

UNIVERSIDADE DO ESTADO DO AMAZONAS  
ESCOLA SUPERIOR DE ARTES E TURISMO  
CURSO DE BACHARELADO EM DANÇA

LETÍCIA DE FÁTIMA PINTO RODRIGUES

**ARTIGO 5 CIA DE DANÇA:**  
uma abordagem somática nas *Street Dance*

Manaus - Am

2022

LETÍCIA DE FÁTIMA PINTO RODRIGUES

**ARTIGO 5 CIA DE DANÇA:**  
uma abordagem somática nas *Street Dance*

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao curso de Bacharelado em Dança da Escola Superior de Artes e Turismo – Universidade do Estado do Amazonas.

Orientadora: Prof.<sup>a</sup> Dr.<sup>a</sup> Yara dos Santos Costa Passos

Manaus-Am

2022

LETÍCIA DE FÁTIMA PINTO RODRIGUES

**ARTIGO 5 CIA DE DANÇA:**

uma abordagem somática nas *Street Dance*

Este trabalho de conclusão foi julgado adequado para obtenção de Grau de Bacharelado em Dança da Escola Superior de Artes e Turismo da Universidade do Estado do Amazonas e aprovado, em sua forma final, pela Banca Examinadora.

Manaus, 28 de maio de 2022

Banca Examinadora



---

Orientadora: Prof.<sup>a</sup> Dr.<sup>a</sup> Yara dos Santos Costa Passos



---

Prof.<sup>a</sup> Dr.<sup>a</sup> Meireane Rodrigues Ribeiro de Carvalho



---

Prof.<sup>a</sup> Dr.<sup>a</sup> Raissa Caroline Brito Costa

Dedico este trabalho a todos os profissionais na área da dança que contribuem e fazem a diferença na vida de um estudante. Principalmente a minha família, e ao meu companheiro e diretor da Cia Artigo 5 Fernando Jacquiminut e artistas amigos que fizeram parte dessa caminhada junto comigo.

## AGRADECIMENTO

Agradeço a Deus por sua proteção e bênçãos em todos os momentos de minha vida. Ao meu esposo, Fernando Jacquiminut por me proporcionar a conhecer e atuar como representante da Cultura *Hip Hop*. A meu pai e minha mãe por se dedicarem e me apoiarem nos meus estudos com a dança. A minha irmã Larissa Rodrigues por me ajudar em todos os momentos que precisei e ao meu irmão, Lucas Gabriel que me inspira a ser melhor diariamente.

Agradeço a todos os professores que contribuíram com seus conhecimentos e experiência para minha formação acadêmica e profissional. Principalmente a minha orientadora Prof<sup>ª</sup>. Dra. Yara dos Santos Costa Passos por ser a norteadora de minha pesquisa e inspirações na construção de minha jornada como profissional da dança.

## RESUMO

Esta pesquisa localiza-se no âmbito de uma pesquisa-ação, envolvendo práticas artísticas e corporais das *Street Dance* que surgiram nos Estados Unidos da América (EUA), analisando o uso da abordagem somática, via Técnica de Klauss Vianna (TKV), dentro da Artigo 5 Cia de Dança no desenvolvimento artístico das e dos bailarinas/os da companhia. Buscamos responder à seguinte questão: como a vivência da abordagem somática, segundo a técnica de Klauss Vianna nas *Street Dance* dentro da Cia *Artigo 5*, pode contribuir para o desenvolvimento da consciência corporal de seus participantes e também melhorar a qualidade do movimento da dança no repertório e/ou processos criativos da companhia? Para alcançar o objetivo de potencializar a preparação corporal dos bailarinos nas *Street Dance* dentro do Artigo 5 Cia de Dança a partir da abordagem somática de Klauss Vianna para um melhor desenvolvimento artístico em cena, foram realizados uma roda de conversa, laboratórios para o desenvolvimento do processo de aprendizagem da abordagem somática utilizando a TKV e fazendo uma análise comparativa com a improvisação observada antes e depois do laboratório. Portanto, conclui-se que o participante a partir dessa preparação corporal realizada pela sistematização da TKV para a potencialização corporal nas *Street Dance* foi autêntica, de modo que valorizou suas vivências corporais que esta fase proporciona. Os principais autores utilizados para esse estudo foram Vianna e Lima (2005), Miller (2007), Neves (2012) e Strazzacappa (2012).

**Palavras chaves:** Abordagem Somática; Técnica Klauss Vianna; Street Dance; Artigo 5 Cia de Dança.

## **ABSTRACT**

This research is located within the scope of an action research, involving artistic and corporal practices of Street Dance that emerged in the United States of America (USA), analyzing the use of the somatic approach, via the Klauss Vianna Technique (TKV), within the Article 5 Dance Company in the artistic development of the dancers of the company. We seek to answer the following question: how the experience of the somatic approach, according to the technique of Klauss Vianna in Street Dance within Cia Artigo 5, can contribute to the development of body awareness of its participants and also improve the quality of dance movement in the repertoire and/or creative processes of the company? To achieve the objective of enhancing the body preparation of dancers in Street Dance within the Article 5 Cia de Dança from Klauss Vianna's somatic approach to a better artistic development on stage, a conversation circle, laboratories for the development of the process of learning the somatic approach using TKV and making a comparative analysis with the improvisation observed before and after the laboratory. Therefore, it is concluded that the participant from this body preparation carried out by the systematization of TKV for the body potentiation in Street Dance was authentic, so that he valued his body experiences that this phase provides. The main authors used for this study were Vianna and Lima (2005), Miller (2007), Neves (2012) and Strazzacappa (2012)

**Keywords:** Somatic Approach; Technique Klauss Vianna; Street dance; Article 5 Dance Company.

## SUMÁRIO

<b>INTRODUÇÃO</b>	8
<b>CAPÍTULO 1 - ABORDAGEM SOMÁTICA E DANÇA</b>	12
<b>1. 1 Breve histórico e conceito sobre a Abordagem Somática</b>	12
<b>1. 2 Abordagem Somática nas Danças em geral</b>	15
<b>1. 3 Uma abordagem brasileira: A Técnica de Klauss Vianna</b>	19
<b>1. 4 A utilização da Técnica Klauss Vianna na Dança</b>	24
<b>CAPÍTULO 2 - A LINGUAGEM DAS STREET DANCE</b>	26
<b>2. 1 Breve histórico das Street Dance</b>	26
<b>2. 2 As vertentes da Street Dance</b>	28
2. 2. 1 Locking	28
2. 2. 2 Popping	29
2. 2. 4 Breaking	31
2. 2. 5 Hip Hop Dance	32
<b>2. 3 As Street Dance em Manaus</b>	33
<b>CAPÍTULO 3 - ASPECTOS METODOLÓGICOS E RESULTADOS</b>	35
<b>3. 1 Procedimentos metodológicos</b>	35
<b>3. 2 A instituição Pesquisada - Artigo 5 Cia de Dança</b>	37
<b>3. 3 Descrição de Resultados</b>	38
3. 3. 1 A improvisação antes dos laboratórios	38
3. 3. 2 Descrição do laboratório de preparação corporal	39
3. 3. 3 A Improvisação após a realização dos laboratórios	52
<b>3.4 A importância da consciência corporal no desempenho do bailarino: por uma melhoria da qualidade de movimento em cena</b>	54
<b>CONSIDERAÇÕES FINAIS</b>	57
<b>REFERÊNCIAS</b>	59
<b>ANEXO</b>	63

## INTRODUÇÃO

A educação somática é uma abordagem do corpo que envolve teoria e prática para a auxiliar na consciência corporal do indivíduo com objetivos terapêuticos e/ou expressivos/artísticos. Porém, esses métodos foram se expandindo e adentrando em outras linguagens artísticas.

As técnicas e métodos utilizados na abordagem somática buscam trabalhar o corpo pensando nas características e limitações individuais, utilizando a mesma não como substituto de treinamentos já convencionados em dança, e sim, possibilitando a dilatação da consciência corporal e de uma melhor compreensão em relação ao corpo, cuidando e prevenindo possíveis lesões, e principalmente abrindo a percepção para uma melhor qualidade de vida e de estado de presença dos artistas.

Sabemos que além das repetições de movimentos em busca da qualidade da técnica de determinada dança e de toda motricidade envolvida na rotina diária como andar, sentar, dormir e levantar, as abordagens somáticas foram pensadas neste corpo que recebe diariamente uma carga de repetições que muita das vezes não são perceptíveis aos seus “olhos”, ajudando-o a perceber tal carga e propondo intervenções para prolongar a carreira de bailarino com a expansão da consciência corporal e aumento da sua percepção de movimento.

Entre as danças das *Street Dance* que são: *Locking, Popping, Breaking, House Dance e Hip Hop Dance* criadas e desenvolvidas em diferentes épocas, as qualidades de movimento que cada dança vem exercer em determinado corpo estabelece uma intensidade e flexibilidade que distingue um estilo do outro. Em que, a falta dessa qualidade não vem das questões dos conhecimentos teóricos e práticos das *Street Dance* e sim como devo pensar em executá-la no corpo, auxiliado pela consciência corporal.

Este TCC intitulado ARTIGO 5 CIA DE DANÇA: uma abordagem somática nas *Street Dance* localiza-se no âmbito de uma pesquisa-ação, envolvendo práticas artísticas e corporais das danças que surgiram nos Estados Unidos da América (EUA), optando em desenvolver um atravessamento da abordagem somática, trabalhada pela técnica de Klauss Vianna, dentro da Artigo 5 Cia de Dança para o desenvolvimento artístico das e dos bailarinas/os da companhia.

O interesse do tema surgiu acerca das experiências vividas enquanto graduanda na Universidade do Estado do Amazonas (UEA), observando as reverberações corporais do trabalhar as abordagens somáticas e, ao mesmo tempo me envolvendo nas *Street Dance* por meio da *Artigo 5 Cia de Dança*, construo uma percepção acerca de minha vivência com as de

outros bailarinos e estudiosos das *Street Dance*. E ao observar o estudo da teoria e prática das *Street Dance* é encontrado um bloqueio relacionado à percepção corporal e a mudança de intensidades corporais desenvolvidas em cada estilo de dança nas *Street Dance*.

Justifica-se ainda pela experiência recente como voluntária e instrutora no Projeto de Extensão *Ciclo Urbano - teoria e prática das danças urbanas aliados aos conceitos de Klauss Vianna*, na Escola Superior de Artes e Turismo (ESAT), coordenado pela professora Jeanne Chaves de Abreu. Atravessada pelas aulas de Estudos Contemporâneo do Corpo, Processos Coreográficos e outras experiências fora da Universidade, elaborei aulas que mesclavam as danças urbanas e educação somática numa forma ainda embrionária, mas que se chegava num resultado que os próprios alunos percebiam nos seus corpos e nos dos outros.

Portanto, ao observar diversas companhias que trabalham com as *Street Dance* percebi a falta de preparação corporal dos praticantes e ao acompanhar mais de perto a companhia *Artigo 5* observou-se que os bailarinos, apresentavam dificuldades em desenvolver individualmente uma melhoria da consciência corporal que os auxiliasse no bom desempenho de suas atividades, seja em sala de aula, batalhas ou em espetáculos. Perante tal situação, compreendi que podemos desenvolver um trabalho com abordagem somática para promover experiências diferenciadas de preparação corporal.

Além disso, há pouca produção científica que relacione abordagem somática e *Street Dance*, apresentando-se como uma pesquisa que poderá contribuir no reconhecimento científico desses atravessamentos interdisciplinares que ocorrem na dança. Neste contexto, como trabalho de conclusão de curso (TCC), buscamos responder à seguinte questão: como a vivência da abordagem somática, segundo a técnica de Klauss Vianna nas *Street Dance* na Cia *Artigo 5*, pode contribuir para o desenvolvimento da consciência corporal de seus participantes e também melhorar a qualidade do movimento da dança no repertório da companhia?

Partindo dessa troca de experiências tivemos por objetivo geral: potencializar a preparação corporal dos bailarinos nas *Street Dance* dentro do *Artigo 5* Cia de Dança a partir da abordagem somática de Klauss Vianna para um melhor desenvolvimento artístico em cena. Com os seguintes objetivos específicos: analisar as abordagens corporais praticadas no *Artigo 5*; implementar a abordagem somática nas aulas preparatórias para o *Street Dance*; verificar se houve melhoria no processo de formação dos bailarinos do *Artigo 5* com a implementação sistemática de educação somática.

Tendo em vista que a origem desta pesquisa foi decorrente da necessidade de melhorar o desempenho artístico do elenco da Cia *Artigo 5*, na produção de novos conhecimentos para

a sua prática. Esta pesquisa foi classificada como aplicada, em que “[...] objetiva gerar conhecimentos para aplicação prática dirigidos à solução de problemas específicos. Envolve verdades e interesses locais.” ressalta Prodanov e Freitas (2013, p. 51).

Quanto aos objetivos desta pesquisa, configurou-se como exploratória, cuja finalidade era experienciar os conhecimentos da Técnica de Klauss Vianna nas *Street Dance* através dos bailarinos da Cia Artigo 5, com um planejamento flexível e levantamento bibliográfico. O problema desta pesquisa partiu de uma observação na companhia Artigo 5, e de uma necessidade, demandada pela própria companhia, de melhorias corporais de cada bailarino nas práticas das *Street Dance*.

E com base nesse interesse coletivo, busco através dessa pesquisa investigar as possibilidades, de cada bailarino ao qual utilizamos para a resolução do problema a pesquisa-ação. Tomando como ponto de partida o objetivo desta pesquisa – sendo desenvolver e potencializar a formação dos bailarinos de danças urbanas do Artigo 5 Cia de Dança com o uso da Técnica Klauss Vianna – a nossa pesquisa desenvolveu-se de forma qualitativa.

Os dados foram coletados utilizando-se de rodas de conversa, atividades práticas, diário de campo, gravador e celular para filmagens. Para a pesquisa, a seleção dos participantes para a coleta de dados foi realizada por meio da observação da pesquisadora através das aulas frequentadas na Cia, apesar de todos os bailarinos terem realizado o laboratório, apenas cinco bailarinos foram selecionados para a pesquisa por estarem disponíveis em todos os horários do laboratório.

Utilizaram-se laboratórios de dança para trabalhar, registrar o andamento e o desenvolvimento da preparação corporal dos bailarinos nas *Street Dance*. Os participantes eram bailarinos da Cia Artigo 5 entre 21 e 31 anos. A mostra era composta por 2 mulheres e 3 homens, e como requisito básico foi solicitado que a vestimenta fosse confortável, muita das vezes mais colada ao corpo, e os acessórios como colar, brinco, óculos (em momentos necessários) fossem retirados para melhor concentração e liberdade de movimento.

Os cinco participantes escolhidos para essa pesquisa, vinham de uma linguagem artística diferente antes de conhecerem as *Street Dance* e, iniciaram os seus estudos em anos diferentes, sendo a escolha do improviso a melhor solução para essa pesquisa, visto que a coreografia mecaniza e não lhes proporcionam uma liberação e uma consciência do seu próprio corpo em movimento, já que os passos já estavam predeterminados.

Nas vertentes das *Street Dance* foi escolhido o *Locking* como representante para o estudo da TKV. O improviso foi baseado na técnica do *Locking* em que cada participante

ficou livre para se movimentar com suas bases e variações conforme sua capacidade e conhecimento a respeito do estilo.

É importante ressaltar também que as aulas de *Locking* da companhia não foram realizadas durante o período de laboratório, visto que poderia interferir no processo final desta pesquisa, em que o trabalho com o estilo *Locking* foi executado juntamente com a sistematização da abordagem somática de Klauss. Para melhor coleta de dados acerca da potencialização do corpo do bailarino por meio dessas duas técnicas.

O trabalho divide-se em três capítulos. O primeiro apresenta tópicos relacionados ao contexto histórico e conceitual de Klauss Vianna, relacionando a abordagem somática e o seu uso na dança. Os principais autores utilizados foram Vianna e Lima (2005), Miller (2007), Neves (2012) e Strazzacappa (2012).

O segundo capítulo direciona-se para as Street Dance, evidenciando também a parte histórica dessas danças, bem como a sua trajetória em Manaus. O último capítulo dedica-se a apresentar os procedimentos metodológicos e resultados alcançados.

## CAPÍTULO 1 - ABORDAGEM SOMÁTICA E DANÇA

### 1. 1 Breve histórico e conceito sobre a Abordagem Somática

A educação somática é um novo campo de estudo que engloba uma diversidade de conhecimentos onde os domínios sensoriais, cognitivos, motores, afetivos e espirituais se mesclam com ênfases diferentes, tornando-se um campo de pesquisa interdisciplinar entre os séculos XIX para o século XX, desempenhado por profissionais das áreas da saúde, da arte e da educação.

Profissionais que historicamente desempenharam o papel de descobrir e investigar a potência da escuta do corpo, em momentos e períodos cronológicos distintos, emergindo novos conhecimentos e levando a uma nova formação independente de vários sistemas de investigação corporal na Europa e nos Estados Unidos.

Conforme Marcia Strazzacappa (2012) que observa alguns pontos em comum através de seus estudos e análises dos principais fundadores sobre as técnicas de educação somática, em que formula uma identificação desses métodos e escolas.

1. as técnicas de Educação Somática estudadas tiveram um ponto de partida comum: uma lesão séria, uma doença crônica ou uma moléstia; 2. as técnicas de Educação Somática colocaram em questão a medicina normalmente praticada nos países ocidentais; 3. as técnicas de Educação Somática percorreram uma trajetória similar, essencialmente empírica, que ia da prática à teorização; 4. as técnicas de Educação Somática apresentam como pensamento fundador a unificação corpo/espírito do indivíduo (STRAZZACAPPA, 2012, p. 49)

O início da investigação do corpo é manifestada quando o indivíduo experimenta os meios e formas de melhorar suas necessidades (doença e limitações físicas) experienciando práticas desconhecidas em busca da resposta às suas individualidades que na ciência dominante não oferecia. Os estudos das práticas desconhecidas levou o indivíduo a um novo diálogo com o corpo, podendo reaprender, livrar-se de dores, mover-se com mais facilidade e realizar trabalhos da vida com mais eficiência e atuar com maior vitalidade e expressividade. Segundo (DOMENICI, 2010, p. 70) “o campo compreende diversos métodos de trabalho corporal, [...] propondo novas abordagens do movimento, a partir de pressupostos que divergem da visão mecanicista do corpo.”.

A partir dessa investigação do corpo manifestam-se nos trabalhos como a “de Freud, Jung e Reich na Psicologia, Delsarte, Laban e Dalcroze nos estudos culturais (arte, arquitetura, cristalografia, dança e música), Heinrich Jacoby e John Dewey na Educação e Edmond Jacobson na pesquisa médica” (EDDY, 2018, p. 29). Estudos que se tornaram ponte para os novos investigadores e educadores corporais e suas novas abordagens.

Nesse mesmo período ocorre também a migração de pessoas e ideias do Oriente para o Ocidente, moldando-se às artes marciais e o yoga em uma prática corporal, expondo às filosofias de unificação do corpo/mente do indivíduo, que são em seguida reconhecidas pelos métodos somáticos. Usando essa unidade (corpo/mente) em que o corpo é a observação da realidade como ela é através das práticas e a mente será a interpretação das práticas conforme seus sentimentos e emoções.

Assim, surgindo novas abordagens e educadores somáticos como: Moshe Feldenkrais (Método Feldenkrais), Ingmar Bartenieff (Método Bartenieff), Gerda Alexander (Eutonia), Matthias Alexander (Técnica de Alexander), Ida Rolf (Rolfing), Mabel Todd (Ideokinesis), Bonnie Bainbridge-Cohen (Body-Mind Centering), entre outros, criando suas teorias baseadas em suas próprias experiências e métodos que se mostraram bastante eficientes e disseminados por seus discípulos nas décadas seguintes.

O termo Educação Somática foi definido pelo norte-americano Thomas Hanna (1928-1990). Em busca de uma palavra que descrevesse e unificasse processos sob uma expressão, um grupo que lidasse com o corpo através da exploração e investigação de si. Referindo a educação somática como sendo “a arte e a ciência de um processo relacional interno entre a consciência, o biológico e o meio-ambiente. Estes três fatores vistos como um todo agindo em sinergia” (HANNA apud STRAZZACAPPA, 1983, p. 7).

O corpo na abordagem somática é percebido e observado internamente, e não um corpo que é observado e percebido por outra pessoa. Segundo Green (2002, p. 114), "o corpo é entendido pela ótica da somática não como um objeto mas como um processo corporificado de consciência interna e comunicação". Esse corpo é um sujeito que tem uma simultaneidade com o objeto vivendo num espaço-tempo e interagindo com seu interior e exterior. “Essa simultaneidade destaca o aspecto fenomenológico do corpo, um sensível e inteligível, datado e localizado espacialmente, que traduz a sensibilidade do ser e toda a memória do vivido.” (VIEIRA, 2015, p. 133 e 134).

A palavra “somática” vem do grego soma — um corpo vivo com experiências vividas — separando do termo de um corpo-matéria ou corpo-objeto, também visto para designar o que antes na América foi denominado de *body work*<sup>1</sup>, *body-mind practices*<sup>2</sup>, entre outros termos. Hanna (1986) utiliza a palavra soma para substituir a palavra corpo, pois segundo Bianchi (2014, p. 35) “Soma se diferencia de corpo pela questão do ponto de vista: é a

---

<sup>1</sup> Para mais informações sobre *body work*, sugerimos o site: <<https://conscioussoma.com/>>. Acesso em 20 de maio de 2022.

<sup>2</sup> Sobre *body-mind practices*, sugerimos o site: <<https://www.cancer.gov/>>. Acesso em 20 de maio de 2022.

propriocepção imediata e única através dos sentidos.” Ao qual trago os dizeres de Vieira sobre o tema soma.

Na Educação Somática, é utilizado no sentido do corpo que é percebido, observado internamente, em oposição ao corpo como aquele que é observado de fora, o corpo visto por outra pessoa. O soma é o modo que cada um de nós experiência, vivência, numa perspectiva interior, os fluxos de sensações e sentimentos; o modo de emocionar, desejar, imaginar, fazer, mover-se; o modo de ser e estar no mundo; nossa confiança, sentido de segurança, equilíbrio; o modo de alegrar-se, de entristecer-se, de sofrer, de relacionar-se com objetos, lugares, acontecimentos, pessoas; e o modo de relacionar-se sexualmente. (VIEIRA, 2015, p. 136)

No deslocamento linguístico de Hanna na expressão de seus fundamentos teóricos, a soma é “como corpo vivo e Somática como o campo exclusivo que aborda seu estudo por um ponto de vista subjetivo” (Giorgi, 2015, p. 57). Ao entendermos sobre o termo somático, conduzo esse texto para os dizeres de Bianchi (2014) que também sugere a substituição da palavra educação por abordagem acreditando-se que a palavra educação remete a uma ideia tradicional de hierarquização, vinculado no aprendizado de adquirir, captar e memorizar, enquanto a palavra abordagem nos indica a não rigidez para experimentação de uma ideia mais horizontalizada ligada ao apreender, captar e perceber.

O termo passou a ser gradualmente consolidado segundo Sylvie Fortin, após a realização do primeiro simpósio bianual “*Science and Somatics for Dance*”, em 1989, o que se verifica depois na formação do *International Somatic Movement Education and Therapy Association*, nos Estados Unidos, e do *Regroupement pour l’Education Somatique*, no Quebec. No Brasil, vimos o reconhecimento dos trabalhos de Klauss e Angel Vianna e de José Antonio Lima, instrutores de diferentes técnicas que se disseminaram pelo país, além da abertura de cursos superiores, pós-graduação e especialização em dança com abordagens somáticas.

Recentemente, Michèle Mangione (1993) distinguiu três períodos no desenvolvimento da educação somática: da virada do século aos anos 30, quando os pioneiros desenvolviam seus métodos, geralmente à partir de uma questão de auto-cura: 1930-1970, período que conheceu uma disseminação dos métodos graças aos estudantes formados por estes pioneiros; e dos anos 70 até hoje onde vemos diferentes aplicações se integrarem às práticas e estudos terapêuticos, psicológicos, educativos e artísticos. (FORTIN, 1999. p. 43 )

VIEIRA (2015 p. 130) aborda sobre uma palestra proferida pela autora Sylvie Fortin nos *Seminários Transculturais de Teatro e Dança da Universidade Federal da Bahia (UFBA)*, acrescentando dois outros momentos desse desenvolvimento. O terceiro período citado pela autora foi organizado dos anos 1970 até os anos 1990. As décadas de 1990 e 2000 foram estruturadas pela integração dos métodos e diversas técnicas terapêuticas, psicológicas,

educacionais e artísticas. De 2000 em diante o reconhecimento social se ampliou juntamente com o desenvolvimento da comunidade de pesquisadores sobre o tema passou a promover o diálogo entre os campos semânticos e o acadêmico.

Bianchi (2014) ressalta que nas últimas décadas os termos soma e somático vêm se popularizando e conseqüentemente perdendo seu sentido original, passando a ser utilizados indiscriminadamente para definir qualquer técnica ou método que fuja de uma visão corporal mecanicista. Visto como uma forma de garantia a qualquer trabalho corporal ditando técnicas de educação somática que se aplicam ao conjunto de movimentos com um punhado de pensamentos na esperança de transformar o sujeito e sua relação com o mundo. Lima (2010) designa quatro parâmetros que permitem circunscrever o campo de atuação das abordagens somáticas:

(1) a defesa da individualidade do ser: corpo/espírito, alma/matéria, corpo/mente etc.; (2) a defesa de que as relações que o indivíduo mantém com o seu fazer no mundo podem criar situações que se fixariam sobre o comportamento psicomotor, impedindo seu adequado desempenho, cuja recuperação cada uma das técnicas propõem; (3) os conhecimentos que dão suporte às teses são de caráter científico e fazem parte das ciências biológicas e humanas; (4) a defesa de que o desenvolvimento no indivíduo da consciência de seus próprios atos é instrumento de mudança de seu estar no mundo. (LIMA, 2010, p. 45)

Assim, podemos discernir o andamento e a estruturação das abordagens somáticas acerca dessa circunscrição de Lima (2010) citado acima. Na busca do entendimento da abordagem somática ao adentrar no setor da dança.

## 1. 2 Abordagem Somática nas Danças em geral

O encontro da dança com a abordagem somática deu-se em um momento de saturação dos modelos da dança moderna. Havendo um grande interesse dos artistas na busca do aperfeiçoamento técnico e do trabalho preventivo, encontrando os recursos que permitissem compreender melhor suas limitações e capacidades corporais.

A codificação das técnicas corporais efetivadas por artistas e escolas modernas como Martha Graham<sup>3</sup>, José Limón<sup>4</sup>, Merce Cunningham<sup>5</sup> que desenvolveram uma prática acerca

---

<sup>3</sup>**Martha Graham**, coreógrafa, dançarina e professora de dança e fundadora da Martha Graham Dance Company, discípula da dançarina americana Ruth Saint Denis. Desenvolveu uma técnica de treinamento que incluía uma relação profunda entre respiração e movimento e um contato muito próximo com o solo.

<sup>4</sup>**José Arcadio Limón** foi um bailarino e coreógrafo mexicano que em 1940 fundou a Companhia de Dança José Limón e em 1968 criou a Fundação José Limón para continuar seu trabalho. Em sua coreografia, Limón falou das complexidades da vida humana como vivenciadas através do corpo. Suas danças apresentam gestos grandes e viscerais - alcançando, dobrando, puxando, agarrando - para comunicar a emoção.

<sup>5</sup>**Merce Cunningham** foi um bailarino e coreógrafo norte-americano. Sua carreira de sete décadas se destacou pela constante inovação na qual expandiu as fronteiras da arte contemporânea, das artes visuais, das artes cênicas e da música, possuindo características marcantes de sua dança, um caráter experimental e estilo vanguardista.

de sua concepção pessoal tinha o objetivo à adequação do movimento do intérprete as ideias concedidas por eles, com o intuito de uma técnica de dança que seguiu um padrão estético-criativo, diferentemente dos educadores somáticos que não pensavam em movimentos padronizados, nem corpos estéticos e nem uma pré concepção estética.

Esse encontro provoca mudanças nas formas de pensar o corpo na dança, além de reivindicar o respeito aos limites anatômicos do corpo, o estímulo para novas explorações de movimentos e provocar questionamentos acerca dos modelos e concepções firmados pelos tradicionalistas, a abordagem somática busca resgatar a unidade e identidade do ser humano. Formulando a ideia de que nenhum ser humano é igual ao outro e que suas diferenças deveriam ser respeitadas.

Nessa união houve uma contribuição fortemente significativa acerca da expansão da abordagem somática no mundo da dança, pois através de uma série de artigos publicados em 1983 na *Dance Magazine* e por seu trabalho no *American Dance Festival*, Martha Myers<sup>6</sup> foi pioneira no advento “ciência e somática da dança”, contribuindo e influenciando não apenas trabalhos individuais de professores, intérpretes e coreógrafos, mas também os programas institucionais de formação. Hoje, as práticas somáticas se infiltram em todos os meios de formação em dança: dos conservatórios de dança clássica às universidades que oferecem programas de dança contemporânea, passando pelos estúdios particulares que oferecem uma formação à vocação recreativa. (FORTIN, 1999, p. 43 )

A partir desse momento, os métodos somáticos passaram a ser experimentados com mais frequência não somente por indivíduos na busca de saúde e bem-estar, mas também por interesse de produzir através do seu corpo uma manifestação artística, na busca de novas construções corporais e melhorias a respeito de suas performances. Nesse sentido, o trabalho gerado pelo encontro da educação somática com a dança contribuiu enquanto a ousadia estética da dança possibilitou um novo campo experimental para a educação somática, fornecendo auxílio para os coreógrafos e intérpretes-criadores na construção de seus corpos.

As técnicas desenvolvidas têm uma noção fundadora comum, que é a unificação do corpo e mente. Embora pareça ser, a princípio, um ponto comum esse pensamento tem um longo debate. No entanto, não entraremos nesta problemática para não ingressarmos em outros debates acerca disso.

De acordo com Márcia Strazzacappa (2009, p. 51)

---

<sup>6</sup>Martha Myers trabalhou a relação entre a somática e a medicina da dança, caracterizou a somática como historicamente focada em uma forma intuitiva de conhecer. Um artigo publicado por ela está no livro: Myers M. Dance science and somatics: A perspective. *Kinesiology and Medicine for Dance*. 1991/92;14(1):3-19.

A afirmação da unidade corpo/espírito é defendida ao longo dos discursos de certos reformadores que tendem a manter em suas retóricas a utilização do duplo conceito “corpo/ espírito”. Ora, se o Homem é uma unidade, por que, então, continuar a acentuar o dualismo? Outros reformadores estão convencidos da unidade, mas, em suas práticas, acentuam um elemento em relação a outro. Mais uma vez, se o Homem é uma unidade, é possível haver a supremacia de uma parte em relação à outra? Assim, poderíamos dividir os reformadores em dois grupos: o primeiro, que acentua a ação do pensamento sobre o corpo, e o segundo, que acredita que o corpo tem uma ação mais efetiva sobre o pensamento. Embora fique claro que nenhum dos dois grupos nega a existência destes dois fatores como elementos edificantes de uma unidade do indivíduo.

Essa ligação entre o corpo-mente (corpo/espírito) em que instrutores da abordagem somática procuram desenvolver está no simples fato sendo bloqueada pelo nosso dia a dia, nas emoções, nos pensamentos, nos fatos sociais, culturais, políticos e espirituais tudo em andamento com o corpo que nos faz criar um bloqueio entre o corpo e mente com relação ao nosso bem-estar. A auto regulação é uma das capacidades de reencontrar esse equilíbrio corpo-mente que é um dos eixos do ensino da abordagem somática. Fazendo com que saibamos lidar com fatos do cotidiano, buscando pensar em como se executar a ação e não na repetição codificada.

A inter-relação da Educação Somática com a dança quando comenta que o trabalho da somática não se dá sobre um bailarino, mas sobre o indivíduo, alguém que se dispõe a entrar em contato com seus limites e potencialidades e que busca ampliar suas possibilidades perceptivas e expressivas. Esse indivíduo pode fazer muitas coisas, inclusive dançar. (SOTER apud VIEIRA, 2015, p. 138)

As técnicas da abordagem somática aplicadas no indivíduo não vieram substituir as técnicas da dança, pelo contrário vieram complementar e ampliar o conhecimento corporal proposto pros praticantes, pois os métodos somáticos procuram estabelecer uma ligação indivisível e indissociável entre o corpo e a consciência.

“A tendência que prevalece nos dançarinos é de enriquecer seu treinamento cotidiano seguindo uma ou duas aulas por semana de uma ou outra técnica somática” (FORTIN, 1999, p. 47), visto que a abordagem somática tornou-se um ingrediente de formação complementar às mais tradicionalistas aulas de técnica trabalhadas cotidianamente. Cujas crenças é que ao praticar um método somático além das aulas de dança, mudarão eventualmente sua maneira de trabalhar.

Não é difícil ver dançarinos perfeitamente alinhados ao final de uma aula de educação somática, retornarem a seus hábitos na sua aula de dança no dia seguinte. [...] A transferência de um aprendizado de um contexto a outro deve ser favorecida pelo professor de dança e por este da educação somática, senão as aulas de educação somática correm o risco de serem vistas simplesmente como um meio pontual de receber um alívio temporário ou de se dar um condicionamento físico complementar ao invés de servir como trampolim a uma mudança profunda de atitude face à maneira de pensar o corpo. As aulas de educação somática oferecidas como treinamento complementar não devem apenas encorajar os estudantes a ficarem

atentos às sensações proprioceptivas que acompanham seus movimentos, mas elas devem propor-lhes meios concretos que tornarão possível continuar a aprender sobre eles mesmos fora do meio somático, em sua vida cotidiana e em suas aulas de dança. (FORTIN, 1999, p. 47- 48)

Baseando-se nos elementos apresentados por Lima (2010) que designa quatro parâmetros neste texto, podemos descartar algumas tentativas e equívocos de incluir técnicas de dança com fins estéticos e/ou culturais (balé clássico, dança moderna, *street dance* capoeira, etc.) e técnicas de combate (taekwondo, luta tailandesa, jiu-jitsu, etc.), como técnicas de Educação Somática, quando ministradas dando ênfase à consciência corporal.

Mesmo que a prática de determinada dança ou de luta busque aprimorar e desenvolver maior flexibilidade e adquirir maior consciência corporal, professores de variadas técnicas corporais se auto-intitulam educadores somáticos ou divulgam seus trabalhos com esse nome. Porém, o que permite ser considerado como Educação Somática não é a realização ou preocupação e atenção com o corpo, e sim, como vimos no presente texto de Strazzacappa sobre a identificação dos métodos somáticos, retratando sua gênese, seus fundamentos, suas metas e as metodologias empregadas para chegar a esses objetivos.

Mesmo que as técnicas elencadas acima, independente de não terem o “selo” de Educação Somática. Praticadas de forma consciente e com mediação de um bom professor, instrutor e/ou mestre apresentaram trabalhos técnicos altamente qualificados. Segundo Strazzacappa (2012), um trabalho de Educação Somática não é garantia de qualidade, se for sendo realizado de qualquer forma, sem nenhuma orientação adequada. Ou seja, o crédito não está na técnica em si, e sim em quem a ministra e orienta.

Todavia, mesmo que ambas possam ser trabalhadas separadamente com o objetivo de pensar o corpo e sua estrutura, existem certos trabalhos que associam as atividades convencionais de dança (balé clássico, dança moderna, *street dance* capoeira, etc.) com a abordagem somática (Alexander, Feldenkrais, Ideokinesis, Bartenieff Fundamentals, Body-Mind-Centering) surtem um efeito muito positivo tanto para os professores e/ou coreógrafos quanto para os bailarinos e/ou intérpretes-criadores.

Sylvie Fortin realizou um estudo com três dançarinas profissionais com o objetivo de analisar os efeitos da Educação Somática sobre o trabalho profissional enquanto dançarinas, professoras e coreógrafas. Nesse estudo, evidenciou-se que a Educação Somática, como instrumento para professores e coreógrafos, pode mudar a qualidade do trabalho em sala. “A educação somática não está mais sendo oferecida simplesmente como um treinamento complementar, nem para o estudo da técnica; cada vez mais, ela está sendo integrada à própria aula técnica” (FORTIN, 1998, p. 64). (STRAZZACAPPA, 2012, p. 52)

A ação das técnicas de abordagem somáticas nos cursos de dança está começando a modificar a estrutura de atividades dos cursos. Anteriormente citado no texto acima, os

próprios coreógrafos que impulsionaram essa evolução, introduzindo ideologia estéticas nas aulas de dança e nos trabalhos coreográficos, a abordagem somática ocupa atualmente um lugar de destaque ao lado de coreógrafos e diretores teatrais, concluindo-se que a percepção do papel somático poderá mudar, visto que sua prática seja incorporada em grande escala nas aulas de técnica de dança e/ou laboratórios coreográficos.

### **1.3 Uma abordagem brasileira: A Técnica de Klauss Vianna**

O campo da abordagem somática se expandiu muito nas últimas décadas, tornando-se um fenômeno atual do campo. “Além da disseminação dos primeiros métodos (Alexander, 1991; Bartenieff, 1980; Doud, 1996; Feldenkrais, 1972; Todd, 1980; Vishnivetz, 1995.)” (DOMENICI, 2010, p. 74) surge uma série de novas práticas já existentes e outras surgindo pela hibridação de métodos que existem.

No Brasil destacam-se duas propostas de educação/abordagem somática bastante originais: Klauss Vianna e José Antonio Lima e seus colaboradores, Angel e Rainer Vianna, criando suas propostas através de trabalho com o público composto por dançarinos e atores. Trabalho esse que já se tratava de uma sinergia com as artes do corpo.

[...] criaram uma proposta que destaca a pressão sobre os apoios (resistência), as oposições musculares, espaços articulares e direções ósseas (Miller, 2007; Neves, 2008). Lima, ex-aluno e assistente de Vianna, desenvolveu a proposta denominada Reorganização Postural Dinâmica (Lima, 2010), utilizando o trabalho muscular lento e contínuo contra uma resistência oferecida pelo próprio corpo. Tanto Vianna quanto Lima criaram suas propostas trabalhando com um público composto, em sua maioria, por dançarinos e atores; portanto, já se trata da sinergia com as artes do corpo, expansão que é fruto do encontro do qual estamos falando. (DOMENICI, 2010, p. 74)

No Brasil, Klauss Vianna foi o pioneiro na pesquisa em educação somática, expressão essa que não se utilizava naquela época. Segundo Jussara Miller (2007) a sua técnica tinha um diferencial por chegar a uma pesquisa anatômica/estrutural, partindo da pesquisa didática/estética de um professor/coreógrafo, permitindo um processo criativo ainda mais permeável, posto que outras técnicas caminhavam inversamente, pois a pesquisa iniciava-se com intenções terapêuticas e posteriormente se tornaram uma pesquisa estética.

Como muitos criadores, Klauss Vianna não tinha a intenção de sistematizar o seu trabalho. Desde o início (1950) conduziu seu trabalho como uma pesquisa, ao lado de sua futura esposa, conhecida artisticamente como Angel Vianna. Seu estudo buscava soluções, criando procedimentos e mudanças, sendo cuidadoso com a coerência do que propunha.

Com o objetivo de descobrir uma dança que coubesse no corpo brasileiro, vista como resultado de nossa cultura miscigenada, rica em diversidades, híbridas. “Diversidade baseada

também nas particularidades de cada corpo, respeitadas e valorizadas. Diversidade e mobilidade no tempo, pois propunha movimento, abertura para a mudança, o novo. Espaço para a respiração, para a criação singular de cada corpo” (NEVES, 2010, p. 27).

Klauss estava sempre em busca da autenticidade do movimento, valorizando o processo de ampliação das possibilidades do corpo. Não priorizava a forma do movimento no corpo, e sim, o movimento íntegro sendo produzido por um corpo presente e consciente das suas necessidades e possibilidades de expressão. Klauss (2005, p. 112) comenta que "a forma pura é fria, estática, repetitiva. Dançar é muito mais aventurar-se na grande viagem do movimento que é a vida".

Um processo com elementos primordiais para conscientização corporal em que Klauss experimentava como caminhada, apoios, massagens, atenção, oposições, movimentos espirais, em que a consciência corporal é a habilidade necessária para se chegar a uma forma, que segundo ele deveria está preenchida de intenção. A partir do trabalho de autoconhecimento.

A partir dessa ideia de um trabalho de autoconhecimento e de transformação de padrões, Klauss buscava compreender esse movimento vivo que a cada momento se renova. Cujos objetivos principais são, com esse aprofundamento processual do conhecimento do corpo, incrementar as possibilidades individuais de movimento e comunicação.

Para tanto, pesquisou instruções que, primeiramente, promovessem uma relação adequada com as forças mecânicas que regem o movimento e que, agindo no sistema motor, alongando e fortalecendo a musculatura, abrindo espaços articulares, direcionando os ossos de forma eficaz para o funcionamento adequado da musculatura, contribuíssem para a ampliação das possibilidades de movimento de cada corpo. As instruções são trabalhadas de maneira a gerar o entendimento do funcionamento do corpomente e a autonomia no seu processo evolutivo. (NEVES, 2010, p. 28-29)

A sua resistência de considerar sua metodologia como uma sistematização de uma técnica, visa a estagnação das formas prontas e codificadas, temendo uma ordenação enrijecida, sufocando e roubando os espaços criativos dos corpos e do objetivo de sua pesquisa. Além disso, na segunda metade do século XX, Klauss viveu o momento histórico da dança em que muitos bailarinos e coreógrafos questionavam os parâmetros de rigidez da dança clássica, por exemplo; momento de ruptura da rigidez das técnicas e a busca para a “escuta do corpo”.

Momento histórico em que Klauss Vianna fez parte desenvolvendo esta busca no Brasil. Visto que, desde o início de sua carreira, seu próprio corpo transmitia limites principalmente no ensino do balé. Buscando na dança, e através do seu interesse e

envolvimento com o teatro, uma maneira de ver e testar o corpo que dança. Com o interesse pela capacidade de expressão e comunicação dos corpos.

Klauss aprofundou seu conhecimento sobre o corpo e o movimento, criando a partir daí seu trabalho, que explica e situa no livro “A Dança” (2005) onde desenvolve, entre outros pensamentos acerca de sua visão sobre a técnica da dança. Rainer, o seu filho, sempre defendeu como uma técnica de dança.

Porém, Klauss evitou apresentar seu trabalho como técnica, todo o seu estudo estava baseado nas questões do corpo e não em formas codificadas, tendo a função de promover um conhecimento do corpo, com o intuito de flexibilizar os padrões formais e abrir espaço para a expressão da singularidade individual.

Atualmente chamamos de Técnica Klauss Vianna – TKV – um trabalho que se sistematizou a partir de 1984 pelo seu filho Rainer Vianna e sua esposa Neide Neves. Segundo Neves (2010) antes de receber o nome que conhecemos hoje, foi dado de Dança Livre e era ministrado por eles, primeiramente no Espaço Novo – Centro de Estudos do Movimento e Artes, aberto em 1983, no Rio de Janeiro, por Angel Vianna e Rainer. Em seguida, de 1984 a 1988, no Centro de Dança Livre Corpo e Artes, dirigido por Rainer e Neide Neves, até chegarem em São Paulo com o objetivo de estar mais próximos de Klauss.

O adjetivo “livre”, neste caso específico, estava qualificando um trabalho que buscava a expressão individual e a autonomia. Tratava-se e trata-se sempre do conhecimento e trabalho do corpo e do movimento para a conquista de uma autonomia nos processos corporais e de criação nas artes. Ainda no Rio de Janeiro e a partir de 1988 em São Paulo, foi ensinada com o nome Dança Consciente e, em seguida, Técnica do Movimento Consciente, frisando a importância da atenção presente e focada para um trabalho consciente e integral do corpo. Só na Escola de Dança Klauss Vianna, inaugurada por Klauss, Rainer e alunos em São Paulo, em 1992, veio a receber o nome de Técnica Klauss Vianna, pois o que foi sistematizado foi uma pesquisa teórica-prática a partir do trabalho de Klauss. (NEVES, 2010, p. 31-32)

Klauss semeou a compreensão de que o artista deve se provocar constantemente, buscando novos pontos de vista acerca do que se torna repetitivo e padronizado. A técnica Klauss Vianna trabalha em sua pesquisa instruções para o desbloqueio de tensões musculares e articulares que permitem tanto em colocar o corpomente em estado de disponibilidade para o uso dos recursos expressivos do indivíduo, quanto também são utilizadas para provocar e servir de caminho para a exploração, pesquisa e criação de movimentos. Todo esse trabalho está embasado e é utilizado ao modo do funcionamento do corpo, valorizando e enfatizando a relação corpo-ambiente.

A metodologia de Klauss Vianna é estruturada em diversos tópicos corporais para efetivar os seus princípios. “Todo o processo de Técnica Klauss Vianna vai depender do

aluno, ou melhor, de seu corpo e de suas limitações. O professor é apenas um facilitador e orientador” (MILLER, 2007, p. 53). Em seu curso de formação na Escola Klauss Vianna, há três estágios diferenciados que são aplicados durante três anos: 1. Processo Lúdico; 2. Processo dos Vetores; 3. Processo Criativo.

O processo lúdico, é uma introdução a técnica, denominada de "o acordar". É um processo inicial que observa a ausência corporal – desconhecendo as próprias limitações e/ou têm uma auto-imagem distorcida – observando que nessa primeira etapa, remete a maioria das pessoas incluindo os bailarinos, já que a TKV é um estudo que além do fato de trabalhar a dança e o estudo do movimento, isso não significa que é apenas de bailarinos, porém é um trabalho com o corpo que qualquer ser humano pode fazer.

Estimulamos o aluno a (re)conhecer o próprio corpo, para que ele possa promover a transformação gradual de *ausência* corporal para *presença* corporal, ou seja, da “dormência” para “o acordar”, e, conseqüentemente, disponibilizar o corpo para lidar com o instante do momento presente. Essa transformação se dá pelo despertar dos cinco sentidos, mediante os quais nos relacionamos com o mundo e desenvolvemos o sentido cinestésico, que compreende a percepção do corpo no espaço e no tempo. (MILLER, 2007, p. 54)

Neste estágio, são abordados sete tópicos corporais, estabelecendo uma inter-relação entre eles. Cujas pesquisas trabalham de maneira lúdica, como um jogo de experimentação orientado pelo professor.

**Presença:** o trabalho desse tópico é iniciado na “auto observação conduzida pelos sentidos, o despertar sensorial, que ampliará o sentido cinestésico, resultando em uma presença: o estar presente aqui e agora” (MILLER, 2007, p. 59). Em que o chão é o elemento primordial e aliado no desempenho da percepção do próprio corpo nesta etapa. Corpo este, presente que possibilita o estar “vivo” e atento aos acontecimentos e sensações do tempo, como aparenta Miller (2007) desligando do piloto automático.

**Articulação:** o trabalho das articulações é feito pela exploração das possibilidades do movimento, em que, primeiro são identificadas e localizadas no corpo o encontro de dois ou mais ossos, na busca de obter maior liberdade e ganhar mais espaço nos movimentos a serem executados. Após identificar e explorar as articulações, ambas são trabalhadas em diferentes níveis e tempos como forma de lubrificar e/aquecer as articulações. “Todo o estudo tem enfoque na estrutura óssea. Além da consciência do modo de conexão de dois ou mais ossos e sua mobilidade, o esqueleto vai ganhando uma dimensão de suporte do corpo como um todo, como um sistema integral, em que uma parte interfere na totalidade.” (MILLER, 2007, p. 64).

**Peso:** este tópico é uma ponte do trabalho de articulação para o de apoios. Havendo executado a liberdade das articulações, vai permitir a percepção desse peso de cada parte do

corpo, na busca do despertar os diferentes apoios no chão. “A percepção de peso evidencia a dosagem do tônus muscular (estado de tensão permanente dos músculos), pois, quando eu me excedo na tensão da musculatura, a sensação de peso desaparece e, como consequência, a articulação se retrai” (MILLER, 2007, p. 65). Com a percepção de peso, adentramos no relaxamento da musculatura (alívio de tensões) que difere do abandono dela.

**Apoios:** os exercícios pensados nos apoios têm como foco principal a utilização dos apoios oferecidos pelo chão, percebendo partes do corpo que se encostam no chão e aquelas que não se encostam. “O chão tem função primordial para o reconhecimento dos pontos de apoio, tanto na pausa, quanto em movimento, na passagem de uma posição para outra”(MILLER, 2007, p. 67). Essa relação com o solo vai se ampliando para a relação com os objetos, adquirindo um tônus muscular adequado para cada situação.

**Resistência:** O treinamento do tópico de resistência, utiliza-se de tensões equilibradas dos músculos, abordando a atividade no chão, em seguida na parede e depois o contato um com o outro, partindo para o uso da resistência em relação ao espaço. Esse trabalho aumenta “o tônus muscular com o intuito de acordar a musculatura do corpo interno, possibilitando, assim, mais clareza e limpeza de movimento, além da prontidão e da força de sustentação do corpo como um todo” (MILLER, 2007, p. 71).

**Oposições:** O estudo desse tópico é o principal do processo dos vetores de força do corpo, em que desenvolvem a capacidade de sentir os ossos, despertando a sutileza do direcioná-los, respeitando os limites anatômicos. “O uso das oposições é aplicado para proporcionar espaços nas articulações por meio do jogo de forças opostas, com duas tensões opostas” (MILLER, 2007, p. 71).

**Eixo Global:** aplicação dos tópicos anteriores nas aulas do TKV proporcionam o eixo global, adquirindo a centralização do corpo com o alinhamento da estrutura óssea e o tônus muscular adequado. “[...] exploramos simetria e assimetria em diferentes posturas, trabalhando a relação dos membros inferiores e superiores com o tronco. Pesquisamos movimentações variadas, como espirais, recolhimento e expansão, [...]” (MILLER, 2007, p. 75)

O processo dos vetores é o segundo estágio ministrado pela TKV, um trabalho de direções ósseas, mapeado em oito vetores de força distribuídos pelo corpo. Esse mapeamento se inicia pelos pés e finaliza-se no crânio, havendo entre eles uma inter-relação sendo reverberada sob o corpo inteiro. Cada vetor de força é direcionado e aciona específicas musculaturas, que funcionam como alavancas ósseas na busca de organizar as ações dirigidas e determinado movimento.

Nesse estágio, a estrutura óssea é a base do andamento do estudo do corpo em movimento. Segundo Miller (2007) os alunos visualizam e manipulam os modelos representativos de ossatura para facilitar a percepção da sua própria estrutura óssea, não mais se utilizando de metáforas ou métodos lúdicos como estímulo para o movimento, tornando algo mais palpável e concreto. Nota-se que o propósito da TKV sobre a anatomia e cinesiologia, não é tornar o aluno ou o professor especialista, e sim, abarca o conhecimento adequado sobre a anatomia com o objetivo proposto pela técnica, não se detendo somente no conhecimento formal sobre o corpo humano.

A análise dos vetores utiliza ferramentas direcionadas ao “corpo sentido” em que o aluno vivencia o estudo do corpo em movimento e não o “corpo analisado” que visa o estudo anatômico do corpo. No total são oito vetores a serem estudados e analisados pelo corpo e movimento: 1º vetor: metatarso; 2º vetor: calcâneo; 3º vetor: púbis; 4º vetor: sacro; 5º vetor: escápulas; 6º vetor: cotovelos; 7º vetor: metacarpo; 8º vetor: sétima vértebra cervical.

O último estágio é o processo de criação, uma etapa que resulta dos processos anteriores. Segundo Miller (2007) o processo de criação não tem fim, é um trabalho que interfere um no outro construindo para o próximo enredo, tratando-se de uma pesquisa incessante em movimento. O treinamento do bailarino em sala de aula por meio dos processos lúdicos e dos vetores, criando a partir desse ponto, improvisações acerca do movimento, ganham estrutura para criar o processo criativo/coreográfico, conforme a necessidade de criação e expressão, visando transpor para o palco as vivências adquiridas em sala de aula.

#### **1. 4 A utilização da Técnica Klauss Vianna na Dança**

Cada vez mais bailarinos e coreógrafos buscam os conhecimentos somáticos para a criação e para a expressão do movimento para sua dança. Ao modo pelo qual o campo da dança busca outras formas de criação, porém o ensino da dança formal permanece muito arraigado aos modelos mais tradicionais, onde o aluno fica restringido a reproduzir o comando do professor.

Com a prática da educação somática segundo Miller (2007), percebemos que não há enfoque em adquirir um corpo adestrado e perfeito, visto que a importância dessa prática é reconhecer que o menos pode ser mais e que na pesquisa corporal em que um detalhe faz a diferença, seja em sala de aula ou em um processo de criação.

A partir desse interesse e da contribuição dos Viannas – visto que sua família estrutura as ideias juntamente com Klauss – muitas escolas de dança, instituições de ensino (graduação, especialização, mestrado, etc.), professores e/ou coreógrafos agregam por um todo, ou

somente por fragmentos as ideias somáticas. Iremos citar alguns trabalhos que visam unificar essas duas áreas, no entanto, este tópico não visa mapear as escolas, faculdades e coreógrafos que estudam essa técnica com a dança, pois vejo que poderá ser melhor elaborado e realizado em uma outra pesquisa acerca desse tema.

Iniciaremos este tópico citando Angel Vianna, esposa de Klauss Vianna, que realizou um dos grandes feitos tanto para dança quanto para as abordagens somáticas, que foi a Escola e Faculdade de Dança Angel Vianna, com a missão de assegurar a construção do pensamento do corpo em movimento. Segundo o site<sup>7</sup> da Escola e Faculdade Angel Vianna, a escola foi inaugurada em 1983 pela Angel, Rainer e Neide Neves com o nome de Espaço Novo – Centro de Estudos do Movimento e Artes, nome escolhido por Rainer Vianna, em que mais tarde é conhecido como Escola Angel Vianna, em que, no mesmo ano é aberto cursos profissionalizantes de Dança Contemporânea, momento esse especial, na formação de profissionais na área com competências e grande conhecimento corporal.

Outro espaço bastante significativo para as técnicas somáticas e dança é o Salão em Movimento, inaugurado em 2001 em São Paulo. O espaço acolhe e proporciona atividades pedagógicas e artísticas fundamentadas na TKV, desenvolvida pela discípula de Rainer e Klauss Vianna, Jussara Miller. O Salão do Movimento é um espaço de ensino, pesquisa e criação em dança que são ministradas por profissionais das áreas da educação, da saúde e das artes cênicas, em geral, como dança, teatro, música, circo, proporcionando atividades pedagógicas e artísticas que tem como foco a reflexão do corpo e o estudo do movimento consciente fundamentado na Técnica Klauss Vianna. Segundo o site<sup>8</sup> O Salão em Movimento oferece cursos para adultos, adolescentes e crianças, todos voltados para a fundamentação da TKV, essa abrangência de público é uma das características da Técnica, propondo para os estudantes que estejam focados no reconhecimento do próprio corpo o compartilhamento um com o outro das experiências e vivências corporais.

Outro trabalho bastante importante que podemos citar é sobre o Centro de Estudos do Balé (CEB), coordenado pela professora Zélia Monteiro, que orienta sua equipe com base em sua experiência e sua formação por meio de dois pilares: a escola italiana – método Cecchetti que estudou com Maria Meló; e as abordagens do movimento corporal e dança de Klauss Vianna. Com o objetivo de desenvolver e aprimorar o aprendizado do balé a partir de uma abordagem fundamentada na qualidade da execução dos movimentos. A CEB não tem uma

---

<sup>7</sup>Site: <<http://www.angelvianna.art.br/#vida-e-obra/consolidacao-da-escola-angel-vianna/1983-escola-angel-vianna-espaco-novo/>>. Acesso em: 18 de maio de 2022.

<sup>8</sup>Site: <<https://salaodomovimento.art.br/o-espaco/>>. Acesso em: 18 de maio de 2022.

sede, ela atua através de projetos e lugares da cidade de São Paulo, trabalhando com várias faixas etárias.

As demandas produzidas pelas transformações da TKV na área das Artes Cênicas nas últimas décadas tem movimentado a ampliação e organização desse mercado, havendo ainda a necessidade do aprimoramento constante dos profissionais que atuam nesta área. Em que a PUC-SP (Pontifícia Universidade Católica de São Paulo) engajados nessa perspectiva realiza o Curso de Especialização na Técnica Klauss Vianna, com o objetivo de capacitar profissionais na área de Educação Somática, de maneira geral, e na área de artes do corpo, dança e teatro, de maneira específica. Estruturando as aulas em dois núcleos: O núcleo de disciplinas de fundamentos básicos e o núcleo de disciplinas complementares. Algo inédito no Brasil, um curso que embasa-se na TKV, influenciando a história da dança e do Teatro no país.

Através dessas escolas e especializações, também temos a técnica somática inserida nas graduações em dança (UEA, UFBA, PUC, UNICAMP, etc.) através do ensino dos professores em disciplinas<sup>9</sup> como: consciência e expressividade do corpo; teoria e análise do movimento; improvisação; estudos contemporâneos do corpo; processos coreográficos, disciplinas essas que estudam o corpo em movimento, a consciência corporal e a expressividade em cena. Tópicos que são abordados pelo Klauss Vianna e que alguns professores, aplicam para um melhor entendimento dos alunos que vêm de outras vertentes de dança.

## **CAPÍTULO 2 - A LINGUAGEM DAS *STREET DANCE***

### **2. 1 Breve histórico das *Street Dance***

Na década de 30, os negros americanos, começaram a criar uma nova forma de dançar pela influência do *Tap* Americano (o sapateado) e pela movimentação corporal das danças africanas. Por ser uma dança que não tem relação com a Dança Clássica, deram o rótulo de *Street Dance*, visto que não se tratava de um único estilo de dança, tornando-se uma terminologia geral dividida em vários estilos/modalidades.

O que tem em comum nesses estilos de dança é a origem não acadêmica, vindo das ruas e das danceterias<sup>10</sup>, programas de TV, concursos de talentos, ou seja, das pessoas da cidade. “O termo caiu em desuso até o final da década de 60, com o surgimento do estilo

---

<sup>9</sup> Disciplinas essas ministradas na minha graduação em Dança pela Universidade do Estado do Amazonas - UEA.

<sup>10</sup> **Danceterias:** Clubes, casas noturnas, casa de festa.

*Locking* criado por Don Campbell, dançado nas músicas *Soul Funk* (notadamente as de James Brown). Nos anos seguintes, vários outros estilos começaram a surgir” (PALMEIRA, 2014, p. 4)

O termo *Street Dance* em sua essência “são danças vernaculares, afrodescendentes de conceito urbano” (RODRIGUES, 2015, p. 19), um rótulo criado para identificar as danças que surgiram nos Estados Unidos (EUA) nos guetos e centros urbanos, como uma forma de manifestação artística. E por meio do que acabamos de citar sobre esse ressurgimento do termo poderíamos acrescentar na frase do autor Rodrigues (2015) um *pós-funk*, por motivos da palavra se popularizar depois da dança *Funk*, no surgimento da dança *Locking*, citado anteriormente, portanto, as *Street Dance* são: danças vernaculares de contexto urbano afro-americanas pós-funk.

Essa definição veio sendo elaborada e estudada a anos e continua sendo para aqueles que veem a necessidade de tomar conhecimento sobre as diferenças de origem das danças que estão englobadas nas *Street Dance* com outras danças criadas. Discutir sobre *Street Dance* é algo delicado, porém devemos manter a mente aberta para não nos fixarmos no determinismo, pois se trata de uma história relativamente recente em que discutir esse lado mais antropológico é algo novo para os praticantes.

O *Street Dance* se popularizou e se expandiu para o mundo, e no Brasil não foi diferente, a palavra que utilizamos para representar essa dança, já foi chamada por vários nomes, *Funk*, *Break dance*, *Street Dance*, Dança de Rua, entre outros nomes durante os anos de 1980 a 2000, atualmente chamamos de Danças Urbanas tradução do inglês de *Urban Dance*.

Porém, pesquisadores como Henrique Bianchini, Ana Cristina, Marcos Rodrigues e Frank Ejara ressignificam o termo Danças Urbanas e analisam esse rótulo na construção do termo *Street Dance* de outras linguagens de dança para compreender o motivo de ser uma dança vernacular de contexto urbano.

Os estilos de dança foram criados pelas comunidades, havendo um envolvimento com tradições, no entanto, não se havia um estudo sobre os movimentos que se tinha no ambiente daquela comunidade. Todo o envolvimento daquela comunidade era como forma de manifestação cultural, por isso que *Street Dance* é uma dança Vernacular, como diz o autor Rodrigues (2018, p.18):

Como manifestação cultural é vernacular, ou seja, informal, das ruas urbanas, dos salões de dança, dos teatros e cabarés. É uma dança que está mudando constantemente, e essas mudanças, no entanto, sempre refletem uma tradição envolvente e um processo vital de produção cultural criada pelo povo, sem um

estudo prévio, ela simplesmente acontece de dentro das comunidades para fora delas.

Então, qualquer dança criada por uma comunidade que tenha uma tradição e que não teve um estudo do movimento é uma dança vernacular seja ela rural ou urbana, podemos dizer que a dança indígena é uma dança vernacular, visto desse modo será considerada um estilo das *Street Dance*, todavia existe a palavra que faz separar as danças indígenas com as danças estadunidenses, sendo a palavra urbana, como no português Danças Urbanas. Essa palavra urbano funciona não somente como limite geográfico do rural e urbano, pois muito disso foi se perdendo pela revolução de transportes, telecomunicações, mas ela funciona como diz Rodrigues (2018, p. 18) “funciona mais como um local de encontro de comunidades, uma ambientação que através das relações sociais distintas criam uma cultura de música e dança.”

Muitos dos nossos gostos, costumes, crenças, danças e músicas são adquiridos por meio de nossas famílias e de pessoas que nos relacionamos, uma tradição que pode ou não estar em constante mudança que são culturas ancestrais como a matriz africana que está fortemente presente nos guetos e centros urbanos dos EUA. Dito isso, além de ser uma dança vernacular de contexto urbano, vem de origem afrodescendente, ou melhor afro-americano para delimitar que são os descendentes americanos.

O motivo de inserirmos o *pós-funk* nesse conceito, como já citado anteriormente, foi através de um vídeo postado no *You Tube* sobre o tema do *quiz 04 – Qual é a Street Dance mais antiga?* No dia 04/04/2018 pelo Henrique Bianchini, voltado o seu conteúdo as Danças Estadunidenses e à Cultura *Hip Hop*, encaminhando seu pensamento para esse termo *pós-funk*, pois foi depois da dança *Soul Funk* que *Street Dance* renasce no momento que é criado o *Locking* e o termo *pós-funk* começou a ser utilizado para termos um ponto de partida para as danças que vieram em seguida. Por isso o conceito mais abrangente para explicar as *Street Dance* é que são danças vernaculares de contexto urbano afro-estadunidense *pós-funk*.

## **2. 2 As vertentes da *Street Dance***

### **2. 2. 1 *Locking***

Neste tópico trago uma breve revisão de algumas das danças vernaculares que compõem o universo das *Street Dance*, quando surgiram, onde foram criadas e quais os movimentos característicos de cada estilo. A história dos estilos muitas das vezes se misturam, pois, naquela época, tudo foi surgindo paralelo aos diversos lugares dos Estados Unidos (EUA).

E iniciando essa trajetória, na década de 60 ao qual a música *soul* efervescia as discotecas, havendo uma dança que acompanhou essas músicas chamadas de *Soul Funk*. Esses dois acompanhamentos de música e dança se tornaram bastante populares que começaram a apresentar no programa de TV “*SOUL TRAIN*”. Tocando músicas famosas como a do rei do *funk*, James Brown acompanhado de bastante dança como um estilo de festa social daquela época.

Nessa época surge o primeiro estilo da *Street Dance* chamado de *Locking*. Existem algumas versões do surgimento dessa dança, porém a mais comentada por todos os dançarinos que introduzem o estudo do *Locking*. É que, o passo social chamado de *Funk Chicken*<sup>11</sup> cujo criador Don Campbellock não sabia fazê-lo da forma correta, por ter um corpo "duro", praticava esse movimento, no entanto, a movimentação saia travada, partindo daí a palavra *Lock* que significa travar ou bloqueio, criando a primeira vertente da *Street Dance*.

O *Locking* é ligado ao gênero musical *Funk*, segundo Vieira (2018, p. 19) Don “Campbellock” Campbell em Los Angeles nos anos 1960, citar que o corpo do *Locker* (dançarino de *Locking*) parece congelar e retomar aceleração subitamente. Esses movimentos executados com a máxima precisão, são combinados com gestos (mímicas) ensaiados, e o *Locker* atua não só para o público, mas para outros dançarinos.

O *Locking* foi popularizado pelo grupo *The Lockers* dançarinos que se apresentavam no programa *Soul Train*. Ganhando destaque pelo figurino e coreografia, uma das peças importantes na divulgação do grupo e da dança naquela época, foi a integrante Toni Basil, bailarina clássica e com ótimo conhecimento e visão de empresarial, expande o *locking* pelo país.

**Seus principais movimentos são:** *lock, point, double lock, hammer, stop&go, Giving five, clap, up lock, wrist twirl, kick split, pacing, scoobot, scoobot hop, scooby doo, skeeter rabbit, leo walk, rock steady, which way, pimp walk volkswagen, sneak, knee drop, sambalock, muscle man, funky chicken, funky penguin, playing guitar, scooby walk, lockers walk, crazy horse, killing cockroaches.*

### 2. 2. 2 *Popping*

Na década de 70, antes do surgimento do estilo *Popping*, Sam Solomon, mais conhecido como Boogaloo Sam, criou na cidade de Califórnia Fresno, seu próprio estilo de dança chamado de *Boogaloo* em 1970. Segundo Pimentel (2020), o estilo traz movimentos

---

<sup>11</sup> Na linguagem brasileira significa passo do frango, movimentação baseada na imitação de uma galinha no ritmo musical.

soltos e fluidos que dão a impressão de que o corpo não possui ossos, em passos que podem se assemelhar aos praticados pelos Poppers. E o mesmo aconteceu com outros fundamentos como o *Wave*<sup>12</sup>, *Robot*<sup>13</sup>, *Animation*<sup>14</sup>, antes de se juntarem como fundamento do estilo *Popping*. Havendo a evolução dos aparelhos musicais e a utilização das batidas eletrônicas.

O Popping consiste, basicamente, na execução de movimentos que em sua maioria são assimétricos e exploram a contração muscular. Porém, este estilo não se limita apenas a técnicas de contração muscular, pois compõem esse estilo o Wave (executar ondas com o corpo ou parte dele), Tutting (um estilo que é baseada em geometria, padrões e ângulos com os braços), o Isolation (quando uma parte se move isolada do restante do corpo) e o Robot (quando o dançarino executa seu movimentos representando um robô). Essas danças compõem a técnica do Popping, explorando diferentes qualidades de movimento com peculiaridades e singularidade (DUARTE apud VIEIRA, 2018, p. 20).

Por criar seu estilo *Boogaloo*, muitos nomearam ele como criador do estilo *Popping* o seu grupo chamado de *Electronic Boogaloo Lockers*, tornou-se Electric Boogaloo. O passo mais conhecido do mundo do *Popping* é o *Backslide* (deslizando com os pés indo para trás), que Michael Jackson popularizou e que a mídia divulgou com o nome errado de *Moonwalk*.

**Seus principais movimentos são:** *pop, ticking, strobing, air pause, fresno, wave, rolls, robot dance, back slide, moon walk, the lift, walk out, boogaloo, old man, toy man, puppet, scarecrow, snaking, sleepy, sac walk, neck-o-flex, twist-o-flex, master flex, flex walk, egyption twist, romeo twist, bottom first, phillmore, dime stop, strutting, creep, shutdown, senthapeed, shadow box, crazy legs, tuting, finger tutting.*

### 2. 2. 3 House Dance

No final dos anos 70 e início dos anos 80 muitos DJs<sup>15</sup> e chefes de clubes *underground*<sup>16</sup> de Chicago e Nova York, queriam novidades, pois as músicas disco estavam desagradando o público. Foi quando DJs como Larry Levan<sup>17</sup> e Frankie Knuckles<sup>18</sup>, iniciaram suas mixagens das músicas discos com outros elementos (*break*, batidas afro e música eletrônica). Criando um estilo de música chamada de *House Music*, as lojas de disco começaram a vender as músicas e grandes clubes como o “*Warehouse*” começaram a tocar e nesse ritmo novo surge uma nova dança a *House Dance* da mesma forma que a música foi

<sup>12</sup> **Wave:** uma dança que interpreta vários tipos de ondas pelo corpo.

<sup>13</sup> **Robot Dance:** uma dança que interpreta a mecânica de um robô.

<sup>14</sup> **Animation:** uma dança inspirada em filmes antigos.

<sup>15</sup> DJ (Disc Jockey), que é o instrumentista que toca e acompanha os MCs.

<sup>16</sup> Underground significa subterrâneo, é usado para chamar uma cultura que foge dos padrões normais e conhecidos pela sociedade

<sup>17</sup> Larry Levan foi um DJ norte-americano mais conhecido por sua residência de uma década na boate Paradise Garage, em Nova York, que foi descrito como o protótipo do moderno clube de dança.

<sup>18</sup> Frankie Knuckles, foi um DJ, produtor musical e remixer norte-americano, desempenhou um papel importante no desenvolvimento e popularização da música House em Chicago durante a década de 1980

influenciada por vários estilos musicais a dança misturou vários movimentos de outras danças.

O movimento básico é chamado de *Jacking*, onde o corpo se balança de baixo para cima, os movimentos são executados no contratempo da música, usando como referência principal o HiHat (chimbal – instrumento de percussão) como guia rítmico. O House Dance ganha, nos anos 1990, diversos movimentos de chão e uma influência da capoeira do Brasil se faz presente até hoje, assim como as Danças Africanas, Salsa e o Tap (sapateado americano) que já influenciavam este estilo desde o início. (OXLEY apud VIEIRA, 2018, p. 20).

A dança *House* considerada uma dança de salto, se diferencia das outras danças urbanas, pelo *Feeling*<sup>19</sup> que pulsa jogando-a para baixo, outra pulsação e com outra fluência, pois o movimento é executado para cima, enquanto o corpo está descendo, trabalhando a movimentação de pernas.

**Seus principais movimentos são:** *Heel Step, Skating básico, Jack básico, pass de bourree, pivoting pass de bourree, set-up, train, pivoting skate, salsa hop, scribble foot, jack in the box, cross step, stomp, gallop, cross step drag, cross roads, crosswalk, turn spin, farmer, salsa step, sidewalk, kriss kross, happy feet, heel toe hop, pow wow, ground sweeps, dive from knee drop, around the world, rooback dolphin dive, loose legs, sponge bob, scissors, backwards jog, pivot groove step, floor spins, swirl, african step, roger rabbit, shuffle.*

#### 2. 2. 4 *Breaking*

Nos bairros de Bronx em New York nos anos de 75 e 76 surgiu a dança *Breaking*, o termo *Break* vem da música que os DJs tocavam nas *Block Partys* (festas de ruas) que tinham como fonte o *Soul Funk*, o Jazz e músicas latinas. “Breakdance, que é a dança que surgiu como forma de diminuir a violência entre as gangues, de forma que os dançarinos (bboys e bgirls) disputavam entre si em rodas de dança” (PALMEIRA, 2014, p. 4). Os garotos e garotas ficaram conhecidos como *B-boy* e *B-girl*, por dançarem no *Break* na música. *Break* (B) é o trecho de maior impacto de uma música, ou seja, a batida da música, por isso *B-boy* ou *B-girl* são aqueles que dançam no beat (batida) da música.

Os movimentos básicos que o B Boy (Break boy, dançarino de Breaking/Break Dance) executa são, Toprock (conjunto de movimentos realizados de pé), Footwork (Conjunto de movimentos executados no chão), Drops (movimentos de transição onde o B Boy passa do top rock para o footwork), Floor Rocks (movimentos que o B Boy faz quando uma parte do corpo toca o chão), Power Moves (movimentos acrobáticos, geralmente giratórios) e os Freezes (movimentos que “congelam” subitamente o corpo do B’boy). (VIEIRA, 2018, p. 19)

---

<sup>19</sup>Feeling é o sentimento que o dançarino coloca na dança por meio da música.

Segundo COLOMBERO (2011), nos bairros do Bronx existiam as crew, que disputavam por território. Afrika Bambaataa e DJ Kool Herc<sup>20</sup> contribuíram para que as gangues tirassem a diferença por meio da dança, que ficou conhecida como batalha de break, onde um dançarino “quebra” o outro no sentido de dificultar a movimentação do outro na batalha.

Atualmente a requisitos essenciais para batalha de Breaking: **Flow**: o movimento tem que ser fluido, não podendo “quebrar”; **Flavor**: é a personalidade do *B-boy ou B-girl* na dança, que o diferencia dos demais, para isso requer tempo e domínio dos movimentos; **Feeling**: significa sentimento. Em que o *B-boy ou B-girl* transmitem algo para o público na batalha, seja qualquer tipo de sentimento.

### 2. 2. 5 Hip Hop Dance

Este estilo se origina nas danças sociais estadunidenses. A partir do momento em que os dançarinos passaram a fazer parte de videoclipes de cantores de Rap<sup>21</sup> e *Hip Hop Music*, eles começaram a “quebrar” seus movimentos com uma forte influência do *Breaking*, *Locking* e *Popping* em sua constituição (COLOMBERO apud VIEIRA, 2018, p. 21). O *Hip Hop Dance* se origina de várias danças como o *Locking*, o *Popping*, o *Breaking* e o *House Dance*. Na metade dos anos 70 o estilo ficou conhecido como *freestyle ou newstyle*. Da mesma forma que o *House Dance* foi influenciado pela música, o *Hip Hop Dance* também sofreu esse impacto com os videoclipes de cantores de *rap e hip hop music*.

A dança não teve seu criador mais teve seu propagador, o cantor, compositor, produtor musical e DJ Afrika Bambaataa nascido em Bronx, foi considerado o pai do *Hip Hop* pôr no final da década de 1960, e início da década de 1970, divulgar o termo *Hip Hop* para as festas que aconteciam no bairro South Bronx em Nova Iorque, dando nomes as bases das técnicas e a artistas que crescia nos bairros negros e latinos da cidade de Nova Iorque

Ao longo dos anos o estilo *Hip Hop* acompanhou as transformações da música e foi confirmado nas seguintes subdivisões: **Old school** (Velha Escola) iniciada nos anos de 1980, quando o estilo foi marcado pelo *Bounce*; **Middle School** (Escola Secundária) é a fase intermediária a partir dos anos de 1990, ganhando visibilidade e um pensamento mais estético

---

<sup>20</sup> **DJ Kool Herc**, é um DJ jamaicano-americano que é creditado por ter originado a música hip hop no Bronx, Nova York, na década de 1970 através de seu "Back to School Jam", apresentado em 11 de agosto de 1973, na Avenida Sedgwick, 1520. "Fundador do Hip-Hop" e "Father of Hip-Hop".

<sup>21</sup> **Rap** são palavras rimadas e ritmadas trazendo a realidade dos guetos. Rappers são pessoas que cantam Rap, estão atrelados(as) à Indústria Musical, mas não reverenciam e representam a Cultura Hip Hop no que produzem.

dos praticantes; *New School* (Nova Escola) de 2000 em diante a dança juntamente com a música garante um lugar consolidado nas diferentes mídias de tv, internet, rádio, etc.

O Hip Hop Dance foi o estilo que nasceu com a Cultura Hip Hop e, quando inserido ao cenário musical norte-americano, desenvolveu-se como uma linguagem de dança. O estilo tem uma base de movimentação marcada pelo Bounce da música. Isso significa que a dança segue a métrica da música, o Bounce na dança é um ritmo de movimento que acompanha o ritmo musical. (VIEIRA, 2018, p. 21)

Em Nova York aconteciam os quatro elementos simultaneamente, o grafite<sup>22</sup>, DJ, MC<sup>23</sup> e o *Break*, aparecendo e se tornando unidos, então Bambaataa e Herc resolveram dar um nome para esta manifestação cultural que estava acontecendo de *Hip Hop*, traduzindo seria *hip* (mexer) e *hop* (quadril).

A cultura hip hop passa ser caracterizada pelo grafite, a dança break, o DJ e o MC, o rap com significado de ritmo e poesia surge nas festas, enquanto os DJs mandavam os beats, os MCs pegavam o microfone para animar as pessoas rimando na batida da música funk. Com o tempo essa batida foi ficando mais marcada, pedindo um feeling diferente, o que era mais em cima, uma energia que saltava das pessoas, virou um ritmo mais pesado, mais para baixo, em contato com a terra, por influência das raízes africanas. (COLOMBERO, 2011, p. 4)

A *Street Dance* se tornou manifestação popular possibilitando aos jovens da periferia uma alternativa para adentrar nos espaços urbanos centralizados, consumindo a dança como forma de estarem inseridos na sociedade. Manifestações Culturais que se ramificaram conforme a mudança da música, trazendo outras expressões corporais, a fluência do ritmo no *feeling* do dançarino.

### 2.3 As *Street Dance* em Manaus

O *Street Dance* juntamente com a Cultura *Hip Hop* tem uma característica de se modificar e se adaptar aos lugares – país, cidade, bairro, comunidade – em que ela vai exercendo um papel conforme as necessidades particulares por onde ela é colocada em prática. Esse tópico não vem relatar em detalhes a história das *Street Dance* em Manaus, e sim, apontar acontecimentos que reverberam atualmente na cidade e como isso transparece na Cultura e no corpo em movimento.

Em meados dos anos 80 a informação chegava nas cidades, principalmente em Manaus através de filmes. Segundo Colombero (2011) foi ainda nos anos 80 que lançaram os

<sup>22</sup> Graffiti, que procura, por meio do desenho, expressar a revolta, a realidade e o cotidiano dos guetos. No Hip Hop a escrita é realizada com Spray ou Aerossol, e tinha como foco inicial deixar os nomes registrados nos muros.

<sup>23</sup> Os Mestres de Cerimônia são considerados os porta-vozes do Hip Hop. MCs são pessoas que conseguem através de seus versos e no comando das festas, traduzir em palavras o Hip Hop.

filmes com os temas de dança de rua e cultura *Hip Hop*. O filme *Beat Street*<sup>24</sup> lança nas telas os elementos da Cultura *Hip Hop* juntamente com as *Street Dance*, outros filmes como *Break dance*<sup>25</sup> e *Break dance II*<sup>26</sup>, além da dança *break*<sup>27</sup>, apresentando outros estilos com *Locking*, *Popping*, *Wave*, no entanto, tudo foi denominado pela mídia de *break*, acabando confundindo os adeptos da dança.

Repercutindo tanto nas mídias do Brasil quanto nos EUA, um dos exemplos bem marcantes é o passo do Michael Jackson citado anteriormente na página 27 relatando sobre o movimento do estilo *Popping*, que acabam sendo repassados para o público de uma forma incorreta, que muitas das vezes é irreversível. Então a dança *Break* naquela época engloba o que hoje é chamado de Danças Urbanas e/ou *Street Dance*.

O estudo da nomenclatura e ramificações da dança começa a ser desenvolvida no final dos anos 80, porém no Brasil as informações chegaram somente depois, e por meio desses filmes dançarinos começaram a copiar e repetir os movimentos, elaborando coreográficas de dupla trio, grupo para lançarem nas festas e batalhas.

Na época para a gente a dança não tinha muita técnica, digamos que a gente olhava os movimentos e copiava, depois que começamos a entender que existiam contagens, os aquecimentos, na época a gente não se aquecia não, já chegava dançando, o aquecimento era a própria dança, hoje não, hoje tudo é mais técnico, antes era mais uma forma de tirar um barato, curti, apesar de já estar aparecendo em televisão, mas hoje não. (COLOMBERO, 2011, p. 7)<sup>28</sup>

Nos anos de 1985 em Manaus na Avenida Eduardo Ribeiro, se observava centenas de pedestres se deparando com a nova forma de atrair o público para o consumo das lojas, onde alguns jovens com o som no máximo “quebravam” os ossos em movimentos curiosos e imitavam robôs e caminhavam na gravidade lunar – característica do estilo *Popping* – ao embalo da trilha sonora dos sucessos como de Michael Jackson. Caracterizados com calças esportivas, sapatilhas pretas, bonés coloridos, luvas brancas e óculos escuros. Conseguiram ajudar os vendedores e ganhar boas gorjetas, como ressalta Aguiar (2018).

As casas noturnas de Manaus, como Bancrévea Clube<sup>29</sup> e Cheik Clube<sup>30</sup>, transformaram-se em pontos de encontro para esses praticantes da dança “*Break*”. Nas ruas

<sup>24</sup> Trailer do Filme <<https://www.youtube.com/watch?v=7bYXW4x7RXk>> Acesso em: 20 de maio de 2022

<sup>25</sup> Trailer do Filme <<https://www.youtube.com/watch?v=OtPUI2kxVN8>> Acesso em: 20 de maio de 2022

<sup>26</sup> Trailer do Filme <<https://www.youtube.com/watch?v=NTINUN7dBT0>> Acesso em: 20 de maio de 2022

<sup>27</sup> Dança Break tem dois parâmetros: o primeiro seria a dança que chamamos de Breaking; e a segunda seria uma terminologia usada naquela época que chamamos atualmente de Danças Urbanas e/ou *Street Dance*.

<sup>28</sup> TRIUNFO, Nelson. Casa do Hip Hop em Ação, Diadema, 05 abr 2011. Entrevista.

<sup>29</sup> O Bancrévea, na década de 90, abrigou umas das mais populares e modernas danceterias de Manaus. Comandada pelo DJ RAIDI REBELLO. E a sede campestre foi instalada na então rodovia AM-010, em nossos dias, avenida Torquato Tapajós.

<sup>30</sup> Cheik Clube, na década de 90, se tornou uma das danceterias de Manaus mais populares. Atualmente funciona como acadêmica com o mesmo nome. Localizado na Av. Getúlio Vargas

os espaços prediletos para apresentação e batalhas, eram a Praça da Saudade e a Praça da Matriz. “Destá maneira, os b.boys aravam o território e plantavam as sementes do que viria a florescer como o chamado M.H.M (Movimento *Hip Hop* Manaus) na capital do Estado do Amazonas em 1994.” ( AGUIAR, 2018, p. 10) . Movimento esse com mais de 20 anos de existência liderado pelo Maiko DMD<sup>31</sup>, na luta pela divulgação e promoção de projetos sociais voltados para a juventude pobre das periferias de Manaus.

Grande parcela da população manauara, não tem a menor ideia do que seria o hip hop, apesar de ouvir a música rap nas ondas do rádio, deparam-se chocados com as linhas do graffiti nas paredes abandonadas e ficam admirados com as performances da dança break nas calçadas. Na realidade, quando se fala desta parcela jovem da população, associa-se imediatamente, a um ideário de juventude envolvida com o mundo da marginalidade. (AGUIAR, 2018, p. 3)

As *Street Dance* ao ocupar espaços e se transformar com a ajuda da tecnologia e da mídia – que ajudou e bagunçou muita coisa também – começou a atender outros públicos. Muitos praticantes da dança buscaram até mesmo pela necessidade de ganhar dinheiro com a sua arte, abrir suas escolas e ministrar cursos e criando companhias de dança, para juntos mudar sua realidade naquela época.

## CAPÍTULO 3 - ASPECTOS METODOLÓGICOS E RESULTADOS

### 3. 1 Procedimentos metodológicos

Tendo em vista que a origem desta pesquisa foi decorrente da necessidade de melhorar o desempenho artístico do elenco da Cia Artigo 5, na produção de novos conhecimentos para a sua prática. Esta pesquisa foi classificada como aplicada, em que “[...] objetiva gerar conhecimentos para aplicação prática dirigidos à solução de problemas específicos. Envolve verdades e interesses locais.” ressalta Prodanov e Freitas (2013, p. 51).

Quanto aos objetivos desta pesquisa, configurou-se como exploratória, cuja finalidade era experienciar os conhecimentos da Técnica de Klauss Vianna nas *Street Dance* através dos bailarinos da Cia Artigo 5, com um planejamento flexível e levantamento bibliográfico.

O problema desta pesquisa partiu de uma observação na companhia Artigo 5, e de uma necessidade, demandada pela própria companhia, de melhorias corporais de cada bailarino nas práticas das *Street Dance*. E com base nesse interesse coletivo, busco através dessa pesquisa investigar as possibilidades, de cada bailarino ao qual utilizamos para a resolução do problema a pesquisa-ação.

---

<sup>31</sup>Historico do Maiko DMD <<https://www.facebook.com/nativosproducoes/posts/3589458094491786>> Acesso em: 20 de maio de 2022

De acordo com Thiollent (1986, p. 14)

A pesquisa-ação é um tipo de pesquisa social com base empírica que é concebida e realizada em estreita associação com uma ação ou com a resolução de um problema coletivo e no qual os pesquisadores e os participantes representativos da situação ou do problema estão envolvidos de modo cooperativo ou participativo.

Tomando como ponto de partida o objetivo desta pesquisa – sendo desenvolver e potencializar a formação dos bailarinos de danças urbanas do Artigo 5 Cia de Dança com o uso da Técnica Klaus Vianna – a nossa pesquisa desenvolveu-se de forma qualitativa.

A pesquisa foi realizada em quatro etapas principais, sendo estas: primeira fase uma pesquisa bibliográfica com fichamentos para a revisão da literatura; a segunda fase foi a pesquisa de campo em que a pesquisa foi realizada nos dias de encontros da Artigo 5 Cia de Dança, os sujeitos da pesquisa foram os próprios bailarinos da Artigo 5; terceira fase trabalhou a sistematização e análise dos dados coletados; quarta fase a finalização da escrita do TCC.

Enquanto procedimentos na pesquisa de campo realizamos: a roda de conversa por meio de um questionário guia, onde ocorria a troca de informações sobre seus dados referente a sua carreira profissional na dança, ao seu conhecimento nas *Street dance* perante ao trabalho da consciência corporal, a seu estudo com alguma prática somática mais especificamente de Klaus Vianna e sobre sua saúde física; apreciação das improvisações (em sala de aula ou em batalhas) que serviu como um diagnóstico inicial, sendo um parâmetro para as análises finais da pesquisa; realização de laboratórios como processo de aprendizagem da Abordagem somática utilizando a Técnica Klaus Vianna (TKV) na *Street dance* com os bailarinos; e análise comparativa com a improvisação observada inicialmente.

Os dados foram coletados utilizando-se de rodas de conversa, atividades práticas, diário de campo, gravador e celular para filmagens. Para a pesquisa, a seleção dos participantes para a coleta de dados foi realizada por meio da observação da pesquisadora através das aulas frequentadas na Cia, apesar de todos os bailarinos terem realizado o laboratório, apenas cinco bailarinos foram selecionados para a pesquisa por estarem disponíveis em todos os horários do laboratório.

Utilizaram-se laboratórios de dança para trabalhar, registrar o andamento e o desenvolvimento da preparação corporal dos bailarinos nas *Street Dance*. Os participantes eram bailarinos da Cia Artigo 5 entre 21 e 31 anos. A mostra era composta por 2 mulheres e 3 homens, e como requisito básico foi solicitado que a vestimenta fosse confortável, muita das

vezes mais colada ao corpo, e os acessórios como colar, brinco, óculos (em momentos necessários) fossem retirados para melhor concentração e liberdade de movimento.

Os cinco participantes escolhidos para essa pesquisa, vinham de uma linguagem artística diferente antes de conhecerem as *Street Dance* e, iniciaram os seus estudos em anos diferentes, sendo a escolha do improviso a melhor solução para essa pesquisa, visto que a coreografia mecaniza e não lhes proporcionam uma liberação e uma consciência do seu próprio corpo em movimento, já que os passos já estavam predeterminados.

Nas vertentes das *Street Dance* foi escolhido o *Locking* como representante para o estudo da TKV. O improviso foi baseado na técnica do *Locking* em que cada participante ficou livre para se movimentar com suas bases e variações conforme sua capacidade e conhecimento a respeito do estilo.

É importante ressaltar também que as aulas de *Locking* da companhia não foram realizadas durante o período de laboratório, visto que poderia interferir no processo final desta pesquisa, em que o trabalho com o estilo *Locking* foi executado juntamente com a sistematização da abordagem somática de Klauss. Para melhor coleta de dados acerca da potencialização do corpo do bailarino por meio dessas duas técnicas.

### **3. 2 A instituição Pesquisada - Artigo 5 Cia de Dança**

As atividades desenvolvidas foram realizadas na sede da Artigo 5 Cia de Dança, localizada na Rua José Lins do Rego, 121, Bairro Tarumã, em Manaus/AM, através de laboratórios contendo os conteúdos teóricos-práticos da abordagem somática mais especificamente de Técnica Klauss Vianna – TKV, na busca de desenvolver e potencializar a preparação corporal do bailarino da companhia.

A Artigo 5 Cia de Dança foi fundada em fevereiro de 2018 pelo diretor/coreógrafo Fernando Jacquiminut<sup>32</sup>. Com a finalidade de defender a fundamentação teórica nas práticas das *Street Dance* nos 5 (cinco) estilos (*Locking, Popping, Breaking, House e Hip Hop Dance*) ao qual a companhia aborda, visto também como um conceito do nome da companhia.

Atualmente a companhia é composta por 10 (dez) bailarinos, seis homens e quatro mulheres. Trabalhando com showcase, espetáculos, musicais, videoclipes e videodança, participando de batalhas, mostras competitivas, banca de júri, ministrando aulas, workshop, e organizando eventos, tudo em seu segmento artístico através das *Street Dance*. Sua sede não

---

<sup>32</sup>Fernando Jacquiminut diretor e idealizador da Cia de dança Artigo5 criada em 2018, começou a atuar como praticante das *Street Dance* em 2007 no estilo *Breaking*, finalista do curso de bacharelado em dança UEA-ESAT, atualmente pesquisa e defende a importância da fundamentação teórica na prática das *Street Dance* baseada nos 5 estilos dentro da Cia Artigo 5 como: *Locking, Popping, Breaking, House e Hip Hop Dance*.

trabalha com aulas regulares e nem como escola de dança, o foco está mais como companhia de dança.

A Artigo 5 trabalha dias de domingo de 09:00 da manhã até às 17:00 da tarde com intervalo para almoço e merenda. Seu espaço é composto por uma garagem, uma recepção, um banheiro e uma sala de dança acompanhada de espelho, ar condicionado, caixa de som, computador e equipamentos para o treino diário, como pesos (feitos pela cia), elásticos, bolas cravo<sup>33</sup>, barras e uma bola suíça, tornando o ambiente confortável e preparado para a coleta de dados.

### 3.3 Descrição de Resultados

#### 3.3.1 A improvisação antes dos laboratórios

O dado de coleta inicial é o improviso de cada participante no estilo *Locking* em que serão comparadas as mudanças ocorridas após os laboratórios. É notado a dificuldade exercida pelo movimento executado, de forma que o próprio participante obtém o reconhecimento dessa dificuldade e é analisado como algo possível de ser trabalhado na Técnica Klauss Vianna.

**Participante A:** é notado tanto pela pesquisadora quanto pela participante que seu bloqueio corporal ao improvisar é de fato a falta de controle corporal no movimento executado.

**Participante B:** é notado pela pesquisadora que por ter iniciado o estudo do *Locking* recentemente, foi convidada a participar da pesquisa para construir uma vivência de iniciação aos estudos do TKV com as Street Dance para construir sua dança já com esse pensamento consciente do corpo em movimento e livre de padronizações predeterminadas.

**Participante C:** é notado tanto pela pesquisadora quanto pelo participante que apesar do participante ter mais experiência com o estilo *Locking* os seus movimentos executados na improvisação exercem uma carga de explosão e agilidade em que o participante não consegue perceber os pequenos detalhes dos movimentos, tornando os movimentos “sujos”.

**Participante D:** é notado tanto pela pesquisadora quanto pelo participante que seu bloqueio corporal ao improvisar é de fato o encurtamento muscular ocasionados por já ter praticado o estilo *Breaking* que se necessita do trabalho de força e além desse encurtamento que não o permite ter flexibilidade é percebido a necessidade do trabalho de ampliação de movimento.

---

<sup>33</sup> A bola cravo é feita de material emborrachado, com cravos espalhados em sua superfície.

**Participante E:** é notado tanto pela pesquisadora quanto pelo participante que seu bloqueio ao improvisar é de fato as tensões musculares ocasionadas pela prática constante do estilo *Popping* em que são trabalhados as contrações do corpo, tendo que ser trabalhado a mobilidade para a execução dos movimentos.

### 3.3.2 Descrição do laboratório de preparação corporal

#### Laboratório I

Foi realizado uma roda de conversa com um questionário guia, visto que Klaus busca se distanciar de toda forma tradicional que leve o ser humano a se prender e a criar couraças, notando-se que a aplicação de um questionário não conduziria os participantes a descrever e pontuar suas vivências mais importantes, por não criar um estímulo para tais lembranças, respondendo-se as perguntas no “seco” e iniciando o laboratório de forma incorreta. E a roda de conversa foi sendo conduzida pelo diálogo<sup>34</sup>. Neste guia há 6 (seis) perguntas conforme anexo no final deste trabalho.

Na primeira pergunta houve ainda um desconforto dos participantes de responderem livremente, pois a prática das *Street Dance* que abordo na pergunta guia, é o pensamento no estudo da fundamentação teórica aliado às práticas dos cinco estilos que a própria companhia aborda.

#### 1. A quanto tempo você pratica as street dance?

**Participante A:** *“final de 2019 mas em 2020 começou com o lance de pandemia...2020 mais vejo que foi mais de 1 ano e meio na verdade tô praticando street dance, por que em outros locais era mais coreografia, tinha o título de danças urbanas mais não desenvolvia o street dance.”* (idade 20)

**Participante B:** *“Larissa tem 8 meses”* (idade 23)

**Participante C:** *“no geral street dance em 2015 mas pesquisando mais comecei a praticar em 2006, mas só praticar, sem compreender totalmente o que era street dance, mas a partir de 2015 eu já comecei a me aprofundar nos 5 estilos mesmo, estudando mesmo e praticando.”* (idade 31)

**Participante D:** *“eu conheci street dance em 2015 eu não praticava só olhava via fazendo mais eu comecei a praticar mesmo já tem 5 anos, eu sigo praticando até hoje.”* (idade 28)

---

<sup>34</sup>Diálogo esse que é transcrito conforme a fala de cada participante sem encurtar para que esse diálogo venha ser compreendido também no resultado final da pesquisa.

**Participante E:** *“comecei em 2006 né comecei a dançar só que comecei dançando por dançar só olhar e copiar...aí até 2010 por ai acho que foi o tempo que parei né foi assim só dançando na base de copiar e tentar procurar um estilo pra mim foi o tempo que eu parei né retornei na dança em 2019 foi aí que eu vim com a intenção de defender o estilo que eu gosto e outros estilos também foi quando eu realmente comecei a estudar, pesquisar e buscar valorizar e defender a cultura da dança.”* (idade 31)

Na segunda pergunta os participantes já se mostraram mais descontraídos, tentando lembrar o ano que estavam na companhia.

## **2. A quanto tempo você está no Artigo 5 Cia de Dança?**

**Participante A:** *“fiz audição em 2019 mas só entrei mesmo em 2020, então 2 anos”* (idade 20)

**Participante B:** *“Larissa tem 8 meses”* (idade 23)

**Participante C:** *“o artigo 5 nasceu em 2017 mas só se dá mesmo o nome Artigo 5 em 2018 quando apresentamos na break de floor então 5 anos”* (idade 31)

**Participante D:** *“Estou desde de 2018”* (idade 28)

**Participante E:** *“3 anos”* (idade 31)

Para chegar na terceira pergunta, dou exemplo de minha própria carreira, na busca dos participantes entenderem a pergunta guia, visto também como estímulo aos registros históricos na busca de melhor compreender os participantes.

## **3. Faça uma comparação de sua técnica antes de ser integrante da artigo 5 para os tempos atuais relacionando a teoria e prática das street dance trabalhadas dentro da companhia?**

**Participante A:** *“em 2018 tive problemas de saúde e o meu pai me incentivou a fazer dança e no foi com a modalidade Jazz que tive minha primeira experiência e lembro que nas aulas tinha rolamento mais a professora não me ensinou passo a passo ou como eu poderia me machucar menos e eu fiquei toda roxa que mal conseguia andar de tão roxa que até os meus colegas me deram uma joelheira fina por pena literalmente e aí eu fiquei pensando, não a dança não pode ser assim eu sei que a dança tem um lado sofrido mais o bailarino tem que ter consciência do próprio corpo. Foi aí que eu procurei outro local onde alguém me orientou e se preocupava com o meu corpo e foi quando entrei no Ciclo Urbano onde ouvi pela primeira vez de teoria e prática foi aí que eu percebi que eu tava gostando do que eu tava aprendendo, parei por um tempo por condições pessoais e parei com as aulas. Foi quando eu*

*fiz a audição do Artigo 5 e por eu só consegui entender que era isso que eu queria por causa dos meus amigos. De início tinha uma ideia superficial sobre as pessoas que dançavam e quando eu entrei por Artigo mudou o meu olhar pois aqui nós mostramos respeito, levamos o trabalho a sério, e se preocupa com o autocuidado e mais tarde fui buscando conhecimento e vi que era o que eu gostava e é isso.” (idade 20)*

**Participante B:** *“Gente comecei a dançar quando era criança com as danças clássicas, virei adolescente gostei de Kpop comecei a dançar cover foi o único momento mais perto de street dance que cheguei aí tive aulas com Fernando em 2017 e sai me perdi na vida , ai 2021 fui um quebra galho pro Artigo 5 e até hoje estou aprendendo e gostando e é diferente pois sinto mais confiante na minha dança.” (23 anos)*

**Participante C:** *“eu antes do Artigo 5 era carreira solo. Eu procurava um grupo pra mim fazer parte mais era sempre a coreografia e eu procurava algo que me acrescenta-se mais do que somente coreografia e me apresentar em palco... como eu não achei eu criei a Cia e a diferença foi bem grande porque antes eu só praticava, era carreira solo, então só me apresentava não ensinava ninguém então treinava o que eu tinha de conhecimento mas também eu já tava começando a estudar e correr atras por si só. Foi aí quando criei a cia artigo 5, a diferença foi bem grande porque eu tava dando tudo que eu tinha estudado e ainda tava estudando quando tava no desenvolvimento do artigo 5 e também não parava de estudar continuando de estudar pra sempre da mais, então minha cabeça, a parte mais intelectual foi ampliando muito mais o domínio do corpo nos movimentos na teoria e prática que eu falo muito dentro da Cia Artigo 5 e a evolução foi bastante diferente que eu passei a enxergar como professor e como praticante também, nunca parei de competir e fazer solo nem nada, a diferença foi bem grande por que eu só praticava mais pra Break e hoje pratico mais os outros estilos e mais assim o caminho andado totalmente diferente para uma mudança completa.” (31 anos)*

**Participante D:** *“Eu acredito o que mudou foi mais a questão da memória que logo no começo a gente treinava coreografia bem básicas mesmo e eu tinha muita dificuldade de conseguir memorizar a coreografia como é tanto que no primeiro ano vinha pra Cá dormir e passava 1 semana treinando direto pra lembrar a coreografia mais mesmo assim quando chegava pra dançar eu não conseguia interligar os passos mais agora eu já tenho... por ter treinado muita base eu acredito que dos estilos de dança que temos praticados facilitou um pouco pra ter uma memória muscular e psicomotora e aí agora eu ainda continuo tendo dificuldade de memória mais é bem menor que antes, se eu treinar um dia 1 hora ou 1:30 min eu consigo lembrar da coreografia em vez de passar uma semana treinado.” (28 anos)*

**Participante E:** “ a questão é assim né quando eu comecei a dançar foi a questão de copiar os movimentos então não sabia o nome tudinho... o primeiro contato que tive de saber o nome de base e historia de movimento foi com o pessoal MHM (Movimento Hip Hop Manaus) do projeto Funk Soul é um projeto que deu iniciativa para outro projeto. e lá eles ensinaram o Funky chicken e vi que era mais prolongado e ensinou a questão do scoobot e scooby doo e fui percebendo que a dança tinha uma história e uma página de fundamentos pra gente aprender. aí que aconteceu eu comecei a querer entender mais sobre o pop foi quando eu perguntei e me ensinaram e não tava batendo e achei meio estranho e diferente depois eu fui vendo isso a lá na frente né e vi que o pop não tinha uma base bem bacana porque também naquele tempo a informação era precária até na internet tava surgindo e nem existia youtube na verdade e o que aconteceu e fui pesquisando na internet era difícil naquele tempo e só tínhamos DVD e o único DVD original mesmo electro bogalo que tinha o cara do locking, break e lá eles realmente ensinaram a essência no pop jogava muita informação o que acontece a gente não entendia nada quando eu vi aquele tutorial do locking, gostei filé tudo bem ensina, do break também só que pop foi muita informação jogada e quando comecei a pensar que não precisa disso só a contração da pra levar e acredito que muita gente pensa dessa forma e quem assistiu o documentário é muito difícil de compreender, eles tão falando ali e tão jogando muita informação mais se tu ver só a parte da pratica vc não entende nada e senti muita dificuldade de aprender isso ai. foi quando que vim pro Artigo 5 e em 2019 começaram a aparecer uns tutoriais jogando muita informação com funfamentos, contrações e foi ai que vi avanço aqui no Brasil. Foi quando comecei a entender e depois que eu realmente eu entendi rapidinho minha mente abriu vi que tinha uma carga histórica ali e realmente peguei isso pra mim, não adianta ter teoria e não jogar pra pratica vc não aprender só vendo não colocando isso na sua prática e comecei a jogar nas minhas aulas. Comecei pegando o fundamento, via, lia e buscava a história e jogava na aula e quando vi fui abrindo meu próprio currículo e fui construindo minhas próprias aulas e hoje o que mais tenho são aulas montadas e eu acredito que quando eu entrei no Artigo 5 e com essas pesquisas eu comecei a evoluir porque é antigamente eu tinha muita dificuldade de montar uma coreografia porque eu e hoje eu monto uma coreografia vejo que tenho uma leitura bem dinâmica do inicio ao fim ,realmente tem um trabalho aqui. a cada aula que eu dava e até hoje a cada aula que dou eu vejo que fico cada vez mais profissional no trabalho que eu faço que eu defendo... que é o POPPING.” (31 anos)

Por meio do diálogo da pergunta anterior surge uma outra temática acerca de influências da cultura e interpretações marginalizadas, em que o participante C nos explica melhor sobre esse tema.

**Participante C:** *“o que mais resume é questão de fluência, hoje o Artigo 5 é influenciador e tudo o que a gente faz vai reverberar a galera que assiste a gente e tipo eu sou bem sincero não sou contra quem fuma e quem bebe cada uma faz da sua vida o que achar melhor, eu prefiro não me arriscar a nada, tem gente que bebe e fica tranquila e tem gente que bebe e vira uma pessoa alcoólatra e de um para outro eu prefiro não arriscar se não pode acabar se tornando meu ponto de refúgio e outra, eu trabalho com o corpo se eu trabalho com corpo e é minha fonte de renda e ele eu preciso cuidar dele tá entendendo. Tudo acaba se tornando risco, então é melhor não se arriscar e manter o foco e nossa maior referência é os Estados Unidos. Infelizmente, a cultura hip hop é limpa, os seres humanos sujam tudo, sua religião, sua política e a própria dança. Temos que entender que não é a cultura ao todo, tem galera que luta pra fazer o melhor possível, são essas pessoas que devemos estar próximas são essas pessoas que fazem a gente crescer, vencer e trabalhar com isso, se uma pessoa sentar do meu lado e não entende de dança eu só preciso de 2 minutos para fazê-la acreditar que a dança tem como se trabalhar tendo como prova a minha vida. A questão da influência dos estados unidos trazendo o tik tok, coreografia de clipes vai continuar influenciando essa manada tendo em vista sua comercialização mas aquela galera que nessa manada ver a gente nós vamos fazer o nosso papel, se mantermos o nosso papel no final eles vão procurar a gente sempre as pessoas vão procurar a gente que somos sólidos, firmes e que tem sua família unida e nosso trabalho é 24h somos referência, nossa roupa, nosso andar, nossas conversas vão transformar e dar exemplo pra outras pessoas.”* (idade 31 anos)

O artigo 5 estuda a teoria-prática, analisando e estruturando a sua fundamentação para uma metodologia a ser aplicada para os seus bailarinos, a razão pela qual a quarta pergunta guia vem retratar a nossa pesquisa e o interesse coletivo de uma melhor preparação corporal.

#### **4. Ao trabalhar a teoria e prática das street dance na companhia você ver os métodos ensinados e praticados como algo suficiente para promover preparação corporal e consciência corporal ?**

**Participante A:** *“Sim e não, porém depende, pois temos muitos públicos, depende do público que vai ser aplicado se um iniciante a teoria e prática da conta porém aquele que já tem uma base e um treino contínuo vai precisar ir atrás de outras fontes.”* (idade 20 anos)

**Participante B:** *“eu acho que não, porque a todo momento a gente tá evoluindo na dança em relação a qualquer coisa vemos a outra pessoa fazer e quer fazer igual não só aqui como em qualquer lugar a gente consegue perceber muitos movimentos que praticamos aqui em outras coisas que já vi mas passou despercebido e aqui eu pratiquei, coloquei no meu corpo eu já consegui ter um olhar mais diferente então acho que não.”* (idade 23 anos)

**Participante C:** *“depende da teoria e prática se for só fundamento fica mecanizado mas se for fundamento passando para variação usando a questão psicomotora e coordenação motora. Agora se for só fundamento e prática não ajuda tanto podendo a pessoa entrar naquela forma mecânica de se dançar.”* (idade 31 anos)

**Participante D:** *“eu acredito que não por conta da quantidade de exercícios que fazíamos antes que tinha embasamento na resistência física, força, velocidade, agilidade só que pela quantidade que a gente faz não é suficiente então a gente precisa fazer outras coisas além disso no individual.”* (idade 28 anos)

**Participante E:** *“eu acredito que não porque a dança esta constante evolução sempre tá surgindo uma coisa nova isso quando eu estou falando da dança em sim quando a gente começa a misturar ritmo aí que eu acredito que nunca vai ter essa pausa, sempre vai ter aquele negócio de você querer instigar mais e querer mais e não só aquele que todo mundo já sabe.”* (idade 31 anos)

A quinta pergunta ela vem por meio das dificuldades corporais ou como coloquei na pergunta guia, bloqueios - não se referindo ao estilo *Locking* - em que cada participante tem na sua dança, incluindo também lesões, traumas, dificuldades psicomotoras etc..

## **5. Quais são os bloqueios que você sente ao dançar?**

**Participante A:** *“Tenho alguns problemas de saúde e não gosto daquelas luzes de balada que me deixam tonta, me incomoda muito barulho mas eu estou tentando lidar com esses problemas, sinto um bloqueio de girar também que sinto tonta e o emocional que às vezes quando danço não consigo dançar olhando pra frente.”* (idade 20 anos)

**Participante B:** *“tenho um pouco de bloqueio na flexibilidade, improvisação, agilidade, condição física, coisas básicas que com o tempo vamos aprendendo.”* (idade 23 anos)

**Participante C:** *“eu tenho dificuldade de respirar um pouco, eu faço meu trabalho de respiração mas ainda sim sinto que ainda precisa melhorar um pouco, sinto que ainda me atrapalha e às vezes preciso lembrar de respirar.”* (idade 31 anos)

**Participante D:** *“eu tenho diversos de bloqueios, tanto de encurtamentos ligamentares, tenho bloqueio muscular, dificuldade para girar e tenho dificuldade de movimentar a parte do meu tórax e também falta de flexibilidade.”* (idade 28 anos)

**Participante E:** *“eu tenho 3 bloqueios um é o emocional, me emociono muito rápido e acabo saindo do ritmo da música. segundo é o alongamento que tenho preguiça. e o terceiro é a memória que esqueço os passos e quando vou batalhar tenho um passo montado e do nada eu esqueço.”* (idade 31 anos)

Devido ao tempo que estava ultrapassando do nosso horário de laboratório, a sexta pergunta foi um pouco mais direta ao assunto estabelecido pela pergunta guia.

**6. Você conhece a educação somática? Se sim, por quanto tempo praticou? Qual foi a metodologia utilizada? Você busca levar esse aprendizado para as street dance praticadas na companhia?**

**Participante A:** *“Conheci pela faculdade também, mas devido às condições de documentos não me aprofundei e tive uma base de aulas.”* (idade 20 anos)

**Participante B:** *“ Não sei ”* (idade 23 anos)

**Participante C:** *“Conheço, pela faculdade, mas queria ter tido a oportunidade de me aprofundar mais.”* (idade 31 anos)

**Participante D:** *“meus conhecimentos são bem raros, obtive conhecimento pela faculdade e pelo artigo 5 mas eu nunca me aprofundei no estudo.”* (idade 28 anos)

**Participante E:** *“tive várias oportunidades mas devido ao meu bloqueio não tive total interesse.”* (idade 31 anos)

## **Laboratório II**

O laboratório foi realizado na sala de dança da companhia, com o objetivo de esclarecer um pouco o pensamento de Klauss Vianna acerca do corpo em movimento, em que foram trabalhadas as provocações para a percepção das possibilidades de movimento, compreendendo o funcionamento de músculos e ossos em contato com o chão.

O início desse processo se dá pela sistematização da Técnica Klauss Vianna com o seu primeiro tópico de iniciação a técnica, denominada de processo lúdico em que a TKV estabelece como o estágio de “o acordar” em que sou somente uma facilitadora e orientadora para as descobertas do corpo.

O estágio de “o acordar” iniciou-se no chão com o corpo em uma posição anatômica confortável para cada participante, em que o pesquisador orientou o processo de estado de

presença em que o corpo busca se conectar com o aqui e o agora. Com o tempo curto estabelecido nesse estágio foi identificado um participante no estágio de adormecer, notando como algo normal e natural para abordagem somática, em que o participante foi acordar somente na metade do processo de articulação.

Na continuação do trabalho, orientou-se para o processo de articulações de forma gradativa, com pequenos e leves movimentos na busca do reconhecimento de cada articulação. Com a finalização do mapeamento articular seguindo o laboratório ainda no chão, foi utilizado a bola de cravo para o trabalho de automassagem partindo do chão, para as paredes e caminhando para o espaço.



**Imagem 1: Laboratório II: Estágio de presença. Arquivo Pessoal**

Partindo para a finalização do laboratório, foi solicitado um pouco da opinião deles por meio desse primeiro contato com o laboratório.

**Participante C:** *“Eu já tive algumas aulas então eu acho muito bom e proveito, minha experiência, sempre aproveitando cada vez mais, eu consegui aproveitar bastante, mas geralmente quando estamos no aquecimento individual gostamos de pular algumas fases e acelerar algumas alto massagens a gente acaba pulando o processo. Fazendo esse processo de forma por fase é muito mais proveitoso porque a gente entra no processo de descansar o corpo e de relaxar 100% e começa a identificar os nosso pontos de tensão e esses pontos de tensão pra mim foi o que eu mais tive dificuldade no início que pratiquei a educação somática pois praticava street dance mas pro Break e meu corpo era totalmente contraído e antes eu não conhecia então, foi quando eu passei a conhecer outros estilos, comecei a praticar pela minha concepção movimentos que pudesse relaxar mais o meu corpo e com a educação somática abriu mais esse conhecimento e tipo o meu corpo relaxado consigo identificar meus pontos de tensão para justamente trabalhar ele. E a bolinha me dá essa capacidade de que o peso do nosso corpo não apertar para contrair mais apertar para relaxar e tem várias formas de passar essa bolinha apertando ou só passando pelo corpo no*

*caso quando tava no pé eu prolonguei bastante pq eu quero sentir todos os pontos, dedinho, dedão, calcanhar, laterais (parte interna e externa) e eu consegui identificar os pontos de tensão do meu pé. Sem pular essas fases eu procuro explorar para poder relaxar meu corpo por completo e é isso, sempre tento prolongar bastante.” (idade 31 anos)*

### **Laboratório III**

O laboratório III foi pensado e estruturado no tópico corporal do peso, na busca da percepção do peso, evidenciando a dosagem do tônus muscular em determinados movimentos. A aplicação desse tópico foi realizada no chão, iniciando o processo na busca do corpo presente e no reconhecimento das articulações, ao qual o trabalho dos tópicos mesmo sendo aplicados novamente sempre serão investigados e “olhados” pelo corpo como uma nova experiência.

Os exercícios de peso são direcionados para o movimento cotidiano do rolar e ficar na posição fetal, notado também como movimento bastante praticado na dança moderna e contemporânea. O processo iniciou com os rolamentos e pausas para entender a estrutura corporal naquele lugar, buscando analisar os pontos que o corpo está em contato com o chão ao rolar, e ao mesmo instante que ocorria a transição desse rolar, se buscava chegar na posição fetal e analisar naquele momento os pontos de apoio do corpo.

Outro exercício para enfatizar melhor a relação do tônus muscular, foi a aplicação de pouca intensidade e muita intensidade muscular ao executar o rolamento, para que, os participantes compreendessem as maneiras e possibilidades por meio do tônus que foi aplicado o reconhecimento da aplicação correta em cada movimento que se possa trabalhar no cotidiano.



**Imagem 2: Laboratório III: Estágio peso. Arquivo Pessoal**

### **Laboratório IV**

O laboratório foi o último tempo de atividade na companhia e devido ao dia de trabalho sobrecarregado. Notei a necessidade de se trabalhar as liberações musculares, em que

o objeto utilizado para tais liberações foi o cabo de vassoura<sup>35</sup>. Partindo novamente do processo de presença e no trabalho das articulações, foi utilizado o cabo de vassoura tanto para a liberação do músculo, quanto para o entendimento desse contato com a pele, da estrutura muscular e fazer o participante perceber os próprios pontos de tensão após uma atividade pesada.

O trabalho se desenvolveu na mesma estrutura que foi o da bola de cravo, começando no chão entrando no processo de presença, logo após o trabalho de articulações e em seguida o trabalho com o cabo de vassoura começando no chão e depois indo para a parede, até sair dela. Visando a soltura sem agredir e sem buscar tensionar outra parte do corpo, aplicando a força necessária para o desenvolvimento da atividade.



**Imagem 3: Laboratório IV: Trabalho com Bastão. Arquivo Pessoal**

### **Laboratório V**

O quinto laboratório foi realizado na sala de aula da Cia, em dia de feriado, solicitado pelo diretor da Artigo 5. O laboratório começou no estado de presença, de se conectar com o corpo em contato com chão em virtude de muitos deles não terem esse costume de trabalhar as *Street Dance* no nível baixo, em que a pesquisadora busca fixar esse trabalho no chão para melhor desempenho nas aulas futuras em que é envolvido o contato com o solo.

O foco da aula continuou sendo o trabalho de apoio, de resistência, e do trabalho de oposição, em que o trabalho foi aplicado para proporcionar espaço nas articulações. Sendo executados nas movimentações de levantar, sentar e deitar, ocorrendo pequenas pausas no caminho de cada movimento para sentir os apoios, a força sendo aplicada e principalmente a relação de oposição gerando duas forças opostas na busca da sustentação e no movimento.

---

<sup>35</sup> todos os cabos de vassoura são da companhia



**Imagem 4: Laboratório V: Estágio de apoio e resistência. Arquivo Pessoal**

### **Laboratório VI**

O sexto laboratório foi estruturado no mesmo processo de iniciar o estado de presença mapeando as articulações parte por parte logo após a ação de se espreguiçar, gerando alguns bocejos, sendo recebidos como parte desse processo de regulagem do organismo. O corpo tinha uma movimentação mais livre, procurando executar os estágios de apoio, resistência e oposição.

Para alguns participantes o processo foi gradual, sendo executado mais pensando no corpo no chão, antes de pensar o corpo sentado, outros de dois a três movimentos já estavam trabalhando o corpo sentado e de dois a quatro movimentos já estavam no nível médio. Alguns participantes executam os apoios buscando pensar nas transições de um apoio ao outro, outros participantes faziam como se fossem poses, sem relacionar um movimento ao outro.



**Imagem 5: Laboratório VI: Estágio de apoio. Arquivo Pessoal.**

### **Laboratório VII**

O sétimo laboratório foi realizado no primeiro horário da companhia de 9h às 11:30, sendo trabalhado os 7 tópicos corporais do processo lúdico da Técnica Klauss Vianna. Por ser o primeiro horário e ter uma carga horária maior do que os outros dois tempos de trabalho da

Artigo 5, pode-se realizar um trabalho mais completo nesse processo lúdico. Também como um trabalho de revisão do conteúdo para a futura prática após o término do laboratório.

A atividade começou no estado de presença, sendo realizado no chão com o corpo depositado em posição anatômica, buscando se conectar com o corpo e com o processo que foi sendo aplicado no decorrer do laboratório, não deixando o corpo entrar no estado de adormecer. Em seguida, foi aplicado o trabalho de articulações, com as pernas flexionadas apontando o joelho para o teto, e dessa posição articular os membros individualmente.

Trabalhado com a posição sentada em lateral com o apoio da mão, ocorreu a análise de apoio, resistência e oposição dos corpo, buscando observar os pontos de apoio do corpo na lateral, e para melhor avaliação da resistência de das oposições que o corpo trabalha nessa posição, foi aplicado o "abandono" de tônus e aplicação dele, para o entendimento do trabalho nesses estágios.

No estágio do eixo global foi aplicado o exercício de levantar e manter esse corpo em constante crescimento, buscando entender os caminhos de baixo para cima, observando o apoio dos pés e como isso vai interferindo nos encaixes de cada articulação. Para a finalização do laboratório utilizamos dois objetos: o primeiro foi o balão, trabalhando individualmente e em seguida com uma dupla; o segundo objeto foi com a bola suíça sendo trabalhado individualmente, pois a companhia tinha somente uma bola. Finalizando o processo lúdico, na busca do corpo com maior liberdade de movimento.



**Imagem 6: Laboratório VII: Trabalho com a bola suíça. Arquivo Pessoal**



**Imagem 7: Laboratório VII: Trabalho com o balão. Arquivo Pessoal.**

### Laboratório VIII

O oitavo laboratório foi um resumo do processo de vetores trabalhados na Técnica Klauss Vianna, em que o trabalho de vetores se inicia pelos pés e finaliza no crânio, reverberando no corpo por inteiro. Os vetores de força são aplicados individualmente começando do primeiro vetor: metatarso; segundo vetor: calcâneo; terceiro vetor: púbis; quarto vetor: sacro; quinto vetor: escápulas; sexto vetor: cotovelos, sétimo vetor: metacarpo; oitavo vetor: sétima vértebra cervical. Na TKV se utiliza de modelos representativos de ossatura para facilitar a percepção da sua própria estrutura, no entanto, na companhia não se tinha um modelo para ajudar nos exemplos.



Imagem 8: Laboratório VIII: Processo de Vetores. Arquivo Pessoal

### Laboratório IX

O último laboratório foi a aplicação do terceiro tópico da TKV chamado de processo de criação, mesmo que a finalização desse laboratório como resultado final não seja uma coreografia, busquei introduzir de forma teórica o pensamento de Klauss acerca desse tópico. Pois, o estágio de criação abordado na TKV é o resultado dos tópicos anteriores já trabalhados e com criações já existentes, visto que o processo criativo não tem fim e que cada trabalho vai interferindo no outro para melhor, tratando-se de uma pesquisa incessante em movimento.

Para esse laboratório de forma mais prática propôs interligar os conhecimentos adquiridos nos processos anteriores e interligar com o estilo Locking nos movimentos de *Lock* (bloqueio), *Point* (apontar), *Wrist Twirl* (giro de pulso), *Up Lock* (em cima e bloqueio). Com esses movimentos básicos, buscou-se aplicar o tônus muscular adequado, a relação das articulações com o movimento, a resistência que se tinha para aquele movimento, as ações opostas e esse eixo global que me equilibrava na dança.



**Imagem 9: Laboratório IX: Processo de criação. Arquivo Pessoal**

O laboratório foi como um processo de criação, um processo de “acordar” e liberar o movimento articular e estruturar para se pensar no final do laboratório a improvisação como resultado final da pesquisa.

### **3. 3. 3 A Improvisação após a realização dos laboratórios**

Com a finalização dos laboratórios e como análise comparativa com a improvisação observada inicialmente, pensando o corpo trabalhado pela TKV e as potências da preparação corporal na melhoria do desenvolvimento artístico do bailarino. Foi realizada a improvisação no final do último laboratório na companhia Artigo 5, motivo pelo qual o corpo estava aquecido e preparado para tal atividade final.

Como pesquisadora, o entendimento corporal e a vivência da experimentação na busca da consciência do corpo em movimento, é muito particular de cada indivíduo. O processo muitas vezes se encontra mais na percepção interna em que ser humano nota a diferença em si, do que externa, em que uma terceira pessoa percebe o corpo do outro. Esse pensamento reverbera tanto em aula quanto nas improvisações trabalhadas antes do laboratório e após o laboratório.

A improvisação de cada participante após a realização dos laboratórios, foi produtiva no reconhecimento do corpo em movimento, mostrando a evolução do primeiro improviso para o final. Link do vídeo das improvisações antes e depois dos laboratórios: <[https://youtu.be/oK\\_NNF0GaHE](https://youtu.be/oK_NNF0GaHE)> acesso em 25 de maio de 2022.

**Participante A:** é notado em parte do seu improviso um controle maior acerca do seu corpo e das movimentações básicas do estilo *Locking*, e um percepção musical mais apurada

visto que a participante não consegue trabalhar muito na música, em que no seu primeiro improviso, não estava nítido o *feeling* e a essência do trava do estilo *locking*.

**Participante B:** o seu improviso foi melhor executado por incluir outras partes do corpo no movimento *locking* que podem ser utilizadas na complementação do trabalho, tendo melhor precisão do movimento básico e já trabalhando esse desbloqueio criativo que muitos praticantes ao iniciar tem em comum.

**Participante C:** é notado em seu improviso o trabalho corporal por um todo, desde o momento que se trabalha a cabeça que influencia o pé, e por ele ter mais experiência na dança *Locking* é percebido a presença de um controle maior sobre o corpo e dosando conforme a música o trabalho de agilidade e explosão.

**Participante D:** seu improviso é bem melhor executado por ter conseguido por meio da TKV trabalhar o seu encurtamento muscular que dificultava seu trabalho com o estilo *Locking*, executando nessa improvisação os movimentos básicos do *locking* com ampliação melhor desenvolvida e o trabalho do tronco melhor explorado no seu improviso.

**Participante E:** o participante alcançou o trabalho corporal que ele buscou desenvolver dentro dos laboratórios assim como os outros e conseguiu de fato trabalhar uma desenvoltura acerca das tensões musculares que repercutia um improviso muito de frente e muito só no lugar, que após a aplicação da TKV, seu improviso no estilo *Locking* foi melhor executado trabalhando tudo que foi aplicado no laboratório desde o trabalho com o tronco ao ir para o chão.

Deixo aqui a fala da participante A com relação a todo o processo trabalhado.

**Participante A:** “Antes de entender o objetivo do laboratório eu admito que nunca pensei em aliar essas práticas às danças urbanas, claro, sempre pensei que eram precisos cuidados para que não houvesse lesões ou situações que me levassem a me invalidar futuramente, porém só associava todas essas técnicas as danças contemporâneas. Percebi então já uma mudança na minha perspectiva, agora olhava para novas possibilidades que poderiam ser acrescentadas na minha rotina de treinos e até no cotidiano, o que reverbera na minha dança de forma direta, pois sempre tive muito medo de me machucar realizando determinados movimentos como Knee drop, que é literalmente um movimento que consiste em cair de joelhos, e meus joelhos são de certa forma "traumatizados" com experiências passadas. E com devido ensino das técnicas voltei mais meu olhar para necessidade de realmente haver necessidade desse estudo dentro de diferentes vertentes, pois como no movimento que citei, por exemplo, agora sei que força tenho que aplicar, qual músculo posso usar para não sobrecarregar nenhuma parte do meu corpo, sei que não é só "cair", mas que há

um jeito certo de fazer acontecer. Antes também eu tendia a dançar de forma mais "quadrada" e "robótica", ou ficava muito mole, o que nem chegava a mostrar direito a qualidade do movimento. Ao ir adentrando na parte de explorar meu corpo e experimentar mais ele, no decorrer dos procedimentos que eram passados eu fui instigada a pensar no meu corpo de forma mais detalhada e fazer isso com constância me lembrava na hora de dançar como era o mapeamento do meu corpo, então eu passei a conseguir a enxergar os movimentos com mais detalhes, principalmente no locking, onde eu não olhava mais, por exemplo, para o "point" só como um "apontar", eu entendi que todo meu corpo podia se fazer presente. Com o tempo observei também que estava mais à vontade comigo mesma em dançar locking, já não me sentia tão esquisita. Hoje considero que isso está para a formação da consciência do meu corpo dentro das danças urbanas e auxiliando assim na minha construção enquanto uma locker (bailarina de locking).” (idade 20 anos)

### **3.4 A importância da consciência corporal no desempenho do bailarino:** por uma melhoria da qualidade de movimento em cena

“A expressão consciência corporal serve para sublinhar a intenção da Técnica Klauss Vianna de ampliar a percepção dos mecanismos corporais envolvidos no movimento.” (NEVES, 2008, p. 78). Cada vertente das *Street Dance* apresentados tem uma história, um criador e uma técnica aplicada. Porém, as metodologias trabalhadas para desenvolver a técnica do estilo nunca foram disciplinadas e organizadas por motivos de sua criação como dança não terem registros e princípios acerca do movimento, diferentemente da Dança Clássica que se estabeleceu com todo um estudo e foi estritamente documentada.

Atualmente as vertentes das *Street Dance* buscam reconhecimento e um amparo científico para tais vertentes. Pois, se pensarmos estas palavras disciplinadas e organizadas no senso comum, não seria condizente com a própria origem destas danças. Por outro lado, Klauss Vianna diz que para moldar um corpo é necessário disciplina e organização, o que significa que para se aprender um movimento devemos internamente estabelecer uma disciplina para me sujeitar a qualquer condicionamento exterior.

Organização e disciplina pessoal, é ter uma percepção corporal, em relação aos movimentos. Klauss Vianna (2005, p.101) mostra que:

Para que se consiga tornar fluente o movimento é indispensável trabalhar de maneira disciplinada e organizada. Por exemplo: para liberar uma dada articulação, primeiro é necessário prendê-la, descobrir a diferença entre o que é prender e soltar. Só quando se obtém um relativo domínio sobre a articulação e suas possibilidades de movimento é que se torna possível soltar, encaixar e desencaixar a vontade,

empregando toda a potencialidade em forçar ou liberar a articulação. (VIANNA, 2005, p. 101)

O prender e soltar a articulação nos remete ao estilo *Popping* que na sua dança o prender e soltar nada mais é do que contração e relaxamento de articulações. Nessa percepção o dançarino de *Popping* consegue desenvolver na música contrações e relaxamentos em rápidas ou duradouras sequências no tempo da música. Conquistando essa disciplina e organização interna conseguimos sentir a existência de mais possibilidade, mais criatividade, mais ampliação e mais naturalidade do movimento.

Tendo a organização e disciplina no espaço interno que é a percepção do próprio corpo, podemos nos relacionar com os espaços externos que são os movimentos do corpo, criando desenhos, escrituras e dando naturalidade no movimento.

Mas, como em qualquer outro processo de trabalho, não adianta apenas saber que o corpo age dessa ou daquela maneira. É preciso educar e tornar fluente a naturalidade do gesto, até o momento em que o aprendizado se converta num hábito, como parte de uma dinâmica corporal que assimila e ao mesmo tempo transcende os limites do próprio aprendizado. (VIANNA, 2005, p.101)

Os gestos são movimentos que possuem significados próprios de dentro de diversas culturas. No *Breaking*, por exemplo, os gestos com as mãos significam na dança do *B-Boy* algo que já existia antes de se tornar dança. E esse movimento é o resultado da captação de energia pela mente e a liberação da emoção pelo corpo físico. Klauss diz que nós somos o movimento e não máquinas que reproduzem movimento. E quando o movimento se torna hábito? Esse hábito podemos colocar como se fosse uma técnica, essa técnica é a organização do movimento do corpo, e cada técnica se trabalha de uma organização diferente da outra, fazendo com que cada uma crie sua própria fronteira sem conexão de informações, deixando o coreógrafo com menos possibilidades de trabalhar com seu bailarino/intérprete. Atualmente esses códigos e essas informações se misturam, pois, o movimento não respeita fronteiras e sim conecta informações por meio de suas semelhanças. Essas diversas linguagens de danças e informações, ao se misturar tornam o bailarino um corpo polissêmico e esse corpo que sai de uma técnica para várias técnicas, vai se tornando um bailarino mais independente e pensador do próprio movimento, saindo daquele processo de hierarquização vertical para horizontal.

Trazendo isso para as danças urbanas, cada estilo dentro da *Street Dance* acaba potencializando e dando várias outras possibilidades de movimentação para o bailarino sem nos prender a movimentos de uma técnica só. E é essa potencialidade que devemos melhorar em Manaus, pois muitos praticantes em Manaus não tem o conhecimento das principais

danças dentro da *Street Dance*, pois, tendo esse conhecimento dos estilos, trazendo para técnica dentro das danças urbanas, poderíamos ter mais pessoas capacitadas tanto para ensinar as danças urbanas ou treinar, ou até mesmo pesquisar sobre o assunto, ajudando a agregar ainda mais para *Cultura Hip-Hop* em Manaus.

Podemos dizer que o que faz a beleza de um movimento é a clareza, a objetividade. Quando o movimento é limpo, consegue expressar aquilo que busca expressar e, como consequência natural de sua verdade, ganha em beleza e emoção. Precisamente aí reside o seu valor estético. (VIANNA, 2005, p.113)

Segundo o que Klauss pontua sobre clareza, objetividade e esse movimento limpo, é onde conseguimos enxergar algumas fragilidades de execução no cenário das danças urbanas em Manaus. A falta de técnica aprofundada na cidade, não é por questões práticas e sim por questões teóricas, que é dessa teoria que poucos são os que têm o conhecimento.

Essa teoria fará com que possamos entender nosso espaço interior para podermos melhorar nossa amplitude, nossa projeção, fortalecendo mais suas musculaturas e ganhando mais agilidade, mas pela falta do conhecimento das técnicas, é fácil de ver em certas apresentações, batalhas e improvisos que acontecem em festivais na cidade, corpos que poderia crescer e projetar mais, ter uma utilização melhor do palco, mas pela falta de pessoas capacitadas e preparadas, ao invés de assistirmos grandes performances com corpos polissêmicos transmitindo a beleza dos movimentos com clareza, objetividade e movimento limpo como consequência natural, acabamos nos deparando e assistindo.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

O corpo humano é um símbolo da sua própria estrutura; até certo ponto, agir sobre o corpo é agir sobre a sociedade. Nossos hábitos e costumes gerados por esse corpo transmitem e influenciam essa sociedade. Além disso, o modo de representar o corpo na arte é um reflexo da estrutura social, de uma visão de mundo e de uma definição de pessoa.

Na busca de potencializar o corpo por meio da preparação corporal a partir da abordagem somática de Klauss Vianna para um melhor desenvolvimento artístico nas *Street Dance*. Foi inicialmente pensado como coleta de dados o trabalho coreográfico da companhia, mas conforme o estudo somático e da sistematização do trabalho de Klauss Vianna, era notado em todos os artigos e trabalhos que falam de Klauss e de sua metodologia abordando o corpo na dança, era percebido que o sistema tradicional coreográfico não era algo que Klauss e os Vianna's se utilizavam.

Constatando que o sistema tradicional coreográfico só permitiria o bailarino ser um reprodutor do movimento, e por esse motivo a pesquisa caminhou para o trabalho de improvisação em que o bailarino teria mais liberdade de atuar no campo da movimentação. Onde os cinco participantes para a pesquisa de campo, são da Companhia de Dança Artigo 5 em que ambos vieram de uma linguagem artística diferente e conheceram as *Street Dance* em períodos diferentes, tendo também uma grande diferença de idades, tornando-se corpos para o olhar da dança em comum, impossível de se trabalhar em uma mesma aula, porém Klauss permite esse trabalho coletivo abraçando as idades.

Enquanto procedimentos na pesquisa de campo foi de sua importância aplicar a roda de conversa acerca do questionário guia, ocorrendo uma troca de informações sobre seus dados referente a sua carreira profissional na dança, aproximando os participantes na busca da compreensão de que não estão sozinhos nesse trabalho corporal que foi realizado;

Apreciação das improvisações (em sala de aula ou em batalhas) que serviu como um diagnóstico inicial tanto para a pesquisadora quanto para o participante se perceber e compreender e identificar a falha, sendo um parâmetro para as análises finais da pesquisa; Realização de laboratórios como processo de aprendizagem da Abordagem somática utilizando a Técnica Klauss Vianna (TKV) na *Street dance* com os bailarinos; e análise comparativa com a improvisação observada.

É importante ressaltar também que apesar da pesquisa envolver as *Street Dance*, a pesquisadora toma ciência de que aplicar as TKV em ambas vertentes não resultam em um

trabalho de qualidade para o participante, resolvendo esse impasse na utilização do estilo *Locking* como um impulsionador para outras pesquisas.

E como resultado, foi alcançado o que se esperava do envolvimento da TKV para a melhoria dos bailarinos no improviso aplicado pelos participantes, como finalização da coleta de dados. Pois, é notado essa qualidade e liberdade do corpo em movimento e é perceptível que o participante tanto no laboratório quanto no improviso busca aprender e trabalhar os processos de acordo com os seus limites corporais, alcançando no final o que se trabalhou em sala. Trabalho esse que continuará na companhia para se adentrar nas outras vertentes, sempre com o pensamento de ampliar e libertar o corpo de todas as corações.

## REFERÊNCIAS

- AGUIAR, Daniella. **Dança contemporânea – o dançarino pode ser apto para tudo.** In: IV Reunião Científica de pesquisa e Pós-Graduação em artes cênicas, 2007.
- AGUIAR, Sidney. **Hip Hop de leste a oeste de Manaus: quatro cabeças de uma Hidra Urbana e um bumerangue africano.** Rio de Janeiro: [s. n.], 2018. 17 p. ISBN 978-85-65957-10-6.
- BIANCHI, Paloma. **Abordagens Somáticas em Dança: Uma outra Perspectiva em Pesquisa e Criação.** IN: DAPesquisa n.12, 2014, p. 01 – 12.
- BOLSANELLO, Débora Pereira. **Em pleno corpo: educação somática, movimento e saúde.** 2ª Ed. Curitiba: Juruá, 2010.
- BOLSANELLO, Débora. **Educação somática: o corpo enquanto experiência** Université du Québec à Montréal - Canada n.2. 2005 p. 99-106.
- BONDIA, Jorge Larrosa. **Notas sobre a experiência e o saber de experiência.** IN: Rev. Bras. Educ, n.19, 2002, p. 20-28.
- DOMENICI, Eloisa. **O encontro entre dança e educação somática como uma interface de questionamento epistemológico sobre as teorias do corpo.** Pro-Posições, v. 21, n. 2, p. 69-85, 2010.
- DOMENICI, Eloisa. **Diálogo com o texto “Dança contemporânea – o dançarino pode ser apto para tudo?”, de Daniela de Aguiar.** In: Reunião Científica de pesquisa e Pós-Graduação em artes cênicas, 2007.
- EDDY, Martha. **Uma breve história das práticas somáticas e da dança: desenvolvimento histórico do campo da educação somática e suas relações com a dança.**Repertório, Salvador, ano 21, n. 31, p. 25-61, 2018.2
- FORTIN, Sylvie. **Educação somática: novo ingrediente da formação prática em dança.** Cadernos do GIPE-CIT, n. 2, p. 7-60, 1999.
- FERREIRA, Alexandre. **Intérprete-criador na dança contemporânea: um corpo polissêmico e co-autor.** IN: Anais do II Congresso Nacional de Pesquisadores em Dança-ANDA. 2012.

GIORGI, Margherita. **Dando forma ao corpo vivo: paradigmas do soma e da autoridade em escritos de Thomas Hanna.** Revista Brasileira de Estudos da Presença, v. 5, n. 1, p. 54-84, 2015.

LEAL, Patrícia Garcia; REGEL, Lenira; THALL, Karin. **Sentimentos em improvisação: consciência, autonomia e dramaturgia.** São Paulo: Annablume, 2003.

LIMA, José Antonio de Oliveira. **Educação somática: diálogos entre educação, saúde e arte no contexto da proposta da reorganização postural dinâmica.** Tese (Doutorado em Educação) – Programa de Pós-Graduação em Educação/UNICAMP, Campinas, 2010.

LOBO, Lenora; NAVAS, Cássia. **Teatro do Movimento: um método para um intérprete criador.** Brasília: LGE Editora, 2003.

LIMA, José Antonio de Oliveira. Educação somática: limites e abrangências. Pro-Posições, v. 21, n. 2, p. 51-68, 2010.

MILLER, J. NEVES, N. “**Técnica klaus Vianna - Consciência em Movimento**” in *ILINX – Revista do Lume*, Campinas: Unicamp, nº 3/2013

MILLER, Jussara Corrêa. **Qual é o corpo que dança? Dança e Educação Somática para a construção de um corpo cênico.** Campinas/SP: Tese(doutorado) - Universidade Estadual de Campinas, Instituto de Artes, 2010.

MILLER, Jussara. **A escuta do corpo: sistematização da Técnica Klaus Vianna.** São paulo: summus, 2007. 126 p.

NEVES, Neide. **A técnica como dispositivo de controle da corpomídia.**(Tese) Programa de Comunicação e Semiótica da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo, 2010

NEVES, Neide. **Técnica klaus vianna – processos evolutivos.** In: REVISTATKV, v. 1, n. Nº4, 2019, p. 18-25.

NEVES, Neide. **Klaus Vianna : estudos para uma dramaturgia corporal.** São paulo: cortez editora, 2008. 111 p.

PALMEIRA, Kenji. **Centro de danças urbanas.** 2014. 31 p. Monografia - Faculdade de Arquitetura e Urbanismo Universidade de Brasília, Brasília, 2014.

PRODANOV, C. C. FREITAS, C. E.. **Metodologia do trabalho científico: métodos e técnicas da pesquisa e do trabalho acadêmico**. 2. ed. Novo Hamburgo: Feevale, 2013.

RODRIGUES, Marcos. **CORPOS REMIXADOS NAS DANÇAS URBANAS: Um recorte desde os anos 1970 em Porto Alegre**. 2018. 97 p. Dissertação de Mestrado — UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL, Porto Alegre, 2018.

STRAZZACAPPA, Márcia. **Educação Somática: seus princípios e possíveis desdobramentos**. REPERTÓRIO TEATRO & DANÇA, n. 13, p. 48-54, 2009.

SOUZA, Richardson. **Hip Hop Manaus anos 80: uma cultura de rua e popular**. inSURgência, v. 2, n. 2, p. 417-429, 2016.

TADRA, Débora Sicupira Arzua; VIOL, Rosimara; ORTOLAN, Sabrina Mendes; MAÇANEIRO, Scheila Mara. **Linguagem da Dança**. Paraná: Editora XIBPEX, 2009

TECK, Katherine. **Ear trainig for the body: a dancer's guide to music**. Priceton Book Company, 1994.

THIOLLENT, Michel. **Metodologia da pesquisa-ação**. 2.ed. São Paulo: Cortez Autores Associados, 1986.

TORRES, Laís. **Danças urbanas no brasil: relatos de uma história**. 2015. 83 p. Monografia — Universidade Estadual Paulista, BAURU, 2015.

VIANNA, Klauss. **A dança**. 3 ed. São Paulo: Summus, 2005.

VIEIRA, David. **Hip Hop Dance: vocabulário poético e possibilidades de criação**. IN: Trabalho de Conclusão de Curso - Licenciado em Dança, Centro de Artes. Pelotas, 2018.

VIEIRA, Marcilio. **Abordagens Somáticas do Corpo na Dança**. In: Rev. Bras. Estud. Presença, n. 1, Porto Alegre, 2015. p. 127-147.

## LINKS

COLOMBERO, Rose Mary Marques Papolo. Danças urbanas: uma história a ser narrada - grupo de pesquisas ... Jul. 2011. Disponível em: <<https://www.yumpu.com/pt/document/read/7715187/dancas-urbanas-uma-historia-a-ser-narrada-grupo-de-pesquisas->>. Acesso em: 24 maio de 2022.

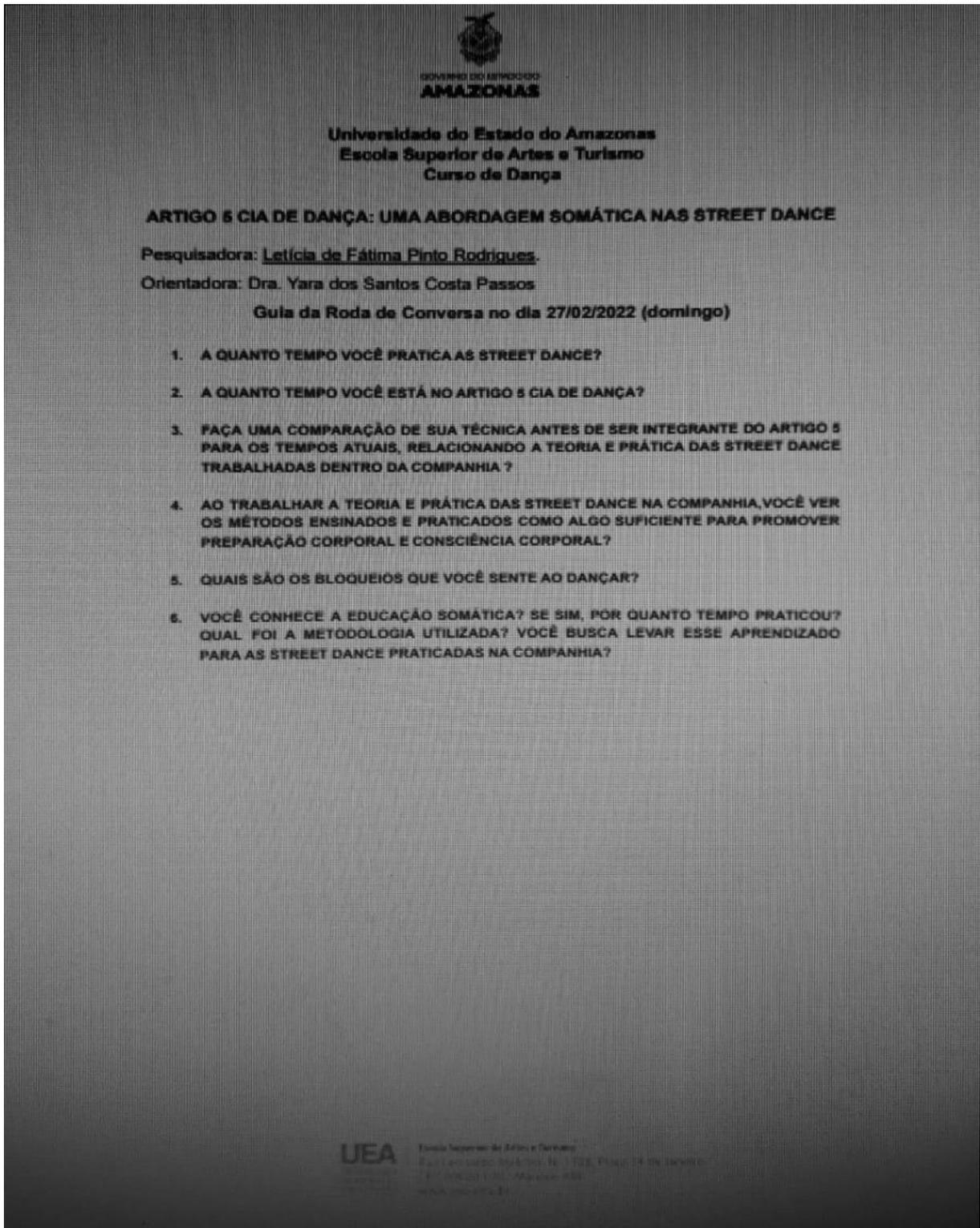
PIMENTEL, Evandro. House: o estilo alternativo de dança de rua, **RedBull**, 2020. Disponível em: <<https://www.redbull.com/br-pt/danca-dancas-de-rua-house>>. Acesso em: 13/11/2020

PIMENTEL, Evandro. Popping: aquela dança do Michael Jackson. **Red Bull**, 2020. Disponível em: < <https://www.redbull.com/br-pt/danca-dancas-de-rua-popping> >. Acesso em: 12/11/2020

PIMENTEL, Evandro. Locking: a dança pioneira que nasceu sem querer. **RedBull**, 2020. Disponível em: <<https://www.redbull.com/br-pt/danca-dancas-de-rua-locking> > Acesso em: 12/11/2020

PIMENTEL, Evandro. Breaking: a dança fundamental da cultura hip-hop. **RedBull**,2020. Disponível em: <<https://www.redbull.com/br-pt/danca-dancas-de-rua-breaking>>. Acesso em: 13/11/2020

## ANEXO



Anexo 1: pergunta guia da roda de conversa. Arquivo Pessoal