



**UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARÁ
INSTITUTO DE CIÊNCIAS DA ARTE
FACULDADE DE DANÇA
CURSO DE LICENCIATURA EM DANÇA**

FELIPE TOMASSO SILVA DE OLIVEIRA

**SALA DE ESPELHOS: DO REFLEXO VISUAL À CONSTRUÇÃO
SOMATOSSENSÓRIA DO MOVIMENTO NO PROCESSO DE APRENDIZAGEM
EM DANÇA.**

**BELÉM-PA
2026**



**UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARÁ
INSTITUTO DE CIÊNCIAS DA ARTE
FACULDADE DE DANÇA
CURSO DE LICENCIATURA EM DANÇA**

FELIPE TOMASSO SILVA DE OLIVEIRA

**SALA DE ESPELHOS: DO REFLEXO VISUAL À CONSTRUÇÃO
SOMATOSSENSÓRIA DO MOVIMENTO NO PROCESSO DE APRENDIZAGEM
EM DANÇA.**

Artigo de Conclusão de Curso apresentado à Faculdade de Dança da Universidade Federal do Pará, como requisito parcial para obtenção do título de Licenciada em Dança.

Orientadora: Prof. Dra. Lane Viana Krejcová

Coorientadora: Prof. Gabriela Fernandes Castro.

**BELÉM-PA
2026**

**Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP) de acordo com ISBD
Biblioteca Universitária da ETDUFPA-Belém-PA**

O48s Oliveira, Felipe Tomasso Silva de
 Sala de espelhos: do reflexo visual à construção somatossensorial
 do movimento no processo de aprendizagem em dança / Felipe
 Tomasso Silva de Oliveira. 2026.
 21 f.

 Orientadora: Prof^ª. Dra. Lane Viana Krejcová
 Coorientadora: Prof^ª. Gabriela Fernandes Castro.

 Trabalho de Curso - Artigo (Graduação) – Universidade Federal do
 Pará, Instituto de Ciências da Arte, Faculdade de Dança, Curso de
 Licenciatura em Dança, Belém, 2026.

 1. Dança – Estudo e ensino. 2. Integração sensorial. 3. Percepção
 corporal. I. Título.

CDD - 23. ed. 793.307

Elaborado por Rosemarie de Almeida Costa – CRB-2/726



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARÁ
INSTITUTO DE CIÊNCIAS DA ARTE
FACULDADE DE DANÇA

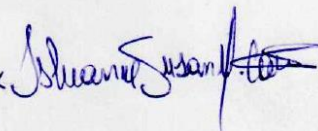
ATA DE DEFESA DE TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO

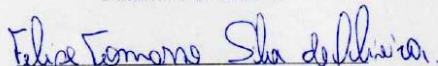
Aos dois trinta do mês de janeiro do ano de dois mil e vinte e seis, às quinze horas, no Auditório Pavel Kejci – Clínica Vivem na Tv. Casto Branco, 1097, reuniu-se a Banca Examinadora constituída pelas docentes: Profa. Dra. Lane Viana Krejcová (Orientadora e Presidente da Sessão), Profa. Esp. Gabriela Fernandes Castro (Co-Orientadora - Membro Externo), Profa. Dra. Benedita Afonso Martins (Bene Martins - Membro Interno) e Profa. Esp. Isluanne Susan Monteiro Carneiro (Membro Externo), para proceder à avaliação do Trabalho de Conclusão de Curso intitulado **"SALA DE ESPELHOS: DO REFLEXO VISUAL À CONSTRUÇÃO SOMATOSSENSÓRIA DO MOVIMENTO NO PROCESSO DE APRENDIZAGEM EM DANÇA"**, de autoria do aluno: Felipe Tomasso Silva de Oliveira, matrícula: 202206040012, da turma: 2022, do Curso de Licenciatura em Dança. Iniciado os trabalhos, a Presidente da Sessão apresentou as normas de Defesa do Trabalho de Conclusão de Curso e em seguida convidou o aluno para fazer a apresentação do trabalho. Após a exposição oral, o discente foi arguido pelos membros da banca, que atribuíram conceito EXCELENTE ao seu Trabalho de Conclusão de Curso, tendo sido assim APROVADO (aprovado/reprovado), conforme normas regulamentares. Nada mais havendo a tratar, eu, presidente(a) da banca, lavrei a presente ata que segue assinada por mim, pelos demais membros da banca examinadora do trabalho avaliado e pela aluna.



Presidente da Banca

x  _____
Membro da Banca

x 



Aluno (a)

“ A dança é pensamento em movimento “
— Rudolf Laban

AGRADECIMENTOS

Agradeço, ao universo , às forças maiores e às energias que me sustentaram durante todo o processo de vivência Acadêmica . Agradeço a minha mãezinha do céu , e aos meus guias que me protegem , me orientam e fortalecem diariamente.

À minha Mãe e à minha irmã , por todo apoio, cuidado e dedicação. Vocês fizeram e fazem de tudo para que eu tivesse uma educação de qualidade e sempre acreditaram na minha minha carreira artística e profissional. Eu não sei o que eu seria sem vocês. Obrigado por toda educação , incentivo e acolhimento. Ademais, minha família que se faz presente e que respeita a profissão que escolhi: meus primos , tios e tias maternos e paternos e meus padrinhos. Obrigado Família Tomasso Silva e Oliveira.

Agradeço aos meus mestres da dança , que seguem sendo meus formadores e hoje caminham comigo também como parceiros e amigos de trabalho . Gratidão ao Hian Denys , meu primeiro professor de danças urbanas , a Glaydson Mesquita por dar continuidade nesses estudos , A Rullien Polizeli , Aline Moreira por serem meus pais da dança de salão , a Kaio César , Flávia Magalhães, Carlana Rodrigues e Krystian Montes por também serem meus mestres na dança de salão.

Agradeço também aos meus mestres de artes e outras linguagens na educação básica , Mauricio , Laise , Marília e Ricardo , pois foi com vocês que compreendi o verdadeiro sentido de ser professor. Agradeço aos meus amigos acadêmicos e fora do meio que sempre estiveram comigo , apoiando e aconselhando, amo vocês : Anna , Nay , Carol , Bea , Juan , Larissa , Olga e Gabi. Aos meus amigos artistas que caminham comigo diariamente, A Leandro Garcia que além de ser diretor da companhia que faço parte a Cia Khaos , me aconselha artisticamente, me direciona e contribui para a minha vida artística profissional.

Demais, Ariane e a Bárbara, por caminharem comigo nos momentos mais importantes, por estarem presentes quando precisei de apoio, escuta e aconselhamento. A parceria, o cuidado e a generosidade de vocês foram fundamentais para que eu seguisse firme, confiante e inteiro em minha trajetória artística e pessoal. E por último ao Victor Reis , por estar comigo presente em todos os instantes, mesmo quando não preciso , amo vocês demais.

À minha orientadora Prof.^a Dra. Lane Viana Krejcová, por me formar, me guiar e acreditar em mim dentro da academia. Ao projeto Baila Parkinson, por me apresentar uma nova forma de olhar a vida e o outro. À minha coorientadora Gabriela Fernandes Castro, que segue sendo minha inspiração acadêmica, e aos amigos do projeto, em especial Isluane, que também me inspira dentro do ambiente universitário.

Agradeço aos meus alunos, que são como filhos para mim. Vocês me ensinaram a arte de educar. Sempre buscarei ensinar a vocês o melhor da vida. Assim como a arte salvou muitos de vocês, vocês também me salvaram. Vocês são o meu mundo.

Por fim, e não menos importante, agradeço à minha filha, um presente da lua: Luna. Obrigado por ser minha luz, minha razão de viver e minha maior motivação. Dando a você com todas as forças deste universo e fará de tudo para te educar e te guiar com amor.

APRESENTAÇÃO

Este Trabalho de Conclusão de Curso investiga a relação entre a integração de inputs sensoriais e o processo de aprendizagem em dança, articulando fundamentos das neurociências com ênfase aos aspectos da consciência corporal relacionados à integração visuo-somatossensorial. O estudo analisa o papel da sala de espelhos como ferramenta pedagógica, discutindo de que forma ela influencia a percepção, a técnica e a construção do movimento. A partir de uma abordagem qualitativa e bibliográfica, o trabalho busca compreender como o espelho pode favorecer ou limitar a aprendizagem, e quais contribuições oferece para o desenvolvimento perceptivo e motor do bailarino.

SOBRE O AUTOR

A dança está presente na vida desse pequeno sonhador desde início do seu entendimento de mundo, o seu desenvolvimento dentro da arte foi caminhando de acordo com o seu crescimento, porém incentivos familiares não existiam ou alguém para ensinar, existia apenas a vontade de aprender aquela dança pela observação dos DVDs ou pelos cliques que passavam na televisão.

O desejo de estar presente nos palcos e dançar vinha a cada dia crescendo, porém o crescimento carregado com o preconceito imposto pela sociedade fez com que essa pequena fantasia fosse sendo esquecida aos poucos, quase desaparecendo.

No ensino fundamental quase passando para o médio esse sonho soltava leves faíscas de fogo, ou no caso fagulhas semelhantes aos de fogos de artifício, se bem que se pensar desta forma lembra muito o clipe da Katy Perry - firework, onde a cantora ao cantar sua felicidade fogos de artifício saem do seu peito como se fosse a materialização daquele sentimento, porém voltando ao que eu estava relatando, a dança esteve presente nas apresentações de artes onde ele sempre se colocava para participar como nas aberturas de jogos internos ou outros trabalhos, sendo assim a dança nunca o deixou de lado, e como se fosse a sua sombra, ela esteve sempre com ele porém ele não sabia disso.

Anos se passaram e o temido o vestibular o assombrava como um monstro de um pesadelo em seus sonhos, de início colocavam em sua mente que o dinheiro importava mais que o gosto pelo curso porém ele não sabia que o amor ganharia

tudo, foi aí que esse sonhador já adulto conheceu a dança como profissão, logo após passou no curso superior de dança conhecendo o seu lado acadêmico e posteriormente já atuando se tornou professor e dentro desse mundo das salas de aula, observou algo peculiar que seria a forma de aprendizagem dos alunos, e se perguntou como sua aluna conseguia aprender e executar tais movimentações apenas observando como ele fazia, isso o fez ter um insight que quando pequeno ele fazia a mesma coisa olhando para os cliques de música que passavam pela TV, guardando essas informações mais à frente ele ingressa no grupo de pesquisa e extensão Parkinson Pesquisa e Cuidado que é coordenado pela Professora Lane Krejčová e dentro do grupo esse jovem iniciante pesquisador foi apresentado ao campo das neurociências e ao vasto universo de estudos sobre a relação entre corpo, mente e movimento, o que despertou grande encantamento e curiosidade ao longo do tempo. Nesse percurso, foi conhecendo diferentes conceitos e abordagens, como a cognição, percepção e ação, que passaram a dialogar diretamente com sua prática em dança.

A partir dessas reflexões, este professor-artista passa a imaginar a mente como uma grande sala de dança. Ao entrar nesse espaço simbólico, encontrar um grande espelho e, acima dele, a inscrição: “Bem-Vindos à Sala de Espelhos”. Essa imagem representa o encontro entre o corpo que se move, o corpo que percebe e o corpo que aprende.

SOBRE O TRABALHO

Este trabalho caracteriza-se como uma pesquisa exploratória, com caráter intervencionista e abordagem qualitativa, visando aprofundar a discussão e a análise da relação pedagógica estabelecida no ambiente de sala de aula. O foco central do estudo reside na investigação da utilização do espelho como ferramenta de ensino e a sua subsequente relação somatossensorial com o aluno, especialmente sob a ótica das neurociências.

A pesquisa foi fundamentada em duas vertentes principais: iniciou-se a partir das observações detalhadas do próprio autor no contexto de ensino e aprendizagem, as quais foram associadas e complementadas pelos relatos e experiências de professores de dança. Este levantamento prático foi cruzado com uma revisão narrativa da literatura especializada, a partir da coleta de estudos e discussões a

respeito dos temas interconectados: dança, sensação somática, sistema somatossensorial e processos de ensino-aprendizagem.

O objeto do estudo foi delimitado para analisar a percepção e a prática do professor de dança em cenários contrastantes: o uso deliberado do espelho em aula *versus* a ausência desse objeto, explorando como essa inserção/ausência influencia na percepção somatossensorial corporal e na técnica do aluno. Buscou-se, assim, a partir da realidade e dos contextos pedagógicos individuais de cada professor entrevistado, compreender e analisar criticamente as metodologias de ensino da dança. Em função dos seus objetivos e propósitos de investigação de percepções e experiências, o trabalho implicou a utilização de uma metodologia de análise qualitativa para interpretar os dados coletados. O resultado final do trabalho, sob a forma de artigo abaixo descrito, deverá ser submetido para publicação em revista indexada, a saber: Revista Pensar a Prática (UFG).

SALA DE ESPELHOS: DO REFLEXO VISUAL À CONSTRUÇÃO SOMATOSSENSORIAL DO MOVIMENTO NO PROCESSO DE APRENDIZAGEM EM DANÇA.

Felipe Tomasso Silva de Oliveira, Gabriela Fernandes Castro, Lane Viana Krejcová.¹

Grupo Parkinson de Pesquisa e Extensão. Faculdade de Dança, Instituto de Ciências da Arte, Universidade
Federal do Pará, Belém, PA, Brasil.

RESUMO

O presente trabalho investiga o papel do espelho no processo de ensino e da aprendizagem em dança, analisando as suas implicações técnicas e perceptivas na perspectiva do professor de dança. A pesquisa se caracteriza como qualitativa, de natureza exploratória, fundamentada em revisão bibliográfica e na aplicação de questionário on-line com 16 professores de dança atuantes em contextos formais e informais de ensino. Os resultados indicam que o espelho atua como importante facilitador técnico, oferecendo um feedback visual imediato que auxilia no alinhamento corporal e na precisão de movimento, especialmente nas fases iniciais da aprendizagem. Entretanto, o uso excessivo desse recurso pode gerar dependência visual, comprometendo o desenvolvimento da propriocepção, a consciência corporal e a autonomia do aluno. Observou-se ainda que o espelho impacta também os aspectos comportamentais e emocionais, como a autoconsciência corporal, a comparação social e a atenção dividida. A prática da aula sem o uso do espelho mostrou-se eficaz para o fortalecimento da memória corporal, do controle motor interno e da sensibilidade somática. Conclui-se que a alternativa consciente entre aulas com ou sem espelho constitui uma estratégia pedagógica fundamental para promover uma aprendizagem mais integrada, sensível e autônoma na dança.

PALAVRAS CHAVES: Sensibilidade Somática, Integração Sensorial, Aprendizagem, Dança, Percepção Corporal.

ABSTRACT

This work investigates the role of the mirror in the process of teaching and learning in dance, analysing its technical, perceptive implications as a dance teacher. The research is characterized as qualitative, exploratory in nature, based on a bibliographic review and the application of an online questionnaire with 16 dance teachers working in formal and informal teaching contexts. The results indicate that the mirror acts as an important technical facilitator, offering immediate visual feedback that helps in body alignment and movement accuracy, especially in the early stages of learning. However, the excessive use of this resource can generate visual dependence, compromising proprioception, body awareness and student autonomy. It was also observed that the mirror also impacts behavioural and emotional aspects,

such as body self-awareness, social comparison and divided attention. The practice of the class without the use of the mirror proved to be effective for strengthening body memory, internal motor control and somatic sensitivity. It is concluded that the conscious alternation between classes with or without a mirror is a fundamental pedagogical strategy to promote a more integrated, sensitive and autonomous learning in dance.

KEYWORDS: Somatosensory Senses, Sensory Integration, Learning, Dance, Body Awareness.

INTRODUÇÃO

O sistema somatossensorial é o conjunto de estruturas envolvidas no processamento neurológico responsável pela percepção do próprio corpo a partir de sensações internas e externas, e inclui sentidos e funções bastante conhecidos, incluindo: tato, pressão, propriocepção (posição e movimentos das articulações), equilíbrio e consciência corporal. Na dança, o sistema somatossensorial está ligado diretamente à capacidade de sentir o movimento, perceber seu peso, eixo, direção, fluidez e intenção, indo além da execução mecânica do gesto. Sendo assim, é o corpo que sente antes mesmo de ser visto.

A visão é um dos principais canais de feedback sensório-motor, mas ela não atua sozinha. No processo de aprendizagem e controle do movimento o cérebro entrega informações visuais (o que eu vejo no espelho), informações somatossensoriais (o que eu sinto ao me mover) e informações motoras (o movimento que eu faço). O espelho, portanto, funciona como um estímulo visual externo que confirma, corrige ou entra em conflito com as sensações externas do corpo. Por exemplo, quando o aluno se observa dançando e o cérebro faz a comparação “o que eu vejo x o que eu sinto”. Esse processo ativa áreas ligadas à integração sensório-motora, favorecendo ajustes posturais, coordenação e refinamento do movimento.

O espelho na sala de dança ocupa um lugar central nos processos de ensino e aprendizagem, sendo historicamente utilizado como ferramenta de correção, organização espacial e referência estética do movimento. No entanto, sua presença extrapola a função técnica, onde o sujeito constrói a percepção de si, do corpo e do movimento.

A relação como o espelho ativa, prioritariamente, o sistema visual, e conduz o aluno a reconhecer o próprio corpo a partir da imagem refletida. Esse reconhecimento visual dialoga com processos mais profundos de constituição do “eu”, remontando às experiências iniciais de identificação descritas na infância. Essa dinâmica pode ser compreendida à luz do conceito de estágio de espelho, formulado por Jacques Lacan, segundo o qual o sujeito constrói uma primeira imagem de si a partir do

reconhecimento visual do próprio corpo refletido. Nesse processo a imagem especular funciona como matriz da constituição do eu, instaurando uma relação entre identidade, imagem e corporeidade que permanece operante ao longo da vida. Na sala de dança, o espelho reatualiza esse mecanismo, fazendo com o que o aluno reconheça, organize e julgue seu corpo a partir de uma imagem externa, o estágio do espelho como formador da função do eu (Sales, 2005).

Nesse contexto, o uso excessivo do espelho pode contribuir para o que se denomina pobreza somatossensorial, caracterizada pela redução da escuta interna do corpo e pela fragilização das percepções proprioceptivas e cinestésicas. Quando a aprendizagem do movimento passa a ser regulada predominantemente pela visão, o aluno tende a validar sua ação a partir do que vê, e não do que se sente, empobrecendo a construção da consciência corporal. Essa condição pode gerar movimentos tecnicamente corretos do ponto de vista visual, porém desconectados da experiência sensível, do peso, do eixo e da intenção. Na dança, essa pobreza somatossensorial compromete a autonomia do corpo em movimento, reforçando uma dependência da imagem externa e dificultando a internalização do gesto, evidenciando a necessidade de práticas pedagógicas que estabeleçam o equilíbrio entre visão, sensação e ação.

O presente trabalho visa analisar o papel do espelho nos processos de ensino e aprendizagem em dança, a partir da perspectiva de professores da área, investigando suas implicações técnicas, perceptivas e somatossensoriais na construção do movimento, bem como suas potencialidades e limites pedagógicos em diferentes contextos do ensino da dança.

METODOLOGIA

Classificação da Pesquisa

A pesquisa utiliza uma abordagem qualitativa, de natureza aplicada, desenvolvida por meio de procedimentos bibliográficos e levantamento teórico com aplicação de questionário, com caráter descritivo e explicativo. Com base em estudos existentes, analisa como o uso da sala de espelhos, de forma central, influencia a integração visuo-somatosensorial e atua sobre a percepção e a construção do movimento na aprendizagem em dança.

Participantes

Participaram deste estudo 16 professores de dança, atuantes em espaços formais e informais de ensino, aplicando diferentes metodologias em modalidades diferentes de dança, e com experiências profissionais diversas. A seleção destes professores se deu por amostragem por conveniência, não probabilística,

considerando sua atuação direta no ensino da dança e a utilização da sala de espelhos em sua prática pedagógica. Dados dos participantes estão mostrados na Tabela 1.

Tabela 1. Dados dos participantes da pesquisa.

PARTICIPANTE	IDADE	SEXO	TEMPO DANDO AULA
AVSS	24	F	2 anos
BE	27	F	3 anos
PT	26	F	8 anos
FM	29	F	6 anos
VVPA	22	F	6 meses
ASG	24	F	1 ano
BSV	30	M	12 anos
YR	23	M	8 anos.
C	25	F	3 anos
BRC	29	M	7 anos
CMC	23	F	2 anos
VSOB	19	F	2 anos
IJRSJ	33	M	8 Anos
EE	28	M	1 ano e 2 meses
VF	24	F	11 meses
Y	29	F	7 anos

Coleta de Dados

A coleta de dados deste estudo foi realizada por meio de questionário on-line, elaborado especificamente para responder às questões levantadas nos objetivos, e aplicado aos professores participantes. O instrumento foi composto por questões abertas, a fim de permitir descrições detalhadas das percepções, experiências e estratégias pedagógicas relacionadas dos participantes com relação ao uso do espelho nos processos de ensino e aprendizagem em dança.

O questionário abordou aspectos técnicos, perceptivos, comportamentais e pedagógicos, possibilitando a reflexão dos participantes sobre o uso do espelho, bem como sobre a realização de aulas sem esse recurso visual. Sua estrutura parte de três questões norteadoras:

1. Como você percebe que o uso do espelho influencia o aprendizado dos alunos, considerando aspectos técnicos, perceptivos e comportamentais?
2. Quais diferenças você observa no desempenho e na consciência corporal dos alunos quando a aula é realizada sem o uso do espelho?
3. De que maneira você equilibra o trabalho com e sem espelho em sua prática pedagógica, e quais resultados esse equilíbrio produz no processo de aprendizagem?

Análise dos Dados

Os dados obtidos através das respostas aos questionários foram analisados através de uma análise qualitativa de conteúdo com auxílio de prompt de inteligência artificial, buscando identificar categorias temáticas recorrentes relacionadas à influência do uso do espelho na aprendizagem em dança. As respostas foram organizadas, comparadas e interpretadas à luz dos referenciais teóricos sobre percepção corporal, integração visuo-somatosensorial e pedagogias da dança, permitindo compreender as convergências, divergências e os padrões nas experiências relatadas pelos professores.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Análise do discurso dos entrevistados

1- O Espaço do Espelho Como Facilitador Técnico

A análise dos resultados mostrou um consenso entre os professores que foram entrevistados a respeito do uso do espelho como um recurso pedagógico para o desenvolvimento técnico da dança. Os participantes destacaram que o espelho favorece a autoavaliação imediata do movimento, permitindo ao aluno observar a sua execução e realizar as correções durante o próprio movimento. Esse entendimento pode ser identificado nas seguintes falas: *“O espelho facilita no desenvolvimento de aspectos técnicos”* e *“O aluno observa seus movimentos e faz correções”*, que sintetizam a percepção recorrente dos docentes entrevistados.

Na dança, o uso do espelho está historicamente associado à organização técnica do corpo. Para Louppe (2012), a técnica na dança não se resume à reprodução de formas, mas envolve a construção de um corpo disponível, alinhado e

consciente de suas ações no espaço. Nesse sentido, o espelho está atuando como um grande mediador visual que auxilia o bailarino a reconhecer o seu próprio corpo em relação aos padrões técnicos propostos pelo professor, favorecendo ajustes posturais e a precisão dos movimentos.

Desta forma, compreendemos que os exemplos apresentados pelos professores confirmam que o espelho é compreendido como facilitador técnico por permitir essa observação livre, permitindo correções e ajustes de imediato dos movimentos. Essa compreensão encontra respaldo em referenciais clássicos da pedagogia da dança, que reconhecem o espelho como essa ferramenta de auxílio (Santos, 2021).

2- Impacto do Espelho nos Aspectos perceptivos e somatossensoriais

A análise de dados mostra que o espelho, além de atuar como um facilitador técnico, também exerce uma influência sobre os aspectos perceptivos e somatossensoriais do processo de aprendizagem em dança. Os professores relatam que em um primeiro momento, os alunos tendem a desenvolver uma dependência, uma espécie de “vício” no espelho como principal referência para a sua organização do movimento dentro do espaço. Este padrão pode ser identificado nas seguintes falas: *“O espelho auxilia como um norteador dentro do espaço”* e *“Eles sentem dificuldade no início, mas depois desenvolvem mais autonomia”*.

Esses relatos mostram que o objeto espelho funciona como uma espécie de mediador perceptivo, oferecendo ao aluno uma referência externa para a sua orientação espacial, a organização do eixo e o auto entendimento de si no espaço coletivo da sala. No campo da dança, essa função está diretamente relacionada à construção do esquema corporal e da imagem corporal, conceito amplamente discutido por autores como Gil (2004) e Louppe (2012). O espelho está contribuindo para a consolidação de uma imagem corporal visível, auxiliando o aluno a se situar no espaço a partir da observação.

Na área da educação, autores como Wallon (1971) e Merleau-Ponty (1999) contribuem para essa compreensão ao enfatizarem que o corpo é o primeiro mediador da experiência e do conhecimento. A percepção desses movimentos não se constrói apenas pelo olhar, mas pela vivência sensível do corpo em ação. Assim, essa ausência do espelho favorece a reorganização do esquema corporal a partir das sensações internas, induzindo ao desenvolvimento de uma maior autonomia perceptiva e motora.

Os professores relataram também que a retirada do espelho, em momentos iniciais provocou uma sensação de desorganização corporal e espacial. Este relato de uma dificuldade revela o quanto o aluno desenvolve uma dependência com relação a este objeto no controle da realização de seus movimentos. Todavia, esse momento de instabilidade também configura uma etapa importante da aprendizagem deste

aluno, que ao dançar sem o espelho é provocado a utilizar outros meios referenciais como o sistema somatossensorial em especial as funções proprioceptivas, que são responsáveis pela percepção da posição do corpo e do movimento.

Entrando na seara da Educação Somática, Fortin (1998) e Batson (2009) apontam que o aprendizado do movimento pode ser apoiado tanto nas referências externas quanto internas. Neste sentido, O espelho atua como uma “muleta perceptiva”, expressão essa que ajuda a compreender sua ambiguidade: ao mesmo tempo em que orienta, pode gerar uma dependência. Quando o aluno se organiza predominantemente a partir do que vê, há um enfraquecimento da escuta interna e da percepção cinestésica de si mesmo.

Os exemplos apresentados pelos professores indicam que, embora o espelho seja importante orientador perceptivo nos estágios iniciais da aprendizagem, a sua retirada gradual favorece o desenvolvimento da autonomia, da propriocepção e da consciência corporal. O espelho, portanto, não deve ser compreendido apenas como um recurso técnico, mas como um elemento pedagógico que interfere diretamente na construção perceptiva e somatossensorial do aluno, exigindo que seu uso seja feito de forma consciente para o ensino da dança.

3- Comportamento e Aspectos Emocionais

As respostas ao questionário aplicado revelam que, para além de influenciar aspectos técnicos e perceptivos, o espelho interfere diretamente no comportamento e em aspectos emocionais dos alunos durante o seu processo de aprendizagem em dança. Os professores relatam comportamentos recorrentes de alunos que se observam excessivamente no espelho, ao ponto de desviarem sua atenção do exercício proposto, ou que passam a comparar a sua aparência e o seu desempenho com os dos colegas. Observamos essas percepções em falas como: *“Eles se encaram e encaram os outros”* e *“Evolução diferente no entendimento e na execução”*, evidenciando que o espelho afeta não somente o modo como o aluno dança, mas também como se percebe ao se relacionar como outro em sala.

Sob as perspectivas da educação e da psicologia do desenvolvimento, essa relação pode ser analisada a partir do conceito de comparação social, proposto por Festinger (1954). Ao observar seu próprio corpo e o corpo dos colegas no espelho, o aluno tende a estabelecer comparações que influenciam na sua autoestima, sua motivação e sua percepção de competência. Esse processo ajuda a compreender por que os professores relatam *“evoluções diferentes no entendimento e na execução”*, uma vez que cada aluno reage de forma singular à exposição constante de sua imagem refletida.

Segundo Louppe (2012), é importante problematizar a centralidade da imagem na formação do bailarino, apontando que o excesso de referências visuais pode levar a uma hipervigilância estética, na qual o corpo passa a ser constantemente avaliado,

corrigido e comparado. Isso tudo pode estimular processos intensos de autocrítica, especialmente em alunos mais sensíveis à exposição, afetando a sua relação afetiva com a dança, como podemos perceber frequentemente dentro das danças clássicas.

Dessa forma, o espelho se configura como um elemento pedagógico que mobiliza dimensões emocionais e comportamentais complexas. Ele pode favorecer os processos de autocrítica, comparação social e distração, mas também pode estimular o engajamento, a motivação e a consciência corporal.

4- Aula Sem o Espelho : Autonomia e Consistência Interna

Os dados coletados indicam que a retirada do espelho provoca um processo de desorganização perceptiva e espacial. No entanto, à medida que a prática sem espelho se consolida, observa-se um desenvolvimento de uma memória corporal mais consciente e de uma consciência interna mais refinada, se baseando menos na imagem e mais na sensação.

Esse processo pode ser compreendido, no campo da dança, a partir das discussões propostas por Fortin (1998) e Baton (2009) sobre a educação somática. Segundo as autoras, a aprendizagem do movimento que privilegia a percepção interna favorece a construção de um corpo mais autônomo capaz de autorregular-se sem depender exclusivamente de estímulos externos.

Dentro da pedagogia da dança, Louppe (2012) afirma que a formação do bailarino envolve a transição do corpo observado para o corpo vivido. A prática sem o uso do espelho contribui diretamente para esse deslocamento, pois obriga o aluno a confiar em suas próprias sensações cinestésicas, fortalecendo ainda mais a relação entre a intenção, a execução e a percepção do movimento.

Dessa forma, os relatos das professoras indicam que as aulas sem a utilização do espelho, apesar de gerarem algum tipo de dificuldade no início, com o tempo favorecem o desenvolvimento da autonomia, da consciência somática e da consciência interna do movimento. A retirada do espelho não representa a negação de sua importância, mas sim uma estratégia fundamental para ampliar a qualidade da aprendizagem do aluno, promovendo um corpo mais presente, mais sensível e mais autônomo.

5- Estratégia de Equilíbrio entre com e sem o espelho

A análise dos dados evidencia que os professores não utilizam o espelho de forma fixa ou automática, porém adotam estratégias pedagógicas que alteram conscientemente seu uso ao longo do processo de ensino-aprendizagem. Os relatos obtidos indicam que o espelho é frequentemente utilizado no início das aulas ou na introdução de conteúdos novos, sendo retirados algumas vezes para estimular a autonomia do aluno. Esse padrão pode ser observado nas seguintes falas: “Uso o

espelho na maior parte das aulas e retiro quando necessário” e “Compreendo as habilidades desenvolvidas para decidir o uso”.

Essa alternância reflete uma compreensão ampliada do espelho como uma excelente ferramenta pedagógica, e não como elemento neutro do espaço. Marques (2010) destaca que o ensino da dança exige escolhas metodológicas sensíveis às necessidades do grupo ou do indivíduo, considerando diferentes modos de perceber, aprender e até mesmo se relacionar como o corpo. Nesse sentido, a decisão de utilizar ou retirar o espelho passa a ser orientada pela observação do desenvolvimento técnico, perceptivo e emocional dos alunos.

Sob a perspectiva das neurociências, essa alternância encontra um respaldo nos estudos sobre a aprendizagem motora, que indicam que a variabilidade de estímulos favorece a plasticidade neural e a consolidação dos padrões motores. A exposição ao espelho e a sua retirada estimula o sistema nervoso a integrar múltiplas fontes de informação sendo elas visuais, proprioceptivas e táteis, fortalecendo então a autonomia do controle motor (Schmidt; Lee , 2011).

Desta forma, os dados aqui analisados revelam que os professores reconhecem a importância de equilibrar o uso do espelho e a sua ausência como parte de uma estratégia pedagógica consciente. O espelho favorece a aprendizagem dos alunos, e seu uso consciente que inclui sua supressão em momentos adequados promove um processo mais integrado, sensível e autônomo de formação em dança.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo teve como objetivo analisar o papel do espelho dentro do processo de ensino e aprendizagem da dança, a partir das percepções de professores atuantes na área, articulando contribuições pedagógicas da dança, educação somática e neurociências. A análise desses dados permitiu identificar que o espelho não se configura como um simples elemento neutro do espaço pedagógico, mas como um dispositivo ativo que influencia dimensões técnicas, perceptivas, emocionais e cognitivas da aprendizagem do movimento.

Os resultados indicam que o espelho atua como facilitador técnico ao oferecer esse feedback visual imediato, contribuindo assim para o alinhamento corporal e a precisão dos movimentos do aluno, especialmente nas fases iniciais da aprendizagem. No entanto, a dependência excessiva desse recurso pode comprometer aspectos perceptivos e somatossensoriais, gerando assim dificuldades quando a referência visual é retirada, evidenciando a necessidade de estimular a propriocepção e a consciência corporal na prática da dança.

Além de impactar os aspectos emocionais e comportamentais dos alunos, o uso excessivo do espelho nas aulas de dança pode intensificar a autoconsciência

corporal, a comparação social a atenção dividida. A prática da aula sem espelho favorece o desenvolvimento da memória corporal, do controle motor interno e da autonomia.

Considerando esses fatores, conclui-se que a alternância consciente entre as aulas com e sem espelho configura uma estratégia pedagógica eficaz na dança, permitindo com isso integrar o feedback visual e somatossensorial e promover uma aprendizagem mais autônoma.

REFERÊNCIAS

BATSON, Glenna. Somatic studies and dance. *Journal of Dance Education*, Londres, v. 9, n. 2, p. 47–52, 2009.

FESTINGER, Leon. A theory of social comparison processes. *Human Relations*, Londres, v. 7, n. 2, p. 117–140, 1954.

FORTIN, Sylvie. Education somatique: Nouvelles perspectives en danse. *Nouvelles de danse*, Bruxelas, n. 34/35, p. 124–133, 1998.

GIL, José. *Movimento total: o corpo e a dança*. Lisboa: Relógio D'Água, 2004.

LOUPPE, Laurence. *Poética da dança contemporânea*. 2. ed. Lisboa: Orfeu Negro, 2012.

LACAN, Jacquesi. O estadio do espelho como formador da função do eu. in: *Escritos*. Rio de Janeiro: Zahar, 1998. .

MARQUES, Isabel A. *Dança na escola: arte e ensino*. São Paulo: Cortez, 2010.

MERLEAU-PONTY, Maurice. *Fenomenologia da percepção*. 2. ed. São Paulo: Martins Fontes, 1999.

SALES, Léa Silveira. Posição do estágio do espelho na teoria lacaniana do imaginário. **Revista do Departamento de Psicologia. UFF**, v. 17, p. 113-127, 2005.

SANTOS, Nicole Silva; DOS SANTOS SOLEDADE, Keylla Cardoso; MENUCHI, Marcos Rodrigo Trindade Pinheiro. Espelho, espelho meu: referência visual e a coordenação interpessoal na dança jazz. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, v. 29, n. 4, 2021.

SCHMIDT, Richard A.; LEE, Timothy D. *Motor learning and performance: from principles to application*. 5. ed. Champaign: Human Kinetics, 2011.

WALLON, Henri. Do ato ao pensamento. Lisboa: Moraes Editores, 1971.