

TODO.SONG.
PERFORMERS.



N323s Navegante, Marília.

Sentir e pensar a performance - Performar o pensamento :
diário e sequência de orientações para aprender a aprender a partir da
Performance / Marília Navegante. Belém: UFPA, 2022.

—120 f. il. color. : + Diário *Todos Somos Performers*

Orientador(a) Prof. Dr.a Maria Ataíde Malcher (Mestrado) –
Universidade Federal do Pará, programa de Pós-Graduação
Criatividade e Inovação em Metodologias de Ensino Superior
Belém, 2022.

Acompanhado do “Diário *Todos Somos Performers*”.

1. Performance. 2. Experiência. 3. Ensino. 4. Diário. 5.
Processo Autoformativo. I. Título. II. Título: *Diário Todos Somos
Performers*.

C.D.D. 370.18

SUMÁRIO/LADO "A"

ORIENTAÇÕES

NOTA AO LEITOR/PERFORMER

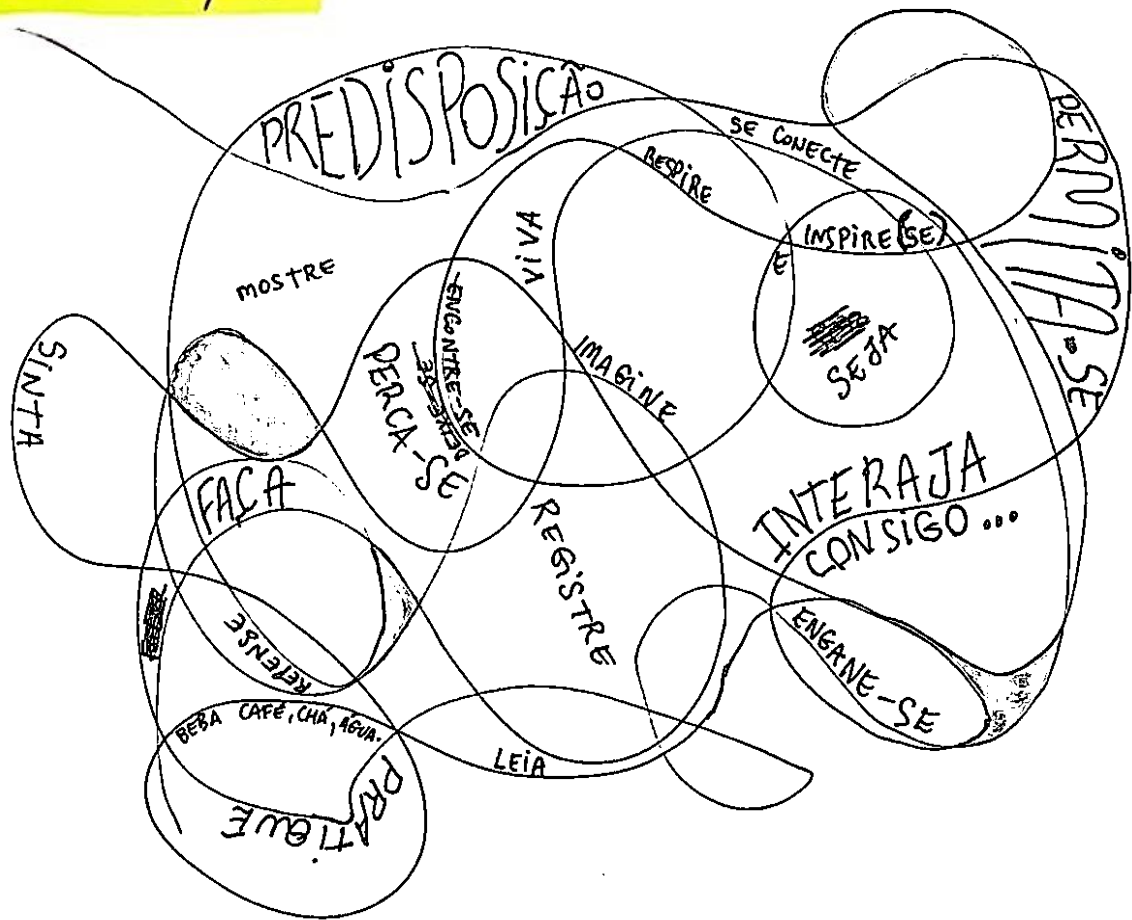
NUMERE AS PÁGINAS VOCÊ MESMO

1. SOBRE ANDAR SAINDO DE SI, SENTIR A EXPERIÊNCIA. _____
2. SOBRE OLHAR _____
3. SOBRE SENTIR _____
4. SOBRE OUVIR _____
5. SOBRE EU _____
6. CORPO INQUIETO _____
7. CORPO INACABADO _____
8. CORPO SENSÍVEL _____
9. O CORPO ENSINA E APRENTE _____
10. TODOS SOMOS PERFORMERS _____

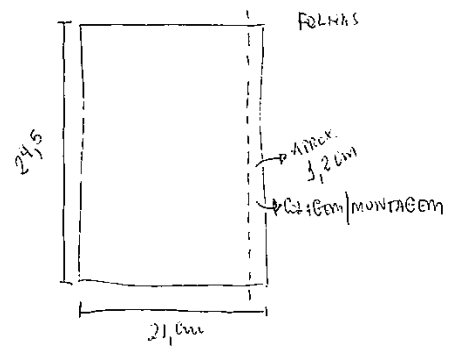
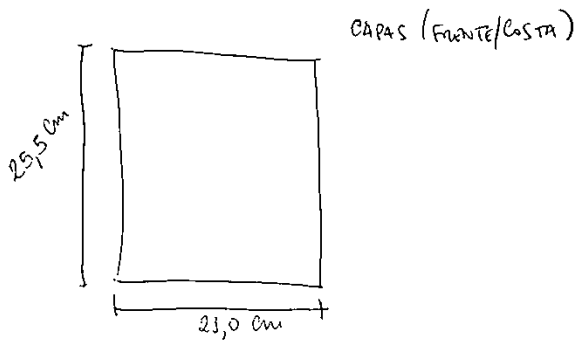
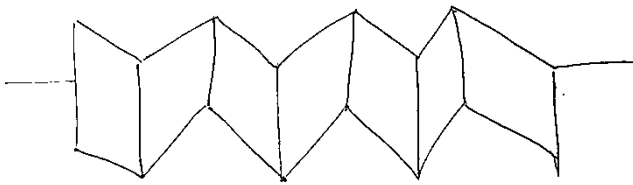
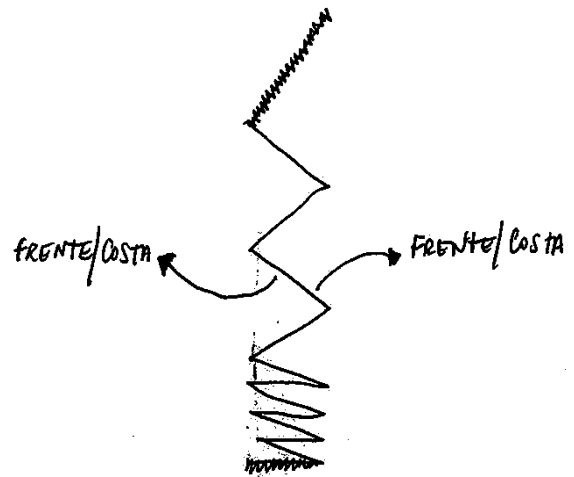
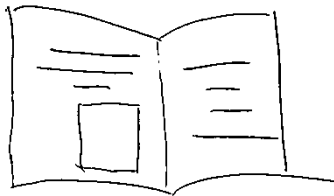
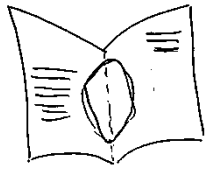
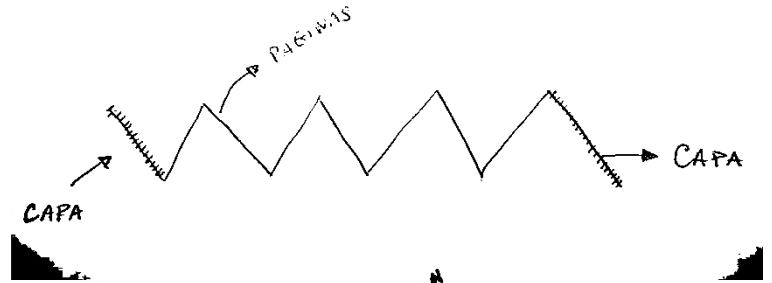
atensão

memória

ORIENTAÇÕES



ESBOÇOS "SANTONA"



NOTA AO LEITOR/PERFORMER

REALIZAR E MATERIALIZAR ESSE ARTEFATO DENOMINADO

↳ TODOS SOMOS PERFORMERS FOI UMA

TAREFA COMPLEXA, POIS, COMO EU PODERIA ME APROPRIAR E ADAPTAR A PERFORMANCE A UMA MATERIALIDADE QUE TEM SUAS LIMITAÇÕES PRÓPRIAS — ASPECTO FÍSICO, MATERIAL, FORMAL — QUE NÃO DEVERIAM NEM PODERIAM SUPRIMIR O CARÁTER CONCEITUAL, SUBJETIVO, PESSOAL, SUBVERSIVO, EFÊMERO, LIVRE DESSA LINGUAGEM ARTÍSTICA? SEM ENCADERNAÇÃO, SEM COSTURA EM SEU FORMATO SANTONADO

O TODOS SOMOS PERFORMERS PROVOCA UMA INTERAÇÃO E MANUSEIO DE FORMA LIVRE PORQUE PERMITE UMA VISÃO PANORÂMICA AO VISUALIZAR VÁRIAS PÁGINAS AO MESMO TEMPO

EM QUE TAMBÉM OFERECE A POSSIBILIDADE DE TRADICIONALMENTE VIRARAS-PÁGINAS DA DIREITA PARA A ESQUERDA E VICE-VERSA. DE TODO MODO VOCÊ ENCONTRARÁ PROPOSIÇÕES E/OU PERFORMANCES QUE SUGEREM E CONVIDAM A UMA INTERAÇÃO MAIS DIRETA NA QUAL VOCÊ LEITOR/A É COLOCADO/A NO LUGAR DE PERFORMER.

ESSAS PROPOSIÇÕES PARTIRAM DE UMA "EU/PERFORMER" QUE TENTA MOSTRAR COMO FAZER E CONSEQUENTEMENTE VIVER UMA EXPERIÊNCIA QUE POTENCIALIZE-EM MEIO A UM PROCESSO — O CORPO, A MENTE, A IDEIA, O CONTEÚDO. QUE BUSCA FOMENTAR FORMAS DIFERENTES DE APRENDER A APRENDER ENQUANTO EXPERIENCIA PRÁTICAS SENSIBILIZADORAS, DE AUTO-CONHECIMENTO.

NUMERE AS PÁGINAS
VOCE MESMO(A)



SOBRE

ANDAR

SAINDO DE SI,
SENTIR A
EXPERIÊNCIA...

Andar descalço/a por
algumas horas .

(Ir ao supermercado ou
ao trabalho, local de es-
tudo, a uma praça, quintal etc.)

"A GENTE SÓ SE EQUILIBRA EM MOVIMENTO"

SOBRE OLHAR



D E

a I G U E M

OLHE

NO



DE ALGUÉM POR ALGUNS MINUTOS.

BUSQUE UM OLHAR FIXO...

DÊ IMPORTÂNCIA AO CONTATO
VISUAL COM O OUTRO.

SOBRE SENTIR



Sentir o cotidiano ...

Ao adentrar em um espaço (sala, lanchonete/restaurante, quarto etc.) dê-se tempo para sentir o ambiente (cheiro, temperatura, sabores...).

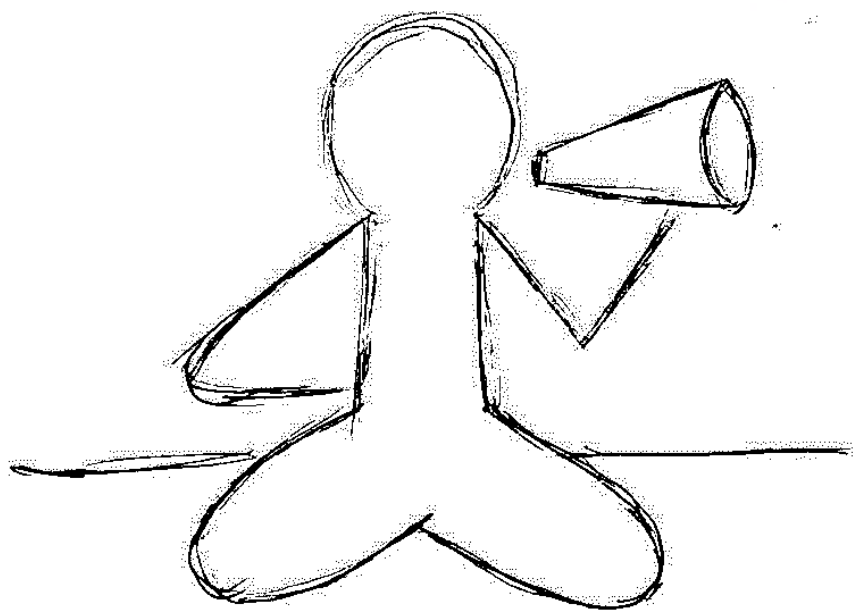
Perceba como seu corpo interage, toca e reage ao ambiente, como se afeta nesse espaço.

- | | | |
|---|-------------------------------------|--------------------------|
| <input type="checkbox"/> CALOR | <input type="checkbox"/> NORMAL | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> FRIO | <input type="checkbox"/> TRANQUILO | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> QUENTE | <input type="checkbox"/> AGITADO | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> GELADO | <input type="checkbox"/> VENTANDO | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> AMARGO | <input type="checkbox"/> CHOVENDO | |
| <input type="checkbox"/> DOCE | <input type="checkbox"/> INQUIETO/A | |
| <input type="checkbox"/> DESCONFORTÁVEL | <input type="checkbox"/> | |
| <input type="checkbox"/> CONFORTÁVEL | <input type="checkbox"/> | |

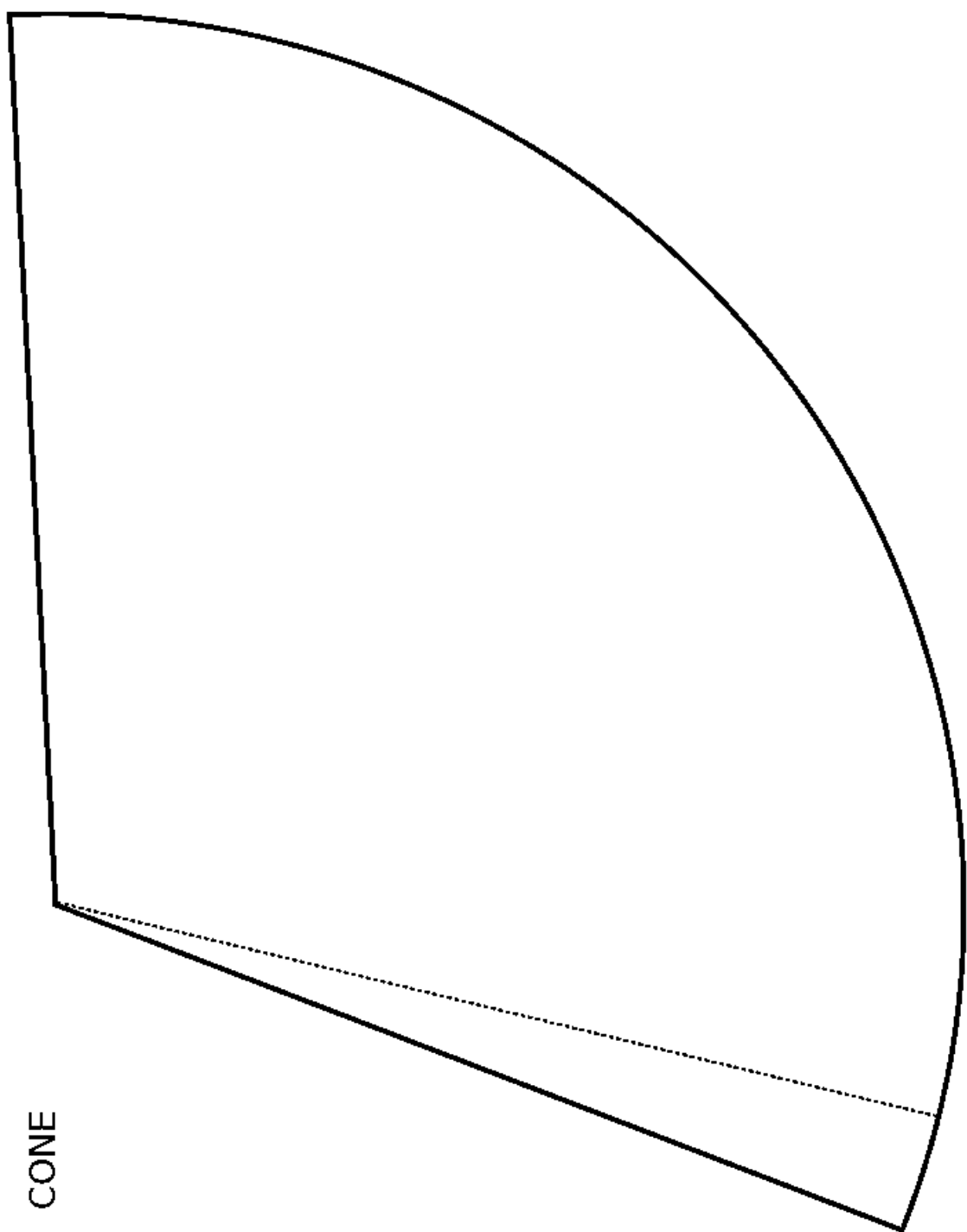
SOBRE OUVIR

Faça um CONE como no molde da página seguinte.

Coloque no ouvido. Ouça coisas ~~diversa~~ diversas: uma árvore, o vento, as batidas do coração ou a respiração de alguém.

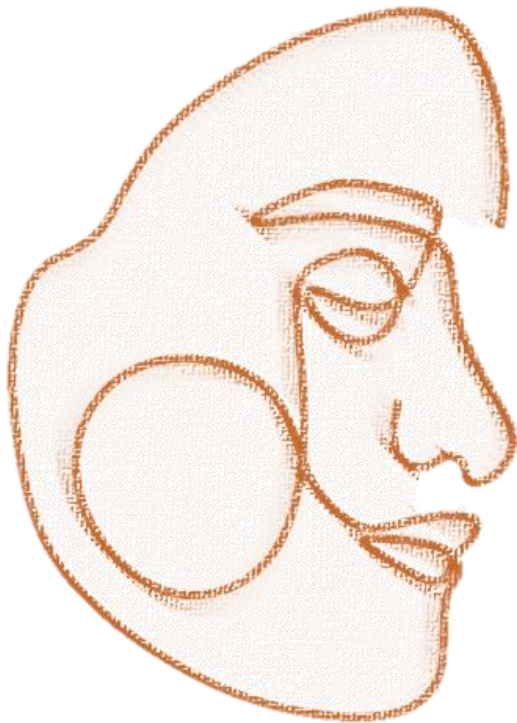


DE-SE TEMPO PARA PERCEBER
PELOS OUVIDOS.



CONE

SOBRE EU



ENSAIO DO EU...
Crie um diálogo do "eu"
com seu outro "eu".



CORPO INQUIETO

Como seu corpo se comporta?

O que seu corpo comunica?

HOJE ...

TREINE SUA PERCEPÇÃO:

Liste suas manias, movimentos aleatórios, involuntários, banais, "insignificantes" ...

- Cruzar os braços (exemplo)

-

-

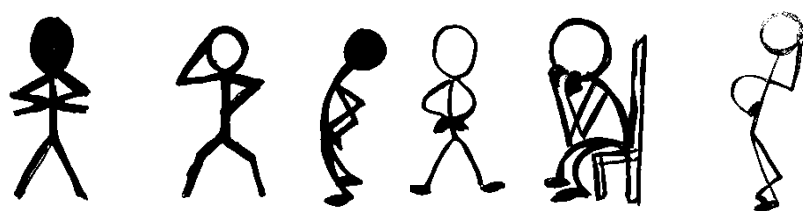
-

-

-

AMANHÃ ...

CRIE UM ENSAIO CORPORAL/PERFORMANCE A PARTIR DE SUA LISTA DE AUTOPERCEPÇÃO. (VOCÊ DEFINE O RITMO, TEMPO, REPETIÇÃO, COORDENAÇÃO ETC.).



De que forma o que você pensa ou sente
transparece no seu corpo?

CORPO INACABADO



AQUI SE PARA, RESPIRA, DÁ-SE TEMPO
PARA O FLUXO CRIATIVO TOMAR
ESPAÇO E SE CONSTITUIR
DE OUTRA MANEIRA ...



ESPAÇO AUTOBIOGRÁFICO

SE AUTOPROPONHA OUTRAS SITUAÇÕES,
INVENTE MOVIMENTOS E RITMOS,
COMPARTILHE COM OUTRA/S PESSOA/S.



CORPO SENSÍVEL

ESCOLHA DEZ PEDRAS. CATE-AS DE ALGUM LUGAR,
ELAS NÃO PRECISAM SER DO MESMO^{Nº} AMBIENTE.
DE TAMANHOS E TEXTURAS DIFERENTES.

LEVE-AS PARA CASA, LAVE-AS UMA A UMA E
GUARDE-AS.

ESCREVA EM CADA UMA, ALGUMA PALAVRA QUE
SE RELACIONE COM VOCÊ E PRESETEIE PESSOAS.

CADA PESSOA DEVERÁ RECEBER APENAS UMA
PEDRA. DESENVOLVA UMA CONVERSA SOBRE ISSO
COM ESSAS PESSOAS OU SIMPLEMENTE
NÃO DIGA NADA.



① CORPO ENSINA E APRENDE

ESPAÇO MEDITATIVO...

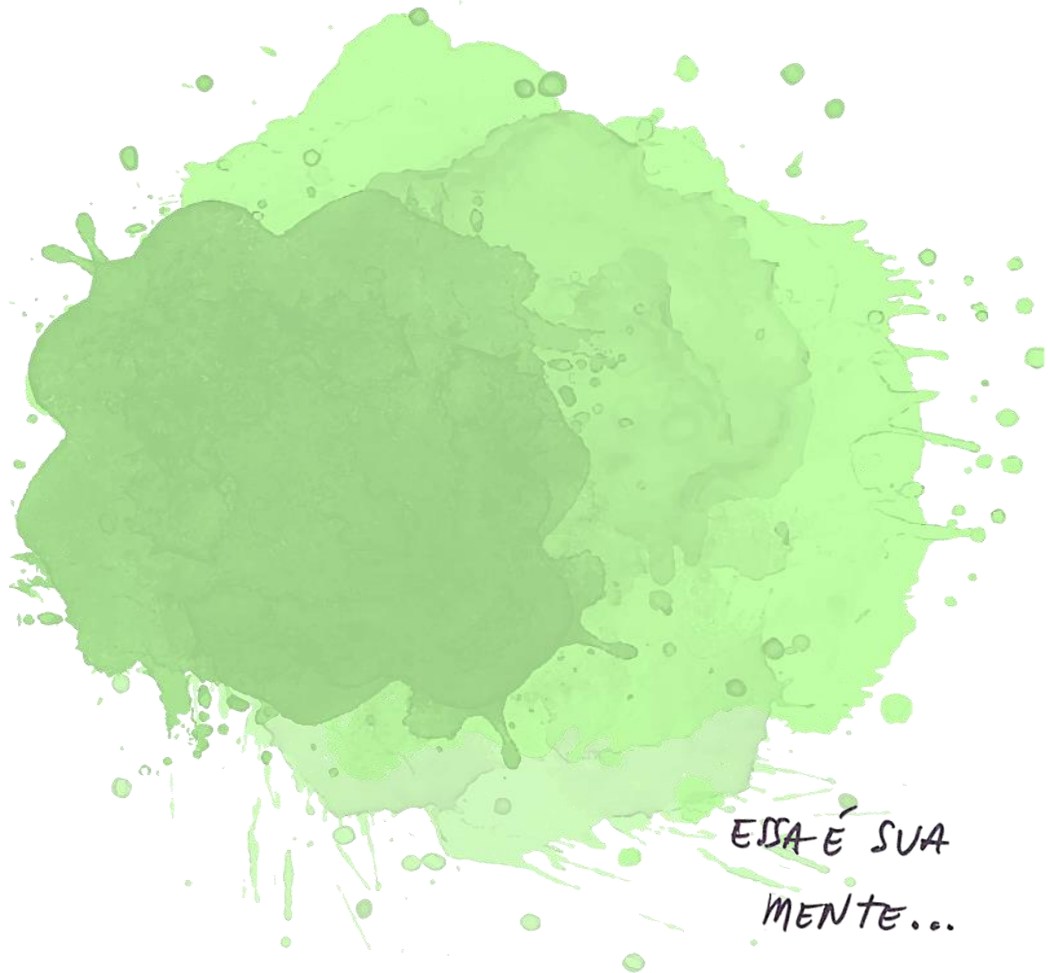
VOCÊ É SEU PRÓPRIO GUIA.



ESSE É SEU
CORPO ...

MEDITAÇÃO ... meditare,
ESTAR EM SEU CENTRO,
... SUA ATENÇÃO EM
SÍ MESMO.

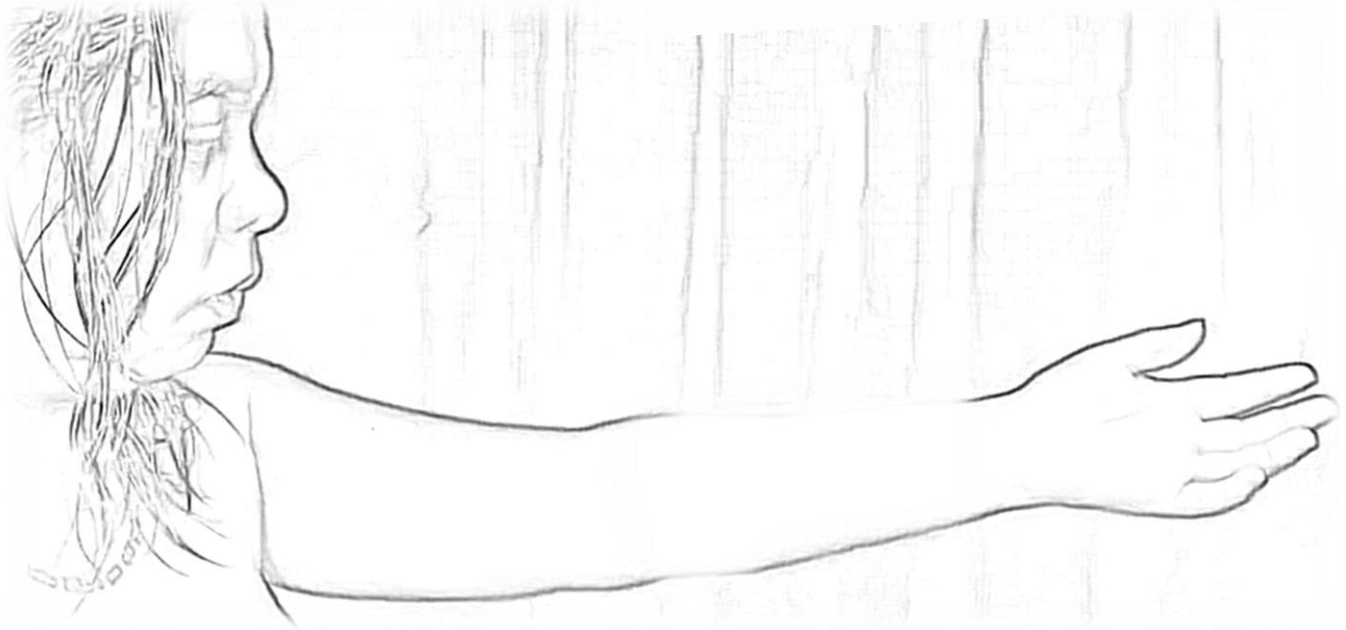
CONECTE ESSE CORPO
A ESSA MENTE. (ESBOCE, RABISQUE,
ESCREVA, COLE COISAS ETC.)
DÊ ATENÇÃO A SI MESMO!



ESSA É SUA
MENTE...

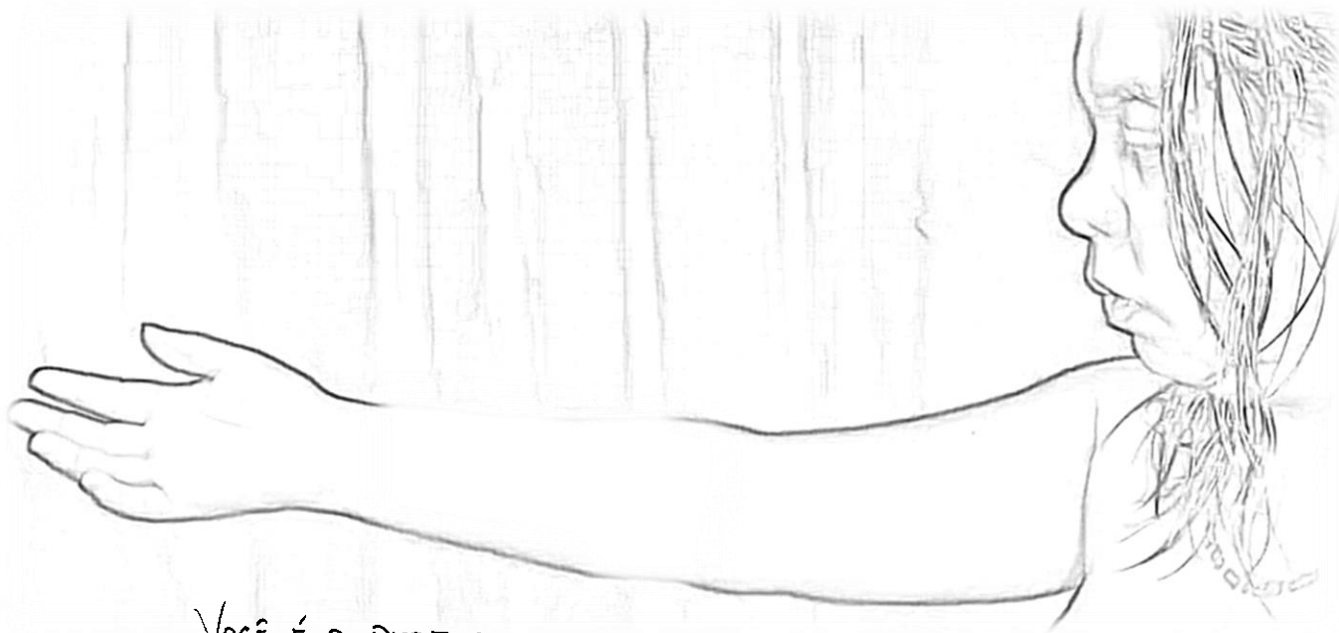
TODOS SOMOS PERFORMERS

PERFORMANCE: O SER, FAZER
MOSTRAR-SE FAZENDO DO
PROCESSO NO ATO DE CONSTRUIR,
DESENVOLVER OU TERMINAR UMA
PRÁTICA, MOVIMENTOS
IDENTITÁRIOS, SOCIOCULTURAIS,
ENTRE OUTROS PAPÉIS ASSUMIDOS
NO DECORRER DA AÇÃO.



OBERVE SEUS RITUAIS DIÁRIOS E ANOTE-OS.

ANDE, MAS, OBSERVE SEU ANDAR E MODIFIQUE-O.
ENQUANTO ANDA, ABRA E FECHÉ SEUS BRAÇOS...
DÊ PASSOS LARGOS...
DÊ PASSOS PEQUENOS...
OLHE SUAS MÃOS...
TENTE TOCAR O AR.
PARE NO MEIO DO CAMINHO...
DEFRUTE DO TEMPO.
DECIDA COMO TERMINARÁ O SEU PERCURSO.



VOCÊ É O PERFORMER.
SEU CORPO AGORA TOMA OUTRA FORMA.
VOCÊ AGORA VAI ABRIR UM CAMINHO... IMAGINE COMO ELE
SERÁ PERCORRIDO (CURTO, LONGO, RETO, ESTREITO, COM
CURVA OU SEM CURVA, LARGO, COM SOM OU SEM SOM,
SOZINHO OU ACOMPANHADO ETC.).
SEPARE OS ELEMENTOS NECESSÁRIOS PARA CONSTRUIR ESSE
CAMINHO (FOLHAS, GALHOS, ESPUMA, PAPEL, TERRA, VELAS ETC.).

TODO.SONG.
PERFORMERS.



N323s Navegante, Marília.

Sentir e pensar a performance - Performar o pensamento :
diário e sequência de orientações para aprender a aprender a partir da
Performance / Marília Navegante. Belém: UFPA, 2022.
—120 f. il. color. : + Diário *Todos Somos Performers*

Orientador(a) Prof. Dr.a Maria Ataíde Malcher (Mestrado) –
Universidade Federal do Pará, programa de Pós-Graduação
Criatividade e Inovação em Metodologias de Ensino Superior
Belém, 2022.

Acompanhado do “Diário *Todos Somos Performers*”.

1. Performance. 2. Experiência. 3. Ensino. 4. Diário. 5.
Processo Autoformativo. I. Título. II. Título: *Diário Todos Somos
Performers*.

C.D.D. 370.18

SUMÁRIO/LADO "B"

ORIENTAÇÃO

NOTA AO LEITOR/PERFORMER

NUMERE AS PÁGINAS VOCÊ MESMO (DE NOVO)

PROPOSIÇÕES SISTEMATIZADAS DAS PERFORMANCES

1. SOBRE ANDAR: SAINDO DE SI, SENTIR A EXPERIÊNCIA _____
2. SOBRE OLHAR _____
3. SOBRE SENTIR. _____
4. SOBRE OUVIR _____
5. SOBRE EU _____
6. CORPO INQUIETO. _____
7. CORPO INACABADO. _____
8. CORPO SENSÍVEL. _____
9. O CORPO ENSINA E APRENDE. _____
10. TODOS SOMOS PERFORMERS. _____

pensamento

linguagem

ORIENTAÇÃO

OFEREÇO A VOCÊS OS PROCEDIMENTOS TOMADOS PARA A REALIZAÇÃO DAS AULAS PERFORMÁTICAS QUE TANTO TEM EXPLORADO O "EU" TRAZENDO OS ASPECTOS SUBJETIVOS DO CORPO, DA VIDA, DA ARTE PARA UMA MELHOR COMUNICAÇÃO E EXPERIÊNCIA.

PRIMEIRO PASSO É EXPLORAR O PENSAMENTO, A MENTE, SOMENTE NO QUE TANGE A SENSIBILIZAÇÃO DOS CORPOS COMO PREPARAÇÃO PARA O PROCESSO CRIATIVO.

ACREBITA-SE AQUI QUE A APRENDIZAGEM OCORRE POR MEIO DA MEMÓRIA CORPORAL VIVENCIADA NAS AULAS SEJA PELO ENFOQUE NA CRIAÇÃO DE IMAGENS SEJA PELA CAPTURA SENSORIAL DOS SENTIDOS.

NOTA AO LEITOR/PERFORMER

PODE A PERFORMANCE SER ENTENDIDA COMO UM MANUAL,
UMA RECEITA PARA VIVER UMA EXPERIÊNCIA?

ESSE ARTEFATO PODE SER ENTENDIDO E RECEBIDO COMO UM
MANUAL, UMA RECEITA A SER SEGUIDA PARA VIVER UMA EXPERIÊNCIA?

QUE SUJEITOS SÃO/SERÃO "PRODUZIDOS" POR ESSE PERCURSO?

COMO ISSO TUDO PODE SER RESSIGNIFICADO PELOS SUJEITOS?

AS PROPOSIÇÕES/PERFORMANCES CONTIDAS AQUI NÃO DEIXAM DE SER
UM MÉTODO, UM CAMINHO, UM TRAJETO DEFINIDO, ELABORADO -
EM MEIO A MUITOS OUTROS PERCURSOS - MODELOS FORMATIVOS
OU PER/FORMATIVOS. NO ENTANTO, AINDA QUE SE APRESENTE
COMO UM PROCESSO, UM EXPERIMENTO COM OS MESMOS
ELEMENTOS PARA QUALQUER PESSOA QUE O VIVENCIE OU PERFORME
UMA EXPERIÊNCIA SERÁ ÚNICA, SINGULAR PARA CADA UM QUE
SE PERMITA E SE ABRA A ELAS, QUE "EX-PONHA" E SINTA AS
IDEIAS NO CORPO.

É PRECISO APRENDER A ANDAR.

É PRECISO APRENDER A OLHAR.

É PRECISO APRENDER A SENTIR.

É PRECISO APRENDER A OUVIR.

É PRECISO APRENDER A CHEIRAR.

É PRECISO APRENDER A TOCAR.

É PRECISO APRENDER A APRENDER TUDO ISSO.

COM TUDO O QUE ISSO TEM DE VULNERABILIDADE E RISCO.

NUMERE AS PÁGINAS

VOCE ^A MESMO(A)

(DE NOVO)

PROPOSIÇÕES SISTEMATIZADAS
DAS
PERFORMANCES

TEMA/TÍTULO: SOBRE ANDAR
Saindo de si, sentir a experiência.

OBS.: Poderão ser usados objetos cotidianos quaisquer (a exemplo, criar percursos sensoriais etc.).

PRÁTICA:

- 1º passo- organizar a sala de aula (retirar as cadeiras) e/ou o ambiente escolhido (corredores, outros espaços);
- 2º passo- Pedir aos estudantes que fiquem descalços; organizá-los em círculo para que possam ver e ouvir as orientações;
- 3º passo/orientação 1- Começar com alongamentos (simples, pescoço, ombros, pés, mãos etc.) e exercícios de respiração (cinco minutos);
- 4º passo/orientação 2- Pisar primeiro com o calcanhar, depois o resto do pé toca o chão. Pedir para que repitam esses passos até terem certo controle e/ou postura (coluna ereta, braços e mãos livres, cabeça erguida);
- 5º passo/orientação 3- orientar para que andem em direções e ritmos diferentes (começar gradativamente acelerara desacelerar, correr e andar lentamente em momentos intercalados, mas, sempre com o movimento descrito no passo anterior.); Não podem deixar espaços vazios na sala e/ou se distanciarem demais se for espaço aberto;
- 6º passo/orientação 4- Orientar para que parem “stop”, não se mexam (em silêncio), respirem por um minuto;
- 7º passo/orientação 5- orientar para que andem em direções e ritmos diferentes, de costas, de lado – esquerdo ou direito - (1 minuto); (pedir que parem “stop”, não se mexam (ficar em silêncio), respirar); Exercitar a caminhada sem sair do lugar (1 minuto).
- 8º passo – Ao terminar a ação anterior, pedir para que formem o círculo novamente, inspirar e expirar, sentar-se antes de iniciar um diálogo sobre suas percepções;

OBJETIVO(S) -

- 1- Fazer com que se aprofundem em percepções muito mais pertinentes quanto ao seu Ser e Estar no espaço partindo da sala de aula para a vida, bem como sua consciência física e mental diante de ação tão automatizada no cotidiano ao lidar com outros corpos no mesmo ambiente.
- 2- Aprender a perceber o próprio corpo. Como eles/as caminham no espaço? Eles/as se olham? Se tocam ou se esbarram? O que o modo de caminhar do corpo comunica?

TEMA/TÍTULO:

OBS.:

PRÁTICA

1º passo-

2º passo-

3º passo/orientação 1-

4º passo/orientação 2-

5º passo/orientação 3-

6º passo/orientação 4-

7º passo/orientação 5-

8º passo/orientação 6 –

9º passo/orientação 7 –

10º passo/orientação 8 –

OBJETIVOS (S) -

TEMA/TÍTULO: SOBRE OLHAR

OBS.: Poderão ser usados objetos cotidianos quaisquer (a exemplo, objetos de cores vivas, neon, laser, lanterna algo que direcione o olhar em pontos diferentes do ambiente). (É importante que mantenham silêncio na maior parte do tempo, para que não percam as suas intervenções de falas e/ou orientações em meio ao movimento).

PRÁTICA:

- 1º passo- organizar a sala de aula (retirar as cadeiras) e/ou o ambiente escolhido (corredores, outros espaços);
- 2º passo- Pedir aos estudantes que fiquem descalços; organizá-los em círculo para que possam ver e ouvir as orientações;
- 3º passo/orientação 1- Começar com alongamentos (simples, pescoço, ombros, pés, mãos etc.) e exercícios de respiração (cinco minutos);
- 4º passo/orientação 2- Pedir para que escolham um local na sala (se espalhar), ficar em pé, embaralhados/as, nada de fileiras, linhas etc. (sempre observar se estão respirando);
- 5º passo/orientação 3- Parado/a em qualquer ponto da sala/ambiente como estátua, mover apenas os olhos – para cima, para baixo, para o lado esquerdo e direito (orientar para que não movam a cabeça/pescoço, mão, braços ou ombros etc. o corpo deve ficar totalmente imóvel);
- 6º passo/orientação 4- Independente do local onde estejam e ainda que não alcancem ou enxerguem pedir para que olhem (sem se mover) para a direção (ou objeto que você definir); (exercitar pontos de vistas diferentes sobre a mesma coisa/objeto).
- 7º passo/orientação 5- Pedir que andem rapidamente no ambiente (parar “stop”, não se mexam (ficar em silêncio), respirar) escolher sua dupla (para a próxima orientação), organizar-se de frente para o outro (em silêncio, fechar os olhos) respirar.
- 8º passo/orientação 6 – Orientar para que olhem nos olhos do seu parceiro/a de dupla (você poderá prepará-los fazendo uma contagem 3...2...1 – abrir os olhos etc.); Dê-lhes o tempo mínimo de 1 minuto,
- 9º passo/orientação 7 – Faça-os andarem novamente de forma acelerada na sala, mas, dessa vez ao pararem durante seu comando, deverão se juntar em dupla ao colega mais próximo (não poderão escolher o parceiro/a) e repetir a ação de olhar nos olhos. (repetir a ação até a maioria ter experimentado esse exercício com o máximo de pessoas diferentes);
- 10º passo/orientação 8 - Ao terminar a ação anterior, pedir para que formem o círculo novamente, inspirar e expirar, sentar-se antes de iniciar um diálogo sobre suas percepções;

OBJETIVO(S) -

- 1- Desconstruir e até mesmo estreitar algumas barreiras que nos mantém distantes e/ou não permitem que possamos nos aproximar verdadeiramente enquanto sujeitos como princípio para criações em grupo.
- 2- Criar conexões com nossos pares e à medida que se aprofunde, fomentar o respeito às limitações uns dos outros, em uma dinâmica progressiva que potencialize o “quem eu sou” diante de situações que são resolvidas em conjunto.

TEMA/TÍTULO:

OBS.:

PRÁTICA

1º passo-

2º passo-

3º passo/orientação 1-

4º passo/orientação 2-

5º passo/orientação 3-

6º passo/orientação 4-

7º passo/orientação 5-

8º passo/orientação 6 –

9º passo/orientação 7 –

10º passo/orientação 8 –

OBJETIVOS (S) -

TEMA/TÍTULO: SOBRE SENTIR

OBS.: (É importante que mantenham silêncio na maior parte do tempo, para que não percam as suas intervenções de falas e/ou orientações em meio ao movimento).

PRÁTICA:

1º passo- organizar a sala de aula (retirar as cadeiras) e/ou o ambiente escolhido (corredores, outros espaços);
2º passo- Pedir aos estudantes que fiquem descalços; organizá-los em círculo para que possam ver e ouvir as orientações;

3º passo/orientação 1- Começar com alongamentos (simples, pescoço, ombros, pés, mãos etc.) e exercícios de respiração (cinco minutos); (Após, pedir que escolham um local da sala/ambiente, deitem e fechem os olhos);

4º passo/orientação 2- orientar para que deixem as mãos abertas ao lado do corpo com as palmas tocando o chão (posição inicial). Orientá-los/as a sentir o ambiente (se está frio, calor, desconfortável, confortável etc.). Sentir o corpo, onde dói, onde está desconfortável, que partes estão tocando o chão, quais partes não estão. Pedir para que mexam os dedos dos pés, das mãos; *(você deverá determinar o fluxo dessas percepções, o tempo de duração, poderá fazer perguntas para que os corpos tentem perceber o que lhes afeta do/no ambiente e como afeta, estabelecer uma conversa).*

5º passo/orientação 3- Pedir que se espreguicem que permitam os bocejos espontâneos (orientar para que façam sem pressa, permitindo ao corpo agir de forma espontânea). Após, pedir que voltem a posição inicial.

6º passo/orientação 4- Em contagem de tempo 3...2...1... peça para que todos se coloquem em posição fetal para o lado ESQUERDO (como se fossem dormir); Pedir para que respirem (1 a 2 minutos). Voltar a posição inicial.

7º passo/orientação 5- Em contagem de tempo 3...2...1... peça para que todos se coloquem em posição fetal para o lado DIREITO (como se fossem dormir); Pedir para que respirem (1 a 2 minutos). Voltar à posição inicial.

8º passo/orientação 6 – Ainda de olhos fechados, orientar para que se espreguicem novamente, bocejem etc., e abram os olhos. Pedir que se levantem devagar até ficarem sentados no chão. Dialogar com o grupo.

OBJETIVO(S) -

1- Ampliar as percepções dos envolvidos quanto as variadas formas de sentir o corpo no ambiente – seja este qual for. Não basta só perceber-se no espaço, mas principalmente, perceber e compreender seus próprios estados de presença.

2- Empreender uma conversa sobre esse experimento vivido e sentido no corpo, quais as percepções de cada um? Quais os sentidos e significados construídos por cada um? Como tudo isso se relaciona com aprendizagem? É importante que os relatos sejam ouvidos e refletidos.

TEMA/TÍTULO:

OBS.:

PRÁTICA

1º passo-

2º passo-

3º passo/orientação 1-

4º passo/orientação 2-

5º passo/orientação 3-

6º passo/orientação 4-

7º passo/orientação 5-

8º passo/orientação 6 –

9º passo/orientação 7 –

10º passo/orientação 8 –

OBJETIVOS (S) -

TEMA/TÍTULO: SOBRE OUVIR

OBS.: É importante que se mantenha o silêncio na maior parte do tempo, para que não percam as suas intervenções de falas e/ou orientações em meio ao movimento. Os materiais a ser utilizado serão caixa de som com pen drive, cartão de memória ou acesso a internet com ou sem celular/*notebook*.

PRÁTICA

- 1º passo- organizar a sala de aula (retirar as cadeiras) e/ou o ambiente escolhido (corredores, outros espaços);
- 2º passo- Pedir aos estudantes que fiquem descalços; organizá-los em círculo para que possam ver e ouvir as orientações;
- 3º passo/orientação 1- Começar com alongamentos (simples, pescoço, ombros, pés, mãos etc.) e exercícios de respiração (cinco minutos);
- 4º passo/orientação 2- Pedir para que se posicionem em um local escolhido na sala (se espalhar), fiquem em pé, olhos fechados. Inspirar e expirar durante 1 minuto (você tem que ouvi-los respirar). Após, ainda de olhos fechados, pedir que se concentrem e tentem perceber quais sons conseguem identificar no ambiente, nos entornos (corredor, rua, além de um muro, cerca etc.). Dê-lhes tempo e os guie para perceberem pelos ouvidos;
- 5º passo/orientação 3- Ao terminar, pedir que abram os olhos, andem, corram no espaço (parar “stop”, não se mexam (ficar em silêncio), respirar).
- 6º passo/orientação 4- Orientar para que abram e permaneçam com os olhos fechados durante esse passo, que atentem para os sons que ouvirão e para onde direcionarão seus rostos como se estivessem olhando; Aqui, você deverá se movimentar no ambiente, parar em qualquer lugar (repetidas vezes) e fazer algum tipo de som (a exemplo, uma palma), eles/elas deverão sempre direcionar o rosto para onde acharem que está vindo o som (instigue-os a imaginar o que é esse som, ou de que objeto ele está sendo feito).
- 7º passo/orientação 5- Agora, oriente-os a sentar-se no chão e que mantenham os olhos fechados. Trabalhe com sons (a exemplo, ruído branco, chuva, vento, pessoas/crianças sorrindo, de cidade – carros etc. sons que serão emitidos por uma caixa de som). Aqui você deverá escolher quantos sons e por quanto tempo os lançará no espaço, qual a amplitude deste a depender do ambiente etc.
- 8º passo/orientação 6 – Ao terminar a ação anterior, pedir para que abram os olhos, e ainda sentados inspirar e expirar, formar um círculo antes de iniciar um diálogo sobre suas percepções;

OBJETIVO(S) -

1- Perceber e compreender a importância e significados dos sons na condução das ações provocadas no ambiente focalizando interações e afetações na medida em que se instiga a investigação do corpo por meio da audição no espaço. São processos amplos que vão tomando forma única em cada ser participativo.

TEMA/TÍTULO:

OBS.:

PRÁTICA

1º passo-

2º passo-

3º passo/orientação 1-

4º passo/orientação 2-

5º passo/orientação 3-

6º passo/orientação 4-

7º passo/orientação 5-

8º passo/orientação 6 –

9º passo/orientação 7 –

10º passo/orientação 8 –

OBJETIVOS (S) -

TEMA/TÍTULO: CORPO INQUIETO

OBS: Para esta performance se aproprie de caneta ou lápis, materiais que fazem parte da sua rotina enquanto estudante. Atenção para a questão da segurança enquanto se movimentam pela sala (cuidado com o outro, quedas, tropeços, entre outros) ao pedir para caminharem em um ritmo mais acelerado.

PRÁTICA

1º passo- organizar a sala de aula (retirar as cadeiras) e/ou o ambiente escolhido (corredores, outros espaços);
2º passo- Pedir aos estudantes que fiquem descalços; organizá-los em círculo para que possam ver e ouvir as orientações;

3º passo/orientação 1- Começar com alongamentos (simples, pescoço, ombros, pés, mãos etc.) e exercícios de respiração (cinco minutos);

4º passo/orientação 2- Orientar os alunos a comecem com a utilização da caneta/lápis. Pedir para que comecem a caminhar pela sala/ambiente em direções diversas e a caneta deverá estar em qualquer uma das mãos. Em seguida peça para que levem esse objeto até a região do rosto. (Não é necessário coloca-lo dentro da boca ou mordê-lo).

5º passo/orientação 3- Orientar a caminharem em um ritmo mais acelerado e dar batidas suaves com a caneta na região do rosto (você deverá fazer com que tanto a ação da caminhada quanto as batidas da caneta/lápis no canto da boca estejam e seja no mesmo ritmo, ou seja, se a caminhada for lenta as batidas são lentas). Explore esta ação por alguns minutos, depois desse tempo, você pode ir parando devagar e ir se direcionando caminhando para uma parede mais próxima.

6º passo/orientação 4- Oriente-os a pararem em algum lugar do espaço, e encostarem-se a uma parede como se estivessem descansando... Agora balancem uma perna (ritmo inquieto). Em meio a esse movimento insira novamente o uso da caneta ou do lápis, batendo-o em qualquer parte do seu próprio corpo. (É importante que em alguns momentos, você controle o ritmo desses gestos, mediando entre momentos mais acelerados e outros menos acelerados).

7º passo/orientação 5- Oriente-os (sem que tenha aviso prévio) a parar abruptamente: PAREM! Como se exigisse que se transformassem em estátuas: NÃO SE MEXAM! Na sequência, peça que respirem profundamente, e permaneçam em silêncio durante dois minutos. Durante a respiração comente sobre a importância deste ato de inspirar e de expirar... E para continuar, peçam que seus movimentos sejam restabelecidos aos poucos, e que se puderem continuem só exercitando a respiração.

8º passo/orientação 6 – Ao final do tempo, peça para que se sentem no chão em silêncio, levem a mão direita até a região do coração e tentem perceber pela mão o ritmo da batida deste órgão. (Questione como se sentem, se as batidas denotam algum tipo de desconforto, estresse, quietude, relaxamento etc.). Empreenda uma conversa sobre suas percepções nesse processo.

OBJETIVO(S) -

1- Captar conscientemente os fluxos gerados pelas intervenções cotidianas no corpo e trabalhar a autopercepção humana como forma de desacelerar e criar um efeito contrário de modo que seja percebido partindo de cada pessoa o papel de intervir nas suas próprias ações, movimentos, ritmos, durante e quem sabe após o processo de aula.

2- Permitir-se ser parte de uma construção coletiva, performática, ensaiada com os movimentos sendo repetidos na intenção de manter uma memória corporal fruto de apropriações cotidianas em prol de trazer benefícios à aprendizagem.

TEMA/TÍTULO:

OBS.:

PRÁTICA

1º passo-

2º passo-

3º passo/orientação 1-

4º passo/orientação 2-

5º passo/orientação 3-

6º passo/orientação 4-

7º passo/orientação 5-

8º passo/orientação 6 –

9º passo/orientação 7 –

10º passo/orientação 8 –

OBJETIVOS (S) -

TEMA/TÍTULO: SOBRE “EU”

OBS: Para esta performance se aproprie de alguns artefatos, os quais deverão ser pedidos aos discentes para que tragam e utilizem nesse processo. A exemplo, pedir para que cada um traga um recipiente transparente o qual deverá ser preenchido com água de acordo com as orientações da performance.

PRÁTICA

1º passo- organizar a sala de aula (retirar as cadeiras) e/ou o ambiente escolhido (corredores, outros espaços);

2º passo- Pedir aos estudantes que fiquem descalços; organizá-los em círculo para que possam ver e ouvir as orientações;

3º passo/orientação 1- Começar com alongamentos (simples, pescoço, ombros, pés, mãos etc.) e exercícios de respiração (cinco minutos);

4º passo/orientação 2- Orientar para que peguem o recipiente transparente (enquanto isso você dará um pedaço pequeno de papel para cada um. Peça para que escrevam a palavra “EU”). Em seguida terão que colocar o papel no recipiente, após isso, pode deixar que saiam para preencher o mesmo com água até a borda, em seguida, todos devem retornar para a sala/ambiente.

5º passo/orientação 3- Quando todos/as estiverem de volta pergunte se todos podem sentar no chão para ouvir como se dará o próximo passo. (Explique a todos/as sobre o próximo passo no qual terão que sair da sala).

6º passo/orientação 4- Oriente-os sobre saírem do espaço onde se encontram (façam um pequeno percurso/caminhada em silêncio durante mais ou menos dez minutos – ida e volta -, no qual todos/as estejam carregando o recipiente transparente com a água). Alerta-os sobre a necessidade de manter o silêncio nesse percurso.

7º passo/orientação 5- Ao retornarem para sala/ambiente, peça para que sentem novamente no chão, que olhem em silêncio e atentamente para o recipiente com água.

8º passo/orientação 6 – Peça para que descrevam como foi a experiência de sair da sala com o recipiente cheio de água, e a relação consigo mesmo; em que o processo/caminhada interfere e/ou se relaciona com o EU, neste ambiente.

OBJETIVO (S) -

1- Instigar o público ao diálogo: qual a relação do EU com o recipiente preenchido com água?

2- Empreender uma conversa sobre esse “Eu” em meio ao processo formativo buscando extrair dos envolvidos a relevância dessa ação para cada um.

TEMA/TÍTULO:

OBS.:

PRÁTICA

1º passo-

2º passo-

3º passo/orientação 1-

4º passo/orientação 2-

5º passo/orientação 3-

6º passo/orientação 4-

7º passo/orientação 5-

8º passo/orientação 6 –

9º passo/orientação 7 –

10º passo/orientação 8 –

OBJETIVOS (S) -

TEMA/TÍTULO: CORPO INACABADO

OBS: Oriente aos discentes para que tragam individualmente um tipo de material que possa ser utilizado nesta performance. Explique que este material deverá ser suficiente para envolver/cobrir um corpo. (exemplos de possíveis materiais: tecidos, fios, cordas, fitas, lençol, plástico filme, papel alumínio, entre outras possibilidades).

PRÁTICA

- 1º passo- organizar a sala de aula (retirar as cadeiras) e/ou o ambiente escolhido (corredores, outros espaços);
- 2º passo- Pedir aos estudantes que fiquem descalços; organizá-los em círculo para que possam ver e ouvir as orientações;
- 3º passo/orientação 1- Começar com alongamentos (simples, pescoço, ombros, pés, mãos etc.) e exercícios de respiração (cinco minutos);
- 4º passo/orientação 2- Orientar para que cada um pegue seu material e se encaminhe para a formação de um círculo. Deverão sentar com seu material a sua frente e aguardar as orientações. (informe-os sobre a necessidade de não poderem sair da sala/ambiente após o início da performance, portanto, abra espaço para que se organizem para isso – ir ao banheiro, tomar água, trocar de roupa etc.)
- 5º passo/orientação 3- Organize-os para que continuem em círculo, porém, com um pequeno espaço de uns entre os outros. Informe-os que para realizar a ação seguinte poderão optar por ficar em pé ou sentados, pois, deverão utilizar seu material envolvendo-o, cobrindo, construindo, criando uma espécie de envoltório ou casulo.
- 6º passo/orientação 4- Antes de começar a ação faça-os refletir sobre: O que poderia ser/significar para cada um a expressão “corpo casulo”; O que poderia ser/significar para cada um a expressão “Fechar-se para abrir-se”. (não cobre respostas neste momento, deixe-os pensar sozinhos).
- 7º passo/orientação 5- Dada as orientações peça que iniciem a ação de construção de seu próprio casulo. (se quiser prepare som ambiente faça com que exercitem o silêncio e a escuta caso você precise continuar auxiliando e/ou explicando; deixe-os livres para decidir se deixarão alguma parte do corpo exposta; lembre-os vez ou outra sobre as expressões lançadas anteriormente). Desenvolva esta ação dentro de aproximadamente 20 a 30 minutos.
- 8º passo/orientação 6 – Ao final dessa ação, quando todos estiverem finalizados seu envoltório/casulo, oriente-os para que fechem os olhos, respirem e visualizem todas as transformações possíveis ocorrendo desenfadadamente em seus corpos, como um furacão acontecendo dentro do casulo, instigue-os. (3 minutos). Passado o tempo, sem pausas, oriente-os para que prepare sua saída, seu renascimento com calma e cuidado. (não precisam ter pressa). Ao final, dialogue sobre todo o processo.

OBJETIVO (S) -

1- Instigar os sujeitos à reflexão e nesse processo trazer à tona a concepção de cada ser/indivíduo sobre seus entendimentos em relação aos termos: Construções, desconstruções e transformações de seu próprio ser em meio ao processo formativo, exercitando simultaneamente o diálogo e a prática.

TEMA/TÍTULO:

OBS.:

PRÁTICA

1º passo-

2º passo-

3º passo/orientação 1-

4º passo/orientação 2-

5º passo/orientação 3-

6º passo/orientação 4-

7º passo/orientação 5-

8º passo/orientação 6 –

9º passo/orientação 7 –

10º passo/orientação 8 –

OBJETIVOS (S) -

TEMA/TÍTULO: CORPO SENSÍVEL

OBS.: Para esta performance peça que cada um escolha/encontre uma PEDRA, sem definição de tamanho e traga para esse momento. Ela deverá estar limpa, higienizada, não poderá ser “emprestada” “compartilhada” com outra pessoa. (É importante que venham preparados/as com roupas confortáveis, para práticas corporais). Estejam assegurados de que o elemento PEDRA seja utilizado única e exclusivamente para a preparação artística do corpo na sala de aula ou outro espaço selecionado, não cabendo outra forma de uso, como jogar, arremessar, atirar em alguém ou no espaço.

PRÁTICA

- 1º passo- organizar a sala de aula (retirar as cadeiras) e/ou o ambiente escolhido (corredores, outros espaços);
- 2º passo- Pedir aos estudantes que fiquem descalços; organizá-los em círculo para que possam ver e ouvir as orientações;
- 3º passo/orientação 1- Começar com alongamentos (simples, pescoço, ombros, pés, mãos etc.) e exercícios de respiração (cinco minutos);
- 4º passo- Peça para que cada um pegue sua pedra e volte para seu lugar; (orientar para que não joguem para o alto para não acertar em ninguém).
- 5º passo- Pedir que observem a pedra, que tentem enxergar cada detalhe, sentir a textura, o peso, a cor. (dois minutos);
- 6º passo- Orientar os discentes a esticar o braço segurando a pedra na palma da mão, manter o braço esticado mesmo que a pedra seja um pouco pesada ou que o braço comece a doer, orientar para que olhem fixamente para sua própria pedra e direcionem a ela apenas palavras boas, de cuidado, de cura (pode falar ou só projetar o pensamento);
- 7º passo- Após direcionarem a pedra, só energias positivas e boas, pedir que os discentes abaixem os braços, sentem-se no chão e fechem as mãos, mantendo a pedra por dois minutos bem protegida e aquecida (contar o tempo com o cronômetro do celular); é importante que não abram ou desprotejam a pedra durante esse tempo;
- 8º passo – Após o término do tempo, oriente-os para que ainda com as mãos fechadas, deitem-se no chão e coloquem a pedra primeira no olho direito (esperar 30 segundos), depois os oriente para colocar a pedra nas mãos novamente, numa tentativa de aquecê-la. Após dois minutos devem repetir a ação de coloca-la sobre o olho, mas desta vez no olho esquerdo (esperar 30 segundos), depois devem pegar a pedra, cobri-la com as mãos e aquece-la novamente, para que por fim coloquem-na no centro da testa; (orientar para que fiquem de olhos fechado quando a pedra estiver na testa);
- 9º passo – Dizer aos discentes que a pedra no meio da testa está devolvendo ao corpo da pessoa todas as palavras positivas e energias boas que foram direcionadas a ela anteriormente só que de forma multiplicada; Dizer que mantenham sua mente e seu corpo aberto para receberem toda a energia positiva que a pedra estará lhe passando; (mais ou menos cinco minutos);
- 10º passo – Mantê-los com a pedra na testa, de olhos fechados. Passado o tempo proposto, deverão saber que toda a energia positiva passou para suas mentes e corpos e que agora a pedra está vazia e precisará ser preenchida com energias que não são boas. Neste momento, deverá pedir a eles que com seus pensamentos encham a pedra com a energia negativa, com pensamentos e sentimentos ruins que podem estar nas mentes e no corpos deles o mais rápido possível. (1 minuto);
- 11º passo – Passado o tempo pedir para que abram os olhos, peguem a pedra e fiquem sentados segurando firmemente o objeto. Após, pedir para que levantem, fiquem em círculo. (informe-os que sairão da sala/ambiente). Leve-os para outro ambiente o qual possam se desfazer de suas pedras, onde se despeçam de toda essa energia que não é boa, nem saudável (falar em voz alta); Por último, com cuidado devem jogar as pedras fora, para longe.

OBJETIVO (S) -

- 1- Impulsionar processo criativo a partir do uso da imaginação com elementos naturais na forma de interação e autocuidado, mente comunicando ao corpo a possibilidade de criar diversas relações com meio em que se está experienciando.
- 2- Explorar outros diálogos trazendo questões sobre como se desfazer do que não agrega em mais nada para o sujeito enquanto ser humano; aprendendo a projetar para si mesmo/a pensamentos, motivações que ensinam a lidar com diversas situações.

TEMA/TÍTULO:

OBS.:

PRÁTICA

1º passo-

2º passo-

3º passo/orientação 1-

4º passo/orientação 2-

5º passo/orientação 3-

6º passo/orientação 4-

7º passo/orientação 5-

8º passo/orientação 6 –

9º passo/orientação 7 –

10º passo/orientação 8 –

OBJETIVOS (S) -

TEMA/TÍTULO: O CORPO ENSINA E APRENDE

OBS: Para esta performance oriente os discentes a – individualmente – trazerem um pedaço de fio do tamanho que acharem melhor (só não pode ser muito curto), pincel, papel, fita adesiva, cola etc., bem como, escolher um objeto, fragmento o qual tenha relação com as experiências/performance já vividas anteriormente. (É importante que venham preparados/as com roupas confortáveis, para práticas corporais).

PRÁTICA

1º passo- organizar a sala de aula (retirar as cadeiras) e/ou o ambiente escolhido (corredores, outros espaços);

2º passo- Pedir aos estudantes que fiquem descalços; organizá-los em círculo para que possam ver e ouvir as orientações;

3º passo/orientação 1- Começar com alongamentos (simples, pescoço, ombros, pés, mãos etc.) e exercícios de respiração (cinco minutos);

4º passo/orientação 2- Explicar aos discentes sobre a proposta (montagem de uma rede performática/teia) com os fios em conjunto com os materiais solicitados anteriormente;

5º passo/orientação 3- Orientá-los a reunirem os materiais e o objeto escolhido. (Exemplos: um pedaço do “casulo” retirado de uma ação anterior, caneta utilizada na performance “Corpo inquieto”, o papel que foi escrito “eu”, também poderão trazer outro registro como foto, algo escrito no momento e etc.) tudo aquilo que faça parte de sua experiência vivida ou apreendida.

6º passo/orientação 4- Oriente-os a iniciar montagem. Os performers irão tecer a rede coletivamente (costurar, amarrar) onde possam expor (colar/pendurar) os fragmentos das suas experiências vividas do processo.

7º passo/orientação 5- Ao término da montagem da rede e da colocação dos fragmentos da experiência, reunir a todos para que observem o resultado final. (Empreender uma conversa sobre isto: Porque escolheram objeto ou fragmento? Que relação essa escolha tem a ver com seu desempenho? Como esta proposição poderia se transformar em outra performance? Entre outras questões que forem surgindo na mediação).

8º passo/orientação 6 – Ao final dessa ação, escolher um local para exporem a rede construída;

OBJETIVO (S) -

1- Construir coletivamente uma materialidade que represente suas aspirações, dificuldades, aprendizados vivenciados no processo das práticas.

TEMA/TÍTULO:

OBS.:

PRÁTICA

1º passo-

2º passo-

3º passo/orientação 1-

4º passo/orientação 2-

5º passo/orientação 3-

6º passo/orientação 4-

7º passo/orientação 5-

8º passo/orientação 6 –

9º passo/orientação 7 –

10º passo/orientação 8 –

OBJETIVOS (S) -

TEMA/TÍTULO: TODOS SOMOS PERFORMERS

OBS.: (É importante que venham preparados/as com roupas confortáveis, para práticas corporais).

PRÁTICA

1º passo- organizar a sala de aula (retirar as cadeiras) e/ou o ambiente escolhido (corredores, outros espaços);

2º passo- Pedir aos estudantes que fiquem descalços; organizá-los em círculo para que possam ver e ouvir as orientações;

3º passo/orientação 1- Começar com alongamentos (simples, pescoço, ombros, pés, mãos etc.) e exercícios de respiração (cinco minutos);

4º passo/orientação 2- Orientar os discentes para que formem o círculo, permanecendo de pé;

5º passo/orientação 3- Pedir para que cada um comece a pensar e escolher um movimento para realizar com seu corpo e um som a ser realizado simultaneamente (Exemplo: João por gostar de futebol escolheu para seu movimento corporal a simulação de um chute, e o som escolhido foi o de xiiiiiiiiii. Cada vez que João fazia o movimento, também sonorizava o xiiiiiiiiii). Fazer a escolha dentro de cinco minutos.

6º passo/orientação 4- Após terem escolhido, organize-os novamente em círculo e escolha um número para cada um (a exemplo, do 1 até o 30). Ninguém pode ficar sem número. (Explique que cada um com seu movimento e som escolhido, de agora em diante será como uma peça de uma engrenagem muito importante, e esta engrenagem será montada para depois realizarem um movimento reverso, como uma prática de desmontagem da engrenagem).

7º passo/orientação 5- Explicar que em ordem numeral cada um se deslocará até o centro da sala/ambiente, ao chegar ao centro realizará seu movimento e emitirá o ruído/som escolhido uma vez. E aguardará que os outros, de forma individual façam a mesma coisa, de modo que seus corpos encaixem/conectem uns aos outros na engrenagem por completo. (Você deverá organizar o ritmo de montagem).

8º passo/orientação 6 – Após todos estiverem reunidos COMO UM CORPO SÓ, uma engrenagem só, orientá-los para que juntos repetidamente façam seus movimentos e seus sons. (Incentivar que a engrenagem não pare de movimentar nem de emitir os sons até o momento da desmontagem. Você pode orientá-los a variar na intensidade do “som” dessa engrenagem). (Realizar durante três minutos).

9º passo/orientação 7 – Passado os minutos de funcionamento da engrenagem, pedir que devagar o grupo inicie o processo de desmontagem da engrenagem; os discentes deverão um por um, seguindo uma ordem decrescente (do último para o primeiro) se deslocar/desmontar da engrenagem e voltar ao círculo, observando o passo a passo da desmontagem. (você controla o ritmo/saída de cada um).

OBJETIVOS (S) -

1- Sentir a performance como experiência artística e também educativa na descoberta das potencialidades de cada corpo ativo, sensível, inquieto, mostrando a capacidade que cada um tem de empreender conversa sobre o processo partindo de um diálogo não verbal na comunicação;

2- Formular questões com relação ação, instigando-os a pensarem sobre o ato de serem e de se transformarem em um corpo só em um processo de interdependência, e como isso se relaciona em sua vida, seu cotidiano.

TEMA/TÍTULO:

OBS.:

PRÁTICA

1º passo-

2º passo-

3º passo/orientação 1-

4º passo/orientação 2-

5º passo/orientação 3-

6º passo/orientação 4-

7º passo/orientação 5-

8º passo/orientação 6 –

9º passo/orientação 7 –

10º passo/orientação 8 –

OBJETIVOS (S) -

TODO.SONG.
PERFORMERS.



ESTA FOLHA NÃO PRECISA SER IMPRESSA.

Roteiro para montagem da sanfona (FRENTE/COSTA E/OU LADO "A" E "B")

- Impressão personalizada: tamanho do papel 21cm x 25cm (largura e altura)

OBS.: a impressão frente e verso deverá ser feita manualmente seguindo a ordem abaixo.

FRENTE (PARTE VISUAL)	VERSO (PARTE DESCRITIVA)
CAPA	FICHA CATALOGRÁFICA
SUMÁRIO "A"	"EM BRANCO"
ATENÇÃO E MEMÓRIA	FICHA DA PROPOSIÇÃO "EM BRANCO"
ORIENTAÇÃO (IMAGEM)	TODOS SOMOS PERFORMERS (DESCRIÇÃO)
ESBOÇO SANFONA	FICHA DA PROPOSIÇÃO "EM BRANCO"
NOTA AO LEITOR/PERFORMER	O CORPO ENSINA E A APRENDE (DESCRIÇÃO)
NUMERE AS PÁGINAS VOCÊ MESMO/A	FICHA DA PROPOSIÇÃO "EM BRANCO"
SOBRE ANDAR (IMAGEM)	CORPO SENSÍVEL (DESCRIÇÃO)
PROPOSIÇÃO SOBRE ANDAR	FICHA DA PROPOSIÇÃO "EM BRANCO"
SOBRE OLHAR (IMAGEM)	CORPO INACABADO (DESCRIÇÃO)
PROPOSIÇÃO SOBRE OLHAR	FICHA DA PROPOSIÇÃO "EM BRANCO"
SOBRE SENTIR (IMAGEM)	SOBRE EU (DESCRIÇÃO)
PROPOSIÇÃO SOBRE SENTIR	FICHA DA PROPOSIÇÃO "EM BRANCO"
SOBRE OUVIR (IMAGEM)	CORPO INQUIETO (DESCRIÇÃO)
PROPOSIÇÃO SOBRE OUVIR	FICHA DA PROPOSIÇÃO "EM BRANCO"
SOBRE EU (IMAGEM)	SOBRE OUVIR (DESCRIÇÃO)
PROPOSIÇÃO SOBRE EU	FICHA DA PROPOSIÇÃO "EM BRANCO"
CORPO INQUIETO (IMAGEM)	SOBRE SENTIR (DESCRIÇÃO)
PROPOSIÇÃO CORPO INQUIETO	FICHA DA PROPOSIÇÃO "EM BRANCO"
CORPO INACABADO (IMAGEM)	SOBRE OLHAR (DESCRIÇÃO)
PROPOSIÇÃO CORPO INACABADO	FICHA DA PROPOSIÇÃO "EM BRANCO"
CORPO SENSÍVEL (IMAGEM)	SOBRE ANDAR (DESCRIÇÃO)
PROPOSIÇÃO CORPO SENSÍVEL	PROPOSTAS SISTEMATIZADAS DE PERFORMANCES
O CORPO ENSINA E APRENDE (IMAGEM)	NUMERE AS PÁGINAS VOCÊ MESMO (DE NOVO)
PROPOSIÇÃO O CORPO ENSINA E APRENDE	NOTA AO LEITOR
TODOS SOMOS PERFORMERS (IMAGEM)	ORIENTAÇÃO (DESCRITA)
PROPOSIÇÃO TODOS SOMOS PERFORMERS	PENSAMENTO E LINGUAGEM
"FOLHA EM BRANCO"	SUMÁRIO LADO "B"
CAPA	FICHA CATALOGRÁFICA