

## **A atividade circense e o desenvolvimento físico e artístico de atores dançarinos e músicos**

As atividades circenses estão, cada vez mais, fazendo parte da vida de alguns artistas, como no caso dos que procuram as atividades do Circo da Barra, localizado no Instituto de Artes da UNESP – São Paulo. O projeto do circo na UNESP existe desde 2006, por iniciativa do Professor Doutor Mário Fernando Bolognesi. O professor colocou em prática sua pesquisa e suas experiências com o circo, o que possibilitou aos estudantes interessados um contato importante com a linguagem que nunca parou de se desenvolver e, desde seu surgimento, estabelece relações com as artes cênicas, sobretudo.

Os artistas que participam desse projeto, não o fazem com o intuito de se transformarem em circenses profissionais, mas sim de desfrutarem de todos os benefícios que essas atividades podem proporcionar, como preparo físico, conhecimento corporal, resistência, trabalho em grupo, entre outros. Eles procuram o circo para treinamento. O treino circense proporciona ao estudante um novo conhecimento e domínio corporal, além de maior condicionamento físico, que pode resultar na modulação do corpo. O aluno se interessa e se apropria dessa arte, colocando-a na rotina de seu trabalho como mais uma ferramenta usada para o conhecimento de seu próprio corpo, além da prática de exercícios físicos e do prazer que sente quando os realiza dentro do contexto circense.

As atividades desenvolvidas propiciam a análise e apontam o quanto o circo interfere, de forma favorável, na vida dos estudantes de teatro, de atores, atrizes, dançarinos e músicos que participam regularmente do grupo de extensão do Circo da Barra do ano de 2013, uma vez que o objetivo do projeto não é o treino visando a profissionalização daqueles que participam, mas o contatos e o conhecimento do que é o treinamento circense.

Assim, nós como bolsistas procuramos entender, registrar e apontar as transformações que os participantes sofrem com o treinamento do circo, tanto melhorias posturais e musculares, quanto ganho de força, de alongamento, além de ritmo e concentração, e como isso pode ser benéfico para seu trabalho artístico.

Para se obter esses dados, além da observação do rendimento em aulas do Circo da Barra, foram desenvolvidas avaliações físicas com três alunos, um da área de teatro, outro da música e outro da dança, bem como entrevistas, cujos voluntários relataram as experiências e observações a respeito das mudanças que ocorreram em seus corpos, tanto no dia a dia quanto em sua arte. Por fim, são chamados a responder a respeito do reflexo que os treinos apresentou na vida profissional, artística e estudantil.

Todos os alunos mostraram melhoras físicas no decorrer dos registros colhidos. Assim, foram relatadas algumas transformações, tais como: conseguir segurar com mais facilidade e por mais tempo instrumentos musicais pesados, como surdo, aumentar a consciência corporal, controle da respiração e maior repertório artístico. A maior parte dos ganhos obtidos só foi possível com a prática regular das atividades proporcionadas pelo Circo da Barra.