



## DANÇANDO ENTRE SABERES: Impactos de um Projeto de Extensão na Formação de uma Bolsista de Educação Física

**Naylla da Silva CALORI<sup>1</sup>; Ligia Lopes Rueda KOCIAN<sup>2</sup>**

**RESUMO:** A participação em projetos de extensão oferece oportunidades valiosas para uma conexão mais profunda entre a comunidade acadêmica e a sociedade. Este estudo qualitativo apresenta um relato de experiência de uma bolsista atuante em um projeto de extensão em dança "Companhia de Dança Diversita", aprovado pelo Programa Institucional Unificado de Bolsas na área de Arte e Cultura do IFSULDEMINAS, Campus Muzambinho-MG. O relato tem como objetivo destacar as recompensas e impactos da experiência da bolsista, discente do curso de Educação Física. O relato revela como o papel de bolsista e colaboradora pode contribuir significativamente para o desenvolvimento profissional e pessoal, fortalecendo o tripé da educação universitária: ensino, pesquisa e extensão.

**Palavras-chaves:** Práticas corporais; Extensão; Práxis; Relato de experiência.

### 1. INTRODUÇÃO

A expressão das emoções humanas por meio da dança, funciona como um meio de comunicação empática ou seja experimentar de forma objetiva e racional o que sente o outro a fim de tentar compreender sentimentos e emoções, proporcionando uma maneira de vivenciar e expressar a relação do ser humano com a natureza e a sociedade. A dança, além de ser uma forma de movimento guiada pela música, desperta emoções positivas, prazer e promove a socialização. Como atividade física, a dança desempenha um papel significativo, agindo na necessidade de promover mudanças no estilo de vida (BATISTA et al., 2015).

A dança, como forma de expressão cultural e artística, assume um papel protagonista no desenvolvimento humano, estimulando a criatividade, a coordenação motora, proporcionando um ambiente propício para a construção de relações interpessoais (MARQUES A.S. , XAVIER. M., 2013). A vivência e participação em projetos de extensão são oportunidades enriquecedoras que proporcionam aos participantes uma conexão mais profunda com a comunidade acadêmica e a sociedade em geral. Diante do exposto, esse trabalho tem como objetivo relatar a experiência de uma bolsista que atuou em projetos de extensão que buscavam promover cultura e qualidade de vida por meio da dança. São os projetos: “Companhia de dança Diversita, HITMIX, Ressignificando o funk, Aulas de jump e Ritmos no IF”.

---

<sup>1</sup>Bolsista Extensionista, IFSULDEMINAS – *Campus* Muzambinho. E-mail: naylla.calori@alunos.ifsuldeminas.edu.br

<sup>2</sup>Docente do curso de Educação Física, IFSULDEMINAS – *Campus* Muzambinho. E-mail: ligia.kocian@muz.ifsuldeminas.edu.br

Neste relato serão destacados aspectos relevantes dos projetos e as experiências práticas vivenciadas durante as atividades propostas, a partir do olhar de uma bolsista.

## **2. MATERIAS E MÉTODOS**

O presente trabalho apresenta-se com caráter qualitativo sendo um relato de experiência na qualidade bolsista/discente do curso de Educação Física - Bacharelado, do IFSULDEMINAS, Campus Muzambinho- MG, através do Edital 20/2023 - Programa Institucional unificado de bolsas. Referente ao projeto de extensão intitulado “Companhia de Dança Diversita” em que a professora e coordenadora do Laboratório de Arte e Movimento (LABAM), juntamente com professora supervisora submeteram os projetos para atender a comunidade de alunos da instituição.

De forma breve neste estudo serão relatados os projetos na qual a presente autora contribuiu como bolsista e colaboradora, sendo eles: “Companhia de dança Diversita, HITMIX, Ressignificando o funk, Aulas de jump e Ritmos no IF”. Durante a realização dos projetos, de acordo com o que foi pedido em Edital, foram escritos relatórios sobre cada aula, conteúdo passado, quantidade de alunos e quais desafios ou problemas foram enfrentados na aula. A partir das observações e estudos executados durante os projetos este presente relato foi criado.

A Companhia de dança Diversita é composta por bolsistas e alunos do curso de educação física que possuem facilidade com dança e que estão dispostos a realizar apresentações. Dessa forma existe a preocupação com a técnica, harmonia e sincronia do grupo. Nesse ano de 2023 a companhia foi composta nove pessoas, realizando ensaios toda semana, sob a responsabilidade da professora supervisora que auxiliava no processo de criação das coreografias e também participava das apresentações.

O Hitmix, que consiste em aulas de danças de diferentes ritmos, focado na diversão e lazer, ou seja, sem preocupação com a técnica propriamente do estilo ou da coreografia. Com o público alvo de ambos os sexos acima de 15 anos de idade. O projeto acontece duas vezes na semana com duração de uma hora de aula e conta com a participação de 30 participantes, entre esses participam discentes, docentes e técnicos-administrativos do Campus Muzambinho e a comunidade Muzambinhense, vale ressaltar que a maioria do sexo feminino.

Já o projeto Ressignificando o funk as aulas são realizadas no Cecaes, uma vez na semana com duração de duas horas aula, composto pela grande maioria por estudantes do curso de educação física, sob a responsabilidade da professora coordenadora. Havia a parte prática e teórica, foi estudado a origem do funk no mundo e no Brasil, os estilos e as diferenças do funk, também foram feitas dinâmicas e debates sobre temas pertinentes ao estilo. Na parte prática, era passado uma coreografia passo a passo até que todos conseguissem dançar.

O projeto Ritmos no IF era ministrado aulas de dança para os alunos do IFSULDEMINAS, realizado na sede do campus, duas vezes por semana. Foram ministradas coreografias de ritmos musicais entre funk, pagode, axé e sertanejo. O projeto começou com 4 alunos e finalizamos com 20 alunos, dentre eles alunos do ensino médio integrado e superior. Já o projeto de aulas de Jump, era realizado duas vezes na semana, no Cecaes, composto por aproximadamente 20 alunos frequentes, recebia principalmente pessoas da comunidade a partir de 15 anos de idade de ambos os sexos, sendo a grande maioria do sexo feminino. Eram aulas de uma hora cada com variações de intensidade acompanhando as batidas por minuto (bpm) das músicas.

Vale lembrar que todos os projetos possuíam um bolsista responsável, bolsistas colaboradores e a presença da professora supervisora. Todas as aulas eram feitas uma lista de presença, na qual os beneficiários colocavam seu nome e se pertencia a comunidade, estudante ou servidor do Instituto.

### **3. RELATO DE EXPERIÊNCIA**

Participar como bolsista em qualquer tipo de projeto de extensão impacta significativamente tanto no desenvolvimento profissional quanto pessoal. E quando se trata de projeto de dança, não se refere às simples aulas de dança, envolve grupos de estudos, a responsabilidade dos bolsistas de compreender e manter a frequência do público atendido, que requer a elaboração de planos de aula diversificados e dinâmicos, incorporando referências atuais de músicas e coreografias, especialmente considerando as tendências das redes sociais.

Quando se refere ao projeto companhia de dança Diversita foram realizadas apresentações no 7º Congresso de Educação Física do Sul de Minas Gerais e 2º Congresso Internacional de Educação Física do Sul de Minas Gerais, 15ª Jornada Científica e Tecnológica e 12º Simpósio de Pós-Graduação, na comemoração dos 70 anos do Câmpus Muzambinho e no Festival de dança e ginástica do curso de Educação Física. Através dessas apresentações fomos capazes de vivenciar eventos por “trás da cortina” e aumentar a nossa rede de contatos e automaticamente fazer propaganda dos nossos projetos e do curso de educação física.

No projeto de funk, foi possível entender melhor a cultura do funk e saber como trabalhar em escolas, clubes e academias, também algo interessante de citar é que durante as aulas no final fazíamos uma roda e os que queriam iam até o meio para dançar e os que estavam de fora ficavam batendo palma e dizendo algo que incentiva os que estavam dançando, os alunos gostavam bastante pois disseram que era uma energia muito boa, uma sensação prazerosa estar dançando e as pessoas incentivando de forma positiva sem julgamentos.

Sobre os projetos Ritmos no IF, jump e Hitmix as aulas eram bem divertidas e iam muito além de só dançar, os alunos iam para se divertir, se distrair um pouco dos problemas da vida, da

faculdade, do trabalho, alguns de estar longe das famílias, outros diziam que era o momento de cuidar de si mesmo. Durante o projeto foram feitas ações como aula especial setembro amarelo e outubro rosa, na qual foi trabalhado o tema das campanhas.

Então pode se dizer que os projetos vão além da prática de exercício físico, na maioria das vezes os beneficiários estão lá para se divertir, socializar e como consequência praticar um exercício físico melhorando a qualidade de vida.

#### **4. CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A interação entre a dança e a extensão universitária oferece contribuições valiosas ao aprendizado prático, transcendendo os limites da sala de aula e estabelecendo um intercâmbio bidirecional entre a instituição e a comunidade. Os estudantes adquirem experiência significativa para o mercado de trabalho, enquanto a comunidade se beneficia de atividades gratuitas.

Ao integrar a dança como ferramenta pedagógica, os estudantes ampliam não apenas suas habilidades práticas, mas também desenvolvem competências interpessoais, cognitivas e emocionais essenciais para sua futura carreira. O projeto, ao promover a criatividade, expressão corporal e consciência do movimento, aprofunda a compreensão da relação entre o corpo e o movimento, enriquecendo a formação acadêmica e promovendo uma abordagem abrangente à Educação Física.

#### **5. REFERÊNCIAS**

BATISTA N.N.L.A.L., MONTE R.S., LIMA S.C.S. et al. Trabalhando a educação popular em saúde com a dança. *Revista Eletrônica Gestão & Saúde*. Vol. 6 (Supl. 1). Março, 2015 p.817-23  
Disponível em: <https://periodicos.unb.br/index.php/rgs/article/view/2726>

MARQUES A.S. , XAVIER. M . Criatividade em Dança: Concepções, Métodos e Processos de Composição Coreográfica no Ensino da Dança. *Revista Portuguesa de Educação Artística*. 2013.  
Disponível em: <https://rpea.madeira.gov.pt/index.php/rpea/article/download/95/101/302>