



**TÉCNICAS TEATRAIS APLICADAS NA FORMAÇÃO DO PROFESSOR**

**CLEDSON JESUS DO CARMO**

**São Paulo  
2012**

**CLEDSON JESUS DO CARMO**

**TÉCNICAS TEATRAIS APLICADAS NA FORMAÇÃO DO PROFESSOR**

Monografia apresenta ao Programa de Pós-Graduação em Formação de Docentes para o Ensino Superior do Centro de Formação de Professores da Universidade Nove de Julho, como requisito parcial para obtenção do grau de Especialização em Formação de Docentes.

Profª Drª Denise Regina da Costa Aguiar

**UNIVERSIDADE NOVE DE JULHO**

**SÃO PAULO  
2012**

## Sumário

1. INTRODUÇÃO .....	6
3. TEORIA DE APRENDIZAGEM NA FORMAÇÃO DO PROFESSOR.....	16
3.1 ZONA DE DESENVOLVIMENTO PROXIMAL NA FORMAÇÃO DO PROFESSOR A PARTIR DAS TÉCNICAS TEATRAIS.....	18
3.2 CONCLUSÃO DO CONCEITO NA PREPARAÇÃO DO PROFESSOR .....	20
3.3 O CONCEITO DA AÇÃO PSICOLOGICA .....	22
4. TÉCNICAS DO ATOR PARA O PROFESSOR.....	23
4.2 CONSCIÊNCIA VOCAL .....	26
4.3 RELAXAMENTO .....	2829
4.3.1 Massagens .....	29
4.3.2 Maxilar .....	290
4.3.3 Respiração e impostação da voz.....	290
4.3.4 Dicção .....	3133
5. CONSCIÊNCIA CORPORAL.....	335
5.1 AQUECENDO A COLUNA .....	378
5.2 RELAXAMENTO .....	3839
5.3 TREINAMENTO DO CORPO E DA MENTE.....	380
6. AUTOIMAGEM.....	424
7. CONCLUSÃO .....	435
BIBLIOGRAFIA.....	457

## RESUMO

Essa monografia tem por objetivo apresentar um estudo das técnicas teatrais com exercícios práticos para o desenvolvimento na construção das práticas pedagógicas do docente universitário em cursos de licenciatura e pedagogia colaborando nas habilidades de ministração de aulas, como a fala, a expressão corporal e o posicionamento diante da sala de aula. A pesquisa tem como princípio colaborar com o meio acadêmico junto aos profissionais da educação, e para tanto, reúne-se aqui, nomes importantes do meio educacional e teatral como Antonio Carlos Gil, Leon Vygotsky, Constantin Stanislavski, Michael Tchekov, entre outros não menos importantes.

Partindo de uma análise sobre a hipótese de que a formação do professor não atende algumas expectativas no que diz respeito às práticas pedagógicas, sem exercitar e treinar suas habilidades e suas competências antes de saírem da graduação para a sala de aula, assim as técnicas teatrais de preparação do ator aqui apresentada tem como foco a comunicação expressiva nas práticas pedagógicas, neste caso o teatro não como forma de representação ou encenação, mas como forma de propiciar ao docente habilidade necessária para o seu desenvolvimento didático e ao mesmo tempo um exercício da reflexão para um senso crítico de suas ações no que tange o ensino-aprendizagem.

**Palavras chaves:** Didática. Teatro. Docência. Prática Pedagógica. Formação do Professor.

## ABSTRACT

The objective of this work is to present a study of theatrical techniques associated with practical exercises in order to develop and building the pedagogical practices of the undergraduate universities teachers and collaborating in improving their skills to give classes, such as speech, body language and positioning on the classroom.

The first objective is to collaborate with the academic environment and their education professionals, the work involves important names of the educational and theatrical environment such as Antonio Carlos Gil, Leon Vygotsky, Constantin Stanislavski, Michael Chekhov, among others.

Starting with an analysis about an assumption that teacher formation does not achieve some expectations regarding pedagogical practices, without training their skills and competencies before leaving the course, so, the theatrical techniques for actor presented here focuses on expressive communication in terms of pedagogical practices, the theatrical practices not for representing or acting, but as a way to provide the teaching skills necessary for their development and education and at the same time an exercise of reflection for a critical sense of their actions regarding the teaching techniques.

**Keywords:** Theatre. Teaching. Pedagogical Practice. Teacher Training.

## 1. INTRODUÇÃO

Muito se fala do ensino dentro de sala de aula e da forma como cada professor se empenha para lecionar, e no que diz respeito à didática, tem-se discutido exatamente essa postura, a maneira como cada professor se comporta, se comunica e se expressa.

Nos últimos tempos, a educação vem cada vez mais fazendo parte de um contexto globalizado com necessidades mercantilistas e não obstante, as instituições de ensino superior particulares vem enfrentando grandes desafios dentro desse cenário globalizado e ao mesmo tempo vem num crescendo avassalador diante dessas necessidades, contratando profissionais do mercado para assumir uma sala de aula com o intuito de suprir a demanda da docência nos cursos de licenciatura e/ou pedagogia.

Dentro desse quadro, muitos assumem aulas no intuito de complementar sua renda, migrando para dentro das salas de aula, aproveitando o ensejo da necessidade das instituições particulares. Contudo, a maioria desses grandes profissionais não vem acompanhada de uma preparação para lecionar, seja por falta de tempo para preparar suas aulas, seja por falta de material de consulta, de domínio da matéria, ou até mesmo, por que não tiveram uma formação inicial no curso de licenciatura voltada suficientemente para a didática com métodos de ensino prático.

Alguns profissionais não tem consciência da sua responsabilidade enquanto docente e assumem uma postura apenas de detentor do saber, realizando uma prática de ensino totalmente apática e sem estímulo e muitas vezes se aproveitam de artifícios tecnológicos apenas para reproduzirem informações pré-estabelecidas e aparentam “enrolar” a aula, como consequência, não se apropriam cognitivamente do conteúdo a ser trabalhado, refletindo nos alunos que se tornam apenas receptores das informações apresentadas na sala de aula criando

uma visão errônea a ponto de levantar questionamentos acerca do ensinamento de tal professor fazendo comparações entre um e outro.

O contexto histórico político nas últimas décadas dos Século XX, deixou um legado tecnicista dentro da sala de aula por conta de interesses capitalistas e ao mesmo tempo transformando o profissional do ensino numa mercadoria.

Nos últimos anos, sobretudo a partir da Constituição Federal de 1988, há uma convergência para uma visão democrática e social, aguçando a visão crítica no que diz respeito às políticas educacionais, desta maneira, a racionalidade mercadológica começa a dar espaço para uma sensibilidade mais humana, de certa forma, e as artes passam a ter uma importância e um olhar educacional mais atento dentro do ensino, inclusive sendo instituído dentro da Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional - 9294/96 de 1996 (BRASIL, 1996) explicitado na educação dos cursos de ensino superior conforme Artigo 43:

Parágrafo I: A educação Superior tem por finalidade estimular a criação cultural e o desenvolvimento do espírito científico e do pensamento reflexivo – e ainda no parágrafo II: Formar diplomados nas diferentes áreas de conhecimento, aptos para a inserção em setores profissionais e para a participação no desenvolvimento da sociedade brasileira, e colaborar na sua formação contínua.

A pesquisa aqui apresentada tem como hipótese que uma formação inicial para o professor com o uso de técnicas teatrais de preparação do ator aplicadas no ensino superior, em especial nos cursos de licenciatura e pedagogia, pode contribuir para superar tal dificuldade inicial do profissional que está prestes a ministrar aulas, desenvolvendo no futuro professor universitário uma visão menos fragmentada na sua metodologia, redirecionando-o para um treinamento prático de sensibilidade humana considerando as práticas dentro da sala de aula mais atrativas e menos desgastantes.

Uma representação com cada referência do conteúdo, uma atuação com cada ponto abordado e uma grande encenação com cada roda de discussão onde todos os envolvidos possam visualizar cada ponto de reflexão, não que a aula tenha que se tornar uma grande encenação, mas que as práticas pedagógicas do docente se tornem únicas, criativas,

estimulantes, cativantes e evolutivos a cada aula sem prejudicar sua estrutura física e psicológica.

A metodologia aqui aplicada é toda fundamentada em referências bibliográficas de grandes autores da área da docência e do teatro e pretende contribuir com a reflexão sobre a formação dos profissionais da área da docência que tenham interesse em se aprimorar ou se preparar melhor para uma sala de aula.

O uso de técnicas teatrais na docência do ensino superior, mais especificamente nos cursos de licenciatura e pedagogia é o ponto de partida deste trabalho, onde o jogo psicológico e improvisacional, técnicas de desbloqueio, desinibição, socialização e interpretação são propostos para melhorar e manter a expressividade do professor.

Concebidas dessa maneira, a preparação do professor se torna uma importante meta na formação didática independente da construção metodológica.

As técnicas teatrais aqui propostas não tem o intuito de formar o professor num ator, mas sim de colaborar na articulação e expressão em sala de aula com sua preparação corporal e vocal voltados para o seu desenvolvimento profissional nas práticas pedagógicas tomando consciência de sua postura, gestual, comportamento, entonação, impostação e articulação através da interação, socialização, desbloqueio, desinibição, improvisação e até interpretação.

Cada exercício parte do questionamento das concepções éticas e estéticas para se chegar ao campo da criação resultando no desenvolvimento da presença de sala.

Por meio da sensibilização, do psicologismo, do físico, psicofísico, da descoberta interior, o docente descobre caminhos para obter o maior controle de si e de sua sala, inclusive exercita-se durante seu processo de formação, a questão das suas aulas expositivas auxiliando seus alunos com momentos primordiais na construção do saber.

As instituições de ensino superiores de certa maneira, não estimulam a exercitação prática do aluno de licenciatura ou de cursos de especializações a como se comportar, se

expressar e se comunicar diante de uma sala, apenas colabora e instrui no que diz respeito às suas apresentações de trabalho em grupo diante da própria sala e mesmo assim, sem muito aprofundamento diante das experiências de cada um reforçando o uso das suas próprias competências e, poder-se-ia dizer, que o foco na transmissão do conhecimento se desviaria, uma vez que a preocupação está mais voltada à formação do aluno e para o mercado de trabalho.

As discussões sobre as possibilidades do teatro educativo contribuir na formação do aluno, não só como forma de entretenimento, mas como forma de contribuir na educação cognitiva serve também para o adulto, então, Gil (2011) aponta que o ensino dentro dos cursos de pedagogia tem um cunho voltado para a criança e que não oferecem uma formação adequada voltada para o adulto, desse ponto de vista ele traz à tona o termo Andragogia que vem se popularizando nas últimas décadas, termo esse que se refere à arte de orientar os adultos a aprender.

Sendo assim, essa pesquisa se apropria do termo Andragogia e o coloca como ponto conceitual para o uso das técnicas teatrais voltada para o professor.

## **2. A FORMAÇÃO DO PROFESSOR**

A formação docente vem se tornando um dos principais desafios das instituições de ensino superior, principalmente as particulares, uma vez que a didática, a forma que cada

professor organiza e desenvolve suas aulas esteve focada no planejamento e na condução do conteúdo, sendo que nos cursos de formação superior de licenciatura, em especial o curso de pedagogia, não tem uma preocupação com a preparação individual desse futuro professor, prepara-lo com a comunicação, com sua postura, seu comportamento diante de uma sala de aula não faz parte da grade curricular dessas universidades e sim direcioná-lo para o mercado de trabalho, no caso do curso de pedagogia, os alunos são direcionados dentro de uma visão didática para o ensino de séries iniciais.

As disciplinas dos cursos de licenciatura propõem que os próprios discentes se encontrem diante de uma personalidade e identidade própria por conta de pressupor que o indivíduo já adulto dispõe de certas habilidades e competências acreditando que apenas necessita de superar os conhecimentos, descartando a possibilidade de um olhar mais atento para as ferramentas básicas na condução de uma aula, sendo aqui nessa pesquisa, o corpo, a voz e a mente elementos essenciais para o professor na colaboração de habilidades e desempenho diante da sala a ponto de prender a atenção do seu aluno mais desatento e/ou desmotivado.

O que conta é a experiência individual de cada professor, sua competência e vivências pessoais ao se expor diante de outras pessoas, porém, de que vale o sujeito possuir conhecimentos e não saber usá-los de modo adequado, no momento oportuno e dentro de um determinado contexto?

A competência aqui não vale se não for aliada de uma exercitação cognitiva, corporal e vocal acompanhada de experiências e conhecimentos profundos.

Para PERRENOUD (1999, pg.05) “uma competência nunca é a implementação "racional" pura e simples de conhecimentos, de modelos de ação, de procedimentos”, sendo assim, inclui-se de cada um suas experiências em sintonia com suas ações dependente do cognitivo para uma maior capacidade de desenvolvimento no agir diante de certas situações,

corroborando com a questão de que não necessariamente “competência” quer dizer conhecimento, mas é fundamental para o desenvolvimento pessoal nas práticas pedagógicas.

A qualificação docente no que diz respeito às práticas pedagógicas diante da sua competência não deve ser entendida do ponto de vista dos valores mercadológicos, pois assim estariam negligenciando o ensino-aprendizagem de si próprios e se inserindo num contexto de competição na qualificação daquele que melhor produz, valorizando apenas o ganho individual, que por sua vez remete à oposição, concorrência, luta e até situações de conflitos.

Os cursos de formação de professores da pós-graduação, tanto de especialização, mestrado ou doutorado sempre estiveram focados na preparação de um pesquisador que seja flexível e esteja alinhado com as novas tecnologias do mercado global, sempre acompanhando e estimulando a visão para os avanços tecnológicos e o uso de tais ferramentas na colaboração dentro do ensino, como caminho de apoio diante das práticas pedagógicas dentro da sala de aula, e isso acaba refletido e transmitido dentro dos cursos de licenciatura, porém, é necessário um olhar mais atento no indivíduo, o estudante dos cursos de licenciatura, principalmente os alunos de pedagogia deve se atentar para si próprio, ter consciência e compreender que seu corpo e voz também são ferramentas importantes e essenciais e que devem ter cuidado especial dentro da sala de aula.

Masetto (2003) aponta como razão do estudo do tema, o apelo da Declaração Mundial da Unesco que, dentre outras coisas, exige do docente uma postura que corresponda com todo um contexto sócio-cultural no qual ele está inserido e isso só vem reafirmar a pesquisa aqui apresentada em relação ao cuidado e ao preparo que o novo professor deve se atentar diante das novas tendências.

Os casos de dificuldades nas práticas pedagógicas, muitos deles refletem o despreparo do professor a não estar devidamente disponível com suas práticas, a não ter um planejamento coerente e claro, a não utilizar técnicas adequadas e pertinentes ao processo de aprendizagem

e também por comportamentos preconceituosos do novo professor que o impedem de avançar e quebrar possíveis barreiras e paradigmas enraizados. Muitos desses professores são profissionais com licenciatura e até mesmo mestres ou doutores que vem para a sala de aula sem o direcionamento prático da postura diante da sala e de seus alunos, pois vem de uma formação voltada para a pesquisa, para o trabalho científico:

No entanto, a realidade desses cursos nos diz que trabalham muito bem a fração do pesquisador, o que é necessário inclusive para a formação do docente. Mas a pesquisa se volta como é de se esperar, para o aprofundamento de conteúdos e descobertas de aspectos inéditos de determinada área do conhecimento ou de aspectos tecnológicos novos. O mestre ou doutor sai da pós-graduação com maior domínio em um aspecto do conhecimento e com habilidade de pesquisar. (MASETTO 2003, pg.183)

Nesse sentido, o docente deve repensar suas práticas pedagógicas de maneira a questionar suas ações e repensar suas habilidades.

O professor deve trabalhar com uma visão ampla no que diz respeito á sua formação, com todos os recursos que colaboram para sua prática pedagógica, tanto sonora, dramática, corporal e vocal quanto tecnológicas e para isto, o professor deve estar mais aberto, mais incomodado, mais inquieto, disponível para novas experiências que colaborem na sua prática pedagógica como docente. A sala de aula precisa ser compreendida como um local onde o aluno vivencia e experiencia momentos necessários para realmente se apropriar cognitivamente do saber.

Evidentemente que o professor deve se atentar para si próprio no que diz respeito aos cuidados em relação à sua formação, mas também é preciso que as instituições de ensino superiores particulares revejam o processo de formação dentro dos cursos de licenciaturas e/ou pedagogia que sempre tiveram uma visão tradicionalista em relação ao mero acúmulo de informações, é preciso que seja uma formação completa, por inteiro, não só na sua criticidade, afetividade, percepções, mas também na sua expressão, na sua comunicação, na sua interpretação de maneira completa para o novo professor que se formará.

A Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional – LDBEN nº 9394/96 (BRASIL, 1996), estabelece diferentes paradigmas para a Educação Formal, em acordo com as atuais conformações sociais e isso dá a condição legal para que as IES possam rever suas grades de licenciaturas.

Entre seus princípios está a valorização do profissional da educação escolar, a importância da experiência extraescolar; e a vinculação entre a educação escolar, o trabalho e as práticas sociais. Com estes fundamentos, as instituições de ensino passaram a ter maior autonomia, e cabe a elas elaborar e executar sua proposta pedagógica com a participação direta dos docentes. A valorização do papel do professor é ainda mais evidente no artigo 43 que instrui sobre a capacitação dos profissionais da educação e sua formação conforme capítulo V - suscitar o desejo permanente de aperfeiçoamento cultural e profissional e possibilitar a correspondente concretização, integrando os conhecimentos que vão sendo adquiridos numa estrutura intelectual sistematizadora do conhecimento de cada geração.

Nas últimas décadas a procura pelo ensino superior cresceu demasiadamente por conta das circunstâncias políticas econômicas atuais e os egressos do ensino básico que agora estão nos cursos de licenciatura e/ou pedagogia em instituições de ensino superior particulares, são na sua maioria alunos de escolas públicas, que em grande parte, saíram sem a condição necessária até mesmo de acompanhar as aulas do curso de graduação no qual se inscreveram.

Ao mesmo tempo em que esses alunos ingressam no ensino superior, os docentes, na sua maioria, escalados para ministrar tais aulas também não estão preparados ou enquadrados suficientemente na disciplina da qual realizarão suas práticas pedagógicas, pois muito deles são profissionais de determinadas áreas ou como já relatado anteriormente, pesquisadores científicos e não professores.

Sendo assim, o ensino se torna frágil com uma via de mão dupla, pois nem o aluno está apto a receber tais informações, nem o docente está enquadrado para ministrar as aulas de

acordo com as circunstâncias. Para Perrenoud (1999), de modo mais pontual é possível observar algumas resistências no caminho desses professores sob alguns questionamentos da confiança:

O mais difícil não é compor com as ideologias de uns e de outros, e sim trabalhar sobre as verdadeiras resistências à mudança, tão racionais, mas menos confessáveis. Não é irracional preservar interesses adquiridos, mesmo que seja difícil confessar sua oposição a uma reforma porque ela complica a vida, dá muito trabalho, põe em evidência certas incompetências, ameaça o frágil equilíbrio construído com os alunos ou com os colegas, obriga a lutos insuportáveis, afastadas razões que levam a ensinar ou reanima velhas angústias iniciais. É, entretanto, o que se deveria ousar e poder dizer, para trabalhar a partir dessas reações muito razoáveis. Quem seria louco o bastante para contribuir com uma mudança que arriscasse colocá-lo, pessoalmente, em dificuldade?(pg.99)

Neste sentido, o professor deve questionar algumas ações que o levem a pensar em outras ações para aprimoramento das práticas pedagógicas, num processo de ação-reflexão-ação.

É inerente ao professor o processo de formação, a reflexão para busca novas possibilidades, de novas maneiras de transpor novas ideias para o trabalho em sua sala.

No entanto, ALMEIDA (1986, pg.17) identifica nas falas dos professores um tom ainda conservador e vazio no seguinte comentário “Como estudioso da educação, constatee com tristeza, embora com compreensão, que professores especialistas em educação e autoridades educacionais mineiras têm e, conseqüentemente, transmitem às novas gerações uma visão deturpada e deturpadora da educação e do ensino.”

O autor também faz crítica ao professor que não ensina, e expõe que o professor está desvalorizado por conta do tom lírico, frases feitas, chavões, e slogans em concordância com a fala oficial sempre com os mesmos estereótipos de ensino, deduzindo de certa maneira um valor ideológico, um ideário pedagógico nos discursos dos professores.

Sendo assim, o professor apenas se torna transmissor de verdades absolutas, verdades intocáveis, sem qualquer ato de reflexão, discussão ou criticidade.

Contudo, tem-se por hipóteses que adotar as técnicas teatrais utilizadas em si próprio como um processo de formação permanente, pode contribuir para o futuro professor refletir sobre o seu conceito didático e sair do discurso pragmático, e ainda partilhar em certa medida, de uma mesma linguagem com seu aluno diante de uma forma de expressar, uma troca de energia que estimula a reciprocidade de participação.

No entanto, muitos professores ainda não consideram importante a formação com foco na ação-reflexão- nas práticas pedagógicas.

Para o próprio professor, a formação profissional não tem muita importância. Ele parece acreditar que, para desempenhar sua tarefa, o que conta não são conhecimentos e habilidades adquiridos na escola. Há, pelo menos, coerência quanto a esse aspecto. Lamentável coerência, aliás... (ALMEIDA, 1986, pg.79)

Dessa maneira, deve-se reconhecer mais uma vez, que também se faz necessária à colaboração das instituições de ensino superior que precisam repensar a orientação curricular nos cursos de licenciatura e de formação do professor para que os mesmos tenham estímulos e sintam a necessidade de aprimoramento, porém, tanto IES quanto professor, deve observar que a formação do professor com foco nas pesquisas se faz necessário em conjunto com o desenvolvimento de habilidades que permitam a reflexão-ação das práticas pedagógicas, reforçando assim a questão da preparação do professor com sua didática em sala de aula.

Hoje, o ensino/aprendizagem está no centro da discussão acerca da importância que a escolaridade adquiriu diante da globalização e da política econômica do nosso país, e os temas que aparecem nas LDB (1996) para as reformas do ensino superior como a descentralização, autonomia das instituições de ensino superior, a flexibilidade dos programas e do currículo, não encontram correspondência, de certa forma, numa concepção empresarial de educação, ou seja, no conceito de descentralização das grandes corporações industriais, na autonomia relativa de cada empresa em função do processo de produção, de montagem, de administração, e na flexibilidade da organização produtiva para ajustar-se à variabilidade de mercados e consumidores.

No entanto, com esse crescimento, de certa maneira, desordenado de instituições particulares de ensino superior, o foco do processo ensino/aprendizagem está mais para uma questão quantitativa, numa concepção empresarial, do que qualitativa, numa concepção social de educação, negligenciando de algum modo, a formação do professor enquanto prática pedagógica, enquanto didática, na questão do planejamento, da organização, dos objetivos em relação ao foco da instituição e no que concerne a reflexão-ação diante de uma sala de aula.

Alguns professores sabem o que significa didática, porém as definições são tantas, a começar pelo dicionário: Didática é a Arte de Ensinar, mas para Libâneo (2002) a didática tem diversos pontos de vista diante de outros pensadores da educação e ainda reforça que a didática se encontra em constante movimento em outros países e define do seu ponto de vista da seguinte maneira em três pontos:

1. A didática é um ramo da ciência pedagógica. Por esta razão a didática está voltada, intencionalmente, para a formação do aluno em função de finalidades educativas.
2. A didática tem como objeto de estudo o processo de ensino e aprendizagem, especificamente os nexos e relações entre o ato de ensinar e o ato de aprender.
3. A didática aborda o ensino como atividade de mediação para promover o encontro formativo, educativo, entre o aluno e a matéria de ensino, explicitando o vínculo entre teoria do ensino e teoria do conhecimento. (pg.10)

### **3. TEORIA DE APRENDIZAGEM NA FORMAÇÃO DO PROFESSOR**

As chamadas Teorias da Aprendizagem (TA) aplicadas ao campo da educação têm gerado grandes resultados, ainda que o consenso esteja longe de ser uma realidade entre os teóricos e estudiosos do assunto.

Muitos teóricos têm se destacado, dentro desse campo de estudo, por trazerem abordagens inovadoras e vários foram os caminhos apontados com o intuito de proporcionar ao processo ensino-aprendizagem uma dinâmica onde, principalmente o aluno, fosse o maior beneficiado, sendo o protagonista do processo ensino aprendizagem.

Dentre as muitas Teorias da Aprendizagem que se apresentam atualmente, a de Levy Vigotsky, com sua abordagem sócio-cultural, pode contribuir significativamente para a reflexão do professor sobre a mediação simbólica, pois, no processo ensino/aprendizagem, a interação com o outro é fator imprescindível para o desenvolvimento proximal, que leva o indivíduo de uma situação potencial para aquela desejada: a real:

Somos portanto forçados a concluir que a fusão entre o pensamento e a linguagem, tanto nos adultos como nas crianças é um fenômeno limitado a uma área circunscrita. O pensamento não verbal e a linguagem não intelectual não participam desta fusão e só indiretamente são afetados pelos processos do pensamento verbal. (VIGOTSKI, 2001, pg.25)

Vygotsky (1999) postulou a ideia de possuir no indivíduo uma Zona de Desenvolvimento Proximal (ZDP) a ser explorada pelo professor que, neste caso, seria apenas alguém que despertaria a aquisição de novos conhecimentos, seria um mediador dentro do processo ensino-aprendizagem.

Para Vigotsky (1999) o aprendizado se dá a partir do momento em que o indivíduo é colocado em contato com a sociedade e cultura da qual faz parte, desse modo, não possui nenhuma forma de conhecimento armazenado.

Vigotsky afirmava que o desenvolvimento é decorrente da aprendizagem e não o contrário disso. Então, a aprendizagem ocorre no sujeito à medida que ela tem significado para ele. A origem da sua teoria está diretamente ligada ao materialismo dialético marxista, isto é, que as mudanças ocorridas no indivíduo são resultados direto das mudanças históricas da sociedade e de sua vida material.

A aprendizagem é um processo contínuo e requer, como tal, uma busca reflexiva por melhoras que melhor se adequem a cada contexto onde ela se insira. Isto é válido para todos os campos do saber e, neste particular, o entendimento das teorias de aprendizagem são importantes no processo de formação do professor.

Faz-se necessário sair de uma postura tradicionalista, que mantém práticas conservadoras por parte de docentes da velha guarda e trabalhar - como proposto por Vigotsky - o desenvolvimento a partir do contexto social, principalmente da cultura e da linguagem e ressaltar a importância da mediação do professor para o desenvolvimento de novos conhecimentos.

Outro ponto importante que deve ser observado se relaciona com a participação ativa do sujeito e a aceitação das diferenças existentes entre os sujeitos envolvidos, evitando-se, desse modo, conflitos desnecessários e fortalecendo a dicotomia intra e interpessoal do professor e aluno.

### 3.1 ZONA DE DESENVOLVIMENTO PROXIMAL NA FORMAÇÃO DO PROFESSOR A PARTIR DAS TÉCNICAS TEATRAIS

Para Vygotsky, o conceito de Zona de Desenvolvimento Proximal caracteriza como um espaço onde os conceitos e funções psíquicas estão ainda em fase de desenvolvimento enquanto que a Zona de Desenvolvimento Real é caracterizada por conceitos e funções que já se encontram acabada, prontos.

A elaboração de ideias e o estudo de fatos conforme sugerido garantem a conquista do conhecimento, desde que as atividades propostas tenham por base as interações entre os próprios professores. Tais interações permitem ao sujeito ultrapassar a impressão inicial das ideias que lhe chegam e buscar o que está além delas, oculto, mais profundo e sistematizado, de forma a instrumentalizá-lo para o exame da realidade.

Pode-se pensar que o graduando de licenciatura possa se desenvolver com o tempo, pois este tem, por si só, instrumentos para percorrer sozinho o caminho do desenvolvimento, que dependerá das suas aprendizagens mediante as experiências a que foi exposta. Neste modelo, o sujeito – no caso, o estudante de pedagogia – é reconhecido como ser pensante capaz de vincular sua ação à representação de mundo que constitui sua cultura, mas na verdade, o momento de exercitação, espaço e ambiente, atmosfera e clima, é que este processo é vivenciado, onde o processo de preparação e exercitação do professor envolve diretamente a interação entre outros professores e suas experiências:

Zona de desenvolvimento próximo, por sua vez, abrange todas as funções e atividades que a criança ou o aluno consegue desempenhar apenas se houver ajuda de alguém. Esta pessoa que intervém para orientar a criança pode ser tanto um adulto (pais, professor, responsável, instrutor de língua estrangeira) quanto um colega que já tenha desenvolvido a habilidade requerida. Uma analogia interessante nos vem à mente quando pensamos em zona de desenvolvimento próximo.[...] (VIGOTSKI, 2001, pg.4)

Essa interação entre os processos de ensino e aprendizagem podem ser melhor compreendidos quando se entende o conceito de ZDP. Para Vygotsky, Zona de Desenvolvimento Proximal (ZDP), é a distância entre o nível de desenvolvimento real, ou seja, determinado pela capacidade de resolver problemas independentemente, e o nível de desenvolvimento proximal, demarcado pela capacidade de solucionar problemas com ajuda de um parceiro mais experiente. São as aprendizagens que ocorrem na ZDP que fazem com que o professor se desenvolva ainda mais, ou seja, desenvolvimento com aprendizagem na ZDP leva a mais desenvolvimento, por isso para Vygotsky, tais processos são indissociáveis e que pode ser muito útil à figura do professor. É justamente nesta zona de desenvolvimento proximal que a aprendizagem vai ocorrer. A função de um professor de teatro, o orientador teatral por exemplo, seria, então, a de favorecer esta aprendizagem, servindo de mediador entre os próprios professores e futuramente professor e aluno.

Como foi destacado anteriormente, é assim que o sujeito, possuindo *habilidades parciais*, se desenvolve com a ajuda de parceiros mais habilitados (mediadores) até que tais habilidades passem de *parciais* a *totais*.

Portanto, trabalha-se com a estimativa das potencialidades do professor, potencialidades estas que, para tornarem-se desenvolvimento efetivo, exigem que o processo de aprendizagem, os mediadores e as ferramentas estejam distribuídas em um ambiente adequado de preparação do professor para se chegar no seu ápice de ensino/aprendizagem junto a sua sala.

### 3.2 CONCLUSÃO DO CONCEITO NA PREPARAÇÃO DO PROFESSOR

Entende-se por conceitos espontâneos aqueles que o sujeito constrói sozinho em suas relações cotidianas, sendo, portanto, concretos e assistemáticos. Ao adentrar o espaço escolar, espera-se que este possibilite ao conceito espontâneo adquirir nova significação, ou seja, que permita sua inserção em um sistema conceitual abstrato, com diferentes graus de generalidade, características que definem o conceito científico.

Assim, a apropriação de conceitos científicos começa com mediações com objetos de conhecimento, que se dá pela interação com professores e colegas, apoia-se em um conjunto previamente desenvolvido de conhecimentos originários das experiências diárias de cada professor.

No caso do professor, dentro dos encontros de formação, cada professor é um indivíduo com suas características próprias, e o que as determina como características individuais, ou, melhor dizendo, como modos de comportamento, são peculiaridades interessantes, como um andar diferente, por exemplo, ou um andar desleixado, ou um falar monótono e agudo, uma risada histriônica, etc. Enfim, características que se somem em um indivíduo e que formam sua personalidade. É evidente que essas manifestações externas devem estar associadas às realidades interna e mais profundas do professor.

A articulação do conceito cotidiano com o conceito científico possibilita, segundo Vygostky, um tipo de percepção mais generalizante, conscientizando o professor de seus processos mentais e impulsionando o seu desenvolvimento.

A apropriação da cultura pelo indivíduo não acontece de forma passiva: este, ao receber do meio social o significado convencional de um determinado conceito, internaliza-o e promove, nele, uma síntese pessoal. Esta, por sua vez, ocasiona transformações na própria forma de pensar.

É, portanto, na interação com outros sujeitos humanos que maneiras diversificadas de pensar são construídas, via apropriação/internalização do saber e do fazer da comunidade em que o sujeito se insere.

A aprendizagem desenvolvida nos encontros de formação é uma fonte importante de expansão conceitual, afinal, os encontros de formação do professor deveriam fornecer o suporte necessário a ricas e profundas interações com o conhecimento socialmente elaborado.

Nas interações Professor com Professor, Professor com Orientador Teatral e Orientador Teatral com Professores, favorece a passagem do conhecimento cotidiano para o científico, possibilitando não só a apropriação cultural, na construção das funções psicológicas superiores e a elaboração de valores que possibilitam um novo olhar sobre o

indivíduo e a sociedade, como também sua própria análise e eventual transformação de si como ser humano.

Para Vigotsky, a experiência contribui significativamente para a aquisição da aprendizagem. Nesse contato com o outro, ocorre a internalização por parte do sujeito – aluno - de uma capacidade mais elevada de pensamento.

### 3.3 O CONCEITO DA AÇÃO PSICOLÓGICA

Importante ressaltar nesse momento o sentido da ação dentro do treinamento de formação do professor, pois cada gesto, cada movimento realizado não deve ser aleatório, as ações devem ter um sentido, os gestos devem ser pensados, os movimentos diante da sala não pode ser apenas uma dança solta, mas voltada para cada explicação, o professor pode ir de um lado a outro da sala, ou de um ponto a outro da lousa sem necessitar ter um o objetivo para sua ação.

Neste caso, é de fundamental importância ressaltar o sentido da psicologia das teorias da aprendizagem no teatro para elucidar questões acerca do treinamento referente à formação do professor.

Constantin Stanislavski (1995), elaborador do sistema para o ator, se preocupou durante toda sua vida artística com o problema da criação da experiência verdadeira. Ele entendeu que as emoções não estão sujeitas a nossa vontade, e sim ao resultado de um processo de vida. Elas não podem ser atingidas diretamente. A ação é o indicador mais preciso e Vigotsky aborda essa questão dentro da psicologia do trabalho criativo:

A nova abordagem à psicologia do trabalho criativo do ator é caracterizada, em primeiro lugar, pela busca de superar o empiricismo radical das duas teorias e compreender a psicologia do ator em toda singularidade qualitativa de sua natureza, mas à luz de padrões psicológicos mais gerais. Ao mesmo tempo, o aspecto fático do problema assume um caráter diferente – de abstrato, ele se torna concreto. VIGOTSKY (1999, pg.09)

Por ação entendemos um ato que envolve o ser humano inteiro na tentativa de atingir um objetivo específico. Na ação orgânica o desejo, pensamento, vontade, sentimento e corpo estão unidos. De fato, o homem inteiro participa da ação, por isso sua importância na preparação do professor. O ser humano age a partir de suas percepções. Elas e nossas ações expressam quem somos nós.

O homem percebe, avalia e depois age. O interior, que é invisível, se torna externo, visível através da ação. Entendido que as emoções surgem durante o processo de ação, sendo assim, a lógica do pensamento gera a lógica das ações, que gera a lógica das emoções e o novo professor se sentirá firme, seguro, pronto para a ação.

## **4. TÉCNICAS DO ATOR PARA O PROFESSOR**

### **4.1 DA TÉCNICA À ESPONTANEIDADE**

Esse processo de treinamento do professor exigirá um grau de compreensão e discernimento entre seu papel de professor e a técnica teatral para o ator do qual é uma linguagem que precisa ser aprendida e compreendida através de exercitação. Sem técnica até mesmo o ator desconhece os recursos do ritmo, a significação do andamento, a significação da voz para a obtenção de seus objetivos, sem isso, não reconhece determinados efeitos quando chega a alcançá-los. É através da técnica que o professor conseguirá alcançar o espírito, a variedade e profundidade de uma aula.

Sem técnica, por mais excepcionais que sejam suas qualidades individuais, o professor não terá uma linguagem adequada com a qual possa falar nas suas práticas pedagógicas.

Por intermédio da técnica, o professor pode desenvolver uma disciplina intelectual que o ajude a esclarecer suas ideias que, por sua vez, são desenvolvidas na prática pedagógica no sentido da forma que se acredita ser a correta.

Se o cultivo da técnica auxilia o ator a usar seu instrumento de expressão, um cultivo geral, uma cultura de pensamentos, arte, e vivência, auxiliará o professor a se preparar de maneira muito mais hábil à frente da sala de aula.

Toda aquela soma de aspectos espirituais, mentais e pessoais que são peculiares de um indivíduo, a soma total de tudo, é a contribuição que o ator traz para a sua arte, é o que qualifica como instrumento de interpretação e que pode ser facilmente aplicada ao professor, que não muito distante, também é dotado dos mesmos aspectos citados e que pode contribuir para sua arte de ensinar.

Sem dúvida, o trabalho com o professor em sala de aula no seu curso de formação, deve ser um lugar de experiências, de aprendizagens, de exercitação prática, e o professor de teatro ou orientador teatral não deve tornar o espaço num laboratório, deve tornar o espaço dentro de uma perspectiva dinâmica, que propicia ao professor, experiências de preparação de

um ator com técnicas que o levem a se desenvolver nas suas práticas pedagógicas quando assumirem uma sala de aula.

A potencialidade do professor em sala de aula pode ser evocada quando há o aumento da experienciação em todos os sentidos, de maneira a aguçar o intuitivo para o seu processo criativo, sendo que o intuitivo é o elemento mais importante para a aprendizagem, porém, não se dá muita importância por acreditar que é algo para privilegiados (SPOLIN, 2008).

Neste sentido, é neste momento que a pessoa está livre e aberta para aprender, pois o intuitivo é espontâneo, imediato, e no momento que se está livre, o ser humano se inter-relaciona com o mundo a sua volta que está em constante transformação.

Com essa realidade envolvida, todas as partes do corpo estão em conformidade de forma orgânica, despertando a descoberta, a experiência e a expressão criativa. Para as pessoas mais tímidas, aqueles que ainda não estão à vontade diante de uma sala, os jogos lúdicos de improvisação nesse momento são ideais para habilitar a prontidão intuitiva do futuro professor, e nesse contexto:

É muito possível que o que é chamado de comportamento talentoso seja simplesmente uma maior capacidade individual para experienciar. Deste ponto de vista, é no momento da capacidade individual para experienciar que a infinita potencialidade de uma personalidade pode ser evocada. Experienciar é penetrar no ambiente, é envolver-se total e organicamente com ele. Isto significa envolvimento em todos os níveis: intelectual, físico e intuitivo. Dos três, o intuitivo, que é o mais vital para a situação da aprendizagem, é negligenciado. (SPOLIN, 2008 p.3)

O professor de teatro ou orientador teatral que conseguir estabelecer essa atmosfera com os professores durante o treinamento, cada participante estará realmente aberto para aprender, e como consequência, gerando a espontaneidade de cada um para as práticas pedagógicas. O treinamento deve ser dividido em etapas que tenham como base o trabalho com a voz e todo o sistema que engloba a produção vocal, assim também deve ser feito com o corpo, diante de um treinamento com jogos lúdicos e que desperte os sentidos do corpo para estimular a

sensibilização e em conjunto deve pensar um treinamento que também provoque a criatividade espontânea.

## 4.2 CONSCIÊNCIA VOCAL

Todo ser humano possui seu próprio timbre de voz e muda o tom conforme o envolvimento com quem fala, a segurança sobre o que está sendo falado e as condições psicoemocionais influenciam diretamente na maneira como se fala e se expressam as falas. Também, muda-se o tom de voz conforme os interesses, de acordo com as necessidades.

Muitos professores sofrem com seu aparelho fonador, somente água para hidratar não é o suficiente para manter uma voz boa, é necessário um treinamento cuidadoso, caso contrário, os calos nas cordas vocais aparecem rapidamente, exigindo uma cirurgia para o reparo.

Os professores quando iniciam suas práticas em sala de aula, sofrem com essa conscientização do aparelho fonador e não é incomum aparecerem com dificuldades vocais no decorrer das aulas, então, o treinamento com exercícios específicos de voz, como exercitação do diafragma, respiração, dicção, articulação, impostação, dá ao professor a preparação necessária para o desenvolvimento e a conscientização do aparelho fonador.

Muitos não têm o conhecimento necessário, nem sabem como os sons são produzidos, passam o tempo todo acreditando que estão fazendo de maneira correta, e sempre com uma garrafinha de água à mão.

Os alunos percebem que ficam roucos após algumas falas, gaguejam sob o domínio do medo, hesitam quanto à pronúncia de uma palavra, à necessidade de uma elisão, ao sentido de uma frase, ou seja: devem ir à escola quer queiram ou não. Os exercícios mecânicos de dicção são

simples quando o aluno não tem nenhum defeito especial para corrigir. (Aslan, 1994 p. 06).

Para produzir o som através da nossa voz, recorre-se a vários órgãos do corpo que trabalham em conjunto para a produção do som e é de fundamental importância que o professor identifique cada um desses órgãos para melhor entendimento do seu instrumento de produção vocal.

A produção do som acontece quando o ar ao ser expirado, passa pelas pregas vocais fazendo-as vibrar. Neste momento entram em ação os articuladores cuja função, neste contexto, é levar o som para as cavidades de ressonância. Nota-se que não se canta ou se fala pela garganta como muitos pensam, e sim com todo o conjunto de órgãos que se interligam que são os responsáveis diretos pela transformação do ar inspirado em som. Esse conjunto de órgãos é conhecido como aparelho fonador como mostra a figura 1:

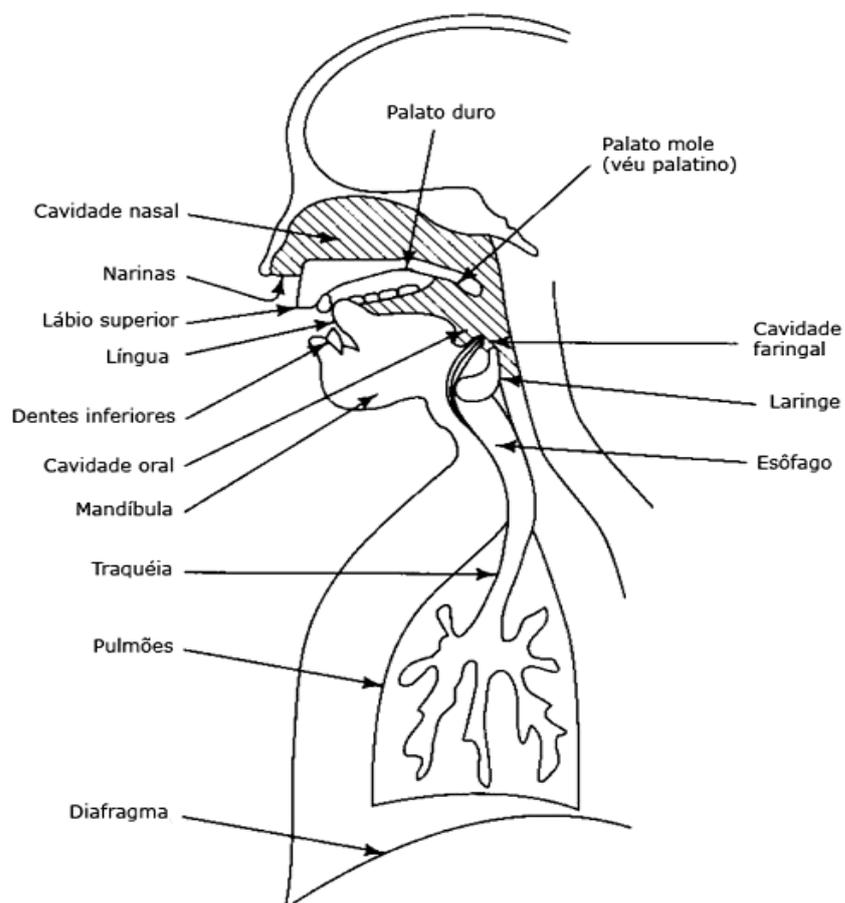


Fig.1

## Conjunto de Orgãos do Aparelho Fonador

### 4.3 RELAXAMENTO

O primeiro passo para conhecer e conscientizar a voz, é o relaxamento do aparelho fonador conforme exercícios<sup>1</sup> propostos a seguir:

#### 4.3.1 Massagens

- Relaxar os ombros realizando movimentos circulares para frente e para traz, como se as pontas dos ombros tivessem um lápis e quisesse fazer um desenho circular com eles (3x para a frente e 3x para traz);
- Usar as pontas dos dedos e passear no rosto como se estivesse tocando um piano;
- Deixar a cabeça cair com cuidado sobre o peito e então realizar movimentos circulares com a cabeça fazendo com que passeie por todo o ombro dando a volta até o estado de origem (3 vezes para a frente e 3 vezes para traz).;
- Imaginar na ponta do nariz um lápis. Imaginar uma folha de papel a um palmo de distancia do rosto, então, tentar realizar um desenho circular nesse papel de tamanho grande. Realizar pelo menos 10 vezes. Depois imaginar o círculo pequeno e realizar pelo menos 10 vezes;

Os músculos devem ficar em total estado de relaxamento para facilitar os próximos passos de treinamento vocal.

---

<sup>1</sup> Exercícios aprendidos durante o curso de formação do ator na Recriarte Escola de Atores entre os anos de 1998 e 2000

### 4.3.2 Maxilar

- Mastigar levemente como se estivesse mastigando um chiclete imaginário. Depois ir aumentando o tamanho do chiclete imaginário;
- Realizar bocejo;
- Inspirar de maneira a empurrar a barriga e não o peito, soltar o ar e fazer os seguintes sons com a boca: TRRRRRRRRRRRRRRR, até esgotar o ar dos pulmões, em seguida: BRRRRRRRRR.
- Realizar movimentos com os lábios como se enviasse beijos.
- Fazer caretas ao extremo.

Acredita-se que após esses combinados o aparelho fonador esteja pronto para os próximos passos a seguir.

### 4.3.3 Respiração e impostação da voz

Um dos órgãos mais importante desse conjunto que de certa maneira é negligenciado até mesmo pelo ator, é o diafragma, de fácil identificação na figura 2:

**Diafragma localizado logo abaixo dos pulmões**

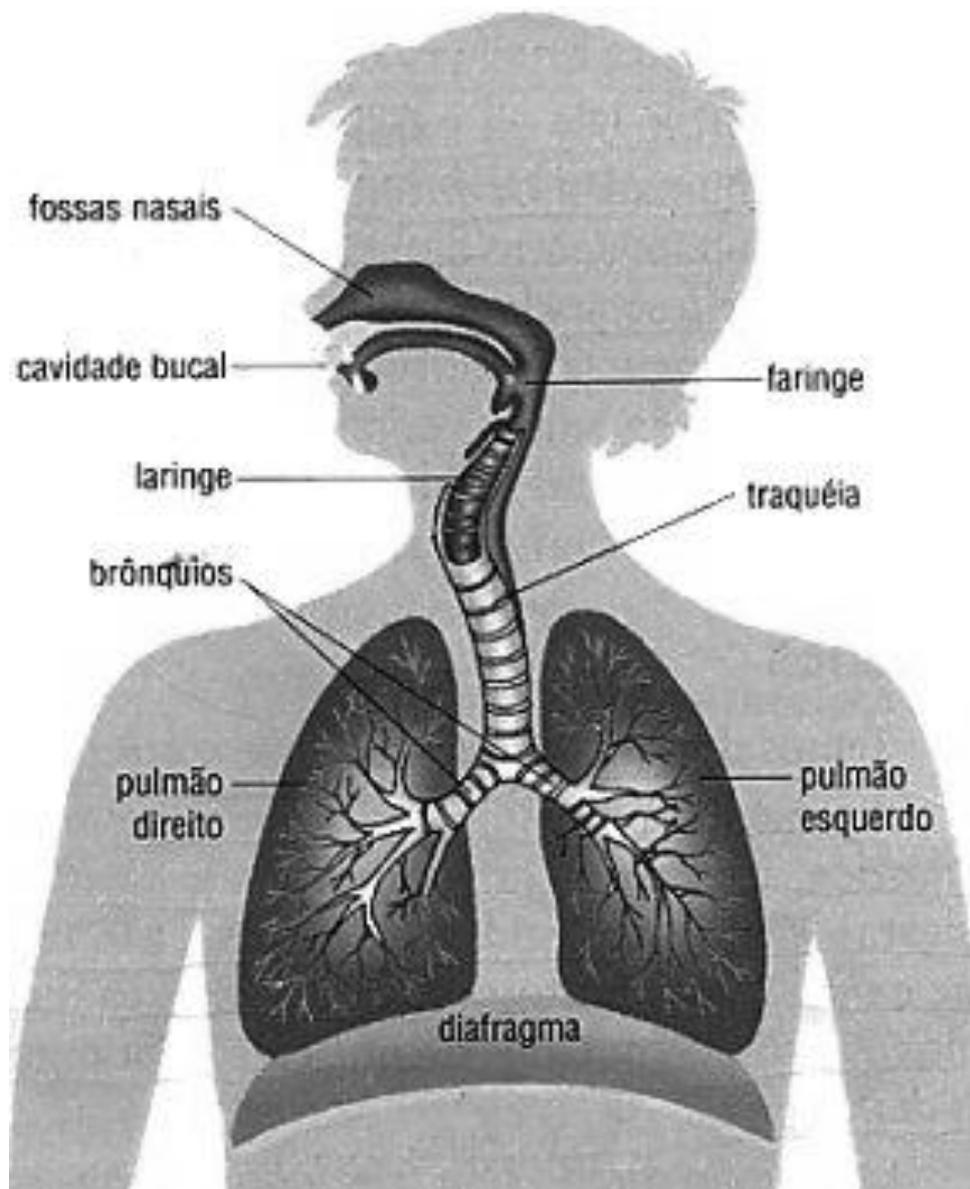


Fig. 2

Um músculo que só é trabalhado quando se está num estado de descanso, dormindo. A exercitação desse músculo requer um trabalho de respiração muito intenso, no qual, técnicas de respiração podem ajudar e colaborar para o fortalecimento e controle do mesmo.

Primeiro a inspiração deve ser feita pelas narinas, que faz com que o diafragma se estenda para as laterais. Para saber se realmente está usando o diafragma, é só colocar a mão

sobre a barriga e tentar empurrar a mão, ou então, deitar com a barriga pra cima e colocar um livro sobre a barriga, quando inspirar, tentar empurrar o livro com a barriga. Dessa maneira, será fácil identificar quando se está trabalhando o diafragma e não apenas enchendo os pulmões de ar.

Após a inspiração e identificação do diafragma, soltar o ar e realizar a expiração, tentando controlar a soltura desse ar de maneira a exercitar o controle de tempo, exercitando gradativamente o músculo do diafragma, quanto maior a exercitação desse músculo, maior será o controle da respiração e como consequência, melhor será a sustentação das frases.

Outro exercício interessante para o diafragma é a respiração cachorrinho.

- Cerrar os dentes, colocar a ponta da língua nos dentes e rapidamente como um cachorro realizar sons de SSSSSS, como se quisesse empurrar o ar para fora, mas deve ser feito com uma certa rapidez.
- Inspirar e pronunciar a seguinte expressão – SI – FU – XI – PA - de maneira a forçar o diafragma empurrando o ar para fora como se os dentes não o deixassem sair. Lembrando que o foco está no diafragma, então, não pode simplesmente pronunciar a expressão e sim tentar forçar o diafragma.

Dessa maneira, fica bem mais fácil trabalhar a impostação da voz sem agredir as cordas vocais.

#### 4.3.4 Dicção

Alguns professores podem ter dificuldades em ter uma boa articulação e dicção por conta de problemas fonoaudiológicos ou simplesmente por não praticar exercícios, neste

último caso a realização de leitura em voz alta, pode auxiliar o professor a resolver o problema, já no primeiro caso, se faz necessária a procura de um especialista.

Há problemas facilmente identificáveis como língua presa, dentes cerrados ou cansaço na pronúncia de algumas letras, principalmente as últimas letras das frases ditas.

Uma boa articulação não significa conseguir abrir demais a boca, ou falar pausadamente cada letra, e sim a agilidade na movimentação dos lábios, do maxilar, da língua, e mesmo que rápida, a pronúncia deve ser clara, não perdendo nenhuma letra ao proliferar as frases. Importante destacar que é de fundamental importância o professor só passar para essa etapa após a realização das etapas anteriores, para não agredir nem traumatizar seu aparelho fonador.

- Pegar uma caneta e coloca-la atravessada na boca, com as pontas para fora. Pegar um texto qualquer e iniciar uma leitura, a princípio, haverá um pouco de dificuldades, então, refazer a leitura de maneira a aproveitar cada letra das frases, tentando pronunciar cada letra (nesse momento, a boca vai salivar, então, providenciar um papel toalha). Esse exercício tem efeito instantâneo na articulação, após o exercício, refazer a leitura para sentir as palavrinhas saindo da boca. As pessoas que estiverem presentes, notarão a diferença na hora, porém, é um exercício que deve ser feito gradativamente sem agredir os lábios para que o efeito seja sempre duradouro. Mas no caso de uma palestra ou atividade que o professor venha realizar de imediato, esse exercício pode socorrer momentaneamente. Também pode substituir a caneta por uma rolha que dá o mesmo efeito.

A seguir, alguns exercícios voltados para a soltura do maxilar, relaxamento dos lábios e de toda a estrutura bucal são explicitados:

- Mua-Mué-Muê-Mui-Muó-Muô-Muu

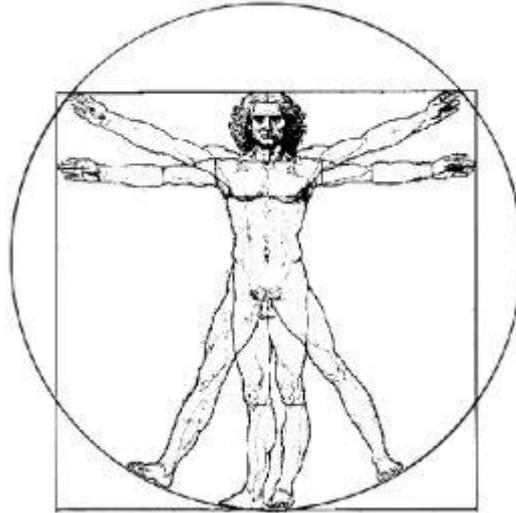
- Bua-Bué-Buê-Bui-Buó-Buu
- Pua-Pué-Puê-Pui-Puó-Puô-Puu
- Lua-Lué-Luê-Lui-Luó-Luô-Luu
- Tua-Tué-Tuê-Tui-Tuó-Tuô-Tuu
- Lhua-Lhué-Lhuê-Lhui-Lhuó-Lhuô-Lhuu
- Trua-Trué-Truê-Trui-Truó-Truô-Truu

Exercícios de leitura com Travas línguas são ótimos para exercitar a dicção:

- BR – No sóbrio sobrado brincavam assombrações e a brisa sombria assombrava as bruxas bronzeadas com brincos brancos de bronze e broches com brilhantes brocados.
- DR - O dramático padre Adriano Rodrigo usou drogas no drink dos ladrões.
- VR – A livraria está livre para vender os livros e os livretos do livramento do lavrador.
- A triste atriz traquina triturou seu troféu em troca de trinta estrelas.

O estudo dessas práticas requer do professor um cuidado com a boa articulação, o controle sobre as falas, a respiração e a ressonância para que lhe proporcionem uma voz adequada, limpa, clara, pronta para se comunicar com qualquer sala.

## 5. CONSCIÊNCIA CORPORAL



**O Homem Vitruviano de Leonardo da Vinci**

O corpo humano é de extrema perfeição, mesmo com todas as amarras e vícios externos o corpo sempre se mantém perfeito, sua funcionalidade e sua capacidade de adaptação o torna cada vez mais capaz, e talvez por uma ingenuidade humana muitas vezes passa despercebido pela nossa consciência, em contrapartida, algumas pessoas exageram nos cuidados e enxergam o corpo humano como uma escultura grega que deve ser adorada.

O treinamento, aqui apresentado, serve para aproximar o professor da outra ferramenta não mesmo importante que deve ser trabalhada com muita atenção e cuidado, pois toda a sua expressividade e todas as suas emoções passa pelo corpo para complementar a expressão da comunicação verbal.

É necessário ter um domínio e um controle das ações, fazer um estudo e um treinamento completo de cada parte do corpo e dos gestos para que se possa repensar a maneira de usá-lo como extensão da comunicação verbal.

No entanto, esse domínio e controle só podem ser adquiridos quando se tem um mínimo de noção do movimento.

Evidentemente, o trabalho com o corpo humano requer o maior cuidado, competência e atenção, não só fisicamente, mas também psiquicamente e muitos professores, com o passar

do tempo, vão se acomodando, esquecendo-se do seu instrumento de comunicação mais valioso depois da voz.

O importante aqui é o de explorar a expressividade latente do corpo diante de uma geografia corporal por onde ele possa passear sem se agredir, conhecer e treinar cada parte da sua estrutura e nesse sentido, estar bem resolvido consigo mesmo para uma autoeducação corporal o ajuda a ter um corpo virtuoso e cheio de energia, com vida diante dos alunos.

Uma das formas básicas de estabelecer um primeiro contato com o corpo e a mente é através do relaxamento e para isso, antes de qualquer coisa, é necessário que o professor descontraia os músculos, livre-se das tensões musculares e se solte corporalmente.

Exercícios de relaxamento, como concentrar seu ponto gravitacional em uma determinada pose, quando alguns de seus músculos estão tensos ajuda a ir se libertando de certos maneirismos. Tem que ficar claro para o professor que aqui não se busca só um resultado final, mas também o processo para se chegar no resultado. Partindo deste ponto, o treinamento corporal se torna uma forma de autoconhecimento do corpo, um mergulho dentro de sí.

A Coluna vertebral é o primeiro caminho para se entender os movimentos. Primeiro a espinha, depois os pés e em seguida as mãos. É através dela que o conjunto de sistema nervoso que vem do cérebro envia os comandos para os demais membros realizarem seus movimentos (OIDA, 2001). Nesse sentido, é fundamental um aquecimento inicial espelhado na coluna.



Fig.3

Primeiramente deve-se compreender cada parte da coluna conforme figura 3.

A coluna é a base central que alinha todo o corpo, toda as mensagens e sinais enviados pelo cérebro para os membros caminha pela coluna e se a mesma estiver de alguma forma fora do alinhamento, esse sinal quando chega no ponto onde a vértebra está deslocada, naturalmente a tensão e certas dores acumulam nesse ponto.

Na parte superior, está localizada a coluna cervical (fig.3), ponto estratégico da cabeça e do pescoço que geralmente, pela falta de postura, acumula muitas tensões. Já no meio da coluna onde está localizado os nervos que saem do canal vertebral (fig.3) geralmente sofrem com o desdobramento incorreto quando o corpo todo se agacha e na volta, simplesmente é negligenciado.

Na parte inferior (fig.3), logo abaixo está localizado os nervos lombares, onde as mensagens, os sinais são enviados para os membros inferiores, como as pernas, pés, etc.,

através desse caminho e muitas vezes as pessoas sentem dores com frequência pela falta de exercitação e até mesmo pela exercitação incorreta.

### 5.1 AQUECENDO A COLUNA

- De pé, com os pés paralelos a uma pequena distância um do outro, os joelhos levemente flexionados. Dobrar o corpo, deixando a cabeça cair até as pernas sem forçar absolutamente nada, depois sentar de cócoras e segurar por aproximadamente 30 segundos (Fig.4). Após essa pausa, fazer o movimento inverso, sendo que primeiro levanta o cóccix, e vai desdobrando a coluna, parte por parte, deixando a cabeça por último até ficar de pé, no estado de origem.

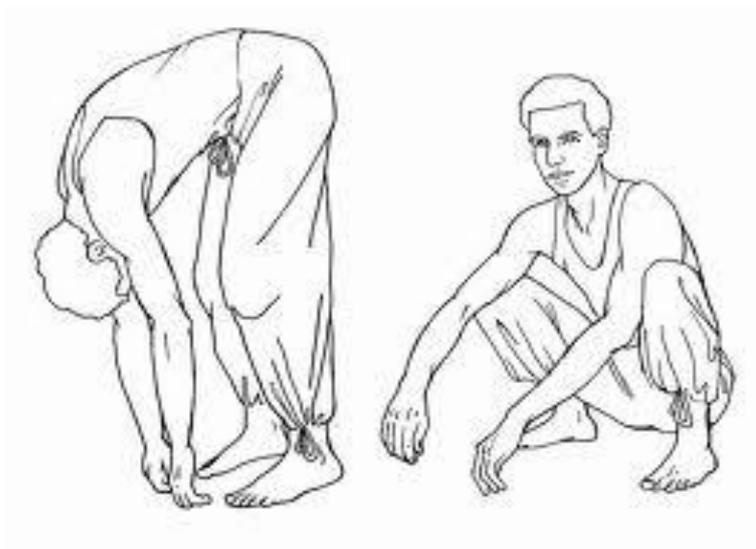


Fig. 4

- Em grupo, forma-se um círculo, todos de costas um pro outro no círculo, cada um deve fazer uma massagem com os dedos da mão em cada vertebra da coluna do colega que esta à sua frente na roda.

## 5.2 RELAXAMENTO

Neste caso, uma trilha sonora com músicas adequadas pode colaborar no poder da imaginação durante os exercícios:

- Sentados (pode-se usar as cadeiras da sala em círculo), de olhos fechados, imaginar um pequeno buraco na cabeça, no qual vai derramando um líquido imaginário que escorre e preenche os pés, como se estivesse enchendo um boneco transparente. Sentir o líquido ocupando todo o espaço dos pés e subindo pelas pernas, contornando cada articulação, cada junta das pernas e dos pés e vai preenchendo todo o restante do corpo, cintura, tórax, braços, mãos, pescoço, cabeça, boca, garganta, nariz, imaginando que o líquido está dissolvendo cada ponto de tensão. Quando o corpo estiver todo preenchido com o líquido imaginário, imaginar uma tampinha na ponta do dedão do pé sendo desrosqueada por onde o líquido imaginário sairá lentamente esvaziando todo o corpo e levando consigo todas as tensões.

## 5.3 TREINAMENTO DO CORPO E DA MENTE

O trabalho corporal deve ser realizado com propostas que sejam de maneira a deixar o professor à vontade para a realização do treinamento, nesse sentido, os jogos dinâmicos com propostas lúdicas, ao mesmo tempo em que estimula a criatividade, estabelece uma atmosfera

propícia para o desenvolvimento e aquecimento do corpo com uma maior disposição para as atividades.

A seguir, apresenta-se uma proposta com uma série inicial de exercícios, da forma mais simples e objetiva possível e que poderá ser executado por qualquer pessoa que esteja disponível, neste caso, o professor.

- Congelados, imaginar fios amarrados no corpo, nas mãos, nos pés, na cabeça, e de repente os fios começam a ser puxados, movimentando os membros amarrados, como se fossem marionetes, imaginar que está dentro de uma caixa gigante, que você é um boneco sendo manipulado por uma mão gigante. Depois vai relaxando e voltando para o estado de origem.
- Caminhar pela sala, ação apenas das pernas, pontas dos pés, calmamente, depois ligeiro, depois calmo, relaxado e receptivo, depois ligeiro, em diferentes direções, dobrar a direita, depois a esquerda, congela, depois volta a caminhar em todos os sentidos. Volta a caminhar pelo espaço ligeiramente, ao bater de uma palma, todos devem dar um pulinho e voltar para sua caminha, ao bater de duas palmas, todos devem dar uma agachadinha e voltar para a sua caminhada. Congela, sentir o corpo, a base, sentir a energia que pulsa dentro do corpo.
- Em duplas, um de frente para o outro, olho no olho, eretos, pés paralelos. A dupla deve contar um, dois e três. Cada um deve contar apenas um número, até o três sem parar. Sendo assim: Primeiro = 1, Segundo = 2, Primeiro = 3, Segundo = 1, Primeiro = 2, Segundo = 3, e assim por diante. Após entendido o exercício, aquele que pronunciar o número um deve bater uma palma, depois de executado por um tempo essa tarefa, mantém a palma para o número um e quem pronunciar o número dois deve dar um

pulinho, depois de um tempo, mantêm-se as tarefas anteriores que quem pronunciar o número três dá uma agachadinha.

- Dependendo da quantidade de integrantes na sala, podem-se formar pequenos grupos de até cinco pessoas. Cada grupo vai à frente da sala e ao comando do orientador teatral deverá realizar a seguinte tarefa, se transformar no objeto ou animal ou qualquer palavra substantivada que seja pronunciada pelo orientador teatral de maneira a ser o grupo todo transformado num único objeto. Por exemplo: uma lâmpada - todo o grupo deve se transformar numa única lâmpada. Neste caso, o orientador teatral deve anotar pelo menos uma quantidade razoável de palavras para cada grupo antes de iniciar o jogo, quando iniciado o jogo, deve dar um tempo de até 5 segundos para a transformação do grupo.
- Em duplas, olho no olho, um propõe movimentos aleatórios e o outro copia como se fosse um espelho.
- Uma única pessoa fica a frente do grupo, a mesma propõe movimentos inusitados e todo o grupo deve copiar como se fossem um únicos espelho.
- Em grupo, cada grupo deve criar uma cena com começo, meio e fim. A apresentação da cena deve ser toda em BLABLAÇÃO.
- Individualmente, cada um vai a frente e deve vender algo imaginário, porém, deve-se usar a linguagem da BLABLAÇÃO.
- Uma cadeira à frente da turma, uma pessoa deve passar pela cadeira e realizar uma tarefa onde a cadeira é o foco, por exemplo: a pessoa vai até a cadeira e improvisa uma reforma na cadeira.

É importante destacar aqui que o corpo se torna mais educado, sensível, harmônico para a comunicação expressiva após um treinamento específico, para alguns de forma mais

evolutiva, para outros menos expressivas, porém, com o mesmo objetivo de desenvolvimento, compondo o estado de espírito do indivíduo de forma associada ao corpo e a psicologia.

É difícil encontrar casos onde se tem uma harmonia e equilíbrio entre corpo e mente, mas não é impossível.

Assim como ao ator que deve considerar seu corpo como um instrumento de expressão das ideias o professor também deve levar em conta o trabalho que se deve ter para o encontro dessa completa harmonia do corpo e da mente, da psicologia, para conseguir o equilíbrio necessário na hora de expressar diante da sala. Chekhov (2003) é bem mais anterior que Spolin (2008) na questão do jogo intuitivo, uma vez que foi discípulo do autodidata Constantin Stanislavski (1995) autor do sistema da ação psicológica do ator, em outras palavras, para ele, o ator também deve ter um cuidado mais com a sensibilidade do que com um treinamento pesado de ginástica, mais com os impulsos criativos psicológicos do que com um treinamento acrobático.

- Faça uma série de movimentos amplos, mas simples, usando o máximo de espaço a sua volta. Envolver e utilize o corpo todo. Movimente-se com suficiente vigor, mas sem forçar desnecessariamente os músculos. Devem-se executar movimentos que representem o seguinte: Abra-se completamente, escancarando os braços e espalmando as mãos como se estivesse abrindo as asas para alçar voo, com as pernas bem separadas. Mantenha-se nessa posição por alguns segundos. Imagine que está ficando cada vez maior. Volte à posição inicial. Repita o mesmo movimento numerosas vezes. Conserve presente em seu espírito finalidade do exercício, dizendo a si mesmo – Vou despertar os músculos adormecidos do meu corpo, vou reanimá-los e usá-los. Agora, feche-se cruzando os braços sobre o peito e colocando as mãos nos ombros. Ajoelhe-se em u ou em ambos os joelhos, inclinando a cabeça para frente e para baixo. Imagine que está ficando cada vez

mais pequenino, enroscando-se, contraindo-se como se quisesse desaparecer corporalmente dentro de si mesmo e como se o espaço a sua volta estivesse encolhendo. Outro conjunto de seus músculos será acordado por esse movimento de contração. Volte para a posição de origem.

- Seguindo o clima do exercício acima, faça movimentos que se assemelhe a um ferreiro batendo seu martelo na bigorna. Faça movimentos diferentes, amplos, bem modelados, como se estivesse, sucessivamente, erguendo algum objeto do chão, algo pesado, depois algo leve. Não se apresse. Faça uma pausa após cada movimento proposto.

Esse treinamento da ao professor, a condição de deslumbrar sensações de liberdade criativa e nesse caso, deve-se deixar essas sensações se apropriarem com profundidade em seu corpo como as primeiras qualidades psicológicas a serem absorvidas (CHEKHOV, 2003).

## **6. AUTOIMAGEM**

A proposta desse trabalho é apenas a de recriar a atmosfera e o clima teatral estabelecidos nos encontros de preparação do ator.

Para tanto, a atmosfera e o clima do ambiente por si só não se torna suficiente se o professor que se propõe a esse treinamento não tiver um olhar mais atento para si próprio no que diz respeito ao cuidado e zelo pela sua postura e imagem e dessa maneira, o cuidado com a autoimagem também será de extrema importância para colaborar na sua presença diante dos alunos, pois uma barba mal feita, um cabelo desarrumado, o uso de roupas inadequadas como

bermudas, chinelos, vestidos curtos, decotes, entre outras características simplesmente colaboram para uma desvalorização da prática pedagógica negativa diante da classe.

Nesse sentido, o professor que entrar na atmosfera e no clima do treinamento, despido de certos valores e pronto, se sentirá livre, limpo e leve durante seu preparo para o ato de ensinar, terá dentro de si o sentimento de clareza, pureza, limpeza do ponto de vista da higienização interior e por que não dizer exterior, uma limpeza geral, uma higienização do corpo e da mente, uma visão mais cuidadosa em relação a sua autoimagem.

Deverá pensar no estilo de roupa adequada para se apresentar diante da sala e estabelecer uma postura acompanhada de uma imagem positiva.

## 7. CONCLUSÃO

Não existe uma receita de como se dar aulas, de uma didática com fórmula como receita de bolo, mas uma preparação com técnicas teatrais aplicadas ao ator pode colaborar de diversas maneiras para o aprimoramento da prática pedagógica na sala de aula.

As técnicas teatrais de preparação do ator provoca nos mais tímidos e inexpressivos uma reação gradativa de exposição diante de situações que envolvam “plateias”, neste caso, alunos dentro de uma sala de aula.

O uso das técnicas teatrais na formação do professor visa não apenas aplicação de práticas pedagógicas, mas também de auxiliar e manter o estado físico e psicológico em perfeito estado e harmônico diante da sua vida prática, favorecendo o desenvolvimento das

capacidades didáticas e criativas do professor, não devendo confundir, entretanto, a relação da formação do ator que se volta para uma prática de palco com essa proposta que apenas se utiliza das técnicas teatrais para sua preparação diante da sala, sendo assim, sem perder suas características de identidade e princípios da docência enquanto praticante de teatro.

O professor aqui continuará sendo professor e a aplicação das técnicas deste procedimento no decorrer da sua formação contribuirá para um professor mais seguro, ativo e com habilidades necessárias diante de aulas expositivas.

Cabe ao professor iniciante ou ao aluno de licenciatura buscar se aprimorar dentro de cursos específicos de teatro, escolas especializadas de teatro e entender que são tarefas indispensáveis para sua prática pedagógica, porém, para isso, necessita antes de mais nada, se desprender de conceitos que limitam sua formação, como por exemplo, acreditar que usar de técnicas teatrais só servem para a formação dos atores.

Cumprе ressaltar que tais propósitos podem ter a colaboração das instituições de ensino superior através de investimentos em recursos, não só tecnológicos nos cursos de licenciatura e especificamente no curso de pedagogia, mas com o uso das práticas teatrais contratando orientadores teatrais, professores de teatro e revendo sua grade curricular, até mesmo na ambientalização do espaço, sendo este último de suma importância para o estímulo de uma atmosfera para aulas práticas.

O ambiente é fundamental para o treinamento com as técnicas teatrais, Oida (2001) vai mais além da ambientalização, para ele a maneira de estabelecer o clima do ambiente deve ser feito através da limpeza, limpeza no que diz respeito ao chão, a higiene do local, o preparo do espaço, a limpeza da sala num todo, a higienização, o treinamento dessa limpeza deve ser feita anterior ao início de cada aula, dessa maneira o indivíduo estabelece o clima e o foco necessário para o que virá adiante se descartar o ato em si do que foi realizado durante tal ambientalização.

Em relação às ferramentas tecnológicas, os professores podem dominar determinadas ferramentas, mas não devem apenas se limitar a usar tais recursos como mecanismos de suas práticas pedagógicas, ele deve sim se preocupar com seu corpo, voz e até mesmo com seu estado psicológico.

Neste caso, o papel do docente deixa de ser apenas o de planejar tarefas, organizar conteúdos, objetivar e explicar sua aula com acessórios tecnológicos, mas também a de se comunicar e se expressar de maneira mais habilidosa a chamar a atenção com a intensidade necessária em conjunto com todas as ferramentas à sua volta.

O grande interesse por parte de alguns alunos de cursos de licenciatura, de instituições de ensino superior particular, pelas atividades teatrais e seus resultados, em termos de quebra de timidez, de expressão e comunicação, postura, cuidados com a voz, evidencia que o teatro deve ser uma constante dentro das instituições de ensino superior, principalmente as particulares.

O teatro não pode ser visto apenas como atividades lúdicas ou apenas como encenação, muito pelo contrário, deve ser visto pelas instituições de ensino superiores como ferramenta de desenvolvimento da sensibilidade, da observação e da criatividade.

Finalmente, esse esforço despertará uma nova necessidade diante de novas práticas pedagógicas e tudo isso levará a destacar a importância do uso das técnicas teatrais na direção de práticas ativas garantindo um ensino/aprendizagem de qualidade e crítico através do processo de formação do professor.

## **BIBLIOGRAFIA**

ALMEIDA, Guido de. *O professor que não ensina*. São Paulo: SUMMUS, 1986 (Novas buscas em educação ; v. 26)

ASLAN, Odete. *O Ator no Século XX* - Coleção Estudos, 1994 – Editora Perspectiva - São Paulo.

CHEKHOV, Michael. *Para o Ator* / Michael Chekhov; tradução Álvaro Cabral ; [revisão técnica Juca de Oliveira; revisão da tradução Vadim Valentino-victh Nikitin. – 3ª ed. – São Paulo: Martins Fontes, 2003.

GIL, Antonio Carlos. *Didática do Ensino Superior* / Antonio Carlos Gil. – 1. ed. – 6 reimpr. – São Paulo: Atlas, 2011.

LDB - LEI Nº 9.394, DE 20 DE DEZEMBRO DE 1996.

[http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/leis/L9394.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/L9394.htm) - Acessado em 15/02/2012 as 19h34

LIBÂNEO, José Carlos. Didática – *Velhos e novos temas (Edição do Autor 2002)*. Disponível em: [http://www.4shared.com/office/BLCSU2gR/Jos\\_Carlos\\_Libneo\\_-\\_Didtica\\_\\_E.html](http://www.4shared.com/office/BLCSU2gR/Jos_Carlos_Libneo_-_Didtica__E.html) Acessado em 15/01/2012 as 21h46

MASETTO, Marcos Tarciso. *Competência pedagógica do professor universitário* / Marco Tarciso Masetto. – São Paulo: Summus, 2003.

MENEZES, Mirela de Souza. FRANCISCO, Denise Arina. *Reflexões sobre as práticas pedagógicas [recurso eletrônico]* – Novo Hamburgo: Feevale, 2009

NEVES, Rita de Araujo. DAMIANI, Magda Floriani. *Vigotsky e a Teoria de Aprendizagem*. ARTIGO CIENTÍFICO - UNIREVISTA Volume1, nº2, Abril/2006

PEDROSO, Maria Ignez de Lima. *Técnicas Vocais para os profissionais da voz*. MONOGRAFIA DE CONCLUSÃO DO CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO EM VOZ - 1997 Disponível em: <http://www.cefac.br/library/teses/a633b6bd7254b3a970c30d41e968ff88.pdf> - Acessado em 20/02/2012 as 13h35

PERRENOUD, Philippe. *Construir as competências desde a escola*. Porto alegre, Artes Médicas - 1999

STANISLAVSKY, Constantin. *A preparação do Ator* / Constantin Stanislavsky. Tradução de Pontes de Paula Lima – 12.ed. – Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 1995.

VIGOTSKI, L. S. *Sobre o problema da psicologia do trabalho criativo do ator*. Traduzido de: VYGOTSKY, L. S. On the problem of the psychology of the actor's creative work. In: \_\_\_\_\_. The collected works of L. S. Vygotsky. Vol. 6. Scientific legacy. Edited by Robert W. Rieber. New York, Boston, Dordrecht, London, Moscow: Kluwer Academic/Plenum Publishers, 1999

VIGOTSKI, L.S. *O pensamento e a linguagem*. Ed Ridendo Castigat Mores. Versão para eBook

eBooksBrasil.com, 2001.

Só Português – Novo acordo ortográfico disponível em  
[http://www.soportugues.com.br/secoes/acordo\\_ortografico/acordo\\_ortografico6.php](http://www.soportugues.com.br/secoes/acordo_ortografico/acordo_ortografico6.php)  
Acessado em 11/03/2012 as 19h33

SPOLIN, Viola. *Improvisação para o Teatro*. Tradução e Revisão: KOUDELA, Ingrid Dormien; AMOS, Eduardo José de Almeida: Produção: NEVES, Ricardo W.; ABRANCHES, Raquel Fernandes. In. *Perspectiva*, 2008 - 5ª edição – (Coleção Estudos dirigida por J. Guinsburg).