



UNIVERSIDADE FEDERAL DE OURO PRETO
INSTITUTO DE FILOSOFIA, ARTES E CULTURA
DEPARTAMENTO DE ARTES CÊNICAS



AMANDA ELLEN GOMES

**ANALISANDO A INTRODUÇÃO DE ELEMENTOS DO *KUNG FU* PARA O ENSINO
DE TEATRO: uma abordagem a partir do estágio docente**

OURO PRETO

2025

Amanda Ellen Gomes

**ANALISANDO A INTRODUÇÃO DE ELEMENTOS DO *KUNG FU* PARA O ENSINO
DE TEATRO:** Uma abordagem a partir do estágio docente

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado
ao Departamento de Artes Cênicas do Instituto
de Filosofia, Artes e Cultura da Universidade
Federal de Ouro Preto, como requisito parcial
para a obtenção do diploma de Licenciatura
em Artes Cênicas.

Orientador: Prof. Dr. Acevesmoreno Flores
Piegaz

Coorientador: Prof. Dr. Frederick Magalhães
Hunzicker

OURO PRETO
2025



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
UNIVERSIDADE FEDERAL DE OURO PRETO
REITORIA
INSTITUTO DE FILOSOFIA ARTES E CULTURA
DEPARTAMENTO DE ARTES



FOLHA DE APROVAÇÃO

Amanda Ellen Gomes

Analisando a introdução de elementos do kung fu para o ensino de teatro: uma abordagem a partir do estágio docente

Artigo apresentado ao Curso de Licenciatura em Artes Cênicas da Universidade Federal de Ouro Preto como requisito parcial para obtenção do título de licenciado em Artes Cênica

Aprovada em 03 de setembro de 2025.

Membros da banca

Prof. Dr. Acevesmoreno Flores Piegaz - Orientador - Universidade Federal de Ouro Preto
Prof. Dr. Frederick Magalhães Hunzicker - coorientador - Universidade Federal de Ouro Preto
Prof. Dr. Ricardo Carlos Gomes - Universidade Federal de Ouro Preto
Profa. Dra. Arianne Guerra Barros - Universidade Federal da Grande Dourados

Acevesmoreno Flores Piegaz, orientador do trabalho, aprovou a versão final e autorizou seu depósito na Biblioteca Digital de Trabalhos de Conclusão de Curso da UFOP em 03/03/2026.



Documento assinado eletronicamente por **Acevesmoreno Flores Piegaz, PROFESSOR DE MAGISTERIO SUPERIOR**, em 06/03/2026, às 14:48, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, § 1º, do [Decreto nº 8.539, de 8 de outubro de 2015](#).



A autenticidade deste documento pode ser conferida no site http://sei.ufop.br/sei/controlador_externo.php?acao=documento_conferir&id_orgao_acesso_externo=0, informando o código verificador **1068563** e o código CRC **12AF914C**.

Referência: Caso responda este documento, indicar expressamente o Processo nº 23109.002816/2026-11

SEI nº 1068563

R. Diogo de Vasconcelos, 122, - Bairro Pilar Ouro Preto/MG, CEP 35402-163
Telefone: 3135591731 - www.ufop.br

AGRADECIMENTOS

À minha família, que me apoiou nessa travessia, celebrando comigo cada conquista, fortalecendo-me como uma guerreira.

As pessoas que caminharam comigo, tornaram esse trabalho possível. Aos artistas-docentes presenças vivas da criação.

E aos artistas marciais que, com seus corpos e mentes em encontro, fazem florescer valores e princípios da arte milenar que atravessa gerações.

A minha mais profunda gratidão.

RESUMO

Este artigo visa investigar e refletir a integração de elementos que compõem princípios e técnicas da arte marcial *Kung Fu* e suas possíveis semelhanças e complementaridades para o Ensino de Teatro. Tenho como ponto de partida algumas inquietações e questionamentos que surgiram durante o Estágio Supervisionado de Regência I, no curso de licenciatura em Artes Cênicas da Universidade Federal de Ouro Preto (UFOP). Essas preocupações se converteram em averiguações e constatações práticas, que emergiram do estágio no Programa Residência Pedagógica (PRP) – subprojeto Artes Cênicas, na Escola Municipal Professora Haydée Antunes (EMPHA), localizada no distrito de Cachoeira do Campo, Ouro Preto (MG). Nesse sentido, esta proposta busca refletir sobre a potencialização do diálogo de ações corporais dos estudantes da Educação Básica, sobre o emprego de elementos da referida arte marcial com fundamento nos parâmetros da Base Nacional Comum Curricular (BNCC, 2018) que em seu componente curricular Arte na linguagem Teatro, dispõe para Ensino Fundamental, no anos iniciais de 1º a 5º ano, e no anos finais, de 6º a 9º ano, habilidades que relacionam a consciência corporal e seus respectivos benefícios. O referencial teórico deste estudo se constitui em obras e práticas de diretores ocidentais de teatro que correlacionaram princípios norteadores das artes marciais em seus trabalhos. A metodologia que se articula é construída através de revisão bibliográfica e relatos do estágio docente.

Palavras-chave: corporeidade; ensino de teatro; estágio docente; jogos teatrais; Kung Fu.

ABSTRACT

This article aims to investigate and reflect on the integration of elements that comprise the principles and techniques of the martial art Kung Fu and their possible similarities and complementarities for Theatre Education. My starting point stems from certain concerns and questions that emerged during the Supervised Teaching Internship I, in the Undergraduate Degree Program in Performing Arts at the Federal University of Ouro Preto (UFOP). These concerns developed into practical inquiries and findings arising from the internship in the Pedagogical Residency Program (PRP) – Performing Arts subproject, at Escola Municipal Professora Haydée Antunes (EMPHA), located in the district of Cachoeira do Campo, Ouro Preto (MG). In this regard, this proposal seeks to reflect on the enhancement of the students' body action dialogue in Basic Education through the use of elements from the aforementioned martial art, grounded in the parameters of the Base Nacional Comum Curricular (BNCC, 2018), which, in its Arts component under the Theatre language, establishes for Elementary Education – Early Years (1st to 5th grade) and Elementary Education – Final Years (6th to 9th grade) – skills that relate to body awareness and its respective benefits. The theoretical framework of this study is based on works and practices of western theatre directors who incorporated guiding principles of martial arts into their work. The methodology to be employed will be developed through bibliographic review and reports from the teaching internship.

Keywords: Corporeality; Theatre Education; Teaching Internship; Theatre Games; Kung Fu.

1. INTRODUÇÃO

O presente trabalho enfatiza a necessidade de investigar a possível aplicabilidade de elementos da arte marcial *Kung Fu* para o ensino de teatro e analisar nessa conexão interdisciplinar e intercultural os seus pontos em comum e como podem contribuir em aspectos integrais do desenvolvimento expressivo corporal dos estudantes. A inserção do Teatro na Educação Básica traz em sua dimensão prática para o aprendizado habilidades que relacionam a consciência corporal à possibilidade de ampliar as capacidades emocionais, expressivas, criativas, cognitivas e motoras dos estudantes, sejam na construção cênica ou de autoconhecimento. Compreender o corpo como elemento fundamental para o processo de aprendizagem no ensino de teatro é explorar suas ações transformadoras afastando-se do risco da docilização que prioriza a ordem e submissão em detrimento da criatividade e invenção. Na perspectiva de Foucault (1987), a disciplina é um conjunto de práticas e técnicas que objetivam treinar e controlar de forma simultânea os corpos dos indivíduos em diferentes instituições sociais, como por exemplo escolas, fábricas e quartéis, é uma estratégia de poder que por um lado, ela promove a eficiência e a conquista de habilidades, tornando o corpo mais apto, por outro, a sua docilização intensifica a sujeição ao controle do poder institucional. Esse controle disciplinar continua a ser reproduzido na sociedade contemporânea, o que inclui o ensino de teatro, o que pode ajudar a aprimorar habilidades físicas dos estudantes, mas também corre o risco de restringir a liberdade criativa diante de condutas rígidas e limitadas de ensino.

A utilização de práticas interdisciplinares no ensino de teatro tem perspectivas para a linguagem corporal, de acordo com a Base Nacional Comum Curricular (2018), que visa investigações que contribuam para a valorização das experiências culturais, sociais e históricas dos estudantes. No entanto, ainda são necessários mais estudos direcionados a esse campo, a fim de ampliar um léxico de abordagens e contribuir para o processo de experimentações corporais nas aulas de Arte do Ensino Básico em suas linguagens e na formação artística.

Nesse contexto, a investigação apresentada se apoia em práticas e adaptações de jogos teatrais de Spolin (2001) incorporando elementos vindos da arte marcial *Kung Fu*, executados em meu estágio no Programa Residência Pedagógica (PRP) – subprojeto Artes Cênicas¹, na

¹ O Programa Residência Pedagógica (PRP) – subprojeto Artes Cênicas, fortalece o curso de Licenciatura em Artes Cênicas da Universidade Federal de Ouro Preto – UFOP em parceria com a Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior – CAPES PRP, sendo uma das ações que integram a Política Nacional de Professores, via edital do PRP, que teve a duração de novembro de 2022 a abril de 2024. A

Escola Municipal Professora Haydée Antunes (EMPHA), localizada no distrito de Cachoeira do Campo, Ouro Preto (MG). Este estudo tem como alicerce teórico obras de diretores ocidentais de teatro que relacionaram o teatro e as artes marciais, como por exemplo Barba; Savarese (1995), que abordam a antropologia teatral, capacitando o reconhecimento de diferentes técnicas corporais, psicofísicas e tradições de atuação em diferentes culturas, Barros (2016) com a concepção ‘corpóreo-mental’ para a preparação de atores e a utilização de movimentos marciais do *Kildo Self Defense*, e Oliveira (2010) que explora a presença cênica através da arte marcial *Kung Fu*, apresenta-se também fundamentos de outras áreas como a corporeidade aprendente (Assmann, 1998) e o estudo de valores educacionais do *Kung Fu* no campo da Ciência da Atividade Física, (Mocarzel 2011). Este artigo é composto por três seções principais: na primeira seção será apresentada a origem das artes marciais, sobretudo o *Kung Fu* e sua disseminação do estilo Shaolin do Norte, também considero a minha entrada na referida arte marcial durante a minha vivência acadêmica no curso de Licenciatura em Artes Cênicas; na segunda seção relato as atividades efetuadas como discente-residente no estágio Programa Residência Pedagógica e parto de análises em consonância teórica com o teatro e o *Kung Fu*. Por fim, na terceira seção serão apresentadas conclusões e perspectivas da interdisciplinaridade dos dois campos.

2. LEGADO EM MOVIMENTO: A ESSÊNCIA EVOLUTIVA DAS ARTES MARCIAIS

No que diz respeito às investigações das raízes das artes marciais, adentram-se obstáculos devido à falta de documentos ou destruição dos próprios, além da tradição do segredo de mestres, mitos e lendas. Em face disso, o início das próprias remete à evolução humana, das lutas com as técnicas de caça e defesa desenvolvidas, adiante de seus aprimoramentos, adicionando o uso de armas, animais, criando diversas sistematizações transmitidas ao longo das gerações em todas as partes do mundo em diferentes civilizações. Na etimologia do termo, “artes marciais” pode trazer o significado de “arte da guerra”. O termo “marcial” deriva da mitologia greco-romana, Marte (em grego equivalente a Ares), personagem conhecido como deus da guerra, irmão de Minerva, deusa da sabedoria, associado a força e natureza violenta (Bulfinch, 2000). Mocarzel (2011) destaca no conceito

coordenação desse subprojeto que contou com 18 residentes foi efetivada pela docente Neide das Graças de Souza Bortolini. Entre as três escolas do campo de estágio, está a Escola Municipal Haydée Antunes (EMPHA).

de artes marciais a palavra “arte” relacionando a subjetividade, disciplina envolvendo a beleza e plasticidade em suas formas. Marana (2013) faz apontamentos semelhantes:

As artes marciais passaram a constituir não só um meio de sobrevivência, mas também de transmissão de educação, cultura e valores espirituais. Isso pode ser identificado na própria nomenclatura que traz a palavra “arte”. Assim as artes marciais eram, sobretudo, uma forma de arte, as artes de guerra, guerra que carrega um sentido muito mais amplo e profundo do que meramente o combate físico [...]. (Marana, 2013, p.10-11).

As artes marciais podem ser descritas como sistemas e tradições que abrangem técnicas de combate, práticas que desenvolvem dimensões físicas e mentais dos guerreiros alicerçadas à filosofia de vida do autoconhecimento e resignação, tendo fundamentos técnicos e características específicas entre as diversas vertentes e ensinamentos, incluindo também o processo de esportivização regulamentados por instituições oficiais que transformam seus aspectos culturais em amostras convencionais manifestadas com carácter competitivo, envolvendo a estética da harmonia do estilo de modalidades apresentadas. Ao que engloba esportes de combate, algumas artes marciais orientais passam a ser inseridas, como por exemplo o Judô de origem japonesa assim como o *Karatê*, e o *Taekwondo* de origem sul-coreana.

Há um vínculo intrínseco entre as artes marciais e as teatralidades do Oriente, perceptíveis tanto na estética quanto na disciplina, filosofia e nos princípios de treinamentos corporais. Por exemplo, o Kathakali dança-teatro indiana originária do estado do Kerala, possui grandes influências vindas da arte marcial *Kalaripayattu*, também oriunda do mesmo estado. Classificado como um dos sistemas de combate mais antigos da humanidade, o *Kalaripayattu*, inclui técnicas de posturas e exercícios para o fortalecimento físico e mental, as práticas desses exercícios desde massagens à terminologias de posições corporais que são aplicadas ao *Kathakali* contribuem para a precisão física e gestual dos atores-bailarinos. Outro ponto a ser ilustrado é a Ópera de Pequim, reconhecida como um dos patrimônios culturais da China, é caracterizada por ser uma arte performática que integra a atuação, canto e recitação compondo um repertório tradicional que representa histórias, mitos e lendas da sociedade chinesa, incluindo a representação de cenas de combates com o uso de artes marciais, a partir de coreografias com acrobacias, gestos e posturas que evidenciam a expressividade corporal e precisão técnica dos performers.

No Ocidente, destaca-se a interação entre as artes marciais e práticas teatrais nas técnicas de lutas incorporadas na dança durante a Antiguidade. Barba; Savarese (1995) cita a Grécia Antiga, onde os militares eram chamados de ‘dançarinos principais’, pois a dança era

considerada essencial para a formação do guerreiro. Em outros estudos sobre as tradições populares, encontram-se também as danças medievais europeias advindas das danças guerreiras, tal como na Itália a *danza della spada*, encenada em pequenas peças sobre conflitos entre cristãos e turcos.

2.1 A disseminação do *Kung Fu*

A expressão *Wu Shu* em mandarim, designa as artes marciais, enquanto o termo *Kuo Shu* se refere às artes marciais tradicionais da China (Torres, 2011), já no Ocidente, o termo *Kung Fu* (em Mandarim *Gongfu* que significa “habilidade”) é geralmente utilizado para descrever métodos de autodefesas de origem chinesa incluindo a abrangência das artes marciais. Apolloni (2004) aponta que esse termo alcançou o ocidente no século XVIII, através de relatos enviados por padres jesuítas que em suas estadias na China, descreviam exercícios respiratórios taoístas feitos por grupos praticantes de pugilismo e luta com armas. Conforme Cheng² (2008 *apud* Ferreira; Júnior; Capraro, 2014, p.66) a terminologia na Escola Taoísta compreendia uma abordagem holística integrando o desenvolvimento físico e espiritual. Mocarzel (2011) ao averiguar os ideogramas romanizados referente a expressão *Kung Fu*, aponta que seu significado não está voltado apenas para artes marciais, mas na totalidade de aprimoramento de qualquer ação ou conduta feitas com dedicação. Barba; Savarese (1995) afirma que entre as definições existentes para a expressão *Kung Fu*, podem ser atribuídos diferentes significados dependendo do contexto qual é inserida e em sua forma genérica indica que cada mestre de qualquer arte ou ciência especializada pode ser detentor de *Kung Fu*. Dada a amplitude do termo, é benéfico explorar exemplos concretos como na arte teatral sobre a performance do ator:

O termo é, de fato, aplicado a uma série de conceitos complementares, desde o exercício ou treinamento até os resultados dessas atividades. Para um ator, ter Kung-fu significa "estar em forma", ter praticado e continuar a praticar um treinamento peculiar, mas também significa possuir aquela qualidade especial que o faz vibrar e o torna presente, e que indica que ele dominou todos os aspectos técnicos de seu trabalho. (Barba; Savarese, 1995, p.75).

Ao designar as origens das práticas marciais do *Kung Fu*, suas raízes são pouco documentadas, ressaltando a transmissão que era feita de forma oral, compostas de simbolismos de mestres para discípulos. Dentre as histórias de origem se destaca a viagem do monge budista indiano Bodhidharma, também conhecido por Ta Mo, que teve o objetivo de expandir a prática do budismo na China. A partir do interesse do imperador pela tradução dos

² CHENG A. História do pensamento chinês. Petrópolis: Vozes; 2008.

textos ao povo, Bodhidharma foi recebido no templo *Shaolin* e em sua estadia auxiliava os monges na doutrina da meditação e autoconhecimento para a luta que se espelhava no movimento de animais. Em continuidade, nessa história, os sistemas de treinamento foram se evoluindo e sofisticando até se consolidar a arte marcial chinesa *Kung Fu*, mas diante de ataques devastadores ao templo *Shaolin*, apenas cinco mestres conseguiram sobreviver e escapar, partindo para terras do norte ao sul do país. Com o tempo, eles mantiveram a evolução dos treinamentos conseguindo novos discípulos e criando diferentes estilos da arte marcial; no norte do país o foco era o uso das pernas devido a grande quantidade de montanhas; no sul priorizava-se a utilização dos braços refletindo o trabalho braçal desenvolvido nas plantações de arroz nos pântanos (Neto; Ressurreição, 2016).

No cenário de avanços do *Kung Fu*, Mocarzel (2011) aponta no embasamento da filosofia as inspirações vindas do Budismo, Confucionismo e Taoísmo, em uma percepção educacional integrada nas execuções dos sistemas indo para além do ato de se defender priorizar o enriquecimento cognitivo, a saúde e o bem-estar dos praticantes, beneficiando a desenvoltura do corpo e da mente aos aspectos que se mantém em sua disseminação. Ao analisar a separação geográfica dos estilos das artes marciais chinesas *Kung Fu*, é evidente o marco de semelhança entre seus princípios filosóficos, que priorizam o estado do corpo e da mente em uníssono. Em suma, essa arte percorreu fronteiras durante milênios e se mantém presente (Apolloni, 2004).

Um dos fatores que levou a popularização das artes marciais chinesas denominadas *Kung Fu* no Brasil foram as marcas da diáspora chinesa, caracterizada pela migração de pessoas de origem chinesa para diferentes localidades no mundo, devido a fatores sociais e econômicos. Ferreira; Júnior; Capraro (2014) mencionam a chegada dos imigrantes chineses na década de 50, vindos de Hong Kong, Taiwan e demais localidades; entre eles está Wong Sun Kueng, considerado o primeiro mestre de *Kung Fu* a ensinar no Brasil. Já na disseminação do estilo *Kung Fu Shaolin* do Norte, está Chan Kowk Wai que veio de Hong Kong para São Paulo, tendo entre os seus discípulos o conceituado Grão-mestre Lee Chung Deh, natural de Taiwan, que teve sua chegada no Brasil em 1966, e ainda jovem conheceu o mestre Chan Kowk Wai, passando pelo interesse e prática do *Kung Fu Shaolin* do Norte e concluindo a sua formação no estilo.

2.2 Laços com o *Kung Fu*: fluxos de uma vivência acadêmica

Recordações que se mantêm, a partir da memória e registros feitos em câmeras fotográficas analógicas, trazem à tona momentos de completude da minha transição da infância para a pré-adolescência: as brincadeiras com o meu irmão, onde fazíamos da varanda da casa da minha avó um templo de lutas, com direito a representação de cenas de filme de Jackie Chan e Bruce Lee, artistas marciais que trouxeram para os cinemas aspirações filosóficas e a ludicidade de elementos presentes nas modalidades marciais. Ao decorrer da adolescência, me encontrei com a capoeira, e a conheci enquanto expressão cultural afro-brasileira, os movimentos ágeis de luta, dança e musicalidade, para mim podiam ser equiparados a elementos de algumas artes marciais, em especial as orientais.

Diante meu convívio com as Artes Cênicas, o pulsar de experimentações corporais sempre me moveu no desejo de aprofundar mais a minha expressividade. Devido a esse interesse, durante a busca de atividades complementares, inicialmente para expandir o meu trabalho corporal em paralelo aos processos teatrais do curso de licenciatura em Artes Cênicas na UFOP, me informei de projetos de extensão ativos no curso e extracurriculares. Sucessivamente no terceiro período letivo, conheci o Projeto de Lutas da UFOP, ofertado pelo Departamento de Educação Física (EEF), de forma gratuita para toda comunidade acadêmica e ouropretana, esse projeto proporcionou o meu primeiro contato direto com a arte marcial *Kung Fu* estilo *Shaolin do Norte*. Participo dos treinamentos que são ministrados pelo professor Leonardo Felipe da Conceição Braga, graduando do departamento de Engenharia de produção, com visitas frequentes ao ginásio pelo mestre Fanthum, discípulo do mestre Lee Chung Deh e fundador do Instituto *Bei Shaolin* localizado em Belo Horizonte - Minas Gerais, tendo também algumas participações colaborativas de arte marcial *Tai Chi Chuan*, através do instrutor Thiago Leite.

Durante os treinos, Leonardo instrui bases/posturas fundamentais na genealogia de estilo inspiradas em premissas da natureza e animais específicos, sendo elas na FIG 1: Cavalo (*Ma Bu*) primeiro quadro, Arqueiro (*Gong Bu*) segundo quadro e Gato (*Mao Bu*) terceiro quadro.

Figura 1 - Professor Leonardo fazendo as posturas fundamentais do Kung Fu Shaolin do Norte



Fonte: Acervo pessoal (2025)

Essas posturas servem como ponto de partida para o desenvolvimento de habilidades motoras ligadas ao equilíbrio, respiração, estabilidade e união do corpo e a mente, impulsionando a preparação processual para técnicas mais complexas. As rotinas ou caminhos das linhagens dos estilos de *Kung Fu* são denominadas *Taolu* ou Forma, no Brasil são conhecidas pela expressão generalizada *Kati* referindo-se a sequência de movimentos feitos nas artes marciais japonesas, o *Kata* (Oliveira, 2010). Os *Katis* são relativos à posição corporal em determinada configuração, quais os praticantes fazem uma sequência de movimentos compilados com as posturas e gestos inspiradas no estilo marcial como em espelhamentos em elementos da natureza; é visto na sua ação como uma luta imaginária no espaço que se passa individualmente ou em conjunto (chamado de *Toi Chas*), sendo assim são mostradas as técnicas de combate dos determinados estilos, podendo ser efetuado de mãos vazias ou com armas brancas, por exemplo bastão e lança. Nesse ponto é identificado uma forma de arte pela harmonia estética exigida na execução. Oliveira (2010) estabelece uma conexão entre os objetivos da execução *Kati* e alguns propósitos do teatro, sobretudo as técnicas subjacentes a essas atividades e pressupostos.

Muitos acreditam que o *kati* serve somente como apresentação, mas além de ser uma técnica esteticamente bela, pretende-se, com a sua prática, alcançar o aperfeiçoamento da força, do equilíbrio, da flexibilidade e da harmonia. Em uma cena de teatro, existe a necessidade dos mesmos elementos apresentados anteriormente, tendo apenas uma pequena alteração, enquanto que em uma arte de luta a intenção está voltada para vencer um oponente em situação de confronto, no teatro a intenção está na relação que o ator estabelece com o público, tendo como objetivo uma comunicação sensível e de caráter estético. (Oliveira, 2010, p.24)

Nos meus primeiros treinamentos ao observar a execução do primeiro *Kati* por praticantes mais avançados, refleti que os movimentos daqueles corpos traziam uma carga teatral na expressividade corporal que se vislumbra nas sequências de posturas que representam elementos da natureza, animais e na exploração do espaço e gestualidade, as finalidades de respiração do estilo em busca de ação, equilíbrio, oposições e foco. Nessa imersão, a partir de novas percepções e saberes marciais praticados e adquiridos, suscitou o meu interesse para averiguar em plataformas de fontes acadêmicas o uso de elementos que fundamentam as artes marciais, sobretudo o *Kung Fu* e sua inserção no teatro; entretanto, mesmo com uma busca minuciosa desse uso para o Ensino Teatro, não obtive respostas concretas.

A predominância dos estudos no campo de metodologias de ensino-aprendizagem a partir das contribuições das artes marciais para Educação Básica se concentram na formação em Educação Física, diante disso, destaco a importância de pesquisas e práticas que explorem o diálogo entre o teatro e artes marciais. Essas iniciativas ampliam horizontes para a construção artística na pedagogia teatral, especialmente ao experimentar elementos das artes marciais em sala de aula. Com foco na contribuição para atividades educativas que valorizem uma corporeidade aprendente. Considerando que “o corpo é, do ponto de vista científico, a instância fundamental e básica para articular conceitos centrais para uma teoria pedagógica” (Assmann 1998, *apud* Rios; Moreira, 2015, p.54).

Me apoio na concepção de Reichert e André (2022) ao se referirem diferentes metáforas na construção do sujeito professor em Artes Cênicas. Os autores destacam que os seus processos se conectam com múltiplas possibilidades de ensino pelas diferentes formas de ser e saber advindos da arte contemporânea, cabendo ao sujeito explorar diferentes caminhos que possibilitem vetores que diversifiquem a sua formação na área. Nesse contexto, busquei através do Estágio Supervisionado IV: Regência³, uma investigação prática de elementos do *Kung Fu* estilo *Shaolin do Norte* em contribuição e diálogo com o ensino de teatro.

3. ENTRE ASSOCIAÇÕES PRÁTICAS E ANALÍTICAS: ESTÁGIO SUPERVISIONADO EM REGÊNCIA

Ao longo do curso de Licenciatura em Artes Cênicas, o acesso regular à Escola Municipal Professora Haydée Antunes (EMPHA), como parte do corpo docente me

³ Nos componentes curriculares do curso de licenciatura em Artes Cênicas pela Universidade Federal de Ouro Preto (UFOP), estão inclusos os estágios supervisionados em contextos escolares e não escolares.

possibilitou um papel ativo na rotina da instituição, sua cultura organizacional, e me permitiu vivenciar e aperfeiçoar os conteúdos Estágio Curricular Supervisionado. Referente à conclusão do Terceiro Módulo do Programa Residência Pedagógica, iniciei os trabalhos na EMPHA, em 15 de setembro de 2023, nas aulas da disciplina Arte do Ensino Fundamental Anos Finais, junto com a preceptora e professora Maria Catarina Frizzo, que atua em turmas de Sexto ao Nono Ano, a discente-residente que esteve conosco nas aulas de arte foi Ana Carolina dos Reis Santos Abreu⁴. Para o planejamento da finalização do Terceiro Bimestre e o Quarto Bimestre, nos reunimos de forma remota através do Google Meet e presencialmente. Logo, decidimos por ideais em comum que colaboram com nossos interesses acadêmicos acerca dos aspectos do autoconhecimento, corporeidade, subjetividade e ludicidade.

Na estruturação do meu planejamento, busquei implementar práticas de jogos teatrais e criar adaptações como alicerces para analisar o uso dos elementos vindos do *Kung Fu estilo Shaolin do Norte*, e suas possíveis aplicações na área. Após o retorno de autoavaliações e votos de discentes sobre o que gostariam de trabalhar nas aulas, a turma Sexto Ano Makunas⁵ composta por 23 alunos, mostrou interesse em minha proposta. Na atenção dada à escolha, os discentes disseram que já haviam praticado alguns jogos teatrais em sala de aula e que não gostariam de montar alguma cena, devido à exposição.

Busquei o planejamento que atendesse aos alunos e, também as habilidades e competências previstas na BNCC para as aulas de Arte do Ensino Fundamental Anos Finais 6º ao 9º Ano: (EF69AR11) Experimentar e analisar os fatores de movimento (tempo, peso, fluência e espaço) como elementos que, combinados, geram as ações corporais e o movimento dançado; (EF69AR12) Investigar e experimentar procedimentos de improvisação e criação do movimento como fonte para a construção de vocabulários e repertórios próprios; (EF69AR29) Experimentar a gestualidade e as construções corporais e vocais de maneira imaginativa na improvisação teatral e no jogo cênico.

⁴ Tem experiência na área de Artes, com ênfase em Educação Artística. Está cursando Licenciatura em Artes Cênicas na Universidade Federal de Ouro Preto; Atuando no PRP (Programa de Residência Pedagógica); Atuou no PIBID (Programa Institucional de Bolsas de Iniciação à Docência); Foi integrante no projeto de extensão TEU - Teatro Experimental da UFOP; Atriz na Peça Uma História de Amor; Atriz, autora e diretora da cena solo Nanã; Premiada no Fest Solos 2019 Cabo Frio com Nanã como cena mais encantadora; Fez parte do Projeto Social de teatro, Cena Musical; Fez parte do Projeto Social de circo, CircoLo de Criação; Atuou na Web Série do YouTube, Weekend; Atuou na Web Série do YouTube, Felizes Por Agora. Endereço para acessar este CV: <http://lattes.cnpq.br/2796472798924488>. Acesso em: 23 de agosto de 2025.

⁵ Nossas aulas foram realizadas nas turmas de Sextos Anos e Nono Ano, ressaltando que elas eram nomeadas por nomes de etnias indígenas brasileiras: Sexto Ano Xavantes; Sexto Ano Pataxós; Sexto Ano Makunas e Nono Ano Tupinambás.

3.1 Investigando o conhecimento prévio dos alunos acerca do *Kung Fu*

Antes de iniciar as atividades sob o vínculo do ensino de teatro e o *Kung Fu* estilo *Shaolin do Norte*, através do recurso lousa interativa localizado na biblioteca, pude reproduzir os vídeos disponíveis no Youtube, intitulados “*As artes marciais são incríveis*” e “*Campeonato de Kung Fu 1º Kati Shaolin do Norte*” (2010), após, trouxe uma série de três perguntas para serem respondidas pelos discentes oralmente de acordo com seus conhecimentos: “Para vocês, o que são artes marciais?”, “Já praticaram alguma arte marcial?” “Quais artes marciais vocês identificaram nos vídeos?”.

As respostas que recebi na sequência foram: Cultura, disciplina e luta. Três alunos haviam identificado na reprodução dos vídeos as artes marciais *Karatê*, *Judô*, e *Tai chi chuan*, complementando que na escola havia aulas de judô, mas somente dois dos 23 alunos da turma estavam matriculados, o que representa 8.7% do total. Analisando as respostas, percebi seus conhecimentos de alguns preceitos éticos das artes marciais chinesas quais formam a virtude marcial do código de conduta *Wu De*, descrito por Amorim e Consenzo (2014) ele reúne seis valores éticos definidos como Moralidade de Ação e constituídos pelos termos humildade, lealdade, respeito, justiça, confiança e honestidade; essas condutas são impostas para serem aplicadas em torno da vida dos praticantes de artes marciais, considerando um caminho de ações partindo do seu exterior para o interior. Por outro viés estão as Moralidades da Mente, desenvolvidas do interior para o exterior ao que também se refere a expressão “da mente para os punhos”; são condutas que englobam coragem, perseverança, paciência, determinação, força de vontade e disciplina.

3.2 O fluir do jogo teatral: os desempenhos corporais e a postura do Arqueiro (*Gong Bu*) através de jogos e experimentações teatrais espaciais

Considerando o tempo de aula de 50 minutos e a união gradual dos elementos a serem abordados, estruturei a atividade prática em três etapas: A primeira consistiu na execução do jogo teatral *Corrida em Câmera Lenta* (Spolin, 2001), que tem o intuito de estimular o sentido do corpo no espaço através do caminhar, a partir da regra estabelecida de quem chegar por último ser o vencedor, o oposto do que ocorre nos esportes de modalidade de corridas. Em dois grupos, um de cada vez, os estudantes tiveram que executar a manipulação do tempo ao correrem lentamente como se tivessem em câmera lenta, observando e sentindo atentamente os seus movimentos corporais; Na segunda etapa do jogo instruí a postura do Arqueiro (*Gong*

Bu) presente na arte marcial *Kung Fu* estilo *Shaolin do Norte*, qual em sua configuração corpórea deve manter o tronco reto para frente e os dois pés na diagonal, deixando a perna da frente levemente flexionada sem ultrapassar as pontas dos pés, mantendo a perna de trás esticada com o calcanhar no chão até se mover. Para essa prática dividi a turma novamente em dois grupos com o intuito de observar e ajudar em seus empenhos de aprender a base, direcionando a pensarem, para além de observarem a si mesmos, também olharem entre si, como cada parte do corpo se deslocava com as novas forças e equilíbrio. Na terceira etapa, para concluir a experiência, distribuí a cada um deles, copos com água quase transbordando e a classe teve a missão de ultrapassar a linha de chegada na corrida em câmera lenta utilizando a base do Arqueiro, sem deixar o líquido que estava dentro do copo cair; orientei que incluíssem em suas percepções o tempo, a concentração de suas respirações, o peso e a fluência.

Em decorrência do jogo, os alunos iniciaram estranhando a contraposição da corrida na ação de sair da habitual forma de correr, ao dinamizar os passos lentos, onde hora sustentavam o peso em uma parte do corpo tendo diferentes reações de estranhamento e surpresa. Antes de partir para a segunda etapa os grupos atentaram para as ações corporais dos colegas onde alguns participantes incentivaram a forma de deslocamentos dos outros; em sequência, o aprendizado da postura do arqueiro despertou movimentos curiosos, na tentativa de dilatar o tempo, influenciavam a tonicidade dos músculos, apesar de alguns discentes ainda apresentarem movimentos mais rígidos e mecânicos. Passando para a terceira etapa, houve uma maior percepção do espaço e dos gestos que nasciam do caminhar com o objeto, a tensão dos corpos na postura começou a se transformar em fluidez, gerando mudanças perceptíveis da energia inicial.

Saliento em minhas constatações que no jogo teatral realizado, os movimentos e sensações se destacaram como veículo de expressão; Keiserman (2009) dialoga sobre o papel fundamental que o corpo exerce nesta categoria de jogo espacial, desenvolvendo o aprimoramento atribuído para ampliar habilidades, interligadas ao corpo.

Os Jogos, pontos de partida para a elaboração de muitos outros, estão organizados de acordo com o foco principal das propostas e assim denominados: Percepção Sensorial, Partes do Corpo, Locomoção e Espaço – sem esquecer que, em todos eles, o Movimento é o canal privilegiado de expressão e realização pessoal. Percepção Sensorial Aqui se trabalham os Sentidos e sua relação com movimento em duas direções: com que movimentos se podem apreender as sensações e que movimentos esta apreensão vai gerar. (Keiserman, 2009, p.223).

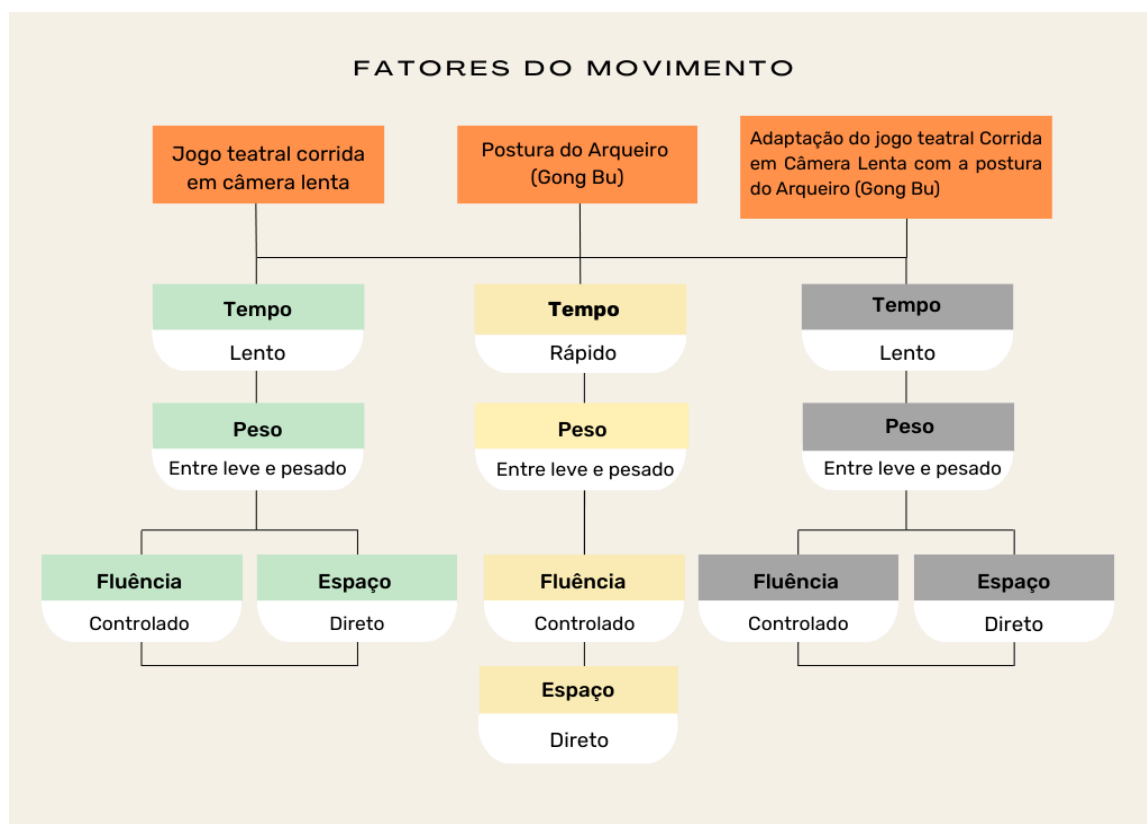
No *Kung Fu*, esses princípios aparecem na consciência da respiração, no olhar direcionado e no uso do peso do corpo como fonte de foco e energia. Ao cruzar esses

elementos no jogo teatral, os discentes começaram a desenvolver não apenas habilidades motoras, mas também uma percepção mais aguçada das sensações que conduzem o gesto, o que fortaleceu na organicidade de suas ações as possibilidades de explorar diferentes aspectos do diálogo corporal, conciliando com a habilidade (EF69AR11) da área de Arte na BNCC, que destaca os fatores do movimento (tempo, peso, fluência e espaço), inspirados no Sistema Laban (1950).

O Sistema Laban/Bartenieff estruturou-se no início do século XX em países norte europeus, especialmente Alemanha e Suíça. No entanto, foi influenciado por formas de movimentos de várias origens como as artes marciais do oriente, as danças africanas e indígenas que inspiraram o expressionismo do início daquele século. Trata-se, portanto, de um desenvolvimento inter-cultural. (Oliveira, 2006, p.42)

Sendo assim, essa prática abrangeu de forma híbrida o teatro, a arte marcial e a dança para o processo de criação de uma sensibilidade artística e pesquisa corporal dos estudantes. Na figura 2, é mostrada a transição das qualidades dos fatores do movimento presente em cada etapa da atividade realizada.

Figura 2 - Fatores do movimento exercidos na atividade



Fonte: Acervo pessoal (2025)

A figura 2 ilustra a primeira etapa classificando a execução do jogo teatral Corrida em Câmera Lenta (Spolin, 2001), com o fator do tempo mais lento devido o exercício da

velocidade mínima, o peso teve alterações entre leve e pesado a medida do deslocamento, a fluência controlada advinda da precisão dos movimentos e passos lentos colocados em configurações de corrida, sendo assim, os discentes caminharam por um espaço direto sem desvio de direção, adentrando um corpo que fala através de seus movimentos e se manifesta no espaço como linguagem.

Com a postura do Arqueiro, o fator do tempo modificou de lento para rápido na agilidade precisa que os estudantes efetuaram, variando o peso para pesado devido ao estado de equilíbrio na parte inferior do corpo onde a perna de trás se mantinha enraizada, mais fixa ao chão. A fluência continuou controlada redirecionado ao espaço direto da linha de chegada. Treinando deslocamentos que exigem oposição e ruptura do equilíbrio usual, os alunos vivenciaram desconfortos que, no entanto, constituem o motor criativo. Essa tensão entre desconforto e descoberta é comparável no *Kung Fu estilo Shaolin do Norte*, em que a repetição disciplinada de movimentos inicialmente estranhos resulta em domínio e transformação. Nesse momento, essa arte marcial, ao valorizar a respiração e a cadência controlada dos gestos, aparece como referência, pois seus praticantes também exploram a dilatação do tempo através de movimentos lentos e conscientes, ampliando a presença corporal e a percepção do outro.

Na última etapa, a partir da adaptação do jogo teatral Corrida em Câmera Lenta (2001), com o uso da base do Arqueiro (*Gong Bu*), resultou em um tempo lento, gerado pela precisão dos passos e gestos formados ao se movimentarem com os copos; o peso ficou em equilíbrio pela estabilidade sólida dos pés e estabilidade relacionada ao segurar o copo com cuidado e leveza para não entornar a água, adquirindo a qualidade de energia corporal mais expressiva derivando a fluência controlada de modo lento ao espaço direto. Reflito essa mudança de energia mais consistente observada no corpo dos alunos a abordagem feita por Oliveira (2010), sobre a prática do *Kung Fu* e das demais artes marciais como ponte para alcançar uma presença cênica, a partir de exercícios que envolvem o corpo e a mente, construindo um corpo pré-expressivo e dilatado denominado por Barba (1995). Em outras palavras, pode se comparar a ideologia da postura do Arqueiro (*Gong Bu*) que busca em seu desempenho corporal nutrir energia, consolidando o estado físico e mental.

Dentro do repertório dos jogos teatrais, como ressaltado em Keiserman (2009), o movimento se torna o meio privilegiado de expressão. Esses aspectos também são identificados na prática do *Kung Fu estilo Shaolin do Norte*, em que cada postura e deslocamento contém significados de disciplina, autocontrole e fluxo energético. Ao articular essas práticas em sala de aula, percebe-se que o teatro e a arte marcial referida compartilham a

noção de que o corpo é linguagem, sendo capaz de expressar sentidos. A observação crítica dessas etapas aponta que o estranhamento inicial dos alunos é fundamental para o processo de aprendizado, ao serem confrontados com movimentos extracotidianos⁶, os estudantes foram desafiados a reorganizar a atenção corporal, através da execução de novos movimentos, entrando em contato com dimensões que ampliam não apenas a técnica, mas também a percepção de si mesmos no espaço.

3.3 A respiração em fundamentos da energia corporal

Para a execução de jogos teatrais que exigem demanda do trabalho corporal, comumente são atribuídos alguns exercícios para aquecer e relaxar o corpo antecedendo a prática a partir de diferentes usos da respiração.

Na aula do dia 7 de novembro de 2023, orientei a classe acerca do trabalho da respiração diafragmática. Em roda, cada discente permaneceu em pé colocando uma mão na parte superior do peito e a outra abaixo da caixa torácica, inspirando lentamente pelo nariz de modo que o estômago se movesse em direção à mão posicionada acima do peito, deixando-a o mais estável possível. Orientei a turma a observar a contração dos músculos abdominais e do estômago ao expirar franzindo os lábios em som de “sh”, em três repetições. No segundo momento, para mais três repetições do exercício, guiei os estudantes a imaginar nessa respiração diafragmática um ponto energético que precisa ser cultivado, surgindo abaixo do umbigo na inspiração e fluindo na expiração, sendo ele o *Chi/Qi*.

O uso da respiração diafragmática se encontra no estilo de *Kung Fu Shaolin do Norte* em técnicas de respiração e concentração chamadas de *Chi Kung* em chinês, conhecidas também como *Qi Gong*, visam trabalhar e cultivar a força da energia vital denominada *Chi* ou *Qi*. O *Chi Kung* é conceituado nas demais filosofias das artes marciais e da medicina tradicional chinesa (Junior e Cardoso, 2004).

A energia vital *Chi Kung* é considerada ativa em práticas que trazem a concentração em áreas específicas do corpo, por exemplo na circulação sanguínea, já em sua forma passiva ela surge auxiliando a respiração e a mente (Amaral ⁷, 1987 *apud* Junior; Cardoso, 2004, p. 92). Assimilando a respiração diafragmática realizada, os discentes transacionaram na forma ativa do *Chi*, quando inspiraram conduzindo o centro energético, adiante passando para sua

⁶ Extracotidiano no sentido que Barba atribui: caminhar em câmera lenta, em um ritmo extracotidiano - nas Artes Cênicas usamos esse comportamento extracotidiano alterando os ritmos e as formas com a função de expressar ideias, imagens, histórias com o corpo.

⁷ AMARAL S. Em busca do samurai. São Paulo: Agora. 1987.

forma passiva ao expirar, alimentando o fluxo natural de energia. Diante desse panorama, um dos discentes comentou que esse modo de respirar remetia a animação japonesa *Demon Slayer: Kimetsu No Yaiba* (2019), nessa trama existem personagens caçadores que dominam diferentes tipos de técnicas fictícias de respiração espelhadas tanto na cultura japonesa e nas demais artes marciais orientais. Em retorno, possibilitou que os estudantes criassem em seu imaginário, de forma livre, diferentes formas e elementos que moldam essa energia vital, dando a eles o exemplo do fogo e da água, trazendo essa dimensão imagética para melhor entendimento da proposta, seguindo a habilidade (EF69AR12) que visa investigar e experimentar procedimentos de improvisação e criação do movimento como fonte para a construção de vocabulários e repertórios próprios.

No desígnio da respiração no fazer teatral, Pereira (2013) aponta que sua relevância é encontrada em estudos que a aproxima como ponte para o autoconhecimento, evidenciando a expansão do processo criativo do artista.

Embora a atenção à respiração esteja mais voltada para os estudos da voz, diversas áreas e pensadores das artes, da fonoaudiologia, entre outros, especialmente no teatro e na dança, concentram-se na importância da respiração para o trabalho corporal, justificando-a como uma forma de conhecimento interior para o processo corporal do ator ou do intérprete. A respiração é usada como um ponto de partida para que o artista tenha um conhecimento profundo de si, pois a partir desta respiração poderá buscar a concentração, o equilíbrio e o desequilíbrio, a conscientização e a percepção do corpo em movimento e em suas criações durante as fases de treinamento. (Pereira, 2013, p.16-17)

De acordo com Barros (2010), tanto no teatro quanto nas artes marciais, a respiração ocupa lugar primordial, sendo considerada a “vida” do personagem e o sopro vital que energiza o corpo em cena. Observa-se em Artaud (2006, p.151) ao situar sua definição de musculatura afetiva que deve ser desenvolvida pelo ator, equivalente as localizações físicas dos sentimentos, um paralelo é feito destacando o ator como um atleta afetivo, “[...] Enquanto o atleta se apoia para correr, o ator se apoia para lançar uma imprecação espasmódica, mas cujo curso é jogado para o interior”. Aderindo aos ensinamentos do Cabala, Artaud pontua que a respiração consciente se insere nas ações físicas do ator, trazendo para o seu interior o acesso aos seus estados emocionais e fluxos orgânicos do corpo, a partir de diferentes tipos de respiração.

A utilização da respiração diafragmática, como parte do aquecimento para o jogo teatral nesta aula possibilitou aos discentes uma experiência de ampliação da percepção corporal articulando ao estado da presença cênica. Esse processo esteve vinculado não apenas à preparação fisiológica, mas também à concepção energética do *Chi*, fundamental no treinamento do *Kung Fu Shaolin do Norte*.

Adiante, ao exercício da respiração, retomei a classe a postura do arqueiro (*Gong Bu*) com ensinamento da base do cavalo (*Ma Bu*), conhecida pela base sólida, enraizada que remete a conexão com a terra e se assemelha a postura feita do cavaleiro montado sob um cavalo, para a sua configuração corporal, os alunos mantiveram a coluna ereta, com os pés e pernas afastados direcionados na largura dos ombros, os dedos dos pés mantidos para frente, sem deixar que os joelhos ultrapassem o seu alinhamento, em sequência deixaram os joelhos flexionados para o lado de fora, o último passo foi abaixar o corpo como o movimento que lembra a posição de sentar em uma cadeira. Os estudantes fizeram duas sequências das bases apresentadas, com o propósito de refletir a força, flexibilidade e coordenação exercida. Posteriormente, o exercício evoluiu para o jogo teatral Caminhada no Espaço #2, (Spolin, 2001), que objetiva sentir o corpo presente no espaço estabelecido e como esse espaço interfere nas sensações e conduz esse corpo. Inicialmente, os discentes foram convidados a caminhar de modo natural, com atenção no deslocamento próprio e dos colegas. Essa etapa teve como foco despertar a percepção sensorial, explorando o modo como cada músculo participa da caminhada, como o corpo se distribui no espaço e como a respiração acompanha o seu movimento. Em um segundo momento, a atividade foi adaptada para incluir as bases do Arqueiro (*Gong Bu*) e Cavalo (*Ma Bu*) como alternativas de deslocamento em diferentes planos — alto, médio e baixo.

A análise do resultado da prática revela que parte da turma se manteve centrada na postura do arqueiro, explorando o enraizamento e a estabilidade, enquanto outros aderiram a uma caminhada em planos altos, aproximando-se de uma movimentação cotidiana. Tal diversidade de experimentações evidenciam o caráter formativo do exercício, que, ao mesmo tempo em que valoriza a disciplina técnica, também abre espaço para escolhas criativas individuais. Para Spolin (2001) o jogo teatral Caminhada no Espaço #2, abre as possibilidades do corpo adquirir novas formas de presença, para poder reinventar o espaço, na medida em que a percepção se aguça em encontro com o tempo presente, novos ritmos, alinhamentos e mudanças. Ao articular as posturas do *Kung Fu estilo Shaolin do Norte* com o jogo teatral, observa-se que a prática potencializou a construção de um corpo cênico capaz de unir concentração, disciplina, presença, criação e a liberdade expressiva dos estudantes.

3.4 Aula invertida: aquecimentos a partir de elementos do *Kung Fu estilo Shaolin do Norte*

Conforme o plano de ensino alterado, a avaliação final se deu em uma aula invertida⁸, onde a classe pesquisou e trouxe jogos teatrais para serem praticados após o aquecimento e dinâmica com os preceitos do *Kung Fu* estilo *Shaolin do Norte*. Em primeiro momento, retomamos a respiração diafragmática com o ponto de energia *Chi*, para os jogos a serem desenvolvidos, e em seguida abordei a dinâmica teatral, *Zip Zap Boing*⁹, qual foi me apresentada na disciplina identificada pelo código MIF116 - Jogos teatrais na educação, essa dinâmica também é situada como jogo teatral Bala Argentina¹⁰, devido a suas adaptações.

Para essa prática, após formar um círculo, os discentes fizeram duas sequências com as posturas do *Kung Fu Shaolin do Norte*, já apresentadas anteriormente. Na estruturação da dinâmica é feito os seguintes comandos nomeados: **Zip** - Ao falar *Zip*, passar para os lados um movimento de palma; **Zap** - Ao falar *Zap*, passar o movimento de palma em seta para frente; **Boing** - Ao falar *Boing*, cria um movimento corporal de onda e direciona para a pessoa que mandou o comando anterior, como um bloqueio; **Hadouken** - Ao falar *Hadouken* é feito um movimento inspirado um famoso golpe ficcional, juntando os pulsos e direcionando as palmas das mãos para uma das pessoas que estão a frente, como se tivesse jogando uma bola de energia; **Bang** - dois participantes que estão em lados paralelos decidem duelar, para isso devem simular um confronto com armas entre si, falando a palavra *Bang*, quem demorar mais tempo para falar é “atingido” indo para o centro do círculo esperando o desenvolver da dinâmica; **Sherlock** - usado para as pessoas que estão no centro do círculo voltarem para a dinâmica, para isso, um participante que não saiu deve estender uma das mãos e dizer *Sherlock*, quem estiver no centro deve chegar o mais rápido e bater na mão da pessoa que está direcionando a palavra, enquanto diz “**Holmes**”, em alusão ao personagem investigador Sherlock Holmes.

Essa dinâmica no campo teatral teve variações ao longo do tempo, adicionando novos nomes, movimentos e sons. Para turma criei uma adaptação para o seguinte comando: **Zip** - na reprodução dos movimentos adicionar novas sonoridades corporais e a base do Arqueiro (*Gongbu*); **Zap** - ao direcionar a palma usar a base do cavalo (*Ma Bu*), podendo explorar

⁸ “Na Sala de Aula Invertida tem-se uma mudança na forma tradicional de ensinar. O conteúdo passa a ser estudado em casa e as atividades, realizadas em sala de aula. Com isso, o estudante deixa para trás aquela postura passiva de ouvinte e assume o papel de protagonista do seu aprendizado. Mas as mudanças não param por aí! O professor, em sala de aula, deixa o papel de expositor de informação e passa a mediar atividades envolventes e desafiadoras, com o objetivo de direcionar e orientar o estudante na construção do seu próprio conhecimento.” Disponível em: https://ifg.edu.br/attachments/article/19169/Sala%20de%20aula%20invertida_%20por%20ond. Acesso em: 23 de ago. 2025

⁹Uma das adaptações encontradas sobre a dinâmica Zip, Zap, Boing. Disponível em: <https://www.teatronaescola.com/index.php/planeje-sua-aula/jogos-e-exercicios-teatrais/item/218-zip-zap-boing>

¹⁰ Jogo Bala Argentina. Disponível em: <https://umaimprovisa.wordpress.com/>. Acesso em: 23 de ago. 2025

também novas sonoridades corporais; *Hadouken* - no movimento pode trazer para a criação corporal elementos da natureza desejados de acordo com a imaginação tais como o fogo, terra e ar.

Nessa execução, observei uma transição para um uso mais fluido da voz e do corpo, especialmente quando os discentes que conseguiram ficar apoiados pela respiração diafragmática, integraram criatividade às regras do jogo. O acréscimo das posturas da arte marcial, permitiu variações sonoras e corporais que exigiam maior concentração e improvisação, sendo assim a adaptação fortaleceu o vínculo entre estabilidade corporal e projeção vocal dos estudantes, o que se encaixa nas habilidades que estão incluídas na BNCC para a linguagem teatro: (EF69AR12) Investigar e experimentar procedimentos de improvisação e criação do movimento como fonte para a construção de vocabulários e repertórios próprios; (EF69AR29) Experimentar a gestualidade e as construções corporais e vocais de maneira imaginativa na improvisação teatral e no jogo cênico.

A dinâmica teve objetivo central de trabalhar a atenção, concentração e mesmo com regras desenvolver criações corporais e sonoras mais livres aliadas à ludicidade, os discentes, ao se engajarem em ritmos diferentes e em comandos de improvisação, conseguiram perceber a respiração não apenas como técnica de controle, mas como condutora de energia, possibilitando maior organicidade na transição entre voz e gestualidade. Assim, os exercícios respiratórios realizados antes e durante a dinâmica não apenas prepararam para a vocalização, mas também aproximaram os discentes de um estado de prontidão energética, comparável ao dos praticantes de artes marciais, que equilibram potência e controle em cada ação. Essa etapa pode ser associada ao conceito de corpo psicofísico (físico e mental), discutido por Barros (2010), que vê no ator e no artista marcial a utilização do mesmo “instrumento”, o corpo, capaz de responder criativamente às demandas da cena e do combate.

Oliveira (2010) destaca que práticas de artes marciais, como o *Kung Fu*, desenvolvem a tríade corpo-mente-espírito, potencializando não apenas a resistência física, mas também a expressividade do ator. Nesse sentido, a experiência proporcionou aos alunos o reconhecimento de que a voz, sustentada pela respiração, nasce de um corpo ancorado e disciplinado não em termos de corpos dóceis, mas de um corpo que pode explorar diferentes níveis de plasticidade ao seu favor.

3.5 Construindo uma cena: elementos do *Kung Fu* no gênero terror

Entre os métodos de avaliação destinados à turma Sexto Ano Xavantes, a minha colega de estágio na residência pedagógica, Ana Carolina, abriu uma discussão sobre o tema que gostariam de abordar para o sarau da turma a ser realizado em 05 de dezembro de 2023. A escolha da maioria foi o tema “contos de terror”, por ser um gênero que pode ser identificado tanto no teatro, quanto no cinema, desenhos, jogos, pinturas, dentre outros tipos de manifestações artísticas. Como parte do planejamento, Ana Carolina abordou elementos cênicos da dança, bem como elementos abstratos do gênero “terror”, dando introdução à dança-teatro a partir da reprodução do vídeo do Youtube *Toxic Waves* - Solo Illan Rivière – 2019, na lousa interativa. Ela recolheu as opiniões escritas dos discentes com a discussão sobre o que é dança-teatro e as impressões que tiveram, portanto, foi perceptível a estranheza da maioria dos discentes por ser algo novo para eles.

Na aula seguinte, foi feito o exercício coletivo de contação de história. Em sua efetuação, em círculo, um discente iniciava de forma improvisada a introdução de uma história oral, em seguida outro continuava a contar adicionando mais ações e assim sucessivamente até chegar em um momento crucial da história. A partir desse desfecho, construímos o conto do “Senhor Bengala”, no seu enredo após o alinhamento dos cosmos, uma criança que estava dormindo se depara com uma criatura em seu quarto, essa figura é chamada de Senhor Bengala e com seus trejeitos medonhos, à assusta, esse conto não teve uma continuação estabelecida. Ana Carolina organizou a classe em três grupos, entregou o conto impresso para os estudantes e lhes deu a tarefa de criar um final a partir dele para a dramaturgia ser encenada no sarau sob a orientação e apoio da professora preceptora e nós residentes, podendo abordar diferentes percepções e caminhos para a construção.

Durante a escrita da dramaturgia, os grupos se reuniram em locais distintos na escola, e o grupo do qual estive responsável se deslocou para a área do pátio. De início eles propuseram a criar uma dimensão mística introduzindo os personagens e suas inspirações: Os Dois Cosmos - inspirados no alinhamento planetário, ao que refere a visibilidade dos planetas que traz uma ilusão ótica de estarem se encontrando; A Filha - Uma garota de aproximadamente doze anos de idade que mora com o pai e tem uma vida comum; O Pai - um homem mais velho, pai solteiro e dedicado; Senhor Bengala - Uma criatura que representa o medo e tenta invadir o mundo dos sonhos causando pavor nas crianças; A Guerreira - Uma guerreira com o poder do elemento água, aprisionada no mundo dos sonhos esperando o surgimento da criança que pode derrotar a criatura.

Após testar todas as possibilidades encontradas, o grupo focou na frase sobre a ação de sonhar, idealizando o encontro de ilusões e fantasias levadas para o mundo dos sonhos. Entusiasmados, quiseram representar o alinhamento planetário a partir de gestos e movimentos; em colaboração, demonstrei a eles o início do primeiro *Kati* do *Kung Fu* estilo *Shaolin do Norte* e buscamos transpor para a cena algumas partes da sequência de movimentos, que os interessa. A estruturação da cena se deu em: I Ato: cenário de um quarto, o pai se despede da filha para dormirem, segundos depois os Dois Cosmos surgem em direção a garota, e partem para o alinhamento, eles têm um modo específico de caminhar com alteração de equilíbrio (uso da postura do Arqueiro), e fazem gestos magnéticos com as mãos quanto mais se aproximam, concretizando essa união eles somem. II Ato: no lugar que estavam os Cosmos entra o senhor Bengala, em um caminhar lento com os ombros caídos, sua presença leva a garota a começar a ter um pesadelo, sendo levada para a dimensão do sonho. III Ato: Aos fundos da sala de aula, indo para o espaço “imagético dos sonhos”, a menina corre do Senhor Bengala, enquanto ele a encara. Ao escutar a voz da Guerreira que estava escondida, uma varinha mágica é lançada para ela, dizendo que ela conseguirá ser maior que o próprio medo; a jovem confronta a criatura com sua varinha mágica junto a um abraço, (para essa ação a discente usou os três primeiros movimentos do primeiro *Kati*, junto a imaginação de elementos da natureza, criando a imagem na ação).

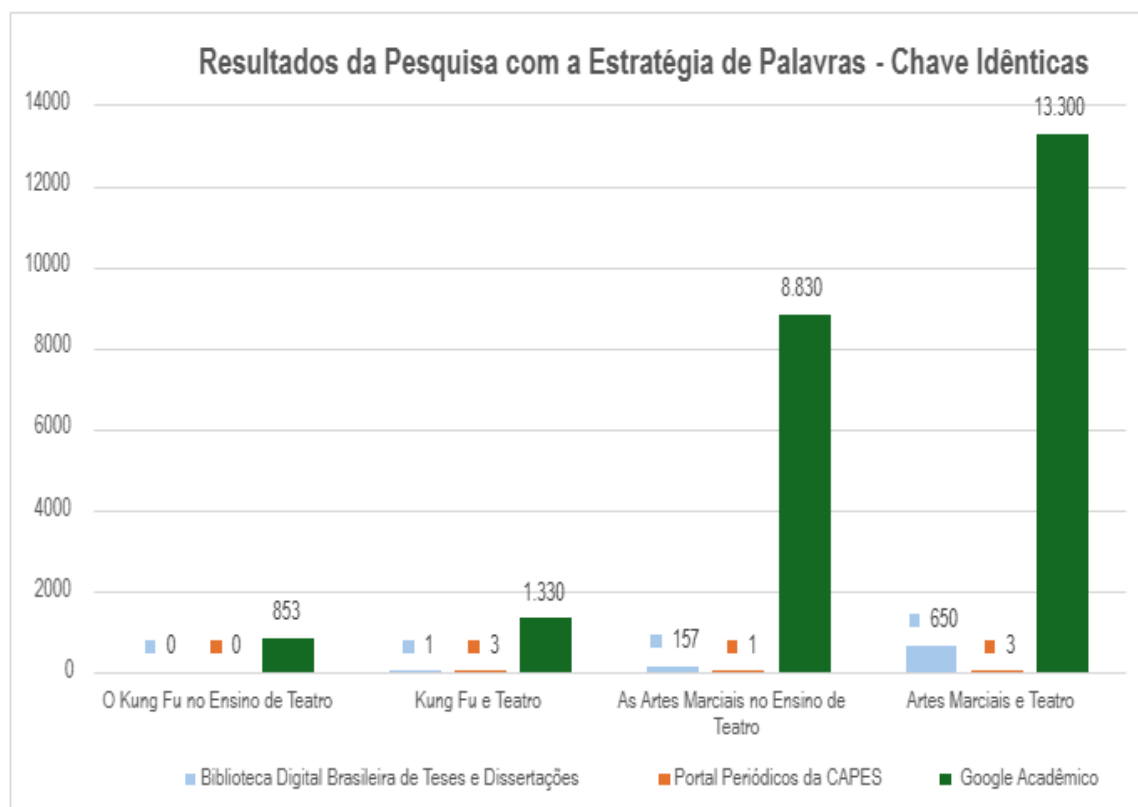
Refletindo essa construção de cena, a partir da escolha da representação dos personagens com elementos advindos do *Kung Fu* estilo *Shaolin do Norte*, os dois alunos que interpretaram Os Dois Cosmos, ao caminhar com o uso da postura do Arqueiro (*Gong Bu*), seus corpos contaram história por via dos gestos realizando uma operação intercultural de restauração do comportamento, se integrando no espaço, transfigurando dessa postura sentidos e sensações que contribuíram com a abordagem lúdica que propuseram para a cena o que se aproxima do teatro físico. A discente que interpretou a Filha e se dispôs a utilizar os três primeiros movimentos do primeiro *Kati*, pôde transmitir a partir da sua imaginação a criatividade para elaborar gestos e movimentos corporais inspirados nos elementos da natureza, o que impulsionou sua coordenação motora, trazendo a apreciação estética da harmonia e precisão que se encontra junto aos preceitos marciais. Ademais a proposta da cena teve como um grande ponto o papel de seus corpos no modo que se integram ao espaço da construção cênica, ampliando a expressividade através de técnicas na criação de partituras trazendo essa troca horizontal entre o ensino de teatro e o *Kung Fu* estilo *Shaolin do Norte* para um enriquecimento artístico mútuo ampliando a expressividade através de técnicas.

4. UM OLHAR SOBRE O USO DAS ARTES MARCIAIS NO CAMPO TEATRAL

Ao assimilar as técnicas de atuação das tradições cênicas orientais no trabalho do ator ocidental, é crucial lembrar a crise do teatro ocidental em meados do século XX, com o efeito das vanguardas históricas no questionamento sobre como o texto é utilizado no teatro e a importância do corpo humano e suas expressões. Esses novos caminhos levaram artistas e pesquisadores ocidentais do século XX a reverterem e complementarem os seus papéis, com influências advindas do Oriente, incluindo em processos de criação específicos, o uso de artes marciais asiáticas. O que é observado na concepção de Artaud (1931), em seu vislumbre o Teatro de Bali, adentrava uma espécie de renovação pelos atores-dançarinos em uma espécie de arquitetura espiritual; Stanislávski como precursor do Yoga no teatro Ocidental, Joner (2014); Philippi B. Zarrilli com o uso de artes marciais indianas e chinesas em seu treinamento (Pinheiro, 2012).

Mais adiante, evidencia-se na contemporaneidade brasileira o uso das artes marciais, como meio de treinamento para atores, no quesito de preparação como é observado trabalhos nos trabalhos a seguir: A *Pregnância do Vazio*: A simbolização do gesto como espaço cênico para a criação (Bonfitto e Andraus, 2014); A *Experiência no Tai Chi*: Possibilidades para pensar o corpo sem órgãos e a preparação do ator (Vianna, 2011); *Diálogos Corporais*: Fronteiras entre o ator e a arte marcial (Barros, 2016); *Kata Pessoal*: Treinamento psicofísico para atores/bailarinos por meio do *judô* (Pinheiro, 2012); *Preparação do ator através da arte marcial*: um estudo de princípios (Barros, 2010); *Tempo de jejuar e resistir - A presença do Kung Fu no treinamento do ator*: a experiência extracotidiana no teatro vocacional em proposição épica (Oliveira, 2010), entre eles também está: Uma atriz em cultivo pelas artes marciais: a transformação do espírito e da personalidade no treinamento de *Choy Lay Fut* (Zamarioli, 2017).

Seguindo como método de busca, para expandir o conhecimento sobre abordagens que relacionam as interculturalidades das artes marciais no campo teatral brasileiro, a figura 3, descreve a quantidade de materiais acadêmicos encontrados em três plataformas oficiais que contém variadas fontes acadêmicas referenciais: 1. Biblioteca Digital Brasileira de Teses e Dissertações (BDTD); 2. Portal Periódicos da CAPES; 3. Google Acadêmico. Considerando suas ferramentas do mecanismo de busca que abrangem todos os campos e tipos de materiais como artigos, capítulos de livros, dissertações, livros e periódicos. As palavras-chave selecionadas para as buscas foram: “O *Kung Fu* no Ensino de Teatro”, “*Kung Fu* e Teatro”, “As Artes Marciais no Ensino de Teatro” e “Artes Marciais e Teatro”.

Figura 3 - Gráfico com resultados da pesquisa com palavras-chave

Fonte: Acervo pessoal (2025)

Em primeiro momento é mostrado os resultados encontrados com o operador de busca avançada com as palavras-chave “*Kung Fu* no Ensino de Teatro”. Na Biblioteca Digital Brasileira de Teses e Dissertações (BDTD), nenhum registro foi encontrado o mesmo ocorreu com o Portal Periódicos da CAPES, enquanto o Google Acadêmico, obteve aproximadamente 853 resultados, no entanto a partir da primeira página já se observa o desvio do tema para área de atuação e treinamento de atores.

Na sequência, as mesmas configurações foram implementadas para a referida pesquisa “*Kung Fu* e Teatro”. Constatado que uma dissertação foi encontrada na Biblioteca Digital Brasileira de Teses e Dissertações (BDTD), sendo: Tempo de jejuar e resistir - A presença do *Kung Fu* no treinamento do ator: a experiência extracotidiana no teatro vocacional em proposição épica (Oliveira, 2010), a mesma foi localizada no Portal Periódicos da CAPES, juntamente a dois artigos. Os dados apontam que aproximadamente 1.330 resultados obtidos no Google Acadêmico, vale ressaltar que a partir da primeira seção de página é encontrado materiais acadêmicos repetidos, tendo em vista que a partir da quarta seção existe o desvio da área de busca, com artigos vindos da formação em Educação Física, destacados com o termo “*Kung Fu*”.

Entre os poucos resultados efetivos e desvios recorrentes, a busca ampliada com as palavras-chave “As Artes Marciais no Ensino de Teatro”, computou 157 resultados da Biblioteca Digital Brasileira de Teses e Dissertações (BDTD), examinando as páginas de destaque que as palavras ensino e teatro recebiam grifos amarelos de destaque, não apresentando o termo artes marciais junto a elas, separando a lógica da pesquisa, algo semelhante ocorreu com o Portal Periódicos da CAPES ao direcionar um artigo com grifo na palavra marcial, se referindo a uma banda marcial. Foram gerados 8.830 resultados de busca no Google Acadêmico, observei que a partir da primeira seção, resulta em temas de diferentes áreas como o treinamento e preparo psicofísico para atores, e estudos voltados à Educação Física.

Para concluir a investigação, inseri nas buscas as palavras-chave “Artes Marciais e Teatro”, através da Biblioteca Digital Brasileira de Teses e Dissertações (BDTD), foram computadas 650 escritas acadêmicas com grifos separando as palavras arte, artes marciais e teatro. No Portal Periódicos da CAPES foram processadas três escritas, sendo uma delas com a palavra banda marcial em destaque. Nessa averiguação, 13.300 resultados foram calculados pelo Google Acadêmico, direcionado tanto nas áreas do teatro quanto pesquisas em Educação Física.

A pesquisa realizada sobre a presença do teatro e das artes marciais na área da licenciatura revelou resultados escassos e incertos nas principais plataformas de referência. Há poucos estudos que abordem essa articulação de forma aprofundada, o que evidencia uma lacuna acadêmica significativa. Justamente por isso, torna-se relevante expandir as investigações nesse campo, ampliando olhares e metodologias. Explorar essa relação permite compreender novas possibilidades formativas e corporais na educação. Desse modo, este trabalho contribui para fortalecer um diálogo ainda pouco desenvolvido.

5. CONCLUSÃO

A análise do tema demonstrou que a integração entre o *Kung Fu* e o ensino de teatro abre um campo fértil de experimentações e possibilidades pedagógicas. O contato dos discentes com técnicas corporais advindas do *Kung Fu estilo Shaolin do Norte*, permitiu ampliar a percepção de presença, disciplina e consciência corporal, aspectos fundamentais para a construção de um corpo cênico vivo e expressivo. Ao transitar entre jogos teatrais, dinâmicas e exercícios marciais, foi possível observar o fortalecimento do vínculo entre corpo, voz, mente, energia e percepções de si e dos próximos, consolidando uma experiência

de aprendizagem acerca dos aspectos da corporeidade.

Outro ponto importante foi a constatação de que o estranhamento inicial dos estudantes ao se depararem com posturas e movimentos extracotidianos se transformou em impulsos do motor criativo. Esse processo de superação trouxe benefícios tanto individuais quanto coletivos, favorecendo a cooperação, a escuta e a concentração dos alunos.

A prática da respiração diafragmática aliada às posturas do *Kung Fu Shaolin do Norte*, auxiliou os alunos alcançar maior projeção vocal e estabilidade física, refletindo diretamente na qualidade de suas energias e presença cênica. Essa articulação entre corpo e voz mostrou que o teatro se fortalece quando dialoga com práticas extracotidianas, que desafiam o aluno a ir além de seus limites habituais. A experiência permitiu que os estudantes compreendessem o corpo como instrumento de criação, sustentado por disciplina, desempenho de energia e imaginação.

A BNCC destaca a importância de metodologias que promovam a formação integral do estudante, considerando não apenas o desenvolvimento cognitivo, mas também o social, espacial, emocional e físico, que em suma são referidos nas dimensões do conhecimento para as aulas de Arte relacionando a crítica; criação, estesia expressão, reflexão e fruição. Nesse sentido, inserir componentes do *Kung Fu estilo Shaolin do Norte*, como proposta educativa, não significa reproduzir técnicas de combate em sala de aula, mas ressignificá-las como instrumentos de colaboração, respeito mútuo, pesquisa e disciplina assim como na concepção de Morcazel (2011). Essa abordagem dialoga diretamente na educação integral e com a formação de competências socioemocionais tão enfatizadas no documento oficial.

A proposta da arte marcial referida como técnica para ser utilizada nas atividades teatrais em sala de aula surge, assim, proposta interdisciplinar e intercultural dentro da licenciatura em Artes Cênicas. Ao desenvolver atividades que envolvem movimentos corporais, códigos de respeito, princípios filosóficos e criação no espaço inserido, o professor pode criar experiências que valorizam a diversidade cultural e estimulam a convivência ética entre os alunos. Mais do que habilidades motoras, essas práticas podem desenvolver competências como empatia, autocontrole, autoconhecimento, responsabilidade, elementos fundamentais para a cidadania e previstos nos eixos estruturantes da BNCC, que também se fazem presente nos códigos de conduta do *Kung Fu estilo Shaolin do Norte*. Portanto, trazer à utilização de aspectos dessa arte marcial, como recurso pedagógico no campo da licenciatura em Artes Cênicas para o ensino de teatro na escola, não é apenas inovador, mas também profundamente coerente com os princípios da educação contemporânea. O docente pode

ampliar o repertório metodológico e criar oportunidades para que os estudantes se percebam como protagonistas de processos de aprendizagem mais significativos.

REFERÊNCIAS

- AMORIM, M. Gabriel; CONSENZO, Danillo. Wu De - Reflexão filosófica acerca do código de ética marcial do Kung-Fu. **Revista Portuguesa de Ciências do Desporto**, 2014. Disponível em: <https://tskfsga.com.br/documentos/WuDe.pdf>. Acesso em: 23 de ago. 2025.
- APOLLONI, Rodrigo Wolff. “**Shaolin à brasileira**”: estudo sobre a presença e a transformação de elementos religiosos orientais no Kung-Fu praticado no Brasil. 2004. Dissertação (Mestrado em Ciências da Religião) – Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo, 2004. Disponível em: https://www.academia.edu/20512194/_Shaolin_%C3%A0_Brasileira_Estudo_sobre_a_presen%C3%A7a_e_a_transforma%C3%A7%C3%A3o_de_elementos_religiosos_orientais_no_Kung_Fu_praticado_no_Brasil. Acesso em: 23 ago. 2025.
- ARTAUD, Antonin. O Teatro e Seu Duplo. São Paulo: **Martins Fontes**, 2006. Disponível em: https://12923501798325881923.googlegroups.com/attach/3b7a5a6ff5c1c98b/artaud-o-teatro-e-seu-duplo.pdf?part=0.1&view=1&vt=ANaJVrGt16DYU_Zbb8m1i0uujBZ_hrY4K6JDKpd8z-u3KJCPR85x3qLv6iX1c_XP8C7AXf5wHMDEhWtDFHltEdD_BQNw6HeCpilirXCJNofWcbjoBULLVPjE. Acesso em: 23 ago. 2025.
- BARBA, Eugenio; SAVARESE, Nicola. A arte secreta do ator: dicionário de antropologia teatral. São Paulo: Hucitec, 1995. 274 p. Disponível em: <https://pt.scribd.com/doc/301191367/A-Arte-Secreta-Do-Ator-Dicionario-de-Antropologia-Teatral-Eugenio-Barba-e-Nicola-Savarese-pdf>. Acesso em: 23 ago. 2025.
- BARROS, Ariane Guerra. **Diálogos Corporais**: fronteiras entre o ator e a arte marcial. Curitiba: Ed. Prismas, 2016. 150 p.+ ISBN: 978-85-5507-108-9
- BARROS, Ariane. Preparação do ator através da arte marcial: um estudo de princípios. In: Congresso da Associação Brasileira de Pesquisa e Pós-Graduação em Artes Cênicas, 2010. Anais [...]. Campinas: UNICAMP, 2010. Disponível em: <https://www.iar.unicamp.br/publionline/abrace/hosting.iar.unicamp.br/publionline/index.php/abrace/article/download/3627/3627-Texto%20do%20artigo-9591-1-10-20181016.pdf>. Acesso em: 23 ago. 2025
- BEZERRA, Fabricio Leomar Lima; MOREIRA Wagner Wey. Corpo e educação: O estado da arte sobre o corpo no processo de ensino aprendizagem. **Rev. Encontro de Pesquisa em Educação**, Uberaba, v. 1, n.1, p. 61-75, 2013. Disponível em: <https://revistas.uniube.br/index.php/anais/article/view/699/996>. Acesso em: 23 ago. 2025.
- BRASIL. Ministério da Educação. Base Nacional Comum Curricular – BNCC. Versão final homologada em 11 de maio de 2018. Disponível em: <http://basenacionalcomum.mec.gov.br/>. Acesso em: 23 ago. 2025.
- BULFINCH, Thomas. **O Livro de Ouro da Mitologia** – História de Deuses e Heróis. Rio de Janeiro, RJ: 34ed Ediouro, 2006. 419 p. Disponível em:

<https://filosofianreapucarana.pbworks.com/f/O+LIVRO+DE+OURO+DA+MITOLOGIA.pdf>. Acesso em: 23 ago. 2025.

FERREIRA, Fernando Dandoro Castilho; MARCHI JUNIOR, Wanderley; CAPRARO, André Mendes. O "Kung Fu" no Brasil na perspectiva dos mestres pioneiros: problemas e perspectivas no uso da história oral como instrumental de análise. **Rev. Bras. Educ. Fís. Esporte**, São Paulo, v. 28, n. 01, p. 65-75, abr. 2014. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbefe/a/BKxHg9Z36d4N9DK384HC6nb/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 23 ago. 2025.

FOUCAULT, Michel. **Vigiar e Punir**: história da violência nas prisões. Petrópolis: Editora Vozes, 1987. Disponível em: https://professor.pucgoias.edu.br/SiteDocente/admin/arquivosUpload/17637/material/Foucault_Vigiar%20e%20punir%20I%20e%20II.pdf. Acesso em: 23 ago. 2025.

JONER, Vicente Mahfuz. **O Yoga no Sistema de Konstantin Stanislavsky**: comunhão entre o espírito humano do personagem e o corpo humano do ator. Dissertação (Pós - graduação) - [s.l.] Universidade do Estado de Santa Catarina, Florianópolis, 2014. Disponível em: <https://sistemabu.udesc.br/pergamumweb/vinculos/000056/000056c4.pdf>. Acesso em: 23 ago. 2025.

KEISERMAN, Nara. Jogos Corporais em sala de aula. In: TELLES, Narciso; FLORENTINO, Adilson. **Cartografias do ensino de teatro**. Uberlândia : EDUFU, 2009. Disponível em: <https://repositorio.ufu.br/bitstream/123456789/29513/4/CartografiasEnsinoTeatro%20%281%29.pdf>. Acesso em: 23 de ago. 2025

MARANA, Jerônimo Martins. **Consciência corporal e percepção psicológica em praticantes de lao qigong**. [sn], 2013. 61f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Educação Física) - Universidade Estadual de Campinas. Campinas, 2013. 61f. Disponível em: <https://repositorio.unicamp.br/Busca/Download?codigoArquivo=512455>. Acesso em: 23 ago. 2025.

MOCARZEL, Rafael Carvalho da Silva. **Artes marciais e jovens**: violência ou valores educacionais? Um estudo de caso de um estilo de Kung-Fu. 2011. 108 f. Dissertação (Mestrado em Ciências da Atividade Física) – Universidade Salgado de Oliveira, Niterói, 2011. Disponível em: <https://www.researchgate.net/publication/299594179>. Acesso em: 23 ago. 2025.

NETO, Geraldo Avelino dos Santos; RESSURREIÇÃO, Kamila Santos. O Kung FU como método disciplinar na Educação Física escolar. **Educação, Gestão e Sociedade: revista da Faculdade Eça de Queirós**, v. 6, n. 23, p. 1-8, 2016. Disponível em: https://uniesp.edu.br/sites/_biblioteca/revistas/20170509163016.pdf. Acesso em: 23 ago. 2025.

OLIVEIRA, Antônio Ricardo Fagundes de. **Corpo subjetivado**: a categoria expressividade do sistema Laban/Bartenieff na formação do ator contemporâneo. 2006. 121f. Dissertação (Mestrado) - Universidade Federal da Bahia, 2006. Disponível em: <https://repositorio.ufba.br/bitstream/ri/9208/1/Disserta%C3%A7%C3%A3o.%20Antonio%20de%20Oliveira>. Acesso em: 23 ago. 2025

OLIVEIRA, Juliana Rocha de. **Tempo de jejuar e resistir: a presença do Kung Fu no treinamento do ator: a experiência extracotidiana no teatro vocacional em proposição épica.** 2010. 194 f. Dissertação (Mestrado) – Universidade Estadual Paulista, Instituto de Artes de São Paulo, São Paulo, 2010. Disponível em: <https://repositorio.unesp.br/server/api/core/bitstreams/e5c6f596-a880-4015-84d5-f370bdfd6d5c/content>. Acesso em: 23 ago. 2025.

PINHEIRO, Silvia do Socorro Luz. **Kata pessoal: treinamento psicofísico para atores/bailarinos por meio do judô.** 2012. 176 f. Dissertação (Mestrado em Artes) – Universidade Federal do Pará, Instituto de Ciências da Arte, Belém, 2012. Disponível em: <https://ppgartes.propesp.ufpa.br/disserta%C3%A7%C3%B5es/2010/SILVIA%20DO%20SOCORRO.pdf>. Acesso em: 23 de ago. 2025

PEREIRA, Ugenine dos Santos. **O papel da respiração no processo criativo do ator.** Dissertação (Mestrado em Artes) – Universidade Federal de Sergipe, São Cristóvão, 2013. Disponível em: <https://ri.ufs.br/bitstream/riufs/6733/2/Ugenine%20dos%20Santos%20Pereira.pdf>. Acesso em: 23 ago. 2025.

REICHERT, Maquiel Cristian; ANDRÉ, Carmina Mendes. Cartografias do professor de artes cênicas: atuação de um professor múltiplo. **Rev. Apotheke**, Florianópolis, v.8, n.3, p. 140-152, 2022. Disponível em: <https://periodicos.udesc.br/index.php/apotheke/article/view/22495/15086>. Acesso em: 23 ago. 2025.

RIOS, Fabíola Teixeira Araujo; MOREIRA, Wagner Wey. A importância do Corpo no processo de ensino e aprendizagem. **Evidência**, Araxá, v. 11, n. 11, p. 49-58, 2015. Disponível em: <https://core.ac.uk/download/pdf/231279781.pdf>. Acesso em: 23 ago. 2025.

SILVEIRA JÚNIOR, Edson Ronei Da; CARDOSO, Carlos Luiz. **QIGONG: uma contribuição para a Educação Física escolar.** Motrivivência, Florianópolis, n. 23, p. 83–102, 2004. Disponível em: <https://periodicos.ufsc.br/index.php/motrivivencia/article/view/2025>. Acesso em: 23 ago. 2025.

SPOLIN, Viola. **Jogos teatrais: o fichário de Viola Spolin.** Trad. Ingrid Dormien Koudela. São Paulo: Perspectiva, 2001. Disponível em: <https://pt.slideshare.net/slideshow/spolin-jogos-teatraisofichriodeviolaspolin-1/41305556>. Acesso em: 23 ago. 2025.

TORRES, José Augusto Maciel. **Kung Fu: a milenar arte marcial chinesa: águia, bêbado, louva-a-deus, tai chi Chuan, tigre, wing chun.** São Paulo: Online Editora, 2011. Acesso em: 23 ago. 2025.

VIANNA, Ana Carolina Strapção Guedes. **A experiência no Tai Chi: possibilidades para pensar o corpo sem órgãos e a preparação do ator.** 2011. 122 f. Dissertação (Mestrado em Linguagens da Cena e Pedagogias da Cena) - Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Natal, 2011. Disponível em: <https://repositorio.ufrn.br/items/0f533a2e-b2e4-4b2a-b3fb-1350503d7fcb>. Acesso em: 23 ago. 2025

ZAMARIOLI, Débora. **Uma atriz em cultivo pelas artes marciais:** a transformação do espírito e da personalidade no treinamento de Choy Lay Fut. 2021. 292 f. Tese (Doutorado em Teatro) - Universidade Federal de Santa Catarina, Centro de Comunicação e Expressão, Florianópolis, 2017. Disponível em: <https://repositorio.ufsc.br/handle/123456789/182575>. Acesso em: 23 ago. 2025.