



DESCONSTRUINDO PARADIGMAS E ROMPENDO FRONTEIRAS: CORPOS MADUROS EXPERIENCIANDO AULAS DE DANÇA EM TEMPOS DE ENSINO REMOTO

*DECONSTRUCTING PARADIGMS AND BREAKING BORDERS: MATURE BODIES EXPERIENCING DANCE
CLASSES IN ONLINE TEACHING*

Daniela Llopart Castro - Doutora em Motricidade Humana na Especialidade de Dança pela Universidade de Lisboa. Professora Adjunta do Curso de Dança Licenciatura da Universidade Federal de Pelotas (UFPEL). Pesquisadora dos Grupos de Pesquisa ÔMEGA e GEEDAC (Cnpq). Coordenadora do Projeto Bailar: Núcleo de Dança na Maturidade. Coordenadora do Projeto Turno 2: pesquisa e produção artística. Diretora artística do Baila Cassino Grupo de Dança. E-mail: danielallopcastro@gmail.com

Claudilene de Castro Lima - Graduanda no Curso de Dança Licenciatura. Universidade Federal de Pelotas. Membro da Equipe do Projeto de Pesquisa Mapeamento da Dança no Rio Grande do Sul - UFPEL. Bolsista voluntária do Projeto de Extensão Bailar – Núcleo de Dança na Maturidade - UFPEL. Bolsista no PIBID –Programa Institucional de Bolsas de Iniciação à Docência-UFPEL. Aluna-Pesquisadora no Projeto de Pesquisa Literacorporo – UFPEL. E-mail: di-dancaufpel@outlook.com

Natália Cristina Camargo - Graduanda no Curso de Dança Licenciatura. Universidade Federal de Pelotas. Bolsista do Projeto Unificado Bailar: Núcleo de Dança na Maturidade - UFPEL. Artista do Grupo Tholl. E-mail: nataliacmg@yahoo.com.br

RESUMO

O presente ensaio objetiva refletir sobre a experiência que mulheres maduras tiveram nas aulas de dança em tempos de ensino remoto, propiciada através da ação denominada Sala D Dança, pertencente ao projeto Bailar, da UFPEL. O texto traz um relato sobre corpos maduros na contemporaneidade, com contribuições de embasamento para perspectivas de entrever virtuosidades nestes corpos através da dança, junto à organização didático-pedagógica das aulas. A ação teve a intenção de quebrar paradigmas, rompendo fronteiras como as que a sociedade impõe ao público da maturidade, através do sentido de pertencimento e apropriação das participantes, de forma que elas se sentissem libertas e plenas com sua dança, desenvolvendo a consciência estética, a prática da expressão dos sentidos e uma base técnica de movimentações diversificadas. As atividades foram encerradas com o sentimento de objetivo alcançado, pois além de cumprir o papel que o projeto se propôs, a Sala D Dança se tornou um local de trocas de experiências e aprendizados. Um ambiente propício para descontração e socialização que, suprimido durante o período pandêmico, apesar de ainda sem o contato presencial, foi possível de ser adaptado ao meio remoto durante esta ação.

Palavras-chave: dança na maturidade; ensino da dança; extensão universitária; quebra de paradigma.

ABSTRACT

This essay aims to reflect on the experience that mature women had in dance classes during remote teaching, provided through the action called 'Sala D Dança', belonging to the Bailar Project, from UFPEL. The text brings the narrative of mature bodies in the contemporary world, with contributions of foundation for perspectives to glimpse virtuosity in these bodies through dance, together with the didactic-pedagogical organization of the classes. The action was intended to shift paradigms, overcoming boundaries imposed by society to mature public, through the participant's sense of belonging and appropriation, so they felt free and fulfilled with their dance, developing aesthetic awareness, the practice of expression of the senses as well as a technical base of diversified movements. We have completed the project and activities with the feeling that the objective had been achieved, because in addition to fulfilling the role that the project proposed, 'Sala D Dança' became a place for exchanging experiences and learning. An convenient environment to relaxation and socialization, which, suppressed during the pandemic period, despite still without face-to-face interaction, was able to be adapted to remote conditions during this action.

Keywords: dance in mature age; dance teaching; university extension; paradigm shift.

NOTA INTRODUTÓRIA

O palco é meu lugar de liberdade, nele me sinto em total intimidade comigo mesma. Liberdade plena, de corpo e alma, que me deixa completamente feliz. Por isso, continuo dançando e querendo fazer com que os outros também dançam. Gostaria que, um dia, todos pudessem experimentar a dança e a leveza que ela traz. (Mônica Lira – Diretora, Coreógrafa e Bailarina, *apud* GALDINO, 2014).

Durante muito tempo, quando se pensava em maturidade, logo vinha à mente o estereótipo de um corpo velho, carimbado com as marcas do tempo, onde as funções fisiológicas, motoras e psíquicas já não eram mais virtuosas. Junto a isso também a imagem de um corpo curvado e com movimentos descontínuos. Viver após os 60 anos era quase que uma utopia. Na atualidade, já existe um pensamento adverso, onde a visão que se tem por maturidade combate esses estereótipos e mostra um novo olhar sobre os corpos maduros. Como elucida a autora Margaret Chan (2015, p. 21), quando diz que: “Os estereótipos baseados em idade influenciam comportamentos, o desenvolvimento da política e até mesmo a pesquisa. Abordá-los ao combater a discriminação etária deve estar no cerne de qualquer resposta de saúde pública ao envelhecimento da população”.

Nesta linha de observação, o indivíduo a caminho do envelhecimento deve ser reconhecido pela sociedade, mas principalmente por ele mesmo, como um ser em desenvolvimento, em qualquer fase da vida. Dewey (2010, p. 83), sobre o avanço da idade, diz que “em vez de significar um encerrar-se em sentimentos e sensações privados, significa uma troca ativa e alerta com o mundo”. É com esse outro olhar que hoje, na contemporaneidade, a dança na maturidade vem ganhando novo espaço, com uma visibilidade bem mais abrangente. Nesses tempos atuais, o corpo maduro dança com potência, marca o seu território com mais confiança, amplia as suas experiências, trazendo para a sua dança vivências e sensações diversas. Castro, Monteiro e Santos resumem muito bem com esta fala:

No mundo contemporâneo as fronteiras entre as fases da vida, aos poucos, estão sendo desfeitas, procurando eliminar os padrões do que é ou não permitido em cada idade. Mas é inegável que junto à maturidade do ser humano, vem o envelhecimento do corpo. Entender as modificações deste corpo, aceitando-as como parte do curso da vida, é sinal de renovação do pensamento, alterando a perspectiva em relação ao mundo (2018, p. 354).

Nossa missão como professoras de dança é trazer a dança para a vida das alunas, fazendo com que elas se enxerguem dançando, cada uma no seu limite, com suas influências e vivências. Assim como as autoras acima citadas, idealizamos eliminar o paradigma de que somente é possível dançar quando se é nova e tem-se um corpo taxado como esbelto, compreendendo também que a dança pode ser construída fora desses antigos padrões, valorizando muito mais o bailarino em relação à sua expressividade e individualidade. Serve de exemplo as técnicas utilizadas por Pina Bausch, cânone substancial de trabalho com dança contemporânea, usufruindo de movimentos do cotidiano mesclados a movimentos abstratos.

O corpo maduro na dança é um corpo comunicativo, aberto a mudanças e também um corpo real. A dança na maturidade valoriza o sentido desses corpos e lança sobre eles embalos mais francos, propiciando novos passos. Como nos esclarece Lima (2009, p. 4), “O encontro da dança em um corpo com mais de 40 anos, é o encontro da dança em sua mais pura essência, sem supérfluos ou virtuosos”.

Quando essa dança é trabalhada e desenvolvida dentro de um projeto de extensão universitária de um curso de licenciatura em Dança, onde o mesmo constitui uma relação didático-pedagógica com um viés artístico, ela contribui, não só para o público maduro que dança através de uma ação que reverbera nas suas composições artísticas e em sua vida como um todo, mas também, e muito propriamente, para a formação dos licenciandos, que vivenciam de forma intensa essa relação como docente em construção com o público da maturidade, o qual está cada vez mais, e de forma intensa, adentrando ao universo da dança. De acordo com Silva (2020), a extensão universitária nos dias atuais deseja trazer a sociedade para dentro da universidade, com suas vivências, saberes e experiências, e assim produzir um conhecimento novo, que seja desde o princípio validado pelas trocas entre as duas instâncias.

O presente ensaio objetiva refletir sobre a experiência que corpos maduros tiveram nas aulas de dança em tempos de ensino remoto, propiciada através da ação denominada Sala D Dança, a qual faz parte do Projeto Unificado Bailar: Núcleo de Dança na Maturidade, da Universidade Federal de Pelotas – UFPel, que tem como intuito possibilitar à comunidade da maturidade, o acesso às informações difundidas no meio acadêmico em relação à composição coreográfica e montagem de espetáculos, através dos alunos como participantes desses processos. Junto a isso, busca também difundir a arte da dança na maturidade, contribuindo com a formação docente dos alunos de graduação, através do planejamento e atuação em aulas de dança, de forma presencial, voltadas para um público maduro com ou sem experiência na área. A ação Sala D Dança constitui-se para atender este mesmo público, porém em um formato diferente, por consequência da COVID-19, começando a pensar essas aulas direcionadas para o modo remoto.

Por conseguinte, ao longo deste texto, discutiremos sobre corpos maduros na contemporaneidade, trazendo contribuições fundamentadas que apontam possibilidades de vislumbramento das virtuosidades destes corpos através da dança, como também no que concerne sobre a criação da ação Sala D Dança, a partir de quando a mesma inicia, como se constituiu sua organização didático-pedagógica, as reflexões que ela propicia sobre o processo como um todo, embasadas numa construção teórica, assim como as considerações finais.

Deixamos aqui registrado que no decorrer da escrita utilizaremos o gênero feminino pois, apesar das aulas serem asseguradas para uma diversidade de gênero, tivemos durante as duas

edições apenas a presença de mulheres.

CORPOS MADUROS: ATÉ QUANDO DANÇAR?

A dança é uma das formas mais antigas de manifestação e expressão corporal humana. O ser humano começou a dançar há muitos milênios e nesses tempos primórdios, antes mesmo de pronunciar as primeiras palavras, já fazia gestos e sons como forma de comunicar suas ideias e emoções (RANGEL; LANGENDONK, 2006). Uma prática corporal que foi se transformando de acordo com padrões sociais ou por um diálogo com as necessidades de expressões que o homem nutre, desde sempre, como seus sentimentos, desejos e sonhos.

De acordo com Mendes (1987, p. 75) a dança “é parte da natureza do homem, tão velha quanto ele”. Do mesmo modo, se a dança é tão antiga quanto o ser humano, referir-se a ela é referir-se à mesma cronologia da existência humana. Porém, podemos pensar nela de forma atemporal, uma cronologia onde não existem ponteiros e nem tic-tac de um relógio.

Corroborando com essas colocações, avistamos que a dança, quando dançada por corpos maduros, não tem prazo de validade. Esses corpos maduros dançantes já não se preocupam mais com a performance perfeita, com os passos exatos ou com a contagem precisa do tempo. Tempo? Nessa dança madura o que pulsa é a transformação, é o prazer que a dança dá e o dançar com prazer. Essa ideia pode ser traduzida na fala de Renée Gumiel (2006):

Por que danço?

Danço na minha idade porque a dança e o teatro são a essência da minha vida. Consegui vencer meus dissabores – vida e morte, morte e vida; meu desejo do corpo, da alma e do cérebro me leva à mudança, me dá humildade, e descubro o princípio da sabedoria (GUMIEL, 2006, p. 62).

Concordando com a autora acima, a dança na maturidade proporciona às pessoas um reencontro consigo mesmo, a (re)descoberta de habilidades corporais que nem elas sabem que são capazes, o aprender a respeitar os limites e, principalmente, reconhecer as inúmeras possibilidades existentes em seus corpos. Parafraseando Miller (2012, p. 149),

todo indivíduo pode dançar quando se vê na sua dança por meio do seu querer e do seu sentir. O corpo que dança é o que se permite um estado de dança, que é diferente para cada um. Logo, a dança não é algo externo, pode estar dentro de cada ser. [...]. Há dança onde se vê dança.

É essa dança, a qual a autora referencia, que vislumbramos ser experienciada, potencializada e compartilhada por e entre os corpos maduros, tendo como premissa serem sujeitos que dançam, que se movimentam, que sentem o seu corpo e todas as sensações advindas dele.

A AÇÃO SALA D DANÇA

A pandemia do Covid-19 trouxe o distanciamento social, desacomodando hábitos e formas de fazer em diversas áreas, e na dança não foi diferente. Essa mudança nos convidou a repensar como as relações humanas poderiam seguir acontecendo, sem a presença física, e isso provocou reinvenções nas ações que nos circundam. Como uma das consequências da pandemia, além é claro do momento assombroso e doloroso que ela causou (e ainda causa), o distanciamento social teve um grande impacto na vida do público da maturidade.

Foi pensando nesses corpos maduros, no momento pandêmico em que já estávamos vivendo,

que a Sala D Dança se constituiu como uma reinvenção das nossas ações dançantes, até então construídas e executadas de forma presencial, mas para um público maduro local, em torno dos 60 anos ou mais. No formato remoto vislumbramos a possibilidade de alcançarmos um grupo mais amplo da maturidade, de diferentes lugares, já que os seus palcos seriam as suas casas, buscando contemplar uma faixa etária a partir dos 40 anos de idade.

Assim surgiu a *Sala D Dança*, uma ação criada dentro do Projeto Bailar, direcionada para o público entusiasta da dança e com idade acima dos 40 anos, podendo ou não ter experiência anterior. Iniciamos esta ação no ano de 2020, em meio a pandemia, com a proposta de ser realizada de maneira virtual, acreditando que a dança traz uma relação com o seu íntimo e proporciona um encontro com a realidade. Realidade essa a ser desbravada num novo processo. De acordo com Vianna (2008, p. 100), “...mais importante do que o desfecho do processo é o processo em si, pois normalmente somos levados a objetivar nossas ações a ponto de fixarmos metas e finalidades que acabam impedindo a vivência do processo, do rico caminho a ser percorrido”. Em tempos de pandemia isso se torna ainda mais necessário.

Dessa forma, o objetivo principal de nossas aulas foi mostrar que qualquer pessoa pode dançar, desconstruindo o antigo paradigma que infelizmente ainda nos permeia, de que a dança foi feita apenas para um determinado biotipo. Com a intenção de quebrar padrões, rompendo fronteiras como as que a sociedade impõe ao público da maturidade, procuramos levar esses corpos maduros dançantes para um lugar de apropriação dentro da contemporaneidade, onde os mesmos se sentissem libertos, plenos e felizes com sua dança. Além disso, objetivou, também, propiciar a esse público possibilidades de sociabilidade coletiva, de expressão das marcas incorporadas pelas experiências de suas vivências realçadas na dança, assim como também assegurar momentos de descontração de forma ativa, criativa e expressiva.

DANÇANDO DE FORMA REMOTA: AULAS DE DANÇA NUMA RELAÇÃO DIDÁTICO-PEDAGÓGICA

Em meio a um ano pandêmico, decidimos criar um modo de continuar proporcionando aulas de dança que já vinham sendo realizadas pelo Projeto Bailar e ofertadas à comunidade.

A *Sala D Dança* surgiu como um espaço virtual onde eram ministradas aulas de dança para suprir a necessidade dos encontros presenciais. Houve a necessidade de analisar vários fatores para definir dia da semana, horário e plataforma a ser utilizada para a execução dos encontros. Por exemplo: as aulas não poderiam ser durante a tarde, pois provavelmente algumas das interessadas estariam trabalhando. Também foi pensado na impossibilidade de um horário entre 11h e 14h, normalmente reservado para o almoço e/ou descanso. Desse modo, em 2020, na primeira edição do *Sala D Dança*, chegamos num consenso de que as aulas aconteceriam nas terças-feiras, das 18h30 até às 19h30. Já em 2021, na segunda edição, as aulas foram realizadas nas segundas-feiras, mantendo o horário da edição anterior. *Jitsmeet* foi a plataforma utilizada no primeiro ano, pois algumas alunas já a conheciam e assim seria mais fácil e prático, já que umas poderiam ajudar as outras.

No ano de 2021 pensamos também em alguns pontos que deveriam ser acrescentados na ficha de inscrição. Partimos da elaboração de um formulário que constava, além de espaços para preenchimento dos dados básicos: nome, idade, e-mail, número de telefone e cidade; a inclusão de perguntas sobre a saúde das participantes, a fim de estabelecer a presença de comorbidades, o uso de medicações e recomendações médicas. A elaboração deste formulário foi de suma importância na divulgação do *Sala D Dança*. Para a nossa surpresa, recebemos mais de vinte formulários, sendo surpreendidas com a diversidade de corpos que estavam efetuando

as inscrições.

Um detalhe simples, porém, primordial, é o diálogo sobre diversidade e inclusão, o qual tem acontecido na esfera reflexiva, mas, na prática, ainda deixamos a desejar. Isso acaba nos levando a um pensamento reducionista e é importante intencional a dança de forma expandida. Como salienta Greiner (1999, p. 7), “este diálogo entre as coisas que se modificam no mundo e o corpo que dança, ganha existência através da configuração de novas organizações, isto é, através da criação de novos modelos de pensamento”. Em direção ao que a autora elucida, é na transformação dos nossos pensamentos e atitudes que podemos abarcar as diferenças proporcionando uma dança autônoma, inclusiva e expandida.

Neste segundo ano da ação *Sala D Dança*, tivemos a inscrição de uma aluna surda oralizada. Foi um grande desafio, pois, como mencionado acima, na prática ainda necessitamos estar mais imbuídos nessa luta que deve ser de todos. Porém, isso nos motivou mais ainda a estudar sobre e procurar informações práticas sobre o assunto. Para nos auxiliar sobre como melhor atendermos esta aluna, entramos em contato com um discente do curso de Dança Licenciatura da UFPel e bolsista do projeto de extensão “A comunidade surda reinventando a arte do balé”. Antes do início das aulas, realizamos uma videoconferência para que pudéssemos absorver o máximo de informações e dicas de metodologia, adquirindo bagagem suficiente para ministrar as aulas, de tal maneira que estas fossem acessíveis a todos.

Como linha base para a elaboração das aulas, durante o ano de 2021, utilizamos a vertente metodológica da Pedagogia Visual, nas quais são fundamentados o ensino para surdos com as propostas de Lacerda e Santos (2013). Sucintamente, a pedagogia visual, segundo as autoras, se utiliza de recursos visuais para auxiliar a construção de conhecimento de alunos surdos, colocando os estímulos visuais acima de todos os outros que são utilizados e buscando outras formas de apresentar o conteúdo em questão, abrindo os horizontes para nós, professores de dança, na criação e execução dos movimentos. Estímulos estes demonstrados também na fala de Mauerberg de Castro (2011, p. 392): “Os sons e os movimentos cíclicos ressoam na expressão criativa das pessoas que dançam. Ouvir ou não os sons têm menos importância do que expressar o ritmo, seja interno, coordenado com o outro, seja restrito pela técnica de uma coreografia”.

Ensinar uma prática de dança, que é originalmente feita com base na dependência da identificação do som e estímulos auditivos, para pessoas surdas, nos abriu outro leque de possibilidades de ensino e vocabulário de movimentação; mesclamos, assim, esta pedagogia que possui o signo visual como base do processo de ensino e aprendizagem (CAMPELLO, 2008) às metodologias que podemos chamar de tradicionais, antes já empregadas. “O surdo se comunica através de gestos e sinais precisos da língua de sinais, mas também é capaz de dominar técnicas e estética corporal através da dança e ricas combinações de padrões rítmicos” (CASTRO, 2011, p. 392).

Outro ponto que colaborou e muito para a execução das nossas aulas, diante dessa especificidade, foi que migramos para a plataforma *Google Meet*, pois com o passar do tempo, com a orientação do colega da dança e da própria aluna, nós, professoras, monitoras/es e professora orientadora, fomos nos inteirando mais sobre os programas utilizados, com relação ao melhor funcionamento para a faixa etária que atendemos junto a especificidade que se apresentava. Este aplicativo foi considerado mais vantajoso por ser um programa que oferece a opção de legenda dentro das suas configurações.

Como uma tática para facilitar tanto o acompanhamento das alunas como para auxiliar na correção dos movimentos pela professora, sempre havia um(a) monitor(a) executando a aula (como se fosse aluno/a) e paralelamente a isso ficava acompanhando o *chat*, por ser um meio de comunicação que abrangia a todos.

Essas multiplicidades de tarefas, já constituída nesse caminho de formação docente dentro

da linguagem artística a qual estamos imbuídos, nos leva ao encontro do que a pesquisadora em dança Isabel Marques elucida de forma tão pontual: “...efetivamente inseridos no conhecimento e vivência das diferentes linguagens artísticas, podemos nos tornar seres mais amplos, mais profundos, mais complexos, mais múltiplos e, conseqüentemente, mais conscientes e compromissados (MARQUES, 2014, p. 31)”.

As aulas nunca foram focadas apenas na técnica de um gênero de dança específico, mas sempre através de prismas do sentir, observar, compreender e movimentar-se. Cada aluna, à sua maneira, com suas limitações e experiências vividas (sejam elas oriundas da dança ou não), participava das movimentações, se integrando à proposta desenvolvida. Conforme afirmam Castro e San Martins (2021, p. 290) a potência de trabalhos com foco artístico motiva “novas percepções que oportunizam o autoquestionamento e experiências diversificadas que, muitas vezes, concebem uma maior compreensão do sujeito, provocando modificações em relação à maneira de se enxergar e se colocar na sociedade”.

Descrevendo uma das atividades que realizamos com a turma algumas vezes, a prática consiste em todos estarem em movimento de acordo com o que é incentivado, o professor estimula a movimentação das alunas através das intenções de movimentos, lento/rápido, leve/pesado, entre outros, e cada um se manifesta como tem vontade e usando suas características únicas. Em determinado momento, o professor acende uma lanterna e, assim que a luz for percebida pelos alunos, devem congelar na pose que se encontram, de uma maneira semelhante à outra atividade denominada Cardume (esta realizada em aulas presenciais, onde todos se movem com as mesmas intenções de movimentos e o mais próximo possível da pessoa que “comanda”), porém, de forma inversa, neste caso, quando é notada a luz ou se percebe a falta de movimentação dos colegas, é preciso congelar. Com este tipo de atividade nós trabalhamos criatividade, liberdade de movimentos, compreensão da cinesfera e do ambiente.

Eva Schul já dizia que qualquer um pode dançar, movimentos cotidianos podem significar dança. De acordo com Cunha e Franck (1990), a bailarina e coreógrafa entende que:

(...) o bailarino deve ter inteira compreensão daquilo que vai dizer; ao dançar ele vai para o palco comunicar o que ele sente em relação ao que está dançando, vai expressar a sua própria opinião sobre o que está interpretando e não apenas executar alguma coisa que alguém ensinou. (CUNHA; FRANCK *apud* DANTAS, 2020, p. 51).

Nas nossas aulas priorizamos a autonomia do movimento, compreendendo as especificidades e limitações dos corpos dançantes, tendo a visão de que cada um tem a sua dança. Concordando com Castro (2020):

[...] as adaptações não devem ser somente na forma do movimento, mas propondo uma nova forma que se relacione com a potência expressiva que a maturidade oferece para realizar essas novas movimentações. Isto é, não é só a execução do movimento que muda, trocando a realização incorreta, já que o corpo biológico pode não responder mais ao desejado, pela reprodução de um novo formato, mas também o sentido de execução mecânica se altera. A compreensão no sentido deste movimento ao ser percebida de maneira diferente, pode potencializar novas movimentações com mais expressividade e significado. (CASTRO, 2020, p. 115).

Entendemos que este projeto é uma grande oportunidade de aprendizado profissional e pessoal, pois na *Sala D Dança*, lidamos com alunas diversas, com e sem experiências artísticas. Cada participante traz uma bagagem e questões corporais diferentes que são riquíssimas para o desenvolvimento e o aprendizado na dança. Como coloca Miller (2012), há algum tempo a técnica pela técnica deixou de ser suficiente para fazer um bailarino dançar.

LIBERDADE PLENA: EXPERIMENTAR A DANÇA E A LEVEZA QUE ELA TRAZ

Nossa intenção com esta escrita é reforçar a importância da dança na maturidade, compreendendo que é possível dançar em qualquer idade. O texto busca mostrar a experiência que as alunas da *Sala D Dança* puderam obter com as aulas oferecidas, desenvolvendo a consciência estética, a prática da expressão dos sentidos e uma base técnica de movimentações diversificadas.

As aulas foram elaboradas pensando nas possibilidades de movimentações e levando em consideração as dificuldades que o envelhecimento humano traz para a execução dos movimentos que, provavelmente antes, poderiam ser realizados mais tranquilamente. De maneira alguma o olhar para esses corpos maduros foi de incapacidade ou de inferioridade. Muito pelo contrário, a todo momento éramos surpreendidas com a energia e vitalidade de nossas alunas, reforçando que não existe limite de idade, e sim que a formação artística é possível de ser desenvolvida em qualquer estágio da vida.

Assim como dizem Tourinho e Silva (2017, p. 126), “qualquer movimento pode ser material para dança, qualquer corpo pode dançar, qualquer procedimento pode ser um instrumento válido para a composição”. É nosso dever fortalecer e colocar em prática este pensamento.

Encerramos nossas atividades no último ano com o sentimento maior do que um objetivo alcançado, pois além de cumprir o papel que o projeto se propôs, que é o ensino e a prática da dança para corpos maduros, conseguimos agregar muito mais do que isso aos encontros virtuais; a *Sala D Dança* se tornou um local de trocas de experiências e aprendizados, um ambiente propício para descontração e socialização, situações que, com as novas normas sanitárias impostas, haviam sido afastadas do cotidiano e, com esta ação, mesmo sem o contato físico e presencial, foi possível adaptá-las ao meio remoto.

REFERÊNCIAS

- CAMPELLO, Ana Regina e Souza. **Aspectos da visualidade na educação de surdos**. 2008. Tese (Doutorado em Educação) – Centro de Ciências da Educação, Universidade Federal de Santa Catarina, [Florianópolis], 2008.
- CASTRO, Daniela. **Dançar na maturidade: experiências artísticas na Região Sul do Brasil**. 2020. Tese (Doutorado em Motricidade Humana) – Faculdade de Motricidade Humana, Universidade de Lisboa, Lisboa, 2020.
- CASTRO, Daniela; MONTEIRO, Elisabete.; SANTOS, Eleonora. Na vida, no palco, na cena: amadurecer dançando, por que não? **Urdimento**, Florianópolis, v. 3, n. 33, p. 351-362, 2018.
- CASTRO, Daniela; SAN MARTINS, Rebeca. Formação de bailarinas na maturidade: experiências com as mulheres do grupo Baila Cassino. In: DUARTE, Gustavo; MACHADO, Gabriella; FOLMER, Ivanio. *Gênero e diversidade na educação*. Santa Maria: Arco Editores, 2021, p. 277-295. Disponível em: https://www.arcoeditores.com/_files/ugd/4502fa_eof2580c46e540aab-46c41d955318a72.pdf. Acesso em: 28 jan. 2022.
- CASTRO, Eliane Mauberg de. **Atividade física adaptada**. 2. ed. Ribeirão Preto: Novo Conceito, 2011.
- CHAN, Margaret. **Relatório mundial de envelhecimento e saúde**. Portal do Envelhecimento e Longevidade. p. 21, 2015. Disponível em: <https://www.portaldoenvelhecimento.com.br/relatorio-mundial-de-envelhimentoe-saude/>. Acesso em: 25 jan. 2021.
- DANTAS, Mônica Fagundes. **O enigma do movimento**. 2. ed. Curitiba: Appris, 2020.
- DEWEY, John. **Arte como experiência**. São Paulo: Martins Fontes, 2010.

GUMIEL, Reneé. Por que danço? In: NAVAS, Cássia; FONTES, Flávia; BOGÉA, Inês. (org.). **Na dança**. São Paulo: Imprensa Oficial do Estado, 2006. p. 62.

GALDINO, Christiane. Senhoras da dança. **Revista Continente**, n. 161, 2014. Disponível em: <https://revistacontinente.com.br/edicoes/161/senhoras-da-danca#>. Acesso em: 25 jan. 2021.

GREINER, Christine. Corpos em crise, uma in-tradução. **Revista Repertório**, v. 2, n. 2, p. 7-11, 1999.

LACERDA, Cristina de; SANTOS, Lara. **Tenho um aluno surdo, e agora?:** introdução à Libras e educação de surdos. São Carlos: EDUFSCAR, 2013.

LIMA, Marcela dos Santos. **Corpo, maturidade e envelhecimento:** o feminino e a emergência de outra estética através da dança. Dissertação (Mestrado em Artes Cênicas) – Universidade Federal da Bahia, Salvador, 2009.

MARQUES, I. **Arte em questões**. 2. ed. São Paulo: Cortez, 2014.

MENDES, M. G. **A dança**. São Paulo: Ática, 1987.

MILLER, Jussara. **Qual é o corpo que dança?:** dança e educação somática para adultos e crianças. São Paulo: Summus, 2012.

RANGEL, Lenira; LANGENDONK, Rosana Van. **Pequena viagem pelo mundo da dança**. São Paulo: Moderna, 2006.

SILVA, Wagner. Extensão universitária: um conceito em construção. **Extensão & Sociedade**, n. 2, p. 21-32, 2020.

TOURINHO, Lígia; SILVA, Eusébio. Estudo do movimento e a preparação técnica e artística do intérprete de dança contemporânea. **Artefilosofia**, Ouro Preto, n. 1, p. 125-133, jul. 2006.

VIANNA, Klauss. **A dança**. São Paulo: Summus, 2008.

VIEIRA, M. de S. A memória gruda na pele ou a dança madura do corpo. **Art Research Journal: Revista de Pesquisa em Artes**, v. 3, n. 2, p. 160-177, dez. 2016.

Data de recebimento: 30/01/22

Data de aceite para publicação: 30/03/22