



JOGANDO COM AS AÇÕES BÁSICAS DE ESFORÇO: PASSO 1 – TREINAMENTO TÉCNICO EXPRESSIVO

RIANI, A.R.L.¹; GOMES, T.C.R.² JULIÃO, L.M.³; MURTA, F⁴.

¹Discente do curso técnico em Teatro do IFNMG – *Campus Diamantina* (responsável pela apresentação do trabalho); ²Discente do curso técnico em Teatro do IFNMG – *Campus Diamantina*; ³Discente do curso técnico em Teatro do IFNMG – *Campus Diamantina*; ⁴Docente do IFNMG – *Campus Diamantina*.

Introdução

Para contextualizar o referencial teórico-prático que fundamenta este trabalho, é preciso falar de Rudolf Laban, importante mestre do movimento e precursor da dança moderna. A sua teoria do movimento foi criada na primeira metade do século XX e desde então segue em desenvolvimento a partir de seus discípulos e atualizadores. Para Rengel (2006) o legado de Laban está em coadunação com a contemporaneidade, sendo a sua teoria um rico e denso instrumento para a análise de movimentos e que aponta múltiplas possibilidades de emprego no processo educativo. Tal teoria, em síntese, é nomeada Coreologia, a qual, de acordo com Madureira (2020), estrutura-se através de dois grandes campos que devem ser pensados e estudados de forma integrada: a Corêutica, que trata da harmonia espacial, e a Eucinéutica, que trata das ações corporais e sua relação com a expressividade. Mota (2012) aponta que a Coreologia deve ser entendida como um estudo científico.

Aproximando mais do objeto da pesquisa, é preciso também contextualizar o Jogo Corpomancia. Trata-se de um jogo de tabuleiro e de dança, criado por Paula Bueno e pelo Conectivo Corpomancia (MS, Brasil). O jogo é fundamentado na Coreologia de Laban. Mais especificamente, nas ações básicas de esforço que estão contidas nos estudos do eixo Eucinéutica da teoria de Laban. Explorado inicialmente dentro do universo artístico (2008), foi posteriormente ampliado como ferramenta didática e/ou lúdica (2021) e disponibilizado gratuitamente no meio digital.

Fundamentando-se na teoria apresentada, este trabalho organiza-se a partir dos resultados parciais do projeto de pesquisa (PIBIC Jr.) intitulado “Do jogo à composição coreográfica: um passo à frente na formação artística”, cujo objetivo geral é investigar e vivenciar, no corpo dos artistas-pesquisadores, o processo de composição coreográfica tendo como ponto de partida o jogo Corpomancia. As discussões ora propostas emergem principalmente dos seguintes objetivos específicos: 1. compreender e aplicar, de maneira teórica e prática, noções de Coreologia; 2. investigar criativamente, por meio de estudos do movimento e jogos de improvisação, os fatores de movimento e ações básicas de esforço em diálogo com noções de harmonia espacial.

Material e Métodos

Os procedimentos foram realizados no Laboratório de Teatro do IFNMG Campus Diamantina, equipado com piso específico para a prática corporal e equipamento de som. Utilizamos também material impresso e de papelaria para a confecção de fichas e do jogo de tabuleiro Corpomancia.



Na etapa relacionada do projeto de pesquisa, foram realizados 1. estudo teórico e prático da Coreologia de Laban, 2. laboratório de movimento criativo e 3. escrita processual de diário do processo pelos artistas-pesquisadores.

O estudo teórico da Coreologia foi fundamentado principalmente nos trabalhos de Madureira (2020) e Rengel (2003, 2006). Em termos práticos, enfatizamos o estudo das ações básicas de esforço, já que estas fundamentam o Jogo Corpomancia, que está no nosso campo de interesse e investigação. E, considerando que as ações básicas de esforço resultam da interação dos fatores de movimento, estes também foram objetos de estudo. Em síntese: 1. Estudo dos fatores de movimento Espaço, Tempo, Peso e Fluência. No estudo, exploramos os pólos de cada fator, respectivamente: unifocado e multifocado; súbito e sustentado; leve e firme; livre e controlado. As variações de qualidades de movimento entre os pólos, para o artista do corpo, são compreendidas, metaforicamente, como os diferentes tons que compõem a paleta de cores para um pintor. A tabela 1, ao final do texto, representa a organização dos fatores de movimento. Para a compreensão e prática das ações básicas de esforço exploramos as combinações correspondentes dos fatores de movimento Espaço, Tempo e Peso. A tabela 2, ao final do texto, representa a organização das ações básicas de esforço. Utilizar fichas impressas de cada célula da tabela em tamanho ampliado foi outra estratégia utilizada que colaborou com a compreensão das ações. Por fim, confeccionamos o Jogo Corpomancia a partir do material disponibilizado no meio digital e o incorporamos ao treinamento técnico expressivo.

Resultados e Discussão

Se tomarmos como pressuposto o objetivo geral do projeto de pesquisa ao qual este trabalho está vinculado, o principal resultado esperado é que os artistas-pesquisadores em formação desenvolvam de forma criativa e investigativa estudos em composição coreográfica autorais, sendo introduzidos neste processo à pesquisa em artes. Espera-se também averiguar as possibilidades do jogo Corpomancia no processo de composição coreográfica.

Situamos, portanto, as experiências e resultados obtidos até o presente como parte estruturante dessa jornada criativa, a qual compreendemos como treinamento técnico expressivo e chamamos aqui de “passo 1”. Neste caso, tal treinamento fundamenta-se em aspectos da Coreologia e do jogo Corpomancia.

Podemos afirmar que os objetivos específicos aos quais por ora nos relacionamos, quais sejam 1. compreender e aplicar, de maneira teórica e prática, noções de coreologia e 2. investigar criativamente, por meio de estudos do movimento e jogos de improvisação, os fatores de movimento e ações básicas de esforço em diálogo com noções de harmonia espacial foram alcançados com êxito.

Compreendemos que a dialogia entre teoria e prática qualifica a compreensão da Coreologia e é fundamental aos desdobramentos artísticos a partir desta. Portanto, tendo o próprio corpo de cada artista pesquisador como um *locus* privilegiado para tal convergência, desenvolvemos as etapas a partir dessa premissa, admitindo que a teoria alimenta a prática e a prática alimenta a teoria, numa espiral.

Retomando a metáfora sugerida anteriormente, os artistas-pesquisadores ampliaram sua paleta de cores (ou qualidades de movimento) e refinaram assim sua performance. Ao aplicar a teoria de análise de movimento nos próprios corpos em movimento criativo, foi possível compreender com mais clareza os próprios padrões e tendências em termos de movimento num processo de



autoconhecimento fundamental ao artista do corpo para que este possa melhor explorar e desafiar as suas potencialidades.

O jogo Corpomancia, que é também um jogo de improvisação, revelou-se potente no processo de treinamento técnico expressivo, trazendo o elemento da ludicidade. Também nos sentimos provocados a adaptar e complementar as dinâmicas propostas pelo mesmo e criar nossas *playlists* musicais. O recorte proposto pelo jogo, isto é, relacionar ações básicas de movimento a partes do corpo, utilizando o elemento do “acaso” é um ponto de partida interessante ao processo de composição coreográfica, ao qual nos debruçaremos na etapa seguinte, em que revisitaremos movimentos, micro cenas e estados de corpo.

Considerações finais

A partir das nossas experiências, é pertinente reafirmar o importante legado de Laban no contexto educativo e artístico e sua pertinência nos processos de treinamento técnico expressivo e suas múltiplas possibilidades na pesquisa e criação artística.

Agradecimentos

Agradecemos ao apoio financeiro concedido pelo Instituto Federal do Norte de Minas Gerais – IFNMG e pelo Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico – CNPq. Agradecemos também ao IFNMG - *Campus Diamantina* pelo apoio logístico.

Referências

- BUENO, P.; MUNDIM, A. C. da R. Corpomancia: uma experiência criativa entre dança e design. *ouvirOUver*, [S. l.], v. 7, n. 2, 2013. Disponível em: <https://seer.ufu.br/index.php/ouvirouver/article/view/23400>. Acesso em: 9 set. 2023.
- CORPOMANCIA - O Corpo em Jogo. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=xqUymCi9YOW&t=73s>. Acesso em: 15/09/2023.
- JOGO Corpomancia. Disponível em: <http://www.jogocorpomancia.com.br/>. Acesso em: 28/02/2023.
- MADUREIRA, José Rafael. **A Coreologia de Rudolf Laban e o ensino de artes corporais**: uma síntese dos conceitos-chave. *Pensar a prática*, Goiânia, v.23, 2020.
- RENGEL, Lenira. **Dicionário Laban**. São Paulo: Annablume, 2003.
- RENGEL, Lenira. Fundamentos para análise do movimento expressivo. In: MOMMENSOHN, Maria & PETRELA, Paulo (orgs.) **Reflexões sobre Laban, o mestre do movimento**. São Paulo: Summus, 2006.

--

Tabela 1. Fatores de Movimento

Fator	Formas qualitativas básicas	
Espaço	unifocado	multifocado
Tempo	súbito	sustentado
Peso	leve	firme
Fluência	livre	controlada

Fonte: Rengel (2003).

Tabela 2. Ações Básicas de Esforço

Ação	Espaço	Peso	Tempo
Deslizar	unifocado	leve	sustentado
Flutuar	multifocado	leve	sustentado
Pontuar	unifocado	leve	súbito
Sacudir	multifocado	leve	súbito
Pressionar	unifocado	firme	sustentado
Torcer	multifocado	firme	sustentado
Socar	unifocado	firme	súbito
Chicotear	multifocado	firme	súbito

Fonte: Rengel (2003, 2006).