

# UNIVERSIDADE FEDERAL DE PELOTAS

## Faculdade de Teatro Licenciatura



Trabalho de conclusão de curso

**Corpos em formação:**  
Um treinamento para a pré-expressividade  
com jovens do Ensino Médio

**Roberta Pires Rangel**

Pelotas, 2013

**ROBERTA PIRES RANGEL**

**Corpos em formação:**  
Um treinamento para a pré-expressividade  
com jovens do Ensino Médio

Trabalho acadêmico apresentado ao  
Curso de Teatro Licenciatura da  
Universidade Federal de Pelotas,  
como requisito parcial à obtenção do  
título de Licenciatura em Teatro.

Orientador: Maria Amélia Gimmler Netto

Pelotas, 2013

**Banca examinadora:**

Maria Amélia Gimmler Netto

Rochele Resende Porto

## **RESUMO**

A presente pesquisa teve desenvolvimento prático e teórico. Realizou-se estudo sobre a Antropologia Teatral, principalmente a partir dos conceitos da pré-expressividade e dos “princípios-que-retornam”, apresentados por Eugênio Barba. Estes estudos foram desenvolvidos para melhor compreender todos os aspectos que envolveram o início de um trabalho corporal feito com jovens alunos que nunca haviam tido contato com o Teatro. Neste desenvolvimento, os “princípios-que-retornam” trabalhados foram, principalmente os de Equilíbrio, Oposição e Equivalência. O processo de aprendizagem analisado foi desenvolvido com jovens de 16 e 17 anos, que cursaram o Ensino Médio na Escola Municipal Pelotense, na cidade de Pelotas/RS. O objetivo da prática de ensino foi fazer com que os jovens tivessem a oportunidade de aprender a conquistar um corpo pré-expressivo e também expressivo para a representação no Teatro, por meio do início de um treinamento prático corporal. O processo foi desenvolvido a partir do estágio curricular obrigatório, da disciplina Estágio II, com 20h de prática docente em uma turma de 24 alunos do 2º ano. As aulas aconteceram no período da aula de artes e foram ministradas pela autora, aluna do Curso de Teatro-Licenciatura da UFPel. O estágio teve registros por memorial descritivo e reflexões dos alunos sobre as aulas, analisados a partir das teorias estudadas.

**PALAVRAS-CHAVE:** Estágio curricular - pré-expressividade – jovens

## RESUMEN

La presente pesquisa tuvo desarrollo práctico y teórico. Se realizó el estudio acerca de la Antropología Teatral, principalmente a partir de los conceptos de pre expresividad y de los “principios-que-vuelven”, presentados en los estudios de Eugenio Barba. Estos estudios fueron desarrollados para mejor comprender a los aspectos del principio de un trabajo corporal, desarrollado con muchos jóvenes alumnos, sin tener participado de aulas de teatro. En ese desarrollo, los “principios-que-vuelven” trabajados fueron los de Equilibrio, Oposición y Equivalencia. El proceso de aprendizaje analizado fue desarrollado con jóvenes de 16 y 17 años, cursando el *Ensino Médio* en la *Escola Municipal Pelotense*, en la ciudad de *Pelotas/RS*. El objetivo de la práctica fue hacer a los jóvenes tener la oportunidad de aprender conquistar un cuerpo pre expresivo y también expresivo para la representación en el Teatro, principio de un tratamiento práctico corporal. El proceso fue sucedido a partir de la práctica curricular obligatoria, en la asignatura *Estágio II*, con 20 horas de actuación docente en una turma de 24 personas del segundo año. Las clases ocurrieron en la asignatura de artes y fueron ministradas por la autora, alumna del Curso de Teatro, Licenciatura de la UFPEL. En la práctica hubieron registros hechos como memoriales descriptivos y reflexivos de los alumnos acerca de las clases, analizados a luz de teorías estudiadas.

PALAVRAS CLAVE: Práctica curricular – pre expressividade - jóvenes

*Só posso dizer: Utilizem sua desorientação para descobrir seu rosto escondido sob a máscara da dança. Não se esqueçam: seu trabalho e sua “presença” devem fazer com que alguém se “enamore”.*  
*Eugênio Barba.*

## AGRADECIMENTOS

Queria agradecer a Deus, à minha professora e orientadora, Maria Amélia pela dedicação, o carinho e por ter me ensinado o gosto pela escrita. À minha mãe, por ser minha mãe, e estar sempre ao meu lado. Ao meu filho amado por me dar a oportunidade de ser mãe. Aos meus amigos Ana Lúcia Alt (Aninha) “mãe” e amiga, Beatriz afilhada, Carlos e Alzira Alt, pelos cafés, conversas, almoços, carinho de quase uma vida.

À Carolina Pinto, pela dedicação a nossa grande amizade, Miriam Guimarães, a irmã que escolhi, pela grande força sempre, Maurem Mantovani pelo incentivo à pesquisa e Marina Machado pela amizade, ao Danilo Machado meu prof. de Espanhol e querido amigo, ao amigão Tom, pelo incentivo ao estudo.

Também agradeço ao meu querido sogro e sogra Carla e Nadir, à minha cunhada Ester, Leandro e Juan Pelo grande carinho e ao meu querido Diretor Valter Sobreiro Jr. por ter me mostrado a importância do Teatro, e ao amigo e colega de profissão Charlie Rayné.

E ao meu amor, Jessé que me acompanha, me ama, e se dedica ao meu estudo e a nós, obrigada.

*Dedico este trabalho à Jessé Lima de Souza,  
pelo amor, companheirismo, e carinho.*

## SUMÁRIO

APRESENTAÇÃO.....	09
1. A OBRA DE EUGÊNIO BARBA: UM APRENDIZADO.....	12
2. JOVENS COM CORPOS EM FORMAÇÃO, UMA EXPERIÊNCIA.....	21
2.1 Corpos expressivos ou pré-expressivos?.....	22
2.1.2 A memória corporal.....	23
2.2 Análises dos registros das aulas.....	24
2.2.1 O que é teatro ?.....	24
2.2.2 Respiração e consciência corporal.....	26
2.2.3 Universo lúdico e integração com os outros.....	27
2.3 Auto-conhecimento, uma consequência.....	28
CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	33
REFERÊNCIAS.....	39
ANEXOS.....	40

## APRESENTAÇÃO

Pensar sobre a questão corpo expressivo e pré-expressivo começou pela análise simples de uma trajetória de vida iniciada muito cedo com o meu estudo em ballet clássico. Esta vivência vem desenvolvendo-se a trinta e três anos, o que proporciona uma base teórica e prática específica sobre o conhecimento corporal, partindo deliberadamente para uma jornada de estudos e buscas envolvendo alternativas de técnicas voltadas ao corpo.

Então, iniciei uma busca de conhecimentos até novamente me aprofundar em algum método que conseguisse completar o que já havia começado. Conheci e pratico há muito tempo as danças Contemporânea e Africana, bem como o Ballet e o Jazz. Também já me dediquei à outras práticas corporais como a Ginástica Olímpica, a capoeira e o Yôga.

Finalmente na academia conheci a proposta de Eugenio Barba, com a qual me identifiquei por completo, podendo compreender e aproveitar em meu trabalho atual como atriz. Já atuava no Teatro há quinze anos quando iniciei a faculdade de teatro, tomando conhecimento da Antropologia Teatral, pela qual me apaixonei e considero fundamental para o desempenho do ator. Não menosprezo os estudos e as práticas que já realizei e penso este conhecimento como uma evolução no meu trabalho. Na realidade entendo que conheci tais teorias no tempo certo e na hora certa, pelo fato de Eugênio Barba usar como exemplos as posições de Ballet e Yôga, técnicas corporais que pratiquei por um tempo considerável. Assim pude entender melhor uma grande parte das técnicas citadas pelo autor e suas explicações.

Eu gostaria de conseguir passar adiante uma parte desta vivência que tive até aqui e encontrei um motivo bem importante e acredito que gratificante: Como ensinar ou tentar que alunos do ensino médio conseguissem vivenciar parte deste trabalho com o corpo, para com isto poder entender melhor seus corpos e “aprender a aprender” (BARBA, 1991, p.51).

Para tanto tive a oportunidade de realizar como estágio obrigatório do Curso de Teatro-Licenciatura da UFPel uma prática teatral com jovens do Ensino Médio. Meu estágio foi no Colégio Municipal Pelotense, era a penúltima disciplina de estágio, ou seja, Estágio II que foi ministrada pela professora Vanessa Caldeira Leite. O período de estágio na escola foi de dezessete de

Maio de 2012, à dezessete de Julho de 2012, completando 20 módulos aula, com alunos da segunda série do ensino médio, na turma B que totalizava 24 alunos.

Neste estágio trabalhei com memorial descritivo feito pelos alunos. Também com observações feitas por mim, em cada aula, obtendo o aproveitamento das aulas no momento em que no final escrevia para uma melhor reflexão dos exercícios e proposta, e também para uma melhor avaliação das aulas e juntamente dos alunos, e entendimento para poder escrever sobre o assunto proposto em meu Trabalho de Conclusão de Curso.

O primeiro momento em que pensei no objeto a ser estudado por mim foi, durante o sétimo semestre do Curso. Eu já havia começado a pensar nesta pesquisa porque juntamente com a disciplina de Estágio II eu já estava fazendo a disciplina Pesquisa em Teatro-TCC 1, com a professora Maria Amélia Netto que veio a ser a minha orientadora na pesquisa aqui apresentada.

Então, escolhi pesquisar sobre a prática de ensino desenvolvida com os jovens do meu estágio. Eu não tinha ideia de como seria e do que encontraria na turma e na escola, mas decidi fazer desta experiência, com os jovens do estágio, parte da minha pesquisa. No início me assustei um pouco, porque ao chegar na turma, realizei as apresentações e alguns esclarecimentos referentes a matéria em que eu iria ministrar. O horário em que estagiei era o da aula de Artes Visuais e como minha pesquisa era prática eu falei em aula que esta seria uma experiência um pouco diferenciada daquelas em que eles estavam acostumados, e que trabalharíamos a parte prática corporal em todas as aulas, o que a princípio não agradou a todos.

Do segundo ao último encontro, fora o dia da avaliação do professor da Universidade, eu fiquei sozinha com os alunos. Eu não sabia que seria assim, pensei que num estágio o professor da turma acompanharia, para ao final obter alguma continuação do que seria proposto. Penso que mesmo que não sejamos da mesma linguagem dentro da área das artes, o professor titular da turma e eu poderíamos ter trocado experiências, por pelo menos uns dois encontros e algumas conversas.

Os jovens eram bastante agitados, e não muito focados, não sei se pela idade, que era entre 16 e 17 anos, o que ao mesmo tempo em que assusta, empolga, pelo fato de serem jovens, e com uma curiosidade muito grande.

Minha pesquisa foi toda focada no trabalho de Eugênio Barba e, sobretudo, no estudo sobre a Antropologia Teatral e em como faria com que estes jovens do ensino médio, começassem um trabalho focado no corpo, e na representação do Teatro. Falo em representação e não interpretação, porque o trabalho foi focado no desenvolvimento físico e não em interpretação de textos. Claro que o contato com jovens seria completamente diferente do que tive a oportunidade de vivenciar em minhas práticas corporais desde a infância, porque estamos trabalhando com corpos já crescidos e com vícios alicerçados, mas não impossíveis de serem moldados e um dia poderem obter corpos expressivos e vivos em cena.

Então entendo importante o desenvolvimento desta pesquisa para averiguar se seria possível conseguir, ou não, o que pode ser chamado de o início de uma prática corporal que estimule a busca de um corpo pré-expressivo nos jovens.

A seguir, no Capítulo I que tem como título *A obra de Eugênio Barba: um aprendizado* escrevo sobre a Antropologia Teatral, proposta por Eugênio Barba, e o conceito dos princípios-que-retornam, para um esclarecimento da teoria. Já no Capítulo II, com o título *Jovens com corpos em formação: uma experiência*, apresento dados do estágio que desenvolvi com jovens no colégio Pelotense. Destaco depoimentos dos alunos e esclarecimentos sobre o processo de aprendizagem, no que se refere à prática realizada pelos alunos e ministrada por mim. Finalizo com considerações importantes para o término do estudo. Nelas destaco o que funcionou, e o que não funcionou no estágio, ou seja, alguns problemas relacionados ao desenvolvimento das aulas, e também, alguns momentos importantes de exercícios realizados com os jovens. Em anexo ao trabalho apresento os registros selecionados de um memorial descritivo feito pelos alunos.

## CAPITULO I

### 1. A OBRA DE EUGÊNIO BARBA: UM APRENDIZADO

A motivação da pesquisa se deu pela grande admiração que tenho pelo trabalho de Eugênio Barba, que é pesquisador de Teatro, e também o fundador do Odin Teatret.

Esta companhia teatral agrupou vários jovens excluídos da escola estatal de ensino de Teatro em Oslo criando a companhia. A primeira produção foi Ornitofilene, sendo o texto do norueguês Jens Bjorneboe, e foi muito elogiada pela crítica e público. A partir daí o grupo montou um Teatro laboratório na cidade de Holstebro na Dinamarca.

Barba nasceu na Itália em 1936 e imigrou para Noruega em 1954, em 1960 a 1964 estudou teatro na Polônia. Ele é muito influenciado pelas técnicas orientais de encenação, entre elas o Kathakali<sup>1</sup>. Nos últimos quarenta e cinco anos montou por volta de setenta e um espetáculos. Em 1979 foi fundada a ISTA (Escola Internacional de Antropologia Teatral) que teve como principal objetivo estudar o trabalho do ator.

Neste estudo sobre a Antropologia Teatral vieram à tona várias formas e subsídios para que o ator consiga o almejado corpo expressivo, e também para que seu corpo em cena se torne crível e verdadeiro. Portanto, em meu estudo parto das teorias e convicções de Eugênio Barba para fundamentar a pesquisa. Antropologia teatral é:

O estudo do comportamento do ser humano quando ele usa sua presença física e mental numa situação organizada de representações e de acordo com os princípios que são diferentes dos usados na vida cotidiana. Essa utilização extracotidiana do corpo é o que chamamos de técnica. (BARBA, 1995, p.1)

Quando iniciei meus estudos sobre a Antropologia Teatral, percebi que por meio desta proposta e, principalmente, no que se refere aos “princípios que

---

<sup>1</sup> Kathakali forma de expressão teatral criada pela cultura milenar indiana, e pouco conhecida no Ocidente.

retornam" eu teria uma fundamentação que me ajudaria a compreender teoricamente os conceitos apresentados por Barba, como por exemplo, o equilíbrio e a equivalência e assim proporcionar uma melhor percepção para meus alunos do estágio em termos corporais.

Entendi este estudo, através do corpo no Teatro, como uma forma de orientar melhor os alunos para que de um modo prático entendessem um pouco estes conceitos. Pois, considero importante que este primeiro contato com o Teatro parte do conhecimento corporal e de suas finalidades no trabalho teatral.

Muitas vezes me deparo e lastimo que simplesmente alguns atores pensem que irão decorar um texto e conseguirão ir para o palco. Sendo que para ir para a cena temos que obter um trabalho corporal intenso, passando também por exercícios de alongamento, técnicas de equilíbrio e demais vivências corporais.

Quando iniciei meu estudo relacionado ao corpo pré-expressivo, comecei a perceber o quanto o Ballet, a Dança Contemporânea, a Ginástica Olímpica e o Yoga me ajudaram a obter um aproveitamento de outras técnicas, me dando auxílio para uma melhor compreensão corporal na minha vida como atriz.

Este estudo sobre a antropologia me faz refletir a respeito do termo usado por Barba que é "Aprender a aprender" (BARBA, 2009, p.26) Quando executamos uma técnica por muito tempo, atores ou bailarinos devem começar a tentar entender ou iniciar uma observação de seu próprio corpo, para com isso conseguir com que este corpo mostre suas capacidades. Mas, para que isso aconteça é preciso um estudo profundo, para que com estas observações se consiga chegar a entender como aprender, e também organizar corpo e mente juntos, para assim se ter um melhor aproveitamento deste trabalho conjunto em cena.

Algumas vezes, imaginei a Antropologia Teatral como uma descrição do abecedário, algo de elementarmente prático que guie o ator. Outras vezes, imaginei-a como um caminho feito de palavras, mas capaz de conduzir o estudioso além das palavras e das sombras, até um ponto central que constitua algo análogo à experiência. (BARBA, 2009 p.242, 243).

A antropologia Teatral, não é um abecedário, mas apresenta caminhos para o ator seguir, não como um guia. Tenho a plena convicção de que estas reflexões me dão uma grande base para a aprendizagem e um grande motivo para seguir o estudo, pelo fato da trajetória do ator e seu aprendizado serem coisas que nos acompanham durante uma vida inteira, seja para sermos professores ou para sermos atores e conseguir uma representação verdadeira. Para chegar à representação o ator tem que passar por este estudo do seu corpo e mente e é para isso que a Antropologia Teatral também serve para termos este apoio, este entendimento que o ator necessita para criar um melhor entrosamento com o Teatro.

Este estudo da representação e do corpo como um todo me faz pensar neste caminho de criação de um corpo pré-expressivo e de como chegar a este corpo, pré-expressivo.

A utilização do corpo-mente segundo técnicas extracotidianas baseadas em princípios que retornam transculturais. Esses princípios-que-retornam constituem o que a Antropologia Teatral define como o campo da pré-expressividade. (BARBA, 2009, p.27).

Um corpo almejado para representação seria um corpo pré-expressivo, que é diferente deste corpo expressivo, ou seja, seria o que antecede a expressão do ator, mas para conseguir que este corpo faça parte da representação temos que trabalhá-lo: “Trabalhar o ator é, sobretudo e antes de mais nada: preparar seu corpo não para que ele diga, mas para que ele permita dizer” ([www.lumiteatro.com.br/interna.php?id=8.](http://www.lumiteatro.com.br/interna.php?id=8.))

Para chegar a ter um corpo expressivo o ator deve realmente prepará-lo, para que deste modo ele consiga aproveitar este preparo corporal na representação. Para iniciar um trabalho de preparação corporal parto de exercícios de respiração, pensar nesta respiração juntamente com os exercícios corporais, deixando esta respiração participar desse jogo corporal fazendo com que, a pele os órgãos de dentro para fora se transportem em movimentos conjuntos, perceptíveis a quem os está executando e principalmente a quem os está admirando. Para que isto se torne real é preciso partir destas consciências juntamente com a prática diária de exercícios básicos.

É proveitoso escrever e lembrar os bailarinos do Butô<sup>2</sup>, que fazem movimentos mínimos dizendo o máximo, sendo que para fazer um mínimo de movimento eles fazem um esforço máximo para conseguir chegar àquela expressão que vemos em seus espetáculos. Entendo o Butô, como um dos maiores exemplos de expressividade no teatro ou na dança e quando falo em teatro, falo em dança e vice-versa, não consigo de forma alguma desvincular um do outro.

O nível pré expressivo pode ser definido como aquele no qual o ator constrói e dirige sua presença no palco, independente e antes das metas finais e resultados expressivos. (BARBA, 1995, p. 64).

Com estas observações pude entender e tentar explicar aos meus alunos, através da teoria e da prática como chegamos a este corpo em cena. “Revivescer não é outra coisa senão a mente dilatada, aspecto mental da pré-expressividade do ator”. (BARBA, 1995, p.65). Para que este “corpo em vida”, esta expressividade chegue temos que desenvolver este trabalho de dentro para fora.

Existe um aspecto físico do pensamento, uma maneira particular de mover-se de mudar de direção, de saltar: o seu “comportamento”. A dilatação não pertence ao físico, mas ao corpo mente. O pensamento deve atravessar a matéria tangivelmente, não apenas manifestar-se no corpo em ação, mas atravessar o óbvio, a inércia, o que surge automaticamente na nossa frente, quando imaginamos, refletimos, agimos. (BARBA, 2009, p.139)

Por isso, estudo e trabalho o corpo físico, para prepará-lo para mais tarde obter este trabalho “inteiro”. Quando me refiro a inteiro, falo do trabalho corpo e mente juntos para que consigam um entendimento no ato criativo. No trabalho com o princípio da exaustão, por exemplo, alguns atores necessitam usar esses recursos para conseguir com que o corpo se una a mente. Ou seja,

---

<sup>2</sup> Butô é uma manifestação artística cuja principal característica está no processo de elaboração técnica individual do performer, tendo como base, no entanto, uma série de princípios extraídos dos Teatros Nô e Kabuki e da dança ocidental clássica e moderna, princípios esses que regem o uso do corpo vivente em situação de representação, como estuda a Antropologia Teatral. (FERRACINE, 2003, p.63).

quando fazemos um trabalho corporal muito intenso, acontece um momento em que nosso corpo chega a seu limite, e a partir daí temos que pensar que conseguimos continuar, usando a imaginação e pensando na proposta em que estamos trabalhando, para assim atravessar e ultrapassar o cansaço físico, fazendo com que nossa mente, impulsione o corpo.

Fazendo este tipo de trabalho muitas vezes o ator chega a um ponto de acionar este mecanismo da mente e não precisar mais de todo o preparo impulsionado pela exaustão física. Verifiquei e ouvi explicações sobre esta técnica e a necessidade deste trabalho com exaustão, em uma conversa com Carlos Simione<sup>3</sup>, na oficina que fiz na Universidade no Projeto de Ensino *Programa Interdisciplinar e Transversal da Dança, Música e Teatro: qualificações artístico-pedagógicas (Prodocência – CAPES)* com intuito de proporcionar oficinas nas áreas artísticas. Então esta oficina ministrada por Simione nos mostrou, em termos práticos, como que por meio de exercícios de exaustão, ou não, torna-se possível conquistar um corpo apto à representação, mostrando diretamente a diferença dos movimentos cotidianos e dos extracotidianos.

As técnicas cotidianas do corpo são, em geral caracterizadas pelo princípio do esforço mínimo, ou seja, alcançar e rendimento máximo com o mínimo uso de energia. Às vezes até parecem sugerir, um princípio oposto em relação ao que caracteriza as técnicas cotidianas, o princípio do uso máximo de energia para um resultado mínimo. (BARBA, 2009, p.34).

Para conseguir desenvolver esta experiência, ou seja, usar o máximo de energia para um esforço mínimo, o trabalho que desenvolvi com os jovens e que relatarei no próximo capítulo foi todo focado nos “princípios que retornam” apresentados por Barba, sendo eles: o equilíbrio, a dilatação, a dramaturgia, a energia, a equivalência, os olhos e rosto, a omissão, a oposição, a técnica, o treinamento e a pré-expressividade do ator. Neste estudo optei por trabalhar com apenas alguns dos princípios citados, que serão explicados no capítulo a

---

<sup>3</sup> Carlos Simione Ator, pesquisador do Núcleo interdisciplinar de pesquisas teatrais da Unicamp LUME.

seguir. Então, para que acontecesse todo o aproveitamento que eu esperava que os alunos tivessem, precisei trabalhar o corpo físico, que é a primeira parte a ser trabalhada para chegar-se à pré-expresividade do ator.

Podemos dizer que a ação física é a passagem, a transição entre a pré-expresividade e a expressividade. Ela corporifica os elementos pré-expresivos de trabalho e, como já foi dito, é o cerne, a base e a menor célula nervosa de um ator que representa. É por meio dela que esse ator comunica sua vida e sua arte. Segundo Luís Otávio Burnier, ação física é a poesia do ator. (FERRACINI, 2003, p.100).

A partir de todas estas reflexões e explicações sobre as ações físicas, pré-expresividade e expressividade, começo a refletir sobre os vários exemplos de técnicas que cita Barba no seu livro *Arte Secreta do Ator*, e também no livro *A canoa de papel*, quando menciona as técnicas orientais e ocidentais, e o quanto seus atores são diferentes em termos de técnicas e vivências culturais e educacionais. Então, para o autor “descobrir esses princípios-que-retornam é a primeira tarefa da Antropologia teatral”. (BARBA, 2009, p.33). Sendo assim, tanto os atores ocidentais, como os orientais, trabalham de alguma maneira com os princípios-que-retornam. Todos os princípios-que-retornam estão diretamente ligados às técnicas extracotidianas do corpo pelo fato de sempre estarem ligados a exercícios de equilíbrio, equivalência, oposição, e todos a que me refiro quando menciono tais princípios que trabalham diretamente com o extracotidiano buscando sempre uma nova forma de força, movimento e energia corporal.

O equilíbrio, entendido como técnicas extracotidiana, segundo Barba, proporciona ao corpo uma percepção dos músculos, ossos e nervos, obrigando assim uma nova forma de presença do ator e esta nova forma de nos posicionarmos obriga-nos a ter outro tipo de experiência com o corpo. Quando mudamos a forma de caminhar, por exemplo, usamos equilíbrio e força em outra parte do corpo, que não a usual, usamos músculos diferentes. Pensando nesta mudança por inteiro que ocorre dos pés à cabeça mudando, por exemplo, a posição dos pés e altura do quadril, aí começa uma nova forma de percepção de si mesmo.

Já “a equivalência que é o oposto da imitação, reproduz a realidade por meio de outro sistema. A tensão do gesto permanece, mas ela é deslocada para outra parte do corpo” (BARBA, 1995, p.96). Então, na equivalência, vejo claramente a percepção corporal e o esforço que temos que fazer para que nosso corpo não represente apenas um corpo cotidiano. Para a partir daí tentar por meio de tensões, deslocamentos e astúcia muscular a ideia de que este corpo pode fazer com que espectadores acreditem na representação, usando movimentos do cotidiano, só que com equivalentes. Ou seja, colocar a força com que fazemos estes movimentos em outro lugar do corpo e conquistar para que nossa principal ferramenta consiga elaborar um meio de fazer com que o gesto se torne verdadeiro em cena, mas não como no nosso cotidiano, ou seja, não fazer movimentos por fazer, mas sim criar movimentos extracotidianos.

Tudo acontece como se o corpo do ator fosse descomposto e recomposto com base em movimentos sucessivos e antagônicos. O ator não revive a situação; recria o vivente na ação. Ao final dessa obra de decomposição e recomposição, o corpo não se parece mais a si mesmo. (BARBA, 2009, p.59)

Estes movimentos extracotidianos seriam todos os movimentos totalmente diferentes aos que estamos acostumados em nossa vida diária. Desde como bebemos um copo d'água, a forma como caminhamos, é preciso deslocar força, equilíbrio. Principalmente, os exercícios com equilíbrio e oposições seriam os principais para esta forma de expressão. Porque com o equilíbrio e a oposição somos obrigados a deslocar a força do corpo para outra parte, obrigando assim, uma força diferenciada ao qual estamos acostumados em nossos movimentos cotidianos.

Também percebo em meu corpo muitas mudanças musculares quando faço exercícios que trabalham com os princípios de equilíbrio e oposição. A oposição dos movimentos me permite e obriga a percepção de cada detalhe do meu exterior e interior. Em alguns exercícios temos a sensação de que partes do corpo irão se separar, por alongarmos tanto uma em oposição à outra. A criação de gestos totalmente extracotidianos tem sempre o foco na força no tronco e quase sempre é concebida em posições de equilíbrio precário, conforme apresenta Barba no livro *A Arte Secreta do Ator*.

Quando comecei a fazer Mimo Corporal<sup>4</sup> que é uma técnica usada por Etiene Decroux<sup>5</sup>, com a professora Luciana Cesconetto<sup>6</sup> na Universidade, foi que consegui perceber que: “Esses exercícios demonstram claramente a função da oposição e mostram o papel das linhas quebradas, que são mais interessantes do que linhas retas e contínuas” (BARBA, 1995, p.185).

Esta experiência me proporcionou outras percepções e formas corporais até então diferentes das que eu já possuía. Tenho a sensação de que esta técnica, em especial, conseguiu trazer-me novas sensações, porque ao praticar eu precisava que meu corpo colocasse forças e desequilíbrios diferentes dos que eu já tinha conquistado nas minhas experiências corporais anteriores. Não que as outras experiências não trabalhassem também as oposições e formas de equilíbrios, mas com a técnica do Mimo, pude aprender outros deslocamentos e intenções. Nesta técnica, além do foco, as tensões e a oposição geram uma percepção corporal diferenciada. Porém, penso que para fazer esta técnica, em especial, o ideal é que o ator já obtenha experiências anteriores em termos de técnicas corporais, como foi o meu caso com o aprendizado do Ballet desde a infância.

No ballet clássico, como nas formas tradicionais orientais, as crianças que começam não são escolhidas pelo seu talento. Elas aprendem mecanicamente outra maneira de usar o corpo, uma técnica extracotidiana, que está baseada na mudança do baricentro, tornando, dessa maneira, patente o jogo das oposições e das tensões que é o corpo-em-vida. (BARBA, 1991, p.97)

No Ballet e no Yoga, por exemplo, quase todas as posições fazem com que o bailarino tenha que se equilibrar, mudando a força de lugar, isso igualmente acontece com algumas posições do Yoga. Então, quando o ator ou bailarino tem esta experiência em sua trajetória, fica simples a compreensão

---

<sup>4</sup> Mimo: O Mimo corporal provém das experiências de Copeau no Vieux Colombier o ator, o rosto mascarado, o corpo, “tão nu quanto o permitia a decência” (Decroux, 1963:17). PAVIS, Patrice, 1999, p.244

<sup>5</sup> Etiene Decroux foi aluno de Copeau, criando várias composições do mimo.

<sup>6</sup> Luciana Cesconetto Professora da Universidade Federal de Pelotas que ministrou a disciplina de Expressão Corporal I no ano de 2009/1.

desta técnica e o quanto ela pode se tornar importante para a representação. Logo após tais percepções corporais por meio de exercícios físicos, consegue-se o início de um trabalho corpo-mente, já que aprende-se a conhecer seu corpo por inteiro.

Usando a terminologia por Eugênio Barba em o corpo dilatado, onde o *corpo dilatado* e a *mente dilatada* são respectivamente, os aspectos físicos e mentais da presença cênica, pode-se dizer que a presença cênica está relacionada com o corpo e a mente dilatadas em interdependência recíproca. (BARBA, 1995, p. 64).

Esta mente dilatada se dá quando temos um “corpo-em-vida” como diz Barba. Este “é mais que um corpo que vive” (BARBA, 1995, p.54) quando o ator chega ao palco por meio deste corpo dilatado, vivo, não precisa nem falar e nem se mexer, basta representar ali parado e vivo. A presença do ator tem que estar acima de tudo em cena para que o espectador viva o momento, se envolva fisicamente, psicologicamente e intelectualmente com a cena.

Lembro-me de uma representação técnica em que assisti logo após uma oficina com Carlos Simioni Eu já tinha passado um período de cinco dias na oficina com ele, mas quando Simioni entrou em cena, na demonstração técnica de seu trabalho, pude perceber este corpo incandescente e vivo na representação. Este foi, também, um dos motivos que me influenciaram a escrever sobre o trabalho do ator, além da minha experiência em treinamentos relacionados ao corpo e desta busca de um corpo e mente dilatados. Então concluo que cada experiência, cada vivência, vai tornando-nos aptos a seguir esta trajetória do corpo e da mente em busca de uma representação viva.

## CAPITULO II

### 2. JOVENS COM CORPOS EM FORMAÇÃO, UMA EXPERIÊNCIA

As pessoas se movimentam por uma necessidade, ou seja, caminham, fazem suas obrigações, trabalham e até fazem exercícios, mas quando querem se aprofundar na expressividade do movimento existem muitos fatores para serem observados. Este foi o motivo pelo qual me inspirei em estudar as teorias do encenador Eugênio Barba, como os “princípios que retornam” e o caminho que se poderia percorrer para chegar a ter um corpo expressivo. Um corpo que não somente se movimenta para viver, mas sim se percebe para, então, chegar a ter verdadeiras possibilidades de expressão no Teatro.

Minha escolha para a pesquisa deste Trabalho de Conclusão de Curso foi analisar o trabalho desenvolvido junto aos jovens do ensino médio. Porque sempre pensei que, nesta faixa-etária, seus corpos estão em constante movimento e crescimento, e que na maioria das vezes estes jovens não tem oportunidades de conhecimento corporal por meio da arte. Sempre refleti sobre trabalhos corporais na fase adulta ou adolescência, e assim surgiu o questionamento inicial que impulsionou a minha prática de estágio com os jovens: Como se poderia proporcionar, em aulas de Teatro, uma melhor reflexão sobre o corpo?

Partindo da minha experiência na disciplina Estágio II<sup>7</sup>, pretendo analisar como se deu o processo de aprendizagem focado diretamente no uso extracotidiano do corpo e como os alunos reagiram a tal proposta.

Na maioria das aulas de Teatro que já dei, as pessoas se admiram quando faço muitos exercícios de expressão corporal, pensam que apenas precisam fazer um rápido alongamento e aquecimento e estão prontos para decorar um texto. Quando terminam de decorar o texto e conseguem chegar a uma cena deparam-se com um corpo sem vida, um corpo que não está pronto para a representação. Foi partindo deste pensamento que tentei fazer com que

---

<sup>7</sup> Estágio II feito no colégio Pelotense, onde realizei 20h de prática docente, em uma turma composta por 24 alunos, com idades entre 15 á 17 anos do 2º ano do ensino médio.

os jovens com quem fiz o meu estágio pudessem ter a oportunidade, de aprender o quanto a nossa principal ferramenta, que é nosso corpo, pode nos ajudar.

## 2.1 Corpos Expressivos Ou Pré-Expressivos?

Considero que a oportunidade que tive de ter entrado em aulas de Ballet Clássico, com três anos e meio de idade, me trouxe grande facilidade para uma interpretação mais profunda das técnicas teatrais e corporais. Com esta verificação percebi que os jovens com quem trabalhei no estágio, nunca haviam tido uma orientação corporal e somente alguma experiência com esportes ou lutas marciais. O que os facilita muito, mas não a ponto de aprofundar uma percepção corporal absoluta.

Entendo que uma percepção corporal absoluta, seria o conhecimento do corpo por inteiro e de suas possibilidades de movimento. Não acredito que só na prática da dança se consiga esta percepção que aprendi a ter. Entendo que com a continuação, por um longo período de tempo, de uma mesma atividade corporal se consiga atingi-la. Principalmente se esta atividade for da área artística, como as técnicas corporais do teatro, da Dança, ou mesmo nas Artes Marciais ou no Yôga. Métodos estes que considero importantes para o desenvolvimento da expressividade do corpo. Mesmo estando no Ocidente e o Yôga e as lutas marciais estarem distantes da nossa formação e cultura, tive a oportunidade de estudar e praticar tais técnicas, podendo considerá-las de extrema importância para um bom trabalho corporal.

Quando tive a oportunidade de ministrar esse processo de aprendizagem com os jovens, em meu estágio, pude perceber o quanto é difícil tentar fazer com que se percebam e que prestem atenção em seus corpos. Pude constatar o quanto se torna estranha e diferenciada para eles esta percepção de si mesmos. Seria como se, com dezesseis ou dezessete anos, eles estivessem aprendendo a caminhar. Partindo desta afirmativa, comecei a trabalhar com estes jovens verificando a melhor maneira de fazê-los obter um bom aproveitamento do corpo. Sabendo que a pré-expressividade é algo que estes jovens viriam a alcançar no decorrer de uma longa caminhada, percebi que meu trabalho poderia ser o início deste conhecimento.

Mesmo tendo a intenção de aprofundar no processo com os jovens as técnicas propostas por Eugênio Barba, sempre soube que, na realidade, iria despertar neles um interesse na percepção corporal e no teatro como um todo. Acredito que isto também os beneficiaria se, futuramente, eles se interessassem pela arte teatral. Mas seria o início para um longo estudo e uma longa prática continuada.

O estágio me trouxe um aprendizado muito grande, porque me deu uma experiência no sentido de organização de material, observações após as aulas, e tudo que envolve um plano diário. Até por que naquele trimestre na escola quem os avaliou fui eu, então fui obrigada a de alguma forma perceber o aproveitamento dos alunos, não que não percebesse, mas não para avaliá-los com nota, que foi um trabalho que tive que fazer. Sempre no final das aulas além dos registros dos alunos, eu também fazia observações a cada encontro, juntamente com os planos de aulas. Foi com este material que consegui analisar e escrever sobre as práticas e as aulas ministradas.

### 2.1.2 A Memória Corporal

Quando comecei a ministrar as aulas do estágio no colégio Pelotense percebi, logo na primeira aula, que parte dos meus alunos já havia feito algum tipo de desenvolvimento ou exercício contínuo de algum esporte ou, até mesmo, alguma arte marcial. A verificação se deu através do primeiro exercício de expressão corporal e, também, quando ensinei a respiração diafragmática e completa<sup>8</sup>.

Diagnostiquei que os alunos que já demonstravam conhecer alguma técnica corporal, especificamente, tinham muito mais facilidade na compreensão corporal pelo fato de seus corpos já obterem alguma memória e isso já facilitou o trabalho com eles. Também a forma como se moviam e até mesmo caminhavam era diferenciada dos demais. Mesmo sem perceber eles

---

<sup>8</sup> Todas explicações e exercícios referentes a respiração e aquecimento vocal, obtive informações nas aulas com a professora, Rochele Resende Porto, Professora da Universidade Federal de Pelotas, na disciplina Expressão Vocal II em 2011/2.

se destacaram nos exercícios propostos. Muitas vezes esta percepção é sutil, mas constatei que ela acontece. Pude observar isto não só no meu estágio com estes jovens, mas também pelo contato que já tive com outros alunos em aulas que ministrei anteriormente. Então, como meu foco no estágio foi o corpo, o primeiro contato que tive com estes alunos me fez perceber logo o que se pode chamar de habilidade corporal.

Comecei perguntando para os alunos, que se diferenciaram de alguma forma nas aulas, o que teriam feito de exercícios físicos em sua trajetória de vida. Constatei que todos haviam feito ou alguma arte marcial ou esporte. Isto me fez ter certeza de que a prática contínua de uma atividade que movimente de alguma forma corpo e mente facilita o desenvolvimento de uma prática pré-expressiva.

## 2.2 Análises Dos Registros Das Aulas

Partindo da análise dos registros das aulas, identifiquei três assuntos importantes no relato dos alunos, são eles: 1) O que é teatro? 2) Aspectos da respiração e consciência corporal 3) Universo lúdico e integração com os outros colegas.

A seguir apresentarei como foram ministradas as aulas, com explicações de exercícios propostos e com a seleção dos principais registros dos alunos. Além de algumas observações referentes à pesquisa teórica realizada, e à análise de todos os registros realizados, durante o estágio, por mim.

### 2.2.1 O Que é Teatro?

Quando falei pela primeira vez como seria o trabalho que eu desenvolveria com a turma a maioria dos alunos me disse: Mas isso não é teatro! Então perguntei: O que é Teatro?

Eles me responderam que Teatro era decorar textos e atuar. Então, percebi que a vivência seria a melhor explicação para o que eu queria ensinar e comecei a ministrar as aulas. No final do estágio pedi para que me escrevessem um texto que apresentasse as suas impressões das aulas. Transcrevo abaixo o depoimento de um dos alunos:

(Na) Aula de Teatro (eu) achei, que iríamos fazer peças, decorar falas (...). Ao longo das aulas nada disso aconteceu, na verdade (o que) ocorreu (foram) exercícios diferentes de tudo que já fiz. Eu fiz Teatro aqui no colégio e eu não fazia exercícios, apenas fazia peças (...). Concluindo tudo isso, as aulas de teatro mudaram minha mente fazendo eu perceber que teatro não é só decorar e sim sentir aquilo o que você está representando. (Kauã Schug, 16anos, 2012)

Quando comecei a ler os textos dos alunos, ao exemplo do acima citado, me surpreendi porque, de alguma maneira, eles estavam entendendo minha proposta. Eu já percebia na prática que algo acorria, mas quando eles colocaram suas impressões no papel eu não tive mais dúvidas de que fazendo as aulas alguns destes jovens conseguiriam compreender o método de trabalho proposto por mim, baseado nas teorias de Barba. Percebi com a realização do estágio que não somente pessoas com a minha vivência ou com um trabalho corporal desde a infância são capazes de um conhecimento corporal expressivo.

Também pude constatar em nosso primeiro encontro, que a TV era muito presente na vida dos alunos, e que a representação seria como nas novelas que viam. Somente decorar o texto e está pronto, não havendo necessidade de algum trabalho corporal anterior. Poucos deles frequentavam Teatros e cinema seguidamente. Com a análise dos textos dos alunos pude perceber que todos os jovens tinham mais ou menos as mesmas impressões do que seriam as aulas, e do que era Teatro. Destaco, abaixo, um dos depoimentos mais significativos neste sentido:

Durante as aulas de Teatro, pude perceber que descobri várias coisas. Discordo de meus pensamentos anteriores, de que o Teatro seria aquilo que víamos nos filmes, TV, etc, agora sei, pelo menos um pouco, o que realmente é. Não só ir ali e atuar... tem toda uma preparação, Teatro é arte! (Thamyres Lopes, 16 anos, 2012)

Diante destas reflexões fica registrada a forma de pensar e a vivencia que estes jovens tiveram. Depois das aulas, e diante da experiência que pude proporcionar a estes alunos, acredito ter conseguido com que eles repensassem a palavra Teatro e começassem a observar de outra forma esta arte.

## 2.2.2 Respiração e Consciência Corporal

Em aula quando falei em respiração, os alunos agiam como se eu falasse de uma coisa sobre a qual eles já soubessem tudo. Então quando comecei uma explicação em relação a este assunto, o interesse apareceu. Alguns dos meus alunos do estágio registraram especial empenho pela respiração:

Muitos exercícios que fizemos, irei levar para o resto da vida, porque me ajudaram muito, como a respiração e etc. (Paola da Costa, 16 anos, 2012)

Aprendi a “respirar melhor”, aprendi a importância de exercitar o corpo as cordas vocais. Conseguí também adquirir uma melhor “reflexão” com aquele exercício do samurai. (...). (Thamires Lopes, 16 anos, 2012)

Um exercício que eu não imaginava que teria era o exercício para treinar a respiração. Os exercícios de equilíbrio foram um dos que mais gostei de praticar porque as pessoas tinham que confiar uns nos outros. O exercício da voz foi o melhor (em) minha opinião porque descobri uma voz que nem eu sabia que tinha. (Juliana Pereira, 16 anos, 2012)

O exercício de projeção de voz<sup>9</sup> que trabalhei foi muito simples. Primeiramente fizemos um aquecimento vocal, logo após eles iam até a frente do palco e projetavam a voz ao fundo do teatro falando seus nomes e dando ênfase as vogais. Realmente os jovens conseguiram projetar a voz, então se surpreenderam com eles mesmos. Eles se ouviram e gostaram muito, como muitas vezes falavam: Professora esta minha voz eu não conhecia. Já em relação ao corpo, eles me falavam: Até parece que eu tenho coordenação.

As mesmas alunas citadas acima, também destacaram aspectos referentes à consciência corporal:

Depois de oito aulas cheguei há conclusão que as aulas de artes é muito bom para o corpo, pois nos exercitamos (...) Também me senti bem diferente com um exercício em que eu tentava correr e alguém segurava atrás, quando soltavam eu saía correndo sem querer. ( Thamires Lopes, 16 anos, 2012).

---

<sup>9</sup> Os exercícios de projeção vocal encontram-se no livro de Patrick Pezin *El Libro de ejercicios para uso de actores*, por Eugênio Barba.

Notei que toda a pessoa precisa de uma aula de Teatro como as que tivemos os exercícios feitos e as propostas faziam com que meu corpo despertasse algo que estava adormecido, pois não tinha o costume de fazer alguns exercícios, que por sinal deveria ter costume. (Martina Fonseca, 17 anos, 2012).

Quando fazíamos os exercícios em que eu falava em movimentos extracotidianos era estranho o quanto os jovens se sentiam desconfortáveis e, muitas vezes com vergonha, mas continuavam. E como persisti durante todas as aulas eles acabavam fazendo e também aproveitando de alguma forma. Em todos os exercícios os alunos tinham que se mexer de forma diferente do que estavam acostumados e muitas vezes houve resistência, por eles não conhecerem tal desenvolvimento. Mas observei que mesmo assim eles persistiam, mesmo sem saber o porquê de estar fazendo a proposta.

Com esta experiência percebi o quanto são importantes as explicações, mas também percebi que nem tudo que falo é entendido como deveria, pois tudo depende da vivência corporal de cada um. Uma única vez fiz um aquecimento vocal na aula, e logo após, um alongamento que fazíamos em todos os encontros. A parte vocal e respiratória chamou muito a atenção dos alunos, o que me surpreendeu a princípio, mas no decorrer do estágio comecei a compreender tais interesses.

Os alunos não tinham a mínima ideia de suas capacidades respiratórias e vocais, então quando proporcionei os exercícios, eles sentiram de imediato esta diferença em seus corpos. Por isso o interesse foi tão intenso. Se vocalmente a diferença foi sentida rapidamente, corporalmente o trabalho foi mais lento. Mesmo com a ajuda da respiração, ficou difícil estes jovens terem a percepção do corpo por inteiro e das possibilidades que existem em relação à esta ferramenta no curto prazo do estágio.

### **2.2.3 Universo Lúdico e Integração com os Outros**

Se as reações dos jovens já eram diferenciadas no sentido de obter uma resistência em relação à proposta das aulas, então quando li seus textos. Espantei-me mais ainda porque percebi que muitas vezes eles não sabiam o nome dos colegas, e durante o desenvolvimento do meu estágio conheceram-

se todos. Impressionei-me com tal atitude, pois não tinha o intuito de aproximá-los, não que a proposta não permitisse, mas não tinha esse objetivo. Então, em todas as aulas, eles comentavam que estavam mais próximos e o quanto era agradável esta convivência. Percebi que além de tentar com que se percebessem, as aulas proporcionaram também uma relação melhor entre os colegas.

A nossa rotina monótona de vir pra escola, ficar sentado em cadeiras e assistir aulas teóricas mudou, nós praticamos a disciplina e a vivemos, mesmo que por pouco tempo, mas à vivemos. (Iago Oliveira, 16 anos, 2012)

Quando leio certos registros dos alunos, observo o quanto alguns se entregaram e aproveitaram a proposta de trabalho que apresentei. O que também se tornou interessante foi a motivação para fazerem os esportes e atividades que já estavam acostumados, e o quanto suas relações com os professores de outras matérias melhorou. Eles me falavam sobre como estavam sentindo-se melhor no ambiente escolar, e conseguiam se comunicar melhor com os professores de outras matérias. Constatei que quando os jovens se interessam por algo que estão fazendo isso logo se torna visível, pois eles demonstram rapidamente o que os agrada.

Tivemos também uma aula bem diferente do que costumávamos ter, aprendemos a nos relacionar melhor com os colegas, e isso foi muito bom, não só nas aulas de artes, mas também em todas as outras. (Luíza Cardoso, 16 anos, 2012)

Os alunos muitas vezes vieram falar comigo para comentar sobre as mudanças nas relações com os colegas, o que de certa forma ajudou o trabalho, pelo fato de que, ao se aproximarem, os jovens tinham mais incentivo para fazer as aulas.

### **2.3 Autoconhecimento: Uma Consequência**

Quando encontrei os jovens que iriam participar do meu estágio, deparei-me com pessoas que demonstraram e esclareceram como seria o

nosso trabalho, diferentemente do que eu planejara sozinha. Logo que pensei em trabalhar a pré-expressividade, imaginei que os alunos iriam entender a proposta, mas foi no decorrer do estágio que percebi o quanto seria difícil e única esta experiência. Porque estes alunos não sabiam exatamente o que era Teatro e muito menos tinham interesse em conhecer técnicas corporais e conquistar um corpo expressivo, que era meu objetivo de ensino. Estavam acostumados a ver novelas e filmes, não tinham ideia do que acontecia com o ator até chegar a hora de decorar um texto.

Logo que comecei a esclarecer e a mostrar os exercícios propostos, a surpresa foi geral. Ficaram muitas vezes intrigados, outras vezes envergonhados, pelo fato de serem orientados a fazer muitos exercícios corporais. Os jovens sempre comentavam os exercícios, mas sempre dentro da realidade deles. No momento em que iria me aprofundar na técnica percebia que tinha que voltar do princípio do exercício para que conseguissem entender pela prática.

No momento em que proporcionei um exercício chamado *Samurai* os alunos participaram e aproveitaram muito. Penso que seja pelo fato de remeter-lhes também, um pouco, à sua realidade, pelos filmes de luta que passam na TV. Na descrição do professor Gilberto Icle<sup>10</sup>:

Este exercício possui uma posição básica: pernas abertas, joelhos flexionados coluna reta, pés em ângulo de aproximadamente 25º em relação à linha paralela das pernas, joelhos acompanhando a linha dos pés, e uma atitude de superioridade. No primeiro passo, partindo da posição básica, eleva-se a perna, dirigindo-a em círculo, primeiro em direção a outra perna, depois acima e logo ao chão e à frente. Repete-se o mesmo movimento com a outra perna. A posição da perna deve ficar quase intacta, ou seja, o movimento deve ser executado basicamente por uma sequência de rotação interna do fêmur e logo uma rotação externa. O peso do corpo é distribuído entre as pernas, oscilando um pouco mais para a perna que chega ao chão, liberando, assim a outra perna para o próximo movimento. Não se pode oscilar a altura do corpo, deve-se manter sempre a altura da posição básica, mesmo quando a perna faz o movimento para cima. Em geral, mantém-se os braços altos, com os cotovelos acima da cintura e as mãos à frente, como se estivesse segurando um bastão com ambas as

---

<sup>10</sup> Gilberto Icle é Professor Adjunto do Curso de Pós Graduação da UFRGS e diretor do grupo UTA – Usina de Trabalho do Ator em Porto Alegre.

mãos, paralelo ao chão ou coloca-se os punhos fechados sobre o quadril. (ICLE, 2002, p.107.)

Então, achei muito interessante usar esta atividade em aula, porque o exercício trabalhava foco, equilíbrio, precisão, respiração e muita energia, ou seja, tudo que eu tinha pensado juntando teoria e prática eu consegui unir neste exercício proposto. Tentei fazer muitas improvisações livres com o exercício do Samurai, para que de alguma forma estes alunos começassem a perceber seus corpos e observassem suas capacidades corporais. Tendo em vista que este processo seria passo a passo muito lento e util, percebi uma mudança, seja de comportamento ou modo de pensar destes jovens. Com o que estes jovens escreveram e falaram, pude perceber que muitas vezes eles tinham dúvidas e até mesmo ficavam sem saber qual a finalidade de algumas dinâmicas propostas por mim. Mesmo com as minhas explicações, eles não conseguiam perceber por completo o porquê de fazer tal exercício, mas faziam e iam se conhecendo bem devagar.

Para chegarmos a todos estes exercícios corporais propostos, dei início à respiração diafragmática<sup>11</sup>, até chegarmos à completa e esta se tornar natural ao corpo. No primeiro dia que eu expliquei e proporcionei um exercício respiratório, em que conseguiram respirar pelo diafragma percebi que, principalmente os alunos que já haviam feito alguma modalidade corporal, tinham mais facilidade para entender, ou seja, seus corpos absorviam muito mais rápido tal informação. Então, expliquei que além de acontecer um melhor aproveitamento de ar pelo organismo, haveria uma conscientização desta nova movimentação do ar, e logo depois isto se tornaria inconsciente, e o corpo proporcionaria uma movimentação mais leve e dinâmica.

Comecei a explicação do exercício dizendo que a partir daquele momento iríamos começar a respiração pelo diafragma. Na inspiração o ar vai para os pulmões que faz pressão no diafragma, achatando-o e assim alongando a barriga, costumo dizer que é como o bebê quando nasce respira, até dominarmos esta respiração diafragmática. Logo após, então o ar subiria,

---

<sup>11</sup> Exercício feito nas aulas de Expressão Vocal II 2011/2 ministrada pela professora Rochele Resende Porto no Curso de Teatro-Licenciatura/UFPEL.

expandindo para as costelas, em uma respiração intercostal, para aí sim enchermos os pulmões e chegarmos a uma respiração completa.

Quando dei esta explicação os jovens adoraram achando um exercício muito produtivo para o seu dia-a-dia, porque sempre associavam a prática ao seu cotidiano, pelo fato de ser relacionado às suas vivências. Ou seja, quando falo em respiração os jovens se sentiam diretamente capazes de melhorar e fazer, pelo fato de respirar fazer parte da sua vida sempre, e sentem a mudança rápida quando falo, porque pensam, e o corpo responde quase que imediatamente. Alguns têm um pouco mais de dificuldade, mas acabam sempre compreendendo e o corpo absorvendo a informação.

A maior dificuldade sempre era fazê-los se desapegarem dessas vivências do cotidiano e começar a pensar o corpo em “situação de representação”, ou seja, com movimentos e pensamentos extracotidianos. Por isso comecei o trabalho usando os “princípios que retornam” técnica utilizada e denominada por Eugênio Barba, que trabalha corporalmente equilíbrio, oposições, omissão, equivalência, entre outros princípios estudados pelo ISTA<sup>12</sup>. Para assim meus alunos terem a vivência e sentirem em seus corpos esta mudança, por meio de exercícios, e não somente com teoria e explicações.

Queria perceber se assim funcionaria, se estes jovens de alguma forma iriam perceber o corpo de forma diferente da que estavam acostumados. O que de fato aconteceu para alguns e pude constatar pelo que os jovens comentavam deste condicionamento, desta “mudança”. Eles mesmos comentavam que estavam se sentindo melhor, depois do início das aulas do estágio, que estavam caminhando e fazendo suas atividades com mais facilidade, às vezes até brincavam, dizendo que dava para fingir que tinham uma melhor coordenação motora. Com estes comentários percebia que muitas vezes nem mesmo os próprios alunos conseguiam acreditar na capacidade de seus corpos.

Sempre nas observações após a aula de teatro, os jovens explanavam o que eles haviam sentido, e foi a partir daí que pude começar a ajudá-los, para

---

<sup>12</sup> ISTA - *International School of Theatre Anthropology*.

que o aproveitamento fosse interessante para a minha pesquisa, e para o nosso conhecimento mútuo.

É complicado pretender que pessoas que não tiveram contato com Teatro tivessem a percepção que eu gostaria em dez encontros. Mas quando falo de mudanças, observo muitas, porque entendo que quando o ser humano observa ou vivencia algo, isto fica registrado em seus corpos e mentes. Então, partindo deste pensamento acreditei que esta vivência daria a oportunidade de obterem conhecimentos totalmente diferentes dos que já tinham adquirido dentro da escola até então.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

No que se refere ao estágio como uma experiência, me coloco agora como observadora, para assim poder refletir sobre minha vivência com os jovens e seus aproveitamentos em relação ao aprendizado proposto.

Quando cheguei ao colégio Pelotense me coloquei em sala de aula como professora, mas também como pesquisadora, o que me proporcionou um aprendizado muito grande, porque tive que comparar o que lia com o que acontecia nas aulas, e isto me ajudou muito no trabalho com os jovens. Sempre quando iniciávamos um exercício proposto a primeira reação deles era a negação. Foi difícil, por ter que mudar pensamentos convicções e certezas destes jovens com quem me propus trabalhar.

Entendo que na escola, seja ela pública ou privada, não é fácil entrarmos, nós professores-artistas. Pois, a estrutura escolar, a meu ver, não está preparada para receber a prática do Teatro, mesmo já sendo comprovado o quanto o ser humano adquire sensibilidade, melhor desenvolvimento motor, melhor aprendizado com a área artística. E por que a escola deveria estar preparada? Por isso, a que me referi e também, porque sabemos que o Teatro, a Dança, a Música, não só ensinam a Arte, mas preparam os jovens para um melhor aproveitamento de outras matérias como raciocínio lógico e demais vivências escolares, e tantas outras opções para o melhor desenvolver do ser humano.

Mesmo sabendo de todos estes percalços arrisquei e não me arrependo, pois tive a oportunidade de ter observado jovens com vivências tão distintas. Mas ao mesmo tempo quando nos encontrávamos na escola, naquele palco, no espaço onde tínhamos as aulas, todos se tornavam iguais e com os mesmos objetivos. E isto se tornou prazeroso e mágico.

Agora começo a ter um pensamento diferente do que obtinha antes da minha pesquisa. Neste momento tenho certeza de que estes jovens com quem trabalhei aproveitaram como eu esta experiência, levando com eles já uma bagagem de explicações e vivências que não imaginavam ter. Escrevo não imaginavam, pois constatei que passaram a imaginar pelas reações e pela maneira como escreviam seus textos logo após as aulas. Sempre no término

de cada aula os alunos escreviam o que haviam sentido com os exercícios e experiências e também o que não gostariam de falar, mas sim escrever. Foi aí que percebi o quanto estavam aproveitando e se dedicando às aulas de estágio. Sempre conversávamos após a aula, e durante, também percebi que precisavam de muitas explicações para que pudessem acreditar e aproveitar o que estavam fazendo. Então, escrevendo e falando, mas principalmente fazendo eu consegui com que acreditassem na ideia e se engajassem nas aulas de teatro na escola, o que a princípio não pensei que conseguiria.

No final do estágio os alunos fizeram um memorial descritivo, com todas as principais considerações e observações das aulas. Foi o que achei proveitoso colocar como citações neste texto, algumas das principais observações destes memoriais.

Mesmo sendo avaliada no estágio e tendo que moldar algumas práticas, as aulas aconteceram, e fica claro que minha pesquisa me ajudou a pensar o jovem de outra maneira. Antes do estágio não imaginava que jovens sem praticamente quase nenhuma experiência corporal, e sem conhecer o teatro, fossem capazes de aproveitar em apenas alguns encontros, o que eu iria proporcionar. Mas, da maneira deles, obtiveram sim um aproveitamento, só pela diferente experiência já valeria, mas não foi só isso. Eles também perceberam que o Teatro é muito diferente do que imaginavam, e tentaram se conhecer e fazer o que nunca fizeram, com apreensão no princípio, mas no decorrer das aulas eles se soltaram e tentaram aproveitar o máximo que puderam.

Então, hoje percebo que a fase da vida em que mais se absorve e aproveita informações recebidas é a adolescência. Porque quando os adolescentes se interessam eles ficam aptos a receber informações, e como ainda estão em formação é possível que os seus corpos se moldem e consigam aprender formas diferentes de se desenvolver e criar habilidades, não só no Teatro, mas em outras áreas da vida. Hoje penso em “aproveitar” os jovens que estão nesta faixa etária, de forma diferente dos meus pensamentos anteriores.

Tanto para os homens quanto para as mulheres, o momento decisivo é o da adolescência. É aí que aprendem definitivamente as técnicas do corpo que conservarão por toda a vida adulta. (BARBA, 1995, p.228). Foi partindo desta

citação que acreditei que minha pesquisa daria certo. Eu não obtinha este pensamento anteriormente, pois achava que, se não iniciávamos muito cedo como no Ballet, seria impossível conseguir o corpo que se deseja para o teatro.

Queria esclarecer que nunca pensei em seguir o Dicionário de antropologia Teatral ou outros livros como já mencionei até mesmo os do autor que pesquisei, como se não houvesse outras possibilidades. Até porque penso que cada corpo é um corpo, ou seja, seria impossível seguir a risca toda a teoria e aplicar depois em corpos diferentes. Não seria possível, pelo fato de cada um obter suas experiências, cada um interpretá-las em seus corpos de formas distintas.

Quando cheguei ao estágio tive que observar aqueles jovens e como iria proporcionar uma vivência teatral à eles, então partindo da teoria comecei este trabalho. Estes jovens nunca haviam tido contato com ballet ou alguma técnica oriental, então se tornam corpos diferentes para mim. Também não pude deixar de preservar o aproveitamento de dentro para fora, ou seja, a experiência que eles já tinham e pensar em como aproveitar isso para as aulas. Pois, entendo que o fato deles mesmos aproveitarem o que já tinham vivido até ali influenciaria muito na continuidade do seu desenvolvimento corporal. E nunca deixei de lembrar que parto do início com jovens com corpos já em formação por uma cultura e pensamento pré-determinado. Então, sempre tive que moldar um pouco a técnica para que pudessem entender o que eu realmente queria.

O quanto cheguei? Acho que o necessário para desenvolver o início de um trabalho corpo-mente. Já tenho certeza de que não consegui fazer com que chegassem a ter uma “mente e corpo dilatados”, pois para isso eu teria que ficar trabalhando com eles no mínimo dez anos.

Como já mencionei o Butô como exemplo no capítulo, estas técnicas de esforço que caracterizam as técnicas extracotidianas foram a forma como tentei trabalhar com os jovens no meu estágio. Busquei mostrar principalmente esta forma corporal que saía totalmente do cotidiano dos jovens, para que isso os fizesse pensar em si. No momento em que tirei estes jovens da sua zona de conforto foi então que eles começaram a pensar e a se dar conta de que o que estavam fazendo era totalmente diferente do que estavam acostumados. Foi partindo destes princípios que os exercícios se tornaram muitas vezes incentivadores e curiosos, por não pertencerem às suas vivências e costumes.

Vivências e costumes, cotidiano, ou seja, queria realmente afasta-los dos seus hábitos cotidianos de seus costumes do dia-a-dia, das suas experiências corporais até aquele momento. Queria mostrar uma nova forma de corpo, de pensamento de experiência.

Os princípios-que-retornam seriam como um início para o trabalho, simplesmente pelo fato de conseguir com que aprendam a caminhar, com presença cênica, por exemplo. Este seria o primeiro indício de um ator iniciante, esta “dificuldade” que se da porque em cena não caminhamos como quando não estamos representando, como cita barba no livro *A Canoa de Papel*. Então, entendi que este seria um ótimo início. Trabalhando com caminhadas, colocando diferentes pesos, desequilíbrios, oposições e vários outros exercícios embasados na teoria aqui apresentada, eu consegui com que os jovens dessem os primeiros passos em direção à representação.

Já nos primeiros exercícios trabalhei com desequilíbrios e oposições. Sendo que o equilíbrio é uma parte muito importante para a percepção corporal. Sempre antes de qualquer exercício fazíamos um alongamento, como já citei anteriormente, e logo após começávamos com exercícios específicos. Usei um exercício que Barba cita no livro *A Canoa de Papel* em que os quadris ficam fixos e as pernas flexionadas, diferente das técnicas cotidianas do corpo, usando a coluna vertebral, obrigando-os a achar um novo equilíbrio corporal. Também usava muitos exercícios de oposição em que um segurava o outro pela cintura, fazendo uma oposição corporal, pelo fato de caminhar para frente sendo puxado para trás. Todos estes exercícios faziam com que estes jovens começassem a perceber seus corpos de uma forma diferente. O uso de tais técnicas proporcionava o interesse dos alunos e ao mesmo tempo fazia com que eles conseguissem criar estes movimentos extracotidianos em seus corpos.

Quando colocava os jovens para equilibrarem-se em uma perna somente, eles mesmos observavam e comentavam o quanto de esforço estavam empregando, ou ao menos observavam como estava diferente seu comportamento. Sempre falei e observei o centro de seus corpos, ou seja, que a força vinha toda do abdômen e que os ajudava no equilíbrio e na percepção.

Os exercícios relacionados à oposição bem como os de equilíbrio obrigavam os jovens a obterem um maior controle de si e também faziam com

que concentrassem sua atenção no determinado exercício. Esta foi uma de tantas observações que tive trabalhando com o treinamento corporal utilizando alguns conceitos encontrados nas teorias de Barba.

Nos exercícios com bastões, como no exercício do “Samurai”, quando os alunos faziam o mesmo exercício só que sem o bastão, trabalhando a equivalência e a força, as tensões de seus corpos mudavam de lugar. Eles sentiam que sem o bastão faziam a mesma movimentação, só que com a força em outras partes do corpo. Com as explicações sobre equivalência, os jovens conseguiram entender a prática desta técnica. Estes movimentos proporcionavam debates e observações, relacionadas aos corpos dos jovens. Com estas experiências eles mesmos percebiam o quanto havia de força, equilíbrio e o quanto o treinamento que estavam fazendo era diferente dos movimentos cotidianos do corpo.

Diante de tais teorias escolhi alguns dos princípios-que-retornam, ou seja, equilíbrio, oposição e equivalência entendendo que com estes estudos poderia proporcionar aos jovens um melhor conhecimento do teatro através do corpo. Penso que esta proposta não limitou, mas sim proporcionou aos alunos um novo pensamento, muito diferenciado dos seus costumes e do que pensavam sobre a arte teatral. Toda a proposta em que se originou este trabalho se deu pela representação diferenciada do trabalho ator e de todas as suas possibilidades cênicas.

Agora quando penso em jovens e na forma como irei trabalhar com eles, futuramente, penso diferente. Pelo fato desta experiência ter sido única e direta. Ela fez-me refletir sobre conceitos e situações que se fazem presentes nas escolas que conheço e em lugares em que ministro oficinas de Teatro e Dança. Penso que mudei alguns pensamentos em alguns dos jovens. Falo alguns, porque uns tiveram mais dificuldade e outros menos, mostrando mais interesse e atenção. Quando falo em interesse é porque os alunos que demonstraram interesse foram os que apresentaram mais facilidade. Outros, muitas vezes, não tiveram vontade de fazer as aulas, por cansaço, por não estarem acostumados, ao até mesmo por que queriam conversar e não pensar em seu corpo.

O que me deixou empolgada é que havia um grupo de meninos muito interessados nos conteúdos, penso que foram estes que conseguiram que

minha pesquisa tivesse um bom desenvolvimento. O que me desempolgou um pouco foi o fato de que eu gostaria que todos tivessem aproveitado como os meninos a quem me referi anteriormente. Penso que o desenvolvimento dos conteúdos das aulas teria rendido o dobro, se todos realmente estivessem focados no trabalho o tempo inteiro. Se a turma toda já tivesse realizado algum tipo de trabalho em relação à arte na escola, isso poderia ter facilitado o meu trabalho. Penso que assim seria possível que as meninas que não tinham foco nas aulas tivessem outro pensamento em relação à arte, então com certeza teriam aproveitado mais.

Concluo afirmando que se tanto o corpo docente, como a direção da escola trabalhassem com arte, ou tivessem um maior contato com as linguagens artísticas, isto facilitaria o trabalho de professores, diretores e coordenadores, até para um melhor entendimento de si mesmos. Tive problemas com algumas alunas, como por exemplo: quando já chegavam cansadas, ou com sono, ou até mesmo com roupas inadequadas para a prática. Então não culpo de forma alguma estas meninas, mas sim penso que, de alguma forma, a falta de estrutura e organização na entidade escolar são causas de problemas como estes. Mas mesmo com todos os problemas, e algumas situações constrangedoras, como quando uma aluna passou mal porque não tinha tomado café da manhã e estávamos fazendo um treinamento corporal. Ou até mesmo porque eu tinha muita vontade de ministrar as aulas e elas muitas vezes estavam nem um pouco felizes de recebê-las. Mas o estágio também me trouxe várias oportunidades boas inclusive o fato de ser campo para que eu pudesse fazer minha pesquisa.

Consegui com este trabalho me aprofundar no conhecimento do corpo do outro, e suas potencialidades. Sendo assim, agora vejo outras formas de observar, de agir, de ensinar. Não digo que sejam melhores ou piores, mas sim com mais cuidado e compreensão. Este estágio e a pesquisa para este T.C.C. me trouxeram um entendimento maior da capacidade do ser humano e do quanto isto se torna importante para a minha trajetória como arte educadora e também como atriz e bailarina.

## REFERÊNCIAS

AZEVEDO, Sônia Machado de. **O papel do corpo no corpo do ator.** São Paulo: Perspectiva, 2004.

BARBA, Eugênio. **A canoa de papel: tratado de antropologia teatral;** tradução de Patrícia Alves Braga. Brasília: Teatro Caleidoscópio, 2009.

BARBA, Eugênio. **A terra de cinzas e diamantes: minha aprendizagem na Polônia:** seguido de 26 cartas de Grotowski a Eugênio Barba/ tradução Patrícia Furtado de Mendonça. São Paulo: Perspectiva, 2006.

BARBA, Eugênio. **A arte secreta do ator: Dicionário de Antropologia Teatral;** Tradução Luís Otávio Burnier e outros. Campinas, SP: Hucitec Editora da Unicamp, 1995.

BARBA, Eugênio. **Além das ilhas flutuantes;** tradução de Luís Otávio Burnier. São Paulo-Campinas: Hucitec Editora da Unicamp, 1991.

BURNIER, Luís Otávio. **A arte de ator: da técnica à representação.** - 2<sup>a</sup>ed. Campinas, SP: Editora da Unicamp, 2009.

FERRACINE, Renato. **A arte de não interpretar como poesia corpórea do ator.** Campinas, SP: Editora da Unicamp, 2003.

ICLE, Gilberto. **Teatro e construção de conhecimento.** Porto Alegre: Mercado Aberto, 2002.

NUNES, Lilia. **Cartilhas de Teatro II. Manual de voz e dicção.** Rio de Janeiro: Serviço Nacional de Teatro, 1973.

PAVIS, Patrice. **Dicionário de Teatro;** tradução para a língua portuguesa sob a direção de J. Guinsburg e Maria Lúcia Pereira. São Paulo: Perspectiva. 1999.

PEZIN Patrick. **El libro de ejercicios para uso de actores. Seguido de Un amuleto hecho de memoria. El significado de los ejercicios en la dramaturgia del actor por Eugênio Barba.** Traducción del francês: Margarita Musto. Montevideo-Uruguay: Ediciones Trilce, 2004.

QUINTEIRO, Eudosia Acuña. **Estética da voz: uma voz para o ator.** São Paulo: Summus, 1989.

### On-line:

BURNIER, Otávio Luiz. Site Lume Teatro. Disponível em: 09/02/2013 <<http://www.lumiteatro.com.br/interna.php?id=8>>. Acesso em 09/02/2013.

**ANEXOS:****Registros dos alunos citados no Capítulo II:**

Iago Oliveira, 16 anos, 2012.

Juliana Pereira, 16 anos, 2012.

Kauã Shug, 16 anos, 2012.

Luíza Cardoso, 16 anos, 2012.

Martina Fonseca, 17 anos, 2012.

Paola da Costa, 16 anos, 2012.

Thamires Lopes, 16 anos, 2012.

Isrêo Oliveira. 2º C.

Uma mudança na monotonia ESCOLAR.

Durante esse trimestre tivemos um introdução ao teatro. No inicio, acabei que seriam ensaios e decoração de teatro, porém as aulas se mostraram muito diferente do que o imaginado, nesse brincadeiras (às vezes constrangedoras, mas divertidas) até ocasiões para se levar para a vida cotidiana, como a respiração.

Aprendi que teatro não é só regras e que existem diferentes para chegar próximo à perfeição, como em que profissão.

Costumei que as aulas envolvessem e, que toda a aula de manhã, mobiliares nos fizesse levantar da cadeira para praticar os exercícios e estender o frio, o que aconteceu praticamente todas as aulas.

A nossa rotina monótona de vir pra escola, ficar sentado em cadeiras e assistir aulas teóricas mudou, nós praticamos a disciplina e a vivemos, mesmo que por pouco tempo, mas a vivemos.

data

S T Q Q S S D

## Aulas de Teatro

Na primeira aula de teatro, contou-nos que íamos ir ao teatro para simplesmente chegar lá e relaxar, abrirmos mundo, e pronto, não é a grande. Na primeira aula eu vi que teatro vai muito além disso. Na teatro damos que fazer exercícios dos mais variados tipos, exercícios que eu não imaginava ter que fazer. Um exercício que eu não imaginava que daria esse exercício para treinar a respiração. Eu adorai muito imensamente o exercício de arrepiar o estômago que não é mais praticada em exercícios para me ajudar a respirar. Fizemos muito melhorar a respiração e esse exercício é só que não é mais praticada em exercícios para me ajudar a respirar. Fizemos melhorar o estômago e depois da aula eu me vesti para respirar bem melhor. Um pequeno exercício para mim ficar em pé com dupla, era muito divertido e os professores muito divertidos. Os exercícios de equilíbrio foram um dos que eu mais gosto de praticar porque as pessoas tremem que confiar umas nas outras. O exercício de vez foi o melhor que fizemos porque eu descolhi uma vez que não eu sabia que tinha. As aulas em grupo foram ótimas e de resto uma delas foram apresentadas pela menor um brinquedo. Aprendi muito e se eu pudesse escalar daria mais.

Juliana Pereira

2º C

# HIP HOP

STOESS

Kauã Dias Schug

22°C



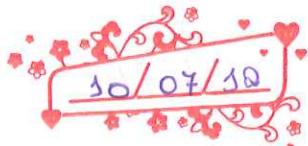
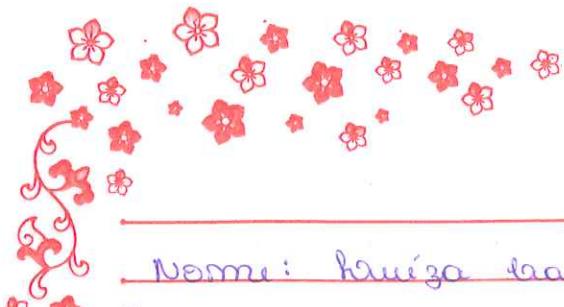
## O novo mundo do Teatro!

No primeiro momento que soube que haveria aula de Teatro, achei que iríamos fazer peças, decorar falso...

No longo das aulas não disso aconteceu, na verdade ocorreram exercícios diferentes de tudo que já fiz. Eu fiz Teatro aqui no colégio e eu não fazia exercícios, apenas fazia peças. Os exercícios de respiração fizeram "eu" me sentir melhor, além de proporcionar emoções diferentes e mudando totalmente a visão do mundo do Teatro. Desejámos ter aulas de Teatro desde da 1º série, pois nós nos divertímos, vivemos coisas novas, descobrimos exercícios que beneficiam o nosso corpo e a mente, pois o Teatro faz você repensar sobre tudo aquilo que representa ele, pois, não só é o elenco, é tudo decorado, muitas vezes os atores não fizeram uma desenvoltura corporal, por ser simplesmente bonito ou famosa por participar de um reality show, onde aparecem coisas absurdas, as cenas de Televisão contam a história que está fazendo o melhor para si.

Concluindo tudo isso, as aulas de Teatro mudaram minha mente, fazendo eu perceber que o Teatro não é só decorar e sim sentir aquilo o que você está representando.





Nome: Bruna Barros

Turma: 2º C

## Aulas de Teatro

Após ate aulas de muitos exercícios pude perceber que mudou minha disposição para fazer exercícios físicos, fico menos cansada comparando as que fizera, e a mudança no corpo também é bastante visível.

Tivemos também uma aula bem diferente da que costumavam ter, aprendemos a nos relacionar melhor com os colegas, e isso foi muito bem, não só nas aulas de artes, mas também em todas as outras.

Mas não só na forma física, os exercícios que fizemos, todos eles, nos ajudaram a pensar e isso foi o que também nos ajudou nas outras matérias.

Por fim, cheguei a conclusão de que todo o exercício físico que fizemos, o resultado dele é bem mais que só a forma física. O que, ter aulas diferenciadas e dinâmicas fazem com que tenha mais interesse.





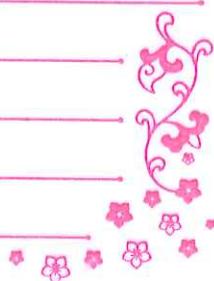
Martina Fonseca 2º C

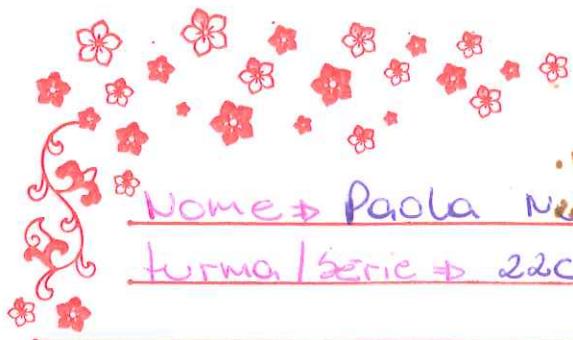
### A arte de aprender

Ao longo de todas as aulas de teatro percebi que me fez muito bem, pois, fez com o que me unisse mais a turma e interagisse com os colegas. Notei que toda pessoa precisa de uma aula de teatro como as que tivemos, os exercícios feitos e as propostas faziam com que meu corpo desbertassem algo que estava adormecido, pois não tinha o costume de fazer alguns exercícios, que por sinal devoria ter costume.

Todas as propostas me feitas executei com vontade, pois sempre estive disposta a fazer novas descobertas e com o incentivo da professora não tinha como resistir e não fazer, pois era tudo muito divertido.

Imagine que grande parte do que aprendi posso levar para o meu cotidiano provavelmente, a vida, alguns já pratico e continuarei praticando, pois, jogo futsal e preciso fazer para me aquecer e me sair melhor nos jogos, e o que aprendi nas aulas tento trazer certeza que irei continuar fazendo e passando adiante para meus próximos jogos, os exercícios mentais, físicos, oral etc, fazem bem pro humor e pro dia-a-dia.





Nome → Paola Nunes da Costa  
Turma / Série → 22C

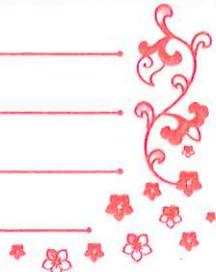
## Comunicação Corporal

Depois de aula aulas cheguei à conclusão que as aulas de artes é muito bom para o corpo, pois nos exercitamos, confiamos nos colegas. E isso é muito diferente do que sempre fizemos em qualquer aula, e isso nos anima mais por ser uma aula diferenciada.

O teatro não nos dar benefícios só para ele, e sim para os outros materiais, como a gente se relaciona com os outros professores, no meu ponto de vista isso muda bastante.

Muitos exercícios que fizemos irei levar para o resto da minha vida, por que me ajudaram muito, com a respiração e etc.

Por tanto é muito importante todos fazermos as aulas, mesmo não achando que isso seria benéfico, no futuro iremos precisar de tudo o nosso entusiasmo nas aulas.



10/07/12

Thamires Lopes 2ºC

### Aulas de Teatro

Durante as aulas de teatro, pude perceber que desenrolhei várias coisas. Discordando de meus pensamentos anteriores, de que o teatro seria aquela que viemos das filminas, TV, etc., agora sei, pelo menos um pouco, o que realmente é. Não é só ir ali e atuar... tem todo uma preparação, teatro é arte!

Gostei bastante das aulas, consegui sentir coisas bem legais e diferentes, que eu não sei muito bem como explicar.

Aprendi a "respirar melhor", aprendi a perder um pouco da vergonha com os meus colegas, aprendi a importância de exercitar o corpo e os cordas vocais. Começei também a desenrolhar uma melhor "reflexão" com aquele exercício do Samuca.

Também me senti bem diferente com um exercício em que eu tentei correr e alguém segurou atrás, quando sentaram eu fui correndo sem querer!

Concluindo, gostei muito das aulas e a simpatia da professora Roberto ajudou bastante, pois ela interagia com os alunos.