

EM FOCO

O QUE É 'CIRCAR'? FUNDAMENTOS PARA A METODOLOGIA DE INICIAÇÃO AO CIRCO

*WHAT IS 'TO CIRCUS'? FUNDAMENTALS
FOR CIRCUS INITIAL TRAINING METHODOLOGY*

*¿QUÉ ES 'CIRCAR'? FUNDAMIENTOS PARA
LA METODOLOGIA DE INICIACIÓN AL CIRCO*

BRUNO BARTH PINTO TUCUNDUVA

TUCUNDUVA, Bruno Barth Pinto.
O que é 'circar'? Fundamentos para a metodologia de iniciação ao circo.
Repertório, Salvador, ano 23, n. 35, p. **87-114**, 2020.2

DOI: <https://doi.org/10.9771/r.v1i34.35669>

RESUMO

A iniciação ao circo é comumente abordada de modo tecnicista. Uma lacuna existente na produção pedagógica é como integrar o aprendizado técnico à criação de sentido poético para o movimento. Esta pesquisa criou uma metodologia de aprendizado para solucionar essa questão. A proposta foi elaborada em uma pesquisa-ação com cinco anos de experimentos no projeto de extensão Cirthesis, do Departamento de Educação Física da Universidade Federal do Paraná. A fundamentação teórica partiu da questão “o que é *circar*?” e criou orientações pedagógicas para a iniciação artística que: a) utilizam as teorias do jogo como recurso didático no processo de criação e aprendizado; b) identificam bases para a educação gestual e expressiva as qualidades estéticas comuns ao espetáculo circense (o risco, o sublime, o grotesco e o cômico); c) orientam a integração desses aspectos ao aprendizado de acrobacias e malabarismo por meio de recursos técnicos da dança educativa, do teatro gestual/físico, da rítmica e de práticas de condicionamento físico. Este artigo descreve o planejamento geral para a iniciação ao circo e explica a criação de aulas passo a passo. A conclusão foi encontrar um caminho inovador para legitimar uma identidade pedagógica própria ao circo em contextos de aprendizagem emergentes na sociedade.

PALAVRAS-CHAVE:

Circo. Pedagogia. Arte.
Criação. Iniciação artística.

ABSTRACT

Circus initiation is commonly approached in a technical way. There is a gap in the pedagogical productions on how to integrate technical learning with the creation of poetic meaning for the movement. This research created a learning methodology to solve this question. The program was elaborated in research-action design with five years of experiments in the extension project Cirthesis, of the Department of Physical Education at the Federal University of Paraná. The theoretical grounding started with the question “what is to circus?” and created pedagogical guidelines for artistic initiation which: a) use game theories (Physical Education) as a didactic resource for learning and creation processes; b) identify common aesthetic qualities of circus spectacles as a basis for gesture and expressive education (the risk, the sublime, the grotesque and the comic); c) guide the integration of these aspects to the learning of acrobatics and juggling by technical resources of educational dance, gestural/physical theater, rhythmic and physical conditioning practices. This article describes the general planning for circus initiation and explains how to create classes step by step. The conclusion was to find an innovative path for legitimizing a specific pedagogical identity to the circus in emerging learning contexts in society.

KEYWORDS:

Circus. Pedagogy. Art.
Creation. Artistic initiation.

RESUMEN

La iniciación al circo se aborda comúnmente de manera técnica. Hay una brecha en las producciones pedagógicas sobre cómo integrar el aprendizaje técnico con la creación de significado poético para el movimiento. Esta investigación creó una metodología de aprendizaje para resolver esta cuestión. El programa fue elaborado en una investigación-acción con cinco años de experimentos en el proyecto de extensión Cirthesis, del Departamento de Educación Física, de la Universidad Federal de Paraná. La base teórica comenzó con la pregunta '¿Qué es circar?' y creó orientaciones pedagógicas para la iniciación artística que: a) utilizan las teorías de los juegos como recurso didáctico para la aprendizaje y creación, b) identifican como una base para la educación gestual y expresiva las cualidades estéticas comunes al espectáculo de circo: el riesgo, lo sublime, lo grotesco y lo cómico, c) guían la integración de estos aspectos al aprendizaje de la acrobacia y el malabarismo mediante recursos técnicos de danza educativa, teatro gestual/físico, rítmica y prácticas de acondicionamiento físico. Este artículo describe la planificación general y explica cómo crear clases paso-a-paso. La conclusión fue encontrar un camino innovador para legitimar una identidad pedagógica específica para el circo en contextos de aprendizaje emergentes en la sociedad.

PALABRAS CLAVE:

Circo. Pedagogía.
Arte. Creación. Iniciación
artística.



INTRODUÇÃO

“DANE-SE TUDO MENOS O CIRCO! ... dane-se tudo que é severo, tedioso, sem movimento, sem risco, repressivo, dane-se tudo que não entra no círculo, que não se desfruta. Que não arremessará o coração na tensão, surpresa, medo e prazer do circo, o mundo circular, a existência plena...[...]" (CUMMINGS; FIRMAGE, 2016, p. 345, tradução nossa)¹

Nos últimos 30 anos, houve uma franca expansão de espaços para o aprendizado de circo. Porém, não houve uma produção equivalente de metodologias de ensino e propostas pedagógicas direcionadas para esses novos contextos. O que é mais evidente nesse cenário é o emprego de métodos de ensino que segmentam o conteúdo técnico do conteúdo artístico-expressivo circense.

No caso da iniciação ao circo, há uma maior frequência de métodos de aprendizagem que priorizam exercícios de condicionamento físico e progressões passo a passo de habilidades, truques ou técnicas corporais. Ao longo desse processo, o sujeito aprende a criar coreografias baseadas na justaposição de técnicas em cenas de demonstração ou exibição de movimentos.

Esta pesquisa aborda essa questão como um problema pedagógico decorrente da carência de orientações sobre a composição estética e expressiva do circo

1 Texto original: "Damn everything but the circus! ...damn everything that is grim, dull, motionless, unrisking, inward turning, damn everything that won't get into the circle, that won't enjoy. That won't throw it's heart into the tension, surprise, fear and delight of the circus, the round world, the full existence [...]".

enquanto linguagem artística. Há, de fato, uma concepção de circo enquanto entretenimento e show de variedades que influencia um olhar superficial às possibilidades poéticas dessa arte. Ainda assim, a produção histórica do circo registra na tradição oral e familiar processos de criação singulares ao circo. Os contextos emergentes de aprendizagem do circo se beneficiariam de definições ou organizações didáticas sobre a dimensão estética e poética dessa arte. O campo acadêmico internacional do circo realmente está se movendo para esse sentido, como demonstram trabalhos como os de Leroux (2014) e Dumont e Thomas (2018).

Em busca de soluções propositivas, a reflexão desta pesquisa é sobre “*o que é circo*”, no sentido de um estranhamento sobre como se compõe o fazer circense para além da reprodução técnica. Esse neologismo foi também uma provocação para olhar o circo como um todo. Por mais que cada prática circense possua processos históricos próprios, elas são permeadas por elementos comuns à linguagem e à cultura do circo. A prerrogativa foi elaborar uma metodologia de aprendizagem que orientasse o sujeito a descobrir a lógica criativa circense. Isso deveria ser sistematizado em recursos didáticos para integrar o exercício poético ao aprendizado de habilidades, em constante diálogo com o legado cultural e artístico do circo.

O foco inicial foi identificar como compor a educação expressiva no circo a partir de quatro tendências estéticas comuns ao espetáculo: o jogo com o risco, o cômico em diálogo com o espectador, o sublime das exibições de habilidades, e o grotesco na provocação do desconforto como poética cênica. Essas qualidades expressivas foram base para a criação de exercícios de aprendizagem integrados ao aprendizado técnico em acrobacias – solo, aéreas, coletivas – e malabarismo.

Essa metodologia foi criada e testada junto ao projeto Cirthesis – Grupo de Extensão e Pesquisa em Pedagogia do Circo do Departamento de Educação Física (DED FIS), Setor de Ciências Biológicas, da Universidade Federal do Paraná (UFPR). O resultado desta pesquisa soma as investigações teóricas e os debates pedagógicos dos voluntários e bolsistas do projeto, com equipe composta por estudantes universitários, pesquisadores das artes cênicas, artistas e profissionais de circo da comunidade. Esta proposta pedagógica foi testada numerosas

vezes nas aulas de iniciação ao circo do Cirthesis entre março de 2016 e fevereiro de 2020. Nesse processo, os praticantes da comunidade também foram ouvidos e tiveram valiosas contribuições para o refinamento da metodologia.



HISTÓRICO DO CIRTHESIS

O circo é uma atividade de extensão presente no DEDFIS/UFPR desde 2004. Essas atividades auxiliaram a desenvolver outras quatro escolas de circo em Curitiba e encaminharam para formação profissional específica outros diversos participantes no Brasil e no mundo. Desde 2016, essas atividades são conduzidas pelo Cirthesis, sob coordenação do autor. O projeto possui mais de 150 inscritos semestralmente, disputando as 60 vagas disponíveis em quatro turmas. Atualmente, o circo da UFPR é uma referência no ensino dessa arte em Curitiba com ampla demanda social para crescimento.

Os objetivos do projeto são embasados nos princípios extensionistas (POLÍTICA ..., 2012) e nos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável – ODS (OS OBJETIVOS..., 2015) –, e, atualmente, são os seguintes:

- Oferecer serviços de treinamento, aulas de iniciação artística e formação de professores em circo;
- Desenvolver um “*cluster* criativo” para a formação continuada de trupes de circo e proporcionar um espaço de trabalho interdisciplinar para a economia criativa (ODS 1 – Erradicação da pobreza);
- Disponibilizar acesso a equipamentos de circo para a comunidade, seja para a prática de lazer e saúde (ODS 3 – Saúde e bem-estar) ou para o desenvolvimento artístico;

- Estimular a pesquisa sobre os valores interculturais e de igualdade de gênero que fazem parte do universo circense (ODS 5 – Igualdade de gênero);
- Estruturar um espaço sustentável e resiliente para a produção em circo acessível à comunidade (ODS 9 – Inovação em infraestrutura);
- Mediar a circulação de produções artísticas circenses na UFPR (ODS 10 – Redução das desigualdades);
- Fomentar pesquisas de diferentes naturezas sobre circo, incentivando a qualificação artística e profissional (ODS 4 – Educação de qualidade);
- Criar uma rede de trabalho e intercâmbio extensionista com grupos artísticos universitários e instituições circenses para promover a interação dialógica (ODS 17 – Parcerias e meios de implementação);
- Oferecer vivências formativas em circo aos estudantes da UFPR em colaboração com artistas da comunidade (ODS 16 – Paz, justiça e instituições eficazes);



ATIVIDADES DO CIRTHESIS

O projeto auxilia em parte do conteúdo de cinco disciplinas curriculares, três nos cursos de licenciatura e bacharelado em Educação Física – Atividades Rítmicas, Fundamentos Ginásticos e Esportes Ginásticos – e duas no curso de bacharelado – Temas Emergentes em Lazer I e II.

Regularmente, são ofertados cursos de formação de formadores abertos à comunidade. O objetivo central dessas ações é dar acesso ao sujeito circense à universidade e divulgar à comunidade os resultados das pesquisas sobre pedagogia do circo.

Dentro da comunidade universitária, o projeto realiza apresentações, espetáculos, aulas abertas e oficinas em eventos da UFPR. Estas priorizam a linguagem do circo de rua a fim de valorizar essa produção histórica e promover amplo acesso à comunidade. Em termos de produção artística, o Cirthesis possui uma parceria com o Teatro Universitário da Universidade Tecnológica Federal do Paraná (TUT), sob coordenação do Prof. Dr. Ismael Scheffler, no qual ocorrem diálogos entre os fundamentos da preparação corporal do artista circense, técnicas acrobáticas e os fundamentos da educação estética do teatro gestual/físico.

As atividades de ensino do Cirthesis são as seguintes: aulas de circo para adultos, trupe circense universitária e orientação de pesquisas de artistas da comunidade.

A orientação de pesquisas dá suporte para a economia criativa em circo local. Os artistas aprovados em processo seletivo têm acesso à estrutura do DEDFIS, aos equipamentos circenses do Cirthesis e participam de reuniões de estudos sobre a linguagem circense e cursos de economia criativa realizados junto às instituições parceiras do projeto. Como contrapartida, esses artistas apresentam suas obras nos eventos da UFPR, principalmente na Semana Integrada de Ensino, Pesquisa e Extensão (Siepe).



FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA E ASPECTOS METODOLÓGICOS

A elaboração desta metodologia de aprendizagem ocorreu entre março de 2016 e fevereiro de 2020. As aulas regulares de iniciação ao circo foram realizadas no DEDFIS/UFPR com apoio da Pró-Reitoria de Extensão e

Cultura. Com inscrições em fluxo contínuo, ao longo desse período, participaram aproximadamente 250 pessoas, dentre os quais sujeitos em busca de práticas de lazer e saúde sem conhecimento prévio de circo, estudantes universitários e artistas circenses da comunidade, com idade entre 16 e 39 anos.

Com delineamento qualitativo, o procedimento metodológico foi de pesquisa-ação (THIOLLENT, 2011) na extensão, valorizando a produção de conhecimento em diálogo com a comunidade. A pesquisa bibliográfica se fundamentou nas concepções do potencial poético e dramático do circo (BOLOGNESI, 2001; GOUDARD, 2010; HOTIER, 2003) e buscou identificar fundamentos para as qualidades expressivas e princípios de criação artística nessa arte. O propósito central foi criar meios para a aprendizagem das práticas corporais acrobáticas e de malabarismo do circo que promovessem o acesso do sujeito aos saberes estéticos, socioculturais e artísticos dessa arte.

As pesquisas sobre a linguagem circense contemplam a cultura e valores sociais do circo, identificando como o artista circense realiza suas produções, seja no âmbito tradicional da família circense, nas escolas de circo atuais, ou no modo autodidata e intercâmbios de conhecimento que ocorrem no circo de rua. Isso reforça o princípio extensionista de interação dialógica com a comunidade e rende um aprendizado de saberes circenses contextualizados não apenas na literatura.

Também realizamos pesquisas bibliográficas sobre a história de famílias, companhias e artistas nacionais e internacionais de circo. Outra referência importante para nossa produção são os livros, relatórios e manuais técnicos da Federação Europeia de Escolas Superiores de Circo (2020)² disponíveis *on-line*.

Para a fundamentação pedagógica, o ponto fixo de reflexão foi o brincar e o jogar. Huizinga (2010) inspira a compreensão do jogo como algo espontâneo e parte da natureza humana, com caráter voluntário e conjunto de regras livremente consentidas, como fim em si mesmo, do qual a arte compartilha noções sobre o exercício da criatividade e expressão. Em relação ao circo, a metodologia busca gerar provocações para o sujeito brincar com o corpo a partir de regras que inspirem a criação e aquisição de habilidades. Como contraponto ao ensino tecnicista, o processo busca pôr o sujeito em situações orientadas por tarefas.

2 Título original: "Federation Europeenne Des Écoles de Cirque Professionnelles".

Estas devem lhe conduzir a explorar o seu repertório de movimento e criar suas próprias respostas, com liberdade para desconstruir a mecânica das técnicas corporais hegemônicas em cada modalidade circense.

Caillois (2017) dá suporte à compreensão da vocação livre e incerta, delimitada e improdutiva, regulamentada ou fictícia dos jogos. Também organiza as categorias do jogo em Agon (competição), Alea (sorte), Ilinx (vertigem), e Mimicry (representação) e suas combinações. Na perspectiva do praticante, a exploração de Ilinx no aprendizado acrobático reforça a intencionalidade do jogo com o risco como parte da estética circense. As demais categorias embasam modos de jogo para o aprendizado gestual e exploração de processos criativos.

A análise da lógica interna que orienta a ação motriz de cada modalidade circense, segundo a praxiologia motriz no circo (MATEU; BORTOLETO, 2017), deu suporte para criar atividades para além da orientação técnica. Identificando os elementos essenciais de cada modalidade, foi possível pautar as atividades em dinâmicas de ação ao invés de execução de técnicas.

A composição da educação gestual e estética foi embasada na análise de movimento e qualidades do esforço da dança educativa de Laban (1978), que orientou a exploração das partes do corpo envolvidas na ação – a kinesfera –, e a análise da segmentação mecânica e dinâmica do gesto – as qualidades de movimento peso, espaço e tempo, e as ações de esforço. Isso forneceu recursos para modificar e desconstruir as técnicas acrobáticas a serviço da expressão e intencionalidade do sujeito.

Os processos de tratamento técnico e o gesto justificado de Lecoq (2010) auxiliaram a descobrir a dramaturgia possível ao gesto acrobático, na medida em que esses recursos qualificam a base mecânica e dinâmica do movimento. A criação de atividades se inspirou em processos como deixar que a respiração guie o movimento, a imaginação sobre o estado/acontecimento interno que evoca a ação, a indicação dramática do contexto para a ação, e as “leis do movimento” – equilíbrio e desequilíbrio de forças, ponto fixo e movimento, ação e reação, dinâmicas da natureza etc.

O QUE É CIRCAR?

Em síntese, a concepção de base da metodologia é que a raiz do circo é o brincar com o corpo e o movimento, posto em cena como uma extraordinária exibição da natureza humana. Assim, definimos “*circar*” como um ato de jogar ou brincar, o verbo que conjuga a prática circense ou a ação criativa cênica em circo. Independentemente da modalidade, essa ideia de *circar* busca sintetizar a expressão de si a partir dos recursos técnicos, estéticos, poéticos e expressivos do circo.

Na prática, isso se traduz em um jogo de combinar a exploração das capacidades do corpo com a máxima dificuldade de suas habilidades. O elemento lúdico aí presente é a espontaneidade do jogo expressivo (Mimesis), que no circo se conforma pelo exhibir pelo simples fato de conseguir fazer algo fora do comum ou extraordinário (como fim em si mesmo). Isso pode ocorrer em uma ação motriz, em uma relação com o espaço ou com objetos, ou na produção cênica que torna uma ação cotidiana surpreendente.

A cena circense busca fazer crer que é possível e põe em evidência o desafio e o risco de ousar fazer. O artista joga com o risco e conjura a morte (GOUDARD, 2010) para contar sua história de sobrevivência. No sentido sociológico (LE BRETON, 2009), a experiência de corpo e a poética em cena é um encontro consigo mesmo, seja na potência da superação ou na fragilidade da incerteza.

Em nossa palavra, *circar* remete poeticamente ao enfrentamento de ser e viver humano, frente à realidade da ‘iminência do agora’. (MACHADO, 2018) Em cena, isso é impulsionado pelo diálogo com o público e se estabelece como jornada compartilhada, pois o artista convoca o espectador a participar da realização do extraordinário. Assim, *circar* é ter um diálogo à flor da pele com o espectador no qual o artista se empodera da ousadia do brincar. Ora o jogo é com o absurdo, que faz rir ou se contorcer, ora com o limite, que é conquista compartilhada, ora com o belo, que surpreende e inspira.

Essas reflexões se cristalizaram em abordagens pedagógicas para as qualidades expressivas do circo. Essas qualidades foram usadas nesta metodologia como fundamentos para relacionar a educação gestual do sujeito à dimensão histórica, cultural e social do circo, assim como tematizar a criação cênica de base técnica:

- O sublime: expressa a precisão, a facilidade, o domínio sobre o movimento. Pode ser representado na execução de conteúdos técnicos lapidados e com fluência gestual suave, com presença de movimentos preparatórios que demonstrem a competência do artista, em uma progressão técnica de movimentos que valorize a dificuldade técnica, em um desfecho que dialogue com o público, indicando o reconhecimento da proeza;
- O grotesco: a estética com intenção de gerar desconforto no espectador, expressa o incomum, o anormal, o bizarro, o esquisito. Pode ser baseada na interpretação de uma linguagem corporal ‘antinatural’ (inspirada em animais, elementos da natureza etc.), em recursos de ilusão para efeitos cênicos, no diálogo com o público de modo a assombrar com o surpreendente;
- O risco: a poética da ousadia de fazer enfrentando a realidade humana em suas limitações e potências. Em cena, evoca intencionalmente um diálogo entre a chance do fracasso e a incerteza do triunfo. Expressa o limite, a tensão à “flor da pele”, a superação. O contexto de execução das práticas circenses ocupa um papel importante, como a altura, o voo e a queda. Há o emprego da falha intencional como dramatização da superação e do desafio, e a composição da cena a partir de movimentos preparatórios e interações com o público para gerar tensão e fazer alusão à dificuldade da ação;
- O cômico: é um jogo interativo com o espectador baseado no absurdo, na dilatação humorística de elementos do cotidiano, no exagero, no ridículo e no desajustado. Interpreta a incapacidade ao executar ações simples de modo exageradamente complexo.

Cria respostas inusitadas para a solução de problemas, encena ações subversivas às normas sociais, como a ousadia de “tirar sarro”, caçoar e brincar com a seriedade da normalidade.



PLANEJAMENTO DAS AULAS

A elaboração da metodologia de iniciação ao circo ocorreu por meio de discussões temáticas da equipe do projeto, composta por estudantes do curso de Educação Física da UFPR, pesquisadores de artes cênicas, artistas e diretores de circo. Essas discussões enfocavam a criação de aulas e atividades de acordo com os conceitos e ideias originadas na pesquisa bibliográfica, no depoimento dos integrantes da equipe acerca da resposta, avaliação e rendimento dos praticantes do projeto, e na adaptação de recursos didáticos e técnicos do circo, da ginástica, do teatro, da dança, da rítmica e de práticas de condicionamento físico.

Cada aula do Cirthesis foi criada coletivamente nas reuniões teóricas semanais de estudo da equipe do projeto (e participantes externos) com duas semanas de antecedência à sua realização. As ideias inovadoras, que buscam aplicação prática dos resultados de pesquisa bibliográfica, são testadas nas reuniões práticas do projeto, em que a equipe experimenta os exercícios criados.

A proposta pedagógica prevê a imersão do praticante em valores socioafetivos e culturais do circo. Isso auxilia o sujeito a interagir com os saberes que “estão nas entrelinhas” dos processos criativos do circo e que se revelam como catalizadores da formação circense. Como exemplo, pesquisas sobre temas como (a) o papel da mulher no circo, (b) a diversidade dos corpos circenses, e (c) o risco como linguagem expressiva tomaram forma, respectivamente, em (a) exercícios de portagem em acrobacias coletivas em que a mulher esteja na base, em (b) ações didáticas afirmativas da identidade do sujeito, valorizando as contribuições singulares da cada um e de cada corpo, e em (c) jogos sensoriais e proprioceptivos (*Illinx*) que priorizam a percepção do corpo no meio aéreo/espço vertical.

Em termos técnicos, as aulas foram compostas por acrobacias de solo, aéreas e coletivas; malabarismo e equilibrismo; práticas de condicionamento físico da ginástica e do circo; exercícios de educação gestual da dança, do teatro e do circo; atividades rítmicas e expressivas, e exercícios de criação cênica circense.

Como as aulas possuem fluxo contínuo de inscrição, o seu formato permite que praticantes com ou sem experiência participem da mesma sessão. As atividades não possuem uma programação horizontal para a produção de espetáculo, na típica progressão de exploração técnica, criação cênica e apresentação ao final do processo. Ao invés, temos uma programação vertical, de modo a explorar a complexidade da prática circense ao modificar/qualificar os exercícios de progressão de aprendizado de habilidades por meio de variações de execução com conteúdo expressivo.

Por exemplo, na progressão de aprendizado de uma cambalhota (rolamento) em dupla das acrobacias coletivas, as variações a seguir podem ser combinadas a etapas de aprendizado técnico, como variações para a posição inicial, modificação do andamento do movimento, desconstrução das posturas ao longo do movimento, ou pausas em pontos mecânicos importantes para o aprendizado complementadas com alterações na função expressiva de cada momento. Cada variação visa fazer surgir atitudes expressivas ou poéticas, podendo ser orientadas por um jogo exploratório ou se expandir em dinâmica de criação cênica:

- Variações de mecânica: explorar diferentes posições para as partes do corpo envolvidas na ação do exercício (foco de olhar, posição de membros superiores e inferiores em simetria ou assimetria, tronco arcado ou curvado etc.).
- Variações de dinâmica: explorar controle de qualidades do movimento, como o peso (um sujeito transita por cima em intensidade firme e o outro em intensidade leve), o espaço (direção linear ou curvilínea) e tempo (execução súbita ou sustentada/lenta/contida);
- Variações de controle rítmico: execução em paralelo com outra dupla em sincronia, controlando o movimento a partir da respiração.

Criação de padrões de movimento próprios guiados pela ação respiratória, jogando com as possibilidades de inalar, reter com pulmões cheios, exalar, ou reter com pulmões vazios;

- Variações cênicas de circo: interpretação do sublime como precisão do gesto e domínio sobre o movimento; o grotesco – deformidade dos corpos combinados e as impressões desconfortantes possíveis ao gesto acrobático –; o cômico – ações que caracterizam o exagero, a incapacidade ou o descontrole –, e o risco – valorização da incerteza e do desafio por meio de movimentos preparatórios e erros intencionais ao longo da performance.

Esta metodologia implica uma progressão técnica mais lenta, porém com uma imersão e aprendizado gestual, expressivo ou criativo mais denso. O praticante é estimulado desde o mais recente estágio de aprendizado a interagir com elementos da estética circense e com a sua lógica de criação cênica, agregando em seu repertório recursos para a transformação de técnicas acrobáticas de base.

Em termos atitudinais, as aulas são planejadas de modo a inserir o praticante em situações de aprendizado dos seguintes elementos próprios ao contexto artístico circense:

- Reforço a atenção espacial e cuidado com o próximo;
- Proatividade para a colaboração e intercâmbio de saberes;
- Reconhecimento da diversidade como empoderamento do indivíduo;
- Reflexão sobre a liberdade criativa e participação propositiva para gerar a inovação.

Em especial, buscamos apresentar ao praticante a lógica do jogo com o risco inerente à cultura e à prática criativa circense – uma “ousadia consciente” para cativar o sujeito a criar ações, técnicas, movimentos ou desafios pessoais que expandam

a dificuldade ou complexidade das técnicas observadas em aula. “O risco é uma incerteza quantificada, ele testemunha um perigo potencial suscetível de nascer de um evento ou de um concurso de circunstâncias, mas não é mais que uma eventualidade”. (LE BRETON, 2012, p. 3) Essa compreensão do risco direciona o sujeito a entrar em uma zona de criação orientada pelo desafio e pelo controle da incerteza por meio de um treinamento progressivo em seus graus de liberdade.

Há uma adaptação das atividades de aula de acordo com o nível do praticante. O iniciante realizará exercícios de técnicas de base com dinâmicas expressivas rudimentares, como o controle de foco de olhar ou rítmica dos movimentos. Já o praticante mais avançado realizará sequências técnicas, explorando, além das dinâmicas do movimento, uma tematização/imaginação expressiva (emoções, cenas do cotidiano, enredo de atitudes etc.) com base no repertório individual.

Pre vemos três perfis de adaptação de volume, intensidade e tipo de exercício no planejamento das aulas: iniciante – sujeito com baixa consciência corporal e sem força específica, que necessita de ênfase nos fundamentos técnicos e em aprender os valores atitudinais para a prática de circo –; intermediário – sujeito que possui condicionamento físico adequado para a prática, mas ainda precisa de lapidação dos fundamentos técnicos e ampliação do repertório gestual e criativo –; avançado – sujeito que possui bons fundamentos técnicos e condicionamento físico e precisa ser desafiado nos dois sentidos, com ênfase na construção poética do gesto em sequências técnicas e criação de cenas com enredo dramático.



MODELO DE AULA

Como metodologia de iniciação ao circo, o treinamento corporal possui a seguinte composição: cada sessão é composta por 40% de tempo enfatizando a preparação corporal – condicionamento físico e consciência corporal –, 30% com ênfase em treinamento técnico de base de qualidade – repetição e variações de exercícios elementares em cada modalidade –, e 30% dedicado

à criação e educação gestual e estética – fundamentos da linguagem cênica circense e fundamentos expressivos (dança, teatro e rítmica).

A programação das atividades é composta por ciclos de um trimestre (12 semanas). O início do planejamento se dá pelo delineamento da base fisiológica do esforço, distribuindo o volume, intensidade e tipo de esforço para cada aula, semana a semana. Junto a isso, definimos as metas de aprendizado técnico nos grupos de práticas – acrobacias de solo, acrobacias coletivas, acrobacias aéreas e malabarismo – e alinhamos a progressão de aprendizado com a periodização de condicionamento físico. A partir da definição dessa estrutura de base, passamos a organizar a programação da educação gestual e estética e os processos criativos de cada aula, já aplicados às modalidades definidas. Esses elementos também entram como camadas que se sobrepõem à maioria dos exercícios de cada aula de modo a qualificá-los expressivamente.

PRIMEIRA PARTE – ATIVAÇÃO

O início de cada aula é composto por cinco minutos de recepção dos alunos, seguido de uma seção de ativação de cinco a 10 minutos. Nesse momento, o monitor responsável é orientado a receber os alunos com muita afetividade, criar interações lúdicas corporais para despertar a atenção dos praticantes ao momento presente e ao estado do corpo. A educação da prontidão e atenção dos praticantes é fundamental para o trabalho com acrobacias, devido ao risco inerente à prática, gerando uma cultura de segurança entre o grupo. (FERREIRA; BORTOLETO; SILVA, 2015)

Após a recepção, inicia-se a seção de ativação, com intensidade progressiva até 60-70% do pico de esforço da aula do dia. O objetivo dessa parte é a ativação cardiorrespiratória em exercícios posturais para acrobacias e exercícios de estabilização de tronco (abdômen, lombar, ombros e peitoral). A instrução desses exercícios é em modo diretivo, priorizando o silêncio para maior introspecção, com incentivo à comunicação em linguagem corporal e a partir do olhar, e realizados individualmente. Algumas opções para a integração da dimensão expressiva são: repetição de movimentos básicos da mímica de teatro gestual/físico (os 20

movimentos de Lecoq); sequências de malabarismo e passes de objetos (bolas e bastões) em jogos de locomoção coletiva pelo espaço cênico; exercícios em sincronia ou alternância coordenada entre grupos; execução de movimentos inspirados em animais, entre outros.

SEGUNDA PARTE – EDUCAÇÃO GESTUAL E EXPRESSIVA

A segunda parte é composta por uma seção de educação gestual e expressiva com duração de 15 a 20 minutos. O objetivo é ampliar a consciência corporal do praticante, enfatizando o estímulo à criatividade, aquisição de repertório expressivo, desinibição e capacidade de abstração poética para a linguagem corporal circense.

Para isso, utilizamos atividades que combinam os fundamentos da dança educativa, como o controle da fluência do movimento (tempo, espaço e peso), ou exercícios da mimodinâmica do teatro gestual/físico. Esses fundamentos são aplicados a exercícios ou jogos de criação que põem em diálogo as qualidades expressivas do circo – o cômico, o risco, o sublime e o grotesco – e a lógica interna (MATEU; BORTOLETO, 2017) da ação motriz das modalidades abordadas (acrobacias, malabarismo, equilíbrio etc.). Por exemplo, exercitar a criação de figuras corporais grotescas a partir das ações de suspensão em tecido ou trapézio, ou exercitar o controle da respiração para fazer surgir atitudes dramáticas do risco em jogo criativo de contrapesos em dupla (acrobacias coletivas).

A dança educativa inspira formas de explorar as partes do corpo (composição mecânica, partes que “olham” e “apontam”), variações para as qualidades do esforço (peso, espaço e tempo), exploração do alcance espacial e amplitude das ações (kinesfera), e as oito ações de esforço (chicotear, pontuar, pressionar etc.).

O conceito de “gesto justificado” (LECOQ, 2010) do teatro gestual/físico é empregado para fazer surgir as atitudes poéticas que guiarão a performance a partir da indicação (referência ao significado da ação), estado/acontecimento (motivo para ação) e ação (execução do movimento). Outro recurso são os princípios de

tratamento técnico: aumento e diminuição da amplitude do movimento, pontos de equilíbrio e respiração, e desequilíbrio como base para a progressão. Esses elementos são guiados pelas camadas de criação da “ginástica dramática” (LECOQ, 2010) – mecânica, dinâmica, respiração, imaginação e vocalização.

A seguir, um exemplo de provocação lúdica para aplicar esses processos na sequência básica de subida no trapézio ou escalada no tecido/corda:

- Descobrir na mecânica de base do movimento as variações de alcance (kinesfera) para as partes do corpo. Jogar com o peso e o tempo para cada ação do movimento;
- Guiar o movimento a partir da respiração, jogando com pausas com os pulmões cheios/vazios e o controle do fluxo de inalação/exalação. Criar uma variação sublime e veloz, e outra grotesca em fluência embriagada;
- Indicar o risco da queda e representando um contexto ou cena (fugir ou buscar algo no alto) e descobrir no movimento os pontos de equilíbrio e desequilíbrio, incluindo referências espaciais de ponto fixo para o olhar;
- Criar uma “fala” para cada ação do movimento de modo que nenhum gesto seja apenas funcional. Essa fala pode se traduzir em uma história a ser contada verbalmente ou contada por emoções traduzidas para a linguagem corporal.

TERCEIRA PARTE – APRENDIZADO DE HABILIDADES

O próximo momento da aula é o treinamento técnico, composto por uma progressão de aprendizado de habilidades com duração de 20 minutos.

O treinamento técnico prioriza exercícios de base. O repertório selecionado em cada modalidade visa fornecer condições para o aluno avançar a técnicas mais complexas com segurança e autonomia. Assim, ao longo das aulas, um conjunto pequeno de técnicas, vista a variedade de possibilidades no circo, é abordado repetidas vezes, mas com variações de combinação, fluência expressiva, combinações com outras modalidades e exercícios de criação.

O repertório prioritário para cada modalidade é o seguinte:

- Acrobacias de solo: rotações no eixo longitudinal, anteroposterior e laterolateral; aterrissagens para diferentes direções, superfícies, partes do corpo; locomoções com variações de superfícies, partes do corpo e padrões coordenativos; posições estáticas em dinâmica de apoios e equilíbrios, e saltos;
- Acrobacias aéreas: tecido e corda – formas de escalar, chaves e quedas básicas. Trapézio – balanços, suspensões e apoios, individual ou em dupla;
- Acrobacias coletivas: posições estáticas em duplas e trios, pirâmides em grande grupo, acrobacias dinâmicas em dupla ou trio;
- Equilíbrios: solo – parada de mãos e parada de cabeça. Sobre objetos – corda bamba, perna-de-pau, e bicicleta acrobática;
- Malabarismo: aparelhos de lançamento (bolas, claves etc.), individual, e passes em duplas ou pequenos grupos.

Além da progressão técnica (sequência de exercícios educativos), criamos situações-problema para que o aluno explore, a partir de seu próprio repertório, as possibilidades de movimento em uma modalidade. Isso é orientado por análise da lógica interna de cada prática, como: a) as acrobacias coletivas e a codependência para realizar lançamentos, figuras dinâmicas e poses estáticas; b) o malabarismo como formas de interação do corpo com objetos manipuláveis; c) as acrobacias aéreas como ocupação do espaço vertical em voos, quedas, locomoções e posturas; d) os equilíbrios como a busca do limite da estabilidade; e) as acrobacias de solo como a exploração de maneiras criativas para se movimentar individualmente, seja em rotações, saltos etc.

A dinâmica de *circar* na dimensão técnica trata de criar situações de jogo – despertando curiosidade, autonomia e criatividade – que estimulem o sujeito a incrementar a dificuldade de execução a partir de técnicas básicas. Essa exploração conduz o praticante para fora da zona de conforto/segurança/estabilidade e, conseqüentemente, implica uma justificativa ao treinamento corporal. Para conseguir realizar a dificuldade descoberta, é necessário condicionar o corpo e refinar o controle do gesto.

Em busca da dificuldade se encontra o risco e vice-versa, o risco gera a descoberta da dificuldade. Assim, o principal elemento catalisador desse jogo é assumir o risco como linguagem expressiva. Ou seja, o risco na prática do circo não é algo a ser reprimido, isolado ou eliminado. Ele é algo com o qual se “flerta” (MACHADO, 2018), assume-se o risco como elemento de criação cênica e convoca-se o risco para impulsionar a expressão do gesto técnico.

Do mesmo modo, as outras qualidades expressivas do circo também podem ser empregadas como catalisadoras do gesto técnico. Por exemplo, o jogo de *circar* sobre o caminhar pode ser elaborado pela dificuldade do equilíbrio sobre uma corda (o sublime), ou nas alturas (o risco), ou em um padrão coordenativo absurdo (o cômico), ou na contorção das partes do corpo (o grotesco). Todas essas variações implicam aprender habilidades e técnicas de movimento. Invariavelmente, a prática do circo tem como matéria-prima a exibição mais ou menos evidente de capacidades ou habilidades refinadas para a cena.

Na prática, essa parte da aula começa por uma sequência de movimentos preparatórios ou preacrobáticos (DOLLÉANS et al., 2011; LEHN, 2016), que fazem parte da técnica-alvo ou que preparam o corpo e a percepção do praticante para sua realização. Em seguida, partimos para a execução da técnica do dia. Cada exercício que compõe essa progressão é moldado para conhecer o padrão técnico mais efetivo, mas também as desconstruções criativas que o praticante pode inventar e as formas como executar o movimento em dinâmicas expressivas.

Para isso, aplicamos os elementos da terceira parte da aula. Assim, o praticante já realizou exercícios que enfatizaram a dimensão expressiva, tornando mais fácil a aplicação sobre uma base técnica. Esse é um aspecto-chave do planejamento das aulas que se aplica também à primeira e à segunda parte, respectivamente, abordando os elementos posturais e os fundamentos expressivos que sejam aproveitados para qualificar a expressão e a criação durante o aprendizado técnico.

A abordagem técnica para praticantes iniciantes é orientada por adaptações que garantam segurança para os prováveis erros de execução. Alternativas para isso são: a redução da velocidade de execução; a segmentação do movimento; um maior controle externo (auxílio dos colegas); a redução da altura (execução mais próxima ao solo). Praticantes intermediários são orientados a realizar os movimentos com direções para o controle da fluência e estética postural. Os praticantes avançados são orientados por situações-problema ou questões para a criação de sequências com potencial poético, tematizadas por enredo ou emoções a serem interpretadas com o corpo, ou caminhos mecânicos de conjugar os movimentos em integração com a respiração.

Nessa parte da aula, exploramos diferentes interfaces da prática com a cultura de treinamento do circo, como: o medo frente ao risco da execução; a percepção da dinâmica temporal do exercício acrobático; o posicionamento dos colegas em torno do executante a fim de apartar quedas acidentais (*spotting*); atenção à segurança adicional para aterrissagens ou auxílio na execução; foco na mecânica respiratória e no controle fino da postura de todo o corpo durante o exercício; a qualidade expressiva do início/construção da técnica e desmonte/finalização.

QUARTA PARTE – PREPARAÇÃO CORPORAL

Na quarta parte da aula, ocorre uma seção de condicionamento físico baseada em protocolos de treinamento intervalado de alta intensidade, com duração de 15 a 20 minutos. Essa é uma estratégia para otimizar o uso do tempo, para dar uma dinâmica mais empolgante à aula, para combinar o condicionamento cardiorrespiratório ao ganho de força, e para atender às expectativas de resultado à saúde do público iniciante, considerando que muitos buscam as aulas de circo como uma atividade física alternativa.

A preparação física amplia a autonomia do praticante e oferece acesso a uma gama maior de exercícios e atividades. Isso também amplia a segurança da prática, tanto para evitar lesões por despreparo físico para acrobacias quanto para capacitar o sujeito para a correção de erros de execução técnica ao longo do aprendizado.

A orientação de execução dos exercícios evita realizar repetições dedicadas apenas ao desenvolvimento muscular. O aspecto prioritário é manter uma alta qualidade de execução na postura dos exercícios, reforçando aspectos como: posição de cabeça e foco visual; respiração guiando o movimento; controle de toda a extensão dos membros; controle constante da região abdominal e lombar, entre outros. Sobre essa base, há variações para as formas do corpo e fluência de movimento para evitar reforçar apenas a linearidade comum a práticas acrobáticas gímnicas. No circo, as formas retorcidas, assimétricas e embriagadas também fazem parte do repertório gestual.

Para isso, utilizamos recursos como: execução ao ritmo de música; sincronia em duplas e interações coletivas em grandes grupos (alternância; resposta a comandos sonoros; desenho de formas coletivas no espaço etc.); dinâmicas expressivas interpretando emoções, e controle dramático de respiração (não apenas fisiológico).

A avaliação do nível de esforço e da capacidade do praticante ocorre de modo subjetivo. O exercício pode ser adaptado (com auxílio de colegas ou formas mais

simples de execução) de acordo com o relato do praticante sobre a intensidade, e de acordo com a avaliação do professor. O trabalho de preparação física ocorre assim:

- Força: trabalho com carga/intensidade elevada (65 a 85% da capacidade do sujeito) e repetições/volume baixo (quatro a oito repetições ou 30 segundos de duração). São utilizados exercícios calistênicos com ênfase em agachamentos, flexões no solo e barra, e escalada em tecido e corda, visando a maior autonomia em acrobacias aéreas e portagens em acrobacias coletivas;
- Potência: execução com o máximo de carga desde que se mantenha agilidade e velocidade da ação em séries de quatro a seis repetições (15 a 25 segundos). São utilizados exercícios como saltos, corridas, passadas, elevações em dupla (acrobacias coletivas), flexões e extensões de quadril em suspensão, movimentos acrobáticos de solo (rolamentos, estrelas etc.) e trabalho de pliometria;
- Resistência muscular: exercícios posturais para musculatura de estabilização de tronco e membros superiores, com baixa intensidade (50 a 70%), em séries de 12 a 20 repetições (45 a 60 segundos). São utilizados exercícios como sustentação de figuras acrobáticas em duplas, posturas ginásticas (extensões, grupamentos, canoas etc.) e isometria em flexões;
- Mobilidade: realizado ao fim de toda aula, com base em um protocolo de Facilitação Neuromuscular Proprioceptiva (FNP) direcionada para articulação do quadril (espacatos lateral e anteroposterior), extensão de ombros e extensão de coluna. Realizamos três ciclos (ativação/relaxamento) para um conjunto articular por aula, com duração total de oito a dez minutos. São utilizados exercícios em dupla, estimulando o aprendizado sobre o cuidado com o outro e a colaboração.

Ao fim de toda aula, em paralelo ao treino de mobilidade, ocorre um treino de equilíbrio em parada de mãos. Essa é uma habilidade básica que possui diversas transferências de aprendizagem, amplia a percepção e controle postural e gera autoconfiança na posição invertida (de ponta-cabeça). Também combina o fortalecimento (ganho de resistência) da musculatura de estabilização de tronco com o ganho de flexibilidade de ombros em esforço ativo, além de fortalecer os punhos para a demanda das acrobacias aéreas.

A parada de mãos é realizada prioritariamente (80% das vezes) em decúbito ventral na parede (na inversão, de frente para a parede, com pés apoiados). Evitamos realizar o equilíbrio em si devido às constantes quedas por falta de habilidade, o que compromete o rendimento dessa parte da aula no tempo disposto de 5-10 minutos. Os praticantes realizam oito séries de 20-40 segundos de permanência com 15-20 segundos de intervalo. Para iniciantes, utilizamos exercícios preparatórios mais simples de reforço postural ou sem inversão. Assim, ao início de toda aula, temos uma sessão dedicada ao fortalecimento da musculatura de estabilização de tronco e, ao fim, treinamento de mobilidade dessa região combinado com domínio técnico postural na parada de mãos.



PERSPECTIVAS E CONSIDERAÇÕES

O principal resultado desta empreitada foi a descoberta de amplos horizontes para a produção pedagógica em torno da iniciação ao circo. Esta pesquisa partiu de uma provocação frente à normalidade do ensino de circo, em um cenário aparentemente estéril para a inovação. O que foi observado em distintas escolas em vários países era uma grande dicotomia entre técnica acrobática e criação poética, retratada na segmentação total desse aprendizado na iniciação ao circo. Primeiro, aprende-se a condicionar o corpo para a efetividade da ação acrobática para então tentar, com uma carência enorme de orientações para integração, criar poética ao movimento já formatado, ao corpo já “domesticado”.

Tanto na reflexão teórica como na prática, essa provocação tomou forma como uma rejeição aos padrões esportivizados ou gímnicos de ensino de acrobacias no circo. Para essa metodologia, o maior desejo era observar com clareza, do início ao fim, que a aula se tratava de circo e não uma aula de uma “ginástica circense”.

O estranhamento embasado na pergunta de pesquisa “o que é *circar*?”, primeiramente, impulsionou a criação de fundamentos que orientassem a exploração da linguagem circense. Com isso, foi possível agregar ao aprendizado inicial os valores culturais e o repertório expressivo singulares ao circo. A metodologia resultante ainda é o primeiro passo rumo à consolidação de uma identidade circense que possa ser assimilada nos novos cenários de prática de circo.

Apesar de as pesquisas do Cirthesis sempre se basearem em questões sobre como é a melhor forma de aprender circo, o questionamento que de fato nos moveu a passos largos para a frente foi refletir se sabíamos o que era circo. O próximo passo será ampliar o diálogo com o circense e continuar a reforçar o valor de seus saberes empíricos e culturais, lançando esse mesmo questionamento aos artistas e profissionais do picadeiro.



REFERÊNCIAS

- BOLOGNESI, M. F. O corpo como princípio. *Trans/Form/Ação*, Marília, v. 24, n. 1, p. 101-112, 2001. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S010131732001000100007&lng=pt&tlng=pt. Acesso em: 20 jun. 2018.
- CAILLOIS, R. *Os jogos e os homens: a máscara e a vertigem*. Petrópolis: Vozes, 2017.
- CUMMINGS, E. E.; FIRMAGE, G. J. *Complete poems, 1904-1962*. New York: Liveright,, 2016.
- DOLLÉANS, R.; HAUW, D.; DAY, M. et al. Psychological processes involved during acrobatic performance: a review. *Sport Science*, London, v. 4, n. 1, p. 19-29, 2011. Disponível em: <https://www.researchgate.net/publication/228409854>. Acesso em: 28 maio 2018.
- DUMONT, A.; THOMAS, A. *From technical movement to artistic gesture*. [S. l.]: European Federation of Professional Circus Schools, 2018. Disponível em: <http://www.fedec.eu/fr/articles/?c=4>. Acesso em: 9 abr. 2020.

- FERREIRA, D. L.; BORTOLETO, M. A. C.; SILVA, E. *Segurança no Circo: questão de prioridade*. Várzea Paulista: Fontoura, 2015.
- FEDERATION Europeenne Des Écoles de Cirque Professionnelles. [S. l.] : FEDEC, 2020. <http://www.fedec.eu/fr/articles/?c=4>. Acesso em : 20 maio 2020.
- GOUDARD, P. *Le cirque entre l'élan et la chute: une esthétique du risqué*. Saint-Gély-du-Fesc: Espaces 34, 2010.
- HOTIER, H. *La fonction éducative du cirque*. Paris: L'Harmattan, 2003.
- HUIZINGA, J. *Homo ludens: o jogo como elemento da cultura*. 6. ed. São Paulo: Perspectiva, 2010.
- IMINÊNCIA do Agora: com o grupo Circar. SESC, São Paulo, 2018. Disponível em: https://www.sescsp.org.br/programacao/152133_IMINENCIA+DO+AGORA?m0. Acesso em: 9 abr. 2020.
- LABAN, R. V. *Domínio do Movimento*. 5. ed. São Paulo: Summus, 1978.
- LE BRETON, D. *Condutas de risco: dos jogos de morte ao jogo de viver*. Campinas: Autores Associados, 2009.
- LE BRETON, D. *Sociologie du risque. Que sais-je?*. Paris: Presses Universitaires de France, 2012.
- LECOQ, J. *O corpo poético: uma pedagogia da criação teatral*. São Paulo: Ed. SESC, 2010.
- LEHN, D. B. From acrobatic training to artistic education strategies towards a new circus. In: CHINESE ACROBATICS EDUCATION FORUM, 3., 2016, Shanghai. *Anais [...]*. Shanghai, 2016. p. 1-14.
- LEROUX, L. P. Contemporary Circus Research in Quebec: Building and Negotiating and emerging Interdisciplinary Field. *Theatre Research in Canada*, Philadelphia, v. 35, n. 2, 2014.
- MACHADO, A. Iminência do Agora. SESC São Paulo, São Paulo, 24 abr. 2018. Disponível em: https://www.sescsp.org.br/programacao/152133_IMINENCIA+DO+AGORA?m0. Acesso em: 23 jun. 2019.
- MATEU, M. S.; BORTOLETO, M. A. C. La lógica interna del circo: rasgos fundamentales. In: RIBAS, J. F. M. (org.). *Praxiologia Motriz na América Latina – aportes para a didática na Educação Física*. Ijuí: Unijuí, 2017. p. 49-76.
- OS OBJETIVOS de desenvolvimento sustentável no Brasil. *Organização Das Nações Unidas Brasil*, Brasília, DF, 2015. Disponível em: <https://nacoesunidas.org/pos2015/>. Acesso em: 20 jul. 2019.
- POLÍTICA Nacional de Extensão Universitária. Fórum de Pro-Reitores das Instituições Públicas de Educação Superior Brasileira. Manaus: UFSC: PROEX, 2012. Disponível em: <https://proex.ufsc.br/files/2016/04/Política-Nacional-de-Extensão-Universitária-e-book.pdf>. Acesso em: 30 maio 2020.
- THIOLLENT, M. *Metodologia da pesquisa-ação*. São Paulo: Cortez, 2011.

BRUNO BARTH PINTO TUCUNDUVA: é professor do Departamento de Educação Física da Universidade Federal do Paraná (UFPR), coordenador do Cirthesis, pesquisador em pedagogia do circo desde 2007.