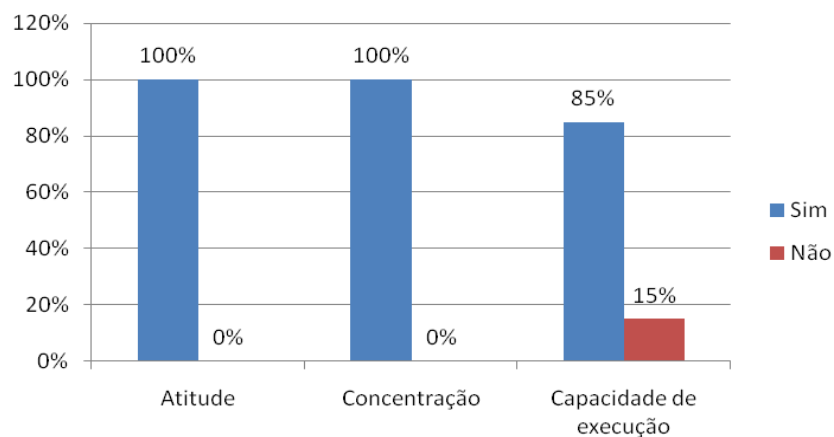


Figura 4 – A capacidade de comunicação corporal através do movimento da dança é importante?

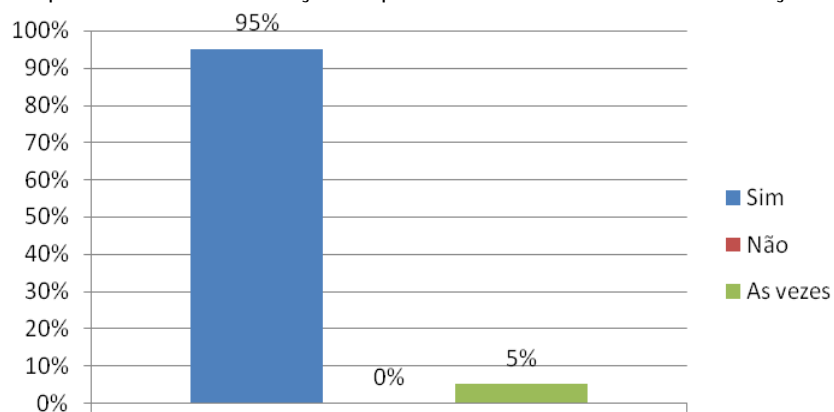


Figura 5 – Para improvisar um movimento de dança você acredita que precisa ter conhecimento e habilidade?

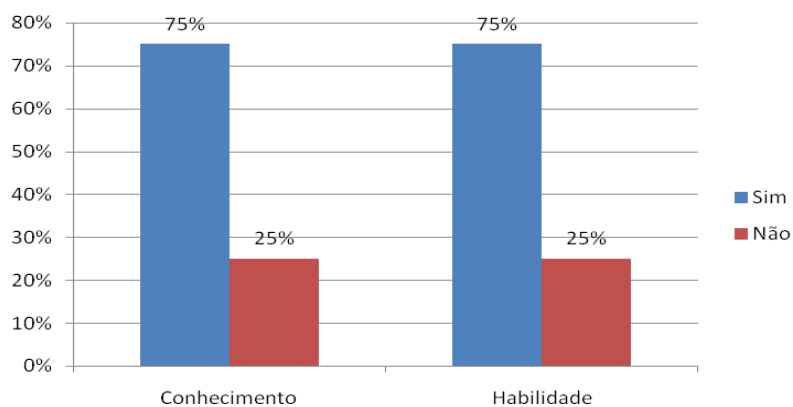


Figura 6 – Pode-se afirmar que a fluidez do movimento acontece no mesmo tempo pelo corpo e pela mente?

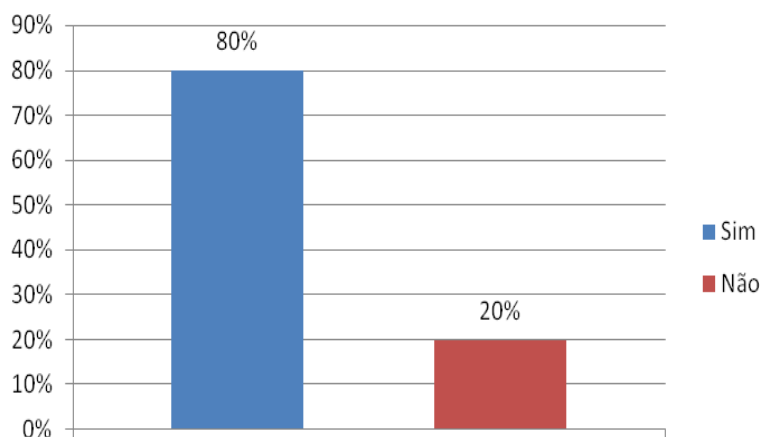


Figura 7 – A improvisação na dança garante a inter-relação do grupo?

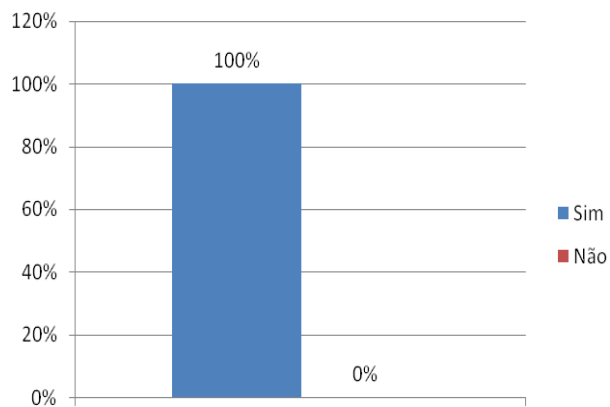


Figura 8 – Quando há uma improvisação na dança pode-se dizer que ouve criatividade?

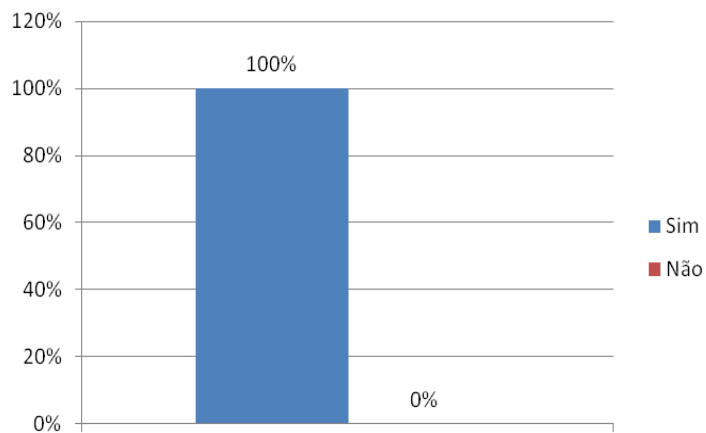


Figura 9 – A dança que tem movimentos mais diversificados facilita a improvisação?

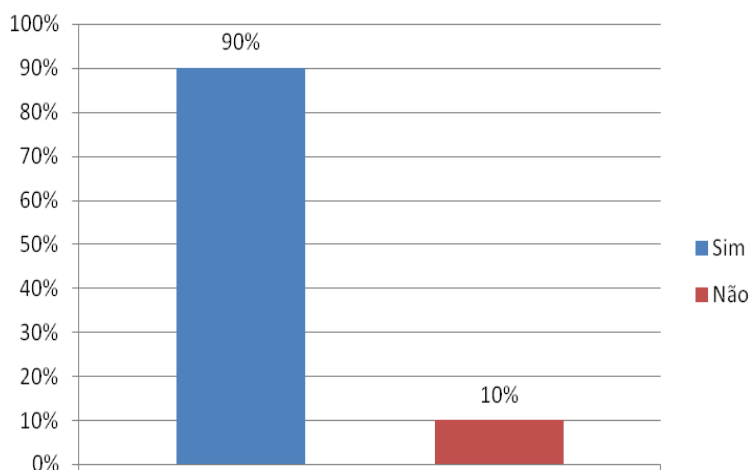


Figura 10 – As coreografias com mixagem de música dificulta a improvisação?

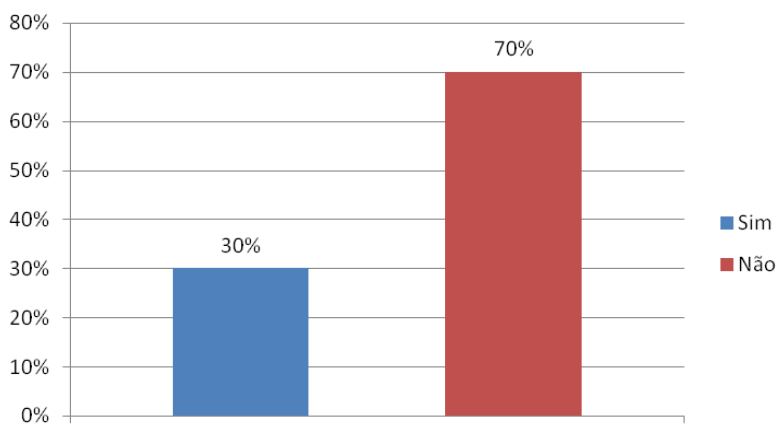


Figura 11 – A falta de domínio do movimento na dança pode trazer a uma improvisação negativa?

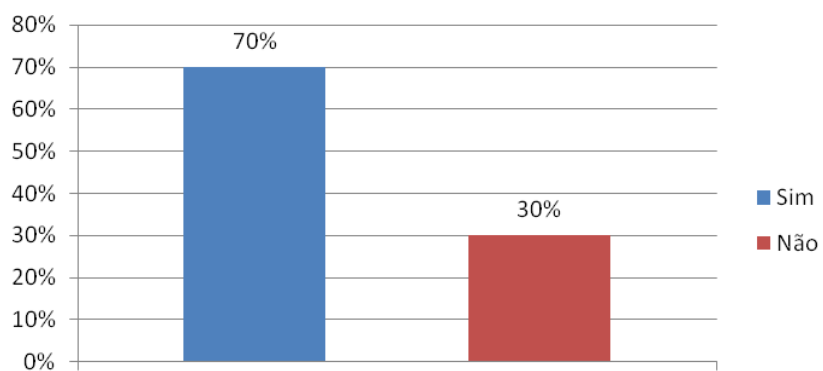


Figura 12 – Em qual estilo de dança relacionado abaixo ocorre maior probabilidade de improvisação?

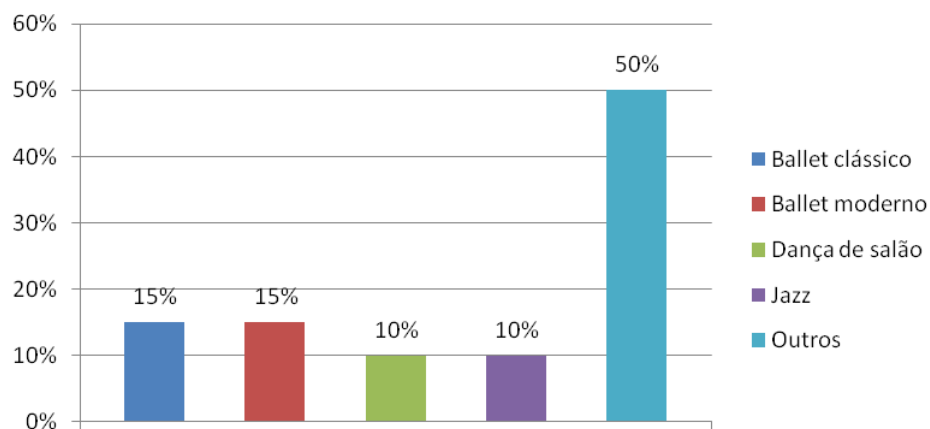


Figura 13 – Quem pratica a improvisação desenvolve melhor: memória, coordenação, criatividade, todas as respostas?

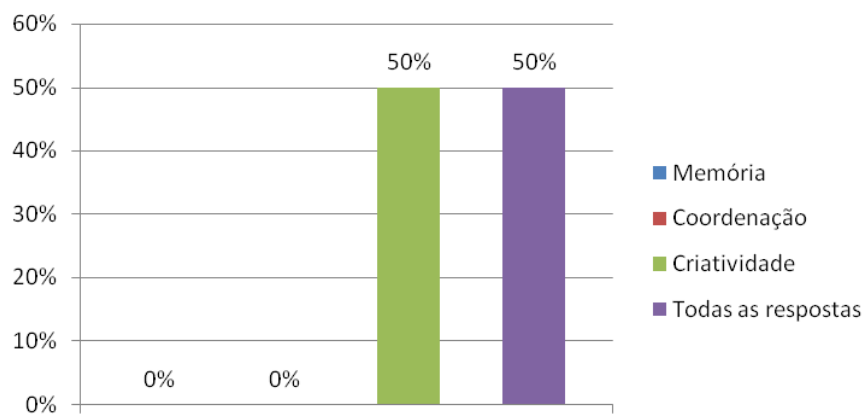


Figura 14 – É possível criar técnicas de improvisação?

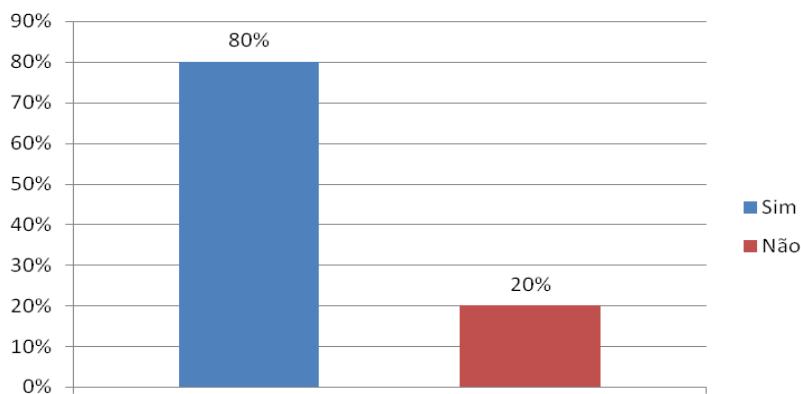
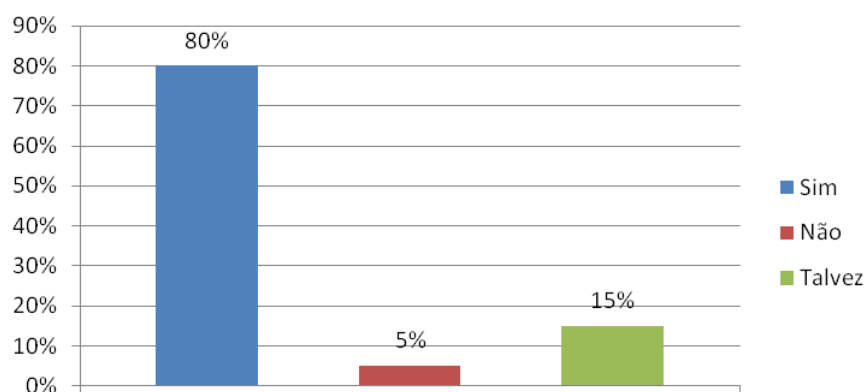


Figura 15 – Você acha necessário que, durante as aulas de dança, haja um momento para se trabalhar a improvisação com os alunos?



Diante dos dados acima coletados, foi possível identificar algumas variáveis que se relacionam com os benefícios da improvisação.

De acordo com a Figura 1, a maior parte dos entrevistados acredita que a improvisação possui uma resposta positiva. Parafraseando Soares (1998) ao improvisar podem ser expostos sentimentos, a pessoa aprende a se expressar corporalmente configurando uma educação estética e oferecendo então a possibilidade de ultrapassar os limites da experimentação.

Com relação às Figuras 2 e 11, respectivamente, 90% dos entrevistados dizem que são capazes de improvisar. 70% dos entrevistados pensam que a falta de domínio do movimento na dança pode resultar numa improvisação negativa. Soares (1998), entretanto, diz que qualquer pessoa é capaz de improvisar, porque a mesma tem características que são próprias de cada indivíduo seja ele criança, idoso, jovem, mulher, homem, etc. e leva-o a relacionar-se com a história de vida de cada um e do mundo. Isso se confirma através da Figura 2, mas entra em discordância com a Figura 11, pois todos são capazes de improvisar mesmo não tendo domínio de movimento específicos da dança.

A partir das Figuras 3 e 4, Carvalho (2004) diz que os 3 itens (atitude, concentração e capacidade de executar o movimento) são de suma importância, pois a improvisação auxilia no desenvolvimento de suas próprias atitudes, propiciando um momento em que a pessoa possa mergulhar de maneira mais aprofundada em suas ações e sua imaginação. Com relação à concentração, esse estudioso acredita que o indivíduo percebe seu próprio corpo por meio de sensações, desenvolvendo, assim, uma sensibilidade de escuta através do movimento. Desse modo, a improvisação desenvolve também a capacidade de executar movimentos físicos, com maior precisão e paciência. A partir do momento em que esses itens estiverem bem desenvolvidos, pode-se dizer que o indivíduo aumentará sua capacidade de comunicação corporal.

De acordo com as Figuras 5 e 12, respectivamente, os entrevistados acreditam que para improvisar um movimento é preciso ter conhecimento e habilidade sobre alguns estilos de dança. 50% dos entrevistados acham que os

estilos em que ocorre maior probabilidade de improvisação são o axé, a dança folclórica, dança afro, hip hop, sapateado. Embora ainda não exista comprovação científica de que esses estilos de dança sejam mais adaptos à improvisação.

A respeito da fluidez do movimento exposto na Figura 6, pôde-se perceber que isso acontece ao mesmo tempo pelo corpo e pela mente. De acordo com o teórico Damásio (2000), *apud* Picosque (2002) o cérebro e o corpo se fundem em um só, não havendo controle de um sobre o outro. Agg (2005) diz que no caso do bailarino, verifica-se que o ensino da dança ocorre de maneira fragmentada: primeiro a técnica e depois a preocupação com a parte expressiva. Acredita-se que não se pode dividir o ser humano, pois este é constituído pela unidade corpo-mente-espírito.

A partir das Figuras 7 e 14, respectivamente, pode-se dizer que a improvisação garante uma inter-relação em grupo havendo, assim, unanimidade nas respostas dos entrevistados. Esse resultado é comprovado através das palavras de Haselbach (1989). Segundo esse autor, a improvisação pode contribuir consideravelmente para estimular a comunicação e o relacionamento do grupo, através das atividades relativamente livres, onde se desenvolvem independências, responsabilidades e adaptações até alcançar a cooperação coletiva. Isso se explica através das três técnicas citadas por Robbato (1994) que são: o relacionamento, a interpretação musical e a interpretação dramática.

Com relação às Figuras 8 e 9, respectivamente, todos os entrevistados acreditam que quando há improvisação, há criatividade e a dança, através de seus movimentos diversificados, facilita o ato de improvisar. A improvisação tem como um dos seus objetivos o desenvolvimento da criatividade na qual e pela qual o indivíduo dá vazão ao seu potencial de criação de novos movimentos (SOARES, 1998).

Já a Figura 10 apresenta contradição com a literatura, pois 70% dos entrevistados acreditam que a mixagem de música não dificulta a improvisação e Haselbach (1989) diz que atividades de improvisação com mixagem de música são próprias para grupos que já têm suficiente experiência com a improvisação, pois são mais elaboradas e difíceis de serem executadas.

A Figura 13 nos mostra que 50% dos entrevistados afirmam que quem pratica a improvisação desenvolve a criatividade e 50% afirma que desenvolve também a memória, coordenação. De acordo com Soares (1998), a prática da improvisação desperta, estimula e desenvolve a criatividade, e por conseqüência, desenvolve também a memória e o potencial humano de movimento que é representado pela coordenação.

Finalizando, a Figura 15 apresenta um resultado em que 80% dos entrevistados pensam ser necessário que durante as aulas de dança haja um momento para se trabalhar a improvisação com os alunos. De acordo com Yonne Berge (1986), *apud* Griguc (2002) "todos os meios mecânicos tendem mais a adestrar os alunos do que educá-los. Acontece o mesmo quando o professor se apresenta como modelo, cujos movimentos os alunos devem copiar. Tentam então penetrar num molde que nada tem a ver com sua própria realidade, sendo que esta deveria ser descoberta pessoalmente, para que cada ser torne-se autônomo".

CONCLUSÃO

Conclui-se, então, que a improvisação é tida como um momento de criação através de movimentos livres, havendo uma troca constante de informações do corpo que dança com o mundo. Ou seja, cada indivíduo interioriza impressões e experiências por ele vividas dentro do seu contexto sócio-cultural e exterioriza, a partir dessas percepções suas sensações.

Assim, a improvisação na dança oferece aos intérpretes, uma oportunidade de experimentar as capacidades de seu corpo, exercitando suas potencialidades expressivas e cognitivas.

Percebe-se então, que um corpo que é capaz de improvisar está mais apto a enfrentar uma situação nova e quanto mais tempo esse corpo permanecer isolado, ou seja, sem interagir com o ambiente, mais restrições à mudança vai enfrentar. Por isso a improvisação é uma conquista que precisa de tempo e de uma trajetória para se concretizar.

Sugere-se que haja mais estudos sobre a improvisação, pois só assim a mesma ganhará seu espaço e conseqüentemente, mais pessoas conhecerão e poderão usufruir de seus benefícios.

REFERÊNCIAS

AGG, Kátia. **Contato, técnica energética e improvisação**: investigação na construção da personagem marabá. Campinas: Universidade Estadual de Campinas Instituto de Artes, 2005. 173p. Dissertação (Mestrado) – Mestrado em Artes, Campinas, 2005.

CARVALHO, Diogo. Contato Improvisação. **Benefícios do contato improvisação no desenvolvimento do ser humano**. Brasília/DF: 2004. Disponível em: <<http://www.contatoimproviso.net/artigos/educacao/beneficios.html>>. Acesso em: 10 set 2007.

GRIGUC, Lorena. *et al*. A dança escolar no rendimento cognitivo e melhora no comportamento de alunos hiperativos. **VII Seminário internacional de educação: saberes docentes e formação profissional**, Cachoeira do Sul, 2002. Disponível em: <<http://www.sieduca.com.br/2002/?secao=artigos/A51>>. Acesso em: 8 set 2007.

HASELBACH, Bárbara. **Dança, Improvisação e movimento: expressão corporal na educação física**. Rio de Janeiro: Ao livro técnico, 1988.

PAXTON, Steve; NELSON, Lisa. **Improvisação**. UFBA, 1999. Disponível em: <<http://www.facom.ufba.br/com024/contact/artigo2.html>>. Acesso em: 8 set 2007.

PICOSQUE, Gisa. **PGM 4: Dança, teatro e matemática: As artes do corpo e a ciência: uma nova aliança**. 2002. Disponível em: <<http://www.tvebrasil.com.br/salto/boletins2002/ame/ametxt4.htm>>. Acesso em: 22 out 2007.

ROBATTO, Lia. Conexão Dança. **A dança cênica e a vanguarda hoje.** s/d.
Disponível em:
<<http://www.conexaodanca.art.br/imagens/textos/artigos/Mundializacao%20da%20danca%20cenica.htm>> . Acesso em: 8 set 2007.

ROBATTO, Lia. **Dança em processo: a linguagem do indizível.** Salvador: Centro Editorial e Didático, 1994.

SOARES, Andresa. **Improvisação e dança: conteúdos para a dança na Educação Física.** Universidade Federal de Santa Catarina: Florianópolis, 1998.

SOUZA, Maria Inês Galvão; PEREIRA Patrícia Gomes. O processo de criação e expressão cênica: a experiência das "Quartas da Improvisação. **Anais do III Congresso da ABRACE,** Florianópolis, 2003. Disponível em:
<<http://www.lazer.eefd.ufrj.br/danca/trabpubl.html>>. Acesso em: 08 out. 2006.