



UnB

UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA

INSTITUTO DE ARTES

DEPARTAMENTO DE MÚSICA

LICENCIATURA EM MÚSICA

ISABEL QUINTELA SOARES MARTINS

**CANTO CORAL EM MOVIMENTO:
A UTILIZAÇÃO DA MOVIMENTAÇÃO CORPORAL NO ENSAIO
CORAL**

Brasília

2018

ISABEL QUINTELA SOARES MARTINS

**CANTO CORAL EM MOVIMENTO:
A UTILIZAÇÃO DA MOVIMENTAÇÃO CORPORAL NO ENSAIO
CORAL**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Licenciatura em Música do Departamento de Música da Universidade de Brasília, como requisito para obtenção do título de Licenciado em Música.

Orientadora: Prof.^a Dr.^a Francine Kemmer Cernev

Brasília – DF

2018



Universidade de Brasília

Instituto de Artes
Departamento de Música

ATA DE DEFESA DE TCC

Isabel Quintela Soares Martins

**"CANTO CORAL EM MOVIMENTO: A UTILIZAÇÃO DA
MOVIMENTAÇÃO CORPORAL NO ENSAIO CORAL"**

Trabalho de Conclusão de Curso defendido no Departamento de Música, Instituto de Artes, Universidade de Brasília, como requisito parcial para obtenção do título de Licenciado em Música sob a orientação da Professora Francine Kemmer Cernev, segundo o Ato 59/2018 do dia 12 de dezembro de 2018, que nomeou banca de avaliação.

Brasília, 10 de dezembro de 2018.

Francine Kemmer Cernev

Andreia Chinaglia Pires de Oliveira

Uliana Dias Ferlim

AGRADECIMENTOS

A minha família por todo suporte dado durante meu curso de graduação.

A minha orientadora, professora Dra. Francine Kemmer Cernev, pelas sábias orientações e pelo bom humor, o que tornou muito mais agradável esse processo.

Aos entrevistados, Valentina Maitá e Carlos Eduardo pela disponibilidade e interesse na minha pesquisa.

Às professoras Me. Andreia Chinágua Pires de Oliveira e Me. Uliana Dias Campos Ferlim, que gentilmente aceitaram participar desta banca.

Aos demais professores do curso, que foram fundamentais para minha formação.

Agradeço à minha esposa, Lílian, pois sem ela, não seria possível chegar até aqui.

MARTINS, Isabel Quintela Soares. CANTO CORAL EM MOVIMENTO: A UTILIZAÇÃO DA MOVIMENTAÇÃO CORPORAL NO ENSAIO CORAL. Trabalho de Conclusão de Curso (TCC). Universidade de Brasília (UnB). Brasília - DF, 2018.

RESUMO

Esta pesquisa busca conhecer, sob o ponto de vista de um regente e de uma preparadora de coro, qual o papel desempenhado pelo uso da movimentação no momento do ensaio em grupos corais. A análise contou com uma breve pesquisa em bibliografia nacional e internacional. Buscou-se compreender como é a estrutura do ensaio coral, em que momentos o gesto ou a movimentação podem ser utilizados, quais os tipos de movimentos usados e quais os resultados obtidos a partir da perspectiva destes entrevistados. Os resultados mostraram que o movimento pode ser benéfico desde a etapa do aquecimento, como auxílio para desenvolver maior consciência corporal no coralista, passando pela técnica vocal e até o momento da preparação do repertório, momentos em que auxilia na compreensão do coro a respeito do fraseado musical que deve ser executado.

Palavras-chave: Canto coral, movimento, ensaio

MARTINS, Isabel Quintela Soares. CANTO CORAL EM MOVIMENTO: A UTILIZAÇÃO DA MOVIMENTAÇÃO CORPORAL NO ENSAIO CORAL. Trabalho de Conclusão de Curso (TCC). Universidade de Brasília (UnB). Brasília - DF, 2018.

ABSTRACT

This work seeks to know the role of movements during the choral rehearsal, under the perspective of a conductor and vocal coach. The analysis was made by bibliographical research in both Brazilian and foreign literature. There was an attempt to understand what the choir rehearsal structure is, in which moments the movements can be used, what kinds of movements are used and what are the results obtained, from the perspective of the interviewed professionals. The results show that movements can be useful from the warm-up, as an element to help develop the choral singer's body awareness, through the vocal technique, and on the repertoire's preparation moment, in which it helps the choir to understand the musical phrases.

Keywords: Choir, movement, rehearsal

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO.....	7
1. ATENÇÃO, VAI COMEÇAR O ENSAIO	9
1.1 Antes do repertório: o aquecimento, técnica, gestos e movimentos	10
1.2 Não fique parado: os movimentos dentro do ensaio	15
2. COMO ACHAR RESPOSTAS: O PERCURSO METODOLÓGICO.....	19
2.1 Pesquisa Bibliográfica.....	20
2.2 Entrevista.....	21
2.3 Elaboração do roteiro de entrevista, a escolha dos entrevistados e os procedimentos de coleta de dados	22
3. AFINAL, POR QUE SE MOVIMENTAR? A perspectiva dos entrevistados 24	
3.1 Hora de cantar: estrutura do ensaio, partes que usam movimentos e como são utilizados	24
a) Relaxamento.....	26
b) Aquecimento	27
c) Técnica vocal.....	28
d) Preparação de repertório.....	30
3.2 Benefícios do uso do movimento	31
a) Desenvolver a consciência corporal ou autopercepção	31
b) Preservar saúde vocal	32
c) Autonomia no aprendizado	32
d) Ampliação das possibilidades vocais	32
e) Prazer ao ensaiar.....	33
f) Autocuidado	34
g) Desenvolver a individualidade do coralista.....	34
h) Motivação e tônus	34
i) Conexão entre físico e mental ou movimento como metáfora.....	35
CONSIDERAÇÕES FINAIS	38
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	40
APÊNDICES	42
APÊNDICE 1 - Roteiro de Entrevista.....	42
APÊNDICE 2 – Cartas de cessão de entrevista	43

INTRODUÇÃO

A escolha do tema desse trabalho partiu da minha proximidade com o canto coral como coralista e, às vezes, regente de coros. Observei que muitos regentes e preparadores vocais faziam o uso de gestos e movimentos associados à técnica vocal ou mesmo a um aprendizado musical, como por exemplo, no ensino de ritmo no repertório, ou de uma passagem difícil encontrada na peça. Percebi que, em muitos casos, os movimentos corporais ajudavam os participantes a entenderem melhor o que o regente queria, ou mesmo a fixar melhor uma nova resolução. Durante uma disciplina de estágio, no primeiro semestre de 2018, decidi explorar essa questão. Particpei de um coro em que a preparadora vocal fazia uso de movimentos nos ensaios e onde eventualmente eu poderia fazer minhas próprias atuações como preparadora vocal. Em minhas atuações, busquei também fazer uso da movimentação corporal com os coralistas, para isso foram feitas pesquisadas sobre movimentos dentro do canto coral, na literatura e em vídeos na internet. Observando esses ensaios e pesquisando sobre o tema, comecei a me questionar sobre quais seriam os efeitos e funções desses gestos e movimentos utilizados nos corais, mas acabei encontrando pouca literatura sobre o tema. Decidi então focar meu trabalho na experiência de profissionais de canto coral que fizessem uso dessa metodologia.

De acordo com Braga, (1974) o canto coral, na história da música ocidental, provavelmente se iniciou na igreja, com o canto gregoriano. Sua finalidade era unicamente religiosa e manteve-se restrita ao clero até a reforma protestante, quando foi dado o direito aos leigos (participantes das missas) cantarem também. Após um período de evolução, o coral, já na segunda metade do século XVI, passou a ser cantado na língua popular, ao invés do latim usado no canto gregoriano. Nesse mesmo século, implementou-se o coral nas escolas, o que deu origem a vários tipos de conjuntos vocais, como por exemplo, conjuntos infantis e juvenis a várias vozes. Assim, o coral firmou-se como atividade não só religiosa, mas também social e educativa.

Segundo Figueiredo (1989), em sua pesquisa, o número de corais formados por leigos já ultrapassava o número de corais profissionais, dada a grande popularização da atividade (FIGUEIREDO, 1989). As formações dos coros são diversas, sendo de coros mistos (homens e mulheres), coros masculinos, coros femininos, coros infantis, infanto-juvenis, entre outros.

Mas todos esses corais têm algo em comum, que é o ensaio. É nesse momento que se inicia, para o cantor, um processo de consciência de todo o corpo, tanto do instrumento da laringe, quanto da postura, tensões, posições, contraturas e demais alterações corporais, uma vez que não somente a voz é seu instrumento, mas sim todo o corpo.

Segundo Dias (2011), é comum observar uma estrutura de ensaio pré-estabelecida em grupos corais, contemplando atividades de preparação vocal, ensino e aprimoramento do repertório. Contudo, as autoras Liao e Davidson (2015) observaram, nos coros de Taiwan, um certo tradicionalismo no estilo dos ensaios, com foco específico no treino vocal e no repertório.

Embora esse estilo de ensaio tradicional possa ser também observado em corais ocidentais, as estratégias de treino coral têm sido um pouco diferentes. As autoras explicam que pesquisas do uso do movimento como uma técnica de ensaio têm sido ardentemente discutidas e, sua prática, gradualmente introduzida ao longo das últimas três décadas. Apfelstadt (1985), por exemplo, afirma que o movimento ajuda não só a aliviar as tensões criadas por coralistas na prática do canto, como também a manter o foco do cantor na atividade.

Pensando nisso, esse trabalho busca pesquisar sobre o uso da movimentação corporal nos aquecimentos e exercícios de técnica vocal e na preparação do repertório coral de acordo com a opinião de profissionais da área. Para isso, é necessário conhecer como os preparadores vocais utilizam a movimentação corporal no canto coral, descobrir quais os objetivos da movimentação corporal usada pelos regentes e preparadores e entender, a partir dessa perspectiva, em quais momentos são utilizados os movimentos nos ensaios e seus efeitos na sonoridade do coro.

O trabalho está dividido em três capítulos. O primeiro deles traz a revisão bibliográfica sobre a estrutura do ensaio e o uso de movimentos em seus principais momentos. O segundo capítulo detalha a metodologia, baseada na revisão de literatura e em duas entrevistas, feitas com um regente e uma preparadora vocal que fazem uso da movimentação corporal em suas práticas corais. O terceiro capítulo traz a análise das entrevistas realizadas e o ponto de vista dos entrevistados, de acordo com suas experiências, sobre os efeitos dos gestos e movimentos no ensaio coral. Em seguida, o último capítulo traz as considerações finais da pesquisa, com os resultados obtidos. Complementando esta pesquisa, o trabalho ainda apresenta as referências bibliográficas e apêndices.

1. ATENÇÃO, VAI COMEÇAR O ENSAIO

Nesse capítulo serão discutidas as partes que compõem um ensaio coral, buscando definir os conceitos primordiais de aquecimento, técnica vocal e repertório. Além disso, veremos como podem ser inseridos os gestos e movimentos corporais, em cada um desses momentos, a partir da revisão de literatura encontrada sobre essa temática. Também veremos o papel da atividade coral como prática de ensino musical, e a contribuição do movimento para esse propósito.

Nas ideias de Cartolano (1968), o canto coral funciona como uma atividade de educação musical, além de funcionar como uma atividade “disciplinadora e socializadora” (CARTOLANO 1968, *apud* GOIS, 2015, p. 27). Já Figueiredo (2006, *apud* GOIS, 2015) compreende a educação musical como um conjunto de estímulos práticos de sensibilização da pessoa para com a música. Por essa perspectiva, é possível associar que a atividade musical no canto coral remete à ideia de educação musical, seja pela sua natureza coletiva, seja pelo trabalho com a voz, ele oferece diversos estímulos práticos que facilitam apreensão de conceitos musicais pelos seus participantes.

Por esse motivo, é importante que o regente ou preparador vocal encarregado do momento de preparação do coro atue “como agente de um processo educacional”, de modo a trabalhar com mais eficácia os vários aspectos musicais relacionados à prática coral. (FIGUEIREDO, 1990, *apud* GOIS, 2015, p. 27). Nesse contexto, para Figueiredo (1990, *apud* GOIS, 2015), é importante que regentes tenham sempre o foco na função educacional, para que o conhecimento musical seja desenvolvido de forma mais consistente, o que conseqüentemente fará a prática coral ser aprimorada. Sendo a atividade coral entendida como uma atividade de ensino musical, ela deve possuir uma estrutura coerente para seus participantes, por isso serão descritos aqui momentos da estrutura de ensaio coral.

A primeira parte do ensaio é a preparação vocal, que é o momento do ensaio em que os coristas desenvolvem uma consciência corporal a respeito do seu instrumento. De acordo com Dantas (1999, *apud* FERREIRA, 2002), as qualidades físicas, técnicas e psicológicas necessárias durante a *performance* são adquiridas nesse período preparatório. Nesse momento, portanto, recorreremos às diferentes áreas do conhecimento que estão, direta ou indiretamente, relacionadas à produção vocal. Ferreira (2002), complementa o raciocínio citando Colton e

Casper (1996), que afirmam que os cantores precisam compreender o funcionamento do seu instrumento para usá-lo mais eficazmente e preservar a saúde.

Para que os cantores tenham condições de compreender melhor o seu instrumento, Ferreira (2002) argumenta que boa parte das publicações a respeito da voz cantada trazem informações sobre anatomia, fisiologia e mecânica da fonação. Isso demonstra a importância desse conhecimento para o desenvolvimento de técnicas que ajudem na boa *performance* do cantor. (FERREIRA, 2002).

De fato, a compreensão do mecanismo fisiológico da voz é um passo importante para que o cantor possa se apropriar de seu aprendizado vocal. Para complementar as instruções de seus professores (regente, preparador vocal ou professor de canto), é necessário que ele também busque entender seu mecanismo – o corpo – da melhor forma possível. Além de fazer suas pesquisas em casa, durante o ensaio ele pode explorar as suas possibilidades no momento da preparação vocal.

A preparação vocal pode ser dividida (para fins conceituais) em duas etapas: o aquecimento corporal e a técnica vocal. Alguns autores, entretanto, não fazem essa distinção, inserindo a técnica vocal como um dos momentos do aquecimento. Esse é o caso de Dias (2011), para quem o momento do aquecimento corporal inclui, além do alongamento, do relaxamento, da postura e da respiração, também a técnica vocal, com emissão de sons e vocalizes. Neste trabalho, entretanto, serão separados os dois conceitos: aquecimento vocal e técnica vocal, assim, fica mais fácil definir qual o propósito da movimentação usada em cada um dos momentos.

1.1 Antes do repertório: o aquecimento, técnica, gestos e movimentos

O aquecimento coral acontece no início dos ensaios como uma preparação física, vocal e mental para a atividade do canto. Segundo Jordan (2007), o aquecimento deve ser bem construído de forma que prepare a voz, o corpo e a mente para cantar. Para o autor, “o aquecimento e seu conteúdo determinam totalmente o direcionamento do ensaio¹” (JORDAN, 2007, p. 74).

¹ “the warm up and its content totally determines the Direction of a rehearsal” (JORDAN, 2007, p. 74)

Pode-se compreender melhor as ideias de direcionamento de ensaio ao considerar a ideia de Mathias (1986), para quem, no começo do ensaio, o cantor deve desenvolver a percepção sobre seu próprio corpo e estar fisicamente alerta. Ele afirma que o corpo do cantor não contém somente a laringe, que produz os seus sons vocais, mas que o corpo como um todo é o seu instrumento.

Sendo o corpo o instrumento do cantor, esse deve se manter ativo durante todas as atividades de aquecimento e ensaio. Assim, Jordan comenta algumas sugestões pedagógicas para promover a consciência corporal durante o aquecimento. Para Jordan (2007, p.74) alguns pontos são necessários para um bom aquecimento e para um ensaio bem-sucedido, pontos esse que ele classifica como os “Os 14 passos pedagógicos²”, sendo eles:

Os 14 passos pedagógicos:

1. Desconstruir a postura trazida para o ensaio.
2. Realinhar e empregar os princípios do mapeamento corporal para reeducar os cantores.
3. Criar e reforçar a percepção corporal.
4. Usar ‘suspiros’ para criar espaço e diagnosticar problemas vocais.
5. Inspiração e expiração.
6. Gerar ressonâncias.
7. Cantar apoiado na respiração todo o tempo.
8. Certificar-se de que todos os sons têm vitalidade rítmica.
9. Usar o gesto físico para reforçar o processo de cantar e a consciência corporal.
10. Certificar-se de que todos os sons tenham espaço, sejam ‘bem colocados’ e ‘para frente’.
11. Reforçar a consciência da afinação.
12. Usar um exercício repetido como base. Sempre usar exercícios vocais principais.
13. Usar a mesma sequência ao planejar cada aquecimento.
14. Certificar-se de que, independente do exercício, a posição da laringe permaneça baixa e relaxada.” (JORDAN, 2007, p. 75)³

² “The fourteen pedagogical rules” (JORDAN, 2007, p. 75)

³ “The fourteen pedagogical rules 1. Deconstruct posture brought to the rehearsal. 2. Realign and employ Body Mapping principles to reeducate the singers. 3. Create and reinforce awareness at all times. 4. Use the sigh to create space and diagnose vocal issues. 5. Inhalate and exhalate. 6. Generate resonance. 7. Sing on the breath at all times. 8. Be certain all sounds are rhythmically vital. 9. Use physical gesture to reinforce the singing process and body awareness. 10. Be certain all sounds are spacious, high and forward (SHF). 11. Reinforce pitch awareness. 12. Use repeated exercise as “home”. Always use core vocal exercises. 13. Use the same warm-up sequence in planning each warm-up. 14. Make certain that regardless of the exercise, the position of the larynx remains low and relaxed” (JORDAN, 2007, p. 75).

Pode-se observar que esses passos trazem diferentes direcionamentos de ensaio, embora o autor não afirme ser necessário segui-los na ordem que se apresenta. É possível constatar que os três primeiros passos são direcionados para o relaxamento, a concentração e a autoconsciência corporal dos coristas. Do passo quatro ao passo sete, os procedimentos são voltados à técnica vocal. Já os passos de oito a onze, podem ser incluídos na preparação do repertório. Os três últimos passos referem-se à estrutura e planejamento do ensaio. Os passos refletem os diferentes momentos do ensaio, que serão detalhados nesse trabalho.

As ideias centrais desses passos pedagógicos, segundo o autor, são: “realinhar o coral no início e durante o ensaio; criar autopercepção corporal; respirar; abrir espaço para cantar; produzir um som ‘apoiado’ na respiração e se manter nele; e manter a vitalidade rítmica do som⁴” (JORDAN, 2007, p. 75). O autor ainda afirma que a omissão de quaisquer desses pontos pode criar um efeito negativo de “bola de neve” gerando uma deficiência na estrutura do ensaio. Importante ressaltar que cada coro tem um contexto social diferente, e coristas diferentes, então cabe o regente identificar a melhor forma de trabalhar o aquecimento vocal com seus coristas, todavia, a ideia de criar uma autopercepção do cantor, é sempre bastante recomendada nas literaturas corais.

Ferreira (2002), nas ideias de Pérez-González (2000), também ressalta que a autopercepção durante a execução do aquecimento é fundamental para que ele produza os efeitos desejados. Para eles, o cantor precisa ter a si próprio como base ou modelo, ou seja, ele precisa realizar um autoexame detalhado de atitudes e processos do seu corpo durante o processo de cantar. Dessa forma, ele poderá absorver e classificar as sensações corporais, e assim formar reflexos condicionados.

De acordo com as concepções de Ray e Marques (2005, *apud* SILVA e SILVA, 2014), o momento do aquecimento pode se constituir de uma sequência simples de respiração combinada com movimentação ampla de braços, pernas e pescoço. E na concepção de Mello e Silva (2008, *apud* SILVA e SILVA, 2014), o alongamento deve ser focado em estender os grupos musculares envolvidos no ato de cantar. Assim, os autores propõem o trabalho tanto com os músculos extrínsecos e intrínsecos da laringe, além dos demais músculos do corpo.

Desta forma, o corpo não pode ser desassociado da voz, como se fosse um objeto estático na produção do som. Ele está em movimento junto com a voz e todas suas tensões ou não tensões influenciam no resultado sonoro do indivíduo. Nas ideias de Behlau e Pontes

⁴ “Re-align the choir at the start and throughout the rehearsal; create awareness; breathe; create space for singing; engage the breath; maintain rhythmic vitality in the sound” (JORDAN, 2007, p. 75).

(2009), os desvios de postura, como cabeça elevada ou inclinada para os lados, tensões na face, peito comprimido, ombros erguidos ou rodados pra frente, entre outros, podem limitar a produção adequada da voz. Os autores ainda afirmam que “um corpo com movimentos harmônicos favorece a movimentação livre da laringe e a produção adequada da voz” (BEHLAU e PONTES, 2009, p. 28).

O alerta para a importância do movimento como aliado do relaxamento corporal e da produção vocal é sentido na fala de Quinteiro (1989), ao afirmar que as tensões musculares implicam em dificuldades para respirar, articular e produzir a voz e a fala. Ela acrescenta que o relaxamento corporal é de central importância, de modo que um corpo “tenso, amarrado por tensões musculares, apresentará grandes dificuldades para emitir o seu som” (QUINTEIRO, 1989, p. 110).

Outro autor que defende uma boa postura para o canto é MacDonald (1998) que, ao discorrer sobre a técnica de Alexander, ressalta a contribuição dos mecanismos posturais para a correta emissão da voz. O autor explica que a atividade da voz depende de que os mecanismos posturais funcionem de forma eficiente, uma vez que a voz é suspensa no corpo; desse modo, ineficiências posturais impõem limitações à voz.

Seguindo essa mesma ideia, Braga e Pederiva (2007) explicam que, para emitir um som de boa qualidade, o organismo “necessita estar livre de tensões desnecessárias”, mesmo entendendo que “não existe ‘tensão zero’ durante a emissão vocal, uma vez que, nestas condições, o corpo se encontra em movimento” (BRAGA e PEDERIVA, 2007, p. 48). Elas alertam que é fundamental buscar somente as tensões indispensáveis para produzir o som, que são dos músculos e mecanismos utilizados no ato de cantar, como por exemplo, o diafragma, os músculos intercostais, entre outros, porque o excesso de tensões pode ser prejudicial ao indivíduo.

De acordo com a revisão de literatura trazida sobre esse assunto, podemos entender então o aquecimento vocal como um momento de preparação corporal e vocal do coralista. Esse momento se faz necessário para que seja ativada a autopercepção corporal dos coralistas e retiradas as tensões que possam interferir no ato de cantar, como uma musculatura de pescoço muito tensa, ou uma postura muito rígida. Nessa etapa do ensaio, o regente também deve tentar trazer o coro para um estado de concentração e presteza.

Em seguida ao momento de aquecimento, em geral, pode-se observar que é introduzida a parte de técnica vocal. Quando falamos em técnica vocal, é possível constatar que esta pode

ser entendida a partir de uma série de visões e concepções, provenientes das diferentes correntes e escolas de canto. A esse respeito, Araújo *et al.* (2014, p. 4) ressaltam a diversidade de opções para os professores e destacam que não existe uma técnica que seja universalmente usada entre todos os professores de canto e cantores, o que nos leva à inúmeras práticas de técnica vocal entre os coros.

Da mesma forma, Pessotti (2006, *apud* ARAÚJO *et al.*, 2014) afirma que, ao longo dos séculos, diferentes países desenvolveram técnicas de canto, sempre relacionadas às suas respectivas línguas. Nesse contexto, destacam-se, nos dias atuais, Itália, Alemanha, França e Inglaterra, com técnicas que possuem “o embasamento cultural e a influência da produção da fala sobre a voz cantada” (PESSOTTI, 2006, *apud* ARAÚJO *et al.*, 2014, p. 4).

Apesar das diferentes escolas, observa-se que o uso da técnica vocal no canto coral apresenta um objetivo em comum, que é proporcionar uma maior compreensão ao coralista a respeito dos mecanismos de emissão e ressonância da voz. Conforme explicam Fernandes, Kayama e Östergren (2006), as três áreas que devem, essencialmente, ser trabalhadas, são a “administração da respiração”, a “função laríngea” (coordenação eficiente da respiração com a produção do som) aliada à busca do relaxamento do pescoço, mandíbula e músculos faciais” e a exploração da ressonância vocal.” (FERNANDES, KAYAMA E ÖSTERGREN 2006, p. 51) Ao longo desse processo, o regente deve considerar fatores como a postura apropriada para o canto; o aquecimento corporal e vocal; a função dos vocalizes; além de buscar trabalhar a extensão e a flexibilidade vocais, o timbre e os registros.

Considerando os objetivos acima citados, a técnica vocal pode ser entendida, neste trabalho, como um conjunto de “exercícios de concentração corporal, respiração e vocalizes”, como definem Guizado e Moreira (2016, p. 3). Os autores definem vocalizes, como exercícios específicos que buscam desenvolver os aspectos vocais, como a correta respiração, ressonância, projeção, articulação e colocação vocal. Segundo Guizado e Moreira (2016), esses exercícios também podem ser realizados para moldar a emissão sonora do coro, melhorar a afinação, também como para resolver problemas na interpretação do repertório.

Percebemos que, de acordo com a literatura, o momento da preparação vocal, que neste trabalho compreende tanto o aquecimento vocal quanto a técnica vocal, é fundamental para que o corista adquira maior consciência sobre seu instrumento, a voz e que, portanto, tenha sobre ele maior controle. Para isso, é necessário que a preparação vocal seja bem conduzida, de modo a desenvolver consciência de todo o conjunto onde é produzida a voz: o corpo como um todo.

Uma vez definidas as partes que compõem o ensaio, esse trabalho buscou conhecer, em cada uma delas, o papel do movimento como possível contribuição para o aprendizado dos coralistas. Por isso, torna-se necessário definir os conceitos de gesto e movimento.

Liao e Davidson (2015) trazem uma diferenciação conceitual entre gestual e movimentação. Para essas autoras, o gestual é definido como movimentos primordialmente da parte superior do corpo, realizados com o corpo parado no lugar, incluindo mãos, braços e flexão dos joelhos. A função principal do gestual é reforçar imagens motoras para promover a técnica vocal. Já a movimentação é definida como atividades de movimento e exercícios com deslocamento no espaço para desenvolver a sensação de imagens sonoras, de espaço, de energia e de controle do peso do corpo. O objetivo principal da movimentação é desenvolver uma autopercepção geral do corpo em termos de equilíbrio, de coordenação e de controle, alinhamento e postura firme.

Em contraposição, Briggs (2011) define movimentos como “o uso de qualquer parte do corpo, em adição aos músculos normalmente usados durante o canto”⁵ (BRIGGS, 2011, p.29). A autora refere-se aos movimentos usados como uma metodologia de ensino que traduz conceitos abstratos de música e pedagogia vocal para uma atividade física e tangível de ensaio para os cantores.

1.2 Não fique parado: os movimentos dentro do ensaio

Após definirmos no que consiste cada uma das partes do ensaio, veremos, neste tópico, como o movimento pode se inserir em cada uma delas, de acordo com autores que abordam o tema da movimentação dentro da aprendizagem musical.

Apfelstadt (1985) afirma que os movimentos podem ser incorporados dentro do aquecimento de diversas maneiras e momentos do ensaio. O primeiro momento é na parte do relaxamento, antes dos vocalizes, em que a autora sugere que se faça rotações de cabeça com a mandíbula relaxada, ou massagens com as pontas dos dedos nas bochechas e na face, entre outros exercícios que alinhem a postura. Mathias (1986) também sugere, para relaxar o cantor fisicamente, sacudir frouxamente pernas, joelhos e braços, e rotacionar ombros e cabeça.

⁵ “Movement” refers to the use of any part of the body in addition to the muscles normally employed while singing, and the use of such movement as a teaching technique to transfer abstract concepts of music and vocal pedagogy to a physical, tangible rehearsal activity for singers” (BRIGGS, 2011, p.29).

Outro momento do ensaio em que os movimentos são bem-vindos é no aquecimento da voz em si e na técnica vocal. Liao e Davidson (2015) citam as teorias de Shehan (1987) e de Taylor (1989) ao afirmar que “nos vocalizes, se o cantor praticar a associação entre voz e gesto, (...) através de uma sequência específica de movimento, isso formará uma imagem motora e será arquivado na memória como um ‘esquema’⁶” (SHEHAN, 1987, TAYLOR, 1989, *apud* LIAO e DAVIDSON, 2015, p. 6).

Mais um exemplo é oferecido por Apfelstadt (1985), que demonstra que, ao cantar escalas descendentes, os braços podem ir para cima como se puxassem um elástico, a fim de manter a afinação precisa, sem “afrouxar”. McKinney (1994, *apud* LIAO e DAVIDSON, 2015), sugere que, para estabelecer a sensação física correta para notas agudas, deve-se pensar em mais espaço, energia e profundidade, e, nas notas mais graves, é necessário menos espaço, energia e profundidade. Liao (2008, *apud* LIAO; DAVIDSON, 2015) ainda sugere que gestos (como abrir e fechar de braços) têm grande efeito nas repetições, vocalizes ascendentes e grandes saltos.

Todos esses exemplos de movimentos citados pelos autores convergem para um objetivo central: proporcionar que os cantores visualizem a solicitação do regente ou compreendam melhor o que o corpo pode fazer para atingir o som desejado. Assim, faz sentido a constatação de Leck e Stenson (2012, *apud* SILVA e SILVA, 2014), que, após realizarem pesquisa com um coro juvenil, perceberam que o gesto físico ajudava os cantores a conectar-se com a memória do suporte de respiração mais adequado para um bom som, timbre agradável e correta colocação vocal.

O terceiro momento onde os movimentos podem ser utilizados, segundo Apfelstadt (1985), é no aprendizado musical e do repertório. De acordo com a autora, ensinar a noção de fraseado musical e demonstrar o fluxo da linha musical são atividades necessárias nos corais, que os regentes normalmente demonstram com imagens verbais ou cantando, o que pode ser eficiente, mas não suficiente para o entendimento dos cantores. Para ela, os alunos conseguem visualizar melhor a dinâmica e a simetria da frase musical por meio do uso de movimentos.

Essa visão está de acordo com a reflexão de Jordan (2005), ao afirmar que os movimentos retransmitem situações e sensações, como o conhecimento do ritmo interior, linha musical, cores e texturas, necessárias para a compreensão do fraseado musical. De acordo com

⁶ “In vocal exercise sessions, if the singers practice linking their voices and a gesture (...) through a specific movement pattern, it will form a motor image and be stored in the memory as a schema.” (SHEHAN, 1987, TAYLOR, 1989, *apud* LIAO e DAVIDSON, 2015, p. 6).

essas ideias, é preciso ressaltar que o regente, ou preparador vocal, desempenha, nesses momentos, o papel de educador musical. Gois (2015) concorda que “a regência e o ensino envolvem ações didáticopedagógicas”, e ressalta a evidência de “uma relação clara entre a atividade de ensino e a atividade da regência, aproximando o regente do professor” (GOIS, 2015, p. 27).

Segundo Godoy (2007), a prática coral é um meio para se desenvolver habilidades e conhecimentos musicais. Assim sendo, é difícil desassociar a atividade coral do ensino de música. Godoy (2007) confirma que o regente deve então organizar o coro com propósitos educativos. Este profissional deve ser compreendido tanto como educador como como um “professor/regente”.

Assim, Jordan (2007), baseando-se nas ideias de Dalcroze e Laban, afirma que o aprendizado rítmico deve ser experienciado pensando no caráter educacional, em que os educadores/regentes utilizem movimentos corporais para uma melhor apreensão dos alunos.

O autor, amparado pelo pensamento de Laban, explica a importância do movimento na estrutura física e mental. Assim, Jordan (2007) explica que muitas vezes, a música não flui porque falta conhecimento ou imaginação a respeito da forma da frase musical. Ele então sugere passos de aprendizagem para uma peça:

1. Andar ao redor da sala pisando e cantando ritmicamente a peça, para achar o micropulso. (...)
2. Localizar o micropulso com suas mãos, enquanto bate o macropulso com os pés (...)
3. Cantarolar ao longo da peça, respirando a cada entrada (...)
4. Cantarolar a peça sem bater o ritmo” (JORDAN, 2007, p. 248)⁷.

Parente (*apud* JORDAN, 2007) conclui que “todos os movimentos efetuados pelos cantores, feitos no espírito da música preparada, servem para informar e enriquecer tanto o processo de aprendizagem quanto uma eventual performance da peça” (PARENTE *apud* JORDAN, 2007, p. 330)

Dessa forma, podemos perceber que, na literatura, o movimento apresenta-se como uma metodologia eficaz para contribuir no papel de educador musical desempenhado pelo regente/preparador vocal. Pode-se perceber as diversas contribuições oferecidas pelo uso da

⁷ “1. Walk the room to step and rhythmically chant the piece to find the microbeat. 2. Locate the microbeat with your hands while concurrently tapping the macrobeat with your feet. 3. Chant through the piece, breathing for each entrance. 4. Chant through the piece without tapping” (JORDAN, 2007, p. 248).

movimentação nos principais momentos do ensaio. A começar pelo aquecimento, em que os movimentos e gestos contribuem para relaxar o corpo e desenvolver a consciência corporal do coralista. A movimentação também desempenha um papel importante durante a aplicação da técnica vocal, momento em que pode atuar para construir uma imagem mental do som que se deseja atingir, sendo mais fácil visualizar um gesto, do que uma informação verbal. Até mesmo preparação de repertório pode ser beneficiada com o uso gestual, uma vez que auxilia os coralistas na percepção da frase musical adequada ou mesmo em resolver problemas específicos do repertório.

2. COMO ACHAR RESPOSTAS: O PERCURSO METODOLÓGICO

Para atender ao objetivo proposto desta pesquisa, que consiste em conhecer a importância da movimentação corporal para a aprendizagem do canto coral de acordo com a opinião de profissionais da área, foi realizada uma pesquisa bibliográfica em livros e artigos relacionados ao tema, além de terem sido realizadas entrevistas com um regente e uma preparadora vocal que utilizam movimento em grupos corais.

Esta pesquisa tem uma abordagem qualitativa, tendo como método de coleta de dados entrevistas semiestruturadas. Uma pesquisa de abordagem qualitativa, para Rampazzo (2005), busca uma “compreensão particular daquilo que estuda”, sendo seu objetivo sempre “a compreensão, não a explicação dos fenômenos estudados”. Por isso, o foco da atenção da pesquisa qualitativa é “no específico, no peculiar, no individual” (RAMPAZZO, 2005, p.58). Dessa forma, o autor explica que a abordagem qualitativa se diferencia da quantitativa, de acordo com a necessidade de aprofundamento que uma de faz em relação a outra.

Rampazzo (2005) explica que a pesquisa qualitativa apresenta “significados mais relevantes tanto para os sujeitos envolvidos como para o campo da pesquisa ao qual o estudo desses fenômenos pertence”. Ele ressalta, ainda, que esse formato de pesquisa, nas áreas de psicologia e de educação, questiona e põe em dúvida o valor da generalização (RAMPAZZO, 2005, p.59).

Dessa forma, como esta pesquisa buscou conhecer dois casos específicos de uso de movimentos e gestos no fazer coral, é mais apropriado o uso de metodologia qualitativa do que quantitativa, uma vez que os resultados aqui obtidos permitem compreender mais profundamente as duas situações estudadas.

A primeira etapa deste estudo foi o desenvolvimento de estudos e pesquisa bibliográfica sobre o tema em questão. Como este assunto já era foco de estudo em meu estágio docente, parti, desde o início de março de 2018, a procurar na literatura nacional e internacional artigos, monografias, livros, apostilas e pesquisas no site do *YouTube* sobre “movimento no ensaio coral”, “aquecimento coral”, “choir warm up”, “movement in choir”, entre outros, que pudessem trazer subsídios para minha prática pedagógica e, ao mesmo tempo fundamentar minhas reflexões sobre a temática.

Especificamente sobre a produção bibliográfica, percebi a escassez de pesquisas que abordem o tema do uso do movimento no coral, em contraposição à minha experiência pessoal,

na qual percebi que essa metodologia vinha sendo bastante utilizada. Na literatura nacional, foram encontradas muitas pesquisas, referenciadas na bibliografia, sobre estrutura do coral e o coral como educação musical, além de muitos materiais didáticos com dicas práticas sobre o assunto, mas poucas pesquisas científicas.

Na literatura internacional, o tema foi mais evidenciado em livros e artigos científicos, tendo sido encontrados autores que trouxessem uma reflexão sobre o efeito da movimentação para o aprendizado musical e, especificamente, para o aprendizado coral.

Partindo da hipótese de que o uso de movimentação facilita e pode acelerar o aprendizado do coralista, buscou-se, nessa pesquisa, conhecer como isso é feito, em quais momentos e quais os resultados observados pelos educadores musicais que atuam na área coral como regente ou preparador.

2.1 Pesquisa Bibliográfica

Em todo estudo acadêmico e científico a produção bibliográfica deve se fazer presente para a construção do conhecimento de toda uma área. Esse tipo de pesquisa, segundo Pádua (2012), coloca o pesquisador em contato com o que já foi escrito e registrado sobre o tema. Para a autora, fonte é diferente de bibliografia, “sendo considerado *fonte* todo material imprescindível à elaboração do trabalho de pesquisa” e bibliografia “é o conjunto de obras derivadas sobre determinado assunto, escritas por vários autores, em épocas diversas, utilizando todas ou parte das fontes”. (SALOMON 1974, *apud* PÁDUA, 2012, p. 56)

Rampazzo (2005) acredita que a pesquisa bibliográfica procura explicar um problema a partir de referências teóricas publicadas, tais como livros, revistas, artigos científicos entre outros. Para o autor, qualquer tipo de pesquisa, em qualquer área requer uma pesquisa bibliográfica anterior, seja para levantar a situação da questão, para fundamentação teórica, ou para justificar os limites e contribuições da própria pesquisa.

Neste trabalho, a pesquisa bibliográfica possibilitou conhecer os trabalhos já existentes sobre o tema canto coral, além de oferecer um panorama sobre as pesquisas nacionais e internacionais relacionadas ao uso de movimentação no ensaio.

Nesta pesquisa, o método de coleta de dados ocorreu por meio de entrevistas semiestruturadas, a fim de conhecer quais os usos e momentos do movimento no ensaio coral, a partir do olhar da preparadora vocal e do regente que os utilizam.

2.2 Entrevista

Segundo Pádua (2012), a entrevista trata-se de uma forma de coletar dados que são estão em documentos, mas que contribuem com a concretização de objetivos específicos. Rampazzo (2005) define entrevista como um encontro de natureza profissional entre duas pessoas, com a finalidade de uma delas obter informações a respeito de determinado assunto.

Ambos os autores afirmam que a entrevista é uma técnica que possui vantagens e limitações. Para Pádua (2012), a vantagem da entrevista é a possibilidade de analisar os dados quantitativamente e qualitativamente, além de poder ser feita em qualquer segmento da população. Essas afirmações concordam com a ideias de Rampazzo (2005), para quem outras vantagens são: “maior flexibilidade, podendo o entrevistador repetir ou esclarecer perguntas, formular de maneira diferente”, além de oferecer “maior oportunidade para avaliar atitudes, condutas, podendo o entrevistado ser observado naquilo que diz e como diz” e também dar “oportunidade para obtenção de dados que não se encontram em fontes documentais e que sejam relevantes e significativos”. (RAMPAZZO, 2005, p.111)

Quanto às limitações da entrevista, Pádua (2002, p. 70) afirma que os entrevistados, dependendo da técnica a ser adotada, podem não ser precisos ao dar as informações, ou o entrevistador pode avaliar ou interpretar as informações de forma distorcida. Rampazzo (2005) ainda afirma também que as vezes a entrevista ocupa tempo e faz com que nem todos os entrevistados tenham interesse em participar ou mesmo despendem tempo para que o entrevistador consiga ter as informações necessárias.

As entrevistas podem ser desenvolvidas em três categorias: estruturadas, semiestruturadas e não estruturadas. A entrevista estruturada acontece a partir de questões dispostas numa ordem previamente preparada pelo pesquisador, seguindo a uma sequência fixa comum a todos os entrevistados. A entrevista não estruturada, ou também conhecida como pesquisa aberta, segue apenas a temática norteadora da pesquisa, mas o entrevistador não precisa conduzir nenhum tipo de sequência previamente pensada (SAMPIERI; LUCIO, COLLADO, 2006).

Já a entrevista semiestruturada acontece a partir de um roteiro previamente preparado com as interrogativas que se pretende abordar, de maneira que se possa conduzir a entrevista

de forma flexível, tendo total liberdade para formular novas questões conforme a linha de pensamento originadas a partir das respostas que cada entrevistado possa a vir apontar, conforme também corrobora Rampazzo (2005):

o pesquisador organiza um conjunto de questões sobre o tema que está sendo estudado, mas permite, e às vezes até incentiva, que o entrevistado fale livremente sobre assuntos que vão surgindo como desdobramento do tema principal (RAMPAZZO, 2005, p. 70).

Para este trabalho, a entrevista semiestruturada revelou-se a metodologia mais adequada, pois permite a condução do diálogo de acordo com questões preestabelecidas, mas ao mesmo tempo proporcionou certa flexibilidade para que a entrevistadora pudesse esclarecer dúvidas e solicitar mais informações à medida em que os entrevistados iam respondendo.

2.3 Elaboração do roteiro de entrevista, a escolha dos entrevistados e os procedimentos de coleta de dados

O roteiro de entrevista (vide apêndice 1) foi elaborado de acordo com a lógica de apresentação da revisão de literatura e na mesma ordem de aparecimento dos temas deste trabalho, ou seja, a princípio, os entrevistados foram questionados sobre a estrutura de seus ensaios, e em quais partes ele se dividia. Depois, em quais dessas partes o movimento era utilizado e por quê. Os entrevistados também foram convidados a descrever alguns desses movimentos detalhadamente e a compartilhar com a pesquisadora qual o objetivo de utilizar cada um deles, quais os benefícios percebidos pelos entrevistados e quais os efeitos dessa metodologia sobre o desenvolvimento individual dos coralistas e do grupo.

A escolha dos entrevistados foi feita entre profissionais sugeridos por colegas cantores que recomendaram o trabalho de uma preparadora vocal e de um regente que fazem uso da movimentação no ensaio coral.

O contato foi realizado por meio de mensagens no aplicativo de celular *WhatsApp*⁸, uma vez que ambos moram em São Paulo e a pesquisadora, em Brasília. A forma de entrevistar também foi definida levando-se a distância em consideração, buscando otimizar e deixar o mais prático possível, as perguntas foram enviadas por gravações de áudio e pelo próprio aplicativo

⁸ *WhatsApp*: Aplicativo de celular para envio de mensagens instantâneas, fotos, vídeos, áudios e outras funções entre duas ou mais pessoas.

e respondidas da mesma forma. Foram feitas, a princípio, perguntas fechadas, mas conforme as respostas foram dadas, mais perguntas foram sendo elaboradas, com o intuito de melhor esclarecer dúvidas e obter todas as informações necessárias. Depois, foi feita a transcrição das gravações para texto. Após a realização das entrevistas, os dados foram transcritos em um arquivo próprio, denominado Caderno de Transcrições (CT). Atendendo aos critérios éticos de pesquisa, os entrevistados receberam um arquivo com explicações e consentimento para uso deste material para a pesquisa, bem como a utilização de seus próprios nomes (Apêndice 2).

3. AFINAL, POR QUE SE MOVIMENTAR? A perspectiva dos entrevistados

Apresento neste capítulo as discussões trazidas pelos dois entrevistados, Carlos Eduardo da Silva Vieira e Maria Valentina Alexandre Bagno, que explicam em que momentos a movimentação é utilizada durante o ensaio coral; de que formas a movimentação coral é utilizada nos diversos momentos do ensaio e refletem sobre os resultados do uso da movimentação na aprendizagem do canto coral.

Carlos Eduardo, de Mogi das Cruzes, tem 45 anos, e é cantor lírico e regente. Formou-se em canto na Universidade Estadual Paulista (Unesp) e concluiu seu doutorado em música pela Universidade do Alabama em 2016. Entre 2001 e 2012, foi diretor musical e regente titular dos coros da Catedral Evangélica de São Paulo. Caê Vieira (nome artístico) está agora de volta ao Brasil depois de um período de 6 anos nos EUA, onde atuou como professor universitário, cantor e regente coral.⁹

Valentina Maitá (nome artístico), tem 27 anos, é cantora de formação popular e erudita, professora de canto, preparadora vocal e utiliza a eutonia (prática de educação somática) amplamente em seu trabalho. Atualmente, está concluindo o bacharelado em canto e arte lírica pela Universidade de São Paulo (com início em 2013), e faz formação em eutonia pelo Instituto Brasileiro de Eutonia (iniciado em 2016). Atuou como preparadora vocal do Coral da ECA-USP entre 2017 e 2018.¹⁰

3.1 Hora de cantar: estrutura do ensaio, partes que usam movimentos e como são utilizados

Esta primeira parte da análise é destinada a atender dois dos objetivos específicos da pesquisa, que são conhecer em que momentos a movimentação é utilizada durante o ensaio coral e compreender de que formas a movimentação coral é inserida nos diversos momentos do ensaio.

Como foi possível observar na revisão de literatura, para Dias (2011), a estrutura do ensaio coral se divide em dois grandes grupos: a preparação vocal (que pode ser dividida em

⁹ Informações fornecidas pelo próprio entrevistado e pelo seu site: www.caevieira.com.

¹⁰ Informações fornecidas pela entrevistada.

aquecimento e técnica vocal) e o ensino e aprimoramento do repertório. No resultado das entrevistas pode-se observar uma concordância entre os dois entrevistados e a literatura. Ambos os entrevistados afirmaram dedicar o começo do ensaio para a preparação vocal, começando com o aquecimento, tanto do corpo quanto da voz.

Para Carlos, essa parte do ensaio tem como objetivo a ativação corporal do corista. Ele afirma começar com um aquecimento vocal, de duração aproximada de cinco minutos e que tem como objetivo “ativar o corpo, ativar a respiração, ativar a voz e ativar o ouvido do seu corista”, seguido de um aquecimento com “exercícios simples, rápidos, arpejos, escalas, sequências de vogais pra ativar a voz”. Além disso, outro ponto importante é que o aquecimento prepara mentalmente o coralista para a prática que se seguirá. Para Carlos, esse momento ajuda a “tirar a atenção do seu corista de outras coisas que podem ter acontecido antes dele ter chegado pro seu ensaio” (CARLOS, CT, 2018, p. 1).

Nesse ponto, o regente confirma a teoria de Jordan (2007), em especial o primeiro dos seus “14 passos pedagógicos”, em que afirma que o ensaio deve sempre começar com uma etapa própria para desconstruir a postura trazida para o ensaio. Para Valentina, o início do ensaio é também um momento de aquecer e preparar o corpo e perceber como ele está, “porque é com ele que você vai trabalhar aquele dia, cada dia ele está de um jeito, então é bom você saber qual que é o nosso ponto de partida” (VALENTINA, CT, p. 14).

Com relação à técnica vocal, os entrevistados afirmam que nem sempre dedicam um momento específico para ela, mas preferem inseri-la em diversos momentos do ensaio. Carlos explica: “do momento em que eu entro na frente do coro, até o momento em que eu saio, eu sou regente e professor de canto, então o tempo todo eu ‘tô’ resolvendo problemas vocais” (CARLOS, CT, 2018, p. 5). Mas detalha que costuma falar de técnica vocal na segunda parte do ensaio, que é quando utiliza procedimentos específicos. Ele cita, por exemplo, exercícios destinados a afinar as vogais do coro. Carlos afirma que esse exercício não implica em interferir no trabalho dos professores de canto dos coralistas, mas ressalta que, a partir dele, o coro “tem que se adaptar àquilo que você tá pedindo em termos de resultado sonoro” (CARLOS, CT, 2018, p. 5).

Já a preparadora vocal Valentina, no início do ensaio, prefere voltar o aquecimento vocal para “respiração, vibração, ressonância do corpo, ressonância com espaço”. Depois disso, Valentina conta que, dependendo do tempo disponível, trabalha com “alguns elementos de técnica, colocação da voz, principalmente” (VALENTINA, CT, p. 15).

A parte seguinte do ensaio é dedicada à preparação e aperfeiçoamento do repertório. Esse momento foi discutido apenas pelo entrevistado Carlos Eduardo, que também é regente. Ele explica que costuma formular “apostilinhas” com exercícios para cada dia de ensaio, destinadas a resolver problemas específicos no repertório e, em seguida, partir para o treinamento da música em si. (CARLOS, CT, 2018, p. 2).

Carlos explica que o seu ensaio tem todos os minutos planejados, de forma que o coro passa por diferentes níveis de dificuldades. Ele afirma que

planejar o ensaio depende muito de você também conhecer o seu coro. (...) saber quais são as dificuldades, quais são os pontos fracos, para você ter uma ideia de, primeiro, que repertório você escolhe, mas depois, quanto tempo vai demorar o seu repertório pra você preparar (CARLOS, CT, 2018, p. 3).

E se por acaso algum momento planejado não funcionar, ele afirma que é necessário ter flexibilidade para passar para frente, pois “uma coisa que não dá certo começa desencaixando todas as outras” (CARLOS, CT, 2018, p. 3). A ideia de Carlos a respeito do planejamento de ensaio pode ser relacionada às fases recomendadas por Jordan (2007) para divisão das atividades ao longo do tempo, geralmente curto, que o regente passa com o coral, que o autor sistematizou em seus “14 passos pedagógicos”.

Abaixo, segue uma explicação mais detalhada sobre de que formas a movimentação coral pode ser utilizada nos diversos momentos do ensaio.

a) Relaxamento

De acordo com a literatura analisada, o primeiro momento do ensaio em que o uso de movimentos e gestos pode ser útil é durante o relaxamento do corpo. São exemplos de movimentos, para esse fim, as rotações de cabeça e massagens no rosto. Mathias (1986) sugere também sacudir os braços e pernas.

O entrevistado Carlos comenta que, ao relaxar o corpo, também é importante buscar o alinhamento corporal.

Eu acredito muito em técnica de Alexander então eu uso muito coisas relacionadas com a técnica de Alexander, como: achar o alongamento da sua cabeça, orelha sobre os ombros, sobre o quadril, sobre os joelhos, sobre o pé, sobre o calcanhar...Muito alinhamento corporal, que é as vezes uma massagem... automassagem dá pra fazer (CARLOS, CT, 2018, p. 6).

Sob este aspecto, é possível compreender que Carlos reflete o que Jordan (2007) argumenta sobre alinhar o coral, tanto no início quanto durante o ensaio. Buscar o alinhamento corporal é uma demanda necessária para o cantor, conforme explica MacDonald (1998) ao discorrer sobre a técnica de Alexander. O autor ressalta que uma postura corporal ineficiente prejudica a emissão eficiente da voz. O relaxamento também pode ocorrer no meio do ensaio. O regente Carlos explica:

Quando você tá no meio do ensaio, às vezes você precisa (...) parar, principalmente quando você tem um momento muito estressante, (...) alongar, esticar, *brrrr [entrevistado faz som de lábios vibrando com o ar, em um movimento sonoro descendente]*, sabe? Dá uma relaxada assim... fazer alguma outra coisa, né? (CARLOS, CT, 2018, p. 6).

A importância de manter o corpo relaxado está em consonância com as ideias de Quinteiro (1989), para quem o organismo tenso tem dificuldade de emitir o som. Portanto, os movimentos podem servir como auxílio para retirar as tensões desnecessárias e podem contribuir para um ensaio mais produtivo.

b) Aquecimento

Os dois entrevistados afirmam que o uso do movimento é importante no aquecimento dos coros e na técnica vocal. De acordo com Carlos, a ativação do corpo é o início do aquecimento, que ele descreve como

pode ser simplesmente fazer um alongamento básico... ombro, pescoço, mas também pode se fazer um rolamento, vai lá pra frente, desce sua coluna, cabeça pra baixo, relaxa o pescoço, agora vai subindo a coluna vértebra por vértebra, faz um relaxamento de articulações (...), começando pelo pé, do tornozelo, do joelho do quadril, encaixa o quadril, encaixa a coluna, encaixa a cabeça, essas coisas... (CARLOS, CT, 2018, p. 5-6).

Quando falamos em ativação do corpo, isso também inclui despertar, nos coristas, o princípio de uma autoconsciência corporal, uma vez que a realização consciente de movimentos com finalidades específicas serve como exercício para que o coralista perceba o próprio corpo. A entrevistada Valentina explica que utilizar movimentos auxilia o cantor a perceber que o corpo não é estático. Para isso, ela afirma propor para os coralistas, por exemplo, executar um pequeno balanço para sentir como o peso do corpo está distribuído entre os pés.

O nosso corpo nunca está parado enquanto a gente tá vivo, então sempre tem movimento respiratório, sempre tem movimento do batimento cardíaco, dos fluidos vitais do corpo se deslocando, então eu costumo,

nesse primeiro momento, chamar a atenção das pessoas para esse movimento como uma forma de a gente já ir se dando conta de que o corpo não tá fixo, porque a fixação o tônus corporal traz muita tensão, e aí você vai ter que lidar com esse obstáculo da tensão na hora em que for fazer o aquecimento vocal (VALENTINA, CT, p. 15).

Braga e Pederiva (2007) complementam a fala da entrevistada ao trazerem a ideia de que, para cantar, não existe “tensão zero”, porque o corpo está em movimento, mas que é preciso manter apenas a tensão indispensável para produzir o som. A partir da percepção do corpo como um todo, o aquecimento pode se voltar para a consciência da respiração. Carlos cita o autor Henry Leck para exemplificar alguns movimentos que utiliza para esse fim:

o Henry Leck, que é um regente de coro infantil famoso nos Estados Unidos, ele usa um exercício de coração. Você coloca a sua mão mais ou menos na frente do seu amigo e imagina que essa mão é um coração batendo, quando você abre [*diástole, sístole*], quando você abre o coração você tá inspirando, quando você fecha você tá expirando e tenta sentir a musculatura abdominal acompanhando a sua mão. (...) Uso movimentos que façam isso, que façam você abrir um balão na frente do corpo e fechar o balão, para que você entenda junto a sua respiração (CARLOS, CT, 2018, p. 9).

Nas entrevistas, é possível perceber que o uso do movimento no aquecimento é, em grande parte, baseado na movimentação natural do corpo humano, para ambos os entrevistados. Valentina explica que pede aos coralistas para exagerarem os movimentos que o corpo já faz, como, por exemplo, elevar a caixa torácica ao inspirar. Ela conta que busca ampliar, ou “dar mais vazão”, aos movimentos espontâneos do corpo.

c) Técnica vocal

De acordo com os entrevistados, a mesma lógica de aproveitar a movimentação natural do corpo para aquecê-lo continua ao iniciar-se o trabalho de voz propriamente dito. Nesse momento, é o gesto do corpo que acompanha – e ilustra – a dinâmica da voz. Valentina exemplifica relatando um exercício em que solicita aos coralistas que iniciem a vibração labial em uma nota mais grave, que depois vai subindo para uma mais aguda. Ao mesmo tempo, ela pede a eles que façam “o gesto do braço subindo e descendo, ou às vezes empurra[r] o chão e estende[r] os joelhos para subir, depois flexiona para descer” (VALENTINA, CT, p. 18), de forma que o movimento corporal acompanhe o movimento da melodia.

Associar voz e gesto na execução de vocalizes é recomendado por autores como Shehan, Taylor e McKinney (1987, 1989 e 1994, *apud* LIAO; DAVIDSON, 2015). Isso está em consonância com que o que relata o regente Carlos, que cita como exemplo:

Uma coisa que eu adoro fazer, que eu bolei, é imitar trombone. Quando você está mudando de nota na mesma vocal, tipo um cânone [*canta*], 'tô' elevando a mesma vogal para uma nota mais aguda, 'tô' fazendo movimento de trombone. O agudo é mais longe de mim, o grave é mais perto. Faço isso antes da nota, não junto com ela (CARLOS, CT, 2018, p. 9).

Uma observação importante, enfatizada pelo entrevistado, é a de que o movimento não é executado exatamente no mesmo momento em que a nota musical: “O movimento vem antes, não junto com ela. Isso é muito importante, tremendamente importante”. Ele justifica: “Movimento corporal vem antes do som, porque ele é preparatório do corpo para emitir aquele som. Se ele vier junto, o som vem ‘barrigado’, ou vem se consertando no meio, que nem carro que entra na curva derrapando” (CARLOS, CT, 2018, p. 10).

O regente explica que o movimento executado exatamente na hora em que a nota musical acontece “coloca o coro em uma situação de estresse, e não de preparação”. Ele desenvolve: “É sempre preparando. Corpo prepara o som, sempre, na técnica vocal. Respiração prepara o som, prepara o salto, prepara o agudo, prepara a frase. É muito rápido, mas tem que ser antes” (CARLOS, CT, 2018, p. 11).

A entrevistada Valentina traz outro detalhe que pode ser muito útil para a prática coral. Além de exemplificar movimentos que acompanham o percurso da voz, ela também costuma utilizar gestos contrários, de modo a equilibrar os esforços feitos pelo cantor:

Outra coisa que eu gosto bastante de usar é a ideia do movimento oposto àquilo que a gente percebe. Então, a gente está cantando algo que é ascendente, eu peço para eles fazerem um movimento corporal que é descendente. Então a gente está cantando [*canta dararírará, ficando mais agudo*] e aí o joelho flexiona no momento mais agudo e estende no momento mais grave. Você tem uma compensação ali, o seu cérebro fala 'estou subindo', mas no seu corpo, você está descendo. Isso ajuda a dar equilíbrio, não tensionar demais o seu corpo na subida, nem relaxar ele demais na descida, o que é um clássico: querer cantar o grave “desapoiado” e o agudo com extremo esforço. Trazer um movimento que desce no agudo, que relaxa no agudo, e que traz um pouco mais de tônus no grave, é algo que também ajuda bastante (VALENTINA, CT, p. 18).

d) Preparação de repertório

Uma vez que a música se constitui de movimentos e dinâmicas dos fraseados, a literatura afirma que o aprendizado musical pode beneficiar-se do movimento corporal. Essa noção é encontrada em Apfelstadt (1985) e em Jordan (2005, *apud* SILVA; SILVA, 2014).

Nesse sentido, a entrevista com o regente Carlos trouxe uma ideia relevante: a de que, além do coro incorporar os movimentos ao longo do ensaio, eles também precisam ser incorporados pelo próprio regente, tanto ao longo do ensaio, como também na hora da apresentação. Ele explica: “uma coisa que eu acho importante como regente é que eu coloco esse gesto na minha regência, mesmo em situação de concerto. Eu lembro o soprano, por exemplo, de verticalizar aquele agudo” (CARLOS, CT, 2018, p. 11).

O entrevistado enfatizou a importância de o regente do coro estar sempre atento para elaborar novos gestos que possam contribuir com o aprendizado dos cantores, o que se relaciona diretamente à função de educador musical que o regente deve desempenhar, conforme a literatura citada por Gois (2015).

Acho que o grande lance é ser imaginativo enquanto regente e falar 'tenho um problema. Tem uma sexta maior ascendente que meu soprano estrangula. Que gestos que eu posso fazer para 'desestrangular', para abrir essa laringe? Observa as pessoas no dia a dia, porque elas fazem gestos. Quando elas estão querendo chamar alguém que está longe, quando estão comendo alguma coisa, que gestos que as pessoas fazem? (CARLOS, CT, 2018, p. 10).

Carlos reforça a importância de o regente usar o movimento também como uma forma de tornar tanto o ensaio, quanto o concerto, mais dinâmicos, para renovar a atenção do coro. “Usar gesto, ter um repertório de memória gestual, corporal, faz com que eles, durante situação de concerto, tenham instrumentos para resolver os problemas” (CARLOS, CT, 2018, p. 12). Para Carlos, os movimentos devem ser incorporados pelo regente, mesmo que, no momento da apresentação, o coro não possa mover-se da mesma forma que no ensaio.

Isso faz a mágica do *evoking sound*, do James Jordan, de evocar no corista o som que ele tem que fazer através da sua regência. Então eu acho que tem um poder muito grande na regência que mimetiza os gestos que foram explorados de maneira bem-sucedida com o coro (CARLOS, CT, 2018, p. 13).

Ele reforça, entretanto, que essa estratégia, para ser efetiva, “permear sua tática, *seu approach*, sua didática [*do regente*]”, para que os coralistas a apreendam naturalmente

(CARLOS, CT, 2018, p. 12). A percepção do entrevistado está de acordo com o preconizado por Figueiredo (*apud* GOIS, 2015), para quem é função do regente atuar como educador, e buscar a maior eficácia possível “os diversos aspectos envolvidos na música coral” (FIGUEIREDO, 1990, *apud* GOIS, 2015, p. 27).

3.2 Benefícios do uso do movimento

Esta segunda parte da análise responde ao terceiro objetivo desta pesquisa, que era, a partir das percepções dos entrevistados, refletir sobre o uso da movimentação na aprendizagem do canto coral, em especial nos efeitos, resultados ou benefícios que eles observam.

a) Desenvolver a consciência corporal ou autopercepção

Um dos resultados mais evidentes da utilização de movimentos e gestos no fazer musical coral é o desenvolvimento da consciência corporal dos coralistas, uma vez que seu instrumento musical é todo o seu corpo. Esse efeito é retratado tanto na literatura, nas ideias de Mathias (1986) e outros, quanto na percepção dos entrevistados Carlos e Valentina.

O maestro Carlos relaciona a ampliação da consciência corporal à evolução da técnica vocal. “Corista que tem uma postura melhor resulta em uma sonoridade melhor. E a sonoridade não vai melhorar se o corpo não melhorar, você não resolve som sem resolver corpo” (CARLOS, CT, 2018, p. 7).

Diretamente relacionada à consciência corporal está a ideia de autopercepção, conforme explicado por Pérez-González (2000, *apud* FERREIRA, 2002), para quem controlar a voz envolve treinar a atenção para apreender as sensações durante as repetições dos exercícios.

O treinamento para identificar sensações corporais está presente nos ensaios conduzidos pela preparadora vocal Valentina, de acordo com a entrevista, em exercícios como, por exemplo,

jogar o peso de um pé pro outro e isso gerar um balanço. Tanto da esquerda para a direita, quanto do calcanhar para a ponta dos dedos (...) para ajudar a perceber como é que está distribuído o peso do nosso corpo e se essa passagem é fluida. (...) Tem uns momentos em que o corpo dá umas pequenas ‘travadinhas’, como se fossem uns cliques, então não é tão fluido. Você poder perceber isso é algo importante do ponto de vista neurológico também, porque a partir do momento em

que você percebe algo que acontece, o nosso cérebro começa a tentar corrigir, no sentido de tentar encontrar um equilíbrio maior, a homeostase (VALENTINA, CT, 2018, p. 17).

b) Preservar saúde vocal

Preservar a saúde vocal é outro efeito que pode ser alcançado com a incorporação de movimentos no ensaio, porque a preservação das estruturas vocais também está relacionada à consciência corporal. Conforme explica a preparadora vocal Valentina:

A questão da saúde vocal para mim é primordial. A pessoa não pode sentir desconforto nem dor enquanto ela tá fazendo aquela atividade comigo. Então tem esse primeiro foco, de que a pessoa tenha longevidade vocal. A gente quer cantar até quando a gente for velhinho, esse é um objetivo importante para mim (VALENTINA, CT, 2018, p. 19).

Nesse sentido, as ideias de Quinteiro (1989) também alertam para os possíveis prejuízos que podem ser causados à voz pela tensão excessiva no corpo. Apesar de o ato de cantar exigir o tensionamento de alguns músculos e estruturas, a tensão excessiva e nos órgãos errados pode ser muito prejudicial tanto ao som produzido quanto à saúde vocal do cantor.

c) Autonomia no aprendizado

Um corista mais consciente do seu corpo também terá mais facilidade em tomar frente do seu processo de aprendizagem do canto. É o que explica a entrevistada Valentina:

Muitas vezes, os alunos de canto e os coralistas, as pessoas na nossa sociedade, em geral, têm uma postura um pouco passiva na hora de aprender. Elas querem que o professor ensine e elas aprendam. Muitas vezes, o professor não tem condições de dar conta de questões que são específicas daquela pessoa, e quanto antes ela puder, via consciência corporal, via percepção dela mesma, entender esses fenômenos, começar a entender da onde isso vem, por que, 'como posso trabalhar isso', e ela mesmo ficar mais autônoma para se ensinar canto, eu acho que isso é bem importante (VALENTINA, CT, 2018, p. 19).

d) Ampliação das possibilidades vocais

O desenvolvimento da consciência corporal, conforme já vimos, gera autonomia para que o cantor explore e aprenda a usar o seu instrumento, a voz. Isso, por consequência, traz um

aumento das possibilidades vocais daquele musicista, seja profissional ou amador. Esse é um dos efeitos observados por Carlos com o uso do movimento durante os ensaios:

Acho que o efeito é esse: ter um corista mais consciente do seu corpo, das suas possibilidades técnicas, da sua voz, e mais solto no palco, com uma melhor postura, melhor expressividade, melhor expressão facial, com sorriso no rosto, e não aquela coisa sisuda, parada, o tempo todo, que você não consegue nem se relacionar, fraseados, possibilidades vocais de dinâmica, melhora na extensão das frases, na extensão das respirações, melhora na finalização, na afinação, com certeza, porque essas coisas todas estão relacionadas com o desenvolvimento do seu instrumento musical (VALENTINA, CT, 2018, p. 19).

Para ilustrar melhor essa ideia, Carlos faz a analogia do cantor ser “três em um”: o instrumento, o *luthier* e o instrumentista. Isso porque, para ele, o cantor deve “montar” seu instrumento, “saber como fazer para que esse instrumento gerar o melhor som, achar a melhor ressonância”, além de “ser o melhor instrumentista possível”, no sentido de “saber fazer com que esse instrumento faça performances que sejam, de alguma maneira, artísticas, [que] se relacionem como o público, ou pelo virtuosismo, ou pela beleza, ou pela elegância” (CARLOS, CT, 2018, p. 7).

A necessidade de desenvolver a competência do cantor para preparar e usar seu instrumento também é trazida por Fernandes, Kayama e Östergren (2006), para quem toda a técnica vocal deverá explorar três aspectos: administração da respiração, coordenação da laringe aliada ao relaxamento muscular e a exploração da ressonância vocal.

e) Prazer ao ensaiar

Os gestos e a movimentação também podem proporcionar aos coralistas, no momento do ensaio, uma sensação mais prazerosa do que um ensaio estático. Valentina explica que a sensação prazerosa ao ensaiar é particularmente importante em situações em que a participação no coral é obrigatória, como, por exemplo, o coro com o qual ela trabalha, que é uma disciplina obrigatória para todos os alunos do curso de graduação em Música (VALENTINA, CT, 2018, p. 20).

f) Autocuidado

A entrevistada Valentina observa ainda que o uso do movimento ao longo do ensaio promove nos coralistas uma sensação de maior proximidade com o próprio corpo, o que ela denomina de autocuidado. Essa sensação, segundo ela, não fica restrita ao momento do canto, mas acaba sendo expandida para todos os momentos da vida.

A movimentação pode trazer bastante coisa no sentido da autonomia, da liberdade, do autocuidado, da pessoa mesma começar a ter uma relação diferente com o corpo dela, perceber o corpo dela, gostar de estar percebendo o corpo dela. Eu acho que isso é muito importante no nosso trabalho. Para deixar mais claro, palavras-chaves para mim: saúde, autonomia, liberdade, autocuidado e que essa atividade do coro e do canto coral, que os benefícios dessa atividade possam ser levados para a vida da pessoa como um todo (VALENTINA, CT, 2018, p. 20).

g) Desenvolver a individualidade do coralista

A percepção corporal de cada um dos coristas tem o benefício de despertá-los para a consciência de sua individualidade enquanto cantores, mesmo que a atividade coral seja em grupo. Segundo Valentina, “a questão do movimento também acaba chamando a atenção para a individualidade da pessoa. A gente começa a lidar com aquele ser humano que está ali, e que tem um corpo. Esse corpo se move, e a gente começa a observar como esse corpo se move”.

Para ela, usar o movimento que é próprio do corpo faz com que o ensaio seja “mais fluido, mais confortável, tenha mais equilíbrio”, e que “seja mais cômodo para a pessoa estar ali. Isso faz com que, segundo Valentina, seja possível tratar cada coralista como um indivíduo que possui um corpo único, diferente dos demais. Ela acredita que isso muda a percepção do integrante do coral, que passa a se perceber como mais do que parte de uma “massa sem corpo”, em que ele não podia se mover para evitar causar “ruídos” (VALENTINA, CT, 2018, p. 21).

h) Motivação e tônus

Para Valentina, usar o movimento traz para o coro uma postura mental mais propensa a participar ativamente do fazer musical. Isso traz mais motivação e ajuda o coralista a encontrar o tônus muscular adequado para o canto:

É uma coisa que traz mais motivação pro coro, e mais prontidão. Quando eles estão lá mais passivos, acham que é o professor fazendo, ou o preparador fazendo e eles só recebendo, eles ficam mais desmotivados, o corpo fica mais mole, e não fica com um tônus legal

de prontidão para cantar. Porque não é um tónus baixo que a gente usa para cantar, é bem elevado, como quem vai, não sei, correr, andar, fazer aquele *power walking*, como quem vai fazer um andar mais enérgico. (...) Essa questão de perceber o tónus de corpo já traz um corpo mais disponível pro trabalho. Essa questão da disponibilidade é bem importante também. Esse é um dos benefícios que eu vejo (VALENTINA, CT, 2018, p. 19).

Braga e Pederiva (2007) trazem reflexão semelhante, ao propor que, uma vez que canto consiste de movimento, o corpo deve manter apenas as tensões “indispensáveis” para a produção do som.

i) Conexão entre físico e mental ou movimento como metáfora

Nas ideias de Jordan (2017), a falta de imaginação do indivíduo, às vezes, faz com que a compreensão do conteúdo musical não flua. O autor cita Laban, para quem o movimento liga o físico ao mental. Para Leck e Stenson (2012, *apud* Silva e Silva, 2014, p. 6), o gesto físico ajuda os cantores a conectarem-se com a técnica vocal.

O entrevistado Carlos concorda com a literatura e ainda adiciona que “a expressão vocal depende de soluções corporais, porque a expressão vocal se dá a partir de inflexões corporais. E quando você acha isso, resolve problemas, às vezes, (...) muito rapidamente.” Ele completa: “porque você explica para o cantor que o problema não está ali na nota ‘X’, está no joelho, no tornozelo, na orelha, você faz ele relaxar onde tem que relaxar, tonificar onde tem que tonificar, e aí você dá um passo importantíssimo” (CARLOS, CT, 2018, p. 11).

Outra ideia importante trazida pelo regente é a do poder da força da imaginação sobre o corpo. Porque “se você imagina que está fazendo um exercício físico, pode não criar musculatura, (...), mas você cansa junto, porque você se tensiona, se estressa junto”. (CARLOS, CT, 2018, p. 11) Ele explica que, no ensaio, fazemos uso de movimentos específicos para resolver problemas vocais ou musicais. Esses movimentos podem não ser repetidos na apresentação, mas o ato de imaginá-los recupera a solução vocal encontrada no momento do ensaio.

Então, fez o gesto, deu certo, claro que não vai dobrar o joelho na frente do público, mas na hora que estiver cantando, imagina que está dobrando o joelho, imagina que está pulando de um prédio de dois andares, imagina que está fazendo seu jogo de rúgbi, imagina, se coloca na situação, mesmo estando aí parado, e usa a força da imaginação para

resolver o problema vocal naquela hora. Isso geralmente traz um novo mundo de possibilidades (CARLOS, CT, 2018, p. 11).

Para o entrevistado “ter um repertório de memória gestual, corporal”, faz com os coralistas, “durante situação de concerto, tenham instrumentos para resolver os problemas” (CARLOS, CT, 2018, p. 12). Mais uma vez, observa-se aqui o importante papel desempenhado pelo regente como educador musical, sendo a atividade coral uma importante porta de entrada para o fazer musical, conforme demonstrado na literatura acima, por Cartolano (1968, *apud* GOIS, 2015), Figueiredo (2006 *apud* GOIS, 2015) e Zander (2003 *apud* GOIS, 2015).

A outra entrevistada, Valentina, também afirma que o gesto pode servir de referência para o coralista, ao criar uma imagem mental do que se precisa ser executado com a voz. Ela chama essa ação de metáfora, que ajuda os coralistas a perceberem partes do corpo que não são comumente percebidas.

a metáfora pode ajudar a pessoa a entender algo que não é tão palpável para ela, algo que não é abstrato, porque o véu palatino existe no nosso corpo, mas é algo muito difícil de perceber, então com um gesto fora do corpo você consegue acordar um pouco seu sistema nervoso para a existência desse véu palatino (VALENTINA, CT, 2018, p. 16).

Leck e Stenson (2012) corroboram essa opinião, ao afirmar que o gesto físico ajuda os cantores a conectar-se, lembrando do suporte de respiração adequada para o bom som, timbre e colocação vocal. (LECK e STENSON, 2012, *apud* SILVA e SILVA, 2014, p. 6).

Portanto, a partir dos trechos de entrevista acima expostos, é possível observar que o entrevistado Carlos Eduardo utiliza o movimento nos diversos momentos do ensaio, quais sejam: aquecimento, relaxamento, técnica vocal e preparação de repertório. Já Valentina, por ser preparadora vocal e não regente, concentra o trabalho com movimentos especificamente no aquecimento, além de introduzir alguns elementos de técnica vocal. Ela também busca, nos minutos em que atua, proporcionar via movimentação, a ativação corporal do coralista para a atividade que será executada no dia.

Ambos os entrevistados dão muita ênfase ao uso de movimento como elemento fundamental para desenvolver a consciência corporal e a autopercepção. Outra função valorizada por ambos é o uso do movimento corporal como uma metáfora para o movimento da voz. Os entrevistados não divergem em suas visões sobre o uso de movimentação, mas trazem ideias complementares. Valentina ressalta a sensação de prazer, autocuidado e a preservação da saúde vocal. Carlos acrescenta a observação de que os movimentos sempre têm

que vir antes da voz, e também completa que o uso de gestual amplia as possibilidades vocais. Portanto, ambos relatam perceber diversos efeitos benéficos ao usar movimentação com coral, da mesma forma que a literatura sugere.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este trabalho procurou conhecer, a partir da perspectiva de um regente e uma preparadora vocal, quais as contribuições trazidas pelo uso de gestos e movimentos para o aprendizado musical no grupo coral. Para isso, foi realizada revisão de literatura sobre o tema, além de terem sido realizadas entrevistas semiestruturadas com um regente e uma preparadora vocal que usam movimentação com seus coralistas.

A análise concentrou-se, a princípio, em verificar qual a estrutura e em quais momentos se divide um ensaio coral; em quais desses momentos é possível utilizar movimento e como isso é feito, e quais os possíveis efeitos dessa prática sobre o desenvolvimento do coro.

O interesse por estudar o tema surgiu da minha vivência pessoal, como cantora e integrante, ao longo do tempo, de diversos corais. Comecei a observar que a movimentação era utilizada por preparadores vocais e por regentes. A partir daí a pesquisa bibliográfica na literatura nacional demonstrou relativa escassez de pesquisas sobre o assunto, com materiais mais voltados para como fazer, com dicas práticas.

Considero que o tema seja de suma importância para a pesquisa em ensino, não somente em coral, mas para o canto em geral, uma vez que abre as portas para novas possibilidades de complementar, ou mesmo reformular, os moldes de ensino tradicionais. O tema do movimento para o aprendizado musical já foi explorado por alguns autores pioneiros, mas ainda foram poucos os trabalhos encontrados que fizessem a conexão entre a consciência do corpo e a atividade de cantar em grupo coral.

Entre os principais resultados obtidos por esse trabalho está o delineamento de uma estrutura padrão de ensaio coral, que pode ser ou não cumprida por completo: a preparação vocal, que compreende aquecimento e técnica vocal, e a preparação do repertório propriamente dito. Em todos esses momentos, a pesquisa mostrou que é possível que o regente ou preparador vocal utilize-se de movimentos, com objetivos e efeitos diversos.

Ficou ressaltada a importância da atividade coral como, essencialmente, uma atividade educativa no contexto da música e, por isso, é importante salientar a importância do regente ou preparador vocal atuar também como um educador musical, desenvolvendo estratégias para que cada coralista e o coro como um todo desenvolvam uma melhor compreensão sobre seu instrumento, a voz, e sobre o suporte que a emite: o corpo.

Dentre os resultados obtidos pelo uso do movimento, a partir da perspectiva dos profissionais entrevistados, destaca-se, portanto, a autopercepção corporal como elemento fundamental para aprimorar o aprendizado do canto. A partir dela, é possível que o coralista, entre outros resultados, adquira autonomia para aprender por si mesmo como melhor usar seu instrumento, e resolver possíveis problemas de técnica vocal ou do repertório, além de ampliar suas possibilidades vocais.

Outro aspecto importante mostrado no trabalho e que resulta do uso de movimento é o destensionamento, ou relaxamento do corpo, pré-requisito para a emissão correta e saudável da voz. A pesquisa traz também a importância do relaxamento mental e da concentração, que podem ser adquiridos através do uso de movimentos, ou seja, colocar o coralista em um estado mental propício para o ensaio.

A pesquisa demonstra que o uso de movimento corporal pode auxiliar na compreensão do cantor a respeito do conhecimento musical ensinado, pois cria, para o coralista, uma imagem mental mais clara do que deve ser executado. Para os entrevistados, usar o movimento também traz benefícios diversos, como: uma sensação mais prazerosa ao ensaiar; o despertar do autocuidado; a maior sensação de individualidade do coralista que, apesar de fazer parte de um grupo, é também um organismo único; e o aumento da motivação para o fazer musical, a partir de uma mudança de postura passiva, para uma postura ativa, de protagonista do próprio fazer musical.

Como sugestão para próximos estudos, seria interessante desenvolver um comparativo entre coros que utilizam e que não usam a movimentação, ou mesmo um relato de experiência de um que não utilizava e passou a utilizar. O tema do movimento na música, apesar de ser tratado em referências teóricas, é ainda, de acordo com a minha percepção, pouco explorado como elemento didático e motivador para o aprendizado de canto. Acredito que essa pesquisa traz a oportunidade de iniciar minha vida na licenciatura com uma perspectiva mais ampla sobre as formas de ensinar e as necessidades do aluno de canto.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ARAÚJO, Luiz L.; SANTOS, Teresa M. Momensohn; GIANNINI, Susana P. P., MIGUEL, Fabio; PETIAN, Andréa. *Aquecimento Vocal para o Canto Erudito: Teoria e Prática*. Revista Música Hodie, v. 14, n. 2, 2014. Disponível em: https://www.revistas.ufg.br/musica/rt/printerFriendly/38256/19384_1/15

BEHLAU, Mara; PONTES, Paulo. *Higiene vocal: cuidando da voz*. 4. ed. Rio de Janeiro: Revinter, 2009.

BRAGA, Henriqueta Rosa Fernandes. *Do coral e sua projeção na história da música*. Rio de Janeiro: Kosmos, 1958.

BRAGA, A; PEDERIVA, P. *Voz e corporeidade segundo a percepção de coristas*. Revista Música Hodie, Vol. 7, Nº 2, 2007, Goiânia/GO: UFG, 2007, p. 43 – 51.

BRIGGS, K.E. “*Movement in the choral rehearsal: the singers’ Perspective*”. In.: The Choral Journal, v. 52, nº 5. 2011

DIAS, Leila Miralva Martins. *Interações nos processos pedagógico-musicais da prática coral: dois estudos de caso*. 2011. Tese (Doutorado em música) – Instituto de arte, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre. Disponível em: <https://lume.ufrgs.br/handle/10183/29233#>

FERNANDES, A. J.; KAYAMA, A. G.; ÖSTERGREN, E. A. *A Prática Coral Na Atualidade: Sonoridade, Interpretação E Técnica Vocal*. Revista Música Hodie, Vol. 6, Nº 1, 2006 (p. 51-74)

FERREIRA, Juliana G. P. *Preparação vocal do corista*. Revista Per Musi, Belo Horizonte/MG, v5/6, 2002, p. 112-119.

GOIS, Micheline Prais de Aguiar Marim. *A dimensão lúdica na regência de coro infantil*. 2015. Dissertação (Mestrado em música) – Departamento de arte, Universidade Federal do Paraná, Curitiba. Disponível em: <https://acervodigital.ufpr.br/handle/1884/39152>

GUIZADO, Gabriel Scatena; MOREIRA, Ana Lúcia Iara Gaborim. *A técnica vocal na formação do educador musical: relato de experiência num curso de Licenciatura em Música*. XIV Encontro Regional Centro-Oeste da ABEM, Cuiabá, 23 a 25 de novembro de 2016.

JORDAN, James. *Evoking Sound: The Choral Rehearsal Techniques and Procedures*, Vol. 1. Chicago: GIA Publications, Inc., 2007.

MATHIAS, Nelson. *Coral, Um Canto Apaixonante*. Brasília: Musimed, 1986.

QUINTEIRO, Eudisia. *Estética da voz: uma voz para o ator*. 2ª edição. São Paulo: Summus, 1989.

LIAO, Mei-Ying; DAVIDSON, Jane W. *The effects of gesture and movement training on the intonation of children's singing in vocal warm-up sessions*, In. *International Journal of Music Education*, v. 34, ed. 1. 2015. Disponível em: <https://doi.org/10.1177/0255761415614798>

MACDONALD, Glynn. *The Complete Illustrated Guide to Alexander Technique: a practical program for health, pose and fitness*. Boston: Element Books Inc, 1998.

PÁDUA, Elisabete Matallo Marchesini de. *Metodologia da pesquisa: abordagem teórico-prática*. 17. ed. Campinas: Papirus, 2012.

RAMPAZZO, Lino. *Metodologia científica: para alunos dos cursos de graduação e pós-graduação*. 3. ed. São Paulo: Loyola, 2005.

SAMPIERI, Roberto Hernández; COLLADO, Carlos Fernández; LUCIO, Maria do Pilar B. *Metodologia de pesquisa*. 3 ed. Porto Alegre: Editora Penso, 2006.

SILVA, M. H. F. da; SILVA, V. A. P. *O corpo em movimento: um estudo do gesto aplicado à técnica vocal*. São Paulo, 2014 (Extraído de: Portal XXIV Congresso da Anppom - São Paulo/SP)

APÊNDICES

APÊNDICE 1 - Roteiro de Entrevista

1. Em que momentos você divide o seu ensaio?
2. Em quais desses momentos você utiliza movimentação corporal e como você utiliza?
 - 2.1- Porque você decidiu fazer uso da movimentação em seus ensaios?
3. Que movimentos ou gestos você costuma utilizar em seu grupo? Descreva-os se possível.
4. Quais são seus objetivos quando usa essas movimentações?
 - 4.1- Qual o foco dessas movimentações utilizadas?
 - 4.2- Quais benefícios você vê no uso da movimentação corporal para o seu coro?
5. Em sua percepção, que efeitos esses movimentos provocam no desenvolvimento individual e do grupo?
 - 5.1- Você consegue comparar com o desenvolvimento sem uso de movimentação? (caso você já tenha feito uso de ensaios sem movimentação antes)

APÊNDICE 2 – Cartas de cessão de entrevista

Carta de cessão

CARTA DE CESSÃO DE DIREITOS SOBRE ENTREVISTA E DEPOIMENTOS, IMAGENS E ÁUDIO

Eu, Carlos Eduardo da Silva Vieira, Portador do RG 22.864.517-7, nascido em 23/09/1973, Residente e domiciliado à Rua Francisco Martins Feitosa, 727, Vila Lavínia, Mogi das Cruzes/SP, CEP 08735-420, Declaro para os devidos fins que cedo os direitos de entrevista e depoimentos orais realizados ao longo do ano de 2018, para o único e exclusivo fim de serem utilizadas integralmente ou em partes, sem restrições de prazos e citações, desde a presente data, para a escrita de um trabalho de conclusão de curso de Isabel Quintela Soares Martins, de R.G 2002009125652, CE, aluna do Curso de Música da Universidade de Brasília, e demais atividades vinculadas à mesma, incluindo a pesquisa, publicação e divulgação.

Abdicando direitos meus e de meus descendentes, subscrevo a presente.

Mogi das Cruzes, 13 de novembro de 2018.



Carlos Eduardo da Silva Vieira

Carta de cessão

CARTA DE CESSÃO DE DIREITOS SOBRE ENTREVISTA E DEPOIMENTOS,
IMAGENS E ÁUDIO

Eu, Maria Valentina Alexandre Bagno

Portador do RG 48.001.055-9 nascido em 01/09/1991

Residente e domiciliado à Rua Guararapes, 125, Lapa, 05077-050
São Paulo - SP

Declaro para os devidos fins que cedo os direitos de entrevista e depoimentos orais realizados ao longo do ano de 2018, para o único e exclusivo fim de serem utilizadas integralmente ou em partes, sem restrições de prazos e citações, desde a presente data, para a escrita de um trabalho de conclusão de curso de Isabel Quintela Soares Martins, de R.G 2002009125652, CE, aluna do Curso de Música da Universidade de Brasília, e demais atividades vinculadas à mesma, incluindo a pesquisa, publicação e divulgação. Abdicando direitos meus e de meus descendentes, subscrevo a presente.

São Paulo, 22 de novembro de 2018.

Maria Valentina Alexandre Bagno