

**Influências da Dança Clássica e Hip-hop
em jovens praticantes em centros de dança**

Marta Filipa Queirós da Silva

Lisboa, 2012

Mestrado em Arte e Educação

Influências da Dança Clássica e Hip-hop em jovens praticantes em centros de dança

Marta Filipa Queirós da Silva

Dissertação apresentada para obtenção de Grau de Mestre em
Arte e Educação

Orientadora: Prof. Doutora Ana Macara

Lisboa, 2012

Resumo

A importância de incluir atividades artísticas na educação e o desenvolvimento global de um indivíduo é uma temática e um assunto cada vez mais valorizado e recorrente. Este projeto debruça-se assim na auto percepção de jovens adolescentes praticantes de Dança Clássica e de Dança Hip-hop quanto à influência que pode ter, seja a nível psico-sócio-motor, seja cognitivo. Pretende-se perceber a influência da prática da Dança Clássica auto percebida por jovens adolescentes, a nível psico-sócio-motor e cognitivo; perceber a influência da prática da Dança Hip-hop auto percebida por jovens adolescentes, a nível psico-sócio-motor e cognitivo e comparar os efeitos da prática da Dança Clássica com a prática da Dança Hip-hop.

Com este estudo não se pretende generalizar resultados porque interessa perceber o que cada um deles pode trazer para a vida dos praticantes que participam. Pretende ser um estudo importante e relevante para professores e praticantes de Dança interessados nestes estilos de Dança.

Utilizando uma metodologia qualitativa e quantitativa, o investigador recorre a observações de aulas de ambos os estilos de Dança, aplica questionários de respostas fechadas e abertas e entrevistas abertas. A população deste estudo são jovens praticantes de estilos diferentes de Dança, os seus respetivos professores e alguns encarregados de educação. Por se tratar de um número reduzido na amostra, este estudo não poderá ser generalizado, correspondendo apenas à realidade desta mesma população.

Podemos concluir que existe realmente uma percepção da influência da Dança em diversos aspetos da vida do praticante, como o desempenho escolar, e o bem-estar geral. Apesar das limitações do estudo, sendo o objetivo direcionado apenas para estas turmas em particular, consideramos ter atingido o objetivo proposto.

Palavras-chave: Dança; Ensino; Ensino da Dança; Dança Clássica; Dança Hip-hop

Abstract

The importance of including artistic activities in the education and the global development of an individual is a theme and a more and more valued and recurrent subject. This project is bent in the auto-perception of adolescent young persons practicing Classic Dance and Hip-hop Dance as for the influence that may have, whether at socio-psycho-motor, as cognitive. There intends to realize the influence of the practice of the Classic Dance auto-realized by adolescent young persons, at level socio-psycho-motor, as cognitive; to realize the influence of the practice of the Dance Hip-hop auto-realized by adolescent young persons, at level socio-psycho-motor, as cognitive and to compare the effects of the practice of the Classic Dance with the practice of the Dance Hip-hop.

With this study one does not intend to generalize results because it is interesting to realize what each one of them can bring to the life of the apprentices who participate. It intends to be an important and relevant study for teachers and apprentices of Dance interested in these styles of Dance.

Using a qualitative and quantitative methodology, the investigator resorts to observations of classrooms of both styles of Dance, applies questionnaires of shut and open answers and open interviews. The population of this study are young apprentices of different styles of Dance, their respective teachers and some parents. Because of treating a reduced number in the sample, this study it will not be able to be generalized, corresponding only to the reality of this population.

We can end that really there is a perception of the influence of the Dance in several aspects of the life of the apprentice, like the school performance, and the general well-being. In spite of the limitations of the study, being the objective reoriented for these groups in particular, we think to have reached the proposed objective.

Key Words: Dance; Teaching; Dance Teaching; Classical Dance; Hip-hop Dance

Agradecimentos

- Agradeço à minha orientadora, a Prof. Ana Macara, por todas as orientações e ajudas em todo este percurso, mas em especial nesta reta final.

- Aos meus pais, pelas palavras de incentivo e apoio em todo o meu percurso académico.

- Ao João por toda a ajuda que me deu, por todas as horas que perdeu para estar ao meu lado a ajudar-me no que fosse preciso. Foi uma ajuda preciosa.

- Um agradecimento especial à Prof. Cristina Horta, à Prof. Graça Simões e ao Prof. Edgar Moreira, sem eles não teria sido possível este estudo.

- Agradeço também a todas as alunas e respetivas Encarregadas de Educação que aceitaram participar neste estudo. Muito obrigada.

- A todas as minhas amigas pelas palavras de incentivo e ânimo quando as coisas pareciam sem rumo.

- A todos que de alguma maneira ou de outra contribuíram para que fosse possível terminar mais uma etapa.

A todos o meu muito obrigado!

Índice Geral

Resumo	III
Abstract	V
Agradecimentos	VII
Índice Geral	IX
Índice de Figuras.....	XI
Índice de Tabelas	XIII
I – Introdução.....	1
II – Revisão da literatura	9
1. Ensino da Dança.....	11
2. Dança Clássica	14
3. Dança Hip-hop	18
4. Motivação	21
III – Metodologia	23
1. Sujeitos de investigação	26
2. Observação não-participante	27
3. Questionários	29
3.1. Construção dos questionários	30
3.2. Aplicação dos questionários.....	32
4. Entrevistas	32
4.1. Construção das entrevistas	33
4.2. Marcação e realização das entrevistas	35
5. <i>Corpus</i> de Estudo.....	35
6. Análise de Conteúdo	35
6.1. Construção de Categorias de Análise.....	36
6.2. Categorias de Análise	38
6.3. Método quantitativo de Análise aplicado aos Questionários	39
6.4. Outros meios de Análise	40
IV – Análise de Dados	41
1. Observações das aulas	43
1.1. Aula de Dança Clássica	44
1.2. Aula de Dança Hip-hop	45
2. Análise dos Questionários	45

2.1. Identificação Geral	46
2.2. Música.....	52
2.3. Literatura.....	55
2.4. Cinema	58
2.5. Dança e suas influências	60
2.6. Cultura relacionada com Dança e outras Artes	72
3. Análise das Entrevistas.....	77
3.1. Entrevistas aos professores	77
3.1.1. Finalidade das aulas	77
3.1.2. Motivação.....	78
3.1.3. Dança e desempenho escolar	80
3.1.4. Desenvolvimento físico e auto imagem.....	80
3.1.5. Aspectos psicossociais e de bem-estar	81
3.2. Entrevistas com as mães	84
3.2.1. Dança e desempenho escolar	84
3.2.2. Benefícios psicossociais.....	84
3.2.3. Benefícios a nível físico e bem-estar.....	85
V – Conclusões	87
VI – Referências Bibliográficas.....	93
Anexos.....	CI
1. Anexo I – Consentimento Informado	CIII
2. Anexo II – Guião de Questionário	CVII
3. Anexo III – Outras Tabelas utilizadas no Estudo.....	CXIII
4. Anexo IV – Guião das Entrevistas	CXIX
5. Anexo V – Transcrições integrais das Entrevistas	CXXV

Índice de Figuras

Figura 1 – Área de Estudos	48
Figura 2 – Formas de ocupar os tempos livres	51
Figura 3 – Ouvir Música	52
Figura 4 – Bandas/Músicos preferidos.....	54
Figura 5 – Hábitos de Leitura.....	55
Figura 6 – Géneros de literatura preferidos.....	56
Figura 7 – Autores preferidos.....	57
Figura 8 – Frequência de visionamento de filmes	58
Figura 9 – Género de filmes preferidos.....	59
Figura 10 – Motivos da escolha por aulas de Dança	60
Figura 11 – O significado da Dança para as alunas	61
Figura 12 – 1ª imagem de Dança que vem à cabeça das alunas.....	62
Figura 13 – Perceção das alunas sobre para que serve a Dança	63
Figura 14 – Razão porque começaram a Dançar	64
Figura 15 – Motivos que levam a praticar Dança.....	64-65
Figura 16 – Estilos de Dança já praticados	65-66
Figura 17 – As alunas praticam outro estilo de Dança	66
Figura 18 – Estilos de Dança que gostariam de vir a praticar	67
Figura 19 – Auto perceção das alunas sobre a forma como a Dança modificou as suas vidas	68-69
Figura 20 – A prática da Dança e o desempenho escolar	70
Figura 21 – Sentir-se inibida e a ajuda da Dança para diminuir essa inibição.....	70
Figura 22 – Autoestima e a ajuda da Dança para o aumento da mesma.....	71
Figura 23 – Hábitos de assistir a Espetáculos de Dança ao vivo.....	72
Figura 24 – Exemplos de Espetáculos de Dança ao vivo.....	72
Figura 25 – Coreógrafos que conhecem.....	73
Figura 26 – Bailarinos que conhecem.....	74
Figura 27 – Aprecia outros tipos de Arte	75
Figura 28 – Tipos de Eventos de Arte.....	75-76
Figura 29 – Artista ou figura pública que impressionam.....	76

Índice de Tabelas

Tabela 1 – Tabela de Média e Desvio padrão das amostras, quanto às idades	46
Tabela 2 – Tabela de Média e Desvio padrão das amostras, quanto à escolaridade	47
Tabela 3 – Tabela de Média e Desvio padrão das amostras, quanto aos anos de prática de Dança.....	49
Tabela 4 – Tabela de Média e Desvio padrão das amostras, quanto aos anos de prática de Dança na mesma turma.....	50
Tabela 5 – Géneros de música e as suas respetivas médias – Dança Clássica.....	53
Tabela 6 – Géneros de música e as suas respetivas médias – Hip-hop.....	53

The Soul of a Dancer

“I dance because I must.
I dance because the thoughts, feelings, and responses
of my life
are best expressed in motion,
because
life is motion
and motion is life.

As I move,
I embrace life
and sing the joyous song
of easeful, expressive movement.

Soaring, twisting, turning
in every possible combination,
I am defined by movement,
and actualized through movement.
I AM, therefore I dance;
I DANCE, therefore I am.
Thus I continue to explore, to grow, to be.

To all those who have danced,
who dance now,
and who will dance in the future...

May your hearts and souls
dance forever...”

by Sally Sevey Fitt

I – Introdução

Encontrar o tema para uma dissertação não é tarefa fácil. Faz sentido que seja algo do interesse do aluno e que ao mesmo tempo seja relevante de ser estudado.

No meu caso, sempre soube que o tema passaria pela Dança, pois tratando-se da minha área de formação e profissão, e sendo essa também uma das razões para ter frequentado este Mestrado, pelo facto de me possibilitar continuar a ter contacto com a minha área a nível académico, só assim faria sentido e se tornaria num desafio para mim.

Durante a minha vida tive contacto com vários estilos de Dança, sendo um deles a Dança Clássica, que será abordada neste estudo. O outro estilo abordado aqui não faz parte dos meus conhecimentos práticos, e daí também se ter tornado um desafio maior para mim, porque fiquei a conhecer um estilo de Dança diferente ao até aqui praticado, e sendo ele um género de Dança em ascensão no nosso país, a curiosidade era grande. O estilo de Dança é o Hip-hop.

Desde que iniciei os meus estudos a nível superior, a temática da importância de incluir atividades artísticas na educação e o desenvolvimento global do indivíduo tornaram-se num assunto cada vez mais valorizado e recorrente.

Por ser formada numa Arte, entristece-me que esta área seja muitas vezes um último recurso para novas aprendizagens, quando felizmente já se reconhece os seus benefícios para um desenvolvimento global do indivíduo. Senti a necessidade de aprofundar melhor essa temática.

A Dança, sendo um exemplo de atividade artística, ainda se encontra de alguma forma discriminada no ambiente escolar e por vezes os jovens apenas têm contacto com este tipo de entretenimento, através de academias particulares ou de grupos de Dança de rua.

Para além dos benefícios físicos inerentes a esta atividade, visto também tratar-se de uma atividade física, torna-se igualmente um veículo social. Permite interagir com outras pessoas, criar laços, partilhar experiências...

Atualmente já não pode haver a “desculpa” de que não há um estilo de Dança que se adegue mais a cada um, porque existe uma panóplia enorme de estilos de Dança. Desde as Danças tradicionais portuguesas até às Danças de salão, o público em geral, e de todas as faixas etárias, pode e deve desfrutar de novas aprendizagens.

Desta diversidade poderia surgir um novo estudo, como forma de os conhecer melhor a todos, mas neste caso específico iremos debruçar-nos apenas em dois géneros aparentemente bem distintos: a Dança Clássica e a Dança Hip-hop, com o intuito de perceber as influências que estes dois estilos de Dança têm, a diferentes níveis, para os seus praticantes.

Porquê a Dança Clássica? E porquê a Dança Hip-hop? Antes de me decidir por estes dois estilos tentei perceber que estilo de Dança conhecia melhor. A resposta foi imediata: a Dança Clássica. Como já antes referi faz parte da minha formação em Dança, foi o primeiro estilo que iniciei a aprendizagem, e sempre foi um género de Dança com que me identifiquei. O facto de ter uma componente muito técnica, dá-me uma segurança grande enquanto executante e depois o facto de igualmente ter uma componente mais performativa, é o culminar de sensações agradáveis, pois permite-me extravasar o que me vai na alma através do corpo, sem ter de abrir a boca e emitir algum som.

O segundo estilo surgiu como parecendo o oposto da Dança Clássica. Tratando-se de um género que nunca experimentei na prática, embora tenha já assistido a espetáculos da área, era certo que muito pouco sabia das suas origens, o que o caracterizava, e acima de tudo, como funcionavam as aulas deste género de Dança e isso tornou-se interessante conhecer. É evidente que podia ter pegado num estilo que já conhecesse, ou que já tivesse experimentado ou estudado, mas o desafio não seria o mesmo. A mim interessava-me que fossem estilos de Dança quase que opostos, tanto em termos históricos, como em termos técnicos, tornando-se essa a razão para a escolha dos dois estilos escolhidos.

A escolha das turmas pesou pelo facto de eu querer fazer uma análise mais descritiva. Tratando-se este de um estudo em que a auto percepção das jovens é fundamental, interessava-me que elas “falassem” das suas experiências, como tal não podia recair numa faixa etária de crianças muito pequenas pois elas não teriam dificuldade em exprimir-se, mas não seriam tão objetivas como se verifica já com adolescentes. Segundo o desenvolvimento cognitivo, a partir dos estádios de desenvolvimento de Piaget, a capacidades de desenvolver pensamento abstrato e exprimir as suas opiniões verifica-se no último estádio, o estádio das operações formais, que corresponde à faixa etária entre os doze e os dezasseis anos (Abrunhosa e Leitão, 2002). Assim surgiram estas duas turmas.

A Dança é uma forma de Arte em que facilmente se percebem os benefícios que podem advir da sua prática a nível motor, a nível de afetos e conseqüente expressão e interação com outros (Macara, 2004, 2006). Para haver a formação global dos indivíduos, o ensino da Dança deve oferecer características que contribuam para essa formação (Batalha, 2000).

Enquanto aluna de Dança não tinha noção clara dos benefícios que a sua prática tinham na minha vida e corpo. Pensava que essa percepção fosse talvez mais fácil estando fora e estudando outras pessoas, do que me observando a mim mesma. Com este estudo fico com a percepção de que teria sido interessante passar por esta experiência. Muitas escolas não integram atividades extracurriculares artísticas, mas é importante que estas mesmas atividades possam ser usufruídas pelas crianças, podendo ser em escolas particulares, com professores especializados nas áreas artísticas.

Ainda se verifica que há um pouco a discriminação de que a Dança é só para meninas, e apesar das Danças de rua, tais como o Hip-hop, terem surgido a partir de rapazes que a criaram e fizeram evoluir, sendo as raparigas aceites apenas mais tarde, e em minoria, essa mentalidade não mudou a nível da prática em academias, e continuam a existir poucas pessoas do sexo masculino a fazer Dança, embora em escolas particulares, na faixa etária das crianças até aos 10 anos isso se comece a verificar menos, o que poderá ser um sinal de que as mentalidades começam a mudar lentamente.

Neste estudo específico, a amostra é só composta por sujeitos do sexo feminino, porque não foi possível ter acesso a uma amostra com rapazes, embora tivesse tentado encontrar, até como uma forma de valorizar o facto de os rapazes também praticarem Dança. Poderá ser uma ideia para um próximo projeto de investigação.

A Dança Clássica é um género de Dança influente a nível mundial, que surgiu já nos tempos de corte, que segue uma técnica e metodologias de ensino específicos enquanto a dança hip-hop é um género de Dança mais recente, mas com movimentos próprios e bem caracterizáveis. Os segmentos corporais são utilizados de forma completamente diversa de um estilo para o outro. Os objetivos da Dança Clássica estão totalmente voltados para a perfeita execução de uma técnica antiga de forma a perpetuar uma das tradições mais bem-sucedidas da história das artes, sendo um género equilibrado de Dança que incorpora as técnicas fundamentais para muitas outras formas de Dança, dizendo-se assim que esta é a dança base para outros estilos.

O Hip-hop, sendo um gênero de Dança mais recente, que teve a sua origem nas comunidades afro-americanas de Nova Iorque, e ficou conhecido como sendo um dos mais importantes movimentos culturais da atualidade. Esta forma de expressão artística surge da necessidade de substituir as guerras, a violência entre gangs, por algo mais positivo. Possui quatro elementos essenciais: *DJ*, *MC*, *Breakdance* e *Grafiti*, de onde podemos dizer que o *MC* se expressa através da voz, o grafiteiro através das artes plásticas, o *DJ* através da música e o *b-boy* através da dança. O que separa a Dança Hip-hop de outras formas de Dança são os movimentos de improvisação (*freestyle*) e que os bailarinos de Hip-hop frequentemente envolvem-se em disputas, conhecidas como “battles”, em competições de Dança.

Este estudo surgiu da intenção de perceber, através das auto percepções de jovens adolescentes, de duas turmas a praticar estilos de Dança distintos, quais seriam as influências que a prática da Dança teria na vida dessas mesmas jovens, complementado pela informação fornecida pelos professores e pais.

Deu então origem à seguinte pergunta de partida:

De que modo a prática da Dança Clássica e Hip-hop são significativas e influenciam o comportamento e desenvolvimento de jovens praticantes do gênero feminino?

A partir da pergunta de partida, surgiu uma segunda questão:

Quais são os efeitos dessa influência no dia-a-dia das jovens praticantes de dança?

Para a realização do estudo foram definidos como objetivos:

- Perceber a influência da prática da Dança Clássica auto percebida por jovens adolescentes, a nível psico-sócio-motor e cognitivo
- Perceber a influência da prática da Dança Hip-hop auto percebida por jovens adolescentes, a nível psico-sócio-motor e cognitivo
- Comparar os efeitos da prática da Dança Clássica com a prática da Dança Hip-hop

Com este estudo não se pretende generalizar resultados, mas acredito na sua importância, porque para além de possibilitar conhecer melhor dois estilos de Dança diferentes, permite perceber o que cada um deles pode trazer para a vida dos seus praticantes. Penso ser um estudo importante e relevante para professores e praticantes de dança interessados nestes estilos de Dança.

Com este estudo pretende-se conhecer as motivações internas e externas que as jovens intervenientes sentem e que as motiva a praticar estas duas modalidades.

A organização deste estudo, efetua-se do seguinte modo: numa primeira parte, reservada à revisão da literatura, esclarecem-se conceitos como o ensino, o ensino da Dança, um pouco da história da Dança Clássica e suas características, de como surgiu a cultura Hip-hop e os seus géneros de Dança e sobre a motivação; na segunda parte surge a metodologia, onde se explicam todos os processos desde a escolha dos sujeitos de investigação, das etapas seguidas para recolher os dados, de como se chegou aos guiões de entrevista e questionário, da observação não participante das aulas e de como foram analisados os dados; na terceira parte surge a análise e discussão dos dados recolhidos na observação das aulas, dos questionários e das entrevistas; na quarta parte expõem-se as conclusões.

II – Revisão da Literatura

1. Ensino da Dança

Segundo Sousa (2003b), o ensino “é uma forma sistemática de transmissão de conhecimentos utilizada pelos humanos para instruir e educar seus semelhantes, geralmente em locais conhecidos como escolas” (p. 113). O termo “dança” por vezes é confundido com a Dança Clássica ou *ballet*, como sendo algo muito específico, só ensinado em determinadas escolas, por profissionais altamente distinguidos e que se traduz depois em espetáculos. Dança é muito mais elementar e fundamental do que isso, “trata-se de uma das manifestações de movimento mais natural, vulgar e espontânea do ser humano” (p. 113). Pode-se dizer que Dança será todo o tipo de movimentos em que o propósito se reduz ao prazer da sua execução e nas características expressivas e criativas que possam ter. As ações quotidianas como comer, beber, andar e de exercícios, diferem dos movimentos espontâneos, livres e expressivos que caracterizam a Dança (Sousa, 2003b).

A Dança já remonta desde os tempos paleolíticos. Como afirma Sousa (2003b), a Dança nessa época surgia como uma manifestação natural nos rituais e cerimónias religiosas, enquanto no Egipto a Dança surgia ligada aos rituais sagrados e de culto, começando já haver a componente lúdica de espetáculos para a aristocracia. Em Roma, teve o papel oposto, não era uma Arte apreciada e considerada mesmo como uma Arte menor. Durante a Idade Média, a Igreja exerceu a sua força e condenava a Dança como algo demoníaco, só sendo permitida em celebrações de festas populares como as colheitas e casamentos.

A Dança é apresentada como uma das formas de expressão artística mais imanescentes ao ser humano. Para Macara (2010),

o movimento sempre presente na nossa vida pode, através de uma construção senso-cognitiva, transformar de forma importante a relação consigo próprio, com os outros e com o mundo. Daí a sua importância nos currículos educativos e em programas para a comunidade.

Segundo referem Batalha e Macara (2007), o papel da Dança-educação é o de proporcionar consciência nos mais jovens das suas próprias vidas e de como elas serão de acordo com as escolhas que fizerem. “O importante em Dança não é ensinar o

conceito de movimento, mas levar as crianças a descobri-lo e a saber recriá-lo” (Batalha e Macara, 2007, p. 4). Isto demonstra o quão importante é para a Dança manter a individualidade de cada um, não esquecendo contudo de garantir um trabalho consciencioso e sólido “do corpo, do espaço, do tempo, da dinâmica e, sobretudo, da vida em sociedade”. Para haver a formação global dos indivíduos, o ensino da Dança deve oferecer características que contribuam para essa formação (Batalha, 2000).

A Dança, dependendo da sua origem, parte de uma forma de movimentação específica. Trabalham-se determinados tipos de movimento de forma a adquirir-se uma lógica corporal particular daquela técnica (Andrade e Santiago, s.d.).

Segundo Macara (2009), “a prática da Dança, quer nas suas formas mais técnicas quer nas suas formas mais teatrais, contribui para um desenvolvimento das capacidades motoras individuais, bem como para a compreensão do fenómeno artístico”. Tratando-se de técnicas diferentes não se pode de forma alguma apreciar de igual modo, pois são linguagens distintas.

Questões como a auto percepção, a consciência total nos atos, a autoimagem e o sentido do movimento, abrem caminho na atualidade para os professores de Dança refletirem sobre a Arte do movimento enquanto atividade pedagogicamente transformadora, tornando-se numa mais-valia para se chegar à noção de prazer pelo movimento. Deixa de importar só o prazer de quem assiste, para passar a sentir-se o prazer no corpo, naquilo que se faz com ele, nas sensações que ele proporciona a quem dança. Isso faz com que o bailarino vá mais longe, explorando assim novos movimentos, novas possibilidades e formas de Dança (Andrade e Santiago, s.d.).

“No ensino da Dança, é fundamental dar sentido ao movimento que se faz, de modo a poder alcançar objetivos educativos” (Macara e Batalha, 2007). Segundo as mesmas autoras, esse papel cabe ao professor contribuindo para o desenvolvimento dos alunos, servindo-se da criação de situações problema. Essas situações irão estimular os alunos “a utilizar as suas capacidades motoras e o seu pensamento divergente de forma a encontrar toda uma gama de soluções criativas” (p. 5), a fim de serem trabalhadas em conjunto. O professor deve deixar de parte o lado mais dirigista, autoritário, para assumir uma posição de apoio ao aluno, de amigo, a fim de o motivar e incentivar. O professor deve proporcionar ao aluno a possibilidade de ele aprender por si, de ele desenvolver os seus próprios juízos e valores. Segundo Sousa (2003b), o aluno deve assumir a figura principal na educação, sendo o professor o impulsionador. Não pode tentar impor, mas sim levar o aluno a encontrar e descobrir.

Num estudo anterior de Macara (2001), apercebo-me de que os jovens para além de se interessarem por dançar nas discotecas e praticar Danças de rua, também consideram importante a participação em espetáculos, o dançar frente a um público, não sendo forçosamente só a opinião de bailarinos profissionais, mas também de alunos de Dança. Ela refere igualmente que ainda hoje acontece com muitas das técnicas de Dança que continuam a estar associadas sobretudo ao sexo feminino, como é o caso da Dança Clássica, e que os estudantes do ensino secundário, em geral, preferem dançar nas discotecas, uma vez que esta é uma atividade socialmente bem aceite.

A importância da prática da atividade física para a formação de adultos saudáveis, o abandono ou um maior afastamento dos adolescentes da prática desportiva, aproximando-os do sedentarismo, está-se a tornar num fator de preocupação para os estudiosos (Rocha, 2009).

Batalha e Macara (2007), no seu artigo “A Dança como forma de literacia artístico-expressiva”, apresentado na Conferência Nacional de Educação Artística, falam em dois aspetos técnicos que independentemente do estilo, ou da tentativa de se tentar acabar com a parte mais conservadora de alguma técnicas, continuam a ser importantes preservar no ensino da Dança, tratando-se do alinhamento corporal “que deve ser mantido corretamente, não só por uma questão de saúde e bem-estar, mas também por uma questão de eficiência do movimento” (p. 4) e também do “perceber e controlar o centro de gravidade de modo a manter um bom equilíbrio nas transferências de peso”(p. 4).

Sobre o ensino artístico da Dança, um dos desenvolvimentos que Batalha e Macara (2007) referem é o desenvolvimento psicossocial, que se tratam de oportunidades de desenvolvimento de situações expressivas, que vão promover a auto estima, as potencialidades sociais e a motivação de importantes dinâmicas de grupo.

Falsarella e Bernardes-Amorim (2008), verificaram que a Dança pode ser um importante aliado da Educação, no sentido que através dela a criança desenvolve simultaneamente aspetos motores, emocionais, e cognitivos. Aspetos esses que interagem e se completam.

Como se pode constatar, diferentes autores consideram a Dança, o seu ensino e aprendizagem, um potencial vasto para o desenvolvimento de diferentes aspetos do ser humano. Referências ao lado criativo, à autoimagem, ao conhecimento do corpo e de si são evidentes, assim como aos benefícios psicossociais, para além de fomentar a cultura associado ao espetáculo e promover o crescimento intelectual.

2. Dança Clássica

A Dança Clássica, geralmente conhecida como *ballet* (termo francês), tem a sua origem na época renascentista italiana, no século XV, tendo vindo posteriormente a ser desenvolvida nas cortes de França, Inglaterra e Rússia. Nesta época, o *ballet* contava a história, mas esta não era transmitida através da Dança, a Dança servia apenas para ornamentar. Na corte, saber dançar fazia parte da educação para os reis e para os nobres. Assim como na esgrima e andar a cavalo, um homem que não soubesse dançar não era considerado um cavalheiro.

Na parte dançada destes *ballets*, os protagonistas eram os nobres ou o próprio rei e o único elemento do povo que podia participar era o “bobo da corte”, um acrobata que tinha como objetivo divertir e fazer rir a corte (comparado com um palhaço nos dias de hoje). Assim, o *ballet* de corte (ou *ballet de cour*) como Dança social, não era mais do que uma forma de entretenimento. Um dos primeiros *ballets de cour* foi o *Le Ballet Comique de la Reine*, apresentado no palácio de Bourbon, como parte das festividades do casamento de Margarida de Lorraine e do Duque de Joyeuse que teve uma duração aproximada de seis horas e que combinava narrativa dramática, Dança e cânticos para contar a história mitológica de Circe e o seu encantamento por Apolo (Minden, 2005, p. 14).

Segundo Hilton (1987), o *ballet de cour* francês atingiu o apogeu sobre o reinado de Luís XIV (entre 1643 e 1715) onde este reinou na sua meia-idade e foi considerado um excelente bailarino. Tinha apenas treze anos quando dançou num *ballet* de corte, tendo aulas de Dança Clássica com Pierre Beauchamps. Em 1653, quando tinha quinze anos, Luís XIV, apresenta o *Ballet de la Nuit* representando o “Rei Sol”. Este *ballet* foi uma representação metafórica das fases do dia e teve como principal bailarino Luís XIV, Pierre Beauchamps como seu mestre e Jean Baptiste Lully na música. Para além de excelente bailarino, Luís XIV é considerado o fundador da Dança no Ocidente, visto que desenvolveu a técnica da Dança e criou várias escolas para desenvolver profissionais no mundo da Dança. Mas, em 1662, Luís XIV fundou a *Academie Royale de Danse* que contava com treze mestres e que foi a primeira instituição que visava controlar o ensino e a prática da Dança, garantindo que esta fosse executada de acordo com as regras da *Belle Danse*, uniformizando assim, o Mundo da Dança. O papel da mulher na Dança já era relevante conduzindo assim toda a diversão aristocrática, para um espetáculo teatral (Sousa, 2003b).

Apesar das grandes reformas de Noverre, a Dança Clássica passou por um período negro: a Revolução Francesa. A época era caracterizada pela ascensão da burguesia e pela decadência da nobreza, que era quem financiava e apoiava a Dança da época. Assim, devido à censura burguesa, várias peças com referências à mortandade das guilhotinas (que executavam nobres reis) foram proibidas. Foram fechadas também as Academias Reais de Dança e de Música, que só seriam reabertas na Restauração (Hilton, 1987). Noverre (1951) propõe a capacidade do ser humano em imitar a natureza, referindo-se à emoção. Propõe ainda que se retirem as máscaras, pois é algo que escondia a expressividade do rosto, querendo agora que se mostre os verdadeiros sentimentos através da verdadeira expressividade. Portanto Noverre (1951) reclamava maior expressão integrada na própria Dança, maior simplicidade e comodidade nos trajes. Para ele, o *ballet d'action* é "uma ação expressa pela Dança". Ele referia que a ação, na Dança, "é a arte de fazer passar emoções e ações à alma do espectador pela expressão verdadeira dos nossos movimentos, dos nossos gestos e do nosso corpo". Ele referia ainda que a Dança não era simplesmente virtuosismo físico, mas sim, um meio de expressão dramática e comunicação.

A Dança Clássica é um gênero de Dança influente a nível mundial, que possui uma componente altamente técnica e um vocabulário próprio e como tal, requer muita prática. Existem vários métodos de ensino espalhados pelo mundo, que embora hajam diferenças em nomes de termos técnicos, o estilo de Dança seja diferente e possuam diferentes ênfases, todos descendem do *ballet* de corte que falamos anteriormente (Minden, 2005).

A escola francesa iniciou-se na *Academie Royale de Danse*, sob a alçada do rei Luís XIV e ainda hoje se utiliza a terminologia da época. Utiliza um estilo sofisticado e limpo, onde as suas posições são sempre perfeitas, havendo uma insistência no posicionamento, no correto alinhamento das ancas com os ombros, e no movimento independente das pernas a partir da pélvis. Segundo Minden (2005), o trabalho de braços é desde cedo iniciado, havendo por vezes exercícios de barra, em que os alunos aprendem a mexer a cabeça corretamente. Hoje em dia já não são tão rigorosos quanto ao tipo de corpo de cada bailarino, mas as tradições francesas de técnica e treino são mantidas.

A escola *Bournonville* (oriunda da Dinamarca), possui uma técnica que demonstra graciosidade sem aparentar qualquer esforço. Pelo facto de os estúdios muitas vezes serem pequenos, Minden (2005) afirma que a única solução era os

bailarinos irem para cima, visto que não tinham espaço para viajar no espaço, resultando assim nos característicos saltos com grande elevação. O facto de não utilizarem muitas posições de braços nos saltos, significa que as pernas precisam ser fortes e eficientes. É um método ainda ensinado no país, embora atualmente já tenham sido introduzidos outros métodos.

De Itália surgiu o método *Cecchetti*. Segundo Minden (2005), este método foi o primeiro a preocupar-se com o posicionamento correto do corpo, a não forçar a rotação externa dos membros inferiores, a utilizar corretamente a barra e a distribuir o peso nas transições, de forma a evitar tensão e lesões. É um método que se encontra espalhado pelo mundo, e que segue um plano inalterável de exercícios em que cada um tem o seu dia específico para ser executado.

A escola inglesa *Royal Academy of Dance* (R.A.D.) desenvolveu um plano de estudos graduado para treinar todos os alunos, portanto não é só para pré-profissionais. Um bailarino treinado por este método nunca irá sacrificar a forma correta por uma extensão maior. Algo que distingue este estilo é o uso da cabeça e braços de forma suave. Dentro do seu programa, para além da técnica de Dança Clássica, os alunos estudam Dança *character* (danças tradicionais russas, polacas e húngaras) e *free movement* (tipo de movimento mais livre, com influência da dança moderna). É um método em constante reavaliação e melhoramento e possui uma terminologia própria. Os alunos têm a possibilidade de fazer exames, de forma a mudar de grau de ensino (Minden, 2005).

O método Vaganova é oriundo da Rússia e é o responsável por vários bailarinos como Nureyev e Baryshnikov. É um método muito mais vistoso, com grandes elevações de saltos e extensões. Antes de surgir este método na Rússia, o estilo tinha bases nas escolas italianas e francesas. Para este método, Agrippina Vaganova condensou a força e a autoconfiança da escola italiana com a fluidez do trabalho de braços da escola francesa (Minden, 2005).

Apesar das escolas referidas anteriormente variarem entre si em alguns aspetos, existem princípios básicos que são comuns a todas, nomeadamente a postura, em que a coluna tem de estar direita, mantendo-se a relação dos ombros com as ancas, as zonas pélvica e abdominal bem controladas e o peso tem de estar distribuído no centro dos pés; Outro dos principais fundamentos da Dança Clássica é a rotação externa (*en-dehors*) dos membros inferiores. A rotação deve ser feita na articulação coxofemoral e não nos pés como muitas pessoas pensarão. É uma rotação externa das pernas que dá

uma maior estabilidade e torna as linhas do corpo mais bonitas esteticamente. Outra das vantagens de se fazer a rotação externa nesta articulação é que dá uma maior amplitude aos movimentos. Nesta técnica esta rotação externa é levada ao máximo, e por isso é preciso ir trabalhando aos poucos. Por último, e dentro do ensino tradicional desta técnica, temos a disciplina, onde o aluno deve ser pontual, deve respeitar o professor e colegas, o vestuário deve ser o adequado, deve mostrar-se sempre disponível e ser persistente, deve respeitar o espaço do outro, deve ouvir a música, deve assimilar todas as correções feitas pelo professor. É importante ainda ter uma rotina saudável, ou seja, com uma boa alimentação e horas de sono suficientes, pois isso contribuirá para um diminuir de possíveis lesões.

Os objetivos da Dança Clássica estão totalmente voltados para a perfeita execução de uma técnica secular de forma a perpetuar uma das tradições mais bem-sucedidas da história das artes. Esta perfeição é conseguida à custa do isolamento dos vários segmentos corporais, que depois de dominado pode ser incorporado na Dança propriamente dita, permitindo a expressividade do bailarino dentro dos moldes académicos.

Andrade e Santiago [s.d.], citam Klauss Vianna (1990), sobre a relação entre professor e aluno de Dança Clássica, onde na perspetiva de Klauss Vianna, ele equipara a disciplina dentro de uma sala de aula de Dança Clássica com a disciplina militar, pelo facto de a Dança Clássica não dar espaço para o aluno “sentir”, apenas para o “repetir”, isto é, no parecer dele o objetivo deste estilo de Dança é único e exclusivamente aprender e repetir até atingir a perfeição. Não há espaço para a experimentação, para a individualidade do aluno, porque passam a funcionar como máquinas, o que pode tornar-se limitativo. Nestes casos, o conhecimento que os alunos adquirem torna-se numa reprodução por imitação. Apesar de alguns autores referirem este lado mais restritivo, outros há que têm uma visão diferente. Andrade e Santiago [s.d.] citam Henri Wallon (1995), sobre a imitação, que diz que o aluno deve organizar os seus próprios gestos e ajustá-los ao modelo que segue, com a finalidade de atingir pessoalmente objetivos idênticos aos do modelo, não deixando de ter uma nota pessoal. Verifica-se por vezes bailarinos clássicos que ao experimentar outros estilos de Dança, sentem-se desadaptados ou demasiado “rígidos”. Este aspeto variará de acordo com o aluno, ou bailarino, a forma como interpreta e aprende a Dança, assim como de acordo com a escola de Dança. A escola inglesa *Royal Academy of Dance* assim como outras escolas procuram seguir as necessidades contemporâneas.

A Dança Clássica é um género equilibrado de Dança que incorpora as técnicas e controle corporal fundamentais para muitas outras formas de Dança.

3. Dança Hip-hop

O Hip-hop (do termo hip = anca e hop = pulo) está ligado a um movimento cultural que surgiu inicialmente nas comunidades afro-americanas de Nova Iorque, por volta dos anos 1970 e afirma-se como sendo “o mais importante movimento negro e jovem da atualidade”, expandindo-se para todo o mundo (Pimentel, 1997; Fradique, 2003; Gonzáles & Navarro, 2005, citado segundo Costa, 2008). Esta forma de expressão artística surge da necessidade de substituir as guerras, a violência entre gangs, por algo mais positivo. Como diz Jeff Chang (2007), no seu artigo “It’s a Hip-Hop World”, “Although hip-hop has become mainstream in many parts of the world today, it is still considered a voice for the oppressed, and a provocation to those in power” (embora o hip-hop se tenha tornado atualmente numa corrente principal em muitas partes do mundo, ainda é considerado uma voz para o oprimido, e uma provocação para os que estão no poder). Seguindo a linha dos autores Pimentel (1997), Fradique (2003) e Gonzáles & Navarro (2005), Costa (2008) cita que a cultura hip-hop encontra-se dividida em quatro elementos essenciais: *DJ*, *MC*, *Breakdance* e *Grafiti*. Ainda que estas quatro áreas façam parte de toda a história do movimento Hip-hop, elas evoluíram de formas distintas e com graus de importância social extremamente interessantes. Começo então por fazer uma pequena descrição destas áreas: *MC* ou mestre-de-cerimónias (que em nada se parece com o papel do *rapper*), surge como um porta-voz, improvisando rimas e interagindo com o público através delas, obtendo respostas uníssonas e vibrantes, que podem ser ou não acompanhadas por música. Por norma as suas rimas falam em sentimentos, repressões e opiniões. Os primeiros *rappers* surgem por volta de 1976, e passam a introduzir versos completos e rimados, ao que podemos denominar de “rap (rhythm and poetry)”; *Grafiti* é a representação do movimento através das artes plásticas, onde através dos desenhos com sprays nas paredes expressam “sentimentos e valores sociais, políticos e morais”; *DJ* é o operador de música que utiliza os *beats*, joga com os diferentes tempos musicais e mistura diferentes músicas; *Breakdance* por convenção chama-se ao *b-boying*, *popping* e *locking*. Apesar de provirem da mesma Dança, apareceram em lugares diversos e por consequência

divergem umas das outras. Um *b-boy* utiliza o seu corpo como instrumento de expressão e deve procurar explorar um pouco de todos os estilos, não se deve cingir só a um deles. Dentro de uma *crew*, nome dado a um grupo, encontra-se ocasionalmente *b-boys* especializados num dos estilos de Dança referidos anteriormente. Os dançarinos buscam elementos de outras áreas artísticas nomeadamente “a capoeira, as lutas, a ginástica olímpica e as artes circenses” (Costa, 2008, p. 51).

Podemos pois concluir que o *MC* se expressa através da voz, o grafiteiro através das artes plásticas, o *DJ* através da música e o *b-boy* através da Dança.

Costa (2008) afirma que “a Dança constitui uma dimensão central na vida do grupo” (p. 50). Os elementos do grupo, utilizam os seus movimentos, com o intuito de alargar meios de comunicação e difundir mensagens tanto para o seu grupo como para outras pessoas externas ao mesmo. A forma como o grupo de jovens é reconhecido dentro da sociedade em que está inserido, pode ser revelado pelo conteúdo das suas músicas e forma como dançam e coreografam. É portanto, quase uma assinatura pessoal do grupo, pois através da Dança revelam a sua realidade perante o mundo que os rodeia.

Para além dos quatro pilares já antes referidos, a moda surge também com igual importância. Os dançarinos utilizam vestuário muito característico, por vezes até bastante vistoso, mas o que predomina são as roupas largas, pois estas dão a ilusão de que os movimentos são maiores.

Como já antes foi referido, dentro do *breakdance* existem subcategorias, ou seja, estilos diferentes, com origens diferentes. Segundo Costa (2008), o *breakdance* ou *b-boying* teve origem em Nova Iorque, na década de 1970. Existem três tipos de movimentos básicos que o caracterizam, que são o *Top Rock* (normalmente aparece como uma introdução do trabalho), o *Foot Work* (caracterizado por um trabalho de pés e pernas, que poderá ser executado igualmente com o corpo no chão) e o *Freeze* (que como o nome indica, consiste num congelamento numa determinada pose, que finaliza uma sequência de movimentos).

O *locking*, por sua vez teve origem na extremidade oposta dos Estados Unidos da América, mais precisamente em Los Angeles, e tem influências do *Funk*. Consistem maioritariamente em movimentos de braços e mãos rápidos, que depois são combinados com pernas e movimentos de cintura. Alguns exemplos de movimentos são: o *stop-and-go* (movimento em que uma das pernas recua, há uma transferência de peso e corpo vira um quarto na direção da perna de trás, e depois volta à posição inicial), o *hop kick* (pequeno chuto com uma das pernas e salta, trocando de perna), o *scooby doo*

(movimento em que os braços sobem e descem, ao mesmo tempo que as pernas fletem e dá-se um chute trocando com um pequeno salto para a outra perna), *uncle sam points* (movimento em que se aponta em várias direções, com uma mão de cada vez) e o *knee drop* (movimento em que as duas pernas invertem para dentro, os joelhos vão ao chão, e voltam à posição inicial).

Por último temos o *popping*, que teve a sua origem numa pequena cidade californiana chamada Fresno. O seu pioneiro foi Boogaloo Sam, que mais tarde viria a formar um grupo com o nome Electric Boogaloo. Este estilo consiste na contração de certos músculos em determinadas partes da música e no seu rápido relaxamento, combinado com movimentos isolados, que são realizados ao som de música *funk*. Segundo Costa (2008), o Robot foi o género de Dança que deu origem ao *popping*, que deixou de ser apenas um imitar de movimentos isolados, para ganhar movimentos com maior impacto e complexidade, sendo influenciado por mímica, desenhos animados, palhaços e dança indiana. Também o *popping* possui alguns movimentos característicos como é o caso do *scarecrow* (que surgiram a partir dos movimentos que o espantalho no filme “O Feiticeiro de Oz” fazia), do *puppet* (como se fossemos uma marioneta a ser manipulada), da *liquid dance* (onde os movimentos têm que transmitir uma leveza muito grande, como se fosse algo líquido), e o *waving* (movimentos em que o corpo se assemelha à deslocação das ondas, podendo ser o corpo todo ou partes do corpo seccionadas).

O *New Style* ou MTV Dance, conhecido assim por ter surgido com maior popularidade naquele canal, retoma diferentes estilos de Dança, dando-lhes depois um novo aspeto, tornando-se assim movimentos mais “especiais” (Costa, 2008). Este é o estilo de Dança Hip-hop mais frequente em academias e ginásios.

O que separa a Dança Hip-hop de outras formas de Dança são os movimentos típicos que se tornaram estereotipados, e comuns a todos os dançarinos, mas também a possibilidade de improvisação (*freestyle*) e o facto de que os bailarinos de Hip-hop frequentemente envolvem-se em disputas, conhecidas como “battles”, em competições de Dança.

Assim, temos uma forma de expressão mais livre e irreverente que se tem revelado como um veículo de transmissão de mensagens sociais, e uma maneira de muitos jovens canalizarem a sua energia e se desviarem de outras problemáticas como por exemplo as drogas.

4. **Motivação**

O que é a motivação? Motivação (provém do latim *moveres*, e que significa mover) e é aquilo que leva um indivíduo a agir para atingir um determinado objetivo. É o impulso interno que leva à ação (Rudolph, 2003).

Segundo Bear, Connors e Paradiso (2006) citados por Rocha (2009), declaram que a motivação pode ser pensada como a força que leva um acontecimento a ocorrer. Os mesmos autores afirmam ainda que a probabilidade de algo acontecer depende do propósito, do nível de motivação que leva a pessoa a cumprir essa tarefa.

Existem dois tipos de motivação que podem ser intrínsecas ou extrínsecas. Seguindo a linha dos autores Morris e Maisto (2004), Rocha (2009) cita que a motivação intrínseca diz respeito à motivação gerada por necessidades e motivos da pessoa, portanto a pessoa faz algo simplesmente pelo prazer em realizá-la, enquanto a motivação extrínseca pode ser considerada como a motivação para trabalhar em resposta a algo externo à tarefa ou à atividade, com o intuito de receber recompensas e reconhecimentos.

No entanto é falso dizer, que a motivação extrínseca é fruto da ação do ambiente e a intrínseca à da pessoa, porque, como se verá, a motivação é sempre fruto de uma interação entre a pessoa e o ambiente (Heckhausen, J. & Heckhausen, H., 2008).

A motivação para a prática de atividade física é um tema que desperta grande interesse atualmente.

Rocha (2009), na sua dissertação cita Weinberg e Gould (2001), sobre um estudo em que comprovaram que homens e mulheres praticam desporto por motivos diferentes. Em conclusão perceberam que enquanto os homens se envolvem basicamente motivados pela “competição e reconhecimento social”, as mulheres apresentam uma maior diversidade de motivos, nomeadamente pela “saúde, bem-estar, estética e condicionamento, domínio de técnicas, prazer nas atividades, contacto social, identificação com o professor ou treinador” (p. 31). A autora refere ainda o estudo de Bloss (1991) onde se investigou a motivação de estudantes de ambos os sexos, e chegou à conclusão que os motivos eram “alegria, prazer, boa forma física, compensação, a saúde e afiliação” (p. 32).

III – Metodologia

Este estudo de investigação apresenta uma metodologia que combina tratamento qualitativo e quantitativo. O tratamento quantitativo permite objetivar as questões do estudo, apesar de estar interessada num conhecimento de carácter qualitativo sobre as questões em causa. Como referem Carmo e Ferreira (2008), citando Reichardt e Cook (1986) afirmam que o investigador não se deve sentir obrigado a recorrer a só um dos métodos, frisando que “se a investigação o exigir poderá combinar a sua utilização”. Os mesmos autores mencionam ainda que o combinar métodos pode ter vantagens, pois “pode permitir uma melhor compreensão dos fenómenos” (pp. 201-202). Para Moreira (2010), “o objetivo da pesquisa qualitativa é recolher dados e informações não quantificáveis, para explicar significados, relações ou teorias”. Fernandes (2001) refere que “o investigador é o “instrumento” de recolha de dados por excelência; a qualidade (validade e fiabilidade) dos dados depende da sua sensibilidade, da sua integridade e do seu conhecimento”. Os investigadores não procuram a informação para verificar hipóteses.

A investigação qualitativa pretende estudar as pessoas nos seus contextos naturais e compreender os fenómenos na sua totalidade (Ribeiro, 2008). Green e Thorogood (2005) referem que para perceber as perspetivas das pessoas, explorar o significado que elas atribuem ao fenómeno, ou observar o processo em profundidade, é essencial recorrer a uma abordagem qualitativa.

O investigador que utiliza o método de investigação qualitativa está preocupado com uma compreensão absoluta e ampla do fenómeno em estudo. Ele observa, interpreta e aprecia o meio e o fenómeno tal como se apresentam, sem procurar controlá-los. O objetivo desta abordagem de investigação utilizada para o desenvolvimento de conhecimento é descrever ou interpretar, mais do que avaliar (Fortin, Côte, & Vissandjée, 2009).

Em investigação qualitativa “a preocupação central não é a de saber se os resultados são suscetíveis de generalização, mas sim a de que outros contextos e sujeitos a eles podem ser generalizados” (Bogdan e Biklen, 1994).

Visto tratarem-se de participantes menores, foi pedida uma autorização por escrito aos encarregados de educação de cada aluna (encontra-se em anexo, para consulta do leitor), de forma a dar conhecimento dos objetivos do projeto de

investigação e de como se iria processar a análise dos resultados, de forma a garantir a proteção de dados pessoais e o direito à privacidade, respeitando-se o princípio da veracidade (consentimento informado).

1. Sujeitos da investigação

Segundo Patton (2002) não existem regras fixas para definir o tamanho do grupo estudado. Neste sentido, ele irá depender dos objetivos a que a investigação se propõe. No caso de investigações qualitativas, as amostras são relativamente pequenas, “ou mesmo casos únicos, selecionados intencionalmente” (p. 209).

Para este estudo interessava ter sujeitos praticantes de Dança Clássica e sujeitos praticantes de Dança Hip-hop. Não poderiam ser praticantes das duas modalidades ao mesmo tempo, teriam de ser de uma única. Não poderiam ter idade inferior a doze anos, porque me interessava que elas tivessem a sua própria opinião, um pensamento abstrato, que fossem capazes de usar o raciocínio. Abrunhosa e Leitão (2002), referem Piaget, em relação aos seus estádios de desenvolvimento cognitivo, que no estádio de operações formais (compreendido entre os doze e os dezasseis anos aproximadamente), os jovens são capazes de se desprender do real e raciocinar sem se apoiar em factos (pensamento abstrato), são capazes de colocar hipóteses, e formular mentalmente todo o conjunto de explicações possíveis (raciocínio hipotético-dedutivo) e serem capazes de pensar sobre o próprio pensamento e sobre os pensamentos das outras pessoas, percebendo que para além da sua perspetiva sobre um dado problema, os outros podem ter posições diferentes à sua. Estava assim definida a idade a que tinham que corresponder os sujeitos para este estudo.

A escola onde surgiram os sujeitos da Dança Clássica, eu já a conhecia, porque fui lá aluna, portanto tinha conhecimento de que existia uma turma com idades compreendidas dentro da faixa etária que eu pretendia. Procurando sistematicamente, perto da outra escola (e minha zona de residência), encontrei um ginásio, onde existia a modalidade de Hip-hop que me faltava e uma turma que se enquadrava dentro dos parâmetros estabelecidos. Nesse ginásio tinham igualmente Dança Clássica, mas eram turmas com idades inferiores aos dez anos, portanto não se enquadravam para este estudo. Pode-se dizer então que é uma amostra não probabilística, surgindo através de

uma amostragem por tipicidade e conveniência. Para além das alunas, os respetivos professores e dois pais de cada turma também foram selecionados como participantes neste estudo. Irei então tratá-los separadamente, como dois subgrupos da amostra, o de Dança Clássica + professora + dois encarregados de educação e a amostra de Dança Hip-hop + professor + dois encarregados de educação. Por não se pretender generalizar resultados, não havia necessidade de uma amostra muito grande, pois o interesse fundamental era a análise interpretativa e aprofundada de cada sujeito. No entanto, conjuguei este estudo com uma análise quantitativa, no que respeita a descrição das respostas ao questionário, utilizando a Distribuição *t-Student* (chamada de distribuição das pequenas amostras) que se utiliza quando a amostra é pequena (o número de elementos é inferior a 30) e a variância populacional é desconhecida e por ser o método mais utilizado para se avaliar as diferenças entre as médias de dois grupos. Portanto neste estudo existem oito alunas para a turma de Dança Clássica e sete alunas para a turma de Dança Hip-hop.

2. Observação não-participante

O que faz o investigador no terreno? Observa os locais, as pessoas, os acontecimentos, as atividades, os objetos, os comportamentos, as interações verbais, observa as situações (Costa, 2008 cita Costa, 1986). Como referem Carmo e Ferreira (2008): “observar é selecionar informação pertinente, através dos órgãos sensoriais e com recurso à metodologia científica, a fim de poder descrever, interpretar e agir sobre a realidade em questão” (p. 111). Ainda que o objeto de observação pertença à própria cultura do observador, ele deve ter a capacidade de se distanciar do mesmo, de forma a conseguir atingir uma perspetiva justa e de interpretar um dado comportamento. A observação sistemática e disciplinada é uma competência que pode ser aprendida. Primeiramente a observação começa com aquilo que o observador vê e depois o observador passa a ver pormenores que não tinha reparado. É isso que contribui para se ser um bom observador, porque se vai mais longe na observação (Graue e Walsh, 1998/2003). Os autores referem ainda que:

A descrição rica em pormenores surge como resultado de uma observação cuidadosa, sistemática e disciplinada. Cuidadosa refere-se ao nível de

atenção; sistemática à natureza planificada da observação; e disciplinada, à natureza autocrítica do processo (p. 118).

No sentido de não comprometer a observação, falei anteriormente com o professor de Dança Hip-hop sobre o que precisaria fazer, de forma a combinar quando seria o momento mais oportuno para se realizar a gravação. Em relação à aula de Dança Clássica, falei com a professora, que também me colocou logo à vontade e me assegurou que a aula funcionaria como uma aula de técnica de Dança Clássica.

Com a devida autorização, foram assim realizadas observações de uma aula de cada grupo, para uma maior compreensão do trabalho que estava a ser desenvolvido.

Para este estudo interessava ser uma observação não participante porque o objetivo era observar as situações que considerasse interessantes para o estudo, não interferindo com os acontecimentos. Segundo Graue e Walsh (1998/2003), na observação não participante, o investigador pode fazer o registo das suas observações em vídeo, visto que facilita, posteriormente, o seu trabalho, pois poderá visualizar novamente a sessão e dessa forma realizar uma análise profunda dos dados recolhidos.

Ainda segundo os mesmos autores, “a utilização do vídeo tem vindo a tomar-se cada vez mais popular, a ponto de investigadores principiantes sentirem que não conseguem fazer investigação sem vídeo” (p. 136).

A não ser que se tenha estado mesmo presente aquando da gravação do vídeo, ao visioná-lo pode-se ter a falsa sensação de que se esteve no momento. No caso deste estudo, com a devida autorização, enquanto gravava em vídeo, assisti também às duas aulas. A câmara foi colocada num tripé, portanto não houve deslocação minha pelo espaço durante as aulas. Tentou-se ao máximo evitar perturbar o funcionamento da aula e também por isso, toda a montagem do material foi feita antes da sessão se iniciar.

A observação das aulas não era suficiente, pois assim só conseguia perceber que tipo de aulas elas têm, como as alunas se mexem e demonstram estar na sala, a forma como se relacionam com as colegas e professor(a), se o interesse na aula é sempre igual e a forma como reagem aos diferentes estímulos que lhes são dados durante a aula. Por isso tive que recorrer a questionários de resposta aberta e fechada.

3. Questionários

Como já anteriormente foi referido, houve necessidade de recorrer a mais do que uma técnica para recolher dados. Optei por questionários de resposta aberta e fechada.

O questionário é uma técnica de investigação composta por um número mais ou menos elevado de questões apresentadas por escrito a pessoas, que têm por objetivo proporcionar um determinado conhecimento ao investigador.

O que distingue o questionário da entrevista é que o investigador e o investigado não precisam de interação presencial (Carmo e Ferreira, 2008). As vantagens de um questionário são:

- Permite a baixo custo, atingir um grande número de pessoas, de diferentes localizações
- Garante o anonimato
- Não acontece influência do investigador sobre os inquiridos

Para além das vantagens, também apresenta algumas limitações:

- Não oferece garantia de que a maioria das pessoas vai devolver o questionário totalmente preenchido
- Envolve geralmente um número pequeno de perguntas

Existem outras limitações como é o caso de os inquiridos, na maioria das vezes, não poderem esclarecer dúvidas quando está a preencher o questionário, porque o investigador não está presente, mas neste estudo específico isso não aconteceu, pois eu estive presente enquanto as alunas preenchiam os questionários. Em relação às não-respostas, elas aconteceram no caso de perguntas de cultura mais geral, como foi no caso das questões sobre “nomes de coreógrafos” e “nomes de bailarinos”. Mas disso falar-se-á mais detalhadamente à frente.

3.1. Construção dos questionários

Um questionário “se bem construído, permite a recolha de dados fiáveis e razoavelmente válidos de forma simples, barata e atempadamente” (Anderson e Arsenault, 1999, p. 170). Foi construído um questionário específico, para aplicação direta a todas as alunas para preencher, de forma a recolher informações.

Segundo Carmo e Ferreira (2008), as perguntas devem estar extremamente bem organizadas de modo a garantir uma coerência e lógica para quem vai responder. Por norma um questionário integra vários géneros de pergunta: possuem questões de identificação, embora isso não signifique que se conheça os inquiridos pelo nome, porque normalmente os questionários são anónimos, mas questões como a idade, género, e profissão, são recorrentes; perguntas de informação, onde o investigador pretende conhecer opiniões do inquirido; perguntas de preparação, onde o investigador introduz questões que possam oferecer maior dificuldade ao respondente; e perguntas de controlo, onde se pretende verificar a veracidade de outras questões.

Para a elaboração do guião dos questionários, decidi colocar perguntas que permitiam conhecer de forma clara o que cada investigado faz ao nível da Dança, e ter conhecimento das primeiras perceções que cada investigado tem, sendo praticante de uma modalidade de Dança. Possui perguntas de resposta aberta e fechada, de forma a assegurar alguns conhecimentos, permitindo mesmo assim aprofundar outros, de uma forma mais individualizada, pois espera-se que as respostas sejam diferentes. Carmo e Ferreira (2008), afirmam que o número de questões deve ser equacionado, nem em demasia pois corre-se o risco de ficar com questões sem resposta, nem em número reduzido, pois pode-se correr o risco de não abranger toda a problemática que se está a estudar. Desde que se respeite os procedimentos metodológicos relativos à sua conceção, seleção dos inquiridos e posterior administração no terreno, a questão da fiabilidade está garantida (Carmo e Ferreira, 2008).

Neste estudo começou-se por informar o inquirido sobre a finalidade do questionário e assegura-se o direito à privacidade e a proteção dos dados pessoais. O questionário, que se apresenta no Anexo II, inicia-se com questões de identificação como saber a idade, o ano de escolaridade, e a área de estudos em que estão inseridas. Tratando-se de turmas de Dança, era importante conhecer dados específicos como há quantos anos praticam Dança e há quantos anos praticam Dança com o professor em questão.

Mesmo sendo um estudo relacionado com Dança, era importante saber o interesse das alunas por outras áreas artísticas nomeadamente a Música, o Cinema e a Literatura. Tentamos ainda perceber se têm por hábito assistir a espetáculos de Dança ao vivo e de outras formas de arte.

Surge depois uma série de questões relacionadas com Dança nomeadamente de forma a perceber quais são as motivações que as alunas têm para frequentar Dança e o que significa a Dança para elas e na vida delas. Era importante igualmente perceber a perceção que elas têm sobre a influência que a Dança pode ter a vários níveis da sua vida.

Por entre estas questões vão surgindo algumas de gosto mais pessoal ou cultura geral, como perceber como elas ocupam os seus tempos livres, se têm conhecimento de bailarinos e coreógrafos e se têm algum autor, músico ou banda preferidos.

As restantes questões são relacionadas com a autoestima e com sensações de inibição.

Assim que ficou redigida uma primeira versão do questionário, foi preciso garantir que as questões seriam compreendidas pelos inquiridos, se estariam previstas todas as respostas alternativas nas questões fechadas, se não faltavam questões relevantes, se a reação ao questionário não era a de que é demasiado longo, aborrecido ou difícil (Carmo e Ferreira, 2008). Portanto, a fim de se verificar a aplicabilidade do questionário, foi pedido a seis pessoas, que tivessem conhecimento do tema do questionário, que avaliassem o questionário e suas perguntas, de forma a perceber se estaria numa linguagem correta, sem levantar dúvidas. Em função das respostas pude reformular o questionário para aplicação aos dois subgrupos da amostra.

A análise do questionário final é apresentada com as questões divididas pelos seguintes tópicos: Identificação Geral; Música; Literatura; Cinema; Dança e suas influências; Cultura relacionada com Dança e outras Artes.

Para complementar a informação do questionário, foram aprofundadas as questões levantadas através de entrevistas aos dois professores e a dois encarregados de educação de cada turma.

3.2. Aplicação dos questionários

Para a aplicação dos questionários foi apurado junto das alunas e com os respetivos professores de forma a perceber-se qual seria a melhor hora para o preenchimento dos questionários. O local escolhido foi a academia e o ginásio de cada um dos grupos, de forma a evitar ter que haver deslocações das alunas. Fazia portanto sentido que as alunas não tivessem igualmente que se dirigir em horários extra aos das suas aulas de Dança e como tal foi definido um dia e uma hora para o preenchimento dos questionários. No caso da turma de Dança Clássica o horário definido foi marcado para depois da aula, enquanto na turma de Dança Hip-hop foi marcado para antes da aula delas.

Antes de se iniciar o preenchimento dos questionários, são tomadas algumas medidas, nomeadamente explicou-se o propósito dos questionários, e a garantia do anonimato. Depois de asseguradas todas as dúvidas, procedeu-se ao preenchimento dos questionários. Foi possibilitado a todas as alunas retirarem dúvidas em alguma questão, pois eu estive presente aquando dos preenchimentos. Foi-lhes ainda possibilitado preencher questões que ou por distração ou por estarem mal preenchidas, não correspondiam ao pedido. Todos os questionários foram preenchidos no espaço da academia e ginásio, respetivamente.

4. Entrevistas

Por se tratar de adolescentes, senti a necessidade de comparar com alguns pais e os respetivos professores, algumas questões abordadas nos questionários, de forma a perceber se as respostas das alunas eram iguais às dos pais e professores, ou se havia diferenças. Era importante perceber até que ponto os pais também entendiam que a Dança pode influenciar a vida de uma jovem praticante e se isso é perceptível para eles. A versão dos professores também é importante, porque são eles que lidam com as alunas no período de aulas e era necessário para uma maior compreensão do trabalho e dos objetivos de cada aula, complementar as observações com uma entrevista.

Segundo Carmo e Ferreira (2008), na técnica de entrevista, a questão-chave é a interação direta.

A entrevista é utilizada para recolher dados descritivos na linguagem do próprio sujeito, permitindo ao investigador desenvolver intuitivamente uma ideia sobre a maneira como os sujeitos interpretam aspetos do mundo (Bogdan e Biklen, 1994, p. 134).

Existem vários tipos de entrevistas qualitativas, que variam quanto ao grau de estruturação. Algumas entrevistas embora possuam características de entrevista aberta, seguem um guião, onde o conteúdo é ajustado pelo entrevistado, o que lhe dá alguma liberdade no desenrolar da entrevista.

Nas entrevistas muito abertas, o entrevistado é encorajado a falar sobre um tema de interesse, e a entrevista flui a partir daí. O entrevistado desempenha então o papel principal neste tipo de entrevista, porque é ele que define o teor da mesma (Bogdan e Biklen, 1994).

Uma boa entrevista caracteriza-se por o entrevistado demonstrar estar à vontade e falar abertamente das suas opiniões, o que produz uma riqueza de dados, recheada de pontos de vista do entrevistado relativos a determinado tema.

Optou-se por entrevistas relativamente abertas porque “oferecem ao entrevistador uma amplitude de temas considerável, que lhe permite levantar uma série de tópicos e oferecem ao sujeito oportunidade de moldar o seu conteúdo”, mesmo utilizando um guião (Bogdan e Biklen, 1994, p. 135). Optou-se assim por uma entrevista que permitisse aos entrevistados, liberdade de aprofundarem e falarem sobre o que achassem pertinente, sem fugirem demasiado ao tema e objetivo de estudo.

Muitos investigadores recorrem a gravações de entrevistas, e Bogdan e Biklen (1994) referem Edward Ives (1974) que sugere que a presença do gravador seja entendida como uma terceira pessoa, a qual não conseguimos ver.

Depois de pedida a devida autorização, as entrevistas foram gravadas e armazenadas em suporte digital, para um melhor fluir da entrevista e não haver perdas ou quebras de informação.

4.1. Construção das entrevistas

Antes de se fazer uma entrevista tem que se definir claramente os objetivos, de modo a assegurar que depois de se terminar a recolha de dados, esses mesmos objetivos são atingidos (Carmo e Ferreira, 2008).

Para a elaboração do guião da entrevista, baseei-me no guião dos questionários, de forma a perceber onde os conhecimentos poderiam ser mais aprofundados através de uma entrevista.

Para a elaboração das entrevistas aos professores, procurei perceber mais aprofundadamente o desenrolar das aulas e quais os objetivos de cada professor. Assim elaborou-se o guião da entrevista que se encontra no Anexo III. Como tal foi por aí que iniciei a entrevista, questionando quais seriam os objetivos que cada professor tem para as suas aulas. De seguida questionou-se cada professor com a intenção de perceber o grau de perceção do próprio professor sobre a influência que a Dança pode exercer nos seus praticantes. De seguida tem questões relacionadas com a aula, de forma a perceber como o professor vê as alunas na aula nomeadamente perceber como elas encaram as aulas, se andam motivadas, como é a relação entre elas, que tipo de trabalho as alunas por norma gostam mais de fazer nas aulas. As duas questões seguintes, referem-se à faixa etária delas, sendo adolescentes e estudantes, encontram-se numa fase de mudanças no seu corpo, e isso era importante saber, qual a perceção que o professor(a) tem na aula da relação delas com o seu corpo e conhecer a visão do professor(a) quanto à influência que a Dança pode ter no desempenho escolar das alunas. Sabendo que a Dança tem benefícios para o desenvolvimento global de um indivíduo, tenta-se perceber que tipo de trabalho é desenvolvido para que haja um desenvolvimento físico, um desenvolvimento comportamental que leve ao desenvolvimento global do indivíduo e que tipo de dificuldades podem surgir no trabalho para atingir esse desenvolvimento. Por fim voltei-me para a visão do professor, em relação à sua aula, e quis saber o que dá mais prazer ao professor(a) durante as aulas, o que incomoda e o que incomoda como resultado final de aula.

Em relação ao guião de entrevistas para os encarregados de educação, é constituído por quatro questões, que também fazem parte do guião dos professores nomeadamente perceber o grau de perceção dos encarregados de educação da influência que a Dança pode ter na vida das filhas e mais propriamente no seu desempenho escolar, tentar perceber as motivações que levam as filhas a praticar Dança e se constatarem algum tipo de constrangimento das filhas com o corpo.

4.2. Marcação e realização das entrevistas

Para a realização das entrevistas com os encarregados de educação, o critério de seleção foi a disponibilidade das pessoas. As duas encarregadas de educação da turma de Dança Hip-hop frequentam o ginásio, o que não implicava uma deslocação extra para a entrevista. Consoante o horário que frequentam o ginásio, foi definido um período de tempo para realizar a entrevista. Quanto às encarregadas de educação da turma de Dança Clássica, visto elas irem levar/buscar as filhas à academia, também foi uma forma de ajustar um horário possível, que não interferisse com a vida das pessoas envolvidas.

Em cada uma das entrevistas, antes de se iniciar a mesma, foram tomadas algumas medidas, nomeadamente explicando-se o propósito da entrevista, a garantia do anonimato, de que forma seria a entrevista mostrando as questões que iriam ser colocadas e pediu-se novamente a autorização para se gravar a entrevista em formato digital, com a intenção de serem transcritas para o papel posteriormente. Depois de asseguradas todas as dúvidas, procedeu-se à entrevista. Todas as entrevistas foram realizadas no espaço da academia e ginásio, respetivamente.

5. *Corpus* de Estudo

Tendo em conta a metodologia utilizada para a recolha de dados, o material a ser analisado é então as duas gravações em vídeo de cada uma das aulas de Dança, os quinze questionários preenchidos pelas alunas (sendo oito da turma de Dança Clássica e sete da turma de Dança Hip-hop) e as transcrições integrais das seis entrevistas (duas delas realizadas com os dois professores e quatro entrevistas pertencentes a duas encarregadas de educação de cada um dos grupos).

6. Análise de Conteúdo

Após a recolha de todos os dados, é necessário proceder à análise dos mesmos.

Como expõe Costa (2008), referenciando Vala (1986), diz que trata-se de pegar num discurso e transformá-lo noutra, de forma a dar ênfase a conteúdos que vão

responder aos objetivos do estudo. Uma das formas para analisar alguns dos dados recolhidos é através da análise de conteúdo.

Segundo a definição de Berelson (1952, 1968), Carmo e Ferreira (2008) citam que a análise de conteúdo é “uma técnica de investigação que permite fazer uma descrição objetiva, sistemática e quantitativa do conteúdo manifesto das comunicações, tendo por objetivo a sua interpretação” (p. 269). Decompondo cada descrição referida tem-se na objetiva como sendo uma análise que deve acarretar regras, obedecer a instruções claras e precisas para que qualquer investigador, ao pegar no mesmo conteúdo, consiga obter os mesmos resultados; a sistemática, porque os objetivos que se desejam atingir devem estar revistos nas categorias que surgem da totalidade do conteúdo de dados recolhidos; por fim a quantitativa, porque permite obter informações mais precisas e objetivas sobre a frequência da ocorrência das características do conteúdo (Carmo e Ferreira, 2008).

De acordo com os mesmos autores, existem três tipos de análise de conteúdo: a análise de exploração e análise de verificação equivale à diferença entre a análise de documentos que pretende verificar uma hipótese e a análise que pretende essencialmente explorar; a análise quantitativa e análise qualitativa, em que a principal diferença entre elas é que na análise quantitativa o mais relevante é o número de vezes que aparece determinado conteúdo e na análise qualitativa o que importa é o valor do tema, o interesse, a novidade; por último aparece a análise direta e análise indireta em que a análise direta faz parte na maior parte das vezes da análise quantitativa e análise indireta está associada a uma análise mais qualitativa.

Seguindo a linha destes autores, a análise de conteúdo compreende certas etapas nomeadamente a definição dos objetivos e da revisão teórica, a constituição de um *corpus*, a definição de categorias e de unidades de análise e da interpretação dos resultados obtidos. Como já anteriormente foram definidos os objetivos, feita a revisão teórica e constituído um *corpus*, passa-se de seguida para os restantes pontos.

6.1. Construção de Categorias de Análise

“As categorias constituem um meio de classificar os dados descritivos que recolheu, para que o material contido num determinado tópico possa ser fisicamente apartado dos outros dados” (Bogdan e Biklen, 1994, p. 221). A determinação das categorias pode ser feita *a priori* ou *a posteriori*.

No primeiro caso é quando são formuladas hipóteses e o investigador verificá-las”. No segundo caso, as categorias são definidas depois de se fazer uma leitura dos dados. (Carmo e Ferreira, 2008, p. 273).

As categorias devem ser exaustivas, exclusivas, objetivas e pertinentes. Exaustivas porque o conteúdo selecionado como relevante dos dados, deve estar incluído nas categorias definidas; exclusivas porque todos os elementos iguais só podem pertencer a uma única categoria; objetivas porque cada categoria deve estar clara para que seja possível a outros investigadores chegarem às mesmas codificações; pertinentes porque as categorias devem garantir uma estreita relação com os objetivos definidos anteriormente. As categorias devem estar muito bem definidas, não correndo o risco de ter um número muito grande de categorias, nem o oposto, muito poucas, pois assim perdem a objetividade (Carmo e Ferreira, 2008).

Depois de se terem definido as categorias, é necessário definir as unidades de análise, que segundo Carmo e Ferreira (2008) podem ser de registo, de contexto ou de enumeração. Unidade de registo é a porção mínima de conteúdo, estabelecida numa dada categoria, que se considera fundamental para se poder proceder à análise, que correspondem a unidades formais como a palavra, a frase, e uma personagem ou pode ser uma unidade semântica, em que a mais comum é o tema. Sobre a unidade de contexto, os autores referem que constitui a porção mais longa de conteúdo que o investigador precisa ter em conta quando caracteriza uma unidade de registo. “[...] se a palavra for considerada a unidade de registo, a unidade de contexto poderá ser a frase” (p. 275). Quanto à unidade de enumeração, esta corresponde à unidade que permite a quantificação, que dizem respeito ao parágrafo, linha, centímetro e minutos de registo. Um exemplo disso é que as unidades de registo podem ser as frases e “as unidades de contexto correspondentes podem ser, por exemplo, os parágrafos. Quanto à unidade de numeração, esta será aritmética e servirá para contar o número de vezes que se repete a unidade de registo (as frases)” (Coutinho, 2007).

Neste estudo, as questões dos questionários que são possíveis ser analisadas por este método qualitativo, cada questão constitui uma unidade de análise. No caso das entrevistas, corresponde a cada unidade de questões relacionadas.

Pegando no caso deste estudo, as categorias foram definidas *a posteriori*, após várias leituras aprofundadas das respostas obtidas.

6.2. Categorias de Análise

Para este estudo as categorias foram definidas *a posteriori*, portanto após a leitura de todas as respostas, relativamente às entrevistas feitas aos professores e depois também a algumas encarregadas de educação, chegamos a algumas categorias de análise. Tendo em conta o *corpus* de estudo e os objetivos definidos, as categorias são as seguintes, começando pelos professores que dividi em cinco categorias: Finalidade das aulas; Motivação; Dança e desempenho escolar; Desenvolvimento físico e autoimagem; Aspectos psicossociais e de bem-estar. De seguida aparece uma pequena explicação do que é que se pretende em cada uma das categorias.

- **Finalidade das aulas** – para se perceber quais os objetivos que cada professor tem para as aulas;
- **Motivação** – onde se explica, através da auto percepção dos professores, se as alunas andam motivadas, o que os professores fazem para manter ou aumentar essa motivação, e qual o tipo de trabalho que as alunas gostam mais de fazer nas aulas. Ainda dentro desta categoria tenta-se perceber os motivos porque estas alunas praticam Dança;
- **Dança e desempenho escolar** – nesta categoria esclarece-se a influência que a Dança tem sobre o desempenho escolar das alunas;
- **Desenvolvimento físico e autoimagem** – neste tópico, segundo a perspetiva dos dois professores inquiridos, clarifica-se que tipo de trabalho é desenvolvido nas aulas para um desenvolvimento físico propriamente dito, sobre as mudanças que o corpo sofre na adolescência e o que isso pode afetar as jovens praticantes e sobre o desenvolvimento físico resultante da prática de um estilo de Dança;
- **Aspectos psicossociais e de bem-estar** – nesta categoria fala-se das competências sociais que as aulas de Dança trabalham, através de trabalhos de grupo. Fala-se igualmente sobre a relação aluna-aluna e relação-professor. Fala-se ainda do trabalho desenvolvido a nível comportamental e que dificuldades o professor pode ter no desenvolvimento desse trabalho. Fala-se ainda de trabalhos de grupo na aula como sendo um dos métodos para trabalhar nas aulas.

Em relação às entrevistas das quatro encarregadas de educação, chegou-se a três categorias que são: Dança e o desempenho escolar; Benefícios psicossociais; Benefícios a nível físico e de bem-estar. De seguida surge uma pequena explicação do que é que se pretende em cada uma das categorias.

- **Dança e desempenho escolar** – onde se tenta perceber a opinião das mães sobre a influência que a Dança tem no desempenho escolar das filhas;
- **Benefícios psicossociais** – neste tópico fala-se sobre a relação que as filhas têm com as colegas de Dança, sobre as influências que a Dança tem na vida das suas filhas a nível social;
- **Benefícios a nível físico e bem-estar** – aqui esclarece-se as mudanças físicas que as mães notam nas suas filhas e se isso provoca algum tipo de constrangimento com o seu corpo. Fala-se igualmente da influência que a Dança tem sobre as filhas, ao nível do bem-estar delas.

6.3.Método quantitativo de análise aplicado aos Questionários

O instrumento quantitativo utilizado para analisar os dados nos questionários neste estudo foi o teste de t-Student, porque como se tem duas amostras independentes e se pretende verificar se as médias dos dois grupos são iguais, isto é, se são ou não significativamente diferentes, este era o teste a escolher.

Para se aplicar este teste é necessário que as variáveis sigam uma distribuição normal.

Portanto antes de aplicar este teste é necessário ter em conta a normalidade dos dados. Tratando-se esta de uma amostra com dimensão inferior a 30 é necessário efetuar um teste de normalidade primeiro.

O teste de normalidade escolhido foi o de Kolmogorov-Smirnov e ele serve para testar se a distribuição da variável é normal. Se o valor p for superior ao nível de significância que é de 0,05, então pode-se aplicar o teste de t-Student.

Depois de aplicar o teste t-Student:

- se o valor de p for superior ao nível de significância de 0,05, significa que não se pode rejeitar a igualdade das médias nos dois grupos ao nível de significância

estabelecido, logo não se pode afirmar que há diferenças significativas entre os dois grupos;

- se o valor de p foi inferior ao nível de significância de 0,05, significa que se pode rejeitar a igualdade das médias nos dois grupos ao nível de significância estabelecido, logo pode-se afirmar que há diferenças significativas entre os dois grupos.

Existem ainda questões onde se vai achar a média aritmética e o desvio padrão, como é o caso logo da primeira pergunta do questionário, onde se quer saber a idade das alunas. Com esta questão respondida consegue-se caracterizar a amostra, sendo a média a soma de todas as idades do grupo, a dividir pelo número total de alunas do grupo. O desvio padrão é a medida de dispersão usada com a média, portanto mede a variabilidade dos valores à volta da média. Quanto mais próximo o valor do desvio padrão estiver do número zero, mais perto significa que está do valor da média.

6.4.Outros meios de Análise

As duas gravações de vídeo foram analisadas qualitativamente quanto ao conteúdo da aula e quanto à forma como as alunas interagem.

Neste estudo, as transcrições integrais das entrevistas e algumas questões de resposta aberta dos questionários foram analisadas através da análise de conteúdos, passando pela elaboração de categorias de análise.

As outras questões do questionário foram analisadas primeiramente de forma quantitativa, de modo a perceber se os grupos são estatisticamente diferentes, sendo posteriormente os dados de cada sujeito cruzados com os dados das entrevistas e das observações.

IV – Análise de Dados

Na análise de dados deste estudo não se pretende realizar uma descrição ampla de determinados campos de objetos, mas uma análise direcionada de fenómenos individuais. Tal como indica o *corpus* do estudo, o material a ser analisado são as duas gravações em vídeo de cada uma das aulas de Dança, os quinze questionários preenchidos pelas alunas das duas turmas e as transcrições integrais das seis entrevistas feitas a dois professores de Dança e a quatro mães.

1. Observação das aulas

Para este estudo interessava ser uma observação não participante porque o objetivo era observar as situações que fossem importantes para o estudo, tentando não interferir nos acontecimentos. A intenção ao observar as aulas, era com o objetivo de conhecer como funcionava uma aula de Dança de cada uma das turmas, no seu estilo em particular e de que forma é que as alunas se situavam na mesma.

Um dos senãos de se fazer apenas uma gravação é que se corre o risco de não estarem presentes todas as alunas, o que se veio a verificar nas duas turmas. Outra limitação é que aquela aula só é exemplo de uma aula, podendo acontecer que as restantes poderão ser diferentes pois o objetivo da aula muda, e como tal o trabalho desenvolvido também.

Ao se observar a aula interessava focar em alguns pontos, nomeadamente verificar a estrutura da aula, isto é, perceber que tipo de aula se trata, se de uma aula mais técnica ou mais criativa; interessava perceber como é o humor das alunas quando iniciam a aula e quando esta termina; se existem oscilações durante a aula relativamente à atenção delas, se ocorre distração, cansaço; se se verifica satisfação nas caras delas; se há formação de pequenos grupos em determinados momentos da aula; se existem possíveis líderes; e como é a relação professor(a)-aluna.

1.1.Aula de Dança Clássica

Começo então pela turma de Dança Clássica. Como já antes foi referido, não estavam presentes todas as alunas que participam neste estudo (sendo que uma das alunas presentes no vídeo, tenha aceite participar deste estudo, mais tarde, pela ocasião de preenchimento dos questionários, já tinha desistido da modalidade).

Relativamente à aula que foi gravada, as alunas entraram ordeiramente distribuindo-se em filas, e fizeram a vénia, para cumprimentar a professora. No final da aula fizeram novamente.

A aula foi de aprendizagem de exercícios de Grau 6, pois esse era o objetivo da turma, ir a exame para subir de nível e estava estruturada por aquecimento, que correspondeu a exercícios de barra e depois seguiram-se exercícios de técnica no centro e com deslocações no espaço. Houve tempo para um exercício de criatividade onde era dado às alunas uma música, com um determinado tempo musical e lhes era pedido para criarem uma pequena sequência de movimento, utilizando vocabulário de Dança Clássica. A aula terminou com alongamentos.

As alunas durante a aula não demonstraram ficar intimidadas com a câmara, ficando mesmo relaxadas e agindo naturalmente. Nenhuma delas se destacou mais do que as restantes alunas, portanto não houve nenhuma que se destacasse como líder do grupo.

Notou-se que à medida que a aula ia decorrendo, o cansaço ia surgindo, e elas começaram a demonstrar algum desconforto, a ficarem irrequietas. A parte da aula onde foi mais notório esse desconforto, foi quando a professora pediu para criarem a frase de movimento, podendo isso se dever ao cansaço, ou porque não gostam tanto desse tipo de trabalho. Mesmo sendo já dos últimos exercícios da aula, as alunas aplicaram-se no exercício pedido.

Durante o decorrer da aula, mesmo quando houve alguns momentos de distração, podia se ter verificado a formação de pequenos grupos, mas isso não ocorreu.

Mesmo acusando algum cansaço, as alunas continuaram a trabalhar, não aproveitando os momentos de transição entre exercícios para se desviar do objetivo da aula.

Todas as alunas mantiveram uma relação amigável com a professora e entre colegas também.

1.2.Aula de Dança Hip-hop

Em relação à aula da turma de Dança Hip-hop, como já foi referido anteriormente para o outro grupo, não se encontravam presentes todas as alunas que aceitaram participar do estudo.

Tal como a outra turma, a aula decorreu passando por três fases: aquecimento, desenvolvimento da aula e alongamentos.

Ao contrário da aula de Dança Clássica, que foi uma aula de aprendizagem de técnica, nesta aula de Dança Hip-hop, foi a aprendizagem de uma coreografia ensinada pelo professor.

As alunas mostraram-se algo tímidas no início da aula, talvez por se sentirem observadas por uma pessoa estranha e estarem a ser filmadas, mas foi algo que foi dissipando, mostrando-se mais à vontade com o decorrer da aula.

O cansaço começou a surgir por altura de meia hora depois de ter iniciado a aula, começando a coreografia a custar mais a encaixar, sendo necessário parar e repetir várias vezes ao pormenor.

Mantiveram-se por norma sempre atentas a todas as correções do professor.

Houve uma aluna que se destacou na interação com o professor, questionando mais vezes quando tinha dúvidas, mas não se poderá dizer que seja uma líder do grupo.

Tal como na aula de Dança Clássica, nesta aula também não houve a formação de grupos mais pequenos.

A relação com o professor é igualmente amigável, e entre colegas também, embora no decorrer da mesma não tenha havido grande interação.

2. Análise dos Questionários

Como forma para compreender melhor a informação analisada dos questionários, decidi dividir por seis tópicos: Identificação Geral; Música; Literatura; Cinema; Dança e suas influências; Cultura relacionada com Dança e outras Artes.

2.1. Identificação Geral

Idade

Como se pode comprovar pela tabela abaixo, a média de idades dos dois grupos ronda os catorze anos. A diferença está no desvio padrão, em que é superior na turma de Dança Clássica do que na turma de Dança Hip-hop, porque os valores mínimos são iguais para as duas turmas, mas os valores máximos diferem. Na turma de Dança Clássica o valor máximo de idade é dezasseis anos, como tal há uma maior dispersão nos dados e por consequência, o desvio padrão também é maior.

Estatísticas dos Grupos

grupos	N	Mínimo	Máximo	Média	Desvio padrão	Erro padrão da Média
Dança Clássica	8	13,00	16,00	13,8750	1,12599	,39810
Dança Hip-hop	7	13,00	15,00	13,8571	,89974	,34007

Tabela 1 – Tabela de Média e Desvio padrão das amostras, quanto às idades

Era necessário confirmar se as amostras eram estatisticamente diferentes, e como tal utilizei o teste t-Student, pois é o teste utilizado para amostras inferiores a 30 (Anexo III). Antes de efetuar o teste tive que fazer o teste de normalidade, para ter a certeza de que a amostra seguia uma distribuição normal. O valor de p no teste de normalidade deu 0,062 para a turma de Dança Clássica e 0,174 para a turma de Dança Hip-hop (Anexo III), o que significa que o valor de p é superior ao nível de significância que é 0,05, o que significa que as amostras seguem uma distribuição normal, logo pode-se aplicar o teste t-Student. O valor de p no t-Student foi de 0,974, logo como o valor de p é superior ao nível de significância que é 0,05, pelo que pode-se considerar que não há diferenças significativas entre os dois grupos, no que diz respeito às idades.

Escolaridade

Como se pode comprovar pela tabela abaixo, a média de escolaridade dos dois grupos ronda o nono ano. A diferença está no desvio padrão, em que é superior na turma de Dança Hip-hop do que na turma de Dança Clássica, embora tanto os valores mínimos como máximos sejam iguais. A diferença está que a turma de Dança Hip-hop tem uma maior variação nos dados intermédios de escolaridade e como tal essa variação faz com que o desvio padrão também seja maior.

Estatísticas dos Grupos

grupos	N	Mínimo	Máximo	Média	Desvio padrão	Erro padrão da Média
Dança Clássica	8	8,00	11,00	9,0000	,92582	,32733
Dança Hip-hop	7	8,00	11,00	9,1429	1,06904	,40406

Tabela 2 – Tabela de Média e Desvio padrão das amostras, quanto à escolaridade

Tal como fiz para a idade, fui confirmar se as amostras eram estatisticamente diferentes, e como tal utilizei novamente o teste t-Student (a tabela com o resultados encontra-se no Anexo III). Antes de efetuar o teste tive que fazer o teste de normalidade, para ter a certeza de que a amostra seguia uma distribuição normal. O valor de p no teste de normalidade deu 0,051 para a turma de Dança Clássica e 0,140 para a turma de Dança Hip-hop (Anexo III), o que significa que o valor de p é superior ao nível de significância que é 0,05, o que significa que não se pode rejeitar a hipótese nula, logo pode-se aplicar o teste t-Student. O valor de p foi de 0,786, logo como o valor de p é superior ao nível de significância que é 0,05, significa que não se pode rejeitar a igualdade das médias nos dois grupos ao nível de significância estabelecido, logo não se pode afirmar que há diferenças estatisticamente significativas entre os dois grupos, no que diz respeito à escolaridade das alunas.

Mais uma vez, as diferenças que possam existir na perceção da Dança não terão a ver com nível de escolaridade.

Área de Estudos

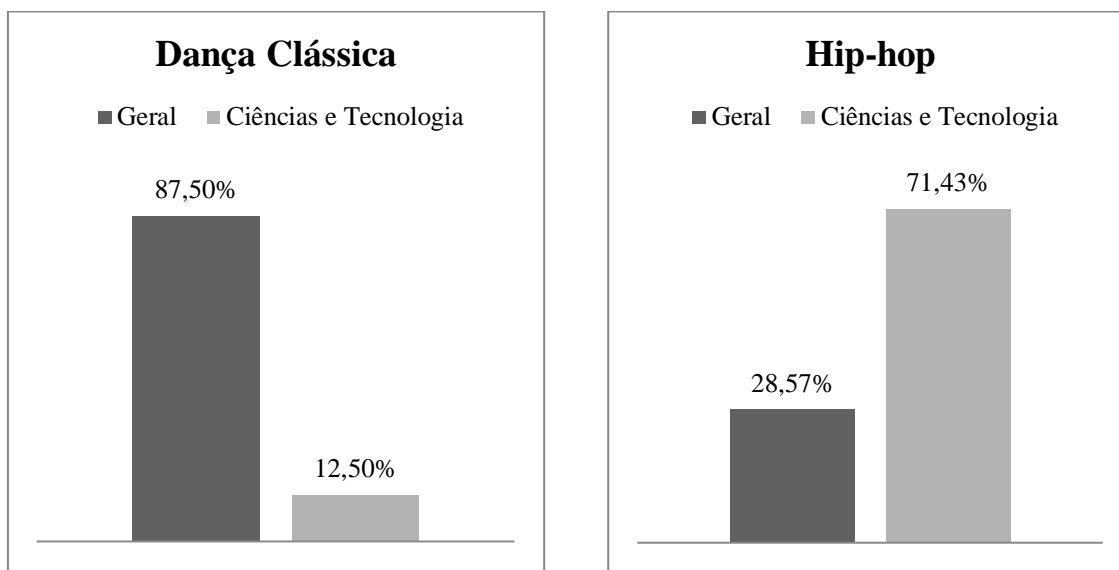


Figura 1 – Área de Estudos

Depois de se saber a escolaridade das alunas, era importante saber em que área de estudos as alunas se inseriam. Como indica a Figura 1, as alunas de Dança Clássica, 87,50% estuda no ensino básico (sendo este um ensino de carácter “Geral”), portanto até ao nono ano de escolaridade, sendo só 12,50% estudantes do ensino secundário, na área de “Ciências e Tecnologia”. Já na turma de Dança Hip-hop, os números invertem, isto é, só 28,57% estuda no ensino básico, os restantes 71,43% da turma encontram-se no ensino secundário, também na área de “Ciências e Tecnologia”.

Anos de Prática de Dança

Tal como se fez para a idade e escolaridade das alunas, fui procurar saber a média dos anos de prática de Dança dos dois grupos e o resultado são médias distintas. Na Dança Clássica, como os valores variam entre os sete e os doze anos, obteve-se uma média de dez anos, enquanto na turma de Dança Hip-hop os valores variam entre os três e dez anos e por isso a média é de cerca de seis anos. Como há uma maior variação nos valores intermédios na turma de Dança Hip-hop isso contribui para um desvio padrão maior do que na turma de Dança Clássica. Isto significa que os anos de prática de Dança na turma de Dança Clássica são mais próximos entre si, enquanto a turma de Dança Hip-hop, como se pode verificar na Tabela 3, os valores têm uma variação de sete anos

entre si. A maioria das alunas de Hip-hop não pratica há tantos anos como a turma de Dança Clássica.

Estatísticas dos Grupos

grupos	N	Mínimo	Máximo	Média	Desvio padrão	Erro padrão de Média
Dança Clássica	8	7,00	12,00	9,8750	1,80772	,63913
Dança Hip-hop	7	3,00	10,00	6,1429	2,85357	1,07855

Tabela 3 – Tabela de Média e Desvio padrão das amostras, quanto aos anos de prática de Dança

De igual modo fui verificar estatisticamente se as amostras eram significativamente diferentes, neste caso em relação aos anos de prática de Dança. Para tal utilizei mais uma vez o teste t-Student (a tabela com os resultados encontra-se no Anexo III). Antes de efetuar o teste tive que fazer o teste de normalidade, para ter a certeza de que a amostra seguia uma distribuição normal. O valor de p no teste de normalidade deu 0,200 para a turma de Dança Clássica e 0,200 para a turma de Dança Hip-hop (Anexo III), o que significa que o valor de p é superior ao nível de significância que é 0,05, o que significa que não se pode rejeitar a hipótese nula, logo podemos aplicar o teste t-Student. O valor de p foi de 0,009, logo como o valor de p é inferior ao nível de significância que é 0,05, significa que se pode rejeitar a igualdade das médias nos dois grupos ao nível de significância estabelecido, logo pode-se afirmar que há diferenças altamente significativas entre os dois grupos, no que diz respeito aos anos de prática de Dança das alunas. Como indica a média, as alunas de Dança Clássica praticam Dança há mais tempo que as alunas de Dança Hip-hop.

Anos de Prática de Dança na mesma turma

Tal como foi feito para a idade, escolaridade e anos de prática de Dança das alunas, fui procurar saber a média dos anos de prática de Dança dos dois grupos naquela turma em questão e como se pode verificar na Tabela 4, as médias dos anos de prática de Dança juntas na mesma turma são distintas. Na Dança Clássica, os valores variam entre o um ano e os onze, o que deu uma média de cerca de oito anos, enquanto a turma de Dança Hip-hop os valores variam entre o um ano e os quatro e por isso a média é de

cerca de três anos. Em termos de desvio padrão, a turma de Dança Clássica tem um desvio padrão superior ao da turma de Dança Hip-hop, como consequência da variação de valores intermédios. O que significam estes valores? Isto significa que a grande maioria das alunas da turma de Dança Clássica praticam Dança juntas há mais tempo que as da turma de Dança Hip-hop. Pelos valores percebe-se que se trata de uma turma mais recente, pois os quatro anos são o máximo que as alunas estão juntas, ao contrário dos onze anos de algumas alunas de Dança Clássica.

Estatísticas dos Grupos

grupos	N	Mínimo	Máximo	Média	Desvio padrão	Erro padrão de Média
Dança Clássica	8	1,00	11,00	7,7500	3,01188	1,06486
Dança Hip-hop	7	1,00	4,00	2,7143	1,38013	,52164

Tabela 4 – Tabela de Média e Desvio padrão das amostras, quanto aos anos de prática de Dança na mesma turma

Da mesma forma que anteriormente, fui verificar se as amostras eram significativamente diferentes estatisticamente, desta vez em relação aos anos de prática de Dança juntas nesta mesma turma. Para tal utilizei mais uma vez o teste t-Student (a tabela com o resultados encontra-se no Anexo III). Antes de efetuar o teste tive que fazer o teste de normalidade, para ter a certeza de que a amostra seguia uma distribuição normal. O valor de p no teste de normalidade deu 0,058 para a turma de Dança Clássica e 0,197 para a turma de Dança Hip-hop (Anexo III), o que significa que o valor de p é superior ao nível de significância que é 0,05, o que significa que não se pode rejeitar a hipótese nula, logo pode-se aplicar o teste t-Student. O valor de p foi de 0,01, logo como o valor de p é inferior ao nível de significância que é 0,05, significa que se pode rejeitar a igualdade das médias nos dois grupos ao nível de significância estabelecido, logo pode-se afirmar que há diferenças estatisticamente significativas entre os dois grupos, no que diz respeito aos anos que as alunas têm de prática de Dança juntas na mesma turma. A turma onde estão juntas há mais tempo é a turma de Dança Clássica.

Ocupação de Tempos Livres

De que forma as alunas ocupam os seus tempos livres? Tratando-se esta de uma questão aberta, era esperado que as alunas escrevessem atividades, que foram analisadas e distribuídas nas categorias que estão indicadas a seguir, e que se encontram distribuídas nos dois gráficos seguintes:

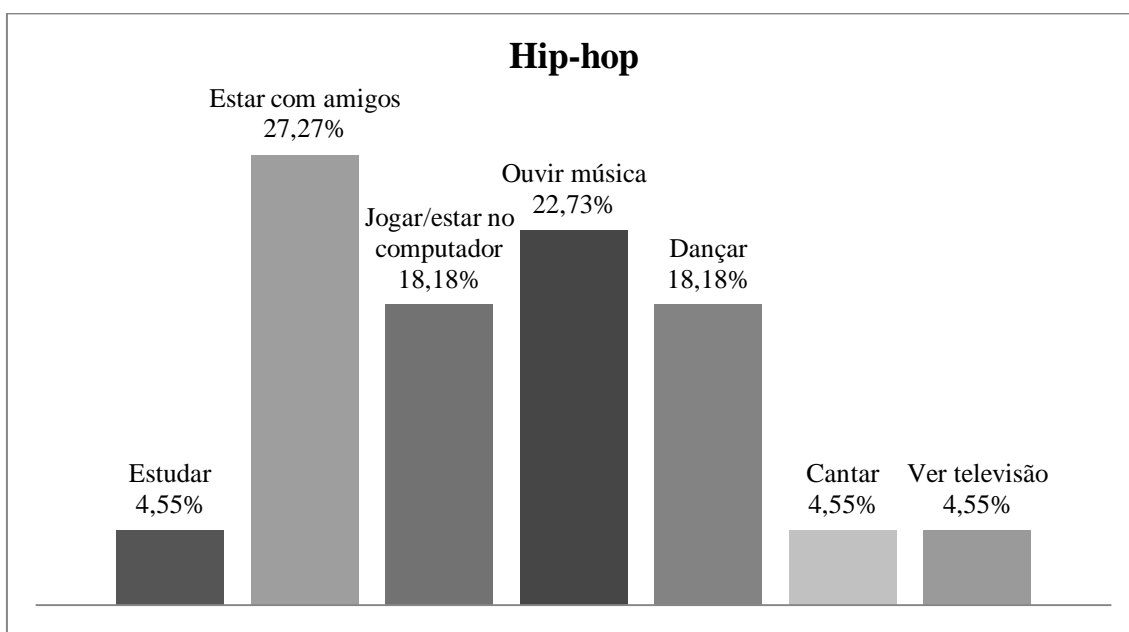
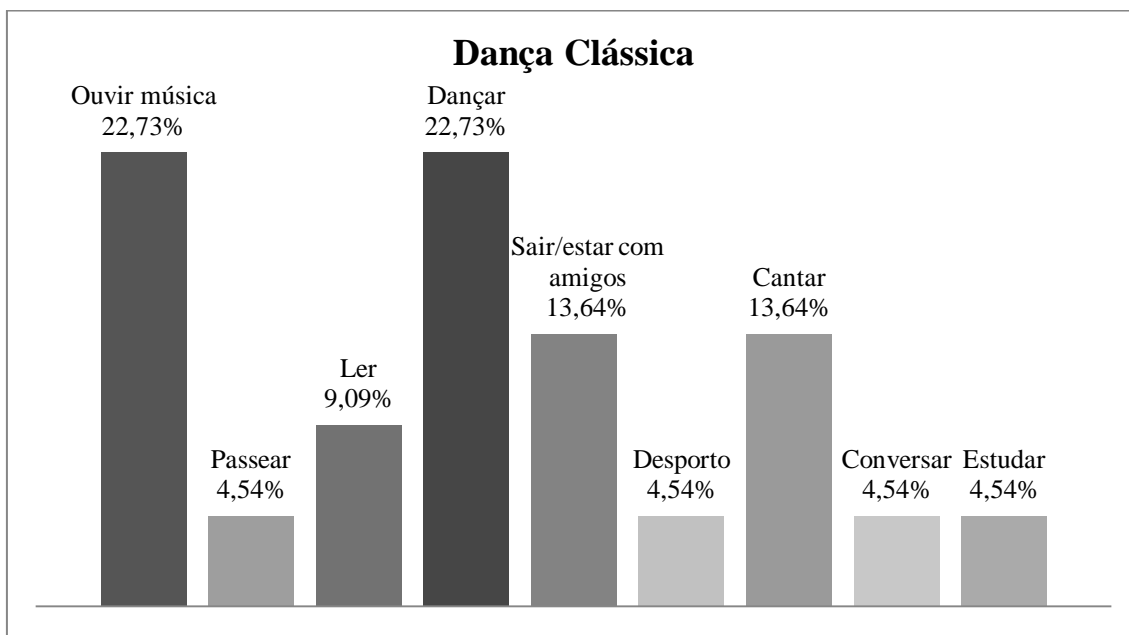


Figura 2 – Formas de ocupar os tempos livres

No grupo de Dança Clássica pode-se comprovar que as duas atividades que as alunas mais fazem é “Ouvir Música” e “Dançar”, enquanto as atividades que dispensam menos tempo são “Passear”, “Desporto”, “Conversar” e “Estudar”. Já o grupo de Dança Hip-hop a principal atividade é “Estar com os amigos” seguida de “Ouvir Música”. As atividades que menos apreciam fazer nos tempos livres é “Estudar”, “Cantar” e “Ver televisão”. Pode-se pois concluir que a Música é também algo importante nas vidas destas jovens adolescentes., e é sobre isso que me irei debruçar de seguida.

2.2.Música

Ouvir Música

Era importante saber se a música era realmente importante para estas alunas, como tal fui saber quanto tempo elas dispensam a ouvir música. Observando os dois gráficos seguintes, não restam dúvidas de que todas as alunas, tanto da turma de Dança Clássica como da turma de Dança Hip-hop, dispensam “Algumas horas por dia” a ouvir música. Definitivamente a música está muito presente no dia-a-dia destas alunas.

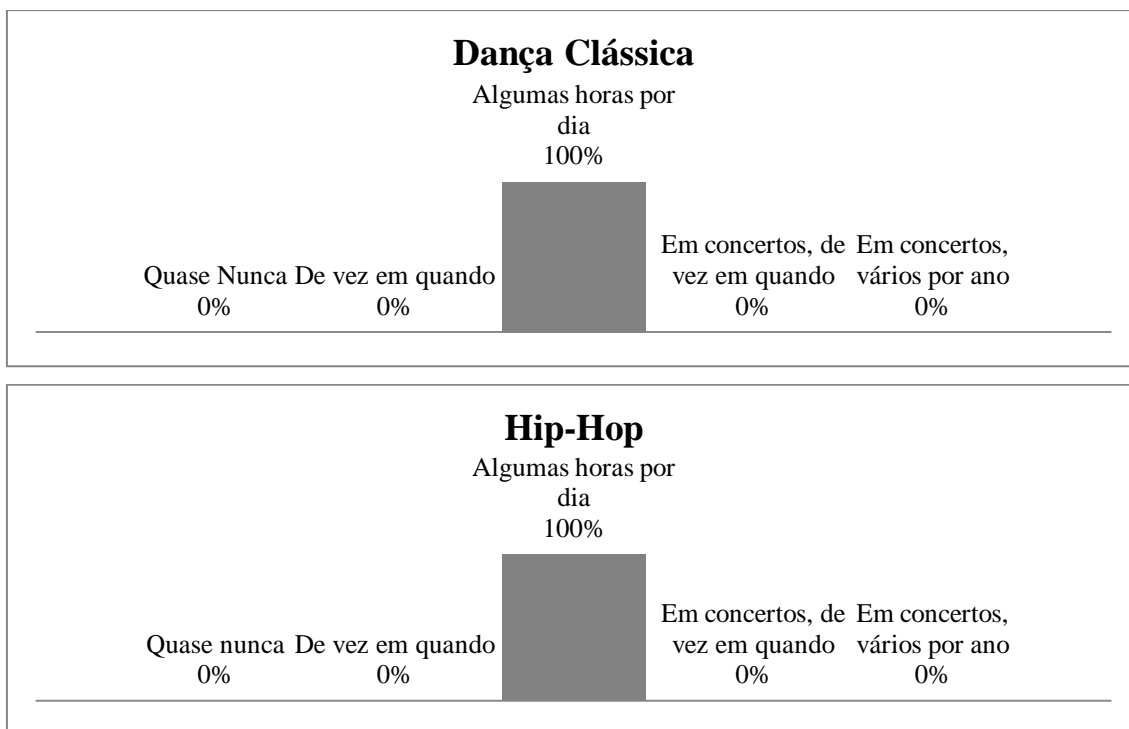


Figura 3 – Ouvir Música

Géneros de música

Como a música é uma constante no dia-a-dia destas jovens adolescentes, fui saber que géneros de música elas mais gostam. Fui então achar a média de cada um dos géneros dados.

Género	Rock	Pop	Jazz	Hip-hop	Clássica	Eletrónica	Brasileira
Média	3,87	1,50	3,87	3,50	4,75	5,75	5,38

Tabela 5 – Géneros de música e as suas respetivas médias – Dança Clássica

Sendo que as alunas tinham que ordenar, utilizando uma escala numérica, correspondendo o número um ao género de música de que gostam mais, através da média aritmética percebi que o “Pop” é o género de música mais apreciado pela turma de Dança Clássica seguido da música “Hip-hop”. Já no extremo oposto os géneros musicais menos apreciados são a música “Eletrónica” e a música “Brasileira”.

Género	Rock	Pop	Jazz	Hip-hop	Clássica	Eletrónica	Brasileira
Média	2,00	1,43	4,45	3,00	6,00	5,00	6,57

Tabela 6 – Géneros de música e as suas respetivas médias – Hip-hop

No grupo de dança Hip-hop, o género musical mais apreciado também é o “Pop”, que é seguido pelo “Rock”. Nos dois lugares menos apreciados surge a música “Clássica” e a música “Brasileira”.

Pode-se pois concluir que os dois grupos escolhem o mesmo género musical, o “Pop”, como o estilo musical que gostam mais e que a música “Brasileira” se encontra nos géneros musicais que menos gostam. As escolhas das alunas dos dois grupos não são muito distintas, verificando-se a maior diferença no facto de as alunas de Hip-hop apreciarem menos a música Clássica.

Bandas/Músicos preferidos

Depois de perceber os géneros preferidos das alunas, e porque nem sempre os géneros são bem caracterizados, procurei conhecer mais, inquirindo sobre as bandas ou músicos que as alunas gostam de ouvir.

Como se pode verificar nos dois gráficos abaixo, no referente à turma de Dança Clássica, não restam dúvidas de que a cantora “Adele” é a cantora preferida da maioria das alunas, tendo os restantes músicos e bandas apresentados sido mencionados uma única vez.

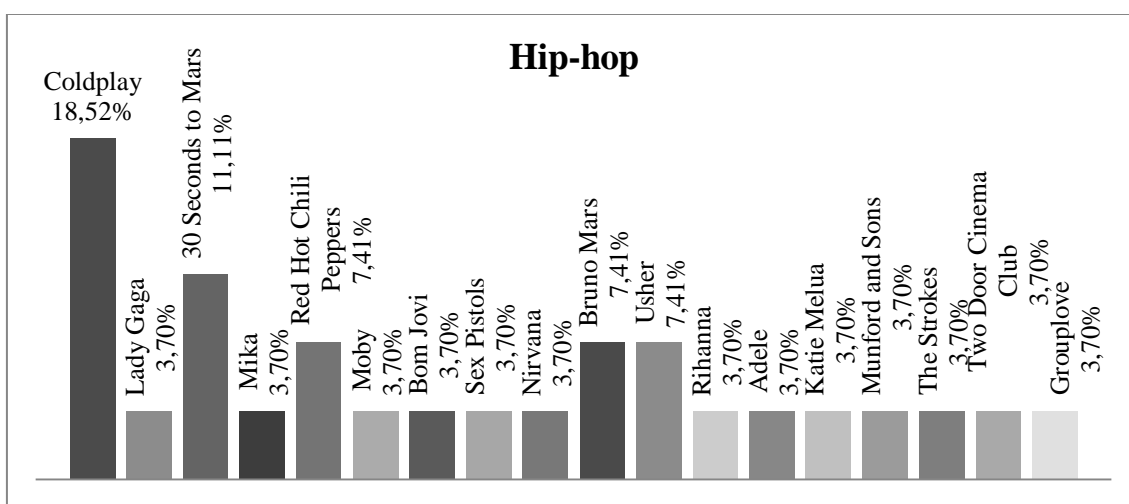
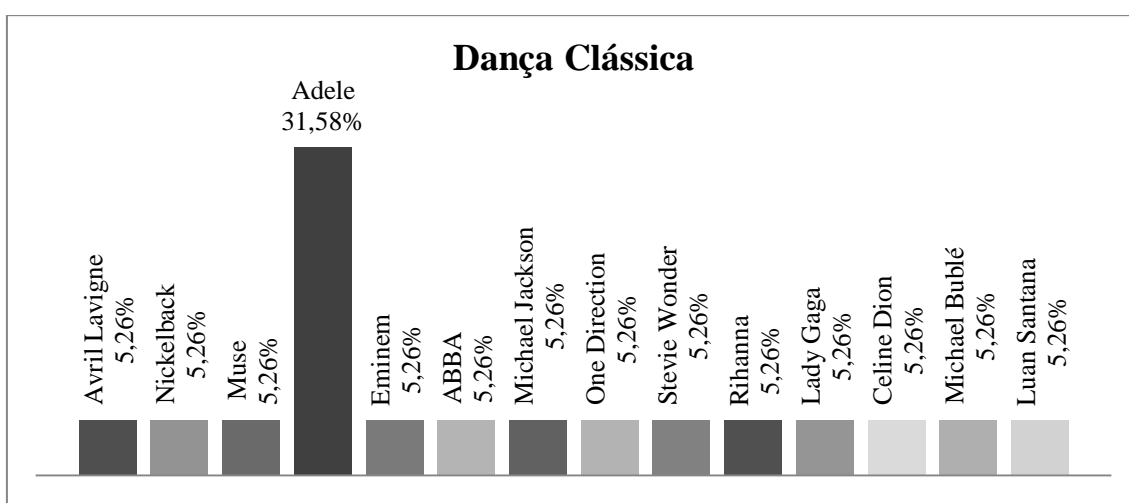


Figura 4 – Bandas/Músicos preferidos

No caso da turma de Dança Hip-hop, para além de terem sido mencionados mais bandas e músicos, houve alguns que se destacaram mais do que outros nomeadamente a banda “Coldplay” que ocupa o lugar preferido da turma, seguida da banda “30 Seconds

to Mars”. “Red Hot Chili Peppers”, “Bruno Mars” e “Usher” também foram mencionados mais do que uma vez, parecendo mostrar uma tendência maior para nomes na área do rock.

2.3.Literatura

Hábitos de Leitura

Depois de perceber o papel que a música representa na vida das alunas, fui conhecer como são os hábitos de leitura.

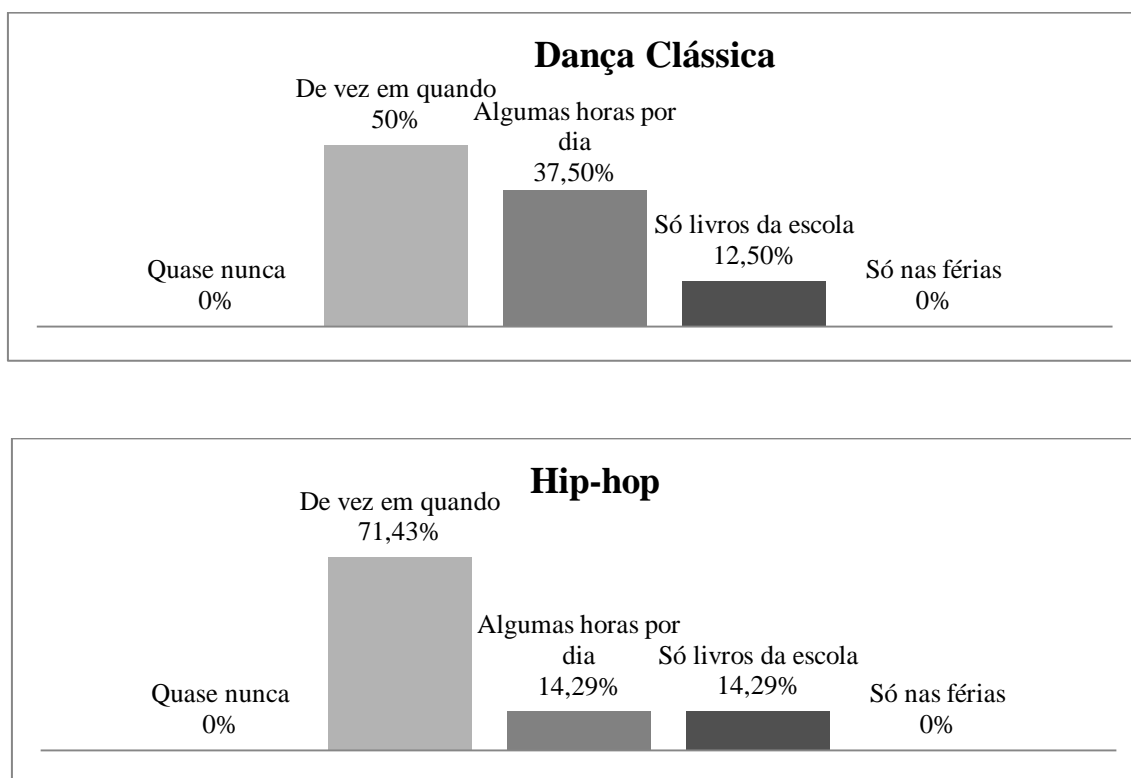


Figura 5 – Hábitos de Leitura

Ao constatar os dados distribuídos nos dois gráficos acima, ambas as turmas têm a maior percentagem na opção “De vez em quando”, sendo esta a opção mais expressiva, com um valor de 71,43%, na turma de Dança Hip-hop. Já na turma de Dança Clássica essa mesma hipótese, sendo também a mais escolhida corresponde a 50% da opinião das alunas, seguida dos 37,50% da opção “Algumas horas por dia”. Em relação à turma de Dança Hip-hop, a leitura não corresponde a uma atividade tão

presente, isto é, não é algo que façam todos os dias, já a turma de Dança Clássica, consegue ser mais equilibrada com os hábitos de leitura, embora não sejam as alunas todas da mesma opinião.

Géneros de literatura preferidos

Depois de se saber quais os hábitos de leitura dos dois grupos, quis saber quais os géneros de literatura mais apreciados. As escolhas foram as seguintes:

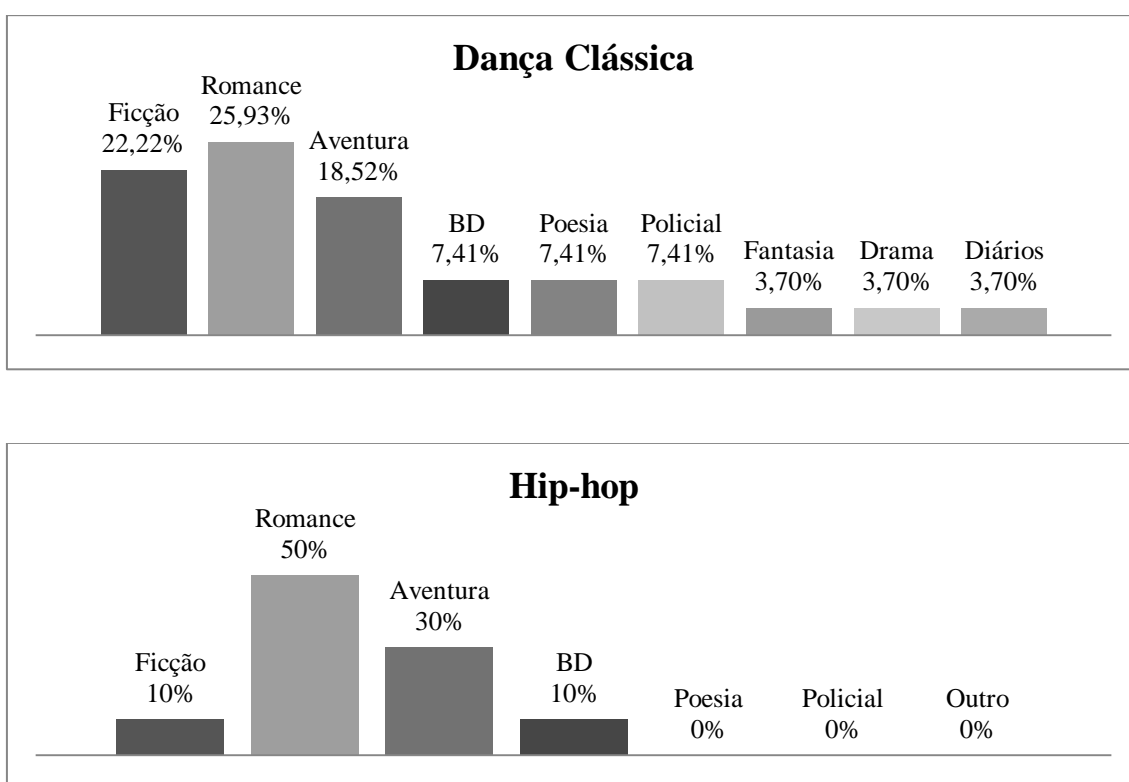


Figura 6 – Géneros de literatura preferidos

As duas turmas têm o mesmo género de literatura como primeira opção, isto é, o género “Romance” corresponde a 25,93% das alunas da turma de Dança Clássica e corresponde a 50% das escolhas da turma de Dança Hip-hop. O segundo género mais escolhido é diferente, sendo a “Ficção” na turma de Dança Clássica e o género “Aventura” na turma de Dança Hip-hop. No guião do questionário (Anexo II) era dada a hipótese de acrescentar outros géneros de literatura, onde só a turma de Dança Clássica acrescentou “Fantasia”, “Drama” e “Diários”. Nenhuma das alunas da turma de Dança Hip-hop assinalou os géneros “Poesia” e “Policial”. Pode-se pois concluir que as alunas

de Dança Clássica variam mais nos géneros de leitura do que a turma de Dança Hip-hop.

Autores preferidos

Depois de se conhecer os géneros preferidos, procurei saber quais os autores preferidos de cada aluna. Os próximos dois gráficos apresentam as escolhas:

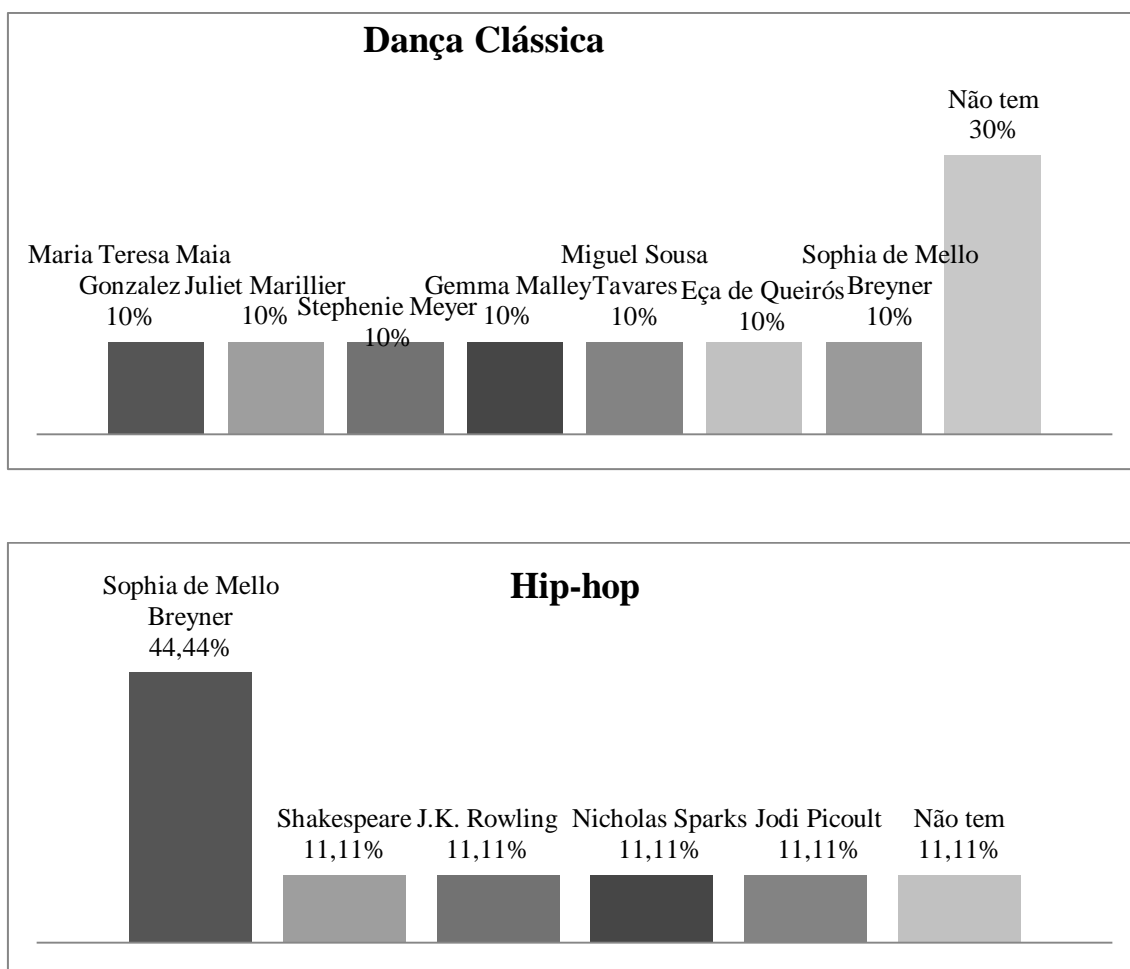


Figura 7 – Autores preferidos

Na turma de Dança Clássica, embora apareçam vários exemplos de autores, a maior percentagem corresponde a 30% das alunas que não têm um autor preferido. Várias alunas deram mais do que um exemplo. Já na turma de Dança Hip-hop a escolha de várias alunas, recaiu na escritora “Sophia de Mello Breyner”, sendo esta a opção mais vezes referida pelo grupo. O grupo de Dança Clássica mencionou mais nomes,

sendo quatro de autores portugueses e os restantes três estrangeiros. Já no grupo de Dança Hip-hop, as coisas invertem-se tendo sido só mencionada uma autora portuguesa e os restantes quatro autores estrangeiros.

2.4.Cinema

Ver filmes

Passando para o Cinema, tenho a intenção de perceber quais os hábitos que as jovens têm em ver filmes. Nos dois gráficos seguintes, expõem-se as opções:

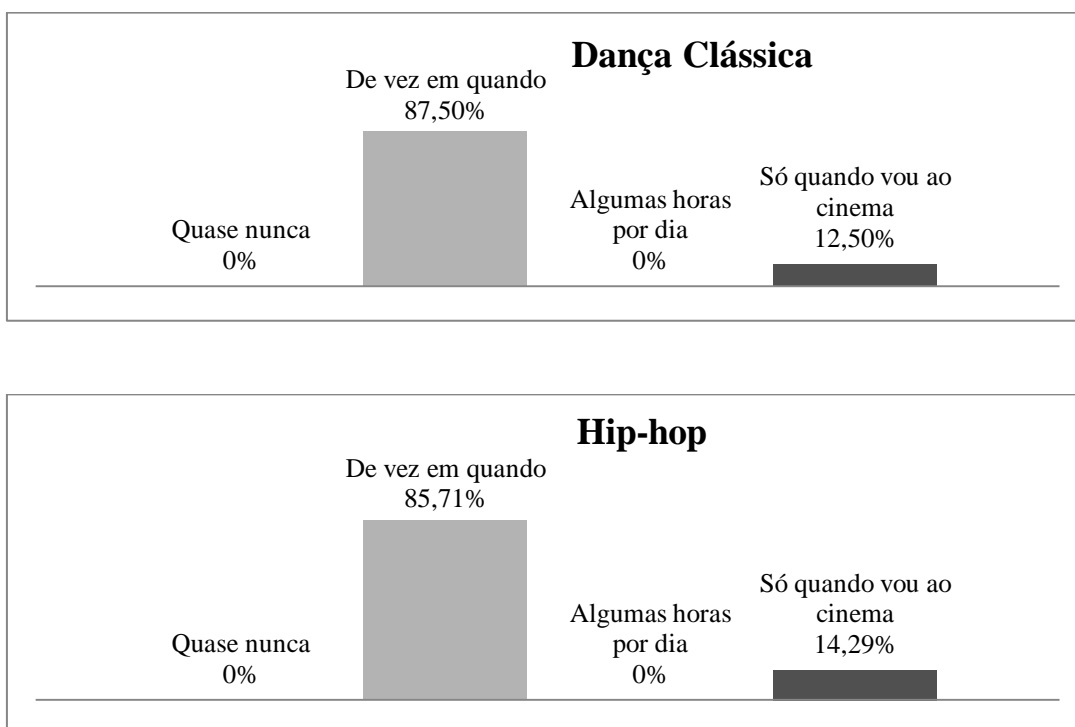


Figura 8 – Frequência de visionamento de filmes

Mais uma vez, os dois grupos têm gostos semelhantes, sendo a opção “De vez em quando” a mais referida pelas alunas. Ambos os grupos referem ainda minoritariamente a opção “Só quando vou ao cinema” tendo as opções “Quase nunca” e “Algumas horas por dia” ficado sem qualquer referência. Pode-se pois concluir que as alunas nutrem algum interesse pela sétima arte.

Género de filmes preferidos

Depois de saber quanto tempo os dois grupos dispensam para ver filmes, fui conhecer quais os géneros de filmes preferidos.

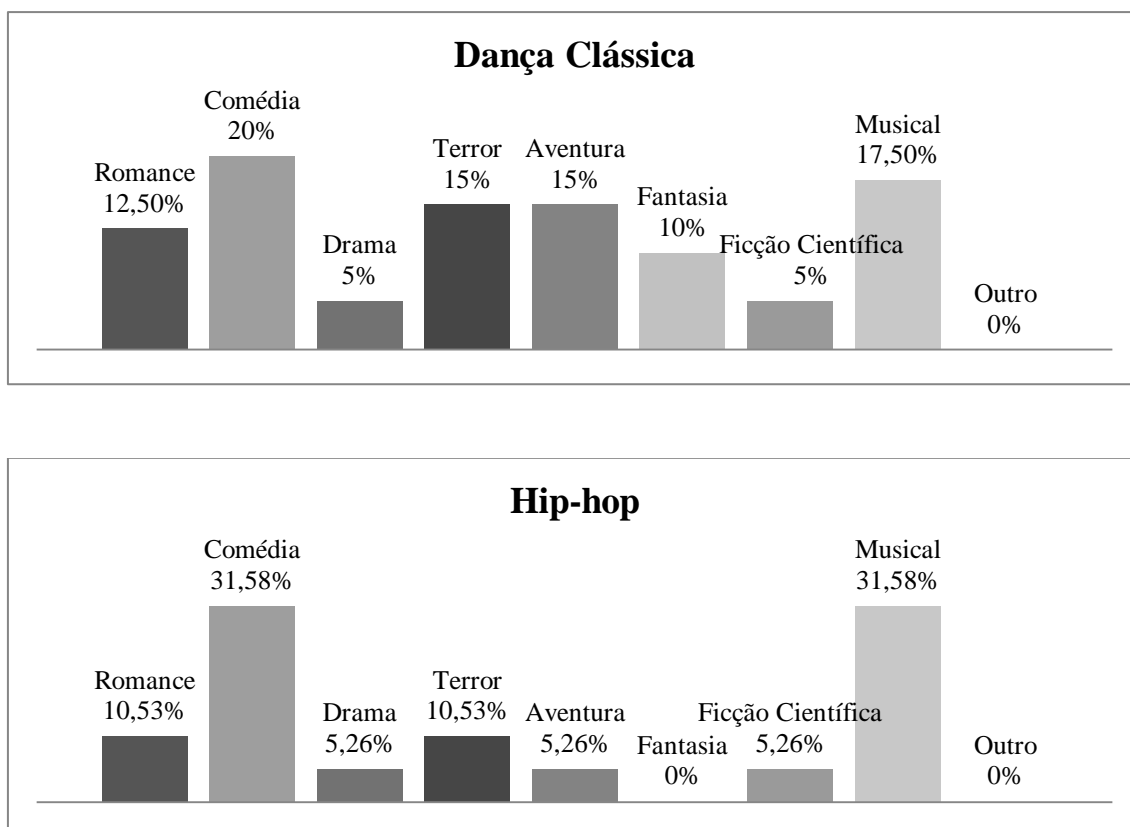


Figura 9 – Género de filmes preferidos

Os gráficos indicam que os dois géneros mais votados são iguais nos dois grupos, sendo eles “Comédia” e “Musical”. Nenhuma das turmas acrescentou outro género de filmes. Os géneros menos apreciados são “Drama” e “Ficção Científica” na turma de Dança Clássica e no caso da Dança Hip-hop é “Fantasia”, que não obteve voto algum.

2.5. Dança e suas influências

Porquê aulas de Dança?

Sendo as alunas praticantes de Dança, era fundamental para este estudo saber o porquê de elas praticarem Dança. Logo foi colocada uma questão aberta, de forma a permitir que elas tivessem a liberdade de responderem à sua vontade e a mim de ficar a saber os verdadeiros motivos de elas praticarem Dança. Os seguintes gráficos compilam as respostas dos dois grupos separadamente.

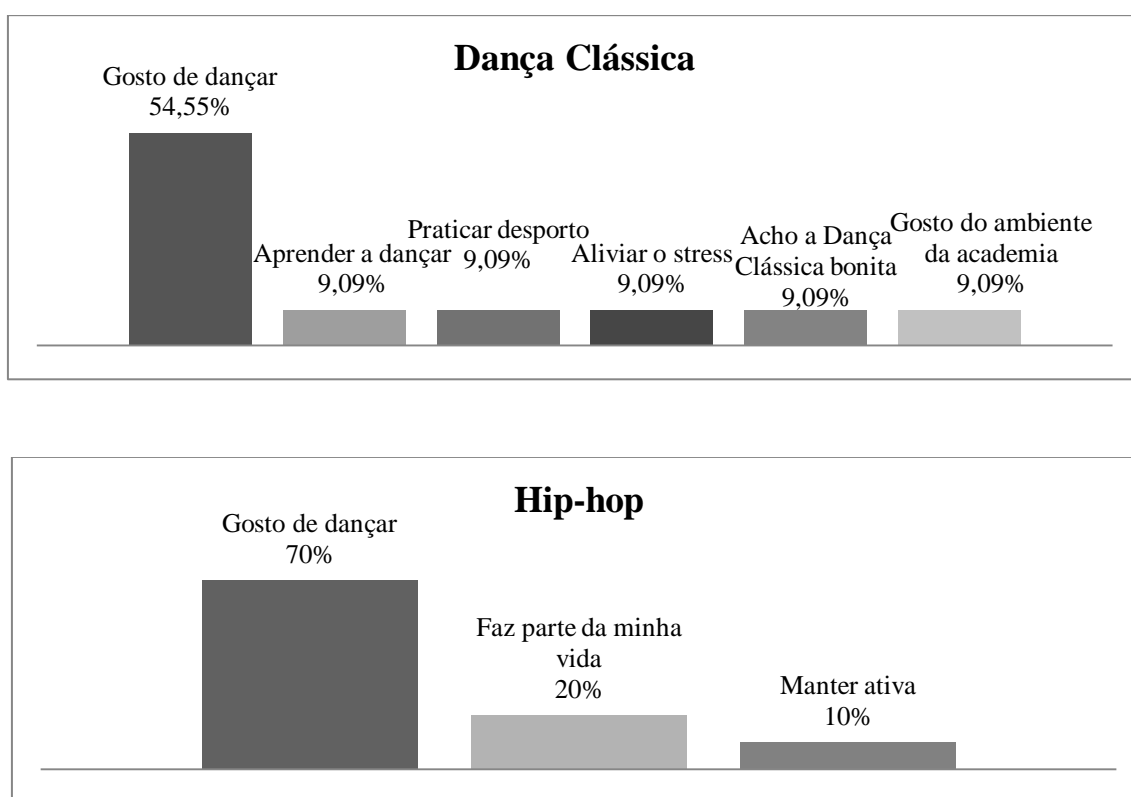


Figura 10 – Motivos da escolha por aulas de Dança

O grupo de Dança Clássica apresentou respostas mais diversificadas do que o grupo de Dança Hip-hop que só referiu três. Mesmo sendo uma questão aberta, a resposta com mais robustez foi a “Gosto de dançar” nos dois grupos. Depois surgem respostas como “Faz parte da minha vida”, ou “Aprender a dançar” ou ainda “Aliviar o stress”. Depois de conhecer todas as respostas pode-se ver que as alunas têm motivos diferentes para frequentarem aulas de Dança, o que torna os grupos diversificados, embora sejam todos provenientes de uma motivação intrínseca.

O que é a Dança para ti?

Sendo de extrema importância para o estudo saber o que significa a Dança para cada uma das alunas, dei espaço para que elas ditassem qual o significado da Dança para elas. As respostas foram divididas nas seguintes categorias:

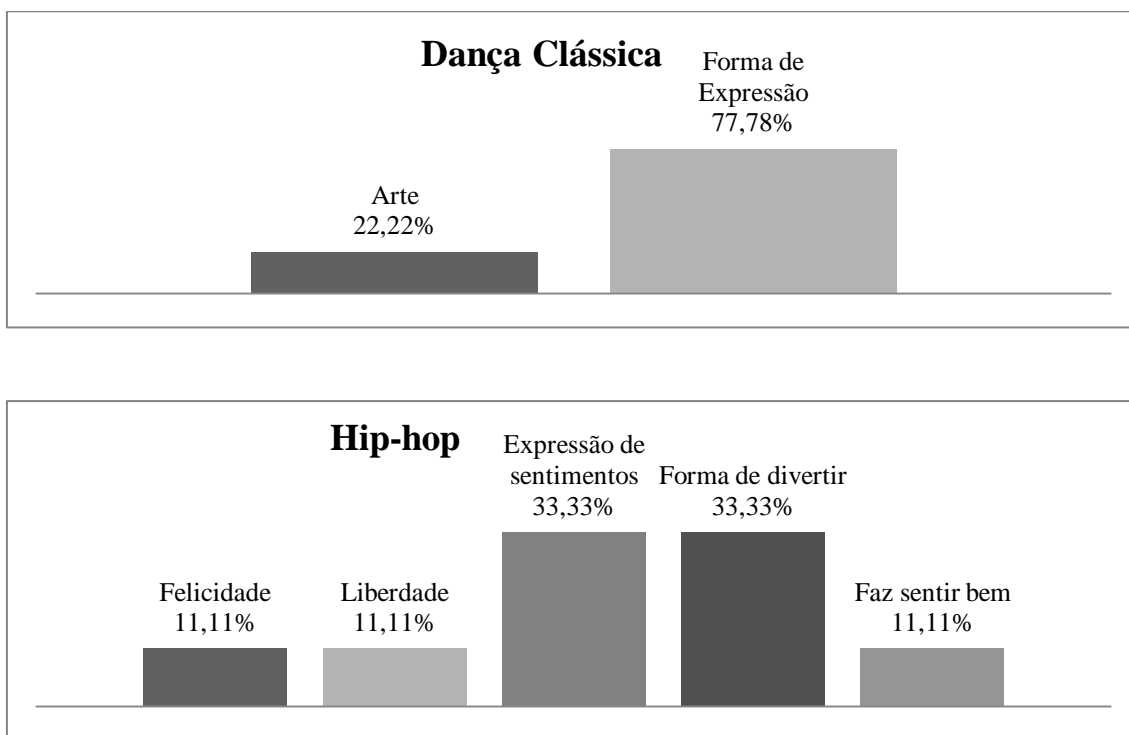


Figura 11 – O significado da Dança para as alunas

As respostas foram diversificadas, mas também houveram respostas semelhantes nomeadamente a “Forma de Expressão” no grupo de Dança Clássica e “Expressão de Sentimentos” no grupo de Dança Hip-hop, sendo estas também as respostas mais relatadas com exceção no grupo de Dança Hip-hop que referiu com o mesmo valor de percentagem também “Forma de divertir”. Referiram também a Dança como sendo uma “Arte” e como sendo “Liberdade”. Mais uma vez comprovou-se que os dois grupos têm entendimentos diversos, sendo um deles muito semelhante. As alunas de Dança Hip-hop conseguiram dar um maior número de respostas diferentes.

1ª imagem de Dança que vem à cabeça

Quando se pensa em Dança qual será a primeira imagem que vem à cabeça? Essa questão foi colocada aos dois grupos e obtive respostas muito distintas como as que se apresentam nos seguintes dois gráficos:

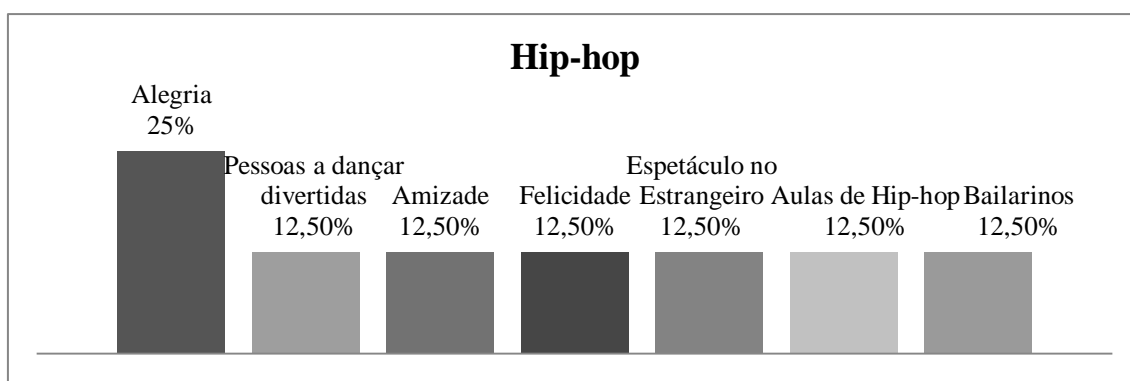
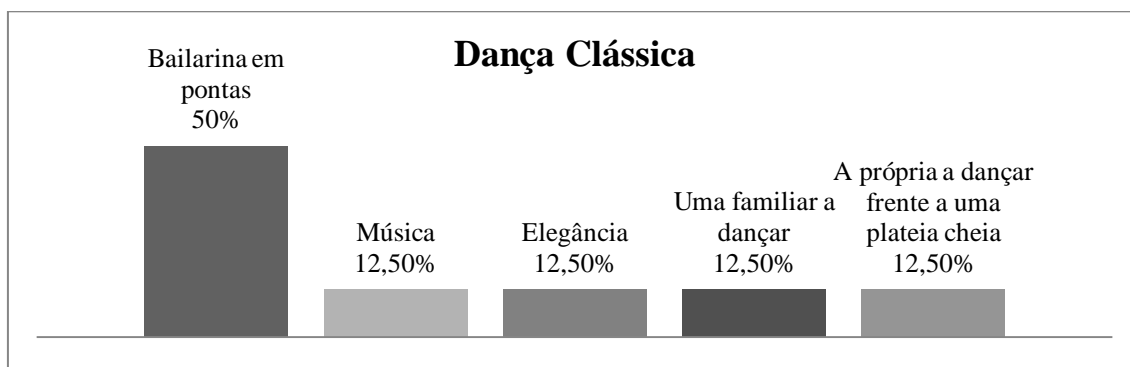


Figura 12 – 1ª imagem de Dança que vem à cabeça das alunas

No grupo de Dança Clássica a resposta que surgiu mais vezes foi “Bailarina em pontas”. Já no grupo de Dança Hip-hop a resposta que surgiu mais vezes foi “Alegria”. Das restantes respostas destacam-se a “Espetáculo no Estrangeiro” no caso da turma de Dança Hip-hop e a única resposta em que uma aluna se vê a si mesma como “A própria a dançar frente a uma plateia cheia”, tendo esta resposta sido dada por uma aluna da turma de Dança Clássica. Pode-se pois concluir que o grupo de Dança Clássica associa uma imagem referente da própria técnica que aprendem, porque dançar em pontas é um momento muito especial, e que normalmente quem pratica Dança Clássica ambiciona desde sempre, enquanto as alunas de Dança Hip-hop associam a uma sensação.

Para que serve a Dança?

É importante entender qual o grau de percepção das alunas em relação ao para que serve a Dança para elas. Depois de ver os gráficos posso dizer que:

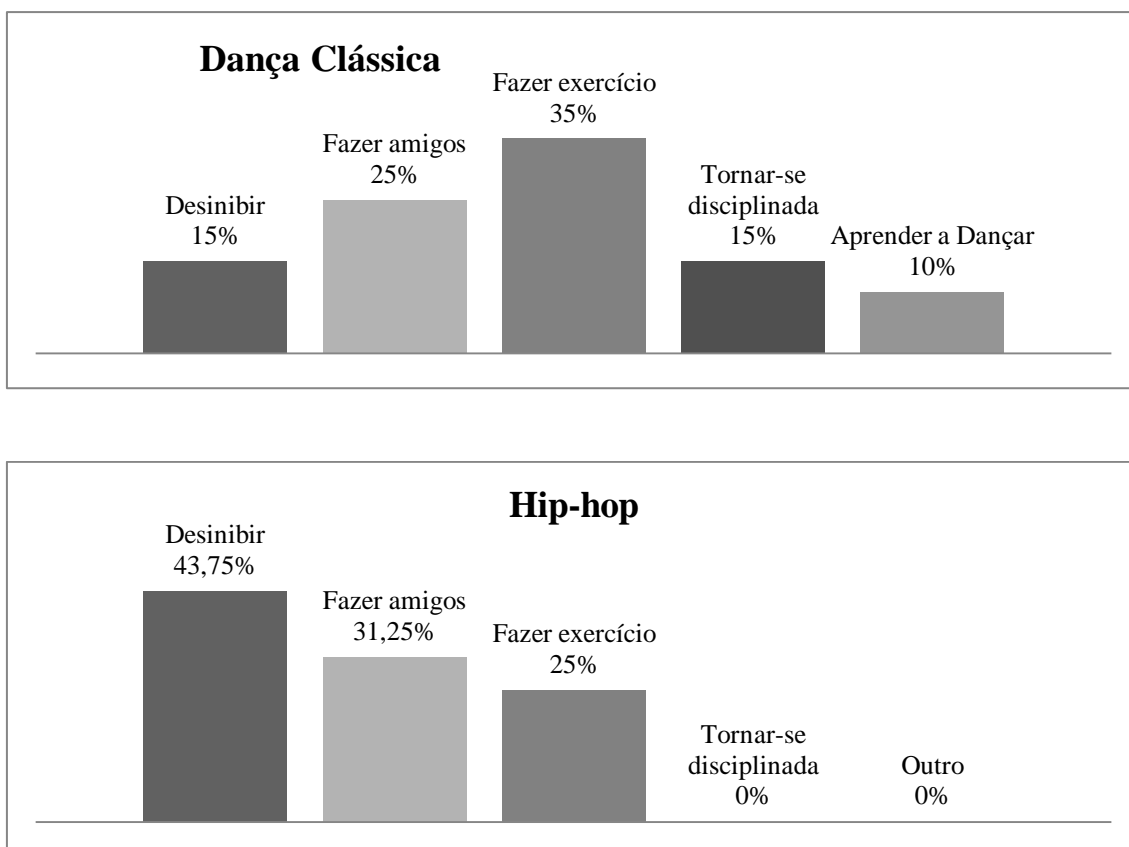


Figura 13 – Percepção das alunas sobre para que serve a Dança

No grupo de Dança Clássica, a maioria das alunas acha que a Dança serve para “Fazer exercício”, enquanto a turma de Dança Hip-hop tem uma opinião diferente, sendo a resposta com maior percentagem a de “Desinibir”. Posso então afirmar que no grupo de Dança Clássica, veem a Dança como sendo algo mais prático, mais físico, mais corporal, enquanto a turma de Dança Hip-hop vê a Dança como algo mais pessoal, de motivação mais intrínseca.

Como começaste a Dançar?

Sendo elas agora praticantes, era importante perceber quem tinha dado o passo para começar a Dançar. Os gráficos dizem que:

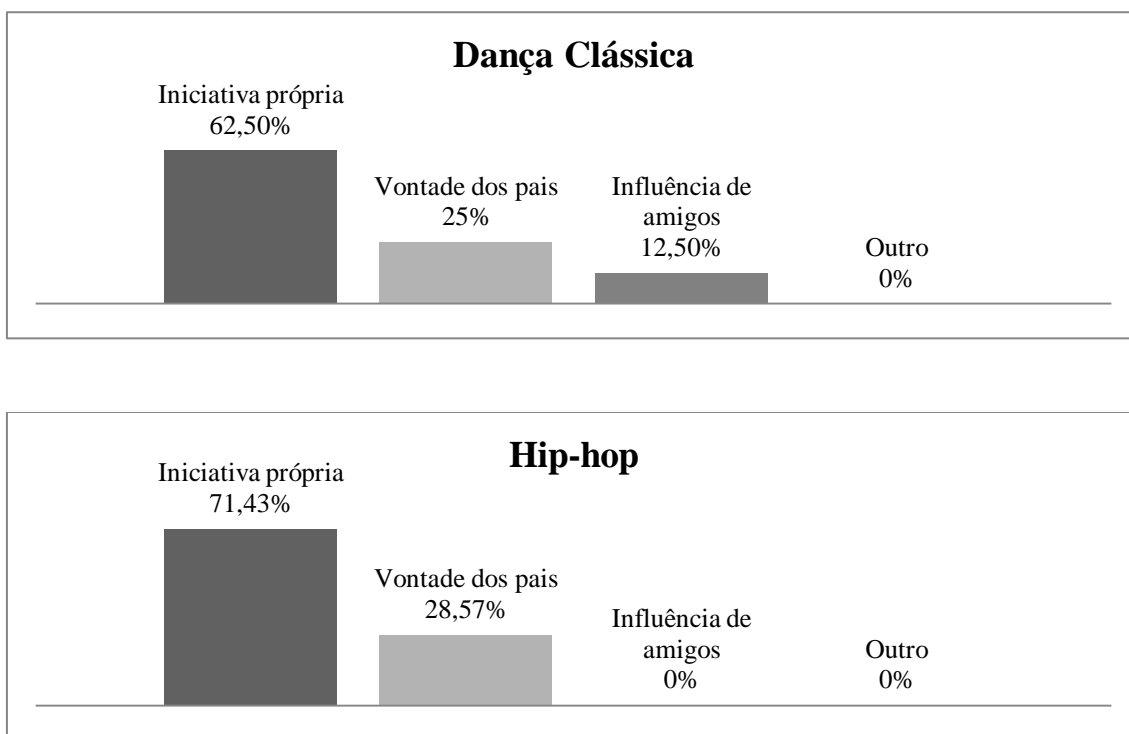
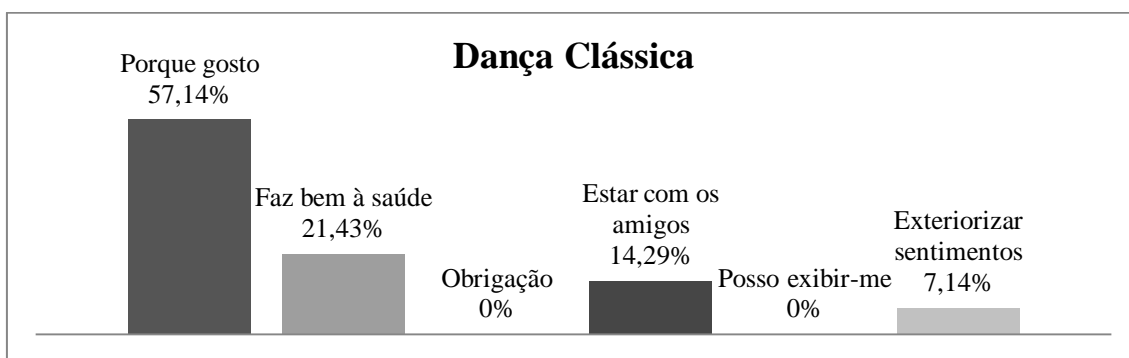


Figura 14 – Razão porque começaram a Dançar

Em ambas as turmas esse primeiro passo partiu da iniciativa própria das alunas. Em alguns casos foi por “Vontade dos pais” que se iniciaram nas aulas de Dança. Na turma de Dança Clássica, houve referência a “Influência de amigos”. Pode-se pois dizer que as alunas não vieram obrigadas para o mundo da Dança.

Porque praticas Dança?

Era fundamental entender quais os motivos que levaram as alunas a praticar Dança. Os gráficos indicam que:



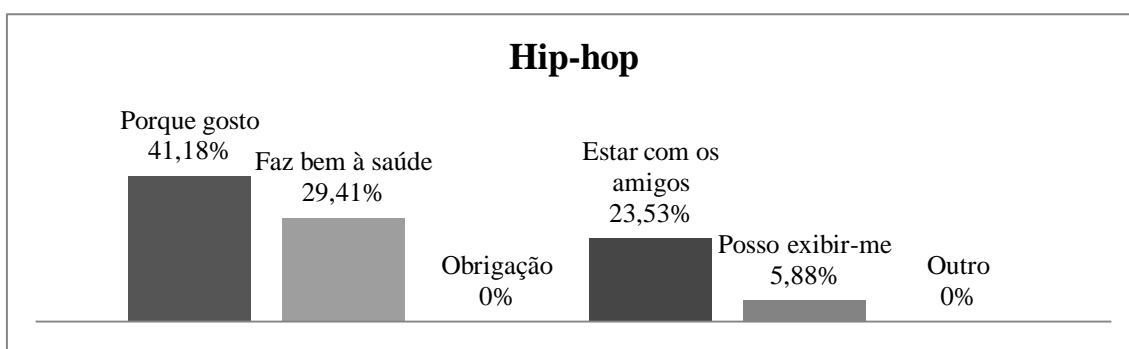
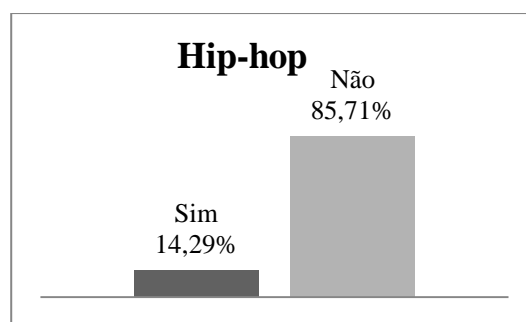
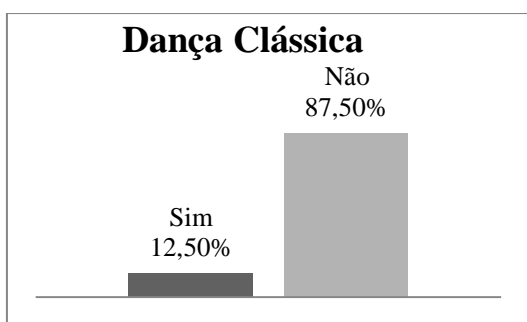


Figura 15 – Motivos que levam a praticar Dança

Nas duas turmas o principal motivo é “Porque gosto”, seguido de “Faz bem à saúde”. Estas respostas demonstram que elas andam na Dança porque realmente lhes faz bem, não andam obrigadas (como também se pode comprovar nos gráficos, pois essa hipótese de resposta não obteve qualquer resultado, em qualquer um dos grupos), porque praticam uma coisa de que gostam, mas também têm a noção que é algo benéfico para a saúde, pois trata-se de uma atividade física. Uma aluna da turma de Dança Hip-hop refere ainda que pratica Dança porque “Posso exibir-me”.

Já praticaste outros estilos de Dança?

Sendo praticantes de um estilo de Dança, era interessante saber se já tinham praticado outros estilos de Dança. Pelos dois primeiros gráficos fica-se a saber que a grande maioria dos dois grupos nunca praticou outro estilo de Dança. Nos casos afirmativos queria saber que estilos de Dança tinham sido praticados.



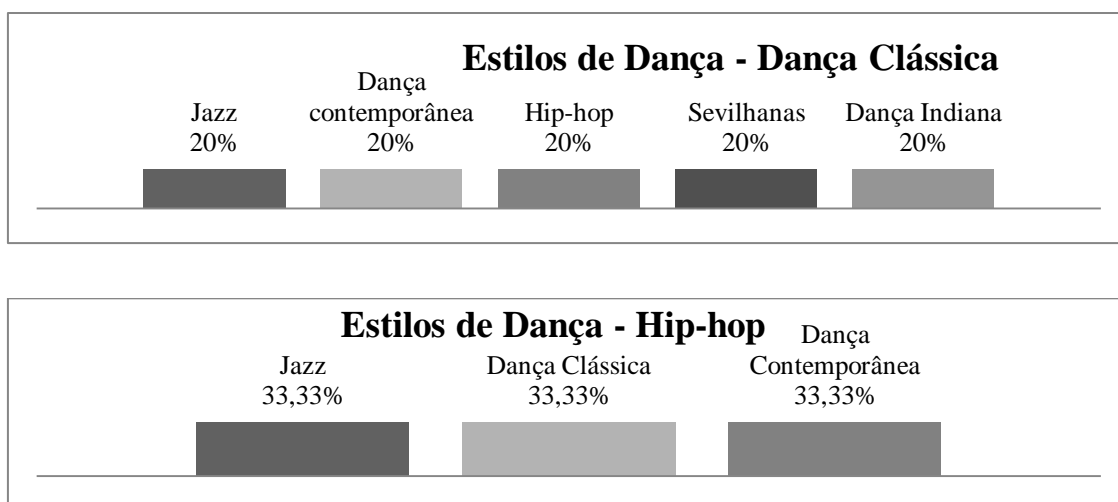


Figura 16 – Estilos de Dança já praticados

No caso da Dança Clássica, os estilos de Dança mencionados foram o “Jazz”, “Dança Contemporânea”, “Hip-hop”, “Sevilhanas” e “Dança Indiana”. A aluna fez questão de explicar que tinha tido contacto com esses estilos de Dança durante um curso de Dança. Já no caso da turma de Dança Hip-hop os estilos mencionados foram “Jazz”, “Dança Clássica” e “Dança Contemporânea”.

Praticas outro estilo de dança?

Para o estudo também era importante saber se na atualidade as alunas praticam mais algum estilo de Dança. Apenas no caso da turma de Dança Hip-hop, é que houve resposta afirmativa.

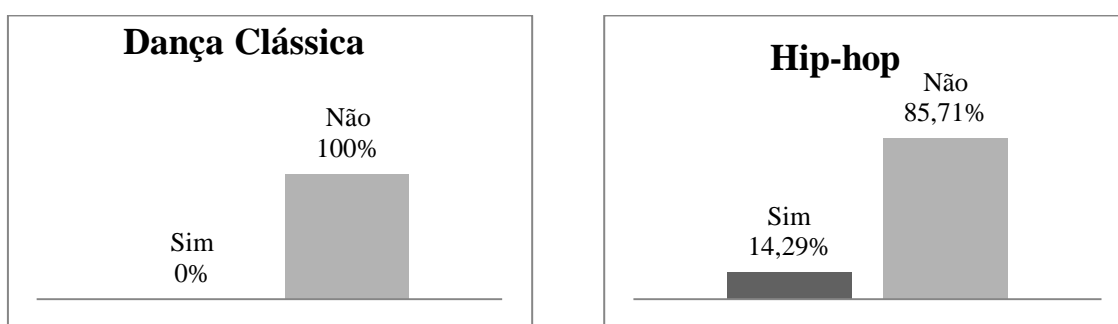


Figura 17 – As alunas praticam outro estilo de Dança

Como se tratava de apenas uma aluna, não era necessário fazer um gráfico que mostrasse isso. A aluna de Dança Hip-hop pratica também Dança do Ventre.

Gostarias de praticar outro estilo de Dança?

Para o estudo era útil perceber quais os gostos das alunas em relação a diferentes estilos de Dança e se tinham interesse em praticar outra modalidade. Como se pode ver nos dois gráficos seguintes, as alunas de Dança Clássica todas responderam que gostavam. No caso da turma de Dança Hip-hop, a maioria gostaria de praticar outro estilo de Dança, mas também existe uma pequena percentagem que não.

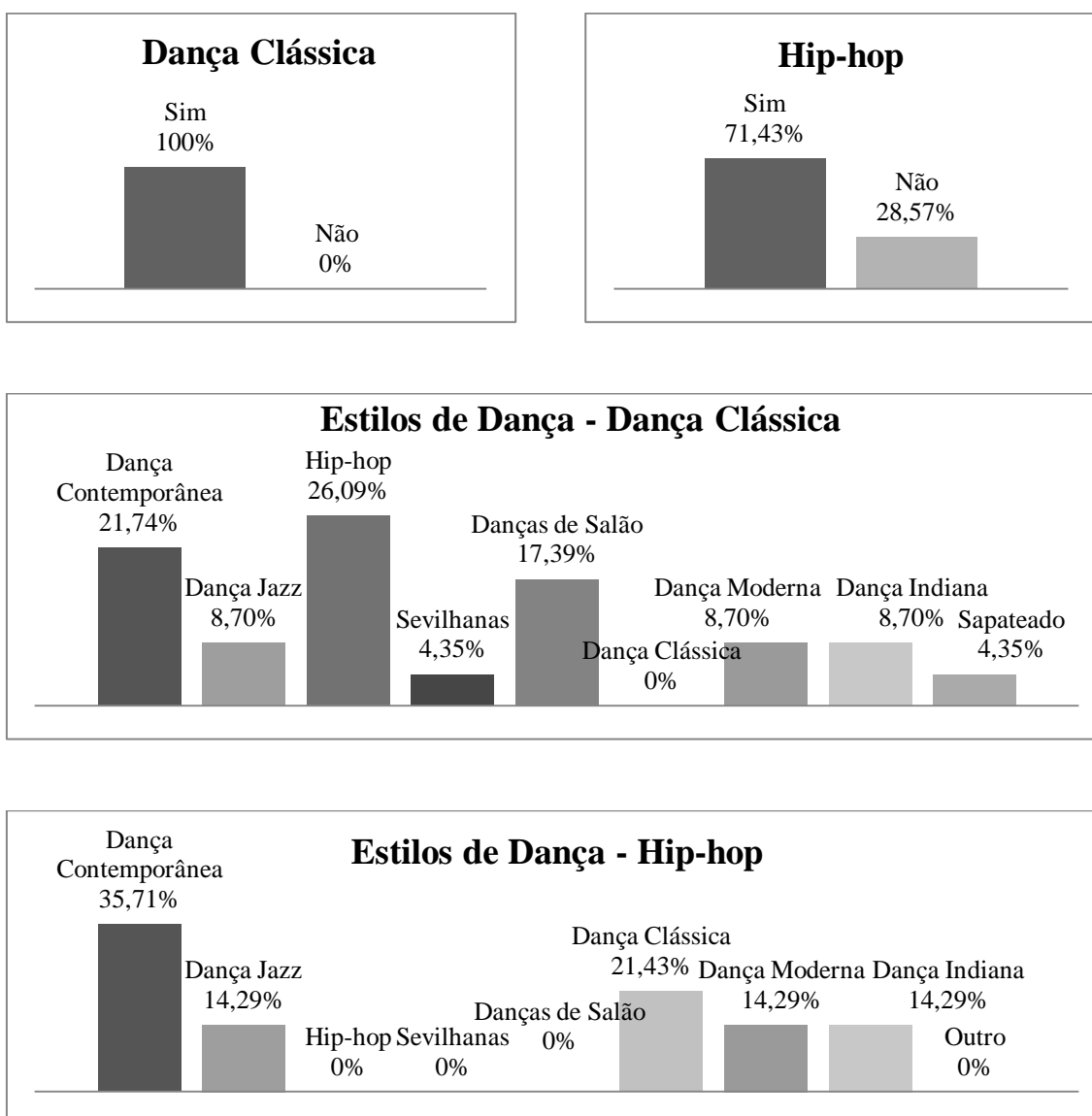


Figura 18 – Estilos de Dança que gostariam de vir a praticar

Começando pela turma de Dança Clássica, o estilo mais pretendido é o “Hip-hop” seguido pela “Dança Contemporânea” e “Danças de Salão”. Os estilos menos desejados são as “Sevilhanas” e “Sapateado. No gráfico verifica-se ainda que o estilo

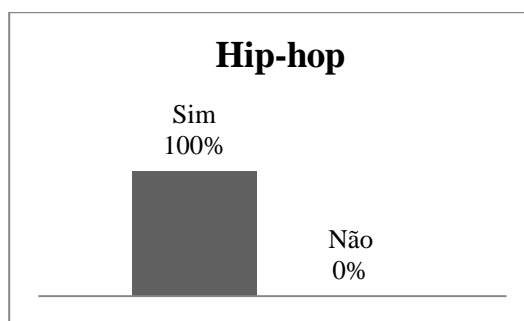
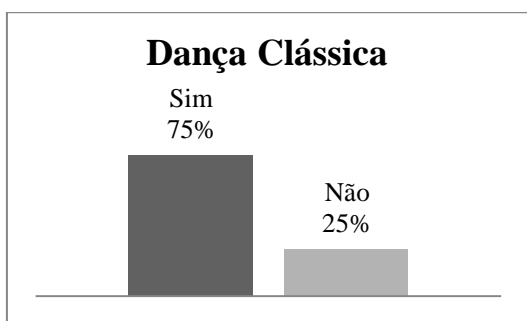
“Dança Clássica” não obteve qualquer pontuação, pois esse já se trata do estilo que as alunas praticam.

Em relação à turma de Dança Hip-hop, as alunas que responderam que gostariam de praticar outro estilo de Dança escolhem a “Dança Contemporânea” como o mais desejado, seguido da Dança Clássica. Estilos como “Sevilhanas” e “Danças de Salão” não obtiveram qualquer interesse por parte das alunas. O estilo “Hip-hop” tal como aconteceu na outra turma não obteve qualquer pontuação, pois já é praticado pelas alunas. A turma de Hip-hop não acrescentou nenhum estilo.

Comparando agora os dados dos dois grupos, torna-se interessante perceber que no caso da turma de Dança Clássica, a primeira opção seja o “Hip-hop” e que no grupo de Dança Hip-hop, a “Dança Clássica” surja também como uma das opções mais cotadas. Posso também referir que a turma de Dança Clássica se interessa por mais estilos diferentes do que a turma de Dança Hip-hop.

A prática da Dança modificou a vida

Todo este estudo gira à volta da questão sobre as influências que a prática da Dança podem ter na vida destas praticantes de Dança, começando pela auto percepção delas em relação a esse tema. Sendo assim, fomos tentar perceber o que as alunas achavam e os gráficos indicam que na turma de Dança Clássica, nem todas as alunas acreditam que a prática da Dança mudou as suas vidas, ao contrário da turma de Dança Hip-hop, em que todas as alunas acham que a prática da Dança veio alterar a sua vida.



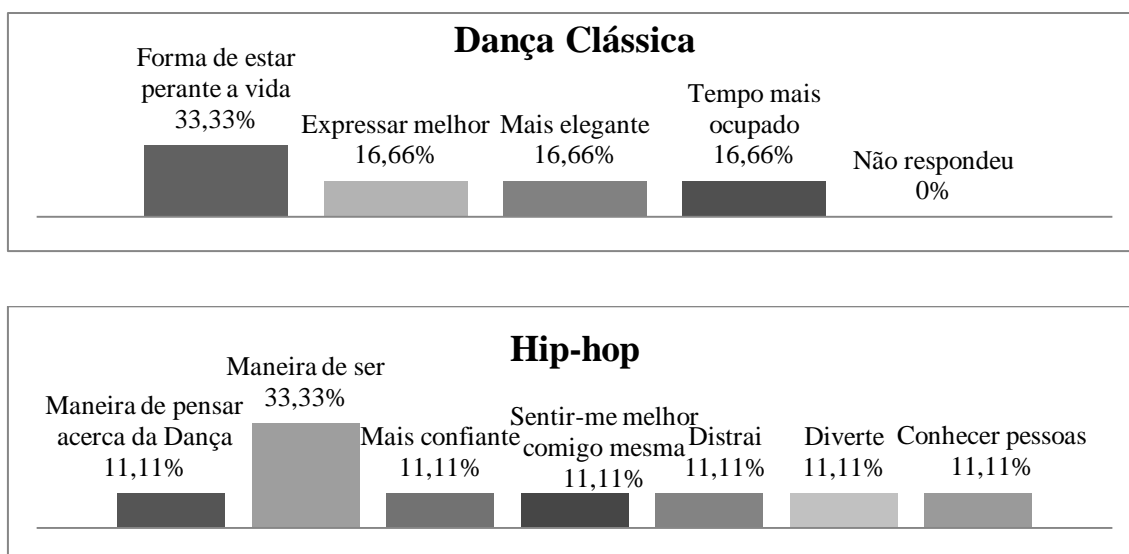


Figura 19 – Auto percepção das alunas sobre a forma como a Dança modificou as suas vidas

As alunas de Dança Clássica que responderam afirmativamente, com exceção de uma aluna que não especificou o que mudou na sua vida, disseram maioritariamente que o que mudou foi a “Forma de estar perante a vida”. Disseram ainda que começaram a “Expressar melhor” e que ficou “Mais elegante”. Quanto às alunas de Dança Hip-hop, a resposta que surgiu mais vezes foi a “Maneira de Ser”. Disseram também “Mais confiante”, “Sentir-me melhor comigo mesma” e “Conhecer pessoas”.

As respostas que deram, na sua grande maioria têm a ver com o bem-estar da pessoa.

A prática da Dança e desempenho escolar

Para o estudo, também era importante perceber se as alunas têm a percepção de que a prática da Dança pode ajudar no desempenho escolar. Depois de verificar os dois gráficos seguintes, pode-se concluir com toda a certeza, que as alunas dos dois grupos têm a percepção de que a prática da Dança ajuda no desempenho escolar.

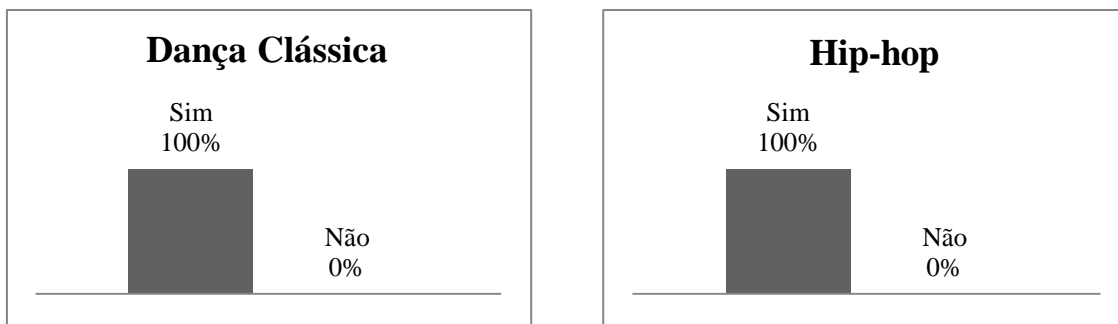


Figura 20 – A prática da Dança e a relação com o desempenho escolar

Sentir-se inibida

Era importante perceber igualmente, se as jovens inquiridas neste estudo, se sentem ou não inibidas, para depois perceber se a Dança tem influência neste aspeto.

No caso da Dança Clássica, o grupo está dividido, sendo que a maioria não se sente inibida. Em relação à turma de Dança Hip-hop, entende-se que a grande maioria da turma não se sente inibida, mas existem pessoas a sentirem-se inibidas.

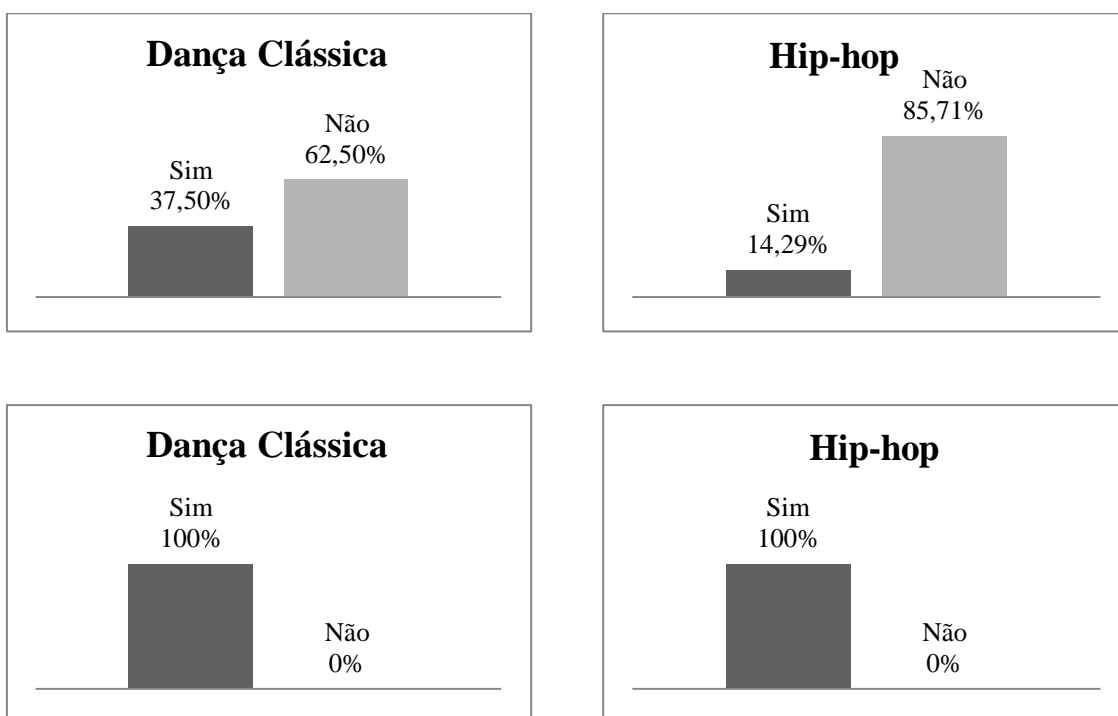


Figura 21 – Sentir-se inibida e a ajuda da Dança para diminuir essa inibição

No caso de elas terem respondido que sim, que se sentiam inibidas, foi-lhes questionado se achavam que a Dança poderia ajudar a diminuir essa inibição. A resposta em ambos os grupos foi afirmativa e unânime.

Autoestima

Também era importante saber como anda a autoestima das jovens, porque assim como na questão anterior fica-se a perceber se a Dança influencia o nível de autoestima. Tanto um grupo como o outro, como se pode comprovar nos dois gráficos abaixo, têm boa autoestima, embora isso não seja representativo de toda a turma.

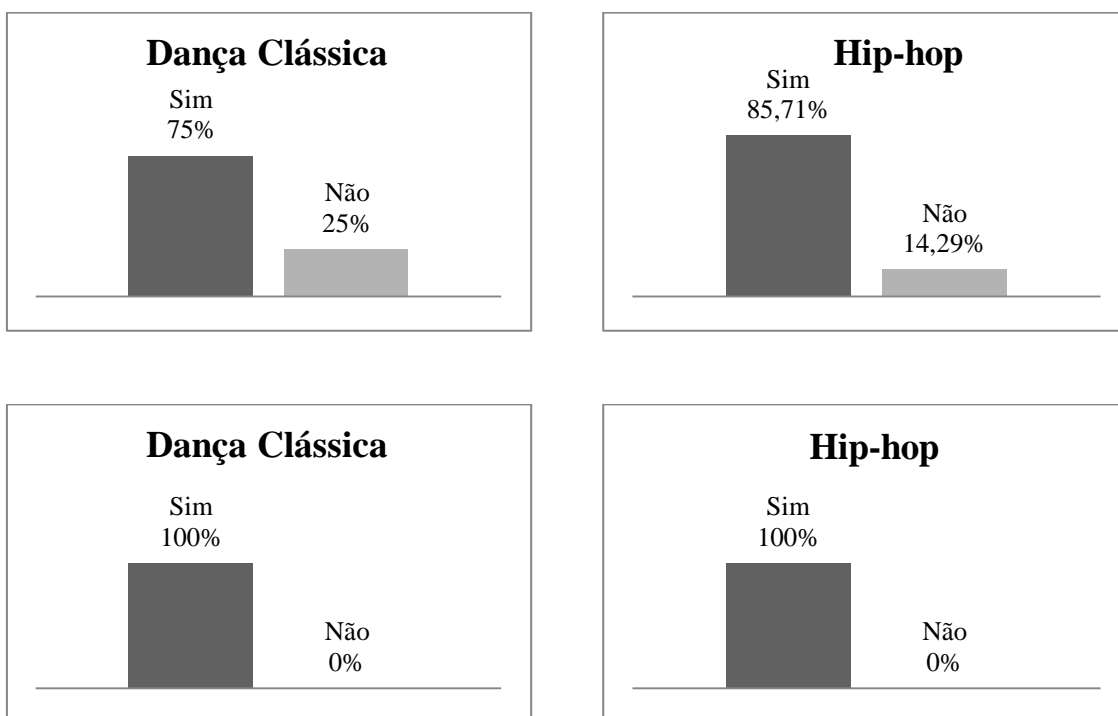


Figura 22 – Autoestima e a ajuda da Dança para o aumento da mesma

Como tal era preciso saber, no caso das alunas que responderam que tinham má autoestima, se a Dança poderia ajudar a melhorar. Mais uma vez todas as alunas responderam de forma afirmativa e unânime.

2.6.Cultura relacionada com Dança e outras Artes

Espetáculos de Dança ao vivo

Era interessante perceber se as alunas têm por hábito assistir a Espetáculos de Dança ao vivo. No caso da turma de Dança Clássica os resultados ficaram divididos quantitativamente iguais. A turma de Dança Hip-hop a sua grande maioria não costuma assistir a Espetáculos de Dança ao vivo.

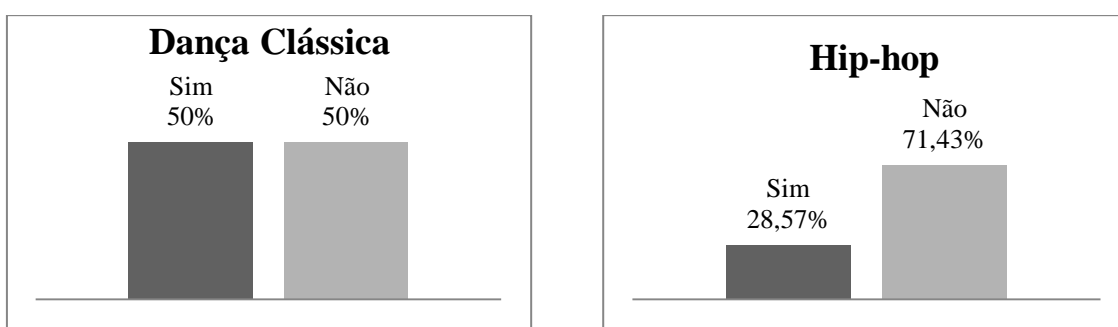


Figura 23 – Hábitos de assistir a Espetáculos de Dança ao vivo

Exemplos de Espetáculos de Dança vistos ao vivo

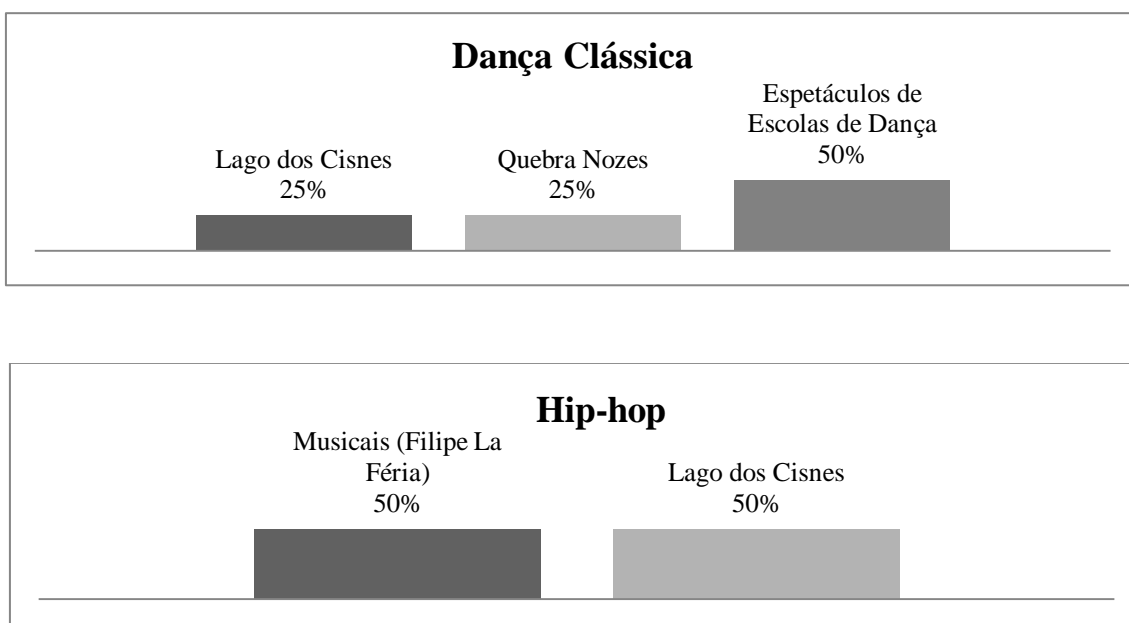


Figura 24 – Exemplos de Espetáculos de Dança ao vivo

No caso afirmativo de quem costuma assistir a Espetáculos de Dança ao vivo, quis saber que Espetáculos eram e no caso da turma de Dança Clássica fiquei a saber que os “Espetáculos de Escolas de Dança” são os mais comuns de terem assistido. Os outros dois exemplos “Lagos dos Cisnes” e “Quebra Nozes” são bailados clássicos. Na turma de Hip-hop surgem “Musicais (Filipe La Féria) e o bailado clássico “Lago dos Cisnes”.

Coreógrafos que conhecem

Com esta questão queria perceber como estava a cultura geral das alunas em relação a coreógrafos profissionais que conhecessem.

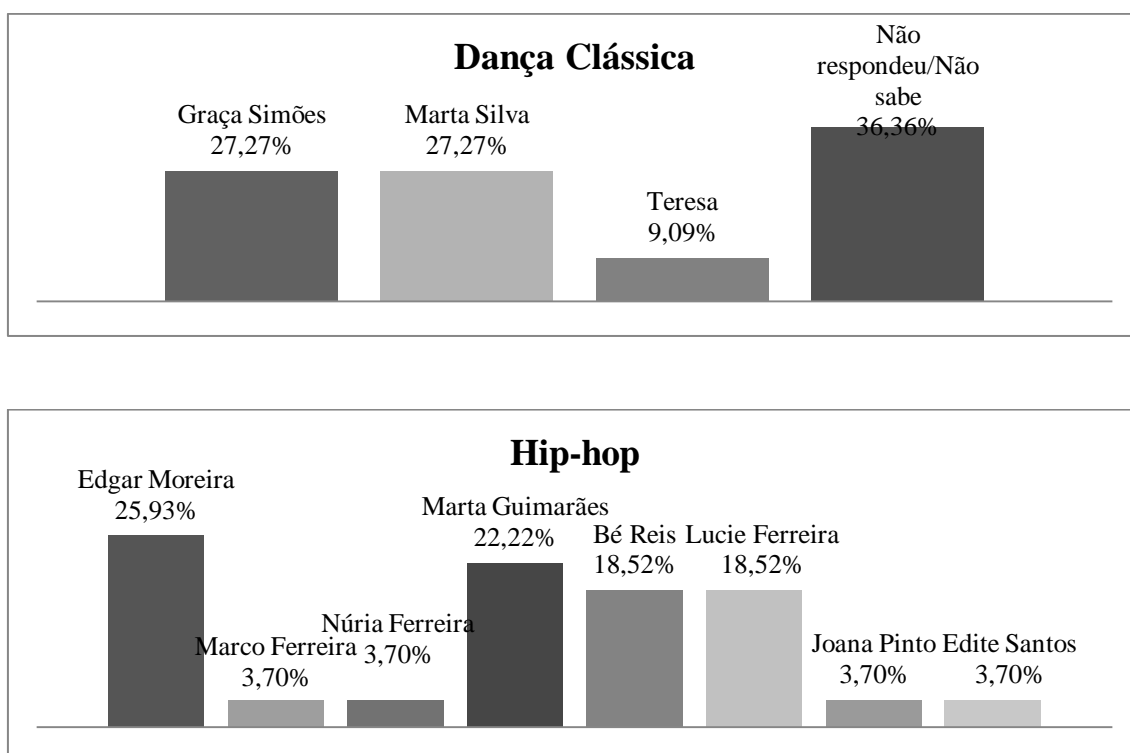


Figura 25 – Coreógrafos que conhecem

Os resultados foram diferentes. No caso da turma de Dança Clássica, houve uma grande maioria de alunas que não responderam ou que não sabiam. Depois os restantes nomes correspondem a coreógrafas que trabalham com a escola onde estão inseridas.

Na turma de Dança Hip-hop, há uma maior variedade de nomes, mas os dois nomes de coreógrafos que receberam a maior percentagem, que também aconteceu o

mesmo na turma de Dança Clássica, são coreógrafos que trabalham na escola de Dança que as alunas frequentam. Os restantes nomes correspondem a antigos professores com quem já tiveram contacto também.

Posso pois concluir que as alunas identificaram os seus professores e antigos professores como coreógrafos, não tendo conhecimento de outros coreógrafos profissionais com outro tipo de prestígio.

Bailarinos que conhecem

Da mesma forma que quis saber para os coreógrafos, também era interessante fazer a mesma recolha de dados em relação a bailarinos profissionais.

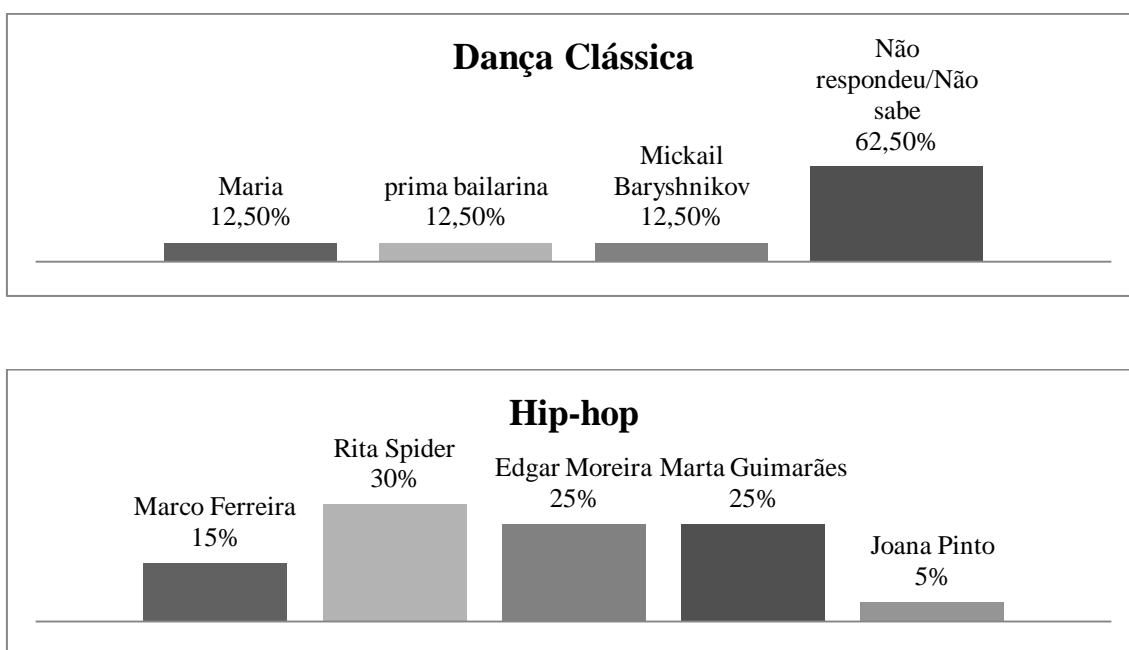


Figura 26 – Bailarinos que conhecem

Na turma de Dança Clássica voltou a verificar-se que a maioria das alunas não respondeu ou não sabem. Uma das alunas referiu um grande bailarino russo conhecido mundialmente e outra aluna identificou uma familiar que também é bailarina.

Em relação à turma de Dança Hip-hop, identificaram uma bailarina profissional portuguesa de hip-hop em maior número, seguida logo pelos dois coreógrafos que haviam referido na questão anterior, devido a eles também serem bailarinos.

Posso pois afirmar que a cultura geral das alunas cinge-se muito ao experienciado em aulas, sem procurarem conhecer outras realidades ou outros artistas fora das mesmas.

Apreciar outros tipos de Arte

Para além de Dança, era interessante perceber se as alunas têm interesse por outros tipos de Arte. Como se pode verificar nos dois gráficos que se seguem, as alunas de Dança Hip-hop apreciam todas outros tipos de Arte. Na turma de Dança Clássica, isso também se verifica na sua grande maioria, mas não de forma unânime.

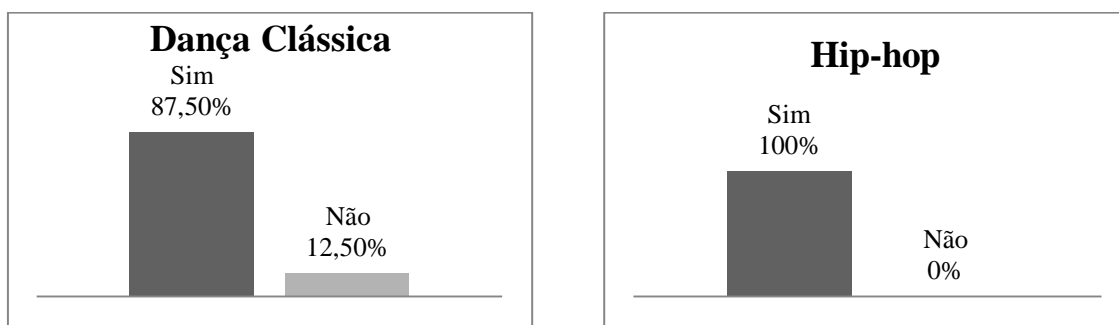
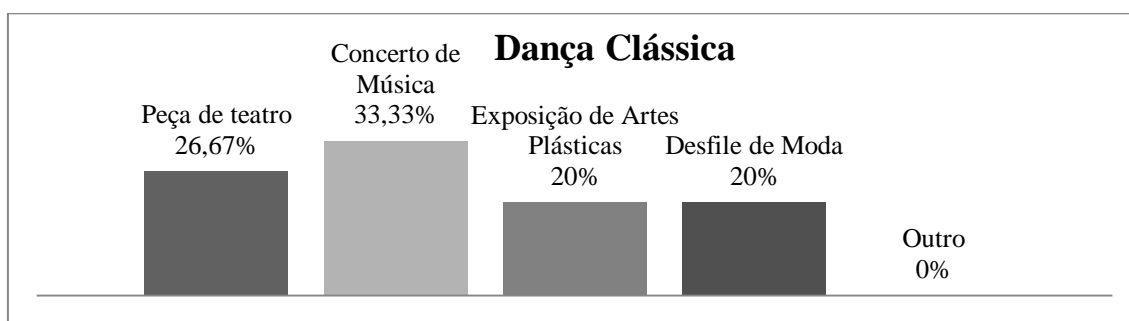


Figura 27 – Appreciar outros tipos de Arte

Eventos de Arte

No caso afirmativo de quem assiste a outro tipo de eventos artísticos fiquei a saber que:



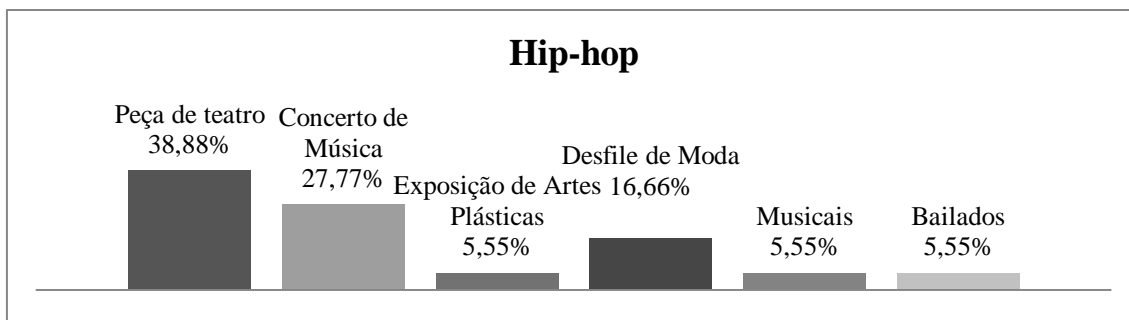


Figura 28 – Tipos de Eventos de Arte

No caso da turma de Dança Clássica, o evento a que assistem mais é “Concertos de Música”, seguido de “Peça de Teatro”. Já no caso do grupo de Hip-hop o evento a que assistem mais é “Peça de Teatro”, seguido de “Concerto de Música”.

Artistas e Personalidades Públicas que impressionam

Na última questão era pedido para mencionarem um artista ou personalidade pública que admirassem e explicassem o porquê dessa escolha.

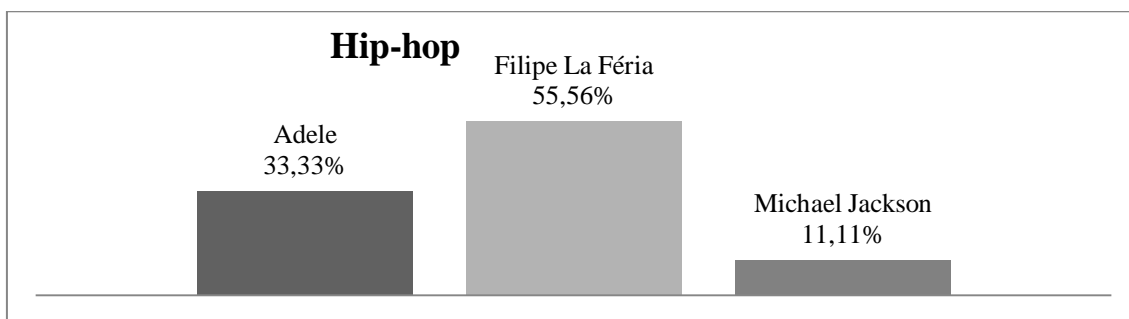
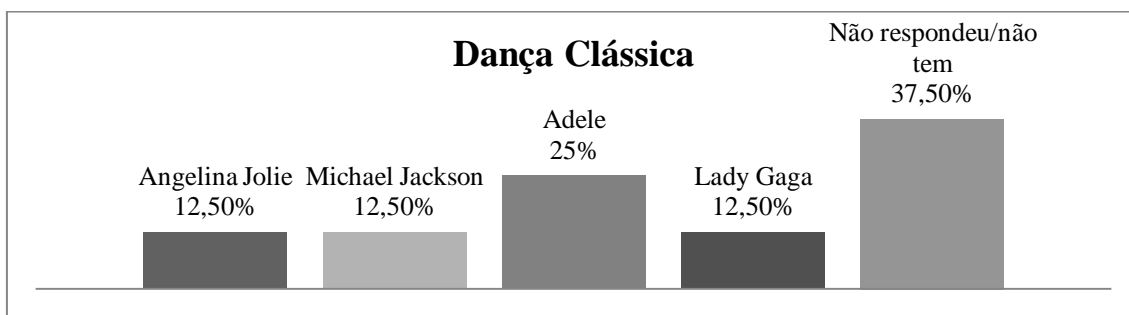


Figura 29 – Artista ou figura pública que impressionam

No caso da turma de Dança Clássica voltou a verificar-se que várias alunas não responderam ou não admiram ninguém em particular, mas quem referiu, mencionou a

cantora Adele porque ela “canta bem”, “adoro as músicas dela”, “transmite-me muitas sensações com as suas músicas”, a atriz Angelina Jolie, e o cantor Michael Jackson porque “era inspirador”.

Já a turma de Dança Hip-hop, a personalidade que referiu mais vezes foi Filipe La Féria por causa “da sua originalidade e personalidade”, “adoro o seu trabalho”, “é uma inspiração”, “porque é um grande senhor”, “tem muita imaginação”. Referiram a cantora Adele também dizendo que “tem uma voz maravilhosa”, “vai contra todos os estereótipos”, “escreveu o álbum quando acabou com o namorado e canalizou todo o sofrimento para as músicas lindíssimas que escreveu” e mencionam o cantor Michael Jackson “pois dançava lindamente”.

3. Análise das Entrevistas

Iniciei esta análise, com as entrevistas realizadas aos professores de Dança. Para a análise destas entrevistas, depois de lidas as respostas de todos os intervenientes, decompus em cinco categorias de análise.

3.1. Entrevistas aos professores

3.1.1. Finalidade das aulas

Nesta primeira categoria, são referidas quais são as finalidades das aulas, os seus objetivos, e o que pretendem os professores das suas aulas. Pude observar na aula e verificar através das entrevistas que ambos os professores têm estratégias bem definidas dos objetivos que pretendem alcançar nas suas aulas. O professor de Dança Hip-hop frisa que o “principal objetivo é a atividade física” referindo outros objetivos também como a diversão das alunas, o convívio entre elas e a coordenação. Sendo a Dança exemplo de uma atividade física, as competências motoras e de domínio do corpo, como é o caso da coordenação que o professor de Dança Hip-hop refere, estão inerentes à prática de aulas de Dança.

Por sua vez a professora de Dança Clássica refere que o principal objetivo da aula é as alunas fazerem “o programa de Grau 6, e que elas atinjam o exame de Grau 6”.

Esta turma aprende Dança Clássica segundo o método da escola inglesa referida na revisão de literatura, *Royal Academy of Dance (RAD)*, e como também era referido por Minden (2005) esta escola permite fazer exames, para que as alunas possam subir de nível de aprendizagem. O Grau 6 corresponde ao primeiro nível dos chamados *Higher Grades*, onde as alunas trabalham três campos: a Dança Clássica, sendo esta a base e parte mais importante do programa; os *Free Movement* que foram influenciados e que incorporam movimentos em comum com outros estilos de Dança, nomeadamente o Movimento Livre, o Contemporâneo e a Dança Clássica Grega; o *Character*, que se trata de uma apresentação teatral de Dança nacional que usa Dança étnica original e música, que foi livremente adaptada para o teatro. Segundo o *Syllabus Overview* da *RAD*, o estilo de *Character* ensinado no Grau 6 é o estilo polaco. Segundo a professora o Grau 6 possui “um programa bastante extenso e com muito vocabulário”. A aprendizagem deste nível implica portanto que as alunas saibam executar bem tecnicamente, interpretar e que tenham musicalidade. Logo esses tornam-se também objetivos para a aula de Dança Clássica tal como o “equilíbrio”.

3.1.2. Motivação

A categoria “Motivação” dá-nos a conhecer a perceção dos professores sobre a motivação das alunas, de que forma os professores atuam para manter ou aumentar essa motivação, qual o tipo de trabalho que acreditam que as alunas gostam mais e o motivo por que andam em Dança. Tanto um professor como outro acreditam que as alunas andam motivadas, mas têm noção que é necessário muitas vezes seguir determinadas estratégias para se atingir esse fim. O professor de Dança Hip-hop fala que o que motiva as alunas são os espetáculos porque “elas querem é dançar, mostrar aquilo que aprenderam”. A professora de Dança Clássica vai mais longe e refere que trabalha “as alunas sempre em termos de motivação relativamente aos objetivos que têm que atingir”, nomeadamente se é a preparação para um exame incentiva-as a “tentarem trabalhar o mais arduamente possível e serem assíduas, para que realmente consigam depois dançar com muita qualidade” e quando se trata de espetáculos dá-lhes sempre o exemplo das bailarinas profissionais levando as alunas a “imaginem-se como bailarinas profissionais, com toda aquela beleza, fluidez técnica” e incute-lhes um lado mais profissional também, com maior responsabilidade. Outra forma que utiliza para

motivá-las é fazendo trabalhos mais criativos na aula “com um bocadinho mais de desafio”. Ela refere ainda que este grupo em particular teve uma motivação extra, pois trabalhou com um grupo de alunas mais velhas e “o elas visualizarem o trabalho mais avançado e tentarem acompanhar essas colegas, ao mesmo tempo que iam evoluindo tecnicamente, para elas foi um desafio muito grande”. Outro fator que faz as alunas ter motivação é “se elas têm realmente talento para a Dança, é óbvio que isso lhes dá um prazer imenso”, o facto de “elas sentirem-se valorizadas”.

De um modo geral as alunas preferem as aulas mais criativas, porque, explicando com as palavras da professora de Dança Clássica, a parte mais técnica “não é estimulante, acham que não estão a dançar porque não estão em grande movimento” e como tal “gostam mais de movimento, de criatividade, de improvisos”. Embora não gostem tanto da componente técnica e como tal, não estão tão motivadas para esse trabalho, continuam motivadas para dançar. O professor de Dança Hip-hop refere que as alunas elegem “aquele conceito de divertir, não muito técnico” preferem o lado mais criativo, porque a técnica “acaba por ser um pouco aborrecido para elas”.

Falando do grupo especificamente de Dança Clássica, a professora menciona que as alunas já têm alguma maturidade e percebem “que para dançarem têm que trabalhar a parte técnica também” porque é preciso “automatizarem os movimentos, conhecerem o vocabulário”. Ela acredita que há um misto em relação ao modo como as alunas encaram as aulas, isto é, vão pelo convívio de estarem com as amigas mas também sabem que quando “vêm para este tipo de aula, é efetivamente para trabalhar”, embora não deixem de “ter alguns comportamentos que são significativos da faixa etária”, nomeadamente distrações. Esta perceção de que as alunas têm maturidade suficiente para compreenderem que as aulas são para trabalhar só se verificou na turma de Dança Clássica, tendo o professor de Dança Hip-hop apenas afirmado que elas vinham também para trabalhar, mas não justificou a sua afirmação nem deu exemplos.

A professora de Dança Clássica afirma ainda que acha que as alunas se sentem bem com a disciplina que é imposta nesta técnica, pois acredita que “se mudassem para um ambiente diferente, [...] em que já não tenham regra, a exigência, a disciplina, acho que elas se vão ressentir, no sentido que já isto tudo não parece tão bom”.

3.1.3. Dança e desempenho escolar

Quanto à influência que a Dança pode ter no desempenho escolar, o professor de Dança Hip-hop refere que muitas das alunas com receio de ficarem sem as aulas de Dança, acabam por se aplicar “nas duas coisas”, o que acaba por ser uma boa motivação, pois assim conseguem atingir bons resultados tanto na escola como nas aulas de Dança. A Dança, neste caso, acaba por funcionar como um fator de motivação extrínseca para que as alunas se apliquem na escola (estudar para não ficar sem a Dança).

Já a professora de Dança Clássica refere que as alunas acabam por se tornar mais exigentes, rigorosas, disciplinadas e com brio naquilo que fazem, verificando-se que são as próprias alunas que “impõem depois o rigor para atingir os objetivos delas” e que até os “próprios encarregados de educação sentem isso nas filhas, nas educandas”, sendo isto fruto da influência que a Dança Clássica lhes traz, que depois acaba por ser benéfico para as mesmas nas suas vidas académicas. Refere que a Dança Clássica “tem realmente muito rigor, muita exigência, muita disciplina” porque depois disso é fundamental para o que as acompanha lá fora, porque existe “muita intensidade, muito esforço, muito desafio”.

3.1.4. Desenvolvimento físico e autoimagem

Existem mudanças físicas próprias do desenvolvimento normal do ser humano, com alterações importantes na fase da adolescência e existem alterações físicas e de consciência corporal provocadas pela prática de Dança. Nesta categoria esclarecem-se essas questões. Tratando-se de adolescentes as alunas presentes nesta amostra, elas enfrentam diversas mudanças com o seu corpo, o que pode causar algum tipo de constrangimento. Os dois professores não acham que as alunas tenham algum tipo de constrangimento com os seus corpos, embora o professor de Dança Hip-hop afirme que duas ou três alunas, talvez pelo facto de serem novas na turma, possam sentir algum desconforto. Já na turma de Dança Clássica, a professora afirma que não acha que estas alunas tenham algum tipo de constrangimento embora tenha noção de que isso possa acontecer. Ela afirma ainda que o facto de ela se sentir à-vontade com o seu corpo, dizendo que “em Dança nós temos, nós trabalhamos, nós mostrarmos o corpo, nós

tocámos, nós mexemos no nosso próprio corpo, mexo nas alunas, elas habituam-se a esse toque também, à própria professora mostrar com naturalidade e com à-vontade portanto essa descontração”, que essa naturalidade desde cedo ajuda as alunas a lidarem bem com o seu corpo. Quanto à aula de Dança Clássica a professora refere que para além de trabalhar as alunas no sentido do desenvolvimento da técnica nomeadamente “a abertura da rotação externa da anca, a postura, a coordenação da postura, a parte muscular, toda essa educação física, no sentido de orientar para a técnica do clássico”, procura de igual modo trabalhar a elasticidade e flexibilidade. Esta ideia de desenvolvimento físico em função da técnica que se está a trabalhar vem assim confirmar o que já foi referido na revisão de literatura, sobre os principais fundamentos da Dança Clássica, com os alinhamentos corretos e a rotação externa a partir da anca. Ela refere no entanto que podem existir algumas dificuldades sobretudo quando as alunas têm “diferenças nos alongamentos a nível muscular e de tendões” e é preciso “trabalhar esse equilíbrio a nível muscular”. Deu ainda o exemplo de alunas com hiperextensão dos músculos da coxa que também se torna um “problema precisamente por causa das transferências de peso, da colocação do corpo, da própria postura em si, o peso é puxado para trás” e isso conforme se vai avançando em termos técnicos dificulta, pois as alunas se forem muito novinhas, por vezes não entendem o que lhes está a ser pedido, o que lhes está a ser corrigido e de que forma precisam fazer.

Em relação ao trabalho desenvolvido nas aulas com o objetivo de desenvolver fisicamente o corpo numa determinada técnica de Dança, na aula de Dança Hip-hop o professor procura trabalhar a coordenação, o ritmo e “há sempre um trabalho cardiovascular”. Embora o professor não tenha referido aquando da entrevista, a musicalidade é fundamental e verificou-se esse trabalho na aula observada, onde o professor “obrigou” as alunas a criarem uma fluidez nos seus movimentos, mesmo tratando-se da mesma sequência de movimentos, recorrendo a diferentes músicas.

3.1.5. Aspetos psicossociais e de bem-estar

Nas aulas por vezes desenvolvem-se trabalhos de grupo e como tal, é importante perceber como se relacionam as alunas entre elas. O professor de Dança Hip-hop tem verificado que inicialmente, quando ainda não se conhecem, “estão um bocadinho à parte, depois vão se chegando, e depois a relação acabam por se tornarem amigas fora

disto”. Portanto pode-se dizer que a relação é boa. Em relação à turma de Dança Clássica, a professora refere que “em termos gerais, dão-se todas muito bem. São unidas. [...] Gostam bastante umas das outras, tanto que às vezes [...] há chamadas de atenção porque de facto elas distraem-se, querem conversar um bocadinho e isso já é demonstrativo de que elas se dão bem”. Ela refere que poderá haver uma aluna ou outra mais tímida e que portanto não sabe dizer se ela estará bem integrada no grupo ou não. Ela refere igualmente que o facto de algumas alunas não serem tão assíduas, pode contribuir para que não estejam tão integradas no grupo, pois as alunas que “convivem naturalmente com essa assiduidade [...] estão muito bem integradas”. A professora refere ainda que se perceber que alguma aluna tem uma personalidade mais inibida, mais reservada, “tenta falar particularmente, e pôr mais à-vontade” e que gradualmente “elas desinibem”. Ela menciona ainda que quando se está a desenvolver um trabalho para espetáculo, mesmo as alunas tendo personalidades diferentes, que se nota apoio entre elas, existe um “trabalho de equipa”.

Tanto um professor como outro não deram qualquer exemplo de que tivessem tido alguma aluna a desistir por não se sentir bem no grupo, portanto sobre esse tópico nada posso acrescentar.

A professora de Dança Clássica refere ainda que se desenvolve "muito trabalho individual mas também trabalho em grupo". O trabalho individual é feito na mesma com o grupo todo, "embora estejam todas num grupo, numa sala", mas cada aluna trabalha de forma mais independente. Esse tipo de trabalho individual é feito sobretudo quando as alunas "por exemplo trabalham para um exame, [...] há um trabalho que é individual, estão a trabalhar o corpo", uma vez que "vão ser examinadas individualmente". Já o trabalho de grupo, onde se desenvolvem também outras competências como a "partilha, competências sociais em termos gerais", é realizado principalmente aquando da preparação para eventos, "é sobretudo quando trabalhamos para espetáculos ou para apresentações". Nestas situações "há toda uma cumplicidade que se vai gerando, há toda uma partilha, há toda uma motivação comum que é fundamental" para que os resultados dos espetáculos sejam bons e que potencia o desenvolvimento dessas competências sociais.

Ela conta ainda como sente satisfação na relação afetiva que desenvolve com as alunas, pois obtém *feedback* da parte delas, sente “uma resposta mais afetiva, uma resposta mais reconhecida” e assim se cria uma ligação entre professor-aluno.

O professor de Dança Hip-hop fala que “há sempre alguma influência por parte destas aulas na relação que as alunas estabelecem com os pais, com a família”.

A professora de Dança Clássica menciona ainda que se as alunas se sentem bem, isso vai provocar uma “série de bem-estar, de percepção do próprio corpo, de auto conceito, de autoestima”, elas têm gosto em ir para a atividade. Isso verificou-se na aula observada, pois as alunas que se distraíram muito pontualmente, na restante aula mostraram-se interessadas no que a professora dizia, nas correções que fazia.

Para um desenvolvimento de competências sociais, o professor de Dança Hip-hop define trabalhos de grupo, cria “dois grupos, e esses grupos têm a responsabilidade de criar uma coreografia e entre eles têm que conseguir funcionar como grupo” intervindo quando necessário. Já a professora de Dança Clássica prefere seguir uma linha de trabalho diferente, referindo que esse trabalho “vai depender dos níveis etários” em que as alunas se encontram sendo que quando são mais pequenas tem que haver uma maior ludicidade no trabalho de aula, e assim ela procura “trabalhar todos os exercícios com uma história”. Como tal é necessário recorrer a “uma encenação, com expressões, com mímicas, para que elas se divirtam, enquanto fazem o exercício”, sem que para isso as alunas tenham a percepção do que a professora pretende atingir e gradualmente se vai “diminuindo essa componente lúdica”. O fundamental para ela é que o ambiente de aula seja de boa disposição e dessa forma ela procura motivar as alunas para dançar, para sorrir e para interpretar. Por vezes surgem alunas com temperamentos diferentes, o que dificulta o trabalho e como tal “não evoluem tão rapidamente [...] se desconcentram e há um trabalho a dobrar, uma constante chamada de atenção e de estimulação”.

Embora não tenha sido referido pela professora de Dança Clássica na entrevista, durante a aula observada ela referiu várias vezes a terminologia dos movimentos, que no caso da Dança Clássica, neste método inglês, o vocabulário é em francês.

A professora de Dança Clássica refere que a Dança as ajuda no “desenvolvimento intelectual, no desenvolvimento a nível de personalidade”, no entanto salienta que as alunas têm ritmos diferentes e que naturalmente surge um termo de comparação entre elas, que muitas vezes não se torna fácil de gerir, pois “umas ficam tristes, porque outras avançam mais rapidamente”, mas que acaba por ser uma situação transversal, pois “as ajuda a lidar com futuros problemas e outras situações lá fora”, dá-lhes a “capacidade de lidar com o outro, com formas diferentes de ser”. Quando ocorre alguma frustração, elas aprendem a lidar com algum ponto mais fraco dela própria, precisam entender “que somos todos diferentes”, e que precisam continuar “a lutar para

o fortificar ou para o fortalecer” e assim conseguem também adquirir “outra forma de lidar com ela própria”. A professora menciona ainda que “requer que a aluna também seja mais evoluída em termos cognitivos” de forma a compreender o que lhe está a ser pedido e “ela própria se vá corrigindo”.

Segundo a professora de Dança Clássica, todo o trabalho relacionado com a parte artística, a parte de performance, tudo isso vai “desenvolver a aluna também em termos intelectuais, em termos cognitivos, em termos de memória [...] e cada vez vai sendo mais complicado” e isso acaba por ser um “benefício muito grande para a parte toda cognitiva da própria percepção do espaço [...] a orientação no espaço”.

3.2. Entrevistas com as mães

Passo agora à análise das entrevistas das mães das alunas, onde temos três categorias de análise.

3.2.1. Dança e o desempenho escolar

Em relação ao desempenho escolar as mães da turma de Dança Clássica acreditam que a Dança tenha influência e referem “a nível da concentração”, as obriga a ter “um poder organizativo diferente” pois têm o tempo mais ocupado e como tal, têm que aproveitar ao máximo e estar com atenção, de forma a tirarem melhor proveito disso. Aprendem a ser mais responsáveis, “quer globalmente pelas regras que lhe são impostas na Dança [...] também pela personalidade da professora” e aprendem a ser mais disciplinadas. Referem ainda que a Dança lhes dá técnicas que “ela aprende e que se quiser utilizar, pode utilizar na escola”.

As mães da turma de Dança Hip-hop também partilham da mesma opinião que as outras duas mães, que o desempenho escolar é influenciado pela prática da Dança.

3.2.2. Benefícios psicossociais

Em relação à ligação que as filhas mantêm com as colegas de turma de Dança Clássica é de amizade pois esse é também um dos motivos porque elas frequentam as

aulas de Dança, como forma de convívio. Uma das mães de Dança Clássica refere ainda que a filha “tem as amigas do *ballet* e tem as amigas da escola que são diferentes, têm vivências diferentes, dá para trocar experiências, dá para contar coisas umas às outras que não tem nada a ver com as amigas da escola.” A outra mãe relata a mesma relação dizendo que a filha “voltou a estar apaixonada pela Dança, mas gosta também muito das amigas”. Ela refere ainda que a sua filha com a prática da Dança Clássica melhorou a sua postura a nível emocional.

No parecer de uma das mães da turma de Dança Hip-hop sobre a relação com colegas ela diz que “ela criou aqui um grupo muito bom de amigas e amigos, tem uma grande interligação com o professor”.

As duas mães da Dança Hip-hop são da opinião que a Dança ajuda as filhas a desinibirem-se, e uma delas diz mesmo que a filha “quando dança parece que está a manifestar qualquer coisa dentro dela cá para fora”. A outra mãe por sua vez diz que a filha desde que começou a praticar Dança que está muito “mais envolta, muito mais aberta, muito mais comunicativa”.

3.2.3. Benefícios a nível físico e bem-estar

As duas mães de Dança Clássica referem que as filhas, desde que frequentam as aulas, melhoraram a sua postura física. Utilizando as palavras de uma das mães ela afirma que a filha “tem uma postura completamente diferente de muitas meninas [...] da idade dela”. A outra mãe fala que a filha melhorou a forma de andar e a sua flexibilidade.

Quanto ao constrangimento que possa haver por causa das mudanças no corpo na fase da adolescência, as mães de Dança Clássica têm opiniões opostas. Uma delas acha que a sua filha tem algum constrangimento com o seu corpo, tendo até preferido mudar de pediatra porque “quer uma mulher e não um homem”. A outra mãe acha normal as meninas olharem umas para as outras e compararem-se, embora não ache que a sua filha tenha algum tipo de constrangimento com o seu corpo pois a turma é até semelhante no que toca à estrutura física das alunas.

Em relação ao bem-estar uma das mães de Dança Clássica afirma que a Dança é uma ótima forma de espairecer, “é uma forma de ela aliviar todo o stress de um dia, um

dia de escola” a fazer algo que gosta, porque ela não vai contrariada para as aulas de Dança, antes pelo contrário.

Já no caso da mãe da turma de Dança Hip-hop, ela diz que quando a filha anda mais stressada, em altura de testes, ela aproveita para fazer uns intervalos entre estudos, dançando para “aliviar um bocadinho e depois vai outra vez estudar”. Diz que a ajuda muito.

Em relação ao constrangimento com o corpo as duas mães de Hip-hop também têm opiniões opostas. Uma mãe diz que a filha não tem constrangimento e a outra afirma que tem, e que essa foi uma das razões para ter insistido para que “ela viesse para a Dança” porque ela achava que não tinha jeito, e tinha vergonha.

V – Conclusões

A Dança é uma forma de arte em que facilmente se percebem os benefícios que podem advir da sua prática a nível motor, a nível de afetos e consequente expressão e interação com outros (Macara, 2004, 2006). Depois de analisados todos os dados recolhidos para este estudo, e em concordância com a revisão de literatura feita, posso retirar que os dois estilos de Dança são bastante completos, no que diz respeito à possibilidade de desenvolvimentos de vários tipos, nomeadamente desenvolvimento físico, psicossocial, cognitivo entre outros e o fundamental de retirar destas análises é que as pessoas envolvidas, sejam os professores, as mães ou as próprias alunas, têm a consciência de que isso realmente acontece, o que é uma satisfação muito grande para mim, enquanto investigadora deste estudo, perceber que é possível enriquecermos a vida de alguém dando-lhes a possibilidade de refletirem sobre algo que se calhar, nunca haviam pensado.

O facto de as alunas da turma de Dança Clássica praticarem Dança há mais anos, os efeitos da influência da Dança, neste caso, da técnica de Dança Clássica, são mais notórios do que na turma de Dança Hip-hop.

As alunas de Dança Clássica acabam por ter uma maior perceção das influências que a prática da Dança lhes traz, e isso traduz-se nas respostas que dão nos questionários, pois têm uma perceção mais definida do que é a Dança, embora as alunas de Dança Hip-hop consigam descrever a Dança de formas muito mais amplas e não tão óbvias como dizerem que a Dança é “Liberdade”, é “Alegria”, e as faz “Expressar sentimentos”.

Outro aspeto a salientar é que a Dança Clássica, nomeadamente esta turma, poderá ter uma aula mais rica em termos de trabalho desenvolvido, pois verifica-se uma maior diversidade de trabalhos, numa mesma aula. Acredito haver um maior grau de ludicidade nas aulas de Dança Hip-hop, mesmo elas já não sendo crianças e o que se verificou no vídeo da aula é que elas realmente estão satisfeitas na aula.

Contudo não se pode afirmar que a turma de Dança Clássica seja melhor que a de Dança Hip-hop, porque a nível das perceções das alunas, talvez pelo facto de pertencerem todas à mesma faixa etária, os resultados são homogéneos, as perceções delas assemelham-se entre si e complementam-se de certa forma.

Um ponto fundamental, e que se percebe nas análises dos questionários, complementado com as versões das entrevistas dos professores e mães, é a influência

que a Dança tem a nível do desempenho escolar nestas duas turmas, sendo que as alunas têm essa noção e depois as mães também verificam isso nas suas filhas. As alunas aprendem a ser mais responsáveis, “quer globalmente pelas regras que lhe são impostas na Dança” quer também pela personalidade de quem ensina.

Neste estudo não foi possível conhecer as motivações internas e externas que as jovens intervenientes sentem e que as motiva a praticar estas duas modalidades, porque os motivos que as alunas referiram nos seus questionários são maioritariamente de motivação intrínseca.

Neste estudo também surgiram dificuldades nomeadamente o facto de ser uma amostra tão pequena, o material a ser analisado era escasso, e como tal haviam determinados temas que com uma amostra maior, ter-se-ia com certeza obtido respostas muito mais diversificadas e isso teria contribuído para um trabalho mais desenvolvido em certos pontos, mas como o objetivo não é generalizar resultados, os produtos são os esperados.

Em relação aos professores e mães, as ideias são diferentes em alguns aspetos, mas isso verifica-se sobretudo porque eles não estão todos em pé de igualdade quanto à descrição de determinados assuntos. Ocasionalmente neste estudo, não desenvolveram tanto determinados assuntos, o que dificultou a minha análise em relação às perceções deles.

É claro que para a realidade deste estudo as conclusões que se podem retirar nunca poderão ser muito amplas, pois o objeto de estudo também não o era e como tal os resultados ficaram particularmente concisos, mas bastante satisfatórios.

Interessante verificar que nos resultados constatei que a perceção da Dança é bastante abrangente, não se ficando apenas pelos aspetos mais palpáveis, mais concretos.

A professora de Dança Clássica referiu na sua entrevista que se as alunas se sentem bem, isso vai provocar uma “série de bem-estar, de perceção do próprio corpo, de auto conceito, de autoestima”. E não serão esses os objetivos das aulas de Dança?

Como em qualquer estudo, este também apresenta limitações. Uma das primeiras limitações que surgiram foi o facto de as turmas selecionadas só serem constituídas por elementos do sexo feminino, pois na faixa etária escolhida, ainda não há muita adesão de elementos do sexo masculino a praticar Dança, a nível amador, em

centros ou escolas de Dança, como refere a revisão de literatura. Os rapazes dessas faixas etárias ainda praticam maioritariamente nas ruas, nas chamadas Danças de Rua, onde o estilo Hip-hop se insere.

Como já antes afirmei, em faixas etárias mais novas já se começam a ver as mentalidades a mudar, fruto também da divulgação que começa a ser feita relativamente a estas atividades artísticas, os benefícios que trazem a prática de Dança, e como tal já se começa a ver elementos do sexo masculino, dentro dessa faixa etária, a praticar Dança em escolas.

Uma outra limitação do estudo é que ele não pode ser generalizável, pois pretende-se compreender a realidade destas amostras e não comprovar factos reproduzíveis, ou seja, esta realidade corresponde a estes grupos apenas, e não a todos os grupos de Dança do país com as mesmas características.

O facto de este estudo ser apenas relacionado com a Dança Clássica e com a Dança Hip-hop, significa que não se estudou outros estilos de Dança, e como tal, os resultados só fazem sentido para estes dois estilos de Dança.

Uma outra limitação do estudo é o estudo ser feito em apenas dois estúdios de Dança que podem não ser representativos de todos os locais e professores que ensinam as técnicas, pois a pedagogia pode ser diferente, os objetivos também, etc., tudo isso tem influência para que os resultados sejam diferentes.

Outra coisa que limita o estudo era o facto de ser uma amostra pequena, e como já foi dito esta amostra pode não representar a realidade de outras turmas.

Depois o facto de só termos entrevistado um professor de cada um dos géneros de Dança, também é uma limitação, assim como só ter entrevistado dois encarregados de educação de cada um dos géneros, pois mais uma vez pode não representar a realidade dos professores e pais, que se encontrem em situações semelhantes.

O facto de este estudo pegar em apenas dois estilos de Dança, significa que existe uma imensidão de outros estilos que poderão originar outros estudos de investigação. Logo alguns exemplos de possíveis futuros estudos são:

- Estudar outros géneros de Dança;
- Utilizar amostras maiores, com os estilos utilizados neste estudo ou outros;
- Estudar as influências da Dança em escolas com nível vocacional;
- Estudar as influências da Dança, tendo elementos do sexo masculino na amostra.

VI – Referências Bibliográficas

Abrunhosa, M.A. e Leitão, M. (2002). *Psicologia 12º Ano – Volume 2*. Porto: Areal Editores

Anderson, G. & Arsenault, N. (1999). *Fundamentals of Educational Research*. London: Falmer Press Teachers Library

Andrade, M. e Santiago, D.V.F. [s.d.]. Sobre o ensino da dança: Algumas considerações sobre a pedagogia do movimento. *Ritos da metamorfose corporal: entre a dança, a dramaturgia do corpo e a psicofísica do actor*. Centro de Artes – UDESC

Batalha, A.P. & Macara, A. (2007). A Dança como forma de literacia artístico-expressiva. Actas da Conferência Nacional de Educação Artística. Ministério da Educação / Ministério da Cultura. In <http://www.educacao-artistica.gov.pt/interven%C3%A7%C3%B5es/Ana%20Paula%20Batalha%20e%20Ana%20Macara.pdf>

Biomatemática e Bioestatística II SPSS. Departamento de Produção e Sistemas – Escola Superior de Tecnologia da Saúde. Porto

Bogdan, R. & Biklen, S.K. (1994). *Investigação Qualitativa em Educação: Uma introdução à teoria e aos métodos*. Porto: Porto Editora

Carmo, H., & Ferreira, M.M. (2008). *Metodologia de investigação: guia para auto-aprendizagem*. Lisboa: Universidade Aberta

Chang, J. (2007). It's a Hip-hop World. *Foreign Policy*, 163, pp. 58–65

Correia, V. (2008). *A dança na educação física – contributo para a educação para a saúde na vertente da Educação Sexual. Estudo realizado no 3º ciclo do ensino básico*. Dissertação de Licenciatura em Desporto e Educação Física, área de Recreação e Tempos Livres. Faculdade de Desporto – Universidade do Porto, Porto. 266 pp.

Costa, S. (2008). *O papel da dança na sub(cultura) hip hop*. Dissertação de Licenciatura em Desporto e Educação Física, área de Recreação e Lazer. Faculdade de Desporto – Universidade do Porto, Porto. 154 pp.

Coutinho, C. (2007, 11 de Março). O que é Análise de Conteúdo? [wiki]. Retirado de <http://claracoutinho.wikispaces.com/O+que+%C3%A9+An%C3%A1lise+de+Conte%C3%BAdo%3F>

Falsarella, A.P. e Amorim, D.B. (2008). *A Importância da Dança no Desenvolvimento Psicomotor de Crianças e Adolescentes* in Revista da Faculdade de Educação Física da UNICAMP, Campinas, v. 6, ed. especial, p. 306-317

Fernandes, D. (2001). Notas sobre os paradigmas da investigação em educação. *Noesis* (18), 64-66

Fortin, M-F, Côte, J., & Vissandjée, B. (2009). A investigação científica. In M-F Fortin.

O processo de investigação: da concepção à realização (5 ed., pp. 16-24).

Loures: Lusociência

Graue, M.E. e Walsh, D.J. (1998/2003). *Investigação etnográfica com crianças:*

teorias, métodos e ética. Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian

Green, J., & Thorogood, N. (2005). *Qualitative methods for health research*. London:

Sage Publications

Heckhausen, Jutta & Heckhausen, Heinz (2008). *Motivation and action*. Cambridge

University Press

Hilton, W. (1987). The Noble Style of Dance in the age of Louis XIV. General

Background of court and theater, in *Dance of court and theater: The French*

Noble style 1690 – 1725. London: Dance Books

Macara, A. (2004). *Movimento e criatividade: O ensino da Dança na Escola* in Revista

Portuguesa de Ciências do Desporto, 4 (2) 365

Macara, A. (2006). *A dança na vida da criança: Representações e papel educativo* in

Ensinarte: Revista de Artes em contexto educativo, 7/8, 51-57

Macara, A. (2009). Do verbal ao corporal: Práticas de ensino da dança. In E.B.T. Rodrigues e L.C. Faria (eds) *O ensino de Dança: Desafios e possibilidades contemporâneas* (pp. 39-44). Goiana: Secretaria da Educação do Governo Estado de Goiás.

Macara, A. & Batalha, A. P. (2007). Proposta metodológica para o ensino da Dança. In B. Pereira, G. Carvalho & V. Pereira, Eds, *Comunicações do 3º Seminário Internacional Educação física, Lazer e saúde: Novas Realidades, Novas práticas* (p. 9). Braga: UM, Instituto de Estudos da Criança. (Edição em DVD).

Minden, E.G. (2005). *The Ballet Companion*. New York: Fireside

Motivação. (2012, junho 19). *Wikipédia, a enciclopédia livre*. Retirado em <http://pt.wikipedia.org/w/index.php?title=Motiva%C3%A7%C3%A3o&oldid=30745158>.

Noverre, J.G. (1951). *Letters on dancing and ballets*. London: C.W. Beaumont

Patton, M.Q. (2002). *Qualitative Research & Evaluation Methods* (3rd ed.). California: Sage Publications

Ribeiro, J.L.P. (2008). *Metodologia de investigação em psicologia e saúde* (2ª ed.). Porto: Legis Editora

Rocha, C.C.M. (2009). *A motivação de adolescentes do ensino fundamental para a prática de educação física escolar*. Dissertação de Mestrado em Psicologia do Desporto. Faculdade de Motricidade Humana – Universidade Técnica de Lisboa, Cruz Quebrada. 105 pp.

Royal Academy of Dance [RAD]. (2012). *RAD Level 3 Certificate in Graded Examination in Dance: Grade 6 (Ballet)*. Acedido em 1 de Junho de 2012 em: http://www.rad.org.uk/files/ART370_20120111%20Level%203%20Grades%20Specification.pdf

Rudolph, U. (2003). *Motivationspsychologie*. Weinheim: Beltz.

Sousa, A.B. (2003a). *Educação pela Arte e Artes na Educação. 1º Volume: Bases Psicopedagógicas*. Lisboa: Instituto Piaget

Sousa, A.B. (2003b). *Educação pela Arte e Artes na Educação. 2º Volume: Drama e Dança*. Lisboa: Instituto Piaget

Caro(a) Encarregado(a) de Educação,

Estou a desenvolver um projeto de investigação com vista à conclusão de mestrado em Arte e Educação da Universidade Aberta, com o objetivo de perceber as influências que a prática da Dança, nomeadamente a Dança Clássica e a Dança Hip-hop, têm na vida de adolescentes praticantes de Dança. Pretende-se perceber a realidade dos alunos, nomeadamente através da sua auto percepção em relação à influência que a Dança tem ou poderá ter nas suas vidas.

As atividades previstas pela investigadora são:

- Observações das aulas (com registo em vídeo das mesmas)
- Questionários aplicados a todas as alunas
- Entrevistas aos respetivos professores e dois encarregados de educação de cada turma (com registo em sistema áudio).

Toda a informação será processada e utilizada apenas para este estudo e os resultados serão divulgados mantendo o anonimato dos participantes.

Autorizo/Não autorizo (riscar o que não interessa) a minha educanda
..... a participar neste estudo,
com as condições previstas.

Estaria disponível para participar também no estudo através de uma pequena entrevista?

Sim ou **Não** (riscar o que não interessa)

Se tiver algum tipo de dúvida que queira colocar poderá contactar-me através do e-mail:
martafsilva_381@hotmail.com.

Obrigada pela atenção disponibilizada.

Cumprimentos,

Marta Silva

QUESTIONÁRIO

Este questionário destina-se a um estudo que está a ser desenvolvido no âmbito do Mestrado em Arte e Educação da Universidade Aberta, relativo à experiência de praticantes de Dança Clássica e Dança Hip-hop.

Solicito a sua colaboração, sabendo que as respostas serão anónimas, confidenciais e tratadas em termos estatísticos. Lembro que não existem respostas certas nem erradas, pede-se apenas a sua sinceridade.

Idade:

Escolaridade: Ano

Área:

1. Há quantos anos praticas Dança?

2. Há quantos anos praticas Dança nesta turma/com este(a) professor(a)?
.....

3. Como ocupas a maior parte dos teus tempos livres?.....
.....

4. Costumas ouvir música? Quase nunca De vez em quando
 Algumas horas por dia Em concertos de vez em quando
 Em concertos, vários por ano

5. Que género de música gostas? Ordena, utilizando uma escala numérica, os géneros de que mais gostas, sendo 1 o que gostas mais: Rock Pop Jazz Hip-hop
 Clássica Eletrónica Brasileira Outro – Qual?

6. Indica os teus músicos/bandas preferidos:

.....

7. Costumas ler? Quase nunca De vez em quando Algumas horas por dia Só os livros da escola Só em férias

8. Que género de literatura lês? Selecciona o(s) género(s) que gostas mais: Ficção Romance Aventura B. D. Poesia Policial Outro – Qual?

9. Indica os teus autores preferidos:

.....

10. Costumas ver filmes? Quase nunca De vez em quando Algumas horas por dia Só quando vou ao cinema

11. Que género de filmes vês? Selecciona o(s) género(s) que gostas mais: Romance Comédia Drama Terror Aventura Fantasia Ficção Científica Musical Outro – Qual?

12. Qual a principal razão por que frequentas estas aulas de Dança?

.....

13. O que é a Dança para ti?

.....

14. Quando pensas em Dança, qual é a primeira imagem que te vem à cabeça?

.....

15. Para que serve a Dança? Selecciona o(s) item(ns) com que concordas: Desinibir Fazer amigos Fazer exercício Tornar-se disciplinada Outro – Qual?

16. Como começaste a dançar? Por iniciativa própria Por vontade dos pais
 Por influência de amigos Outro – Qual?

17. Porque praticas Dança? Selecciona o(s) motivo(s) que te levam a essa prática:
 Porque gosto de dançar Porque faz bem à saúde Porque sou obrigada
 Porque posso estar com os meus amigos Porque posso exhibir-me
 Outro – Qual?

18. Já praticaste outro(s) estilo(s) de Dança? Sim Não
Se respondeste SIM, indica qual(ais):

19. Praticas outro(s) estilo(s) de Dança atualmente? Sim Não
Se respondeste SIM, indica qual(ais):

20. Gostarias de praticar outro(s) estilo(s) de Dança? Sim Não

Se respondeste SIM, selecciona qual(ais): Dança Contemporânea Dança Jazz
 Hip-hop Sevilhanas Danças de Salão Dança Clássica
 Dança Moderna Dança Indiana Outro – Qual?

21. Achas que a prática da Dança veio modificar a tua vida? Sim Não
Se respondeste SIM, indica o que mudou:

22. Achas que a prática da Dança veio melhorar o teu desempenho escolar? Sim
 Não

23. Costumas sentir-te inibida? Sim Não
Se respondeste SIM, achas que a Dança pode ajudar-te a perder essa inibição? Sim
 Não

24. Tens boa autoestima? Sim Não
Se respondeste NÃO, achas que a Dança pode ajudar-te a ganhar autoestima? Sim
 Não

25. Costumas assistir a espetáculos de Dança ao vivo? Sim Não

Se respondeste SIM, dá um exemplo de espetáculo que tenhas assistido:

.....

26. Indica nomes de coreógrafos que conheças:

.....

27. Indica nomes de bailarinos que conheças:

.....

28. Para além de Dança, costumavas apreciar outros tipos de Arte? Sim Não

Seleciona os eventos a que costumavas assistir: Peça de Teatro Concerto de

Música Exposição de Artes Plásticas Desfile de Moda Outro –

Qual?

29. Indica nomes de artistas ou personalidades da vida pública que mais te impressionam e porquê:

.....

Obrigada!

Teste de Normalidade para a Idade

grupos	Kolmogorov-Smirnov		
	Statistic	df	Sig.
Dança Clássica	,281	8	,062
Dança Hip-hop	,258	7	,174

T-test para as Idades das Alunas

Independent Samples Test

	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means							
	F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference		
								Lower	Upper	
Idades	Equal variances assumed	,250	,626	,034	13	,974	,01786	,53192	-1,13129	1,16701
	Equal variances not assumed			,034	12,918	,973	,01786	,52357	-1,11398	1,14970

Teste de Normalidade relativo à Escolaridade das alunas

grupos	Kolmogorov-Smirnov		
	Statistic	df	Sig.
Dança Clássica	,375	8	,051
Dança Hip-hop	,267	7	,140

T-test para a Escolaridade

Independent Samples Test

	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means							
	F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference		
								Lower	Upper	
escolaridade	Equal variances assumed	,554	,470	-,278	13	,786	-,14286	,51470	-1,25479	,96908
	Equal variances not assumed			-,275	12,021	,788	-,14286	,52001	-1,27563	,98992

Teste de Normalidade relativo aos anos de prática de Dança

grupos	Kolmogorov-Smirnov		
	Statistic	df	Sig.
Dança Clássica	,153	8	,200
Dança Hip-hop	,202	7	,200

T-test para anos de prática de Dança

Independent Samples Test

	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
	F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
								Lower	Upper
Equal variances assumed	3,181	,098	3,070	13	,009	3,73214	1,21573	1,10572	6,35857
Anos prática Equal variances not assumed			2,977	9,907	,014	3,73214	1,25369	,93517	6,52912

Teste de Normalidade relativo aos anos de prática na respetiva turma

grupos	Kolmogorov-Smirnov		
	Statistic	df	Sig.
Dança Clássica	,283	8	,058
Dança Hip-hop	,253	7	,197

T-test para anos de prática de Dança na respetiva turma

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Anos turma	Equal variances assumed	,627	,443	4,053	13	,001	5,03571	1,24252	2,35141	7,72002
	Equal variances not assumed			4,247	10,085	,002	5,03571	1,18576	2,39669	7,67474

Guião para Entrevista – Professores

Quais são os seus principais objetivos para estas aulas?

De que forma achas que a Dança influencia a vida das alunas? Dá exemplos de mudanças

De que forma achas que as alunas encaram as aulas? Achas que elas vêm para conviver com as amigas, como forma de diversão ou vêm pela aprendizagem do estilo? Ou ambos?

Que tipo de trabalho as alunas gostam mais? Baseias-te no gosto das alunas no tipo de trabalho que desenvolves?

Como achas que é a relação aluna-aluna? Notaste alguma diferença ao fim de algum tempo?

Achas que as alunas andam motivadas? O que fazes para manter ou aumentar essa motivação?

Por se tratarem de adolescentes, achas que as alunas têm algum tipo de constrangimento com o seu corpo?

Acreditas que a Dança pode influenciar o desempenho escolar das alunas? Em que aspeto?

Em termos de desenvolvimento físico, como trabalhas e o que pretendes alcançar? Sentes sucesso? Que dificuldades sentes?

Em termos de comportamentos, que tipo de trabalho fazes com as alunas e o que pretendes alcançar? Sentes sucesso? Que dificuldades surgem?

Em termos de desenvolvimento global, que tipo de trabalho fazes com as alunas para atingir esse fim? Sentes que consegues? Que dificuldades surgem?

O que sentes que te dá mais prazer durante as aulas?

O que é que te incomoda mais durante as aulas?

O que é que te incomoda mais como resultado das aulas?

Guião para Entrevista – Encarregados de Educação

De que forma acha que a Dança influencia a vida da sua filha? Dê exemplos de mudanças

De que forma acha que a sua filha encara as aulas? Acha que ela vem para conviver com as amigas, como forma de diversão ou vem pela aprendizagem do estilo? Ou ambos?

Por se tratarem de adolescentes, acha que a sua filha tem algum tipo de constrangimento com o seu corpo?

Acredita que a Dança pode influenciar o desempenho escolar da sua filha? Em que aspeto?

Transcrição da Entrevista à professora de Dança Clássica

Pegando um pouquinho no trabalho desenvolvido nesta aula mesmo, que tipo de objetivos é que tens para esta turma?

Em termos de objetivos para esta turma, o que pretendo fazer, é o programa de Grau 6, e que elas atinjam o exame de Grau 6. O que fizemos inicialmente foi alguns exercícios de barra, exercícios de aquecimento e de alongamento, de força, de equilíbrio e depois também fizemos ligeiramente alguns exercícios no centro, só mesmo para aquecer, para elas depois trabalharem um bocadinho mais a nível de *Grand Allegro*, e finalizarem com o trabalho de criatividade que foi o encadeamento feito por elas. Mas a nível de objetivo final e que será o projeto do próximo ano letivo, é exatamente prepará-las para o exame de Grau 6, que é um programa bastante extenso, e com muito vocabulário, mas esse é o objetivo final do próximo ano letivo.

Normalmente quando dás as aulas, que tipo de trabalho é que achas que elas gostam mais? Se é uma parte mais técnica, se é uma parte de trabalhar mais criatividade...

É assim, depende, depende. Depende de qual a técnica, quais os exercícios. Há exercícios que elas não se importam, normalmente em termos gerais as alunas, mesmo este grupo, podemos generalizar, as alunas não gostam muito da parte técnica, sobretudo quando são mais jovens, mais novinhas porque acham que é, pronto, não é estimulante, acham que não estão a dançar portanto não estão em grande movimento. Mas especificamente neste grupo, como já têm alguma maturidade nesse sentido, e percebem realmente que é necessário estarem atentas. Há exercícios que elas até gostam de trabalhar a parte técnica. Em termos gerais, quer o grupo quer todas as alunas gostam mais de movimento, de criatividade, de improvisos, pronto, no fundo o trabalho criativo, de vários géneros, mas trabalho mais criativo. A técnica, e sobretudo a parte clássica é bastante exigente e como tal, é preciso parar, é preciso explicar, é preciso repetir, enfim toda essa situação para elas também depois automatizarem os movimentos, conhecerem o vocabulário, etc., e isso às vezes provoca um bocadinho de se calhar algum aborrecimento da parte delas, porque elas querem é realmente dançar

mas, têm que perceber que para dançarem têm que trabalhar a parte técnica também, como é evidente.

E isso vai-me levar também a uma questão, se achas que elas têm vindo motivadas para a aula e quando essa motivação não é tão visível, de que forma é que tu as incentivas?

Este ano particularmente este grupo, estamos a falar deste grupo particularmente, acho que elas se sentiram extremamente motivadas porque com elas tive conjuntamente outro grupo de alunas mais velhas, e que acho que o elas visualizarem o trabalho mais avançado e tentarem acompanhar essas colegas, ao mesmo tempo que iam evoluindo tecnicamente, para elas foi um desafio muito grande, que foi sentido logo desde o início, e sem dúvida foi extremamente estimulante e elas realmente desenvolveram muito bem tecnicamente. O grupo evoluiu imenso este ano, mas também porque eu pensei nessa estratégia, ou seja, as mais velhas não vão estar prejudicadas, portanto vão desenvolver o trabalho delas, portanto com os respetivos objetivos e ao mesmo tempo as mais novas, que já estavam com um nível que eu achava que poderiam acompanhar a aula e que aliás aconteceu, como é evidente com alguns planos em que se tentava equilibrar, enquanto que as mais velhas faziam umas sequências do próprio programa estas mais novas portanto eu arranjava outros exercícios, mas no fundo sempre levando-as para aquele objetivo final. E isso foi uma grande motivação, e sem dúvida realmente, conseqüentemente aliás, foi um desenvolvimento muito grande que o grupo teve. Quando isso pode não acontecer, o que será provavelmente o que poderá acontecer para o ano, porque entretanto o grupo das mais velhas tenho algumas que vão finalizar exames mas já não as poderei integrar. Normalmente eu trabalho as alunas sempre em termos de motivação relativamente aos objetivos que têm que atingir. Ou porque há um espetáculo, ou porque há um exame, tento sempre motivá-las no sentido de fazerem sempre o seu melhor, conseguirem ser exigentes com elas próprias, a dançarem, porque se elas estão aqui é porque gostam de dançar, tentarem trabalhar o mais arduamente possível e serem assíduas, para que realmente consigam depois dançar com muita qualidade. Claro tentando visualizar sempre as bailarinas profissionais porque no fundo isso dá-lhe um incentivo muito grande, elas imaginarem-se como bailarinas profissionais, com toda aquela beleza, fluidez técnica, etc. O próprio profissionalismo em si. Portanto, tento motivá-las de várias maneiras, depende um bocadinho, outras

vezes faço trabalhos mais criativos também, com um bocadinho mais de desafio, vou variando um bocadinho, outras vezes vamos repetindo e em função do objetivo. Pronto, é nesse sentido.

Por exemplo, elas quando vêm para a aula, qual é que achas que é a ideia que elas têm da aula? É o convívio ou achas que elas já com esta idade, sendo adolescentes, já encaram isto como um trabalho de uma técnica de um estilo?

Eu acho que há um misto aí das duas coisas. Apesar de terem já a maturidade no sentido de compreenderem que vêm para já para este tipo de aula, é efetivamente para trabalhar, não deixam de ter alguns comportamentos que são significativos da fase etária, portanto da própria adolescência, pronto que ainda é nítido, no entanto, têm de facto já essa compreensão e vêm para trabalhar. Acho que sim, isso sem dúvida também.

E por exemplo, notas que principalmente com estas mudanças grandes que há na adolescência, notas que elas têm algum tipo de constrangimento com o corpo, com as mudanças que vão aparecendo no corpo delas?

Eu acho, é assim, pela minha experiência com as minhas alunas, pode acontecer. Particularmente neste grupo não tenho isso, e em termos gerais também isso não acontece. Pode acontecer às vezes uma ou outra aluna, mas isso são casos, são exceções. Eu considero comigo são exceções. Porque desde muito cedo, penso que coloco as alunas muito à-vontade com o corpo. Eu própria tenho muito à-vontade com o corpo, aliás nas atividades físicas, em dança nós temos, nós trabalhamos, nós mostrarmos o corpo, nós tocámos, nós mexemos no nosso próprio corpo, mexo nas alunas, elas habituam-se a esse toque também, à própria professora mostrar com naturalidade e com à-vontade portanto essa descontração, que é inerente à própria arte em si e portanto também lhes transmito muito à-vontade e portanto chegam a esta altura, mesmo com as mudanças, com as respetivas mudanças, a não ser naquela fase de transição em que elas começam a ter os períodos menstruais, então aí é que se nota alguma dificuldade, mas eu coloco logo também à-vontade e digo “pelo contrário devem é praticar porque lhes faz bem, podem vir um bocadinho mais protegidas, mas que não fiquem inibidas”, portanto também tenho conversas particulares com elas muitas vezes nesse sentido

tenho, pronto, acho que é preciso ter esse cuidado, porque se elas estão constrangidas, também há coisas que não vou falar à frente do grupo. Portanto se noto que há alguma com uma personalidade um bocadinho ou desenvolver tenho ali um traço ou outro mais inibido, mais reservado, então aí eu tento falar mais particularmente, e pôr mais à vontade e depois é rapidamente elas desinibem, portanto não têm problemas mesmo com o corpo.

Como é que achas que é a relação delas entre elas? Aluna-aluna.

Entre o grupo em si, é isso? Este grupo particular, em termos gerais, dão-se todas muito bem. São unidas. Há uma ou outra mais reservada e portanto não sei até que ponto está bem integrada no grupo. Há duas alunas que não são tão assíduas, mas aquelas que são mais assíduas, e portanto convivem naturalmente com essa assiduidade, eu penso que elas estão muito bem integradas, que se dão muito bem. E também é algo que é transversal aos outros grupos. O próprio trabalho de equipa que se desenvolve quando estamos a trabalhar para um espetáculo, apesar de se notarem muitas vezes, sobretudo quando já são mais velhas, personalidades diferentes como é evidente, mesmo assim nota-se esse apoio. Claro que eu estou a falar dentro da aula, e estou a falar aquando do meu contacto com elas, mesmo fora da aula entre elas depois de saírem daqui, ou mesmo às vezes nos bastidores quer seja a nível de balneários ou assim, poderão haver alguns pequenos conflitos, mas isso é como em qualquer outra situação social. De resto acho que o grupo está bem integrado e se dão muito bem. Que gostam bastante umas das outras, tanto que às vezes há alguma na própria aula uma situação ou outra em que, pronto, há chamadas de atenção porque de facto elas distraem-se, querem conversar um bocadinho e pronto, e isso já é demonstrativo de que elas se dão bem. Porque se não ficavam caladas, reservadas, e portanto isso nota-se perfeitamente.

De que forma é que achas que a Dança influencia mesmo a vida delas?

Eu acho que influencia sempre, a vários níveis. Primeiro porque lhes permite vários tipos de desenvolvimento não só a nível, claro que se vamos falar na parte só artística e se elas têm realmente talento para a dança, é óbvio que isso lhes dá um prazer imenso e lhes vai promover uma série de bem-estar, de perceção do próprio corpo, de auto conceito, de autoestima, elas sentem-se bem, têm muito prazer em vir para a atividade.

Claro que também lhes vai naturalmente a outros níveis, como elas estão em fase de desenvolvimento e eu as acompanho normalmente desde pequenas, é óbvio que também as vai ajudar no desenvolvimento intelectual, no desenvolvimento a nível de personalidade que muitas vezes precisamente que pelo próprio convívio que vão tendo umas com as outras, muitas vezes porque vão ultrapassando, umas têm ritmos diferentes e portanto esse tipo de comparação umas com as outras, que às vezes não é fácil para elas, para as próprias alunas, porque umas ficam tristes, porque outras avançam mais rapidamente e isso acontece, mas também as ajuda a lidar com futuros problemas e outras situações lá fora, portanto acaba por ser uma situação transversal. E depois há toda uma série de desenvolvimentos, a nível de corpo, a nível da psicomotricidade, a nível cognitivo naturalmente, competências sociais que elas vão adquirindo, pronto, essa capacidade de lidar com o outro com formas diferentes de ser e isso é muito importante. Portanto, eu acho que a atividade, a dança enquanto atividade promove muitos desenvolvimentos. A nível da educação, de disciplina, de rigor e exigência, sem dúvida e isso é mais que presente, e elas sentem isso e de facto é um testemunho de até os próprios encarregados de educação que sentem isso nas filhas, nas educandas. Quanto a elas, apesar de muitas vezes não gostarem dessa exigência, acabam depois com o tempo, à medida que vão compreendendo o porquê disso existir, que de facto é essencial para que possam dançar e essa mesma disciplina. Acho que elas se sentem bem com isso, se mudassem para um ambiente diferente, ou se elas mudarem para um ambiente diferente, em que já não tenham a regra, a exigência, a disciplina, acho que elas se vão ressentir, no sentido que já isto tudo não parece tão bom, portanto até por aí isso é importante, em termos de educação, portanto será, então lá está, mais uma situação transversal para a vida delas, noutros contextos. Portanto eu acho em termos de dança, acho que a dança é tão completa a vários níveis, a nível da técnica, a nível do corpo, do exercício físico, da parte artística, da parte da própria música em si, em termos psicológicos também, aquilo que pode relaxar e fazer bem, e sobretudo elas sentem-se bem com elas, o elas sentem-se valorizadas e quando não se sentem, quando pode acontecer alguma frustração, porque também acontece como é evidente, aprenderem a lidar com isso, e que somos todos diferentes e que se aquilo é um ponto mais fraco da própria aluna, ela tem que aprender a lidar com ele, a lutar para o fortificar ou para o fortalecer, e a partir daí também é outra forma de lidar com ela própria, portanto há muitas situações que se vivem a nível da dança e por isso é que eu acho que é uma atividade e uma arte, porque eu não a concebo só como arte, eu

concebo-a também como atividade, precisamente por promover muitos outros tipos de desenvolvimentos e portanto acho que é muito bom, quando alguém está e quer continuar, é sinal de que está a gostar, é sinal que está a fazer bem, é sinal que se está a desenvolver e que, pronto, realmente reconhece que para além do prazer que sente a dançar e da sua própria evolução como é evidente, que vão evoluindo, é sinal disso.

E acabamos já por referir a influência que a dança pode ter também na parte curricular, a nível curricular de escola, a nível de concentrações...

Sim, isso é transversal. Eu acho que qualquer, estamos a falar de dança claro, é sem dúvida e se for dada com, lá está, porque nisto temos de ter a componente pedagógica, a educação está lá integrada, e portanto acho que isso é muito exigente, então em dança clássica é extremamente exigente, aliás como tu sabes. Tem realmente muito rigor, muita exigência, muita disciplina porque se não de facto para se ter muito treino, muita intensidade, muito esforço, muito desafio e isso de facto depois é algo que as acompanha lá para fora, elas próprias vão sentindo que cada vez vão internalizando essa exigência nelas próprias, vão querer atingir os desafios, que depois também acabam por se transportar para outras situações lá fora, no quotidiano, na própria vida escolar e académica, vão-se tornando exigentes e com brio, desenvolvem esse brio de quererem realmente atingir os objetivos e com um rigor, elas próprias impõem depois o rigor para atingir os objetivos delas. Pelo menos eu tenho sentido isso, ao longo do tempo, com as várias alunas que tenho acompanhado.

Em termos de desenvolvimento físico como é que trabalhas e o que pretende alcançar?

Em termos de desenvolvimento físico, o que se pretende naturalmente é trabalhar as alunas, o corpo no sentido da técnica, do desenvolvimento da técnica mas não só, também ter mais elasticidade, e neste caso a técnica é sobretudo, estou a falar da clássica, em que requer a abertura da rotação externa da anca, a postura, a coordenação da postura, a parte muscular, toda essa educação física, no sentido de orientar para a técnica do clássico. Portanto o que eu pretendo realmente obter é exatamente esse produto, esse resultado, de todo esse trabalho físico, onde também naturalmente trabalho bastante a elasticidade, de acordo com o ritmo de cada aluna, também para

obter ainda melhores resultados em termos de aberturas, de acordo com aquilo que a técnica exige.

Portanto sentes sucesso e quais são as maiores dificuldades que neste tipo de trabalho sentes mais?

As dificuldades são várias, ao nível físico, ao nível da técnica, sobretudo quando as alunas não têm os alinhamentos, ou seja, por exemplo têm um tornozelo, um pé, há diferenças de alongamentos a nível muscular e de tendões por exemplo, na parte interna do tornozelo, às vezes estão muito distendidas nessa parte que liga depois ao pé e portanto enrolam, como nós costumamos dizer, enrolam os pés, e temos que alinhar o pé e isso é difícil sobretudo quando é mais criança perceber aquilo que estamos a pedir. É óbvio que ela não entende que por exemplo na parte dos peroniais, dos músculos peroniais, por exemplo tem aquilo muito encolhido e a outra parte oposta muito alongada, portanto temos que trabalhar esse equilíbrio a nível muscular alongando um e vice-versa depois, precisamente para poder ter esse alinhamento, também temos o tipo de pernas, que muitas vezes fazem aquela curva atrás, que é aquela hiperextensão dos músculos da coxa atrás, que também é outro problema precisamente por causa das transferências de peso, da colocação do corpo, da própria postura em si, o peso é sempre puxar para trás, há sempre mais dificuldade sobretudo quando começamos a avançar em termos técnicos, sobretudo a nível de tudo o que tenha a ver com o encontrar o eixo, nomeadamente por exemplo para as *pirouettes* ou depois nas pontas. Esse tipo, e não só de exercícios de equilíbrio, de adágios no centro, esse tipo de pernas é bastante difícil e requer que a aluna também seja mais evoluída em termos cognitivos para compreender o que eu lhe estou a pedir e ela própria se vá corrigindo, porque não basta eu corrigir, a aluna tem que colaborar comigo. Quando são mais pequenas é um bocadinho mais complicado. Isso são as minhas maiores, não é dificuldades, é aquilo que eu acho mais complicado de trabalhar e nem sempre se obtém muito sucesso porque a aluna ou não compreende ou pronto, também não se esforça a 100%, portanto vai depender. Pronto, depois há outras dificuldades a nível de comportamentos, mas isso são coisas diferentes. Isso já tem a ver com a disciplina, com a concentração, outro tipo de trabalho que se faz paralelamente e em simultâneo como é óbvio.

Eu iria tocar precisamente nesse termo, em termos de comportamento que tipo de trabalho faz com as alunas e o que é que pretende alcançar?

Eu com as alunas, em termos de comportamento, claro que vai depender dos níveis etários. Se são pequeninas, primeiro há que orientar que estamos numa aula, perceberem que estamos numa aula, que têm que estar caladas para me ouvir, depois progressivamente vou colocando-as em determinadas filas ou comboios, ou seja, todo o trabalho nestas primeiras fases etárias entre os quatro, cinco, seis, sete e até ainda oito anos, porque claro que isto vai evoluindo para cada vez um bocadinho mais sério o vocabulário técnico, mas a primeira abordagem é sempre trabalhar os exercícios, portanto a parte técnica, revestida da componente lúdica, isso é fundamental, portanto aquilo que eu faço é por exemplo, nos níveis mais infantis é exatamente trabalhar todos os exercícios com uma história. Naturalmente com uma encenação, com expressões, com mímicas, para que elas se divirtam, enquanto fazem o exercício, não sabendo aquilo que eu pretendo atingir e lentamente vamos diminuindo essa componente lúdica. Claro que o prazer de dançar tem de ser sempre e requer também a minha postura em relação às alunas de boa disposição, que às vezes naturalmente devido ao comportamento delas nem sempre se consegue a 100% porque interferem comigo, mas é óbvio que a minha posição tem que ser essa de estar bem-disposta, de estimular a motivação para dançar, para sorrir, para interpretar, e portanto todo esse trabalho. A nível de concentração, é aquilo que eu às vezes com determinado tipo de alunas ou crianças, e não só, mesmo quando já são adolescentes, pronto, isso já é temperamento delas e distrair-se com alguma facilidade, colocam-me mais problemas naturalmente em termos de disciplina e mesmo para elas próprias, não evoluem tão rapidamente e às vezes são miúdas com muitas capacidades e até muito frequentemente acontece aparecerem essas alunas que são miúdas muito inteligentes e ao mesmo tempo me vão ouvindo mas estão distraídas e depois acabam por não apanhar metade do exercício, etc. Isso é o que me dá mais ainda trabalho e fico com muita pena, sobretudo elas têm imensas capacidades e isso é mais complicado ainda de trabalhar. É a parte que eu acho mais complicada é quando as miúdas se desconcentram e há um trabalho a dobrar, uma constante chamada de atenção, de estimulação, enfim, não posso realmente dar qualquer tipo de punição, tenho de facto é estimular e isso obriga-me a dar muitas voltas, a criar de uma maneira, na outra aula já digo de outra, enfim, depende.

Portanto para se chegar a um desenvolvimento global, que basicamente é o objetivo, que tipo de trabalho é que se desenvolve para atingir esse fim?

O tipo de trabalho que se desenvolve, que se vai produzindo é a vários níveis. Portanto há todo um trabalho sobretudo naturalmente quando entramos para a parte artística, a técnica, a parte de *performance*, a parte de ritmo da própria musicalidade também, interpretação, encenação e tudo isso vai acabar por desenvolver a aluna também em termos intelectuais, em termos cognitivos, em termos de memória, trabalha-se imenso a memória, porque têm que memorizar sequências e cada vez vai sendo mais complicado, portanto elas também vão sendo treinadas e acaba por ser um benefício muito grande para a parte toda cognitiva mesmo da própria percepção do espaço, a percepção espacial é muito importante, a orientação, a orientação no espaço e tudo isso vai acabar por ser transversal a outras áreas da vida delas, nomeadamente na escola, na vida social. Depois também há o desenvolvimento dessas competências sociais. Nós desenvolvemos muito o trabalho individual mas também o trabalho em grupo. Individual é mais quando elas por exemplo trabalham para um exame, embora estejam todas num grupo, numa sala, mas há um trabalho que é individual, estão a trabalhar com o próprio corpo e porque elas vão ser examinadas individualmente. O trabalho de equipa, de grupo, onde se desenvolvem ainda mais as competências, e a partilha, competências sociais em termos gerais, é sobretudo quando trabalhamos para espetáculos ou para apresentações, em que há toda uma cumplicidade que se vai gerando, há toda uma partilha, há toda uma motivação comum que é fundamental e que ajuda a desenvolver imenso essas competências. E portanto, eu acho que tudo isto, para além depois da parte física, depois há a componente física naturalmente, que é muito desenvolvida portanto, há todo este conjunto de desenvolvimentos que depois naturalmente englobamos e daí que é um benefício para todas as outras situações, e para a vida mesmo que depois não continuem, acaba sempre por ficar interiorizado qualquer coisa, é sempre importante.

Agora relacionado com as aulas, o que é que te dá mais prazer a ti nas aulas?

O que eu realmente gosto mesmo, muito, muito de ensinar, é a técnica. Eu gosto muito de ensinar a parte técnica. Dá-me muito prazer trabalhar uma criança desde pequena, que vou acompanhando no tempo, quando continuam comigo e ir vendo portanto essa modelação física. É óbvio que tem as outras componentes inseridas também mas, ver

essa parte toda física, essa parte corporal muito bem trabalhada, as linhas de dança ali bem conseguidas, pronto, a perfeição técnica. Isso dá-me imenso, imenso prazer. Dá-me imenso prazer naturalmente a relação com as alunas isso desde sempre, essa é a parte da componente afetiva, que há um bocado esqueci-me de falar, essa parte afetiva, emocional que se vive imenso neste tipo de atividade e que também faz parte do desenvolvimento global, elas também aprendem, isso foi uma coisa que eu não disse há um bocado também, aprendem a regular-se, em termos emocionais, a lidar com diferentes maneiras de ser de umas das outras e isso também é muito importante, e eu própria lido com muitas formas de ser, apesar de estarmos numa aula, apercebo-me de maneiras de ser diferentes e dá-me imenso prazer, de acordo com a maneira de ser de cada uma, conseguir lidar com cada uma e obter esse *feedback* da parte delas, porque eu sinto naturalmente a resposta ao longo do tempo, uma resposta mais afetiva, uma resposta mais reconhecida, a ligação que se vai estabelecendo entre nós e isso são duas coisas que são em simultâneo, não sei qual das duas me dá mais prazer. De facto gosto muito. Claro que gosto muito de trabalhar os espetáculos mas gosto muito de trabalhar coreografia, sobretudo o entusiasmo que se sente nas alunas e acabam elas por me estimular ainda mais a mim, acho que aqui há uma dualidade. Mas há uma estimulação realmente e motivação muito fortes de parte a parte e portanto isto é mesmo contingencial e de facto é um prazer bastante grande, há realmente uma adrenalina muito grande e é um prazer muito grande para todas.

E agora o contrário, o que é que incomoda mais?

O que me incomoda mais é isso mesmo. Eu não me incomoda nada a nível de aulas, o que me incomoda mesmo, mesmo quando elas são mais faladoras, pronto e às vezes esquecem-se que estão numa aula e uma pessoa continuamente vai educando nessa disciplina e nessa concentração que é fundamental, claro que isso incomoda, e às vezes pronto, há situações às vezes um bocadinho mais extremas. Mas isso não é o que me incomoda mais. O que me incomoda mais é de facto o tipo de alunas que constantemente se distraem e o eu não conseguir captar a atenção, conseguir moldar um bocadinho essa parte. Há alunas que são mesmo muito difíceis, mas normalmente mesmo quando elas aparecem, com o tempo vão conseguindo disciplinar-se e concentrar-se mais. Mas há uma ou outra que às vezes é mesmo muito difícil e isso é que me incomoda realmente porque acabam por não ter o benefício daquilo que estão a

aprender e sobretudo quando são alunas que têm um potencial fantástico, e isso então fico mesmo muito triste mesmo, fico mesmo triste, porque tenho imensa pena naturalmente.

E em relação a resultados de aula o que é que incomoda mais? Como resultado de aula. Desenvolver uma aula, chegar ao fim e chegar à conclusão que...

Por exemplo o que me incomoda seriamente é eu ter programado uma aula e não conseguir fazer o trabalho todo. Isso fico mesmo furiosa, sobretudo, lá está, quando há as tais distrações, quando há uma conversa ou outra que me interrompem a aula. Claro que com as pequeninas isso é muito frequente e aí naturalmente tenho eu que ser muito flexível. Há medida que vão avançando, sou um bocadinho mais intransigente e fico às vezes, aborreço-me mesmo com as alunas e fico naturalmente muito frustrada porque tenho matéria para avançar, temos trabalho para desenvolver, para apresentar ao nível de exames, ao nível de espetáculo para apresentar aos pais, que querem ver os resultados e muitas vezes não se desenvolve o suficiente devido a esses atrasos quase às vezes consecutivos, ou porque chegam atrasadas, isso incomoda-me imenso e portanto acabam por atrasar imenso a aula e portanto não conseguir dar a matéria toda. Isso de facto é qualquer coisa de muito frustrante.

Transcrição da Entrevista ao professor de Dança Hip-hop

Quais são os principais objetivos para estas aulas?

O principal objetivo é a atividade física. Depois tem outros objetivos associados a isso que é diversão, elas se divertirem, conviverem umas com as outras, coordenação, tem a ver também com a parte física. Basicamente é isso, os principais objetivos.

De que forma é que achas que a dança influencia a vida das alunas?

A relação que elas estabelecem entre elas, também entre aluno-professor, aluno às vezes com os pais também. Há sempre alguma influência por parte destas aulas na relação que as alunas estabelecem com os pais, com a família.

De que forma é que achas que elas encaram as aulas? Achas que elas vêm apenas para conviver, como forma de diversão? Vêm pela aprendizagem do estilo? Ou ambos?

Sem dúvida, ambos.

Que tipo de trabalho as alunas gostam mais? Se é algo mais técnico, ou virado mais para o criativo?

Mais criativo. Eu por vezes faço aulas mais técnicas. Acho que a maioria não vai muito pela técnica, vai sim pela criatividade, lá está, por aquele conceito de divertir, não muito técnico, porque acaba por ser um pouco aborrecido para elas, não descurando dessa parte técnica que faço, mas também, tenho mais em atenção a criatividade.

E portanto baseias-te no gosto delas para desenvolver o trabalho da aula?

Não só, mas com base no gosto delas.

Como achas que é a relação aluna-aluna?

Sem dúvida que estas aulas é de grande ajuda para a relação entre elas. No início elas estão, como em qualquer turma, naquela faixa etária, elas estão assim, quando não se conhecem principalmente, estão um bocadinho à parte, depois vão se chegando, e depois a relação acabam por se tornarem amigas fora disto, ficam amigas, vão ao cinema, vão sair, vão passear com os pais uns dos outros. É boa a relação.

E portanto notaste alguma diferença ao fim de algum tempo, lá está, essa evolução...

Sim, sim, essa evolução, exatamente.

Achas que elas andam motivadas?

Sim. Acho que sim.

E o que fazes para manter ou aumentar essa motivação?

Espetáculos. Principalmente espetáculos. Elas querem é dançar, mostrar aquilo que aprenderam.

Por se tratarem de adolescentes, achas que elas têm algum tipo de constrangimento com o corpo delas?

Nessa turma em questão, já não se passa tanto isso, embora haja duas ou três, que sim, e essas duas ou três vieram de uma outra turma, mudaram este ano para essa turma, portanto ainda há assim algum constrangimento.

Acreditas que a dança pode influenciar o desempenho escolar delas?

Acredito. Acredito que sim porque muitas delas ou os pais falam “se não estudares, se não tirares xis notas, tiro-te das aulas de hip-hop”, então elas, por esse motivo aplicam-se nas duas coisas.

Em termos de desenvolvimento físico, como é que trabalhas e o que é que pretendes alcançar?

No desenvolvimento físico, sem dúvida a coordenação, na dança, ritmo também, há sempre um trabalho cardiovascular, sendo a dança... Força, nem por isso, porque é quase tudo em cima, raramente elas trabalham num nível em baixo, no chão. Portanto é basicamente coordenação e vê-se uma evolução cardio respiratória.

Sentes algum tipo de dificuldade no desenvolvimento desse trabalho?

Não, não sinto. Acho que as aulas correm bem.

E em termos de comportamentos, que tipo de trabalho é que fazes com as alunas?

Para comportamentos, por vezes faço um trabalho em grupos, crio dois grupos, e esses grupos têm a responsabilidade de criar uma coreografia e entre eles têm que conseguir funcionar como grupo. E normalmente é por aí que eu trabalho e vou, e tenho sempre uma intervenção com os grupos, falo com eles “não achavas melhor assim, porque é que fizeste assim, e porque não assim”. Acho que é por aí.

E aí, também sentes algum tipo de dificuldade, nesse tipo de trabalho?

Dificuldade, não. Desenvolve-se bem. Esta turma por acaso, sim.

Um dos objetivos da dança é atingir o desenvolvimento global do indivíduo. Que tipo de trabalho desenvolves para atingir esse fim?

Já referimos várias vezes, desde este último ponto que falamos para trabalhar em grupo, o saber trabalhar em grupo, o saber estar, o saber relacionar-se com os colegas. A ocupação do espaço. Ritmo também, ter vários ritmos, ou seja ter várias músicas com vários ritmos, para elas se adaptarem, a trabalhar no ritmo. Isso também está associado com a aptidão cardio respiratória, quanto mais rápido a ver se elas conseguem acompanhar ou não. Depois na altura dos espetáculos, também se cria um bocadinho de

responsabilidade nelas, para estarem prontas para essa altura, marco horários... Passa um bocadinho por aí.

O que é que te dá mais prazer durante as aulas?

O que me dá mais prazer, sem dúvida é a alegria delas enquanto estão a dançar e “consegui professor”. Nota-se nelas, às vezes elas não dizem, mas na cara delas, é como se o dissessem.

E o contrário, o que é que te incomoda mais durante as aulas?

O que me incomoda, a distração, basicamente isso, quando há distração, quando elas distraem a colega do lado, e eu estou a passar alguma informação, é mais por aí.

E agora como resultado das aulas, por exemplo, terminas uma aula, tens algo planeado para aquela aula e isso não acontece. Como é que reages?

É fácil, na próxima aula, retomamos até alcançar o objetivo que eu tinha para a aula passada.

Transcrição da Entrevista do Encarregado de Educação de Dança Clássica 1

De que forma é que acha que a dança influencia a vida das alunas, neste caso na vida da sua filha em particular?

Em todos os sentidos. Nela a nível de postura por exemplo desde, ela já queria vir com quatro anos mas só veio muito mais tarde, tem uma postura completamente diferente de muitas meninas que eu vejo da idade dela, depois também, a nível do bem-estar dela, do próprio bem-estar, porque a dança é, para já ela só pratica, ela não pratica mais nada, é só mesmo o *ballet*, e é uma forma de ela aliviar todo o stress de um dia, um dia de escola, em que tem aulas o dia todo, é uma forma de ela, pronto, espairecer, e também é uma coisa que ela gosta não é, não vem contrariada para aqui para o *ballet*. Que mais é que eu poderei dizer? A nível de futuro, por exemplo, é uma forma de ela poder pensar numa saída a nível profissional, uma opção de vida. Há vários fatores, e a nível de organização de cabecinha também, porque tem de se organizar, tem de ver, tem de ter tempo para estudar, tem de ter tempo para organizar a vida dela, várias coisas.

De que forma é que acha que ela encara as aulas, acha que ela vem para conviver com as amigas, como forma de diversão, ou vem pela aprendizagem do estilo ou tudo isso?

Acho que tudo. Vem por tudo. Ela passou uma fase em que queria desistir do *ballet*, não queria continuar, porque o *ballet* tornou-se, há uma altura, aí entre os oito, nove anos de idade, em que é muito repetitivo, é sempre a mesma coisa e não há ali uma evolução, talvez até mais tarde, porque as pontas começaram aos onze, pronto nove, dez, e depois eu achava, ela tem tanto jeito para o *ballet*, que disparate desistir, isto é um disparate, e depois falei com a professora e a professora conseguiu ali explicar-lhe, que era mais um anito e ela começava com as pontas, é outro tipo... Depois também surgiu aqui a moderna, a dança moderna, e também pronto, são outras coisas, diferentes, e ela sempre gostou de *ballet*, porque sempre foi uma coisa que ela sempre pediu, e a partir dessa altura, ela pronto naquela de vamos fazer pontas e lá foi e nunca desistiu. Por um lado era muito triste para mim porque eu achava que ela tinha imenso jeito e também achava que ia ser triste para ela, porque ela depois ia querer voltar, não é do início, mas tinha de começar de um outro ponto, e ela vem conviver com as amigas, ela

tem as amigas aqui que são umas, há aqui, havia uma mas já não há, que era lá da escola, tem as amigas do *ballet* e tem as amigas da escola que são diferentes, têm vivências diferentes, dá para trocar experiências, dá para contar coisas umas às outras que não tem nada a ver com as amigas da escola.

E por se tratar de adolescentes, acha que ela tem algum tipo de constrangimento com o corpo?

Lá está, a tendência é para olhar para o lado, e ver “Ah aquela menina é mais desenvolvida do que eu, porque a outra tem mais maminhas, porque a outra tem isto, porque a outra é mais gordinha, porque a outra é mais magrinha”, mas este grupo delas, são todas mais gordinhas se reparar, há para aí duas que são magrinhas, o resto é..., pronto dá para elas se observarem, que há um crescimento, que apesar de umas serem mais para o gordinhas do que outras, mas são todas mais ou menos uniformes. Eu não acho que elas tenham, ela tenha constrangimento, nela não acho, até porque no *ballet* no geral, são todas magras, com raras exceções, a tendência é ser mais magra e ser mais para o baixinho do que para o alto, mas aqui até é um grupo assim mais uniforme.

E acredita que a dança pode influenciar o desempenho escolar delas?

Claro que sim. A nível de concentração, pois. Foi o que eu já lhe disse. Há uma maior concentração por causa da carga horária que elas têm, e este ano por exemplo, eu inicialmente eu cheguei a um ponto, “eu estou farta do *ballet*”, porque eu achava que o facto de elas terem aulas três vezes por semana, condiciona o estudo, elas têm de organizar o estudo delas de maneira a terem tempo para sair das aulas, e ela tem aulas todos os dias até às quatro e meia, o horário é sempre o mesmo, e depois tem de se organizar até à hora de vir para o *ballet*, porque nós em casa é assim, não há estudos depois das dez da noite, então ou organiza-se para trás ou então nada feito, e isso faz com que eles tenham, primeiro um poder organizativo diferente e também têm de concentrar nas coisas e na própria aula, estar com atenção, que é para poder aproveitar ao máximo e tirarem o máximo de partido. É o que eu acho. Eu acho que, qualquer tipo de desporto, não só a dança, é sempre muito bom para os miúdos, muito bom, seja qualquer tipo de desporto porque, não só faz com que eles espareçam como faz com que eles se organizem.

Transcrição da Entrevista do Encarregado de Educação da Dança Clássica 2

De que forma é que acha que a dança influencia a vida da sua filha?

Inicialmente eu acho que a dança influenciou a minha filha na capacidade de concentração, no conseguir estar mais atenta, mais concentrada e também em termos físicos, na sua postura, na forma como anda, em termos de mais flexibilidade, etc. Também acho que aprendeu a ser um bocadinho mais responsável, quer globalmente pelas regras que lhe são impostas na dança, no *ballet*, também pela personalidade da professora que também tem muitas regras, portanto ela aprendeu também a ser mais disciplinada, portanto quer em termos de postura emocional, por assim dizer, quer postura física, acho que melhorou em todos os aspetos.

De que forma é que acha que a sua filha encara as aulas, acha que ela vem para conviver com as amigas, como forma de diversão, vem pela aprendizagem do estilo ou um bocadinho de tudo isso?

Neste momento acho que ela vem pelas duas coisas. Já passou por diversas fases, diria, ela passou por fases em que estava verdadeiramente apaixonada pela dança. Houve alturas em que ela esteve aqui quase a desistir. A professora previu isso, e vinha muito mais pelas amigas. Neste momento acho que é outra vez as duas coisas. Ela voltou a estar apaixonada pela dança, mas gosta também muito das amigas. Portanto, diria que há um bom ambiente e ela consegue conciliar as duas coisas, portanto perfeito.

Por se tratarem de adolescentes, acha que elas têm algum tipo de constrangimento com o seu corpo?

Acho que sim, acho que sim. Começa neste momento a altura em que elas têm a perceção da mudança e mesmo com o pediatra aconteceu isso, ela já não quer ir ao mesmo pediatra, ele avisou que isso ia acontecer, e portanto alguém já, quer uma mulher e não um homem. É óbvio que sim, que há esse constrangimento que começa a aparecer nesta altura, é verdade. Acho que sim.

Acredita que a dança pode influenciar o desempenho escolar delas?

Acabei por responder um bocadinho na primeira pergunta, acho que sim. Acho que a capacidade de concentração melhorou muito, a minha filha é uma menina que anda muito na lua, com os pés lá em cima e com a cabeça e com tudo, e às vezes é preciso puxá-la cá para baixo e acho que a dança e a capacidade que ela tem que ter de descer e de estar atenta, ajudou muito na capacidade de concentração das aulas. É óbvio que são truques e são técnicas que ela aprende e que se quiser utilizar, pode utilizar na escola, se não quiser não utiliza na mesma, mas dá-lhe essa competência e essa capacidade e portanto acho que influenciou.

Transcrição da Entrevista do Encarregado de Educação de Hip-hop 1

De que forma é que acha que a dança influencia a vida da sua filha?

Muita, ela adora a dança e a dança para ela transmite, desinibe-se, como ela é assim um bocadinho retraída e então a dança, ela quando dança parece que está a manifestar qualquer coisa dentro dela cá para fora. Mas desde pequenita. A irmã mais velha fez muito desporto, andebol e nunca conseguiu levá-la para o andebol, foi sempre desde os cinco anos quando começou a apresentar aqui as danças, foi sempre a dança. Então o hip-hop é a preferida dela.

De que forma é que acha que a sua filha encara as aulas? Acha que ela vem para conviver, ou só para aprender o estilo?

Não, não, ela encara as aulas de dança como seja uma disciplina qualquer. Ela é muito exigente. Tudo o que ela entra é mesmo com exigência não faz por fazer. Ela faz mesmo com um grau de exigência, ela exige mesmo dela.

Por se tratar de uma adolescente, acha que ela tem algum tipo de constrangimento ainda com o seu corpo?

Na parte dela não, há uma por outra que são fases difíceis que tenho um bocadinho, na parte dela começa a ter um bocado de cuidado, o pediatra também não a deixa muito, está sempre a controlar o peso mas, são idades difíceis e principalmente nela é boa boca, gosta mesmo de comer. Tem que haver assim um bocadinho mais de controlo. A alimentação juntamente com dança, com desporto, tem que haver uma atividade, para poder controlar as duas coisas. Mas não, na parte dela ainda não, ando sempre atenta, porque são fases difíceis, mas da parte dela não.

E em relação ao desempenho escolar, acha que a dança pode influenciar?

Ah, sim, ajuda muito, que eu às vezes noto que vem stressada, é os testes, é isto e aquilo, e mesmo em casa, quando é assim uma semana de muitos testes, faz um

intervalozinho e lá apanho ela, a aliviar um bocadinho e depois vai outra vez estudar.
Ajuda-a muito, liberta-a mesmo.

Transcrição da Entrevista de Encarregado de Educação de Hip-hop 2

De que forma é que acha que a dança influencia a vida da sua filha? Dê um exemplo de uma possível mudança.

Influencia de uma forma positiva, tanto a nível físico como intelectual. Muito mais abertura, muito mais desenvolvimento. Ela gosta muito de dançar. Ao princípio não gostava muito, porque não sabia, eu disse-lhe “experimenta que vai ser uma coisa boa”, e ela foi experimentando, incentivando. Temos de ser nós pais a facilitar este tipo de coisas, para eles enriquecerem a sua vida.

De que forma é que acha que a sua filha encara as aulas? Acha que ela vem para conviver com as amigas, como forma de diversão, pela aprendizagem do estilo? Ou tudo isso?

É um bocadinho de tudo. Eu acho que ela criou aqui um grupo muito bom de amigas e amigos, tem uma grande interligação com o professor. A parte de diversão sim, a parte de aprendizagem também. Muito mais envolta, muito mais aberta, muito mais comunicativa. É isso.

Por se tratar de adolescentes, acha que elas têm algum tipo de constrangimento com o seu corpo?

Têm. Têm. Uma das razões porque eu insisti que ela viesse para a dança foi precisamente essa, porque ela achava que não tinha jeito, que não sabia fazer os movimentos, tinha vergonha. Acho que é uma forma de eles se desinibirem, totalmente, física e intelectualmente.

Acredita que a dança pode influenciar o desempenho escolar das alunas?

Sem dúvida. Eu costumo defender o seguinte: não é só estudar, não é só trabalhar, não é só fazer a mesma coisa. Uma pessoa tem que ter um leque diversificado, as coisas têm que, espairecer, digamos assim. Eu gosto muito da minha horinha de ginástica, seja lá ela qual for, nem que seja a andar, mas é minha, e acho que os miúdos também têm que

ter, têm que ter os seus tempos livres, têm que ter tempo para estudar, tempo para se divertirem e o tempo para estarem sem fazer nada. É o que eu defendo e tento que os meus filhos assim o tenham. A minha filha, proporcionei-lhe estas aulas de dança, e insisto para que ela vá, porque só lhe faz bem. Mesmo que ela não queira vir, eu insisto “vai, que te vais sentir melhor”, e é um facto.