



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE SERGIPE**  
**CURSO DE LICENCIATURA EM DANÇA**  
**DEPARTAMENTO DE DANÇA**

**LAYS NARA DO ROSÁRIO SILVA**

**DANÇA PARA PESSOAS EM CADEIRA DE RODAS:**

Estratégias de ensino-aprendizagem a partir do Programa Arte na Escola/SE

**ARACAJU**  
**2025**

**LAYS NARA DO ROSÁRIO SILVA**

**DANÇA PARA PESSOAS EM CADEIRA DE RODAS:**

Estratégias de ensino-aprendizagem a partir do Programa Arte na Escola/SE

Monografia apresentada ao Componente Curricular Trabalho de Conclusão de Curso II, como um dos requisitos à conclusão do curso de Licenciatura em Dança da Universidade Federal de Sergipe para a obtenção do título de Licenciada em Dança.

Orientador: Prof. Dr. Jonas Karlos de Souza Feitoza

**ARACAJU  
2025**

LAYS NARA DO ROSÁRIO SILVA

**DANÇA PARA PESSOAS EM CADEIRA DE RODAS:**

**Estratégias de ensino-aprendizagem a partir do Programa Arte na Escola/SE**

Monografia apresentada ao Componente Curricular Trabalho de Conclusão de Curso II como um dos requisitos à conclusão do curso de Licenciatura em Dança da Universidade Federal de Sergipe para obtenção do título de Licenciada em Dança.

Aprovada em \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

**BANCA EXAMINADORA**

---

Prof. Jonas Karlos de Souza Feitoza - Orientador  
Doutor em Artes pela Universidade de São Paulo (USP)  
Universidade Federal de Sergipe (UFS)

---

Prof.<sup>a</sup>. Jussara da Silva Rosa Tavares  
Doutora em Artes pela Universidade de São Paulo (USP)  
Universidade Federal de Sergipe (UFS)

---

Prof.<sup>a</sup>. Bianca Bazzo Rodrigues  
Doutora em Artes pela Universidade de São Paulo (USP)  
Universidade Federal de Sergipe (UFS)

**Aracaju, 03 de setembro de 2025**

Dedico este trabalho a todos que acreditam na educação como caminho para a transformação social, especialmente na promoção da inclusão e do respeito à diversidade.

## **AGRADECIMENTOS**

Primeiramente, agradeço a Deus, fonte de forças e energias que me permitiram seguir adiante mesmo diante das dificuldades, iluminando meu caminho com pessoas especiais que tornaram tudo mais leve e possível.

Agradeço ao meu esposo, Luciano, por seu incentivo constante, por acreditar em mim e me motivar a persistir nos estudos e na realização dos meus sonhos e desafios, sendo meu porto seguro durante toda essa trajetória. Aos meus familiares, que mesmo distantes, estiveram presentes em pensamento, apoio e amor, fortalecendo minha caminhada.

Aos colegas que o curso me proporcionou, em especial ao André, que se tornou como um irmão, sempre caminhando de mãos dadas comigo, compartilhando alegrias e desafios com amizade verdadeira, construindo juntos memórias e fortalecendo vínculos que levarei para a vida toda.

Agradeço aos coordenadores do Programa Arte na Escola, Anúbia, Dan e Mirian, pela oportunidade de estágio que me possibilitou vivenciar uma experiência enriquecedora, desafiadora e transformadora. Esse momento foi fundamental para aplicar conhecimentos teóricos na prática, ampliar minha visão sobre a dança inclusiva e fortalecer meu compromisso com a educação e a arte como ferramentas de inclusão social. Sou grata pela confiança depositada e pelo apoio constante durante essa trajetória, que contribuiu decisivamente para minha formação profissional e pessoal.

As professoras convidadas para compor a banca a Prof.<sup>a</sup> Jussara Tavares e a Prof. Bianca Bazzo, deixo meus agradecimentos pelo valioso conhecimento compartilhado e pelas contribuições que enriqueceram meu trabalho.

Agradeço a todos(as) os(as) professores(as) do curso de Licenciatura Plena em Dança da Universidade Federal de Sergipe Ana Carolina Frinhani, Ana São José, Bianca Bazzo, Carol Natureza, Clécia Queiroz, Daniel Moura, Edna Nascimento, Fernando Davidovitsch, Henrique Vidal, Jussara Tavares, Marcelo Moacyr, Mário Resende, Paulo Lacerda e Thábata Liparotti pelo comprometimento, dedicação e por compartilharem, de forma generosa, seus conhecimentos, experiências e incentivo ao longo de minha trajetória acadêmica. Aos (Às) funcionários(as) do Departamento e do Cultart, em especial Seu Mica, Dona Edileuza, Fátima e Aline, registro minha sincera gratidão pelo cuidado, atenção e disponibilidade em todos os momentos.

Em especial, manifesto minha profunda gratidão ao meu orientador, professor Jonas Karlos, pela paciência, apoio, orientação e confiança depositada em mim durante todo o desenvolvimento deste trabalho.

E a todos que, de alguma forma, contribuíram para a realização deste sonho, deixo aqui o meu mais profundo reconhecimento e gratidão.

“A dança é para todos. Acredito que a dança veio do povo e deve sempre ser devolvida ao povo”.

(Alvin Ailey)

## RESUMO

Esta monografia intitulada "Dança para Pessoas em Cadeira de Rodas: Estratégias de ensino-aprendizagem a partir do Programa Arte na Escola/SE" investigou a dança para cadeirantes como uma ação inclusiva. A pesquisa utilizou uma metodologia que combinou a revisão de literatura com a vivência prática no Programa Arte na Escola. O trabalho buscou desconstruir a "Bipedia Compulsória", valorizando todas as corporeidades. A "Prática da Consideração" foi o alicerce ético, focando na individualização dos corpos em vez de padrões rígidos. A experiência prática no "Programa Arte na Escola" em Sergipe demonstrou que as barreiras são mais simbólicas do que físicas, residindo na resistência social. Estratégias pedagógicas baseadas nos Fatores de Laban (Peso, Tempo, Espaço e Fluência) são sugeridas como processos de ensino/aprendizagem de dança para pessoas em cadeira de rodas. A contribuição desta proposta de pesquisa para o campo da dança resulta da escassez de referências que apresentem estratégias metodológicas de ensino de dança para pessoas com deficiência.

**Palavras-chave:** estratégias de ensino em dança; dança em cadeira de rodas; Programa Arte na Escola; Fatores de movimento.

## ABSTRACT

This monograph, titled "Dance for People in Wheelchairs: Teaching-Learning Strategies from the Art at School Program/SE," investigated dance for wheelchair users as an inclusive activity. The research used a methodology that combined literature review with practical experience from the Art at School Program. The work sought to deconstruct "Compulsory Bipedalism," valuing all corporealities. The "Practice of Consideration" was the ethical foundation, focusing on the individualization of bodies rather than rigid standards. Practical experience with the "Art at School Program" in Sergipe demonstrated that barriers are more symbolic than physical, residing in social resistance. Pedagogical strategies based on Laban's Factors (Weight, Time, Space, and Fluency) are suggested as dance teaching/learning processes for people in wheelchairs. The contribution of this research proposal to the field of dance results from the scarcity of references that present methodological strategies for teaching dance to people with disabilities.

**Keywords:** teaching strategies in dance; wheelchair dancing; Art at School Program; Movement factors

## LISTA DE FIGURAS

FIGURA 01: Diálogos sobre o processo de ensino .....	22
FIGURA 02: Participantes da aula .....	22

## SUMÁRIO

<b>APRESENTAÇÃO</b> .....	11
<b>INTRODUÇÃO</b> .....	15
<b>UM OUTRO OLHAR SOBRE O MOVIMENTO: PARA ALÉM DA BIPEDIA COMPULSÓRIA NA DANÇA</b> .....	17
<b>ESTRATÉGIAS DE ENSINO A PARTIR DO PROGRAMA ARTE NA ESCOLA: ESTUDOS COM OS FATORES DE MOVIMENTO DO RUDOLF LABAN</b> .....	20
Estratégia 01: Dança com elástico: Aquecimento com a <i>TheraBand</i> .....	26
Estratégia 02: Corpo que soa, corpo que dança .....	27
Estratégia 03: Espelho Mágico: Improvisação .....	29
Estratégia 04: Movimento que flui: Dança com comandos da natureza .....	30
Estratégia 05: Dança no ar: Improvisação com a bexiga .....	31
<b>CONSIDERAÇÕES FINAIS</b> .....	33
<b>REFERÊNCIAS</b> .....	35

## APRESENTAÇÃO

Eu Lays Nara, capixaba, e atualmente morando em Sergipe há sete anos, curso Licenciatura em Dança na UFS. Para chegar até aqui, percorri um longo e sinuoso caminho. Quando criança, eu adorava escutar música e, segundo minha teoria, criava várias coreografias no meu quarto o tempo todo. Já pensava: "Vou ser bastante famosa, dançar, ser atriz de filme e médica". Mas as coisas nem sempre acontecem como sonhamos, e a vida é cheia de surpresas.

Por volta dos 9 ou 10 anos, surgiu uma oportunidade de entrar na escola de artes FAFI (Escola Técnica de Teatro, Dança e Música), a única no município vizinho. Consegui passar na seleção, o que foi uma grande conquista. Contudo, não era fácil frequentar as aulas, pois dependia da disponibilidade dos meus pais para me levar, mas não faltei nenhum dia. Fiquei lá por dois anos. Depois disso, precisei procurar outra escola, pois não havia continuidade na FAFI.

Tentei uma bolsa na única escola particular de dança e referência da época, dirigida por uma técnica de ginástica rítmica e artística. Infelizmente, não consegui passar. E, mesmo que tivesse conseguido, seria ainda mais difícil para meus pais me levarem, pois era ainda mais longe. Isso foi muito triste para mim, pois senti que um dos meus sonhos praticamente havia acabado ali.

Então, me contentei em continuar dançando sozinha em casa, assistindo a tudo pela TV. Decidi apenas crescer e tentei seguir o caminho da Medicina, que também não deu certo. Tentei outros cursos na área da saúde, mas não consegui entrar em nenhum. Tive, então, a oportunidade de fazer um curso em Tecnologia em Petróleo e Gás. Concluí toda a graduação e, na sequência, iniciei uma especialização em Logística Empresarial. No entanto, por motivos de força maior, precisei me ausentar antes de concluí-la. Após esse acontecimento, fiquei um tempo afastada da vida acadêmica e decidi focar nos estudos para concursos públicos, buscando alcançar estabilidade profissional. Nesse período, também trabalhava na mesma faculdade onde cursei minha graduação, o que me ajudava a manter uma rotina ativa e contribuía para meu crescimento pessoal e profissional.

Com o passar do tempo, comecei a acompanhar mais os desfiles das escolas de samba do meu estado e de outros pela TV. Quando criança, cheguei a assistir a um desfile quase em frente à minha casa. Eu adorava me fantasiar, sempre com a mesma fantasia de cigana, e era feliz assim. Isso reacendeu em mim a vontade de dançar e de participar de um desfile. Quando puder, quero desfilar em uma escola de samba. No

entanto, como morava com meus pais, eles tinham muita resistência em me deixar participar. Mas, como nem tudo na minha vida é fácil, depois de um tempo, através de uma colega de trabalho, visitei a quadra de uma escola de samba. Foi uma experiência muito legal, que reacendeu aquele gosto pela dança que estava um pouco adormecido dentro de mim.

Então, pela primeira vez, em 2014, entrei na ala de assistentes do Grêmio Recreativo Escola de Samba Unidos da Piedade, a escola mais antiga de Vitória-ES, fundada em 15 de janeiro de 1955. Posso dizer que foi uma sensação incrível, de que eu podia, sim, realizar meus sonhos, bastava acreditar. Depois disso, tive a certeza de que queria continuar participando sempre desse evento maravilhoso, cheio de história em cada detalhe. Pude participar por vários anos, chegando a ser destaque e até Rainha de Bateria, algo que nunca havia sequer passado pela minha cabeça. Foi maravilhoso representar toda uma comunidade! Claro que nem tudo são flores, mas consegui. Particpei ativamente do carnaval até 2019.

Com a mudança para outro estado, já não conseguia me dedicar como gostaria, então preferi me ausentar. Nesse período em que participava da escola de samba, também trabalhava em um curso técnico e em uma escola que atendia da educação infantil ao ensino médio. Mas, assim como no samba, precisei me afastar dessas atividades para me mudar, primeiro para Natal (Rio Grande do Norte) e depois para Sergipe, onde estou até hoje.

Chegando em Sergipe, depois de um tempinho, resolvi recomeçar minha vida acadêmica. Tive uma certa dificuldade em escolher o curso; fiquei muito tentada a fazer cursos na área da saúde, inclusive me inscrevi. No entanto, depois vi que também tinha Licenciatura em Dança e fiquei bem tentada a fazê-lo, então me inscrevi. Consegui passar e, embora as aulas tenham começado de forma remota devido à pandemia da COVID-19, conseguimos superar esse período desafiador. Foi um momento difícil para todos, já que alunos e professores tiveram que se adaptar rapidamente à era digital, marcada por imprevistos constantes. Ainda assim, foi uma experiência que nos fortaleceu e nos preparou para seguir em frente com mais resiliência.

Durante meu curso em Licenciatura em Dança, comecei a ter diversos pensamentos e reflexões a partir dos conteúdos que fui estudando. Entre esses aprendizados, algo que começou a se destacar para mim foi o quanto percebi que a Dança pode fazer a diferença na vida das pessoas. Isso se tornou ainda mais evidente ao cursar disciplinas como Elementos de Anatomia e Fisiologia Humanas Aplicadas à Dança e Cinesiologia Aplicada à Dança. Por meio dessas matérias, percebi como o corpo funciona e como o movimento pode ser usado de maneira consciente para

promover bem-estar físico, emocional e social. Além disso, tive a chance de cursar Dança e Cognição, uma disciplina que, mesmo antes da inscrição, já me instigava. Sem saber ao certo do que se tratava, fui em busca de respostas. Ao explorar a conexão entre corpo, movimento e os processos cognitivos, senti que estava me aproximando do meu objetivo: usar a dança para ajudar o próximo. Essa disciplina foi crucial para que eu entendesse que existe uma forma de trabalhar com pessoas com deficiência, e que essa forma não só é possível, como essencial.

Foi através dessas revelações que meu desejo de atuar com esse perfil de pessoas se intensificou. Consegui perceber profundamente como a dança pode ser um instrumento de mudança poderoso, disponível a todos e cheio de delicadeza, com a capacidade de despertar o corpo, a mente e os sentimentos de uma forma completa. Hoje, vejo essas disciplinas como marcos importantes na minha formação e nas minhas escolhas profissionais. Elas me ajudaram a perceber que a Dança pode ser, sim, um meio potente de inclusão, desenvolvimento e cuidado com o outro.

Com exceção da disciplina de Anatomia, todas as outras eu tive a oportunidade de cursar com o professor Jonas Karlos, a quem tenho grande admiração. Ele conduz suas aulas com muito amor, dedicação e domínio do conteúdo, sempre com uma didática clara e inspiradora. Sua constante busca por aprimoramento e sua forma de ensinar me motivaram a seguir estudando e me preparando. Me espelho muito na postura dele como educador, e desejo, no futuro, também ser uma profissional comprometida, sensível e apaixonada pelo que faz.

A partir daquele instante, senti que meu interesse por compreender o papel da Dança na inclusão social e na promoção da saúde só crescia. Foi dentro desse processo de descoberta que, ainda no Departamento de Dança, conheci a professora Lavínia Teixeira, que, apesar de pertencer a outro departamento, mantinha diálogos e parcerias com o curso de Dança. Na época, ela desenvolvia um projeto na Escola João Cardoso, uma Escola de Educação Especial, voltado à atuação com pessoas com deficiência. A professora abriu a oportunidade para quem tivesse interesse em participar do projeto, e eu, movida pela vontade de aprender mais e vivenciar essa realidade de perto, decidi me envolver. Apesar de o projeto não ter tido longa duração, a experiência foi extremamente marcante. Pude vivenciar na prática os desafios e as possibilidades do uso da Dança em contextos inclusivos, o que reafirmou meu desejo de seguir por esse caminho.

Logo depois, a professora Lavínia começou a oferecer a disciplina Tópicos Especiais em Educação Física e Saúde III, dando destaque à Dança para pessoas com deficiência. A disciplina cobria práticas de movimento adaptadas e falava sobre temas-

chave, como as Diretrizes Curriculares Nacionais da Educação Especial. Isso ajudou muito a aprofundar minha ideia sobre a dança como uma ferramenta essencial para a inclusão e para a mudança social.

Após um período significativo, fui presenteada com a chance de participar do Programa Arte na Escola, o que mexeu muito comigo. Ao longo dessa experiência, pude ensinar pessoas que utilizam cadeira de rodas, o que me fez enxergar as diferentes formas de aprender, ensinar e expressar emoções por meio da arte. A troca de saberes, o respeito às individualidades e o desafio de construir práticas acessíveis me fizeram compreender, na prática, o verdadeiro sentido da inclusão.

Além das vivências acadêmicas, também pude me aproximar da cultura sergipana ao integrar a quadrilha junina Unidos em Asa Branca, uma das mais tradicionais de Aracaju. Essa experiência foi, ao mesmo tempo, desafiadora e maravilhosa, pois me permitiu vivenciar de perto a força das tradições juninas, experimentar novos movimentos e reconhecer a dança como uma expressão cultural viva, que une pessoas e histórias.

Hoje, tenho certeza de que desejo seguir uma atuação profissional mais comprometida com a diversidade, promovendo espaços educativos sensíveis às singularidades de cada pessoa e abertos à participação de todos.

## INTRODUÇÃO

A dança é uma expressão artística e corporal que transcende barreiras físicas e culturais, promovendo inclusão e valorizando a diversidade de corpos e movimentos. No contexto da dança para cadeirantes, essa prática ganha ainda mais relevância ao proporcionar às pessoas com deficiência física uma forma de expressão, interação social e melhora na qualidade de vida. Segundo Marques (2011), "a dança oferece uma oportunidade única para o desenvolvimento da consciência corporal e da autoexpressão, independentemente das limitações físicas". Além disso, a prática da dança permite uma reconfiguração dos paradigmas de movimento e performance, desafiando preconceitos e estereótipos sobre as capacidades das pessoas com deficiência. Como afirma Silva (2014), "a dança inclusiva é uma ferramenta poderosa para desconstruir estigmas e criar um espaço onde o corpo é valorizado pela sua singularidade, não pela conformidade a padrões tradicionais de movimento".

Os benefícios físicos da dança para cadeirantes também são amplamente documentados. De acordo com Andrade e Costa (2016), "a dança adaptada contribui para o fortalecimento muscular, melhora da postura e desenvolvimento da coordenação motora, além de favorecer a integração entre corpo e mente". Esses aspectos são essenciais para o bem-estar físico e emocional dos praticantes, proporcionando uma experiência transformadora.

A inclusão de cadeirantes na dança reflete um movimento crescente de valorização da diversidade e da acessibilidade nas artes. Nesse sentido, o desenvolvimento de projetos e pesquisas que promovam a dança inclusiva é essencial para ampliar o acesso à cultura e garantir que todos possam se beneficiar das múltiplas dimensões dessa arte. Segundo Vieira (2018), "a inclusão na dança não é apenas uma questão de acessibilidade física, mas de reconhecer o direito de todos os corpos a participar e criar".

É desafiador encontrar referências que abordem o ensino da dança para pessoas em cadeira de rodas que vão além de uma perspectiva capacitista. A maioria dos materiais disponíveis frequentemente se concentra em adaptar movimentos de dança "convencionais" para a cadeira de rodas, em vez de explorar as potencialidades e a estética do corpo em sua interação única com o objeto. Essa abordagem limita a criação artística a uma lógica de "substituição" ou "imitação", deixando de lado a riqueza de um

vocabulário coreográfico próprio que valorize a mobilidade, a fluidez, a força e a expressividade inerentes à dança em cadeira de rodas. Como resultado, professores e coreógrafos enfrentam uma lacuna significativa de conhecimento, dificultando o desenvolvimento de estratégias pedagógicas que celebrem a diversidade de corpos e movam-se em direção a uma prática verdadeiramente inclusiva e inovadora.

O primeiro capítulo aborda a crítica à Bipedia Compulsória, um conceito que impõe a bipedalidade como norma na dança, excluindo corpos com deficiência. Discute como essa imposição cria barreiras simbólicas e materiais, marginalizando a dança de pessoas com deficiência e rotulando-as como inaptas. Em contraponto, o capítulo apresenta a Prática da Consideração, uma abordagem que propõe valorizar a potência criativa e a singularidade de cada corpo, como o da dança em cadeira de rodas, que é visto não como limitação, mas como uma extensão corporal para a invenção estética. O texto também ressalta a necessidade de mudanças pedagógicas e curriculares na formação de profissionais de dança para promover um ambiente verdadeiramente inclusivo e democrático.

O segundo capítulo descreve e contextualiza o Programa Arte na Escola em Nossa Senhora do Socorro/Sergipe, como ferramentas de desenvolvimento educacional e inclusão social, especialmente para pessoas com deficiência. Nessa parte será apresentado cinco estratégias de ensino de dança para cadeirantes, fundamentadas nos fatores de movimento de Rudolf Laban (Peso, Tempo, Espaço e Fluência), para promover a conscientização corporal, a expressão criativa e a participação. As estratégias detalham atividades práticas, como dança com elástico, percussão corporal, Improvisação, movimentos inspirados na natureza e improvisação com bexiga, todas estruturadas para potencializar as capacidades dos alunos e reforçar a dança como uma forma de autoconsciência e invenção. A estrutura de cada estratégia está organizada a partir de orientações/informações da ação sugerida, destacadas em negrito: Como desenvolver essa prática; Para que serve essa estratégia e Movimentos corporais trabalhados.

Dessa forma, este trabalho justifica-se pela necessidade de investigar, promover e valorizar a dança para cadeirantes como uma prática inclusiva, rica em benefícios e potencial transformador para as pessoas com deficiência física.

## **UM OUTRO OLHAR SOBRE O MOVIMENTO: PARA ALÉM DA BIPEDIA COMPULSÓRIA NA DANÇA**

A dança, desde sempre, foi celebrada como uma forma de arte que exalta o movimento, o domínio do corpo e a diversidade dos corpos. No entanto, a imagem que comumente surge ao se pensar em um dançarino é a de um corpo ágil, rápido, que se equilibra de pé e executa gestos "perfeitos". Essa visão restritiva, e suas implicações para a inclusão na dança, precisam serem problematizadas para pensarmos outros modos de dançar para além da bipedia. Carmo e Ribeiro (2019) têm proposto o conceito de Bipedia Compulsória. Este conceito refere-se à imposição histórica e estrutural da bipedalidade como norma para os corpos considerados válidos social e artisticamente. Os autores argumentam que essa norma é um dos principais motivos pelos quais pessoas com deficiência, especialmente aquelas que não andam, são sistematicamente excluídas da dança – seja nos espaços formativos, nos espetáculos ou nas formações profissionais.

Dentro do contexto da Bipedia Compulsória, surgem questões espaciais/ideológicas na própria construção da subjetividade das pessoas com deficiência, como as relações de superioridade e submissão que são estabelecidas, por exemplo, quando o horizonte visual de um cadeirante é o umbigo das pessoas que sempre o observam do alto, ou nas estruturas arquitetônicas que desconsideram a mobilidade de cadeirantes, cegos, baixa visão, entre outros. Essa perspectiva do olhar de cima para baixo pode determinar muitos comportamentos que subjagam e inferiorizam as potencialidades da pessoa com deficiência, rotulando-as por incapazes e inaptas (Carmo; Ribeiro, 2019, p. 921).

A Bipedia Compulsória cria barreiras simbólicas e materiais que marginalizam corpos dissidentes. A dança produzida por pessoas com deficiência, frequentemente reduzida a um mero exercício terapêutico ou de superação, tem seu poder estético e expressivo subestimado por essa lógica excludente. Carmo e Ribeiro (2019) propõem outra noção conceitual como alternativa de perspectiva para essa hegemonia dos corpos que é a Prática da Consideração, como uma solução transformadora. Trata-se de uma prática artística e educativa que valoriza e reconhece todas as corporeidades, rompendo

com padrões rígidos da dança e abrindo espaço para que ela seja, de fato, expressão e invenção.

Essa proposta sugere uma mudança de perspectiva: em vez de focar no que um corpo "não faz", devemos olhar para o que só ele pode fazer. Ao reconhecer a eficácia da potência criativa e a singularidade dos movimentos de cada indivíduo, a Prática da Consideração abre novas possibilidades. O exemplo da dança em cadeira de rodas ilustra perfeitamente essa ideia. Nela, a cadeira não é uma limitação ou uma adaptação, mas uma extensão do corpo que promove giros, impulsos e gestos únicos, ampliando as possibilidades criativas e o próprio conceito de dança.

A relevância desse pensamento teórico ressoa profundamente na prática pedagógica, especialmente em aulas de dança para pessoas que utilizam cadeiras de rodas. A Bipedia Compulsória manifesta-se não apenas pela falta de espaços acessíveis, mas também pela resistência social em acolher corpos que não se encaixam nos padrões hegemônicos. Para superar essa lógica, a criação de um espaço onde o movimento emerge da potência de cada corpo, sem comparações com parâmetros dominantes, torna-se essencial.

A Prática da Consideração se estabelece, assim, como uma base ética e metodológica para a pedagogia da dança. Em vez de impor moldes restritivos, o foco é incentivar a criatividade a partir da especificidade e potencialidade de cada corpo. A sala de aula se transforma em um espaço de descoberta, onde cada gesto é valorizado e cada corpo é reconhecido por sua própria maneira de dançar. A experiência demonstra que os maiores obstáculos não residem na fisicalidade, mas sim na simbologia: a dificuldade está no olhar social, que ainda insiste em perceber o corpo com deficiência como menos apto a produzir arte.

Pensando conjuntamente como esses pesquisadores da dança existe um ponto crítico na formação dos profissionais da dança que precisa ser problematizado: a ausência de metodologias inclusivas nos currículos. Essa lacuna perpetua práticas capacitistas e limita a atuação de educadores que poderiam criar ambientes mais democráticos. Para que a inclusão na dança seja efetiva, é fundamental um comprometimento coletivo que envolva educadores, instituições formadoras, artistas e políticas públicas. A mudança desse cenário exige investimento em formação continuada, visibilidade para artistas com

deficiência e transformações estruturais que reconheçam a diversidade corporal como parte intrínseca da arte.

Ao propor uma pedagogia que vê todos os corpos como criadores legítimos de dança, o artigo de Carmo e Ribeiro não apenas denuncia as exclusões, mas aponta caminhos possíveis para um fazer artístico mais igualitário e plural. A dança realizada por pessoas que utilizam cadeiras de rodas, por exemplo, não é uma variação menor da tradição, mas um campo de invenção estética capaz de expandir o próprio conceito de dança. Ao desconstruir paradigmas excludentes, a Prática da Consideração se consolida como uma chave para transformar o ensino e a produção artística, tornando-os inclusivos, sensíveis e comprometidos com a multiplicidade das existências que compõem o vasto universo da dança.

## **ESTRATÉGIAS DE ENSINO A PARTIR DO PROGRAMA ARTE NA ESCOLA: ESTUDOS COM OS FATORES DE MOVIMENTO DO RUDOLF LABAN**

O Programa Arte na Escola de Nossa Senhora do Socorro, em Sergipe, é uma iniciativa da Secretaria Municipal de Educação (Semed) que busca integrar arte e educação. Ele oferece aulas de dança e teatro para crianças e adolescentes da rede municipal de ensino, proporcionando-lhes oportunidades de desenvolvimento artístico e cultural.

Após uma pausa de dois anos devido à pandemia, o programa foi retomado em dezembro de 2022, com apresentações no Teatro Tobias Barreto, em Aracaju. O espetáculo, intitulado "Entre sonhos e saberes", contou com a participação de mais de 1.200 alunos e destacou a importância do livro como ferramenta de conhecimento.

O programa é mantido exclusivamente com recursos próprios do município e tem sido reconhecido por sua contribuição à educação e cultura locais. A deputada estadual Sílvia Fontes destacou a relevância do programa ao afirmar que ele coloca "a arte a serviço da educação"(Assembleia Legislativa do Estado de Sergipe, 2016). Além das apresentações anuais, o Departamento de Arte e Cultura da Semed realiza ações especiais em diversas escolas, unindo arte e educação para enriquecer o aprendizado dos alunos.

O Programa Arte na Escola tem desempenhado um papel fundamental na formação cultural dos estudantes de Nossa Senhora do Socorro, contribuindo para seu desenvolvimento integral e para a valorização da arte na educação. Dentre os principais impactos do projeto, destaca-se a promoção da educação através da arte, que utiliza a dança, o teatro e outras expressões artísticas como ferramentas pedagógicas, estimulando a criatividade, a autoestima e a disciplina dos participantes.

A inclusão social e a acessibilidade são pontos fortes do programa, pois ele democratiza o acesso à cultura e ao conhecimento para estudantes da rede pública, beneficiando crianças e adolescentes de diversas condições sociais. Seu impacto em projetos de inclusão, como a dança para cadeirantes, reforça sua importância na construção de uma sociedade mais acessível. A valorização da cultura local também é um benefício, pois o programa ajuda a preservar e

divulgar as manifestações culturais sergipanas, promovendo apresentações que fortalecem a identidade cultural do estado e incentivando o interesse dos alunos pelas artes regionais e pela história de Sergipe.

O programa também cria oportunidades para jovens artistas, muitos dos quais descobrem talentos e seguem carreiras na dança, no teatro ou em outras áreas culturais, servindo como um trampolim para novas oportunidades educacionais e profissionais. Seu impacto na comunidade e o reconhecimento estadual são evidentes, com espetáculos de grande porte que mobilizam a comunidade e tornam o programa uma referência cultural em Sergipe, com o reconhecimento de autoridades estaduais.

No que se refere ao desenvolvimento psicomotor e bem-estar dos participantes, a dança, em especial, tem um impacto positivo no desenvolvimento motor, no equilíbrio e na coordenação dos alunos. No caso de cadeirantes, a dança inclusiva pode melhorar a mobilidade, a percepção corporal e até a saúde emocional, promovendo bem-estar e qualidade de vida. O programa também contribui para a redução da evasão escolar e melhoria no desempenho acadêmico, uma vez que o contato com a arte na escola aumenta o engajamento dos estudantes, tornando o ambiente escolar mais atrativo e ajudando a desenvolver habilidades como concentração, disciplina e criatividade.

A formação de cidadãos mais críticos e sensíveis é outro impacto significativo, pois a arte incentiva a reflexão sobre questões sociais, culturais e políticas, desenvolvendo um olhar mais crítico sobre o mundo e tornando os alunos mais conscientes e participativos na sociedade. Além disso, o fortalecimento da cultura e do turismo em Sergipe é uma consequência, já que os eventos e apresentações promovidos pelo programa podem atrair público de outras regiões, movimentando o turismo e incentivando o interesse pelas manifestações culturais do estado. Finalmente, o sucesso do Arte na Escola em Nossa Senhora do Socorro pode servir de modelo para outros municípios sergipanos, inspirando políticas públicas voltadas para a educação artística e a inclusão social, com o apoio de instituições e do governo para expandir seu alcance.

O Programa Arte na Escola contribui significativamente para a formação educacional, inclusão social, valorização cultural e desenvolvimento artístico dos estudantes de Nossa Senhora do Socorro e de Sergipe como um todo, reforçando o papel da arte como agente de transformação social.

Em uma turma de alunos em cadeira de rodas, o grupo era composto inicialmente por cinco alunos com idades distintas. Cada um apresentava suas particularidades e necessidades, mas todos demonstravam grande motivação para participar e aprender, apesar de chegarem visivelmente cansados em algumas ocasiões.

Figura 01 – Diálogos sobre o processo de ensino



Foto: arquivo pessoal da autora, 2024.

Figura 02 – Participantes da aula



Foto: arquivo pessoal da autora, 2024.

As aulas aconteciam duas vezes por semana, com duração de duas horas cada. Durante esse tempo, eram desenvolvidas atividades inclusivas e interativas, sempre focando no bem-estar dos alunos e na superação de suas limitações. Em cada encontro, os alunos eram incentivados a participar ativamente, aproveitando o momento para se expressar e se conectar com os outros de maneira divertida e relaxante.

As atividades eram divididas, incluindo um cárdio sentada, composto por diversos exercícios com duração de 20 a 30 minutos, dependendo da disposição dos alunos, e com tempo ajustado para suporte adicional. Os exercícios incluíam expansão torácica sentada com braços à frente e ao lado (3x20), tesoura de braço sentada com braços à frente cruzando (3x20), rotação de tronco sentada para a direita e esquerda (3x20), círculos de braço para frente e para trás (3x20), e flexão do corpo para frente sentada, tentando alcançar os pés ou a parte inferior das pernas. Em outros momentos, também era utilizada a TheraBand para aquecimento.

O objetivo das aulas consistia em demonstrar os movimentos e aplicá-los junto aos alunos, explicando a importância de cada um para o desenvolvimento da coordenação, força e expressão corporal. Após essa etapa, a música era introduzida, permitindo que os participantes experimentassem os movimentos de forma livre, explorando seus limites e ajustando suas execuções. Durante esse processo, eram oferecidas correções e orientações individuais para garantir que cada aluno compreendesse e se sentisse confortável com os movimentos, incentivando também a criatividade e a adaptação dos passos conforme as possibilidades e o estilo de cada um, tornando a experiência mais inclusiva e expressiva.

Ao final da aula, uma sessão de alongamento era realizada para garantir um momento de relaxamento e recuperação muscular, reduzindo a tensão, melhorando a flexibilidade e prevenindo desconfortos ou lesões. Durante o alongamento, utilizavam-se movimentos suaves e progressivos, respeitando os limites de cada aluno, sempre enfatizando a respiração e a importância desse cuidado para o bem-estar físico e a continuidade da prática da dança.

Alguns dos exercícios de alongamento realizados incluíam: segurar o cotovelo com a mão direita e puxar suavemente atrás da cabeça; levantar os

braços acima da cabeça com as palmas das mãos voltadas para cima; manter os quadris na cadeira e girar a parte superior do corpo para a direita e depois para a esquerda; sentar em posição vertical e central, entrelaçar os dedos na parte de trás da cabeça e puxar suavemente a cabeça para baixo; inclinar-se para frente para alongar as áreas do pescoço até a parte inferior das costas, segurando por 1 a 2 minutos; puxar a parte superior dos ombros até a altura das orelhas e segurar por 5 a 8 segundos; e puxar o joelho esquerdo em direção ao peito até sentir um alongamento confortável. Esses alongamentos foram ajustados continuamente conforme as necessidades e adequações requeridas.

No ensino da dança, a importância de uma abordagem que reconhece e respeita as diferenças é fundamental para a inclusão de todos os corpos. No contexto da dança para pessoas em cadeira de rodas, essa perspectiva ganha uma relevância ainda maior. O Projeto Arte na Escola em Nossa Senhora do Socorro, em Sergipe, é um exemplo disso. Ao pensar em desenvolver estratégias de ensino-aprendizagem com esse grupo implicava em fomentar que a dança não está limitada a movimentos tradicionais, mas pode ser ressignificada e reinventada para que cada indivíduo possa se expressar.

As estratégias que sugiro para o trabalho com pessoas em cadeiras de rodas está pautada em propor uma abordagem inclusiva, que reconhece a dança como espaço de criação, expressão e troca. Mais do que apenas garantir a participação, busca-se valorizar as potencialidades de cada corpo, construindo interações que enriquecem o ambiente de aprendizagem, fortalecem a empatia, o respeito e ampliam a compreensão do que a arte da dança pode ser.

Para estruturar sugestões estratégicas do ensino da dança a partir do lugar da experiência, desse projeto, trouxe uma relação com os fatores de movimento de Laban.

Os Fatores de Movimento de Laban, são uma ferramenta para analisar e descrever a qualidade do movimento, focando no "como" a ação é realizada, e não no "o quê". Eles são compostos por quatro pares de elementos opostos que se combinam para criar a dinâmica única de cada movimento. O fator Peso diz respeito à intensidade, podendo ser forte ou leve. O Tempo refere-se à velocidade, sendo rápido ou lento. O Espaço descreve a direção e o foco, podendo ser direto ou indireto. Por fim, a Fluência trata do controle e da

continuidade, dividindo-se entre contida e livre. A interação desses fatores permite uma compreensão profunda da expressão e da intenção por trás de qualquer movimento.

Para Rengel (2009), a análise dos fatores de movimento de Laban — peso, tempo, espaço e fluência — transcende a mera descrição técnica, revelando a dimensão expressiva e comunicativa do corpo em ação. Ela destaca que esses fatores não são elementos isolados, mas se inter-relacionam para criar a dinâmica única de cada movimento expressa por uma qualidade denominada de Esforço, no qual:

Ele se manifesta pelo movimento visível do corpo, mas o movimento, segundo Laban, já está acontecendo “dentro” do corpo. Ao se tornar visível a olho nu, o esforço se apresenta munido de características, segundo Laban, “naturais” como “fluência, espaço, peso e tempo”. Estes elementos do esforço são os “fatores de movimento” (Rengel, 2006, p. 123).

A autora ressalta, por exemplo, como a interação entre peso e tempo (força), ou entre espaço e fluência (fluxo), permite compreender as intenções e emoções subjacentes a uma determinada ação de esforço. Dessa forma, a abordagem de Laban, na visão de Rengel, oferece uma ferramenta poderosa para a apreciação e criação coreográfica, bem como para a compreensão do comportamento humano, indo além da dança para abranger o estudo de diversas formas de movimento. Santana (2019) escreve que os fatores do movimento de Laban são abordados como um elemento central para a pesquisa e o ensino da dança. Segundo o autor, Laban postulou que o corpo é uma totalidade que engloba aspectos físicos, intelectuais e emocionais.

A partir dessas leituras, reconhecemos que os fatores de Laban e suas ações corporais podem ser a base para a criação de estratégias de ensino em dança para pessoas com deficiência. Ao compreender que o corpo é um lugar de ocorrências sensório-motoras e intelectuais, e que as ações corporais são compartilhadas em formas de elaboração de existência que nos diferenciam e nos aproximam, é possível desenvolver metodologias que respeitem as particularidades de cada corpo. A compreensão de que a dança é uma ação cognitiva do corpo, ou seja, uma ação de conhecer, permite uma abordagem

que analise as diferenças e semelhanças nas ações, como andar, pular ou cumprimentar.

Conceitos como fluxo, peso, espaço e tempo podem ser trabalhados de maneira criativa, explorando as potencialidades do corpo em relação à cadeira. Por exemplo, o peso pode ser explorado através da relação do corpo com o assento ou do impulso da cadeira; o espaço se expande com a inclusão das rodas como parte do corpo que dança, traçando novos caminhos e direções; e o fluxo ganha novas qualidades, seja em movimentos controlados ou livres. Essa sugestão de relação com os temas de movimento de Laban permite que a dança se torne uma ferramenta poderosa para a autoconsciência e a expressão, superando barreiras e ampliando as possibilidades coreográficas.

### **Estratégia 01: Dança com elástico: Aquecimento com a *TheraBand***

Esta prática acessível, idealmente realizada no início da aula, utiliza a resistência de uma *TheraBand*<sup>1</sup> leve para aquecer, alongar e mobilizar os membros superiores, preparando o corpo e a respiração para uma dança mais expressiva. A estratégia tem como base o fator peso da análise de movimento de Rudolf Laban, que explora a qualidade do esforço físico, variando entre leve e forte, controlado e solto. Ao usar o elástico, os participantes são convidados a perceber como aplicam força no corpo, sensibilizando o uso do peso de forma consciente. A resistência da faixa amplia a percepção desse peso no movimento, exigindo controle, ativando a musculatura suavemente e destacando o esforço necessário para expandir, contrair ou sustentar os gestos. O foco está em como o corpo, especialmente braços, ombros e tronco, lida com essa força, mesmo em posições sentadas.

**Como desenvolver essa prática:** para iniciar, cada participante deve ter espaço suficiente para mover os braços livremente e receber uma *TheraBand* de nível leve. A faixa deve ser segurada com as duas mãos, com uma leve tensão inicial. A prática é feita individualmente, mas pode ser expandida para

---

<sup>1</sup> *TheraBand* é uma marca de faixas elásticas de resistência, amplamente utilizada em fisioterapia, reabilitação e exercícios físicos. O nível de resistência é indicado por diferentes cores, permitindo uma progressão gradual dos exercícios.

duplas ou pequenos grupos. Com uma música suave e contínua, sugira sequências de movimentos como abrir os braços para os lados, cruzar os braços à frente como uma "tesoura" ou desenhar círculos amplos, mantendo a resistência da faixa. É importante incentivar os participantes a realizar os movimentos com leveza, respiração consciente e sem pressa. As variações podem incluir explorar diferentes alturas, como movimentos acima da cabeça ou na linha do peito, trabalhar com pausas na respiração (contrair ao soltar o ar e expandir ao inspirar) ou praticar em duplas, unindo as faixas para criar resistência em conjunto.

**Para que serve essa estratégia:** essa estratégia serve para uma série de objetivos, como fortalecer os membros superiores (braços, ombros e região peitoral), aprimorar a resistência, o ritmo e o controle motor de forma suave e progressiva. Além disso, a prática estimula a respiração consciente e cooperativa com o movimento, desenvolve a expressividade corporal por meio da tensão e do relaxamento e oferece uma experiência sensível de autonomia e consciência do gesto.

**Movimentos corporais trabalhados:** os movimentos corporais trabalhados incluem a expansão torácica com resistência, realizada ao abrir os braços com a faixa e coordenar com a respiração. A tesoura de braço com controle é praticada ao cruzar e descruzar os braços, prestando atenção ao ritmo. O círculo de braço com variação de intensidade explora a fluidez ou a força, dependendo da tensão na *TheraBand*. Para o encerramento, o grupo deve diminuir o ritmo, aliviando a pressão na faixa. A prática é concluída com alongamentos delicados nos ombros e braços, ainda utilizando a faixa, e com uma inspiração profunda.

## **Estratégia 02: Corpo que soa, corpo que dança**

Essa estratégia propõe uma experiência de percussão corporal integrada à dança, usando o próprio corpo como instrumento sonoro e expressivo. O movimento é gerado a partir da escuta musical e da repetição rítmica, criando uma conexão entre gesto, som e tempo. Inspirada na proposta de Rudolf Laban, a prática foca no fator Tempo — a dimensão do movimento que pode ser

sustentado (contínuo e prolongado) ou súbito (rápido e imediato) — mas também explora elementos de Peso, Espaço e Fluxo<sup>2</sup>. Os participantes vivenciam essas variações alternando gestos leves e alongados com batidas marcadas e impulsivas, construindo uma dança coletiva baseada na escuta ativa.

**Como desenvolver essa prática:** primeiro, posicione as pessoas em roda ou em linhas, garantindo espaço para que possam movimentar livremente os braços e o tronco. A prática pode ser feita individualmente, em duplas ou em pequenos grupos, incentivando a interação e a escuta corporal. Escolha músicas com batidas e ritmo bem-marcados, como samba e forró, para estimular uma resposta corporal espontânea. Convide os participantes a seguir a música com gestos simples e rítmicos, respeitando seus limites. Sugira movimentos como palmas no ritmo da música, toques leves no peito, pernas ou ombros, batidas alternadas com as mãos, movimentos suaves entre as batidas e pausas para perceber o tempo e o silêncio. Após a repetição dos movimentos, encoraje a improvisação, permitindo que cada pessoa crie pequenas variações e explore sua própria musicalidade e expressão.

**Variações e possibilidades:** existem várias maneiras de enriquecer a atividade. Você pode alternar músicas de diferentes velocidades para explorar movimentos súbitos e sustentados, propor jogos de eco corporal (onde um participante inicia e o grupo responde), usar as pausas musicais como momentos de silêncio para a consciência corporal e trabalhar com diferentes intensidades de toque (leve *versus* forte) para explorar o fator Peso.

**Para que serve essa estratégia:** essa estratégia serve para desenvolver a coordenação motora e a consciência rítmica, além de estimular a expressão corporal e a criação artística espontânea. Também ajuda a trabalhar a musicalidade do corpo por meio da escuta ativa e da repetição rítmica, e incentiva a cooperação e o diálogo entre os participantes.

**Movimentos corporais trabalhados:** os movimentos trabalhados na prática incluem palmas ritmadas, que desenvolvem sincronia e a percepção do Tempo (súbito); toques percussivos em diferentes partes do corpo, que fortalecem a coordenação e o ritmo (explorando Peso e Tempo); batidas

---

<sup>2</sup> É importante estarmos ciente da inviabilidade de isolarmos os fatores de Laban em uma ação de dança. Como esclarece Lenira Rengel (2006), apenas por questões didáticas podemos dar maior ênfase a um dos fatores.

alternadas com deslocamento, que integram o corpo e o espaço (com foco no Fluxo intermitente); paradas e pausas conscientes, que exploram a escuta e o controle do movimento (Tempo sustentado); e movimentos suaves entre as batidas, que promovem variações de ritmo e respirabilidade (Fluxo livre). Para finalizar, reduza gradualmente o volume da música, convidando os participantes a diminuir o ritmo dos movimentos até chegarem a gestos mais suaves e ao silêncio.

### **Estratégia 03: Espelho mágico: Improvisação**

Essa estratégia é baseada na técnica de Improvisação e no Fator Espaço de Rudolf Laban. O objetivo é explorar a direção, alcance, foco e os diferentes níveis do corpo em movimento. Mesmo sem contato físico, os participantes desenvolvem uma percepção espacial e a consciência do outro por meio do olhar, da escuta corporal e da exploração do ambiente.

**Como desenvolver essa prática:** para começar, forme duplas e posicione-as frente a frente, com espaço suficiente para se movimentarem livremente. A prática pode ser feita com ou sem música, dependendo se o objetivo é uma exploração rítmica ou sensorial. Um participante assume o papel de condutor e o outro de espelho. O condutor realiza movimentos lentos, amplos e conscientes, como mover os braços em diferentes direções, fazer movimentos circulares, inclinar e rodar o tronco, alternar entre níveis (baixo, médio e alto) e mudar o foco visual e a direcionalidade dos gestos. O espelho acompanha o condutor, refletindo os movimentos com suavidade. Após alguns minutos, os papéis são invertidos.

**Para que serve essa estratégia:** essa estratégia serve para desenvolver a atenção consciente e a percepção do outro, estimulando a empatia corporal ao "ouvir" e reagir aos movimentos do parceiro. Além disso, ela trabalha a exploração de direções e níveis espaciais, incentiva a escuta corporal e a improvisação, e reforça a confiança e a conexão entre os participantes, melhorando o trabalho em dupla.

**Movimentos corporais trabalhados:** os movimentos trabalhados incluem movimentos de braços em diferentes direções (frente, lateral e cima),

inclinação do tronco para explorar diagonais e rotações, variação de níveis ao mover os braços para cima ou para baixo, e a mudança de foco e alcance, que promove a consciência espacial. Ao final da prática, oriente os participantes a fazerem uma respiração profunda em conjunto, com os braços subindo na inspiração e descendo na expiração. Conclua com um breve alongamento dos braços e ombros, e convide os pares a se olharem e se agradecerem com um gesto silencioso.

#### **Estratégia 04: Movimento que flui: Dança com comandos da natureza**

Esta estratégia baseia-se no fator Fluência da Técnica de Rudolf Laban, que estuda como o movimento transita entre o estado fluido e o contido. A prática utiliza metáforas da natureza — como vento, rio, brisa e correnteza — para inspirar a improvisação. A natureza serve como um guia sensorial, facilitando a criação de movimentos fluidos e criativos, promovendo leveza, continuidade e expressividade corporal, especialmente para cadeirantes.

**Como desenvolver essa prática:** para iniciar, organize o ambiente em um espaço tranquilo, com boa ventilação e sem obstáculos. As cadeiras de rodas devem ser dispostas em círculo ou semicírculo para garantir liberdade de movimento para braços e tronco. Utilize uma trilha sonora instrumental com sons naturais (como vento ou água) e instrumentos suaves (flautas, piano) para evocar calma e continuidade. A condução é feita com comandos inspirados na natureza, como "Deixe seu braço fluir com um rio" ou "Sinta o vento passar pelo seu corpo". A partir dessas imagens, os participantes são convidados a criar sequências de movimentos contínuos ou mais contidos com braços, cabeça e tronco. Para uma variação, a prática pode ser feita em duplas ou trios, onde um participante conduz como o "vento" e o outro responde como uma "folha", criando um jogo de comando e resposta sem palavras.

**Para que serve essa estratégia:** essa estratégia serve para estimular a imaginação e a criação de movimentos a partir de imagens poéticas. Ela é eficaz para desenvolver a fluência do movimento em cadeirantes, focando em transições suaves e na coordenação de braços e tronco sem rupturas. Além

disso, a prática promove a conexão entre emoção, natureza e gesto, e incentiva a escuta corporal, a criatividade e o improviso.

**Movimentos corporais trabalhados:** os movimentos trabalhados incluem movimentos ondulados e circulares com os braços, como se fossem vento ou água. Há também inclinações suaves do tronco para frente, lados e diagonais, e mudanças de foco visual para acompanhar a "direção do vento". Gestos contínuos com as mãos e punhos, como "folhas dançando", e a exploração de pausas e retomadas suaves, similares à respiração natural, também fazem parte da prática. Para finalizar, a música deve ser reduzida gradualmente. Os participantes são orientados a fechar os olhos e a imaginar a natureza se acalmando. A sessão é concluída com um gesto final coletivo, inspirado no que sentiram, como um leve toque no coração ou um movimento circular com as mãos no ar.

### **Estratégia 05: Dançar no ar: Improvisação com a bexiga**

Esta outra prática lúdica, criativa e simbólica, serve para sintetizar os quatro fatores do movimento de Laban — Espaço, Peso, Tempo e Fluência — por meio da dança com a bexiga. A atividade promove escuta corporal, espontaneidade, autonomia e, conseqüentemente, conscientização do corpo em relação aos 04 fatores, respeitando as possibilidades de cada corpo.

**Como desenvolver essa prática:** para iniciar, organize a atividade em um local amplo e seguro. Os participantes podem se posicionar em roda ou em pequenos grupos. Uma música suave ou instrumental pode ser usada como fundo, se desejado. Convide os participantes a manterem a bexiga no ar usando apenas o tronco, braços e cabeça, evitando que ela toque o chão. Durante essa improvisação, estimule a exploração dos fatores de Laban:

- Fator Espaço: Realize movimentos em diferentes direções (frente, lateral, acima da cabeça), explorando alcances próximos e distantes e mudando o foco visual para seguir a bexiga.
- Fator Peso: Incentive o uso de movimentos suaves e firmes, variando a intensidade ao bater na bexiga para observar sua reação no ar.

- Fator Tempo: Alterne entre movimentos rápidos (súbitos) e lentos (sustentados), acompanhando a música ou comandos verbais.
- Fator Fluência: Explore sequências de movimentos contínuos e interrompidos, com transições suaves para manter o fluxo corporal.

Como variações, proponha desafios como usar apenas um braço ou não usar as mãos (com supervisão para segurança), ou realize a prática em duplas, passando a bexiga como em uma coreografia compartilhada. Finalize com um momento de "voo livre" da bexiga, seguido por uma pausa silenciosa e consciente.

**Para que serve essa estratégia:** essa estratégia estimula a percepção corporal de forma ampla, reforça a aplicação prática de todos os fatores do movimento de Laban e promove a expressividade individual e a escuta coletiva. Além disso, incentiva a alegria, o brincar e a improvisação como partes essenciais da dança inclusiva.

**Movimentos corporais trabalhados:** os movimentos trabalhados incluem giros e inclinações do tronco para acompanhar a bexiga, movimentos circulares e diagonais dos braços que promovem fluidez e alcance, controle e coordenação entre o olhar, braços e tronco para manter a bexiga no ar, e variações de tempo e esforço com movimentos leves, rápidos ou lentos. A prática também envolve a exploração do espaço usando o corpo e, se possível, deslocamentos com a cadeira. Para finalizar, peça a todos que respirem fundo, deixando a bexiga cair suavemente no chão como um gesto de descanso. Em seguida, agradeça a presença e o empenho de cada um, reforçando que a dança permanece viva dentro de cada corpo.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente Trabalho de Conclusão de Curso (TCC), intitulado "Dança para Pessoas em Cadeira de Rodas: Estratégias de ensino-aprendizagem a partir do Programa Arte na Escola/SE," foi um percurso que se iniciou na minha própria trajetória pessoal e se consolidou através da vivência e da reflexão acadêmica. A pesquisa buscou investigar, valorizar e promover a dança para cadeirantes, percebendo-a não apenas como uma prática terapêutica, mas como uma expressão artística inclusiva, rica em potencial transformador. Este trabalho se justifica pela necessidade de desconstruir o que Carmo e Ribeiro (2019) definem como "Bipedia Compulsória", uma norma que historicamente marginalizou corpos dissidentes da dança.

O TCC demonstrou que os maiores obstáculos não estão na fisicalidade, mas na simbologia: a resistência social em acolher corpos que não se encaixam nos padrões hegemônicos. A dificuldade, portanto, reside no olhar social, que ainda insiste em perceber o corpo com deficiência como menos apto a produzir arte. A experiência prática no Programa Arte na Escola confirmou que a criação de um ambiente onde o movimento emerge da potência de cada corpo é essencial para superar essa lógica excludente.

A experiência no "Programa Arte na Escola" em Nossa Senhora do Socorro (SE) foi o pilar prático deste trabalho. A oportunidade de ensinar dança para pessoas em cadeira de rodas me fez compreender o verdadeiro sentido da inclusão, valorizando a troca de saberes e o respeito às individualidades. As estratégias pedagógicas que desenvolvi basearam-se nos Fatores de Movimento de Rudolf Laban (Peso, Tempo, Espaço e Fluência), uma ferramenta que me permitiu focar no "como" a ação era realizada e não apenas no "o quê". Essa abordagem pedagógica permitiu uma exploração profunda da expressão e intenção por trás de cada movimento, mostrando que a dança não está limitada a movimentos tradicionais, mas pode ser reinventada para que cada indivíduo possa se expressar plenamente. Os benefícios foram evidentes, impactando positivamente o desenvolvimento psicomotor, o bem-estar e a saúde emocional dos participantes.

Acredito que o Programa Arte na Escola se destaca como um modelo, não apenas por democratizar o acesso à cultura para estudantes da rede pública

de Sergipe, mas por demonstrar a importância da arte como agente de transformação social. A sua contribuição para a formação educacional, inclusão social e valorização cultural reforça a necessidade de mais iniciativas como esta, que podem servir de inspiração para políticas públicas voltadas para a educação artística e a inclusão social em outros municípios.

Embora este trabalho tenha sido um passo significativo, é importante reconhecer a necessidade de aprofundamento. A ausência de metodologias inclusivas nos currículos de formação de profissionais de dança ainda é uma lacuna que precisa ser superada. É fundamental que haja um comprometimento coletivo, envolvendo educadores, instituições e políticas públicas, para que a dança seja, de fato, mais democrática e plural. A dança para cadeirantes não é uma variação menor da tradição, mas um campo de invenção estética capaz de expandir o próprio conceito de dança.

Em suma, este TCC reafirma a minha certeza de que desejo seguir uma atuação profissional comprometida com a diversidade, criando espaços educativos sensíveis às singularidades de cada pessoa e abertos à participação de todos. A dança, como expressão artística e ferramenta pedagógica, tem o poder de quebrar barreiras físicas, culturais e atitudinais, valorizando a diversidade de corpos e movimentos e promovendo uma sociedade mais justa e inclusiva.

## REFERÊNCIAS

- ANDRADE, Maria; COSTA, Paulo. ***A Dança Adaptada e seus Benefícios***. Belo Horizonte: Editora Saúde e Bem-Estar, 2016.
- ALMEIDA, M. et al. **Efeitos da dança em cadeira de rodas na saúde e qualidade de vida de pessoas com deficiência física: uma revisão narrativa**. *Motricidade*, v. 19, n. 3, p. 391-397, 2023. DOI: 10.6063/motricidade.31568.
- CARMO, Carlos Eduardo Oliveira do; RIBEIRO, Natalia Pinto da Rocha. **Uma prática da consideração: para além da bipedia compulsória na dança**. In: ENCONTRO CIENTÍFICO DA ASSOCIAÇÃO NACIONAL DE PESQUISADORES EM DANÇA – ANDA, 6., 2019, Salvador. Anais [...]. Salvador: ANDA, 2019. p. 919-932.
- FREIRE, Paulo. **Pedagogia da autonomia: saberes necessários a prática educativa**. São Paulo: Paz e Terra, 2004.
- FERRAZ, C. P. et al. ***A Dança na Perspectiva Inclusiva: O Papel Transformador da Arte***. Revista Brasileira de Educação Física e Esporte, v. 29, n. 4, p. 75-83, 2015.
- MARQUES, Ana. ***Dança e Inclusão: O Corpo em Movimento***. São Paulo: Editora Arte e Cultura, 2011.
- MARQUES, Isabel. ***Notas sobre o corpo e o ensino de dança***. Revista Caderno Pedagógico, [S.l.], v. 8, n. 1, ago. 2011.
- RIBEIRO, Natalia Pinto da Rocha; CARMO, Carlos Eduardo Oliveira do. **A arte é para quem? Acessibilizá-la e acessibilizar-nos**. In: CONGRESSO CIENTÍFICO NACIONAL DE PESQUISADORES EM DANÇA, 6., 2. ed. virtual, 2021, Salvador. Anais [...]. Salvador: Associação Nacional de Pesquisadores em Dança – Editora ANDA, 2021. p. 1515-1530.
- RENGEL, Lenira. Fundamentos para análise do movimento expressivo. In: MOMMENSOHN, M. & PETRELLA, P (Orgs.). **Reflexões sobre Laban, o mestre do movimento**. São Paulo: Summus, 2006.
- SANTANA, Thiago da Silva. **Ações corporais na dança**. Anais do VI Encontro Científico da Associação Nacional de Pesquisadores em Dança - ANDA. Salvador: ANDA, 2019. p.698-707.
- SILVA, João. ***Dança Inclusiva: Desconstruindo Estigmas***. Rio de Janeiro: Editora Movimento, 2014.
- STRAZZACAPPA, Márcia e MORANDI, Carla. **Entre a arte e a docência – a formação do artista da dança**. Campinas: Papirus, 2006, 1a edição.

STRAZZACAPPA, Márcia. **A educação e a fábrica de corpos: a dança na escola.** Cad. CEDES, vol.21, n.53, abril, 2001.

VIEIRA, Carlos. **Corpos em Dança: Inclusão e Acessibilidade nas Artes.** Brasília: Editora Diversidade Cultural, 2018.