

TEORIA DE PRINCÍPIOS E CONEXÕES ABERTAS EM DANÇA DE HELENITA SÁ EARP COMO ESTRATÉGIA REVOLUCIONÁRIA DE ENSINO EM DANÇA: UM ESTUDO DOS MOVIMENTOS CABEÇA E PESCOÇO

Vitória Pedro e Araujo (Universidade Federal do Rio de Janeiro – UFRJ)¹
Ana Célia Sá Earp (Universidade Federal do Rio de Janeiro – UFRJ)²
André Meyer (Universidade Federal do Rio de Janeiro – UFRJ)³

RESUMO

Esta pesquisa busca apresentar alguns caminhos plurais de processos pedagógicos e criativos em dança, pautados na Teoria de Princípios e Conexões Abertas em Dança de Helenita Sá Earp, entrecruzando seus agentes de variação em diferentes metodologias de ensino na perspectiva de corpo integrado visando corroborar com reflexões de uma educação revolucionária. O trabalho também reflete sobre como esses processos podem ser aplicados efetivamente através do estudo do movimento através de exemplos produzidos na série de vídeos didáticos e artísticos sobre “Fundamentos da Dança de Helenita Sá Earp: Estudo do Movimento - Cabeça e Pescoço”.

PALAVRAS-CHAVE

Fundamentos da Dança Helenita Sa Earp; dança-educação; Técnica criativa.

ABSTRACT

This research seeks to present some plural paths of pedagogical and creative processes in dance, based on Helenita Sá Earp's Open Principles and Connections in Dancing Theory, interweaving its agents of variation in different teaching methodologies under an integrated body perspective to corroborate with reflections of a revolutionary education. In this way, to elucidate how these processes can be effectively applied through the study and examples developed in the series of didactic and artistic videos on “Dance Fundamentals: Movement Study -Head and Neck”.

KEYWORDS

¹ Graduanda do Bacharelado em Teoria da Dança da Universidade Federal do Rio de Janeiro. Bolsista de Extensão II, Profaex UFRJ – Orientadora Ana Célia Sá Earp.

² Docente do Programa de Ensino e Graduação em Dança da Universidade Federal do Rio de Janeiro.

³ Docente do Programa de Pós-Graduação em Dança da Universidade Federal do Rio de Janeiro.

Helenita Sá Earp Dance Fundamentals; dance-education; creative technique.

Teoria de Princípios e Conexões Abertas em Dança de Helenita Sá Earp e Educação

Enquanto educadores em dança é importante pensarmos constantemente em nossas práticas de ensino de modo a construir nossos processos pedagógicos como um espaço de diálogo e troca circular. Isto significa pensar e fazer o ensino da dança não deslocado da diversidade das realidades corpóreas. Para isto, devemos buscar estratégias para que as aulas de dança possam incluir a pluralidade dos corpos, sem hierarquias. Aqui pontuamos a importância de um trabalho integrado que possa corroborar para a evolução técnica e artística do aluno, mas também que se coadune com a transformação social e política.

Muitas das vezes, o ensino da dança é difundido como uma divisão simplista entre aulas de técnica e aulas de laboratórios. As aulas de técnicas trariam um aperfeiçoamento por reprodução sistemática, enquanto as de laboratório, o próprio estudante construiria os movimentos a partir de orientações não padronizadas. Porém, pensar a dança ou a vida a partir dessas dualidades, como se, para algo acontecer, outra coisa precisaria não acontecer, o que pode levar a um afastamento da realidade corpórea que vivenciamos desde que começamos a produzir os possíveis sentidos de ser no mundo.

Em concordância com a Teoria de Princípios e Conexões Abertas em Dança de Helenita Sá Earp⁴, - (Fundamentos da Dança) entendendo sobretudo como um Teoria da Abertura em Dança; acreditamos que laboratório, técnica e reflexão – pensamento, ação e criação - não precisam se desassociar e se distanciar entre si. É possível construir uma proposta de ensino que englobe diferentes metodologias para desenvolver um processo completo e não fragmentado em dança. Ademais, é possível compor uma aula de técnica que trabalhe pontos de execução técnica e princípios de qualidade da ação, e até mesmo a repetição, não apenas de forma mecânica e padronizada, mas criativa e integrada, seja usando modos diretivos (quando o professor demonstra o exercício para a execução), seja em modos não diretivos (quando o exercício não necessariamente

⁴ Maria Helena Pabst de Sá Earp (1919-2014), Professora Emérita de Dança da UFRJ, artisticamente conhecida como Helenita Sá Earp, foi uma pesquisadora do movimento, intérprete, coreógrafa e introdutora da dança no ensino das universidades brasileiras”. Disponível em: <<https://www.helenitasaearp.com.br/sobre-helenita>>. Acessado em: 01/07/2021 as 17:00.

precisa ser mostrado previamente, mas por orientações os alunos são guiados a descobrir aquele movimento no corpo).

Nos Fundamentos da Dança de Helenita Sá Earp são utilizados diferentes esquemas de composição de exercícios e criação, pautados no estudo aprofundado do movimento humano. Isto pode se dar de forma diretiva e não diretiva, através de laboratórios, roteiros, aulas de técnica; onde na continuidade do trabalho físico e dos esforços, as qualidades físicas (equilíbrio, flexibilidade, força, coordenação motora, ritmo, propriocepção, percepção cinestésica, agilidade) do aluno são trabalhadas, com sua poética, potencialidade singular e expressividade. Utilizando, desta maneira, metodologias que permitem ao aluno construir movimentos diferentes e estabelecer novas concepções de passos e movimentos.

Tudo isto se liga também com sua capacidade de propor e conceber diferentes estruturas e processos em aulas de técnica de modo criativo, através de uma repetição não trivial e inovadora que integrada as possibilidades do corpo de modo amplo. Neste sentido, cada um tem seu trabalho físico potencializado dentro das suas próprias características pessoais.

No trabalho em dança desenvolvido a partir da Teoria de Princípios e Conexões em Dança de Helenita Sá Earp, não existe uma forma ideal das suas condições motoras serem alcançadas. Todos os movimentos são igualmente importantes, independente dos seus graus de amplitude e graus de dificuldade de execução. Neste contexto, os movimentos dos dedos são tão relevantes quanto os do tronco, membros inferiores ou outros. Pois, para ela técnica é a capacidade de fazer o movimento com propriedade, pertencimento, pontos de execução e qualidade criativa. Deste modo, reforçou outro paradigma que é o trabalho físico e poético em função da integração e criação, numa perspectiva de presença no movimento. Isto extrapola uma visão de técnica com sinônimo de destrezas e habilidades motoras, o que induz com que o processo didático seja desenvolvido a partir de procedimentos de capacitação técnica criadora em diferentes tipos e estruturas de aulas de dança.

Assim, podemos manifestar a potencialidade da dança independente da ação ou metodologia, seja com um modo de realizar a repetição com inovação, uso da improvisação estruturada (em seus diferentes tipos e delimitações) e espontânea, laboratórios, que envolvem e integram metodologias não diretivas e diretivas, também de modo inusitado.

Os movimentos diretivos realizados na aula também podem carregar princípios de variação e combinação que permitem sempre uma abertura a múltiplas possibilidades, permitindo assim gerar trabalhos de solicitação das diferentes qualidades físicas sem necessariamente serem fechados ou lineares, partir de estereotípias que decorrem da idealização do corpo que dança como sendo um corpo elástico, flexível, jovem e forte. Podemos fazer com que as qualidades físicas sejam potencializadas na expansão da corporeidade - no caminho do domínio do movimento - quando atuamos a partir de princípios do movimento, e assim seremos levados a variar os *n modus operandis* para desenvolver as qualidades físicas desejada como objetivo de uma determinada ação em dança, sem fixações, rótulos e modelos prontos.

Falemos sobre a prática do movimento. Para um exercício que trabalhe os músculos principais de flexão do pescoço (escalenos, longo e esternocleidomastoideo) que possuem uma amplitude média de 70°, realizados no eixo látero-lateral, temos desmesuráveis alternativas de realização. Podemos executar a flexão variando os graus de amplitude da articulação de forma gradativa, ou seja, do menor para o maior, o que estabelece um certo aquecimento da musculatura e diminui as possibilidades de lesões, ou produzir o movimento somente em um dos graus específicos de amplitude. Nas variações da execução podemos interpor aspectos como velocidade, ou seja, o mesmo movimento pode apresentar poéticas completamente diferente. Assim, podemos realizar a flexão da coluna cervical de modo rápido, ou lento, mas também esgarçar mais a temporalidade da movimentação e executar os movimentos nos extremos como rapidíssimo e lentíssimo, ou em durações intermediárias. No percurso também podem ser realizadas alterações de velocidade, exemplo: início do movimento lentíssima, passagem para o lento e finalização rapidíssima. Durações são compostas por espaços de movimento potencial e liberado, os quais podemos incluir nos exercícios assim. Vale ressaltar que nossa pesquisa se pauta em segmentos do corpo relativamente pequenos em extensão, essa circunstância dificulta o processo de variação nas trajetórias dos movimentos, mas não anula a possibilidade que estes ocorram. Este é apenas um dos pontos que podem ser desdobrados em um caso específico de exercício.

Deste modo, a relação de não padronização não impede a técnica, muito pelo contrário, porque técnica é saber fazer junto e com um saber originar, e também um saber cuidar. Isto permite que os alunos possam não só estar incluídos, valorizar e trabalhar as suas singularidades, em vez de tentar apreciar apenas um padrão fechado, mas se tornarem partícipes de todo este fluxo. Assim, não hierarquizamos uma técnica

em detrimento de outras, mas conseguimos enxergar as potencialidades em todos encaminhamentos dos possíveis de um corpo. Esses conceitos dialógicos se dão, também, no processo não dicotômico entre teoria e prática, para compreender que por meio da experiência corporal, no estado de presença, os alunos-intérpretes-criadores, podem absorver e assimilar o conteúdo da Teoria de Princípios e Conexões Abertas e construir suas próprias multiplicações.

Esse termo presença se refere a um estado de experimentar as situações estando ativo, integrado e completamente presente, com atenção plena no movimento que está sendo realizado. Esse estado se ativa, não somente, quando estamos nos movendo e deslocando pelo espaço, mas compreende, também, o movimento potencial do corpo. No potencial, por mais que visualmente o corpo possa parecer parado, o corpo se mantém ativo e atento para potencializar a liberação do próximo movimento. A presença pode, também, acentuar a abertura ao outro. Nos momentos de partilhas, o estado de presença é importante tanto quando compartilhamos a informação, quanto nos dispomos a receber a informação do outro, ou seja, dar e receber, esvaziar-se para ser preenchido em uma prática contínua de esvaziamento e entrega.

Essa trama que se tece na transmissão de conteúdo, não se dá unicamente pela via professor-aluno. Todas as vivências que os alunos trazem são fundamentais para que as conexões sejam feitas. Pois, a TPCA compreende justamente essa pluralidade e esse diálogo múltiplo entre corpos. Assim, as instigações dos alunos são fundamentais para a construção de uma aula que costure contato entre a vida e o conteúdo programático; corroborando para um processo contínuo de investigação e aprendizado de seu corpo em relação a si mesmo, ao outro e ao ambiente. Porquanto, como suscita o educador Paulo Freire (2015, p.83) “O fundamental é que professor e alunos saibam que a postura deles, do professor e dos alunos, é dialógica, aberta, curiosa, indagadora e não apassivada, enquanto fala ou enquanto ouve”. O exercício do questionamento e da reflexão crítica sobre o movimento de seu corpo é fundamental para a ampliação da corporeidade. Se manter sempre curioso, em aberto a novas dinâmicas nos conduz a uma corpo-consciência, não dicotômica, do Vazio. Como exprime o filósofo José Gil:

Mas há um outro vazio, o “Grande Vazio” ou o vazio primordial, vazio invisível que fica fora do plano das formas dadas – e que fascina porque não representa nada, nem nada o representa, manifestando-se apenas na energia irradiante que dele irrompe. O Grande Vazio habita a tigela Sung já não como espaço oco limitado pela cerâmica, mas suportando-o por inteiro, atravessando-o,

envolvendo-o e apresentando-o. Engendra a energia e liga-se ao infinito. (2002, p. 14):

Assim, na reflexão poética do Vazio descobrimos haver caminhos infinitos de movimento. Então, para o ensino da dança podemos buscar promover um caminho de descobertas, autoconhecimento, propriocepção, percepção espacial, afeto, acolhimento de si, fundamental para o desenvolvimento da corporeidade e afeta diretamente nossas relações no mundo. Nesse processo de descoberta, nos tornamos mais curiosos e “quanto mais a curiosidade espontânea se intensifica, mas, sobretudo, se ‘rigoriza’, tanto mais epistemologicamente ela vai se tornando” (FREIRE, 2015, p. 85). Pois, “o exercício da curiosidade convoca a imaginação, a intuição, as emoções” (IBID, p. 85). Esse corpo integrado, curioso, criativo e aberto se aprofunda em si. Ele não se estrutura sobre um viés retilíneo, mas através de uma rede complexa conecta e ferveja diversos conceitos a cada nova informação que acessamos. Como nos traz Christine Greiner (2005, p.131) “O corpo não é um meio por onde a informação simplesmente passa, pois, toda informação que chega entra em negociação com as que já estão. O corpo é o resultado desses cruzamentos, e não um lugar onde as informações são apenas abrigadas”.

O corpo não se resume a um esquema ocluso, mas é amplo e complexo, assim como nossas relações no mundo. Os conhecimentos que chegam a nós por meio das experiências, também se dão “em diálogo com” e “em relação a”, permeando em trânsito diversos sentidos. Logo, pensar a aula de dança, não é isolar o componente dança em uma bolha, que se divide em distintas repartições, mas perceber de forma não cartesiana a indisciplinaridade que tece o corpo e o ato de dançar. Indisciplinar, não como uma forma de anular a constância e continuidade dos processos, nem no sentido de não possuir conteúdo, mas de entender que os conteúdos se atravessam para além das caixas em que os separamos. O corpo e a dança são representações do Vazio infinito, porque escapam as tentativas de aprisionamento em rótulos ou moldes. Eles possuem conteúdos extensos que podem e devem ser estudados, mas não é preciso definir um modelo único para acessá-los, ou uniformizar o que pode ou não ser visto como dança.

:

Assim, o conhecimento do corpo implica todo o desenvolvimento de possibilidades básicas de movimento, bem como a modificação e extensão destes pela criatividade, sensibilidade e expressão. A dança possui um corpo próprio de conhecimentos, que implica a busca permanente de novos caminhos e deve propiciar o conhecimento intuitivo da realidade, através da multiplicidade de correntes, mais que a repetição de séries de escolas e estilos de dança que tratam o

movimento analiticamente justapostos. (MEYER; EARP, 2019, p.127):

Então, diferentemente do estado de enrijecimento corporal que o termo disciplina pode nos direcionar, visível nas convenções de uma sociedade que dicotomiza e hierarquiza a mente em oposição ao corpo, buscamos trazer o corpo e a dança como conteúdo irrestrito reconhecendo outras formas de movimento e valorizando as demais alternativas de acessar ao conteúdo corporal para além dos padrões hegemônicos⁵ e dos arquétipos tradicionais de movimento. Assim como sugerem as pesquisadoras Calfa e Ribeiro:

Nesta perspectiva, focalizamos o corpo como lugar de ruptura de paradigmas, reconhecendo o deslocamento das questões que não se realizam na superficialidade das representações, nem na reprodução mecânica dos movimentos, vistos nos sistemas fechados e doutrinários do corpo, estabelecidos através de códigos dominantes que propõem definições de modelos e padrões de pensamento na dança. (2020, p.49):

Quando nos aproximamos da TPCA conseguimos olhar para gestos, movimentos usuais, cotidianos, ou até mesmo de partes do corpo, não tão utilizadas no dia a dia dos passos e coreografias, com mais atenção e disposição, ampliando a perspectiva poética sobre aquele movimento e esgarçando e valorizando o prisma de alternativas corpóreas. Assim, podemos enxergar o movimento da parte, também, como um movimento completo e com potencialidade. Esse pensamento nos motivou a desenvolver os vídeos didáticos da “Cabeça e Pescoço”. Além disso, a execução de um movimento é variada, por mais que seja o mesmo movimento, cada corpo possui suas histórias, trajetórias e memórias. Uma didática da dança deve buscar inspirar o aluno a ser curioso, criativo, esgarçar sua corporeidade, encontrar formas de potencializar os seus movimentos, de maneira a não excluir a vivência daquele corpo, mas incentiva-lo a encontrar suas formas singulares de mover.

Esse sistema aberto permite, por meio do ensino da corporeidade, instigar os alunos a ativarem seus corpos em uma liberdade de contestação dos padrões de movimento para transgredir e subverter práticas hegemônicas, opressoras e autoritárias desse universo da dança. Além de desenvolver senso crítico, criativo e consciência política. Corpos que sabem suas histórias, suas experiências e valorizam seus moveres numa sala de aula que acolhe as pluralidades. Porquanto, devemos nos abrir para

⁵ Hegemonia é um termo que se refere “[...] a supremacia de um grupo social se manifesta de dois modos, como “domínio” e como “direção intelectual e moral”. “(GRAMSCI, 2007, p.1516 *apud* SILVA, 2016, p. 9).

“quando os alunos querem ser vistos como seres humanos integrais, com vidas e experiências complexas, e não como meros buscadores de pedacinhos compartimentalizados de conhecimento” (HOOKS, 2017, p.27).

Bases Filosóficas, Epistemológicas e Metodológicas: Helenita Sá Earp

Para uma compreensão maior das conexões propostas acima, apresentaremos algumas bases dos estudos de Helenita Sá Earp, estruturais para a nossa produção de vídeos didáticos e artísticos “Cabeça e pescoço”. Acreditamos na importância de valorizar a rica pesquisa desenvolvida por uma mulher brasileira e de difundir os Fundamentos da Dança, uma Teoria da Dança, de Helenita que também pode ser intitulado de Teoria de Princípios e Conexões Abertas (TPCA). Esta se desdobra em uma investigação profunda e aberta dos movimentos e da corporeidade, em diferentes conexões, estabelecendo redes ilimitadas. Essas associações são provocações para originar novas possibilidades do corpo, que se constrói constantemente integrado, criativo e ativo em seu trabalho de movimento, com a presença aguçada e não se acomodando a relações fixas. Como fica exposto na seguinte passagem: “Fugindo de uma visão fragmentada do ser humano, a teoria de Earp busca pesquisar - de forma absolutamente detalhada - as possibilidades corporais, visando à poética da criação pela fluidez de um corpo aberto à intuição”. (MEYER; EARP, 2019, P. 126)

Neste processo de pesquisa sobre as relações da corporeidade, Helenita desenvolveu parâmetros que funcionam como princípios e seus agentes diversificadores, visando promover um desenvolvimento integrado de habilidades motoras, interpretativas e criadoras nas suas relações com o Movimento, o Espaço, a Forma, a Dinâmica e o Tempo. Cada um destes parâmetros possui suas particularidades, mas todos mantêm diálogo entre si, sob uma rede que estrutura um amplo mosaico de possibilidades abertas de variação apresentadas pela Teoria de Princípios e Conexões Abertas.

A visão de movimento em relação aos parâmetros é extremamente abundante, tanto em qualidade (presença, integração e consciência da totalidade), quanto em quantidade (princípios de variação). Essa quantidade se conecta a possibilidade de expressão de movimentos, não sob uma inflexibilidade, mas considerando que não existe uma forma absoluta. Portanto, existem muitos modos pelos quais podem se dar a conhecer os estudos do Parâmetro Movimento, na TPCA. Um deles se dá a partir do

reconhecimento de alguns conteúdos permitem desenvolver uma noção extensa sobre rumos que podemos trilhar e pesquisar em nosso corpo.

Apresentaremos o conceito de Estudo Segmentar que se refere aos movimentos das partes do corpo, como: cabeça, membros superiores, membros inferiores, cintura escapular, cintura pélvica, coluna vertebral. Por meio da consciência de cada parte podemos elaborar exercícios para todas as partes do corpo focando as qualidades físicas de modo criativo. Cada parte do nosso corpo realiza alguns movimentos básicos anatômicos, como: flexão, extensão, rotação, dentre outros. Esses movimentos podem ser isolados ou combinados. As combinações podem ser de um mesmo segmento ou de mais de um segmento, e acontecem de modo sucessivo ou simultâneo, no início do movimento, no percurso ou na finalização. Um exemplo a partir do enfoque na face seria: abertura da boca seguido do movimento de abertura dos olhos, então, fechamento da boca e olhos simultaneamente. Cada movimento pode variar em seu grau de amplitude. O exemplo acima poderia ser uma abertura mínima da boca e olhos, ou uma abertura máxima, ou diversificar em outros graus. Além dos movimentos das partes existem os movimentos do corpo como um todo que se estruturam nas Famílias da Dança que são: transferência, locomoção, quedas, elevações, voltas e saltos. Outros tópicos, também, considerados neste parâmetro são: movimento liberado e movimento potencial, que apresenta mudanças nas situações do corpo no espaço e não apresenta mudanças perceptivas visualmente, respectivamente. Outro exemplo de movimento potencial que demonstra concentração de energia são os movimentos isométricos, enquanto os movimentos isotônicos são um exemplo de movimento liberado. Assim, percebemos a importância dessa relação entre os aspectos da corporeidade. É possível realizarmos variações de potencial, liberado e na relação entre eles. Uma ideia de aplicação na face seria liberar o movimento nas sobrancelhas enquanto as outras partes da face estão em potencial, e então, variar as partes que estão em potencial e liberado, uma a uma, duas a duas, todas, são opções infinitas. Os aspectos dos Parâmetros Espaço e Forma se entrelaçam profundamente.

Os pontos de convergência da forma, as transformações das linhas (curvas, retas, angulares e mistas) se interligam estruturalmente com os Agentes de Variação do Parâmetro Espaço: direções (altura, largura e profundidade), sentidos (frente-atrás, direita-esquerda, acima-abaixo) e aos níveis (alto, médio, baixo e intermediário). (MEYER: EARP, 2019, p. 223)

As relações entre os Parâmetros Espaço e Forma, são de extrema relevância para compreender as situações do corpo no espaço e o percurso do movimento, em como ele se estabelece seja no espaço do corpo, ou no ambiente em que o corpo está e os sentidos que o penetram (visual, simbólico, energético). Helenita estudou a forma humana para entender como esta se dá considerando suas extensões, eixos, ângulos, articulações e planos em que acontecem os movimentos. Como dito anteriormente, nos Fundamentos da Dança se enfatiza a importância de alcançar a presença da forma, o estado com o qual se executam as movimentações, em uma relação que delimita, mas não limita, sempre permitindo novas articulações e abertura da corporeidade para o processo criador, em vez de determinar uma forma específica a ser alcançada. Então, Helenita estudou as situações do corpo em diferentes condições espaciais como em matéria gasosa, sólida, líquida, nas suspensões, nas paredes, em pedras, objetos, cadeiras, dentre outros. Além disso, investigou sobre como a gravidade interfere a relação do peso, nos diferentes contatos, apoios e bases que cruzam diretamente as contingências do corpo e sua sustentação no ambiente. O apoio sobre a matéria sólida, o chão, é onde nosso corpo se organiza por mais tempo em nossas vivências cotidianas. A TPCA nos apresenta uma análise que aborda as diferentes bases de sustentação do corpo em relação ao solo, sendo: deitada, sentada, ajoelhada, de pé, combinada e invertida. O apoio e a base podem mudar conforme o movimento do corpo, ao mesmo que o movimento pode ser percebido diferente e trabalhar musculaturas diferentes conforme a base e a relação de gravidade estabelecida. Um exemplo seria o movimento de flexão da coluna cervical na base de pé, que se distingue intensamente da relação de força e gravidade exercida no mesmo movimento na base deitada, em decúbito dorsal. Em cada base pode se mudar a poética, a amplitude e as possibilidades dos movimentos. Outra questão que apresenta variação são os trabalhos de contatos e apoios na parede. Os contatos e apoios permitem criar alavancas diferentes e conduzir outras categorias de trabalho físico.

Através dos Agentes de Variação presentes no Parâmetro Espaço e Forma tais quais: níveis, profundidade, cima, baixo, intermediário, longe, perto, direita, esquerda, dentre outros é possível criar outras inúmeras estratégias de combinação para desdobrar o movimento.

O Parâmetro Dinâmica nos apresenta a aplicação da força e a mobilização da energia. Ela pode ser desdobrada na entrada, passagem ou percurso e finalização do movimento, através de diversificações das intensidades do nível suavíssimo ao nível fortíssimo em todas as partes e movimentos do corpo. Pois, além de mudar o trabalho

físico também energiza o corpo de modos diferente e complementares. Essa relação diversifica a expressão artística, a poética, o trabalho físico criativo, dentre outros. Essas variações de tensão e intensidade podem ser gradativas, ou combinando aspectos, de forma convergente ou antagônica, além de poder modificar no percurso. Este parâmetro estuda, também, as acentuações que ocorrem ao dar uma energia acentuada para um ponto. Outro aspecto da força são os impulsos graus de energia diferenciado que dão um pico na trajetória, uma projeção diferente que projeta a parte impulsionada em alguma direção. Esse impulso exige uma força de arranque, de ataque e de velocidade. Então a proposta de Helenita nos guia a descobrir e gerar trajetos diferenciados do percurso da força e pontos de entrada e finalização, nada fica linear e condicionado. A partir de cruzamentos entre dinâmica, forma e tempo temos os modos de execução, a força aplicada nos movimentos a partir deles se diferencia sendo “os conduzidos, que se subdividem nos conduzidos propriamente ditos, ondulantes e pendulares; e os impulsionados, que são os balanceados, lançados e os percutidos. Em estreita vinculação com o Movimento Potencial temos o modo de execução vibratório.” (MEYER; EARP, 2019, p. 239). No enfoque do pescoço um exemplo de trabalho de dinâmica poderia se apresentar: inclinação lateral para a esquerda força suave na entrada do movimento, se intensificando no percurso e finalizando fortíssimo, contraindo a musculatura de modo a chegar no movimento vibratório, seguido de suavização do movimento e abandono na flexão, então, balanceado na relação combinada entre flexão e inclinação lateral.

O Parâmetro Tempo exprime uma ligação com a noção de duração do movimento. Assim, essa relação pode ser variada em diversas dinâmicas de velocidade desde o lentíssimo ao rapidíssimo. Essa proposta, também, está intimamente ligada a relação de movimento potencial e movimento liberado, suas dinâmicas de duração e intercalação. Este parâmetro se associa de maneira muito próxima à linguagem musical, trazendo para a pesquisa em dança termos como ritmo, métrica, dentre outro. O princípio do ritmo nos permite distribuir os movimentos em diferentes valores de tempo. Assim, as relações rítmicas no potencial, liberado e entre movimentos liberados se dão de muitas formas, tanto no início, quanto no percurso, quanto na finalização do movimento. Essas durações podem ser medidas contadas conforme referenciais estabelecidos, podem ser regulares ou irregulares. Um exemplo de variação rítmica na cabeça e pescoço seria: três movimentos de flexão rápidos e no último retorna lentamente, rotação para a direita lenta, no meio do percurso acelera, seguido de

movimento combinado de rotação e extensão na velocidade rápida, então pausa, retorna rápido e pausa, repete o mesmo exercício três vezes em velocidade moderada.

Estes parâmetros (Figura 1) nos possibilitam uma gama de variação, assim é possível elaborar inúmeros movimentos tanto artísticos quanto didáticos pautados numa relação de criatividade para o estudo do corpo em diversas combinações.

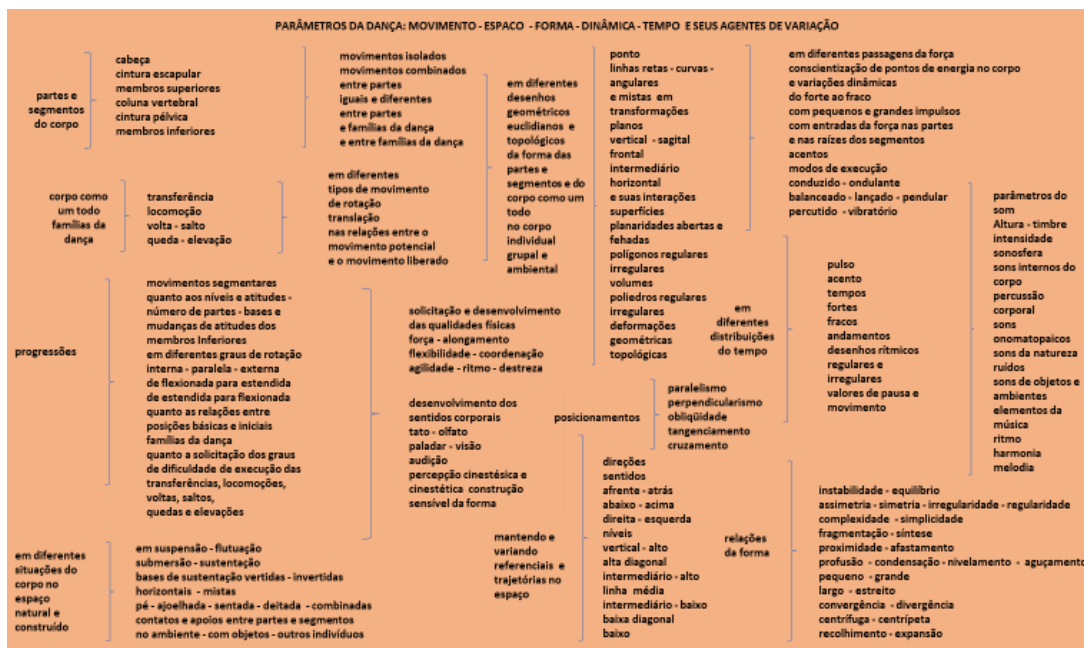


Figura 1: Quadro com algumas possibilidades de variação a partir dos parâmetros da dança e seus agentes de diversificação.⁶

Nos estudos da “Cabeça e Pescoço” realizamos diversos esquemas (Figura 2) para desdobrar as possibilidades de combinação na relação com os parâmetros de forma progressiva.

(..) para garantir uma maior eficiência do processo ensino-aprendizagem na dança, são pesquisadas as Progressões do Movimento. Estas progressões definem etapas numa ordenação do mais simples e para o mais complexo em graus de dificuldade de execução e de solicitação motora. Definem também a descoberta e exploração de temáticas que envolvem o domínio e a improvisação de possibilidades do corpo. Nas combinações dos movimentos segmentares entre si, nas Famílias da Dança [...] Tudo isto se liga com as especificidades que as diferentes Bases de Sustentação possibilitam em termos de criação de alavancas para o desenvolvimento da preparação corporal e descoberta coreográfica. Não apenas isto, este estudo é feito para toda investigação das

⁶ Fonte: MEYER, André; EARP, Ana Célia de Sá. VIEYRA, Adalberto (Ed.) Helenita Sá Earp: Vida e Obra. Rio de Janeiro: Biblioteca Nacional, 2019. Disponível em: <<https://www.helenitaearp.com.br/acervo-bibliografico>> Acessado em 15/08/2021 as 20:43.

dinâmicas, modos de execução, mudanças de base, velocidades e distribuições rítmico temporais. (MEYER; EARP, 2019, p. 253-254)

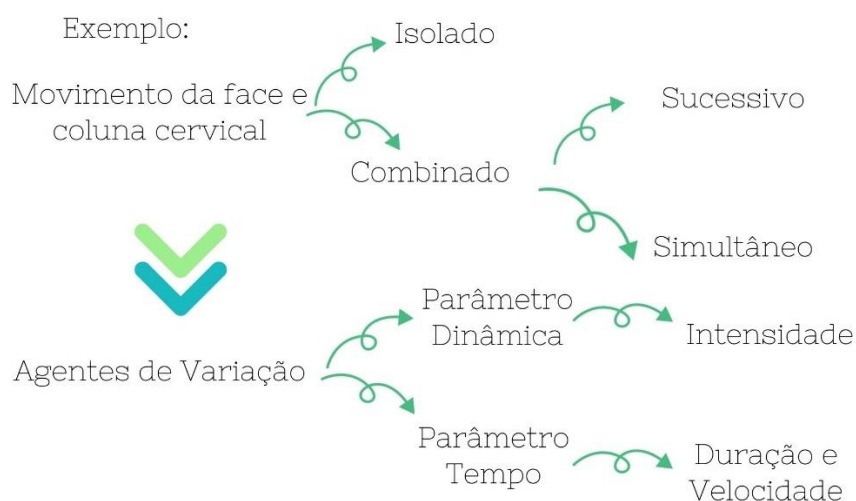


Figura 2: Exemplo de esquema para realizar combinações nos estudos de movimentos.⁷

Esta imagem acima representa um dos diversos esquemas que podemos criar a partir da TPCA. O conteúdo é gigantesco, então, de modo que todo esse estudo pudesse ser difundido, Helenita desenvolveu algumas metodologias de ensino.

Com o objetivo de propiciar mais eficiência e objetividade ao processo ensino – aprendizagem na dança, foram pesquisados diferentes tipos de organização de aula, chamadas de Lições: Lição Completa, Lição de Estudo, Lição de Laboratório, Lição de Coreografia e Lição de Treinamento. Estas lições permitem que sejam realizadas aulas [...] abordadas em temas e subtemas que ajudam com que o processo didático absorva estratégias diretivas e não diretivas de ensino. (MEYER; EARP, 2019, p. 255)

As aulas de técnica criativa completa, também chamada lição completa apresentam um conceito de completo no sentido de que esta aula reúne nela mesma, vários aspectos metodológicos que formam uma síntese. Nesta situação trabalhamos o corpo inteiro, definimos temas e subtemas, mas sem perder a relação do corpo na totalidade, ou seja, uma proposta de foco e fundo. O foco exprime uma predominância de um tema para as situações do corpo no espaço durante a aula, seja na combinação entre as partes, em outras bases, em famílias da dança, na relação entre pessoas, objetos, poesias, músicas, dentre outros. A relação de foco e fundo permite que mesmo ao trabalhar o enfoque e aprofundamento de uma determinada parte ou aspecto do corpo,

⁷ Fonte: autora.

consigamos desenvolver outros aspectos do movimento e outras partes paralelamente. Existe uma orientação de estrutura de aula de lição completa que consiste em: introdução com acolhimento do corpo; estudo segmentar; estudo das famílias da dança; e finalização. Essas fases de aula também podem se atravessar em outras ordens e podem ser tanto diretivas, quanto não diretivas, isso varia segundo o objetivo de cada fase da aula.

Uma ideia de arranjo para aula de lição completa com o tema “Cabeça e Pescoço” poderia se dar através de: a) introdução com olhos fechados para sentir o próprio corpo combinado com enfoque na respiração. b) estudo segmentar em diálogo com movimentos básicos da coluna cervical de forma combinada e isolada, um exemplo seria: realização da flexão do tronco de forma isolada, depois combinada, de modo sucessivo, com a rotação da coluna cervical para a direita e esquerda, retorno do tronco para a posição anatômica de modo simultâneo ao movimento de rotação da coluna cervical para direita e esquerda. c) estudo das famílias da dança combinado com variações expressivas da face e impulsos da cabeça, por exemplo: a cabeça impulsiona para alguma direção e o corpo se locomove pelo espaço a partir desse impulso.

Podemos utilizar o olho para direcionar as transferências de peso: exercício que utiliza as mudanças da direção dos olhos conversando com a transferência de peso nos pés, assim quando o olho mira acima o corpo transfere o peso para os calcanhares, quando mira abaixo transfere o peso para o metatarso, introduzindo as laterais e diagonais, podemos ampliar o movimento para modificar as posições dos membros inferiores no espaço e originando alternâncias, também, de posições básicas (peso dividido no apoio dos dois pés no chão) ou iniciais (peso em apenas um dos pés), esse jogo de transferência pode integrar variações de velocidade e intensidade em correspondência, ou divergência. Nas quedas e elevações os exercícios podem se dar a partir das partes do rosto, um exemplo: o olhar abaixa lentamente e ao chegar embaixo o corpo abandona seu peso cedendo ao solo, a orelha guia o movimento de elevação, assim a cada execução a parte do rosto que comanda o movimento pode ser modificada.

Nas voltas podemos compor uma atividade em que a cada giro o aluno modifique as suas expressões faciais, variando as aberturas e fechamentos da boca e do olho e a tensão na musculatura do rosto inteiro. Os saltos podem ser combinados com movimentos básicos da coluna cervical em pequenos acentos, d) finalização com uma pequena massagem na região da face e pescoço, em duplas. Esses são apenas alguns exemplos de como podemos estruturar uma aula de lição completa com foco na

“Cabeça e Pescoço”, existem inúmeras outras maneiras de organizar os arranjos das aulas associando os Parâmetros da Dança e os agentes de variação.

Nas Lições de Dança – Tipo Estudo, o professor mostra variações detalhadas dos movimentos do corpo a partir de eixos, que podem ser: uma parte e, ou, um aspecto específico do corpo ou temas particulares. Nessa metodologia é possível abordar conteúdos diferentes e variar, também, a forma de abordar os conteúdos, como, por exemplo: em uma lição de estudo de uma parte específica como o pescoço podemos trazer o enfoque para as combinações dos movimentos básicos da coluna cervical, dois a dois como: flexão combinada com rotação; três a três: extensão combinada com inclinação lateral e retração.

Nesse tipo de Lição, o professor vai passar por todas as possibilidades de combinação dos movimentos básicos da coluna cervical (flexão, extensão, protração, retração, inclinação lateral para esquerda e direita, rotação para direita e esquerda) de modo a ampliar o leque de possibilidades de movimento do aluno sobre uma parte específica. Um exemplo de combinação: inclinação lateral para a direita quando chegar na metade do movimento começamos a combinar com extensão, pausamos a inclinação lateral, finalizamos a extensão e sucessivamente terminamos a inclinação lateral. As variações podem ocorrer tanto na ida quanto no retorno do movimento. Nesse mesmo eixo temático da coluna cervical também é possível variar outros aspectos sendo um deles a intensidade, um exemplo de combinação sucessiva, três a três: flexão forte combinada com uma inclinação lateral moderada e uma retração suave. Agora um exemplo de combinação simultânea três a três: flexão combinada com inclinação lateral e retração que inicia suave e se intensifica ao fortíssimo.

A Lição de Laboratório - Tipo Estudo são quando os alunos exploram livre e criadoramente baseado em um estudo bem detalhado sobre uma parte do corpo, um aspecto, ou um tema. Assim, os alunos podem construir sozinhos suas rotas de combinação de movimentos, partir dos estudos realizados e das opções ilimitadas de variação. Deste modo, o aluno realiza seu laboratório após selecionar os temas de variação como: movimentos básicos; isolados ou combinados; alternâncias de intensidade e velocidade; dentre outros. Um aluno poderia escolher combinar e variar os movimentos básicos da coluna cervical na relação de velocidade e criar uma célula poética a partir disso, ou a partir das intensidades elaborar exercícios para o fortalecimento da musculatura, dentre outros.

A Lição de Laboratório – Tipo Relacional ocorrem a partir de temas ou aspectos que podem ser mais amplos ou mais específicos. Os temas conduzem a improvisação sem fixar uma movimentação específica. Poderíamos selecionar um tema como: cabeça e variações dinâmicas, ou, cabeça, pescoço em contatos e apoios com a parede, ainda, o tema cabeça e pescoço na relação com o tecido, em qualquer um dos laboratórios teríamos uma variedade de direções a seguir.

Na Lição de Laboratório - Tipo Pequeno Roteiro existem certos princípios pontuados, possibilidades básicas que podem ser estudadas e experimentadas que não delimitam o movimento a ser executado permitindo que o aluno, por meio do improvisado, construa suas escolhas de movimentação e combinação a partir dos pontos elencados no. Um exemplo de roteiro de improvisação para a cabeça e pescoço poderia se estruturar da seguinte maneira: 1) Variações dinâmicas do abrir e fechar dos olhos, 2) Movimentos conduzidos, lentíssimo da cabeça e coluna cervical, 3) Experimentação de sons, palavras e respiração, 4) Contato da cabeça com o plástico, 5) Cabeça coberta aparecendo apenas a boca em movimentações diversas, 6) Pausas (podendo aplicar o percutido) e abandonos do pescoço e cabeça, 7) Lançados da cabeça desencadeando mudanças de base.

Apresentamos alguns dos vários exemplos que identificamos no nosso processo de pesquisa da “Cabeça e Pescoço” na TPCA. Todos os exemplos citados são apenas uma dentre as inumeráveis opções de realização e arranjos, a Teoria não se finda neles, mas teceu e tece infinitas outras costuras que se ramificam a partir das variações entre os princípios apresentados. A cada exercício e a cada aula são inúmeras variáveis, inúmeras formas de compor esquemas a partir dos agentes de variação, a aula é sempre um acontecimento. Em vista disso, as lições não são um processo rígido em que uma aula precisa ser sempre repetida com seus movimentos fixos, mas é uma ação que a cada instante se constrói no fenômeno criador e gerador de poéticas.

Os Fundamentos da Dança apontam a importância de conceber um espaço de acolhimento a todas as formas que se apresentam, ou seja, estar receptivo e integrado. A liberdade, que transpõe essa condição, permite autoatualizar os próprios condicionamentos e percepções em relação a si, ao outro e ao mundo. Assim, subverter sistemas fechados de movimento para criar em liberdade, na criatividade e curiosidade. Nesse cenário todas as formas se abrem a uma dimensão do infinito. Por conseguinte, é possível afirmar mais uma vez a proposta ilimitada expressa pela TPCA, que pode dialogar com outros conteúdos, saberes e áreas de conhecimento que proponham ligação

com as noções do corpo e do movimento. Dessa forma, Helenita não separava arte da vida. Ela acreditava que a vida como um todo pode estar nas expressões artísticas e o ser humano em movimento integrado e profundo origina o poético. A Teoria não se revela numa justaposição de uma ideia sobre a outra, mas estabelece um arranjo horizontal das ideias, onde todas podem ser verdadeiras.

Rotas metodológicas para a produção dos vídeos

A metodologia se deu a partir de um mergulho no conteúdo da TPCA e na realização de todas as lições descritas acima, com o objetivo de aprofundar um enfoque na relação entre “Cabeça e Pescoço”. Nossos processos nesse foco de movimentação ocorreram por um ano. As estratégias presentes na Teoria nos permitiram desenvolver uma pesquisa minuciosa sobre o tema, o que dilatou e fortaleceu nossas criações didáticas e artísticas, em uma proposta educativa e criadora de dança sob o recurso do vídeo.

Para executar a pesquisa e a produção contávamos com uma carga horária semanal de 30h distribuídas em atividades síncronas e assíncronas em dois GTs: um GT de Fundamentos da Dança (reunia alunos dos cursos de graduação em dança da UFRJ, para os estudos, aulas, lições e laboratórios de movimento no enfoque); um GT de Artes visuais (formado por artistas de diferentes linguagens para pensar a relação entre os movimentos e o enfoque pautado sobre esses outros conteúdos).

Então, elaboramos temas diversos para a difusão do estudo de forma detalhada e construimos cerca de 60 vídeos didáticos e artísticos que serão divulgados no site <www.helenitasaearp.com.br>. (Figuras 3 e 4) Cada um deles esmiuçando aspectos dos eixos de movimento da cabeça e pescoço, e seus enfoques na face e coluna cervical, respectivamente. Também abordamos os agentes de variação presentes nos Parâmetros da Dança e nas relações com outras linguagens artísticas como desenho, fotografia, pinturas faciais, poesias, dentre outros.

Temas para Face

- Movimentos básicos dos olhos, acima; abaixo; meio; lados; diagonais; circunduções; e convergências.
- Fechados, semi-abertos e abertos, e variações de um para o outro.
- Movimentos básicos das sobrancelhas, para baixo, pra cima, convergentes e abertas.
- Variações alternadas, uma e outra.
- Movimentos isolados e combinados das sobrancelhas e olhos.
- Combinações sucessivas e simultâneas.
- Movimento respiratório, diferentes respirações da ponta, meio e em cima do nariz.
- Variação de abertura das narinas.
- Movimentos da boca fechada, pra cima, pra baixo, pra os lados, pra frente, pra dentro, circunduções.
- Variações dos graus de abertura e pressões.
- Movimentos da língua dentro da boca, nos dentes, nos lábios e para fora dos lábios em diferentes graus de abertura da boca.
- Variação do comprimento da língua nos diferentes de contatos e pressões.

Figura 3: Exemplo de alguns temas que foram desdobrados nos vídeos didáticos.⁸

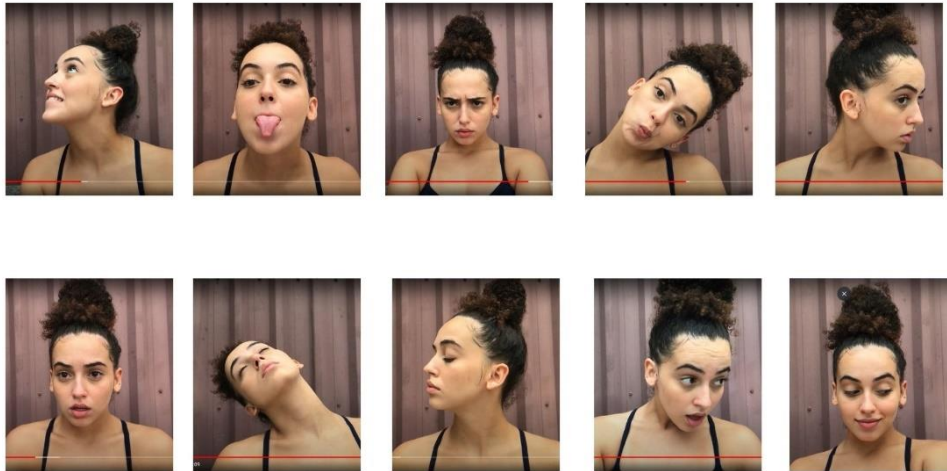


Figura 4: Mosaico com prints de alguns dos vídeos didáticos produzidos.⁹

Além da produção dos vídeos, através da pesquisa foi possível construir um estudo didático e poético aprofundado sobre os movimentos da cabeça e coluna cervical, nas relações metodológicas, filosóficas e simbólicas da TPCA, compreendendo-a como uma prática revolucionária de ensino.

Considerações finais

A partir dessa pesquisa é possível compreender a magnitude da diversidade, integração e inclusão presente na Teoria de Princípios e Conexões Abertas, de Helenita

⁸ Fonte: autora.

⁹ Fonte: autora.

Sá Earp. Essa abertura a criatividade a partir de estudos aprofundados sobre o corpo nos permite reconhecer a potencialidade nas inúmeras formas e valorizar as múltiplas corporeidades e seus conteúdos.

O que apresentamos aqui foi um estudo detalhado a partir de um eixo temático específico, ou seja, as relações da TPCA a partir do enfoque “Cabeça e Pescoço”. Sendo assim, cada vez que mudarmos o eixo temático possibilidades infinitas se abrem. Por isso esse estudo é tão rico e significativo, pois nos apresenta os princípios que podem ser aplicados de diferentes formas, sem sobrepô-las. Por conseguinte, enfatizando a importância de uma imersão na corporeidade e no desenvolvimento de estados de presença e de integração para a realização dos movimentos. Assim, independente da parte do corpo em que ocorre o movimento, se ele é apresentado com integração e presença ele deve ser apreciado. Logo, esta Teoria nos apresenta um caminho inclusivo da dança para corpos diversos, não numa tentativa de uniformizá-los.

Esse processo pedagógico é revolucionário e nos aponta um caminho contrário aos modos hegemônicos de reproduções fechadas do ensino em dança. Nos orienta, portanto, a uma criatividade, curiosidade e corporeidade aguçada, integral, ativa e presente. A TPCA revela um estudo pedagógico aberto em dança e uma base epistemológica e filosófica que incentiva os alunos a uma prática de autonomia e liberdade no movimento, onde eles podem descobrir em seus corpos uma trajetória criativa de cuidado, autoconhecimento, receptividade, acolhimento e potencialização dos seus moveres de forma plural.

REFERÊNCIAS CITADAS

CALFA, Maria; RIBEIRO, Ruth. Pensamento e movimento no estudo da corporeidade. **Revista Interinstitucional Artes de Educar**. Rio de Janeiro, v. 6, n.1, p. 37-52, janeiro-abril, 2020. Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/riae/article/view/45799>.

FREIRE, Paulo. **Pedagogia da autonomia**: saberes necessários à prática educativa. 52 ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 2015.

GIL, José. **Movimento total**. São Paulo: Iluminuras, 2001.

GREINER, Christine. **O corpo**: pista para estudos indisciplinados. São Paulo: Annablume, 2005.

HOOKS, Bell. **Ensinando a transgredir**: a educação como prática de liberdade. Tradução: Marcelo Brandão Cipolla. 2 ed. São Paulo: Editora WMF Martins Fontes, 2017.

MEYER, André; EARP, Ana Célia de Sá. VIEYRA, Adalberto (Ed.) **Helenita Sá Earp**: vida e obra. Rio de Janeiro: Biblioteca Nacional, 2019. Disponível em: <https://www.helenitasaearp.com.br/acervo-bibliografico>.

SILVA, Deise. Hegemonia e educação: teoria e prática para a mudança política. In: JOINGG – JORNADA INTERNACIONAL DE ESTUDOS E PESQUISAS EM ANTONIO GRAMSCI, 1., 2016, Fortaleza. **Anais eletrônicos...** Fortaleza, CE: I JOINGG, 2017. ISSN 2526-6950. Disponível em: <http://www.ggramsci.faced.ufc.br/anais-i-gt5>.