



UNICAMP

UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS

INSTITUTO DE ARTES

LICENCIATURA EM DANÇA

BRUNA DE OLIVEIRA

**COMO O K-POP PODE SER UM MEIO PARA O ENSINO DE
CONHECIMENTO EM DANÇA**

CAMPINAS

2022

BRUNA DE OLIVEIRA

COMO O K-POP PODE SER UM MEIO PARA O ENSINO DE CONHECIMENTO EM DANÇA

Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) apresentado ao Instituto de Artes da Universidade Estadual de Campinas como parte dos requisitos necessários para a obtenção do diploma de Licenciatura em Dança.

Orientadora: Prof. Dra. Holly Elizabeth Cavrell

CAMPINAS

2022

Ficha catalográfica
Universidade Estadual de Campinas
Biblioteca do Instituto de Artes
Sílvia Regina Shiroma - CRB 8/8180

OL4c Oliveira, Bruna de, 2000-
Como o K-pop pode ser um meio para o ensino de conhecimento em dança /
Bruna de Oliveira. – Campinas, SP : [s.n.], 2022.

Orientador: Holly Elizabeth Cavrell.
Trabalho de Conclusão de Curso (graduação) – Universidade Estadual de
Campinas, Instituto de Artes.

1. K-pop (Música). 2. Adolescentes. 3. Dança - Estudo e ensino. 4. Mídia social.
I. Cavrell, Holly Elizabeth, 1955-. II. Universidade Estadual de Campinas. Instituto
de Artes. III. Título.

Informações adicionais, complementares

Título em outro idioma: How K-pop can be a tool for teaching knowledge in dance

Palavras-chave em inglês:

K-pop (Music)

Teenagers

Dance - Study and teaching

Social media

Titulação: Licenciada em Artes - Dança

Banca examinadora:

Holly Elizabeth Cavrell [Orientador]

Juliana Martins Rodrigues de Moraes

Diogo Angeli Theotonio

Data de entrega do trabalho definitivo: 07-12-2022

BRUNA DE OLIVEIRA

**COMO O K-POP PODE SER UM MEIO PARA O ENSINO DE
CONHECIMENTO EM DANÇA**

Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) apresentado ao Instituto de Artes da Universidade Estadual de Campinas como parte dos requisitos necessários para a obtenção do diploma de Licenciatura em Dança.

Orientadora: Prof. Dra. Holly Elizabeth Cavrell

Trabalho aprovado com conceito _____ em ____/____/_____

Banca examinadora

Prof. Dr. Diogo Angeli Theotônio

Prof. Dra. Juliana Moraes

AGRADECIMENTOS

Agradeço a Deus por todas as bênçãos presentes em minha vida que permitiram que eu vivesse a experiência da graduação. Gratidão por ser artista, por ser mulher e ser preta.

Em segundo lugar, gostaria de agradecer profundamente aos meus pais por me apoiarem na minha jornada acadêmica e artística, tanto emocional quanto financeiramente. Sem esse suporte, eu não seria capaz de chegar ao fim deste curso.

Agradeço também a orientadora deste trabalho, professora Holly Cavrell, por acolher minha pesquisa ao embarcar na descoberta do *Korean pop*, além de trocar suas experiências e conhecimentos tão generosamente. Tenho grande admiração pela pessoa e profissional fascinante que Holly é.

Agradeço meus colegas de turma pelo incentivo ao aprofundamento de minhas pesquisas em dança, mesmo que involuntariamente. Em especial, minha colega de orientação Luppi Campos (Giovana Luppe Campos Silva), por todo o apoio que trocamos durante esse período de desenvolvimento do TCC.

Um enorme obrigada à Cia Arte-móvel de Teatro por ceder seu espaço de treinamento e ensaio para as oficinas de dança incluídas em minha pesquisa de campo.

Obrigada à minha amiga Mariana Florêncio Romeira pela revisão ortográfica deste trabalho.

RESUMO INFORMATIVO

A presente pesquisa busca compreender e sugerir maneiras de abordar o ensino da Dança *K-pop* em sala de aula, tendo como objetivo a construção de dinâmicas que estimulem a criatividade dos bailarinos em formação para além do caráter de “cópia” que a prática da dança *cover* possui, permitindo que o corpo possa se descobrir em potencialidades e possibilidades criativas, para que o aluno tome consciência das escolhas feitas em suas movimentações. Para tal, os fatores de movimento catalogados por Rudolf Laban integraram a pesquisa, visando permitir o nascimento de uma dança singular e individual, que tem como base o *K-pop*, e que pode se expandir para criações autorais em dança. No vigente trabalho, também aborda-se o *lip-sync*, prática que integra a estética da Dança *K-pop* enquanto potência expressiva e criativa. Além disso, desenvolve-se uma reflexão sobre a influência da mídia e sua imposição de padrões de beleza na autoimagem dos adolescentes – público-alvo majoritário do *K-pop* – e como uma percepção distorcida sobre si e seu próprio corpo pode afetar seu fazer artístico, tendo como objetivo a sensibilização do professor de Dança *K-pop* para tais questões, que podem surgir entre seus alunos. Para avaliar a aplicabilidade das sugestões de ensino aqui desenvolvidas, uma pesquisa de campo foi realizada em sala de dança com adolescentes interessados pelo *K-pop*, finalizando-se com uma criação em dança de autoria dos bailarinos.

K-pop - adolescentes - danças midiáticas - fatores de movimento

The present research seeks to understand and suggest ways of approaching the teaching of K-pop Dance in a dance classroom, aiming to build dynamics that stimulate the students' creativity; to go beyond the “copy” character that is common in the practice of dance covers; to allow the body to discover its potential and creative possibilities, so that the student become aware of the choices made while moving. To this end, Rudolf Laban's factors of movement were part of the research, aiming to allow the birth of a unique and individual dance, based on K-pop, that can expand to copyright creations in dance. As a practice that integrates the aesthetics of K-pop Dance, lip sync is also discussed on how it can be expressive and creative. In addition, a reflection about the influence of the media and its imposition of beauty standards on the self-image of adolescents – K-pop's fans majority – and how a distorted perception of themselves and their own body can affect their artistic work is developed with the objective of raising awareness from K-pop Dance teachers' about themes that may arise among their students. In order to evaluate the applicability of the teaching suggestions developed by the researcher, a field research was carried out in a dance room with teenagers interested in K-pop, which ended with a dance creation by the participants.

K-pop - adolescents - media dances - factors of movement

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	7
1 CAPÍTULO I – O QUE É K-POP?	11
1.1 As predominâncias da Dança K-pop	15
2 CAPÍTULO II – SUGESTÃO PARA ENSINO	20
2.1 Criando o “contraste”	20
2.2 Rudolf Laban, os fatores de movimento e as ações básicas de esforço	21
2.3 Como inserir conhecimentos labanianos em uma aula de K-pop	23
2.4 Criação em dança	25
2.5 O lip-sync enquanto potência expressiva	26
3 CAPÍTULO III – PESQUISA DE CAMPO E SEUS RESULTADOS	28
3.1 Registros da oficina	34
4 CAPÍTULO IV – O K-POP E A AUTOIMAGEM, A AUTOIMAGEM E A DANÇA	40
5 CONCLUSÃO	44
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	45
APÊNDICE I – Registros em vídeo da pesquisa de campo	48
APÊNDICE II – Feedback por e-mail das participantes	49

INTRODUÇÃO

A mídia, principalmente a digital, tem grande capacidade de influência para os jovens, adolescentes e pré-adolescentes. É por meio da internet que muitas culturas se espalham, grupos se consolidam e práticas artísticas iniciam-se, muito inspiradas por produtos da indústria cultural mundial. Um fortíssimo exemplo é a cultura *K-pop* (abreviação para “*Korean pop*”), gênero musical sul-coreano, que tem se alastrado por todo o globo e cativado milhares de fãs apaixonados que se empenham a “copiar” e adaptar as coreografias dos grupos de *K-Idols* (forma como os *Kpoppers*¹ chamam os artistas que cantam, dançam e performam nesse meio).

Visto que a quantidade de interessados por *K-pop* aumenta dia após dia no Brasil e que há uma crescente no oferecimento de aulas de Dança *K-pop* na região metropolitana de Campinas², a referida pesquisa tem por objetivo sugerir formas de abordar o ensino desta modalidade de modo a conversar com pensamentos contemporâneos da área de dança – enxergando a técnica como um meio para a expressividade e não um fim em si própria; uma possibilidade de movimentação dentre diversas outras; uma escolha consciente e uma porta para a criatividade.

Enquanto dança midiática, feita para acompanhar os *K-idols*³ – que, além de artistas, também atuam como símbolos do padrão de beleza sul-coreano – em suas apresentações na televisão e em *shows* de música, a Dança *K-pop* pode ser rigorosa em seu formato e execução (tais pontos serão esmiuçados no Capítulo I), portanto, as principais questões a serem respondidas seriam: Como transformar uma dança de caráter tão reprodutivista como o *K-pop* em uma experiência criativa e libertadora para esses jovens fãs apaixonados que, muitas vezes, têm nessa modalidade a primeira experiência com o buscar da dança? Poderia o professor desta técnica fazer com que o *K-pop* se torne uma base para criações autorais, sem restringir seus alunos às suas características mais predominantes? E, por último, é possível utilizar o *K-pop* e todo o interesse e entusiasmo que os *Kpoppers* possuem para viabilizar o ensino de conhecimento em Dança?

¹ Fãs de *K-pop*.

² Esse recorte de foco se dá pelo fato de a pesquisadora residir na região de Campinas e, por isso, ter observado dentro de sua vivência o crescimento no oferecimento de aulas de Dança *K-pop*.

³ Termo que se refere aos cantores-dançarinos do *K-pop*.

Meu interesse pelo *K-pop* surgiu no ano de 2012, após o sucesso da música sul-coreana “*Gangnam Style*”⁴ – foi através da viralização mundial dessa canção (KANG; SIT, 2022) que descobri a existência do gênero *K-pop*. Não demorou muito para que eu, uma criança que sempre se interessou por dança e canto, me apaixonasse pelos clipes musicais extremamente bem produzidos, as coreografias divertidas e a estética vibrante. No ano seguinte, com doze anos de idade, fundei meu grupo cover de *K-pop*, intitulado “*ICON-E*”, em Santa Bárbara d’Oeste (SP), município em que resido. O grupo persiste até os dias atuais.

Em 2015, iniciei minha jornada como instrutora de dança nessa modalidade ministrando oficinas voluntariamente, para, mais tarde, em 2018, passar a oferecer aulas em uma escola particular de dança em Santa Bárbara d’Oeste. Sigo ministrando essas aulas até o atual momento, em 2022.

Ao ingressar na graduação em Dança e me deparar com pensamentos e ideias contemporâneas desta área de conhecimento, que expandiram – e expandem – minhas próprias concepções sobre a dança, o corpo e o movimento; naturalmente iniciei um processo de comparação entre o que aprendia na universidade e o que eu ensinava nas aulas de Dança *K-pop*. Comecei a aplicar conceitos estudados na graduação em meu cotidiano como professora, testando e ressignificando o conhecimento acadêmico que adquiria dia após dia para o universo das aulas de *K-pop*. Dessa interlocução entre a graduação em Dança na Universidade Estadual de Campinas e as aulas de Dança *K-pop* em Santa Bárbara d’Oeste, surgiu meu interesse em desenvolver uma proposta de ensino criativo e consciente desta modalidade, que pudesse alcançar os atuais e futuros professores de *K-pop*.

A sugestão é que, por meio de uma estratégia de “contraste” – em que se contrasta o que é executado em uma coreografia de *K-pop* com diversas outras possibilidades de movimentação e criação – os bailarinos em aulas de *K-pop* possam se conscientizar das escolhas corporais que tomam quando dançam esta

⁴ Música do cantor sul-coreano Psy, lançada em julho de 2012. Se tornou o primeiro vídeo a atingir 1 bilhão de visualizações no YouTube (KANG; SIT, 2022).

técnica, abrindo espaço até para que eles se interessem por outras maneiras variadas de se mover, pois todas:

São possibilidades diferentes de pensar e estruturar o corpo; possibilidades diferentes de acessar o próprio movimento (...) pois pensar o pensamento e trabalhar com o tensionamento das alteridades na dança implica em incluir as mais diversas formas de compreender o mundo, ao invés de negar às coisas a possibilidade de sua existência. (BARBOSA, 2015, p. 61)

Como um modo de acessar e se conscientizar dessas “alteridades” – aqui compreendendo “alteridade” como o que se diferencia em um sistema vigente de valores, podendo, portanto, ser encontrada no próprio eu e não apenas em outras pessoas (ADORNO, 1985) – proponho que os “*contrastes*” citados anteriormente sejam percebidos através de uma exploração que tem como base os fatores de movimento catalogados por Rudolf Laban. Tal exploração também pode levar a um refinamento das movimentações próprias do *K-pop*, pois desenvolverá nos bailarinos maior consciência sobre as qualidades e características dos movimentos que executam.

Para comprovar a aplicabilidade e a eficácia dos métodos sugeridos neste trabalho, uma pesquisa de campo com jovens interessados pela dança *K-pop* foi realizada no município de Santa Bárbara d’Oeste. Quatro meninas entre doze e treze anos de idade, já integrantes da comunidade *Kpopper*, colaboraram para a pesquisa participando de uma oficina de Dança *K-pop* em Santa Bárbara d’Oeste, que teve sua carga horária de seis horas dividida igualmente em três dias.

As participantes puderam aprender danças de *K-pop* gratuitamente, para em seguida, explorar as diversas possibilidades de movimentação alicerçadas pela técnica apreendida, aproximando ou afastando-se desta, conscientizando o corpo e a mente sobre o que se faz e o que pode ser feito, permitindo que a criatividade e a singularidade de cada um possa brotar. Foi feito, também, um balanço geral sobre as experiências e opiniões dos bailarinos dentro da pesquisa. Maiores detalhes a respeito da pesquisa de campo podem ser encontrados no Capítulo III deste trabalho.

Os resultados serão compartilhados com as participantes e com toda a comunidade através da monografia final, que tem por objetivo conceder o título de licenciada à pesquisadora assistente.

1 CAPÍTULO I – O QUE É K-POP?

O sucesso global do K-pop no século XXI tem um significado histórico e geográfico único no sistema mundial atual (OH; PARK, 2013 p. 404).

O *K-pop* – abreviação do termo em inglês “*Korean Pop*” que, em português, se traduz como pop sul-coreano – é um estilo musical que mistura elementos sonoros ocidentais, como o *pop*, *rap*, *R&B* e música eletrônica (BERNARDO; LIMA, 2019).

1992 é o ano que marca o “início” do gênero musical *K-pop*, com a estreia da banda *Seo Taiji and the Boys* (SIRIYUVASAK; HYUNJOON, 2007). A banda formada por três jovens rapazes ousou ao misturar elementos de gêneros musicais estrangeiros – como o *rap*, *hip hop*, *metal*, *reggae* e música eletrônica – com sonoridades tradicionais sul-coreanas. (OH; LEE, 2014; JIN, 2016).

O produtor Lee Soo-man⁵, fundador da SM Entertainment – uma das maiores e mais bem-sucedidas empresas de entretenimento sul-coreana – foi um importante precursor do sucesso internacional do K-pop. Lee mirou para os espectadores estrangeiros ao inserir letras que continham frases e refrões em inglês nas músicas dos artistas que produzia, além de apresentar grupos com estilos singulares de performance (CHOI; MALIANGKAY, 2015; MALIANGKAY, 2015).

A fabricação de ídolos é utilizada pela *Johnny's Entertainment* desde os anos de 1960, sendo este método sistematizado pela *SM* (coreana) e sua parceira de negócios japonesa *AVEX* (...). Assim, utilizaram-se de produção, gerência e promoção parecidos com as utilizadas por essas bandas nipônicas, influenciando os grupos de *K-pop* que debutariam⁶ a seguir (PALHA, 2021 p. 20).

Desta forma, o surgimento e a ascensão do *Korean Pop* estão diretamente relacionados com o crescimento econômico da Coreia do Sul e integram a chamada *Hallyu Wave* ou “Onda Hallyu” (BERTO; ALMEIDA, 2015): uma estratégia bem

⁵ Lee Soo-man é um empreendedor sul-coreano nascido em 18 de junho de 1952 na cidade de Seoul, Coreia do Sul.

⁶ “Debutar”, um termo bastante comum entre os fãs de *K-pop*, é utilizado como sinônimo de “estrear” ou “ser lançado oficialmente na mídia”.

sucedida de *soft power*⁷ sul-coreana que exporta produtos culturais coreanos mundialmente, como música, seriados para televisão, animações e jogos para computador (OH; PARK, 2013).

O avanço rápido de tecnologias digitais e, principalmente, das redes sociais, “permitiu uma forma primitiva de cosmopolitismo, pelo menos no mundo virtual, onde fãs de todo o mundo podem desfrutar de conteúdo global de vários países diferentes, incluindo a Coreia” (OH; PARK, 2013); e é nesse espaço, o virtual, em que o *Korean pop* se difunde pelo mundo. Uma “epidemia” que surpreendentemente desafia a dominação Anglo-Americana e Europeia no cenário global da música, ocupando um furo estrutural entre as indústrias musicais do ocidente e do leste asiático.

Os grupos de *K-pop* – normalmente *girl groups* ou *boy groups*⁸ – são compostos por cantores-dançarinos que, no palco, organizam de forma estritamente sincronizada formações de dança que mudam rapidamente, enquanto revezam o centro um a um, direcionando o foco do público para quem está cantando no momento. Com o passar dos anos, as coreografias de *K-pop* têm se tornado cada vez mais complexas e elaboradas, exigindo grande coordenação motora, estamina e técnica de seus bailarinos.

Atualmente a criação de grupos de *K-pop* é dada sistematicamente, com finalidade de mercado. Os *K-idols* passam, geralmente, por um longo período de treinamento artístico antes de estrear com seus grupos – treino este que contempla tanto suas habilidades de canto, dança, atuação, oratória e fotogenia, quanto comportamento social e pessoal (PALHA, 2021). Esse período de preparação varia, na maioria das vezes, entre cinco e dez anos.

Os jovens são selecionados pelas empresas de entretenimento por meio de audições e, em seguida, recebem ao menos cinco horas diárias de treinamento,

⁷ "É a habilidade de conseguir o que se quer pela atração e não pela coerção (...) Surge da atratividade de um país por meio de sua cultura, de sua política e seus ideais." (NYE, 2005)

⁸ *Girl groups* são os grupos formados apenas por mulheres e *boy groups* são formados somente por homens.

além de passarem por procedimentos estéticos como cirurgias plásticas (altamente comuns na Coreia do Sul) ou terapias de beleza. (OH; PARK, 2013)

O apelo visual é um fator estratégico bastante importante para o *K-pop*, que também o diferencia do pop produzido no Japão e na China, por exemplo.

Em outras palavras, Girls' Generation e Wonder Girls⁹ são pelo menos 10 polegadas mais altas que os membros do AKB48 ou HKT48¹⁰, sem falar no fato de que as cantoras coreanas exibem uma aparência e corpos muito mais sexy e sofisticados do que suas contrapartes japonesas. (OH; PARK, 2013 p. 401).

As mídias sociais preferem selecionar e apresentar artistas perfeitamente fotogênicos de todo o mundo, o que dá ao *Korean pop* uma vantagem por este enfatizar aparências magras, altas e com expressões faciais jovens e adoráveis.

Com a expansão do *K-pop* no ocidente, o interesse por eventos do gênero em solo brasileiro naturalmente cresceu. Por mais que a Ásia ainda receba a maioria dos concertos de grupos de *Korean pop*, estes têm acontecido com mais frequência fora dela, principalmente na América Latina e Europa (BERTO; ALMEIDA, 2015). Atualmente, vários produtores culturais do Brasil atendem à demanda de grandes festivais voltados para fãs da cultura asiática, assim como a de encontros voltados apenas para os *Kpoppers*. Nesses eventos encontram-se vendas de produtos asiáticos referentes à *K-idols*, como camisetas e álbuns de música, e as populares competições de Dança *K-pop*.

A Dança *K-pop* ou *K-pop Dance* se refere à prática de cópia e execução de coreografias executadas pelos *K-idols* e leva em consideração a sincronia entre os bailarinos, a semelhança com o figurino utilizado pelos *K-idols* e o *lip-sync*¹¹ (BERNARDO; LIMA, 2019).

⁹ Renomados grupos femininos de *K-pop*.

¹⁰ Populares grupos femininos de *J-pop* (abreviação para “pop japonês”).

¹¹ Prática que consiste em “dublar” a música que está tocando, movendo os lábios e manipulando as expressões faciais para simular o ato de cantar ao vivo.

Uma pesquisa on-line, realizada por Rachel Goulart Berto e Mariza Costa Almeida, buscava traçar um perfil para o fã brasileiro de *K-pop* através de um questionário que contou com mil respostas (uma amostra pequena, considerando a quantidade de jovens interessados pelo gênero no país). Dos respondentes, 85,5% são do gênero feminino e 51,9% têm entre 15 e 18 anos; 92,2% dos respondentes não são de família asiática e 19,9% participaram de competições de Dança *K-pop*. Além disso, 25,3% afirmaram já ter composto uma música e/ou criado uma coreografia baseada na música pop sul-coreana.

Devido à crescente popularidade do estilo musical e da prática de Dança *K-pop* (que muitas vezes é realizada sem a supervisão de um profissional da dança, sendo desenvolvida apenas por seus praticantes que, muitas vezes, não têm experiência na área), a oferta e procura por aulas de Dança *K-pop* tem aumentado recentemente; sendo visivelmente notável na região metropolitana de Campinas, na qual reside a pesquisadora.

Profissionais da dança se voltam para a novidade do ensino de *K-pop* dentro do ambiente das escolas de dança, tradicionalmente tomadas pelo balé, *jazz* e até mesmo *hip-hop*. Portanto questiono, enquanto estudante de graduação em Dança: Como transformar uma dança de caráter tão reprodutivista como o *K-pop* em uma experiência criativa e libertadora para os jovens?

1.1 As predominâncias da Dança K-pop

A Dança do *Korean Pop*, assim como a música, faz uso de diversos elementos de variadas modalidades de dança. Cada coreografia é única, desenvolvida para acompanhar a experiência sonora e transmiti-la de forma visual. Não é difícil encontrar elementos do *Hip-hop old-school* em um vídeo de Dança *K-pop* e, em um outro vídeo, ver o *jazz*, *balé*, *stiletto*, *tutting* ou *vogue* serem mais acentuados.

Porém, existem pontos comuns entre as coreografias de *K-pop Dance* em geral, visto que, não fossem as semelhanças que se encontram entre as diferenças, não poderíamos nos referir à Dança *K-pop* por um único título. Dentro de minhas análises, pude apontar quatro principais pontos de predominância na constituição do que seria a Dança *K-pop*: a simetria, a sincronia, a frontalidade e a predominância de movimentos advindos das partes periféricas do corpo.

A **simetria** nas formações espaciais das coreografias de K-pop é raramente quebrada e, quando isso acontece, geralmente se dá de forma bastante pontual.



Formação inicial da coreografia de “*Paint The Town*” da *girlgroup* LOONA. Nota-se o uso de diferentes níveis espaciais.¹² Fonte: <https://www.youtube.com/watch?v=00I-bcOWEUY>. Acesso em: 29/03/2023.

¹² “Nível” é um termo para descrever a posição de um bailarino no espaço, levando em conta a relação entre o corpo como um todo e um objeto, outro(s) corpo(s) ou ao espaço geral. Por exemplo, “o corpo do bailarino está baixo em relação ao outro bailarino/espço do palco” (RENGEL, 2003).



Ainda na coreografia de “*Paint The Town*” da *girlgroup* LOONA, podemos ver formações comuns nas coreografias de Kpop, como a posição em “V”. Fonte: <https://www.youtube.com/watch?v=0OI-bcOWEUY>. Acesso em: 29/03/2023.



Trecho retirado da coreografia de “*Everybody*” do grupo SHINee. Vemos uma posição espacial que apelidei de “zigue-zague”, em que os bailarinos fazem duas linhas horizontais, uma atrás da outra, intercalando-se entre si. Também bastante comum na Dança *K-pop*. Fonte: <https://www.youtube.com/watch?v=GUf7hbpmFLg>. Acesso em: 29/03/2023.

A **sincronia** é um dos principais e mais fortes pontos da dança *K-pop*. Muito é executado em “uníssono”, ou seja, com os bailarinos realizando o mesmo movimento simultaneamente. É comum que o *K-idol* que está cantando em determinado momento da música se desconecte da sincronia grupal de maneira

organizada, para sinalizar seu momento de destaque na canção, ainda acompanhando seus colegas de grupo.

Os bailarinos podem também se dividir em grupos, que dançam movimentos diferentes no mesmo momento da música.



Um exemplo do uso de dois grupos executando movimentos diferentes ao mesmo tempo na coreografia de “Love Dive” do grupo IVE. Fonte: https://www.youtube.com/watch?v=Bo2aD_I7-1U. Acesso em: 29/03/2023.



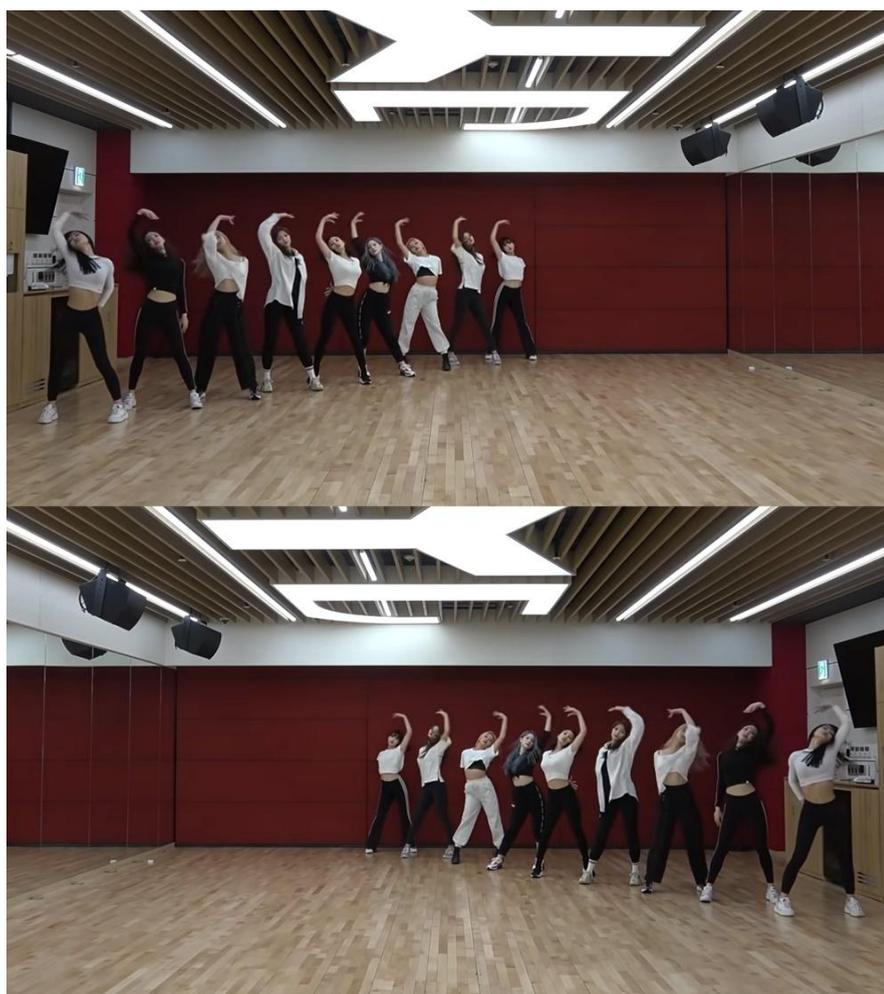
Ainda com “Love Dive”, um exemplo daquele que canta se desconectando da sincronia do grupo para sinalizar seu momento vocal. Fonte: https://www.youtube.com/watch?v=Bo2aD_I7-1U. Acesso em: 29/03/2023.

A **frontalidade** já pode ser observada nos exemplos anteriores. Ela se dá principalmente pelo fato de que essas obras coreográficas são apresentadas

majoritariamente em palcos “convencionais”¹³, mas, mais do que isso, são exibidas em massa ao redor do mundo através de televisores e *smartphones*, que são dispositivos bidimensionais.

Esse tipo de consumo muito tem a ver com a maneira com a qual os *kpoppers* aprendem a Dança *K-pop*: o mais comum é o aprendizado por meio da tela. Então como essas coreografias saltam do “2D” do vídeo para o “3D” da vida real? Um recurso popular entre os fãs são os vídeos “*mirrored*”, palavra para “espelhado” em inglês. O método consiste em espelhar o vídeo da coreografia original para que seja possível aprender os passos enquanto se observa a tela de frente.

Dessa forma, é como se o *K-idol* na tela se tornasse seu reflexo no espelho, o que facilita o aprendizado autodidata.



¹³ A estrutura de palco mais comum aos teatros e shows, o chamado “palco italiano”.

Acima, um recorte do vídeo original da coreografia de “Fancy” da *girlgroup TWICE*. Fonte: <https://www.youtube.com/watch?v=iRw4kL1CMI8>. Acesso em: dd/mm/2023. Abaixo, o que seria um vídeo espelhado da coreografia para aprendizado. Fonte: <https://www.youtube.com/watch?v=lkC9cZIINi0>. Acesso em: 29/03/2023.

Nesta imagem, nota-se que o braço levantado originalmente é o braço direito (imagem na parte de cima). Para que o bailarino possa aprender que o braço a ser levantado é o direito enquanto está de frente para a tela que exhibe o vídeo, usa-se o recurso do espelhamento (imagem na parte de baixo).

Por último, é necessário reconhecer a **predominância de movimentos advindos das partes periféricas do corpo** nas coreografias de K-pop. Momentos em que o foco do movimento está no tórax, abdome ou coluna dos *K-idols* são relativamente menos recorrentes que nos braços, mãos e pernas.

2 CAPÍTULO II – SUGESTÃO PARA ENSINO

2.1 Criando o “contraste”

Em um cenário que se estabeleceria após uma contextualização sobre o que é o *K-pop* e o ensino das coreografias do gênero, seria possível ampliar as possibilidades corporais dos alunos de dança através de uma estratégia de contraste; ou seja, mostrar e demonstrar que a técnica do *K-pop* é apenas uma opção – tal qual qualquer outra técnica codificada – e que existem outras diversas maneiras de se mover.

Esse contraste pode se dar ao passo que o professor de Dança *K-pop* ilustre fatores como a simetria, sincronia, frontalidade e predominância de movimentos advindos das partes periféricas do corpo que prevalecem no *K-pop*, comentados no capítulo anterior, e os contraste com seus “opostos” – no caso, assimetria, assincronia, diferentes possibilidades de dispor os bailarinos em relação ao público e exploração de movimentações advindas de partes variadas do corpo, respectivamente.

Para assentar esse conhecimento e apresentá-lo enquanto potência criativa, o professor pode propor exercícios guiados que façam com que os bailarinos reflitam e criem (coletiva ou individualmente) a partir desses opostos, sem desvalorizar ou ignorar a maneira como a Dança *K-pop* normalmente se apresenta.

Uma forma que encontrei para a conscientização e ampliação das possibilidades dos alunos sobre suas escolhas corporais é a de analisar seus movimentos através dos fatores catalogados por Rudolf Laban. Permitindo assim, uma ampla exploração por meio da variação do espaço, peso, tempo e fluxo de cada movimentação, elementos de análise presentes na Eucinéctica¹⁴.

¹⁴ A Eucinéctica é o estudo da dinâmica expressiva dos movimentos (LEAL, 2006), na qual os fatores e qualidades de movimento estão presentes (Fluência, Espaço, Peso e Tempo).

2.2 Rudolf Laban, os fatores de movimento e as ações básicas de esforço

Laban foi um dos principais nomes da dança no século XX e responsável por “colocar a dança em pé de igualdade com as outras artes” (DAVIES, 2006, p. XIII, tradução de NUNES, 2022).

Rudolf Jean Baptist Attila Laban de Varalja, também conhecido como Rudolf Laban, nasceu em 15 de dezembro de 1879, em Bratislava, atual capital da Eslováquia, no berço de uma família aristocrata. Faleceu em 1 de julho 1958, em Weybridge, na Inglaterra. (BONFATTI, 2022)

Considerado o pai da dança moderna europeia, Laban foi também um homem do teatro, professor visionário, precursor da dança terapia e um inovador no campo dos estudos do movimento de trabalhadores nas indústrias. Teórico do movimento, coreógrafo, intérprete, criador de um sistema de notação coreográfica e cidadão que desempenhou um importante papel nas lutas políticas pela dança na primeira metade do século XX na Alemanha (BONFATTI, 2022 p. 16).

No início do século XX, Laban estudou arquitetura e pintura na Escola de Belas Artes de Paris (VALLE, 2011). Neste momento, ele desenvolveu os primeiros esboços de uma notação de dança (VALLE, 2011) pois demonstrava interesse em retratar as formas humanas (DAVIES, 2006). Entre 1919 e 1923, Laban fundou várias escolas pela Europa (VALLE, 2011).

Em 1942, Laban recebeu um convite para a realização de um estudo que aplicasse suas investigações sobre os princípios de movimento aos diversos setores de trabalho nas fábricas.

Baseando-se no uso dos princípios físicos de peso, espaço, tempo e fluxo para analisar as dinâmicas do movimento do corpo, Laban queria certificar-se de que os trabalhadores seriam mais produtivos, e as tarefas a serem executadas ganhariam mais eficiência e economia de esforço, se eles empregassem determinadas qualidades de movimentos levando em consideração a especificidade de cada ação. Com este estudo, aprimorou seu sistema de notação e sistematizou a pesquisa iniciada nos anos 1920 sobre a Eukinética (Eucinéctica), publicada em 1947 (junto com F. C. Lawrence) no livro *Effort, economy in Human Movement*. Começando nas indústrias, esse trabalho expandiu para o mundo e para vários campos de estudos do movimento (BONFATTI, 2022 p. 39).

Laban viu emergir o que seria a dança moderna (NUNES, 2022). As ideias que tinha sobre a libertação do bailarino de convenções pré-existentes e sobre a geração de uma dança acessível para leigos e profissionais, revolucionaram a dança (BONFATTI, 2022). Sua visão de arte ia contra à forma mecânica com a qual se ensinava balé clássico em sua época (MARQUES, 2007) e, até hoje, se faz uma possibilidade para o ensino de danças contemporâneas à atualidade como o *K-pop*.

Darei uma breve contextualização sobre os fatores de movimento que foram foco desta pesquisa, apenas para que o entendimento se dê mesmo caso este seja o primeiro contato com conhecimentos *labanianos*¹⁵ do leitor.

O fator de movimento Espaço sugere a diferença entre espaço direto e flexível. O espaço direto é um uso mais restrito do espaço, enquanto o espaço flexível descreve um uso mais amplo do espaço (RENGEL, 2015). Se o movimento vai do “ponto A” ao “ponto B” diretamente, pode-se dizer que o uso do espaço é direto; se isso não acontece, o uso do espaço pode ser descrito como flexível.

O fator de movimento Peso determina gradações entre o firme e o leve, em termos de intenção, sensação e resistência do movimento (RENGEL, 2015).

A qualidade de peso muito leve pode sugerir a sensação de leveza, suavidade; enquanto o peso firme pode demonstrar assertividade, segurança, firmeza... (LEAL, 2006, p. 57).

Já o Tempo determina o quão súbito ou sustentado é um movimento (LEAL, 2006), ou seja, se há uma suspensão/esgarçamento do tempo na execução da movimentação ou se esta se dá de forma acelerada.

O estudo desses fatores organiza de maneira clara e objetiva as possibilidades de qualidades de movimento por meio das oito ações básicas de esforço catalogadas por Laban.

As qualidades de movimento são as gradações presentes nos fatores. (...) Apesar de cada fator de movimento ser composto por duas polaridades, as

¹⁵ Termo utilizado para se referir às pesquisas realizadas por Rudolf Laban.

qualidades são consideradas nas suas infinitas gradações entre uma possível polaridade e outra, também possível. Possível ainda porque o máximo de lentidão em um movimento, para uma pessoa, não é igual para a outra (RENGEL et al, 2017 p. 26).

Para Laban, a ação corporal é um impulso característico do movimento do ser humano que é executado com uma função – consciente ou inconsciente – ocorrendo no espaço, durante certo tempo e empregando determinada força (LABAN, 1978). Atitude, esforço e movimento dão-se simultaneamente. O termo “corporal” engloba os aspectos intelectuais, espirituais, emocionais e físicos, ou seja, o corpo em sua complexa totalidade (RENGEL, 2015, p. 1).

Dito isso, as oito ações básicas de esforço são:

AÇÃO BÁSICA	ESPAÇO	PESO	TEMPO
<i>Torcer</i>	Flexível	Firme	Sustentado
<i>Pressionar</i>	Direto	Firme	Sustentado
<i>Chicotear</i>	Flexível	Firme	Súbito
<i>Socar</i>	Direto	Firme	Súbito
<i>Flutuar</i>	Flexível	Leve	Sustentado
<i>Deslizar</i>	Direto	Leve	Sustentado
<i>Sacudir</i>	Flexível	Leve	Súbito
<i>Pontuar</i>	Direto	Leve	Súbito

Fonte: RENGEL, L. Dicionário Laban. 1ª edição digital. Curitiba: Ponto Vital, 2015.

2.3 Como inserir conhecimentos labanianos em uma aula de *K-pop*

A sugestão que trago é a de propor que os bailarinos experimentem passos¹⁶ das coreografias de *K-pop* aprendidas em aula aplicados em qualidades de movimento que não a estabelecida pela coreografia de origem; remodelando e transformando os movimentos conhecidos em novas e inesperadas maneiras de se mover. Isto pode ampliar o horizonte de possibilidades do bailarino, tirando-o da

¹⁶ Termo que, nesta pesquisa, se refere à divisão/diferenciação entre os movimentos realizados em uma dança.

zona de conforto e, justamente, permitindo que a consciência corporal se amplie. No capítulo seguinte, proponho uma maneira de aplicação desta sugestão de ensino.

O professor de dança *K-pop* não deve enxergar as oito ações básicas de esforço como limites rigorosos. Essas nomenclaturas são “uma abertura para o mundo de ações. São como “ações mães” e a partir delas há um mundo repleto de outras” (RENGEL et al, 2017).

Um cuidado importante a ser tomado é o de não inserir as oito ações de esforço logo em um primeiro contato dos alunos com esse conhecimento. Os nomes bastante ilustrativos podem direcionar o pensamento para movimentações “óbvias”, que não se conectam de fato com os fatores de movimento. Por exemplo, a nomenclatura “socar” pode levar o bailarino ao movimento comum do soco – como em uma luta de boxe –, quando, na verdade, todas as partes do corpo podem executar movimentos descritos como “diretos, firmes e súbitos”. O ideal é introduzir o conhecimento através do entendimento dos fatores de movimento individualmente, permitindo que estes sejam explorados livremente e, depois, combinados entre si para o entendimento corporal das ações básicas de esforço. Desta forma, as nomenclaturas (“socar, flutuar, deslizar” etc) serão apenas um vocabulário comum para referenciar essas qualidades de movimento exploradas anteriormente.

Além disso, é importante que o professor tenha em mente que, por mais que estas ações se apresentem de maneira padronizada e sejam comuns a todas as pessoas, cada corpo as executará de uma forma particular, ou seja, cada bailarino encontra o seu próprio jeito de fazer os movimentos propostos (RENGEL *et al*, 2017). As repetições nunca são idênticas, pois são reconstruções em cada diferente corpo e a cada momento – mesmo que se repita a “mesma” ação corporal, esta nunca será a mesma da anterior (NEVES, 2008).

Por consequência, a consciência corporal proveniente das explorações das ações de esforço também se torna um caminho possível para um aprimoramento da própria técnica *K-pop*, uma vez que o bailarino passa a diferenciar as inúmeras qualidades de movimento presentes em uma mesma coreografia de *K-pop*, compreendendo melhor as nuances de intenção entre um passo e outro de dança.

2.4 Criação em dança

O aprendizado de coreografias diversas mune o bailarino com um grande repertório de movimentações que podem ser ressignificadas, transformadas em danças singulares e autorais depois de apropriadas pelos corpos, como descrito acima. O *K-pop* se ramifica em variados “conceitos” (termo usado para categorizar estilos e estéticas visuais, sonoras e coreográficas de cada lançamento audiovisual deste gênero musical)¹⁷, o que, por si só, já permite aos fãs-bailarinos explorarem diferentes ritmos, sensações e narrativas corporais. Essas variadas estéticas podem ser utilizadas como estímulos criativos para os bailarinos em suas criações, principalmente se pautadas em distanciá-los de suas zonas de conforto – por exemplo, se um aluno tem certa afinidade com conceitos mais agressivos, propor que ele crie se relacionando à uma sonoridade leve e doce pode fazê-lo descobrir movimentos e sensações até então inexploradas.

Com a consciência proveniente de uma exploração como a sugerida anteriormente, convido o professor de *K-pop* a elaborar oportunidades de criação em dança para seus bailarinos, dando-lhes a possibilidade de se aproximar ou se afastar em diversos níveis do que é estabelecido como comum pela técnica da Dança *K-pop*. Tal exercício permitiria, portanto, o nascimento de uma dança contemporânea autoral que tem como base a técnica do *Korean pop*.

Essas criações podem se conectar tanto à músicas de *K-pop* quanto à músicas de gêneros variados e até mesmo ao próprio silêncio; respeitando sempre a capacidade de desprendimento do “original” proveniente do estilo que o bailarino possuir no momento – capacidade essa que pode se aprimorar conforme for exercitada.

¹⁷ Como exemplo, note a diferença entre o clipe musical de “*What is love*” da girl group *TWICE*, “*Tail*” da solista Sunmi e “*God’s Menu*” da boy group *Stray Kids*.

2.5 O *lip-sync* enquanto potência expressiva

Outro fator altamente comum no *K-pop* é a prática do “*lip-sync*”, que consiste em “construir coerência entre seus movimentos de corpo e lábio com as sonoridades instrumentais e vocais da música” (LIMA, 2018). Em outras palavras, trata-se de simular o ato de cantar ao vivo com movimentos faciais.

No artigo “*Lip sync for your life: corpo e performance nas dublagens de RuPaul's Drag Race*”, o autor Daniel Magalhães de Andrade Lima discute a prática do *lip-sync* e sua produção de coerência entre o corpo da vocalidade e o corpo da visualidade, tendo como foco de estudo as performances de *Drag Queens* no *reality show* “*RuPaul's Drag Race*”, pois essa prática é muitíssimo presente em performances de *Drag Queens* em geral. Aqui, reflito alguns de seus pensamentos dentro do universo da performance de *Dança K-pop*, na qual, por mais que o *lip-sync* se dê sempre de maneira “naturalista”¹⁸ – como se desejasse fazer o público acreditar que a voz gravada realmente está sendo emitida pelo corpo que se vê no palco –, ainda é muito semelhante à executada no universo *queer*.

A dublagem (aqui entendida como sinônimo de “*lip-sync*”) pode enfatizar o potencial estético de cada apresentação, sendo considerada um efeito de presença (LIMA, 2018).

Roland Barthes (2012) chama de “grão da voz” o corpo que reconhecemos especialmente na voz cantada, que não é o corpo do cantor que emitiu a voz na cabine de gravação. Um bom *lip-sync* se daria então pela capacidade do bailarino de produzir coerência entre os esforços do grão do cantor com seus movimentos e ações. No *K-pop*, esta atuação geralmente se dá de maneira a empregar organicidade. Então, saber e executar as palavras com precisão e corporificar a maneira como o material vocal se comporta é essencial para uma dublagem ser entendida como boa (LIMA, 2018). Um desafio, considerando que o coreano não é uma das línguas estrangeiras mais comuns no Brasil – em comparação com o inglês, por exemplo.

¹⁸ Em comparação com as performances de *Drag Queen* que podem se dar tanto de maneira naturalista quanto caricata.

Contudo, para além de uma pronúncia convincente, é necessário corporificar a maneira como o material vocal consegue jogar com a sonoridade das palavras (LIMA, 2018); entender internamente qual a origem e intenção das palavras e permitir que a emoção flua para o exterior – como disse a *Drag Queen* Latrice Royale em “*RuPaul’s Drag Race*”.

Entendida a potência expressiva e sua forte presença na prática da Dança *K-pop*, sugiro também que o professor se atente a esse fator da performance *cover*, podendo-a ressignificar tal qual os movimentos dançados pelo restante do corpo.

Algumas sugestões de possíveis explorações são:

- 1) Exercitar interpretações variadas de uma música de *K-pop*, propondo diferentes expressões faciais, que remetam à diferentes emoções humanas;
- 2) anular o *lip-sync* e permitir que o corpo se comunique sem esse apoio; e
- 3) estimular uma criação em dança que parta da dublagem e das sensações que a canção provoca nos bailarinos.

Todas essas sugestões podem permitir que os bailarinos produzam a partir do desconforto da novidade e descubram em si maneiras variadas de criar, se relacionar e aprimorar suas próprias técnicas de Dança *K-pop* e de dança em geral.

3 CAPÍTULO III – PESQUISA DE CAMPO E SEUS RESULTADOS

Para avaliar a aplicabilidade das sugestões de ensino descritas no capítulo anterior, realizei uma oficina de Dança *K-pop* com carga horária de seis horas, separadas em três dias diferentes. Adolescentes e jovens, fãs ou simples entusiastas do gênero musical foram convidados a participar através de imagens de divulgação nas redes sociais. Nesses encontros, apliquei diversos conceitos levantados no decorrer desta pesquisa, que se finalizaram em uma criação coletiva de coreografia.

A seleção de participantes se limitou a pessoas entre doze e dezessete anos de idade que residiam em Santa Bárbara d'Oeste (SP) e região, sem distinção de gênero. O plano era ter no máximo dez participantes, porém, das seis inscritas inicialmente, apenas quatro finalizaram a oficina. Essas quatro participantes são Ana Livia (14 anos de idade no momento da pesquisa), Anna (15 anos de idade), Camilly (12 anos de idade) e Paula (14 anos de idade).

Os encontros aconteceram no mês de novembro no espaço da Cia Arte-móvel de Teatro – Rua João Pessoa, 601, Lot. Planalto do Sol, Santa Bárbara d'Oeste, SP, 13454-375. O espaço é gerido por iniciativa privada e conta com sala de ensaio com chão revestido por linóleo, sala de espera, escritório e dois banheiros, adequado para receber as participantes e seus pais, caso estes desejassem esperar pela dispensa de suas filhas.

As aulas da oficina se desenvolveram tranquilamente, seguindo o plano de aula previsto pela pesquisadora. Abaixo segue o plano elaborado e aplicado em sala, com o objetivo de ilustrar uma possibilidade de aplicação da sugestão de ensino desta pesquisa:

AULA	ATIVIDADES	OBJETIVO PRINCIPAL
#1	<ul style="list-style-type: none"> - Início com participantes deitados no chão, para pequena prática meditativa. O objetivo é o de estimular a consciência corporal, os levando a mobilizarem suas articulações enquanto alongam suas musculaturas e aquecem seus corpos. 	Estabelecer cenário propício para a continuidade da pesquisa, em que exista uma contextualização sobre o <i>K-pop</i> e conhecimento de coreografias do gênero (e,

	<ul style="list-style-type: none"> - Ensino de trechos de coreografias variadas de <i>K-pop</i>. As músicas escolhidas são: “<i>Glitch</i>” da solista KWON EUNBI (2022); “<i>Hype boy</i>” da <i>girl group</i> NEWJEANS (2022). - Ao final, fazer uma roda de conversa sobre o que é o <i>K-pop</i>; suas origens, influência no mundo e na vida dos participantes. 	portanto, entendimento da estética corporal e sonora deste).
#2	<p><u>Antes da aula:</u> com fita adesiva no chão, separar a sala em 8 partes iguais (vide imagem B2). Escrever cada uma das oito ações básicas do movimento em folhas de papel. Escrever a tabela das oito ações básicas, como ilustrada no capítulo anterior desta pesquisa (vide imagem B1).</p> <ul style="list-style-type: none"> - Alongamento e aquecimento. - Relembrar as coreografias ensinadas no encontro anterior, dividindo os movimentos em passos. Então, cada participante escolherá 2 passos que lhe agrade. - Depois, conversaremos e compreenderemos os fatores de movimento catalogados por Laban e, a partir disso, a descrição de cada uma de suas oito ações básicas de esforço, com a ajuda da tabela. Em cada um dos quadrados previamente desenhados no chão, será fixada uma folha com o nome de uma das oito ações. Os participantes serão convidados a, juntos, “entrarem” nos quadrados para entender no corpo o que cada ação básica propõe - fazer perguntas como “<i>que movimento você poderia fazer para ilustrar essa ação?</i>” e “<i>como seria um movimento com todas essas características?</i>” - Com esse novo conhecimento, os participantes passarão um por um pelos quadrados no chão, descobrindo como reproduzir seus dois passos de <i>K-pop</i> escolhidos com qualidades corporais diferentes. Os participantes vão notar, também, qual a qualidade de movimento que o movimento “original” propõe (vide imagem B3). - Após isso, os participantes serão divididos em dois grupos. Com a ajuda de seus colegas de grupo, escolherão seus dois passos “re-descobertos” favoritos que serão registrados em vídeo pela pesquisadora para serem revisitados no próximo encontro. 	<p>Apresentar as funções de movimento e as oito ações básicas de esforço catalogadas por Rudolf Laban.</p> <p>Praticar a sugestão de “contraste” defendida nesta pesquisa.</p>
#3	<ul style="list-style-type: none"> - Alongamento e aquecimento. - Relembrar, com ajuda dos vídeos, os passos re-descobertos de cada participante. 	Dar espaço para uma criação em dança, como sugerido nesta pesquisa, fazendo uso dos

	<ul style="list-style-type: none"> - Faremos um sorteio para que cada grupo selecione uma música para estimular a criação (vide imagem C2). As palavras para o sorteio serão “<i>girl group</i>” ou “<i>boy group</i>” e “anos 2000”, “anos 2010”, “anos 2020” ou “2022”. O que significa que, se o participante sortear “<i>boy group</i>” e “anos 2010”, seu grupo terá que selecionar uma música lançada entre 2010 e 2019, cantada por uma <i>boy group</i>. Essa seleção será feita com auxílio dos celulares dos participantes (vide imagem C3). - Após essa escolha, cada grupo ficará responsável por organizar e criar uma sequência de passos coreografada sobre sua música. Para tal, deverão utilizar os passos re-descobertos (vide imagem C4). A pesquisadora selecionará também 2 outras ações básicas de esforço, para que os participantes os insiram na coreografia com o movimento que quiserem. - Os grupos compartilharão suas criações com todos os presentes, para análise e apreciação das coreografias (vide imagem C5) 	conhecimentos desenvolvidos nos outros dois encontros.
--	---	--

Registros em vídeo dos três encontros estão disponíveis no *Youtube*. O link para acesso se encontra no APÊNDICE I.

Ao decorrer dos encontros, um clima agradável de companheirismo se instaurou entre as participantes que já eram parte da comunidade Kpopper. Pude observar interesse genuíno pelo conhecimento labaniano e também orgulho de suas criações finais. Ao final, existia espaço para o aprimoramento da consciência corporal e das nuances de qualidades de movimento. Por mais que, por vezes, essas nuances não pudessem ser tão notáveis ao espectador, era claro que as bailarinas buscavam a execução das ações básicas coreografadas coletivamente.

As participantes se esforçaram para vencer os obstáculos da timidez ao apresentarem suas criações e, também, para se permitirem criar sem julgamentos de valor. Além disso, pelo fato do espaço não contar com um espelho, as participantes tiveram que exercitar e se apoiar na propriocepção¹⁹.

¹⁹ “A propriocepção (...) refere-se à capacidade de reconhecer a posição das articulações no espaço. Por um sistema de reduplicação em que uma via atinge a consciência e outra não, o cérebro recebe

Durante o segundo encontro, a participante Ana Livia fez um questionamento bastante interessante. “É assim que se faz pra *limpar* as coreografias?”, ela perguntou, ao passo que a respondi “essa é uma das maneiras que você pode *limpar* uma coreografia”. Aqui o termo “limpar” ganha o significado de refinamento de movimento, principalmente dentro de um coletivo que busca sincronia durante a execução de uma sequência de passos de dança. Os termos *labanianos* que nomeiam as funções do movimento e as oito ações básicas do movimento podem ser uma maneira de criar um vocabulário comum dentro de um grupo de Dança *K-pop* e, desta forma, facilitar os combinados feitos dentro de uma coreografia e contribuir para harmonia entre os bailarinos durante seu fazer artístico.

Neste mesmo encontro, algumas das participantes relataram “ser difícil” ressignificar os passos de dança escolhidos, os transformando em novas movimentações inspiradas nas oito ações básicas de esforço. No entanto, no terceiro e último dia de oficina, as mesmas foram capazes de preencher a tabela das ações básicas por conta própria.

Após o último encontro, as participantes receberam em seus e-mails um questionário para feedback sobre as aulas, ou seja, algumas questões para incentivar que opinassem honestamente sobre como foi a experiência. As questões foram:

“• 1 - Como você enxerga a Dança *K-pop* agora, em comparação com como enxergava antes?

• 2 - Você se sente capaz de criar em dança? Como as aulas mudaram (melhoraram ou pioraram) essa percepção?

• 3 - Você se sente mais consciente sobre seu próprio corpo e sua movimentação do que antes das aulas?

informação quanto à angulação das articulações e, daí, à posição das partes do corpo no espaço, o que leva também o indivíduo a construir a imagem do seu próprio corpo – o esquema corporal.” (ANTUNHA; SAMPAIO, 2008)

- 4 - Você tem sugestões, críticas ou elogios sobre as aulas e a professora?”

Como resposta à pergunta de número 1, a participante Paula escreveu: “Agora eu sinto que tenho mais noção de movimento do que antes”, comentário feito também por Camilly, que conta ter mais consciência em sua movimentação de dança. A participante Ana Livia relatou que, com esse conhecimento, ficou mais fácil compreender os movimentos executados pelos *K-idols* através dos vídeos. Anna disse enxergar agora que a dança *K-pop* tem várias formas de movimentação, que antes ela não havia notado.

Ao responderem a questão 2, todas as bailarinas relataram se sentirem capazes de criar em dança.

Camilly complementa: “antigamente eu não teria ideia de como começar, ou que passos fazer. As aulas da Bruna me ajudaram muito (...)” e diz ainda que a dinâmica criada na oficina é uma boa maneira de se trabalhar em grupos, em sua opinião. As participantes relataram terem aprendido coisas novas que as fizeram verem os passos de dança de forma diferente, com mais clareza e precisão.

Para a pergunta 3, todas as participantes responderam positivamente. “Sim, agora me sinto mais confiante”, declarou Anna sobre a maneira como dança. Camilly detalha também que o fato de o espaço em que a oficina ocorreu não ter espelhos “ajudou a perceber os movimentos do nosso próprio corpo”.

Quanto à abertura para críticas, sugestões e elogios disponíveis na quarta e última questão, as bailarinas disseram ter gostado das aulas e não expuseram nenhuma crítica e sugestão. Paula agradeceu a oportunidade de “aprender mais com esse projeto” e Ana Livia comentou gostar do auxílio da professora, assim como Camilly que declarou estimar a maneira como os ensinamentos foram explicados.

As respostas na íntegra para esse feedback podem ser encontradas no APÊNDICE II.

A análise do comportamento das participantes em sala e o feedback concedido indicam que os objetivos foram alcançados e que a proposta de fazer do ensino de Dança *K-pop* um meio para o ensino de conhecimento em Dança é possível.

As participantes relataram ter adquirido mais consciência sobre seus corpos e movimentações, além de uma capacidade maior de análise dos movimentos executados pelos próprios grupos de *K-pop*. Também constataram estar mais confiantes para dançar e criar, por terem aprendido “várias coisas que não sabiam”, conforme descrito por uma delas.

É importante ressaltar que essa sugestão de ensino se refere a um trabalho desenvolvido a longo prazo. A prática e inserção de novos conhecimentos farão com que os bailarinos praticantes da Dança *K-pop* se sintam mais confortáveis em criar e se afastar das coreografias “originais” do gênero, bem como se aproximar propositalmente. A criatividade é um músculo que pode (e deve) ser exercitado.

3.1 Registros da oficina

AULA #1



Imagem A1. Participantes aprendendo coreografias de *K-pop*.

AULA #2

	ESPAÇO	PESO	TEMPO
TORCER	FLEXÍVEL	FIRME	SUSTENTADO
PRESSONAR	DIRETO	FIRME	SUSTENTADO
CHICOTEAR	FLEXÍVEL	FIRME	SUBITO
SOCAR	DIRETO	FIRME	SUBITO
FLUTUAR	FLEXÍVEL	LEVE	SUSTENTADO
DESOLPEAR	DIRETO	LEVE	SUSTENTADO
SACUDIR	FLEXÍVEL	LEVE	SUBITO
POUTUAR	DIRETO	LEVE	SUBITO

Imagem B1. Tabela utilizada para ensino das ações do movimento e oito ações básicas do movimento.

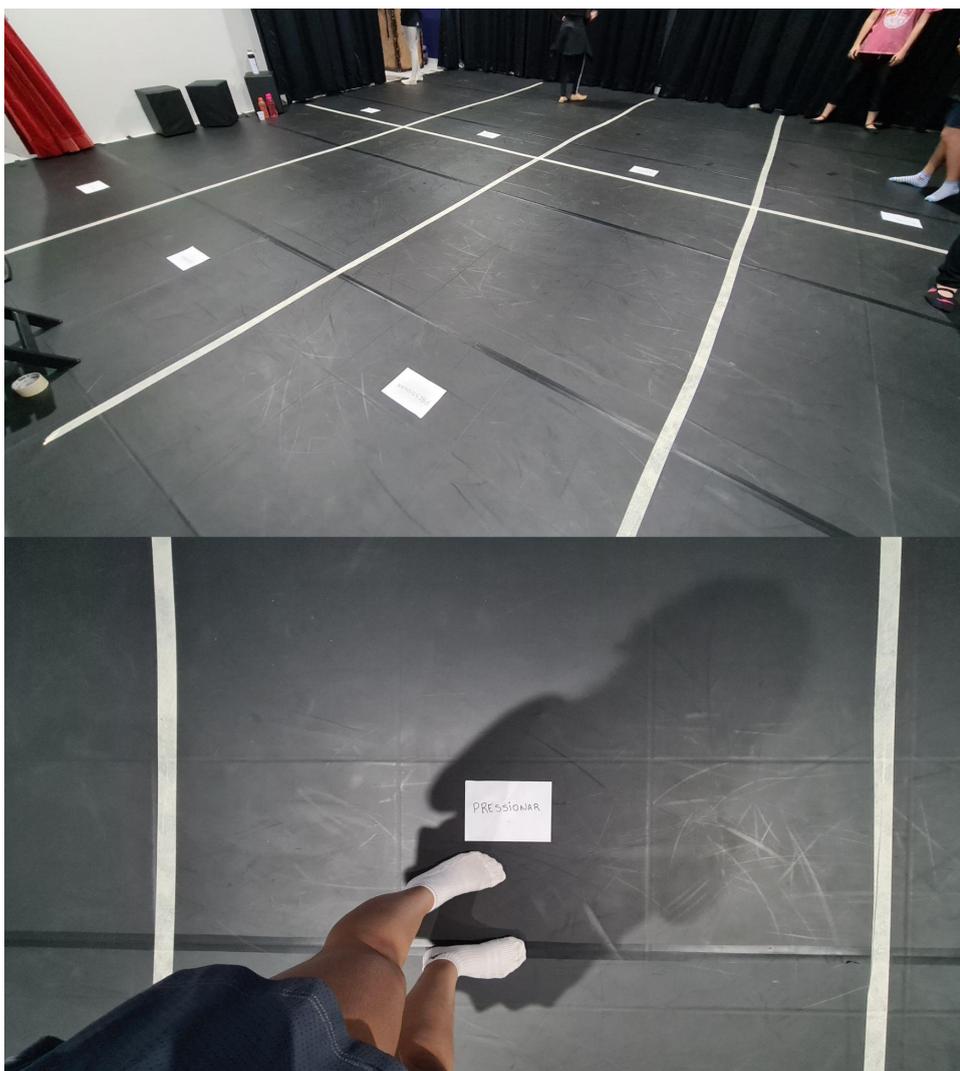


Imagem B2. Preparação do espaço para exercício.



Imagem B3. Participantes explorando as oito ações básicas do movimento por meio dos passos de coreografias de *K-pop* escolhidos.

AULA #3

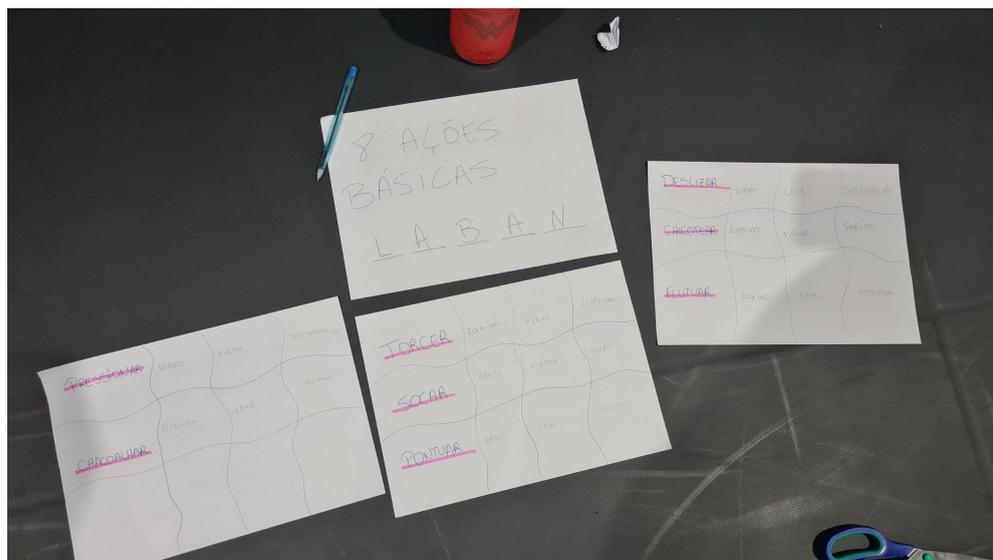


Imagem C1. Tabela das oito ações básicas do movimento preenchida pelas participantes.

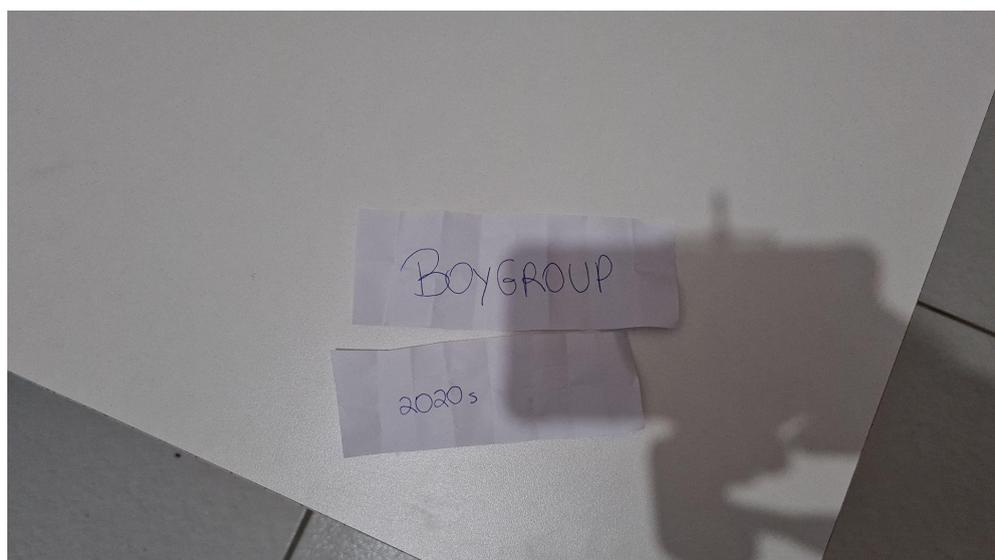


Imagem C2. Papéis do sorteio do tema das músicas que as duplas poderiam escolher.



Imagem C3. Participantes escolhendo a música que serviu como estímulo para criação.

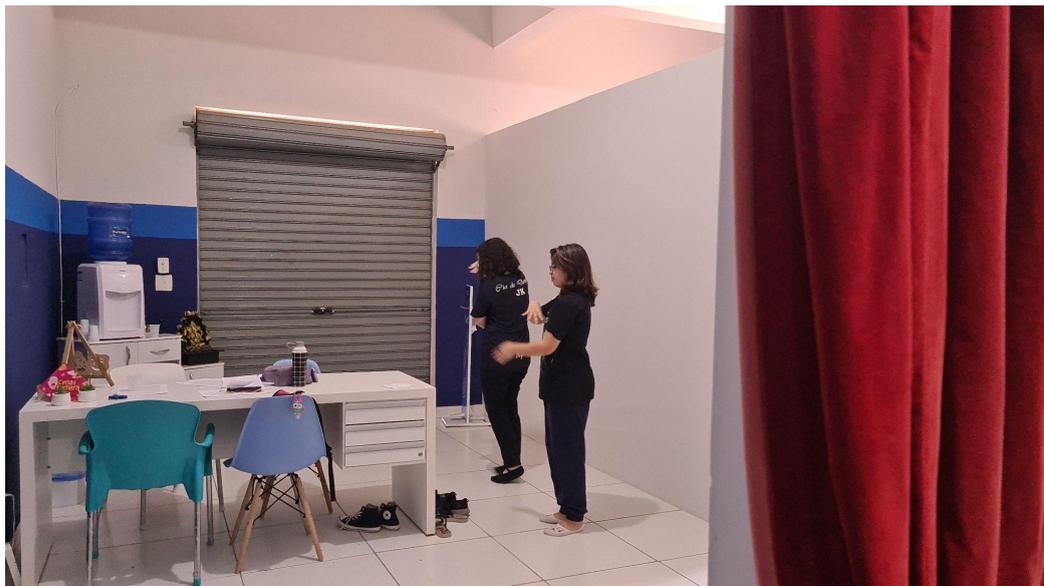


Imagem C4. Participantes criando suas coreografias.



Imagem C5. Participantes compartilhando suas criações.



Imagem C6. Participantes experimentando as coreografias de K-pop novamente, dessa vez tendo em mente as qualidades de movimento possíveis.

4 CAPÍTULO IV – O K-POP E A AUTOIMAGEM, A AUTOIMAGEM E A DANÇA

Este capítulo não busca entregar respostas ou estabelecer um procedimento padrão de como lidar com questões que envolvem a autoestima dos adolescentes que se voltam para a prática da Dança *K-pop*. Acredito que isso seria muito pretensioso da minha parte. Busco aqui apenas acender um alerta; dar luz a um tema que acredito ser importante para um professor de Dança *K-pop* (na verdade, para um professor de danças midiáticas em geral).

Digo isso tendo como estímulo motivador minhas próprias experiências enquanto professora de Dança *K-pop*. Essas experiências fizeram com que, aos poucos, eu notasse um fator bastante prevalente no comportamento daqueles que buscavam as aulas de Dança *K-pop*: a comparação entre as aparências dos *K-idols* e suas próprias fisionomias. Pessoalmente, essa comparação também me acometeu quando adolescente; tinha a crença de que minha dança só seria “boa” ou “bonita” se eu fosse mais parecida com as integrantes de *girl groups* presentes neste gênero musical.

Por ser uma questão pessoal e interpessoal para com os adolescentes que já passaram por minhas aulas, decidi dedicar esse pequeno adendo à minha pesquisa.

Como pôde-se notar nos capítulos anteriores, ao que tudo indica, o público feminino é predominante na comunidade *Kpopper*. Ademais, a imagem corporal dos *K-idols* é parte essencial do apelo visual do *K-pop*, trabalhado para atrair fãs globalmente. Fãs estes que, em sua maioria, são adolescentes.

Durante a adolescência, as mudanças físicas acarretam em consequências psicológicas, pois é justamente neste período que a construção da identidade acontece.

Dessa forma, a aceitação do próprio corpo na adolescência está condicionada por critérios que prevalecem no grupo de amigos, que são, por sua vez, determinados pelos modelos sociais vigentes. Os adolescentes são pressionados por múltiplas instâncias da sociedade: publicidade, revistas, televisão, família e amigos, que lhes propõe um

corpo magro e esbelto, especialmente no âmbito feminino. (GONÇALVES; MARTÍNEZ, 2014 p. 140).

Nesta fase do desenvolvimento neurobiológico, os adolescentes se encontram mais vulneráveis à influência da mídia. Existe a necessidade de aceitação e uma grande sensibilidade à rejeição. Desse modo, quando esse desbalanço emocional se encontra com a lógica de mercado global que, aliada à indústria da beleza, “vende” uma imagem idealizada do corpo humano atrelada à validação social e bem estar emocional e social, transtornos alimentares (VALE; ELIAS, 2011) e transtornos mentais podem se desenvolver.

O aumento de casos de transtornos alimentares registrados, suas consequências para a saúde física e mental e o alto índice de suicídios entre seus portadores têm chamado a atenção dos profissionais de saúde (COPETTI; QUIROGA, 2018). Os transtornos alimentares mais comuns – Anorexia Nervosa e Bulimia Nervosa – são predominantemente femininos (COPETTI; QUIROGA, 2018) e podem estar relacionados a diversos fatores biológicos, psíquicos, sociais, familiares e ambientais (HERCOWITZ, 2015).

Contudo, não se pode ignorar que a mídia atua de forma intensa sobre o modo como a população pensa e se comporta – ainda mais a internet, quando relacionada à população adolescente.

Segundo a Unicef (2013), 64% dos adolescentes com idade entre 12 e 17 anos no Brasil fazem uso diário da internet. As redes sociais são muito presentes dentro da comunidade *Kpopper*, sendo as redes como o Youtube, Instagram e Twitter as principais ferramentas de divulgação e disseminação do gênero musical.

Segundo Meier & Gray (2013), imagens compartilhadas em redes sociais influenciam diretamente em uma autoimagem distorcida por parte das adolescentes, uma vez que estas tendem a internalizar um ideal de corpo magro – tais como os das fotos dos *K-idols*, amplamente compartilhadas pelos fãs. Esse contato pode, mesmo que indiretamente, influenciar na baixa autoestima e necessidade de enquadrar-se ao padrão de beleza (COPETTI; QUIROGA, 2018). Padrão este que, quando se trata dos fãs ocidentais de *K-pop*, torna-se, no geral, ainda mais

inalcançável devido às grandes diferenças culturais e corpóreo-estruturais para com as sul-coreanas.

Dentro da comunidade *Kpopper* mundial, não é difícil encontrar jovens compartilhando dietas para perder peso relacionadas a algum *K-idol*, geralmente *K-idols* femininas. Por exemplo, um famoso desafio entre os fãs de *K-pop* é a “dieta da IU²⁰”:

Consumir uma maçã, duas batatas-doces e uma bebida de proteína em pó por dia agora é conhecido como o “desafio da dieta da IU”. IU revelou seu plano de dieta incomum no programa *Night of TV Entertainment* da SBS em 2013, quando disse que o plano extremo a ajudou a perder 5 kg em cinco dias. (JEONG; 2021, § 3)

Segundo Copetti & Quiroga (2018), dietas para perder peso promovidas na mídia são vistas como fatores precipitantes ao desenvolvimento de transtornos alimentares.

A autoimagem forma a autoestima (FRAQUELLI, 2008), então é importante salientar que adolescentes com baixa autoestima desenvolvem mecanismos que distorcem a comunicação de seus pensamentos e sentimentos e dificultam a integração grupal. Uma alta autoestima ajuda os adolescentes a acreditarem e confiarem neles mesmos, a persistirem e fazerem mais progressos frente a desafios (BANDEIRA, 2010); ou seja, o adolescente que possui uma autoimagem distorcida e, conseqüentemente, uma baixa autoestima, tende a desistir mais facilmente quando se depara com uma atividade na qual não tem tanta habilidade.

Pode-se dizer, portanto, que uma autoestima elevada é importante para um bom desenvolvimento em Dança, pois, em uma aula de dança, o aluno será convidado a comunicar e expressar seus sentimentos através da arte, a se integrar com o grupo de alunos e a se desafiar perante novidades, como nos itens supracitados. Uma baixa autoestima afeta, de forma direta, o seu processo de aprendizagem.

²⁰ Nome artístico de Lee Ji-eun, cantora e compositora considerada “irmãzinha da nação” e a “queridinha do K-pop” (<scmp.com> Lucy Jeong, janeiro de 2021, parágrafo 1).

Desse modo, cabe ao professor de dança *K-pop* (ou quaisquer outras danças midiáticas) propagar uma comunicação que melhor desenvolve a autoestima, dando destaque à pessoa/aluno e não ao comportamento/ação (GUILHARDI, 2002). Por exemplo, uma frase como “você me deixou impressionada com esse passo de dança!” é melhor que “seu passo de dança me deixou impressionada”.

A prática de dança em si também já leva a um aumento da alegria e do autoconceito, fazendo o adolescente ter uma sensação de sucesso que, como efeito, reforça a autoimagem e a autoestima positiva (MAZO; CARDOSO; AGUIAR, 2006). O professor pode colaborar para com essa sensação de sucesso celebrando as conquistas de seus alunos e deixando claro que acredita em seus potenciais.

Entretanto, ressalto fortemente que a dança não é uma terapia. Ela pode, sim, ser terapêutica, mas o professor de dança não deve abraçar uma responsabilidade que um psicólogo teria propriedade para assumir. O afeto, carinho e respeito constroem um ambiente favorável ao ensino de adolescentes e tomar consciência das dificuldades emocionais e mentais que seus alunos podem estar passando para, dessa forma, adotar uma postura que favoreça o aprendizado, é uma escolha que o docente deve tomar. O cuidado que melhor apresenta resultado a longo prazo é a psicoterapia cognitivo-comportamental (HERCOWITZ, 2015), que pode ser sugerida pelo professor em sala de aula – principalmente caso o profissional perceba alunos desmotivados para a prática da dança devido a uma baixa autoestima.

5 CONCLUSÃO

A partir desta pesquisa, pode-se concluir que é possível transformar uma dança de caráter reprodutivista como o *K-pop* em uma experiência criativa e libertadora e também que o ensino de conhecimento em Dança pode ser intermediado por esta modalidade. Uma das formas de atingir ambos estes desejos pode ser através do estudo e análise dos fatores de movimento catalogados por Rudolf Laban, criando um contraste entre as qualidades da movimentação “original” (aqui, apenas no sentido de “origem”) com as diversas possibilidades presentes nas oito ações básicas de esforço, também elencadas por Laban. A sugestão desenvolvida é a de contrastar o que é feito com o que pode ser feito, ampliando a consciência corporal e o horizonte criativo dos bailarinos que são, em sua maioria, adolescentes. Esta consciência pode, inclusive, vir a calhar para a própria prática do *K-pop*.

Movimentações advindas de coreografias de *Korean pop* podem ser apropriadas pelos corpos dos bailarinos, além de ressignificadas em danças singulares e autorais, por meio de estímulos diversos que o professor pode propor em sala de aula, visando o desenvolvimento do potencial criativo dos alunos. Ademais, a prática do *lip-sync* – altamente comum à prática da Dança *K-pop* – pode ser inserida como efeito de presença e potência expressiva, desafiando o bailarino a jogar também com o “grão da voz” do *K-idol* enquanto manipula suas expressões faciais.

Sugere-se para o professor de Dança *K-pop* uma postura de tentativa de manutenção da autoestima de seus alunos. O docente lidará majoritariamente com pessoas entre 12 e 17 anos de idade, portanto, é interessante que este se sensibilize frente às questões que podem ser latentes entre este público. Adolescentes consumidores de *Korean pop* e outros produtos midiáticos muitas vezes atrelam beleza e bem-estar à um corpo magro e esguio, além de atribuir adjetivos negativos àqueles que não se encaixam neste padrão de beleza – afetando, assim, a autoimagem dos bailarinos e, por conseguinte, sua autoestima e motivação para enfrentar desafios ao comunicar suas emoções ou pensamentos através da dança.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ADORNO, T. **Dialética do esclarecimento**. Editora Schwarcz-Companhia das Letras, 1985.

ANTUNHA, E. L. G.; SAMPAIO, P. **Propriocepção**: um conceito de vanguarda na área diagnóstica e terapêutica. *Boletim Academia Paulista de Psicologia*, v. 28, n. 2, p. 278-283, 2008.

BANDEIRA, C. M.; HUTZ, C. **As implicações do bullying na auto-estima de adolescentes**. *Psicologia Escolar e Educacional*, v. 14, p. 131-138, 2010.

BARBOSA, V. V. P. **Individualidades coletivas**: uma reflexão sobre a alteridade e a autonomia na dança. *Dança: Revista do Programa de Pós-Graduação em Dança*, v. 4, n. 2, 2015.

BARTHES, R. **The grain of the voice**. In: STERNE, J. (org.). *The sound studies reader*. London: Routledge, 2012.

BERNARDO, F. C. S. & LIMA, M. B. **K-POP: A CULTURA POPULAR COREANA INFLUENCIANDO O BRASIL**. XV ENECULT - Encontro de Estudos Multidisciplinares em Cultura. 2019.

BERTO, R. G., & ALMEIDA, M. C. **Quem são os fãs de K-pop no Brasil**. *Revista tecnologia e cultura, Rio de Janeiro*, (25), 38-44, 2015.

BONFATTI, A. F. **Sistema Laban/Bartenieff de Análise do Movimento Estudos sobre a formação do artista cênico**. 2022.

CHOI, J; MALIANGKAY, R. **K-Pop: The International Rise of the Korean Music Industry**. New York: Routledge. 2015.

COPETTI, A. V. S.; QUIROGA, C. V. **A influência da mídia nos transtornos alimentares e na autoimagem em adolescentes**. *Revista de Psicologia da IMED*, v. 10, n. 2, p. 161-177, 2018.

DAVIES, E. **Beyond dance**: Laban's legacy of movement analysis. New York: Routledge, 2006.

FRAQUELLI, Â. **Relação entre autoestima, autoimagem e qualidade de vida em idosos participantes de uma oficina de inclusão digital**. 2008. 104 f. Dissertação (Mestrado em Gerontologia Biomédica)–Instituto de Geriatria e Gerontologia, Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2008.

GONÇALVES, V.O.; MARTÍNEZ, J.P. **Imagem corporal de adolescentes**: um estudo sobre as relações de gênero e influência da mídia. *Comunicação e Informação*, 17(2), 139-154, 2014. Disponível em: <https://doi.org/10.5216/31792>. Acesso em: 15 de nov. de 2022.

GUILHARDI, H. J. **Auto-estima, autoconfiança e responsabilidade**. Comportamento humano: tudo (ou quase tudo) que você precisa saber para viver melhor, p. 63-98, 2002.

HERCOWITZ, A. **Transtornos alimentares na adolescência**. *Pediatria Moderna*, 51(7). 2015.

JEONG, L. **K-pop star IU's battle with anxiety and eating disorders, and how she overcame them**: from the concerning 'IU diet challenge' to finally eating right and doing yoga with Lee Hyori. *South China Morning Post*, 1 jan. 2021. Disponível em: <https://www.scmp.com/magazines/style/well-being/article/3116079/k-pop-star-ius-battle-anxiety-and-eating-disorders-and>. Acesso em: 15 de nov. de 2022.

JIN, D.Y. **New Korean Wave**. *Transnational Cultural Power in the Age of Social Media*. University of Illinois Press. Chicago, 2016.

KANG, L.; SIT, J. **Gangnam Style 10 anos**: como o grande sucesso de Psy contagiou o mundo. 15/07/2022 às 15:01. Disponível em: <https://www.cnnbrasil.com.br/estilo/gangnam-style-10-anos-como-o-grande-sucesso-de-psy-contagiou-o-mundo/>. Acesso em: 22 de novembro de 2022.

LABAN, R. **O domínio do movimento**. São Paulo: Summus, 1978.

LEAL, P. **Respiração e Expressividade**: práticas corporais fundamentadas em Graham e Laban. São Paulo: ANNABLUME, 2006.

LIMA, D. M. A. **Lip Sync for your life**: corpo e performance nas dublagens de RuPaul's Drag Race. 2018.

MALIANGKAY, R. **Same look through different eyes** – Korea's history of uniform pop music acts. In: CHOI, J; MALIANGKAY, R. *K-Pop: The International Rise of the Korean Music Industry*. New York: Routledge. 2015.

MARQUES, I. A. **Ensino da dança hoje**: textos e contextos. 4. ed. São Paulo: Cortez, 2007.

MAZO, G.; CARDOSO, F.; AGUIAR, D. **Programa de hidroginástica para idosos**: motivação, autoestima e autoimagem. *Rev Bras Cineantropom Desempenho Hum*, v. 8, n. 2, p. 67-72, 2006.

MEIER, E. P., & GRAY, J. (2013). **Facebook photo activity associated with body image disturbance in adolescent girls**. *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, 10(10), 1-8. 2013. Disponível em: <https://doi.org/10.1089/cyber.2013.0305>. Acesso em: 15 de nov. de 2022.

MUNDIM, A. C. R. **Dramaturgia, corpo e processos de formação em dança na contemporaneidade**. *Dança: Revista do Programa de Pós-Graduação em Dança*, v. 3, n. 1, p. 49-60, jan./jul. 2014.

NEVES, N. **Klauss Vianna**: estudos para uma dramaturgia corporal. São Paulo: Cortez, 2008.

NUNES, B. B. **RUDOLF LABAN, UM CONVITE À DANÇA: PROBLEMATIZANDO SEUS ESTUDOS NA DANÇA DE SALÃO.** Revista da FUNDARTE, 49(49), 2022.

NYE, J. **Soft power and higher education.** In: Forum for the future of higher education (Archives). Harvard University, 2005. p. 11-14.

OH, I.; LEE, H. **K-Pop in Korea: How the Pop Music Industry is Changing a PostDevelopmental Society.** East Asian History and Culture Review, V.03, No.1, pp.72-93. University of Hawai'i Press. 2014.

OH, I., & PARK, G. S.. **The globalization of K-pop: Korea's place in the global music industry.** *Korea Observer*, 44(3), 389-409, 2013.

PALHA, A. P. **Fãs brasileiros de K-Pop: um estudo sobre aculturação de consumo.** 2021. Dissertação de Mestrado. Universidade Federal de Pernambuco.

RENGEL, L. **Dicionário Laban.** 1ª edição digital. Curitiba: Ponto Vital, 2015.

RENGEL, L. **Dicionário Laban.** Annablume, 2003.

RENGEL, L. P., CARMO, C. E. O. D., GONÇALVES, C. C. S., LUCENA, A. S. D., & SANTOS, J. F. D. **Elementos do movimento na dança.** 2017. Disponível em: <https://repositorio.ufba.br/handle/ri/26148>. Acesso em: 15 de nov. de 2022.

SIRIYUVASAK, U; HYUNJOON, S. **Asianizing K-Pop: production, consumption and identification patterns among Thai youth.** *Inter-Asia Cultural Studies*, V.08, No.1, pp.109- 136. Routledge. 2007.

VALE, A.M.O., & ELIAS, L.R. **Transtornos Alimentares: uma perspectiva analíticocomportamental.** *Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva*, 13(1), 52-70, 2011.

VALLE, F. P. **Análise do movimento corporal.** Canoas: ULBRA, 2011. (Cadernos tecnológicos, 8)

APÊNDICE I – Registros em vídeo da pesquisa de campo

Link não-listado para vídeo de compilação de registros em vídeo dos encontros da pesquisa de campo: <https://youtu.be/c3r-kY7NRuI> Acesso em: 23 de março de 2023.

APÊNDICE II – Feedback por e-mail das participantes

• 1 - Como você enxerga a dança K-pop agora, em comparação com como enxergava antes?

Ana Livia: “Acho que pode ficar mais fácil de acordo com a forma de que o movimento é feito na coreografia, as vezes os passos parecem ser muito *difícil*, mas pode ser só pela forma como fazem.”

Anna: “Agora eu enxergo que a dança k-pop tem mais outras formas de dança, tipo torcer, flutuar, socar.”

Camilly: “Eu acho que nao mudou nada de como eu enxergava, porém ajudou bastante a movimentação dos passos, com a dicas de Laban que a Bruna passou”

Paula: “Agora eu sinto que tenho mais noção de movimento do que antes.”

• 2 - Você se sente capaz de criar em dança? Como as aulas mudaram (melhoraram ou pioraram) essa percepção?

Ana Livia: “Sim. Melhoraram, posso ter mais certeza e detalhes em movimentos agora.”

Anna: “Sim, melhoraram em tudo aprendi várias coisas que eu *n* (não) sabia.”

Camilly: “Sim, antigamente eu não teria ideia de como começar, ou que passos fazer. As aulas da Bruna me ajudaram muito com isso, além disso é uma ótima forma de se trabalhar em grupos.”

Paula: “Sim, as aulas mudaram minha percepção principalmente pelas ações básicas de movimento, que me fizeram ver passos de dança de uma forma diferente.”

• 3 - Você se sente mais consciente sobre seu próprio corpo e sua movimentação do que antes das aulas?

Ana Livia: “Sim, com certeza.”

Anna: “Sim, agora me sinto mais confiante.”

Camilly: “Sim, nas aulas estávamos *acostumado* a ter um espelho que nos ajudasse, porém com as aulas, além de não ver se estamos fazendo o certo ou o errado, ajudou a perceber os movimentos do nosso próprio corpo.”

Paula: “Sim, eu me sinto.”

• 4 - Você tem sugestões, críticas ou elogios sobre as aulas e a professora?

Ana Livia: “Só elogios, ela auxilia muito bem.”

Anna: “Muito obrigado pelo convite e eu amei as aulas.”

Camilly: “Não tenho nenhuma crítica para fazer sobre a professora e suas aulas, ela é excelente e nos *ajudar* muito, adoro a forma de como a Bruna explica, ela sempre dá seu melhor.”

Paula: “Não tenho nenhuma sugestão ou crítica, mas queria te elogiar Bruna, por ser uma ótima professora, e por nos dar a oportunidade de aprender mais com esse projeto.”