

## DANÇA: EXPRESSÃO DOWN-UP CEAMA: DESDE 1997 FAZENDO A DIFERENÇA

Camila Escobar  
Rosilene Moraes Diehl

O grupo de dança Expressão Down-Up formado por jovens e adultos, foi fundado em 1999 com o objetivo de levar a expressão corporal para jovens com síndrome de Down. As aulas de dança são realizadas todas as terças-feiras com duração de uma hora. A aula é dividida em três etapas bem caracterizadas: aquecimento, montagem e treino da coreografia e volta a calma. Após a chegada e recepção dos alunos, é comunicado e explicado a rotina do dia, por exemplo, qual é a nova frase musical da coreografia. As músicas escolhidas são as motivantes e nem sempre conhecidas. A coreografia é diversificada, explorando todos os movimentos para um aquecimento global, visto que o aquecimento acelera o fluxo de sangue para os músculos, assim ativando a exigência e elevando a produção de energia aeróbica, aumentando também a temperatura do corpo, diminuindo a probabilidade de lesão. Uma vez aquecidos, partimos para a execução de coreografias a serem apresentadas em eventos que o grupo intitulado Expressão Down-Up é convidado, como por exemplo, no início do semestre o grupo foi convidado para apresentar a coreografia anterior (2018-2) no saguão de entrada do bloco 55 da ULBRA. Além dessa apresentação, o grupo Down-Up foi convidado pela prefeitura de Canoas para participar do Dia Mundial da Pessoa com Síndrome de Down (21/03). Nas duas oportunidades os alunos foram muito aplaudidos. A montagem da coreografia para o ano de 2019 foi pensada e apresentada aos alunos no início de abril. Intitulado “O rei do show”, a coreografia e escolha da música foi baseado no filme de mesmo nome. O projeto CEAMA com essa coreografia quer dizer sobre respeito e viver as diferenças, a diversidade é marcada por aquilo que é pulsante, vivo e intenso, independentemente dos padrões de beleza ou estética vigentes. Ressaltar a humanidade vigente em cada pessoa e associar aos talentos que são únicos e próprios a cada indivíduo é algo que a coreografia proporciona. Trabalhar essa diversidade, a partir do filme, ressaltando tanto aquilo que é visível quanto o que não é palpável, sejam as habilidades e talentos ou os conhecimentos e experiências individuais, traz uma riqueza de emocionais que ficam marcados para quem dança e quem assiste. Essa coreografia será trabalhada até o fim do ano, onde estamos planejando uma noite de gala com os alunos, para comemorar os 20 anos de Down-Up. Todo o processo criativo foi elaborado e pensando em conjunto, havendo uma sinergia entre professores e alunos. Sabendo dos benefícios da dança para pessoas com síndrome de Down, tais como: fortalecer os músculos em torno das articulações, a fim de atingir uma melhora na estabilização, contribuir para o desenvolvimento da percepção corporal e intensificar a autonomia, as aulas, músicas e coreografias são feitas também para aumentar a autoestima dos alunos, mostrando que todos são importantes e capazes de realizar os movimentos, cada um com seu tempo e sem comparação com o colega. A dança traz a ideia que a pessoa precisa se reconhecer e interagir com os outros, desenvolver capacidades motoras, sociais,

afetivas e cognitivas. Além disso, permite a construção através de um processo simbólico, isto é, trazer para dança o mundo que elas conhecem e compreendem.