

CIRCO

**COMO CONTEÚDO DA
EDUCAÇÃO FÍSICA
NA EDUCAÇÃO BÁSICA**

Gláucia Andreza Kronbauer



Caros alunos,

Esse ebook é um pdf interativo. Para conseguir acessar todos os seus recursos, é recomendada a utilização do programa Adobe Reader 11.

Caso não tenha o programa instalado em seu computador, segue o link para download:

<http://get.adobe.com/br/reader/>

Para conseguir acessar os outros materiais como vídeos e sites, é necessário também a conexão com a internet.

O menu interativo leva-os aos diversos capítulos desse ebook, enquanto as setas laterais podem lhe redirecionar ao índice ou às páginas anteriores e posteriores.

Nesse *pdf*, o professor da disciplina, através de textos próprios ou de outros autores, tece comentários, disponibiliza links, vídeos e outros materiais que complementarão o seu estudo.

Para acessar esse material e utilizar o arquivo de maneira completa, explore seus elementos, clicando em botões como flechas, linhas, caixas de texto, círculos, palavras em destaque e descubra, através dessa interação, que o conhecimento está disponível nas mais diversas ferramentas.

Boa leitura!

SUMÁRIO



APRESENTAÇÃO

Caro estudante:

Este e-book tem o objetivo de instrumentalizá-los para possibilitar a experimentação de técnicas circenses nas aulas de Educação Física na escola. Fundamenta-se em estudos de pesquisadores que têm se dedicado à pedagogia das atividades circenses, mas também nas minhas experiências durante a graduação e, posteriormente, como professora na Universidade.

Iniciei minha aproximação com as artes circenses ainda na graduação em Educação Física, quando integrei um projeto de extensão no qual atuava como tecidista. Como professora do curso de Licenciatura em Educação Física da UNICENTRO, Irati, Paraná despertei meu olhar para o potencial educativo das artes circenses e para as lacunas do processo de formação dos professores de Educação Física em relação aos aspectos estéticos das práticas corporais.

Na tentativa de repensar o corpo e as práticas corporais sob as lentes do circo, ministro atualmente as disciplinas de Atividades Circenses na Escola e Manifestações Corporais Expressivas, e coordeno o projeto de extensão Circo em Contextos. Minha preocupação enquanto docente de um curso de formação de professores, e de coordenadora de um projeto de extensão, concentra-se em compreender e disseminar as manifestações corporais circenses como produção cultural e instrumento de formação humana.

Espero que com os conhecimentos apresentados nesse e-book e os demais estudos realizados na disciplina de Atividades Circenses, possamos disseminar e concretizar o circo como conteúdo escolar, ampliar as possibilidades de leitura do corpo e do movimento, por meio da arte e enriquecer a Educação Física na Educação Básica.

Bons estudos!

1. APONTAMENTOS

A Educação Física é uma área que se pauta, ainda hoje, prioritariamente, em conhecimentos advindos das ciências da natureza, o que proporciona uma leitura limitada e incompleta do corpo e das práticas corporais e dificulta sua compreensão como elementos constitutivos da totalidade humana. Se, atualmente, a epistemologia da área se propõe a discutir como objeto as manifestações da cultura corporal em suas dimensões biológica, cultural, histórica, social, econômica, estética, entre outras, os paradigmas da atividade física e do esporte ainda são preponderantes em muitos espaços.

Esses paradigmas carregam ainda influências da educação higienista do corpo no século XIX, quando a saúde biológica era um aspecto essencial para a manutenção do sistema produtivo. Mas a educação do corpo, nesse caso, não era apenas uma ferramenta para o trabalho nas fábricas. Como alerta Herold Jr., educar o corpo significa educar um sujeito para viver em determinada sociedade (HEROLD Jr., 2007). Assim, a institucionalização das práticas corporais nas escolas e nos ginásios deu-se tanto para a constituição de corpos eficientes para o trabalho, quanto para a formação de certo conjunto de valores adequados à sociedade da época.

Entre esses valores não estavam a capacidade criadora, a espontaneidade, a crítica e, menos ainda, a utilização de capacidades físicas para outros fins que não fossem o trabalho útil, produtivo. Por isso, as práticas corporais circenses foram também racionalizadas e emprestaram suas técnicas para a criação de métodos ginásticos para o treinamento corporal.

As exposições de rua, os circos, libertavam o espontâneo que fora aprisionado pelo saber científico, faziam renascer formas esquecidas da inteireza humana. Exibiam o que se desejava ocultar e despertavam imagens adormecidas no coração dos homens. Eram dissonantes à sociedade que se afirmava no século XIX. (SOARES, 2002, p. 28).

O corpo da arte é contaminado com as questões sensíveis, as singularidades e os mistérios humanos, as imperfeições e incompletudes, aspectos que nem sempre podem ser externados. Já o corpo da Ginástica da Educação Física é o corpo limpo, acabado, totalmente explicável e cognoscível por meio de métodos da ciência hegemônica. (SOARES & MADUREIRA, 2005). Ao que parece, é justamente a ocultação dos aspectos artísticos das práticas corporais circenses que dá origem aos métodos de treinamento e educação do corpo que fazem parte do cotidiano e das aulas de Educação Física na escola.

Portanto, o que proponho com uma disciplina que aborda o circo como conteúdo escolar não é apenas permitir que os alunos conheçam e experimentem o conjunto de práticas corporais que contempla esse universo. Mais do que isto, acredito que precisamos retomar a dimensão artística da cultura corporal, ignorada desde o século XIX, afinal:

A arte é um aglomerado de ciência, magia e técnica, uma janela para o conhecimento sensível do mundo. Em sua polissemia ela revela a diversidade de corpos, suas singularidades, sendo avessa a resultados orientados pela medida e pela utilidade. O artista traduz o mundo sensível e imaterial em formas, sabores, cores, texturas, volumes e odores. (SOARES & MADUREIRA, 2005, p. 75).

Neste sentido, as estratégias pedagógicas apresentadas a seguir se pautam, principalmente, na possibilidade de experimentar movimentos corporais que, na maioria das vezes, não integram as atividades cotidianas e pouco aparecem entre as práticas corporais predominantes nas aulas de Educação Física na escola. Para tanto, a ideia é proporcionar aos alunos a oportunidade de encontrar alternativas corporais para realizar os movimentos. Não se trata de executar movimentos perfeitos a partir de técnicas e padrões pré-estabelecidos, mas descobrir o que e como o corpo pode se movimentar.

2. MALABARES

O Malabar, ou malabares é uma expressão corporal muito antiga. Integrava rituais religiosos dos povos antigos e, na Idade Média, compunha as técnicas apresentadas por grande parte dos artistas saltimbancos que perambulavam por ruas, feiras e festas populares. Esta arte está relacionada à destreza de manipular objetos. (DUPRAT & BORTOLETO, 2008).

Os malabares podem ser organizados em quatro grupos distintos, de acordo com Duprat e Bortoleto (2008). O primeiro deles trata do malabarismo de lançamento. São sequências de lançamento-recepção de objetos diversos como bolas, lenços, claves, facas, chapéus, bolas de rebote (aquelas que quicam) de acordo com a capacidade e a criatividade do artista ou com os materiais disponíveis. Além disto, as técnicas dos malabares de lançamento variam conforme o número de objetos manipulados ao mesmo tempo e as partes do corpo que manipulam o objeto.

Performance de Emile Carey

Os malabares de equilíbrio dinâmico e os malabares de contato são aqueles em que se procura pontos de equilíbrio e locais de transição no corpo para manter ou deslocar objetos.

Performance de Rafael Valentini

Há ainda os malabares giroscópicos, nos quais um objeto deve ser girado sobre si mesmo em determinada velocidade e, com o objeto girando, o artista realiza diversos elementos.

São exemplos o diabolô, os pratos, o io-iô e, colocaremos também entre estes o swing poi, as bandeiras ou flags, e mesmo as tradicionais boleadeiras.

Cirque du Soleil - Diabolos

Performance de Color Guard

Atualmente, muitos artistas misturam técnicas de lançamento, equilíbrio, contato e giro em uma mesma apresentação.

Performance de Tati Cola

A seguir, apresento um quadro com jogos a serem utilizados para trabalhar a iniciação pedagógica aos malabares, adaptados a partir dos livros Introdução à Pedagogia das Atividades Circenses (BORTOLETO, 2008), Jogando com o Circo (BORTOLETO; PINHEIRO e PRODÓCIMO, 2011) e do livro Didática para Educação Física no Ensino Médio (PARANÁ, 2006). Na Unidade 3 da disciplina, vamos confeccionar alguns objetos para serem utilizados nos jogos e, na Unidade 4, vamos vivenciar estes jogos. Destaco que os jogos aqui descritos são algumas sugestões, mas cabe ao professor criar e recriar outras estratégias, de acordo com o seu contexto.

Atividade	Descrição	Problematizações
Deslocamento de bolinhas	Distribuir bolinhas de tamanhos e pesos diferentes entre os alunos, dispersos pelo espaço. Eles deverão deslocar as bolinhas pelo chão, manipulando-as com diversas partes do corpo: mãos, cotovelo, pé, joelho, testa, orelha, coxa, etc. Em alguns momentos, o coordenador solicita que os participantes troquem as bolinhas.	Nessa atividade, é possível discutir com os alunos as sensações provocadas por objetos de pesos e tamanhos diferentes. Além disso, podemos refletir sobre os gestos realizados no dia a dia, e como eles condicionam corpo a fazer sempre a mesma coisa e da mesma maneira.
Pega e Passa	Alunos em círculo, uma bola. Os alunos devem passar a bola uns para os outros, em sequência. Cada aluno recebe a bola apenas uma vez, e passa a bola apenas uma vez. Depois que todos os alunos receberam e passaram a bola, a atividade recomeça na mesma sequência. Quando a sequência de passes e recepções estiver fluida, o professor começa a introduzir outras bolas de pesos e tamanhos diferentes no jogo.	Essa é uma atividade que exige muita atenção dos alunos. Além disso, trabalha com a diversificação dos objetos a serem manipulados.
Círculo maluco	Alunos em círculo, lenços ou retalhos de tecido. Cada aluno jogará o lenço para o alto e dará um passo para o lado esquerdo. Conseqüentemente, o lenço será capturado pelo colega que estava a sua direita. Variações: utilizar dois ou substituir por bolas; ações de deslocamento como, por exemplo, deslocar girando, batendo palmas, pulando, agachando, etc.; sentido da brincadeira (direita↔esquerda)	Nesse jogo o aluno precisa estar atento e começa a coordenar ações diferentes ao mesmo tempo. Além disso, ele começa a aprender o tempo que cada objeto demora para cair, a força necessária para jogá-lo para cima e, conseqüentemente, um ritmo para cada objeto e cada sequência de ações.
	Em duplas, um aluno de frente para o outro. Inicialmente, os alunos jogam entre si uma bolinha. Depois, com duas bolinhas, em sequência: joga uma, joga outra, pega uma, pega outra, e assim sucessivamente. Por fim, tentam inserir a terceira bolinha.	Neste exercício, é importante que os alunos percebam que acontece uma sequência de movimentos: joga uma bolinha, joga outra bolinha, pega uma bolinha, pega outra bolinha, ou, como eu costumo ditar durante minhas aulas, joga joga, pega pega.
Composições corpo /objeto	Em duplas. Um participante será a marionete e o outro, o condutor, posicionará bolas em pontos de equilíbrio e preensão do corpo da marionete. O objetivo do condutor é dificultar o deslocamento da marionete pelo espaço. O objetivo da marionete é encontrar estratégias para se locomover, sem derrubar os objetos posicionados.	
Desafio de equilíbrios e preensões	Organizar a turma em grupos. Delimitar uma linha de partida e uma linha de chegada, pois é uma corrida. Um dos integrantes de cada grupo será escolhido para realizar a corrida. Um grupo adversário posicionará 3 bolas em pontos de equilíbrio e preensão no corpo do aluno, e este deverá se deslocar o mais rápido possível até a chegada, sem derrubar as bolinhas. Variações: número, tamanho e peso das bolas; é possível também fazer pontos de preensão entre dois ou mais alunos, fazendo com que todos se desloquem pelo espaço.	É um exercício que estimula a descoberta das potencialidades corporais, e explora pontos de apoio/equilíbrio e preensão do corpo. Cabe ao grupo que posiciona as bolinhas dificultar ao máximo os movimentos do adversário. Cabe ao grupo desafiado encontrar alternativas de movimento e posição que permitam o deslocamento sem derrubar as bolinhas.

Atividade	Descrição	Problematizações
Jogando malabares 1 bolinha	Cada aluno com uma bolinha, em círculo ou dispersos pelo espaço. O aluno joga a bola para cima e espera que ela caia em sua mão novamente. Realizar o exercício com uma mão, e depois com a outra. Em seguida, o aluno passa a bolinha de uma mão para a outra.	É um exercício de iniciação, para que o aluno aprenda o tempo da bola e espere ela cair sem erguer a mão para alcançá-la. Ao trabalhar com as claves, ao invés das bolinhas, os alunos devem conseguir promover um giro completo na clave, e segurá-la novamente na empunhadura.
	Cada aluno com uma bolinha deve jogá-la e tentar capturá-la com a mesma mão. Executar o exercício com uma mão, e depois com a outra, tentando realizar várias sequências ininterruptas.	Esse exercício trata mais a agilidade para facilitar o jogo de malabares com três bolinhas.
Jogando malabares 2 bolinhas	Cada aluno com duas bolinhas, uma em cada mão. O aluno deve jogar uma bolinha e depois a outra. As bolinhas devem descrever uma trajetória curva e se cruzarem.	Neste exercício, é importante que os alunos percebam que acontece uma sequência de movimentos, conforme explicado anteriormente, no joga joga, pega pega.
Jogando malabares 3 bolinhas	Assim que os alunos conseguirem realizar sequências ritmadas com duas bolinhas, é possível introduzir a terceira. Inicialmente, o aluno apenas segura a terceira bolinha na mão que inicia o movimento e realiza os exercícios com duas. Aos poucos, ele começa a jogar a terceira bolinha logo após jogar a segunda.	É uma técnica em que sentir o ritmo é muito importante e facilita o processo. As bolinhas, por vezes, são um pouco desmotivantes, pois caem rápido no chão, rolam para longe. Podemos também substituir as bolinhas por lenços, pois os lenços demoram mais tempo para cair e podem facilitar a aprendizagem.

Como jogar malabares com três bolinhas:

3. EQUILÍBRIOS

O equilíbrio, assim como a força, a agilidade, a flexibilidade é uma habilidade corporal muito importante nas modalidades circenses. Há alguns elementos, no entanto, em que o equilíbrio, mais do que a força ou a agilidade, caracteriza as ações corporais de maneira explícita. Por isso, neste item do e-book selecionei alguns elementos para trabalhar na escola: a parada de mãos, a perna de pau, a corda bamba e o arame fixo e o rola-rola.

3.1 Parada de mãos

O equilíbrio sobre as mãos é uma modalidade acrobática presente entre as práticas corporais há milhares de anos. É também conhecido como paradismo, verticalismo ou apoio invertido. A modalidade consiste em executar movimentos sobre o apoio das mãos. O equilíbrio sobre as mãos e a diversidade de gestos realizados em um número de parada de mãos podem demorar muitos anos para serem aprendidos, e dependem de muita força e flexibilidade, principalmente na articulação do ombro. (BORTOLETO & DUPRAT, 2008).

Para iniciar a forma, na escola, uma das estratégias pedagógicas mais tradicionais é a parada de três apoios, também conhecida como parada de cabeça. Nela, os alunos formam um apoio triangular no chão com as duas mãos e a cabeça. Inicialmente, o objetivo é conseguir equilibrar os joelhos sobre os braços, sem tocar os pés no chão. Uma vez que o aluno executou o movimento, ele tenta erguer as pernas e manter o corpo totalmente reto, perpendicular ao solo.

Tutorial com o processo pedagógico para ensinar a parada de 3 apoios

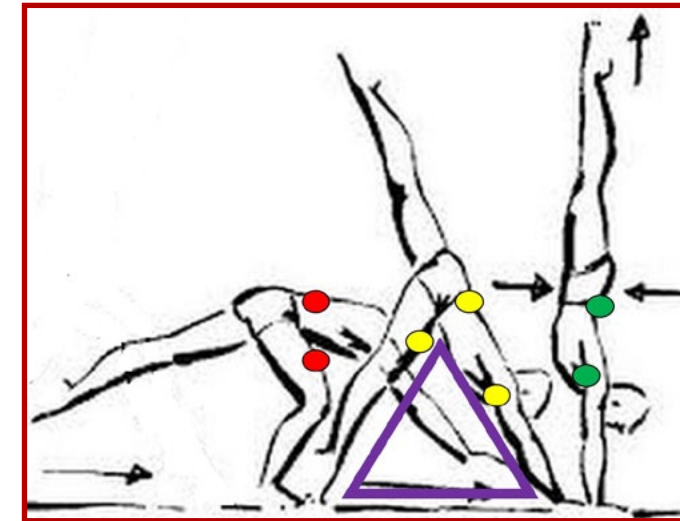
A parada de mãos, propriamente dita

é aquela na qual todo o corpo permanece perpendicular ao solo, formando uma linha única. [...] Para isso, é preciso alinhar os ombros sem que se aumente a curvatura lombar (projetando o peito para frente). Ao mesmo tempo, deve-se arquear o tronco ligeiramente para frente (colocando o esterno para dentro) e 'eliminar' a curvatura da região lombar. [...] Os ajustes de equilíbrio são realizados com pequenas pressões dos dedos no solo, sem alterar a linha do corpo. (BORTOLETO & DUPRAT, 2008, p. 81).

Ensinar a parada de mãos, na escola, exige muito cuidado por parte do professor, para evitar que os alunos se machuquem. Acidentes podem acontecer quando o aluno não consegue mais sustentar o peso do corpo sobre as mãos e cai de cabeça no chão, o que pode ocasionar sérias lesões na região cervical. Ou ainda, quando o tronco do aluno ultrapassa a linha de equilíbrio dos ombros e ele cai de costas. Por isso, é importante descrever algumas estratégias de segurança que demandam não somente a ação do professor, mas também dos colegas.

Ainda em fases iniciais do aprendizado, há necessidade de apoiar os ombros e a cintura do aluno. Para tanto, o professor precisará do auxílio de mais um aluno. O aluno a executar a parada apenas coloca as duas mãos no chão, formando um triângulo entre braços/tronco, a perna direita e o chão. A outra perna esquerda deve estar estendida para cima. Um dos auxiliares coloca a mão direita embaixo do ombro direito do aluno, e a mão esquerda na coxa direita; o outro auxiliar coloca a mão esquerda embaixo do ombro esquerdo do aluno e a mão direita ao redor da cintura. Dessa forma, será possível erguer o aluno e colocá-lo na posição da parada de mãos, segurando seus ombros e garantindo que ele não caia de cabeça no chão. Ao segurá-lo na cintura, evitamos que ele caia de costas. As referências direita/esquerda podem ser invertidas conforme a preferência do aluno. Na figura a seguir, os círculos coloridos apresentam os pontos de apoio dos auxiliares.

Assim que os alunos demonstram segurança e força suficientes para manter o peso do corpo sobre os braços e impulsão para erguer as duas pernas, torna-se necessário apenas o apoio para evitar que ultrapassem a linha de equilíbrio dos ombros e caiam de costas. O tutorial a seguir apresenta alguns exercícios que facilitam o processo de aprendizagem da prática corporal.



Gláucia Andreza Kronbauer

Figura 1 - Pontos de apoio para a execução da parada de mãos.

Slides: parada de mãos

3.2 Perna de Pau

O circo é um espaço em que o corpo assume contornos inimagináveis, desde os grandes pés do palhaço, o trapezista que voa, as dobras do contorcionista, até a extensão da altura de uma pessoa por meio de instrumentos como a perna de pau. Conta-se que as pernas estavam presentes em atividades laborais e cotidianas em diversos locais: em regiões pantanosas, auxiliavam no deslocamento; no pastoreio, ampliavam o campo de visão; em pomares, facilitavam a colheita (BORTOLETO, 2008). Podemos citar, hoje em dia, a utilização das pernas de pau por pintores ou na limpeza de janelas, por exemplo.

Em termos biomecânicos, a condição que permite o equilíbrio do corpo está relacionada à projeção do centro de gravidade do corpo entre os limites da base de sustentação (Ver link abaixo). Quando aumentamos a altura da pessoa, o centro de gravidade se afasta da base de

sustentação e dificulta a manutenção do equilíbrio, pois um movimento muito pequeno no centro pode gerar um grande deslocamento na extremidade e retirar o CG da área da base de sustentação. Imagine um pêndulo de um relógio: ele se desloca muito pouco, próximo ao eixo, mas se desloca amplamente quanto maior for a distância do eixo. Além disso, o aumento da altura modifica também os pontos de orientação visual, o tamanho dos passos, a propriocepção por falta de contato direto com o chão, o medo, entre outros fatores. (BORTOLETO, 2008).

Texto: Centro de Gravidade, Equilíbrio e Controle Postural

Há diversos tipos de pernas de pau, que podem ser organizadas em dois tipos, do ponto de vista do apoio: aquelas em que as mãos são utilizadas para o apoio, e aquelas em que as mãos ficam livres. O skyrunner é uma prática que conquista muitos adeptos fora do mundo dos espetáculos e consiste em uma perna de pau flexível, confeccionada em alumínio, que impulsiona o praticante.

Vídeo: Skyrunner

Os dois equipamentos mais comuns e facilmente construídos para utilizar na escola são as pernas de pau de madeira, com apoio dos braços, e os pés de lata. São materiais simples e que permitem experiências de movimento muito semelhantes às pernas de pau de alumínio, por exemplo, mas com menor risco uma vez que, ao desequilibrar, o aluno pode facilmente saltar do equipamento. Ao optar por utilizar pernas de pau fixas às pernas do aluno, com as mãos livres, uma estratégia interessante é amarrar cordas pelo espaço, que servirão de apoio.

Vídeo: Oficina de Perna de Pau

3.3 Corda Bamba / Arame

A corda bamba e o arame são técnicas muito antigas que consistem em atravessar espaços equilibrando-se sobre uma corda ou arame fixo em ambas as extremidades. O arame fixo é totalmente tensionado, mais rígido e estável. Já a corda bamba fica mais solta, o que possibilita deslocamentos laterais que exigem do praticante ainda mais equilíbrio. Os circos de hoje apresentam números incríveis de acrobacias sobre a corda ou o arame, como saltos mortais e piruetas.

Vídeo: Arame

A corda bamba é considerada uma modalidade relativamente simples de trabalhar na escola, pois precisa apenas de uma corda e dois pontos de apoio: colunas de metal da quadra coberta, árvores, postes de iluminação. Muitas escolas tem o material para o slackline, que pode, também, ser utilizado nas aulas de circo. Ao trabalhar com iniciantes, o equilíbrio sobre uma ripa de madeira ou um cabo de vassoura pode ser um bom exercício. E lembre-se de não prender a corda ou o slackline muito alto, para evitar acidentes e possibilitar o auxílio ao aluno que está tentando se equilibrar – a altura do joelho é o suficiente.

Há três posições principais para os pés (BORTOLETO & LOPES, 2008):

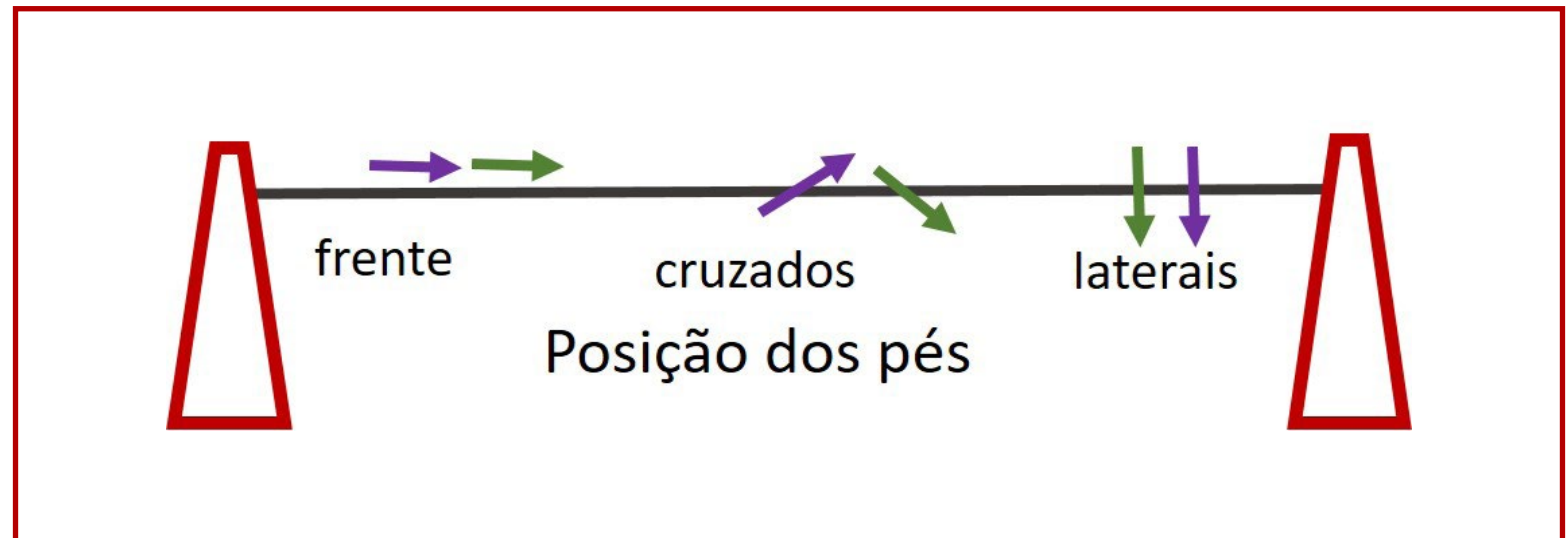


Figura 2 - Posição dos pés no arame ou na corda

- a primeira delas consiste em manter os pés para frente, um na frente do outro. A corda ou o arame passam entre o dedão e o segundo dedo, até o calcanhar. Esta é uma posição adequada para deslocamentos longitudinais;
- a posição cruzada se configura ao manter os pés apontando para a lateral, e os calcanhares apontando para a linha medial do corpo. Nesse caso, o apoio se dá com o contato da planta do pé em diagonal ao arame ou corda;
- a posição lateral é aquela em que o praticante se coloca lateralmente ao arame ou corda, que cruza perpendicularmente a planta do pé.

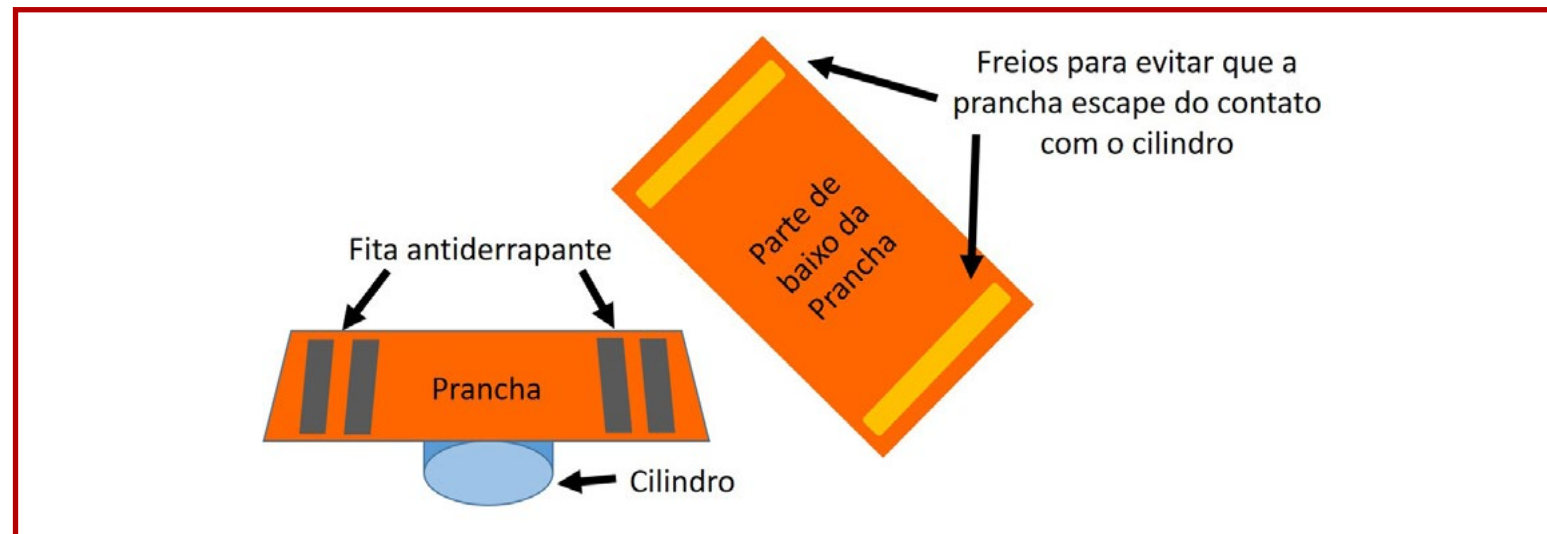
As primeiras experiências no arame ou na corda podem contemplar ações como: subir e descer, deslocar para frente e para trás, girar, agachar, entre outras. O apoio pode ser realizado de várias formas: o professor ou colega dá a mão para o aluno que está tentado se equilibrar; pode-se utilizar uma vara apoiada no chão; ou uma corda estendida na altura do peito do aluno, entre outras estratégias. O importante é garantir a segurança.

3.4 Rola-Rola

O rola-rola é um aparelho composto por uma prancha rígida, em geral de madeira, sobre a qual a pessoa coloca os pés, e um cilindro sobre o qual a prancha se equilibra. O professor Marco Bortoleto propõe uma sequência pedagógica para aprender a modalidade (BORTOLETO, 2008, p. 70):

1. subir e descer do rola-rola;
2. ficar em pé sobre a prancha, com o apoio das mãos;
3. ficar em pé sobre a prancha, sem o apoio das mãos;
4. mover os pés pela prancha, deslizando lateralmente, lenta e suavemente;
5. agachar-se sobre a prancha com e sem o apoio das mãos;
6. girar lateralmente até que os pés apontem para um dos lados da prancha;
7. forçar que o cilindro se mova por toda a prancha, ou que a prancha se mova lateralmente (forçar o desequilíbrio);
8. realizar pequenos saltos com apoio (sempre tomando o impulso com os dois pés ao mesmo tempo).

A Figura a seguir apresenta importantes elementos que garantem a segurança no rola-rola. Uma informação importante e que facilita bastante a iniciação ao rola-rola é realizar esses exercícios sobre uma superfície acolchoada, pois evita que o cilindro escorregue ou desloque em grande velocidade.



Gláucia Andreza Kronbauer

Figura 3 - Elementos do Rola-Rola

4. ACROBACIAS DE SOLO

As acrobacias de solo são das modalidades corporais artísticas mais antigas das quais temos notícias. Juntamente com expressões rítmicas ao som de músicas, as acrobacias eram utilizadas em apresentações e festividades religiosas por muitos povos da antiguidade. Eram também importantes elementos de preparação e treinamento de soldados. (BORTOLETO, 2008).

Relata Antonio Torres que, na China, as acrobacias eram utilizadas como exercícios de batalha e realizadas por soldados que se jogavam uns contra os outros com chifres na cabeça. Entre 220-206 a.C. houve uma grande festa em que essas acrobacias foram apresentadas. O imperador Wu ficou tão encantado que ordenou que o espetáculo se repetisse todos os anos, no Festival da Primeira Lua (TORRES, 1998).

As acrobacias exigem grande domínio do corpo, força, agilidade e fascina. O acrobata executa movimentos que parecem impossíveis e revela a imensa potência corporal. Para fins didáticos, vou organizar esta sessão em acrobacias de solo individuais e coletivas. O quadro a seguir apresenta algumas sugestões de atividades para preparar o corpo para as acrobacias.

Atividade	Descrição
Mobilização dos segmentos corporais	Mobilizar todas as articulações, das extremidades em direção ao centro, identificando todas as possibilidades de movimento de cada articulação.
Twister	Construir um grande tabuleiro no chão, com marcações verdes, vermelhas, amarelas e azuis (ou outras cores de sua preferência). Elaborar cartões com partes do corpo: mão direita, mão esquerda, pé direito, pé esquerdo, e com as cores utilizadas no tabuleiro. Os participantes se distribuem no tabuleiro. São sorteados dois cartões: um com uma cor, o outro com uma parte do corpo. Os participantes precisam colocar a parte do corpo sorteada numa marcação da cor sorteada.
1, 2, 3 mexa-se	Em grupos, todos juntos contam até 3 de maneira ritmada. Aos poucos, no ritmo da contagem, os números são substituídos por gestos. Depois de assimilada a brincadeira, aumentar o número de gestos iniciando, sempre, da criação do ritmo para depois inserir os gestos.

4.1 Acrobacias Individuais

A primeira acrobacia de solo a ser ensinada para os alunos, e que será base para muitas outras, é o rolamento para frente, popularmente conhecido como cambalhota. Relatam circenses que esta é, também, a primeira acrobacia que toda criança aprende no circo.

O rolamento para frente consiste em um giro de 360 graus ao redor do eixo transversal do corpo. Podemos descrever as etapas do movimento da seguinte forma:

- com os pés no chão, flexionar o tronco e apoiar as mãos no chão, mantendo a cabeça entre os braços, o queixo tocando o peito e os joelhos flexionados;
- elevar o quadril e impulsionar o tronco para frente com as pernas, deixando-o cair no chão em forma de arco. Nessa parte do movimento, primeiro a parte superior das costas toca o chão (cuidado para não tocar a região do pescoço), depois a parte média e, por fim, a parte inferior;
- ao final do rolamento, o aluno apoiará os dois pés no chão, paralelos e apontados para frente e projetará o tronco para frente e para cima, aproveitando o embalo do rolamento, para ficar de pé;

- durante o rolamento, é importante que o professor apoie o aluno atrás na cabeça (garantindo que ele manterá o queixo no peito e não machuque o pescoço) e nas coxas ou cintura (auxiliando na impulsão para o giro).

Os vídeos a seguir apresentam algumas estratégias de plano elevado ou inclinado para a iniciação aos rolamentos. É possível executar o movimento em três posturas da ginástica, conforme a figura a seguir (grupada, afastada, carpada). Ao dar um salto de impulso, antes da realização do rolamento, ele passa a ser denominado salto peixe).

Vídeo: Rolamento de Frente Grupado

Vídeo: Salto-Peixe



Figura 4 - Posições grupada, carpada e afastada

O rolamento para trás, ou cambalhota para trás é a próxima acrobacia a ser trabalhada. Diferentemente do rolamento para frente, no caso de rolar para trás o aluno se lança ao desconhecido, ou seja, ele não tem contato visual com o local para onde se lança. É um aspecto importante em outras acrobacias, como o flic-flac e o mortal para trás, que começa a ser desenvolvido no rolamento para trás (BORTOLETO, 2008). Podemos descrever as etapas do rolamento para trás da seguinte forma:

- partindo da posição de pé, com os braços erguidos, o aluno deixa o corpo cair, como se estivesse sentando no chão;
- em seguida, o aluno ergue as pernas e as lança para trás, juntamente ao tronco flexionado, apoiando as mãos no chão ao lado da cabeça;
- ao tocar os pés no chão, o aluno utiliza também o apoio dos braços para se colocar de pé;
- o professor pode auxiliar erguendo o aluno pelo quadril. Assim, minimiza o peso do aluno sobre o pescoço e auxilia na impulsão para o giro.

Veja as imagens no site:

Blog: Ginástica

Outra acrobacia muito tradicional no circo e em outros espetáculos é a estrela ou roda lateral. Se, até o momento, estávamos nos concentrando em acrobacias no plano sagital (eixo

transversal), a estrela se realiza no plano frontal (eixo sagital). Para melhor compreender os planos e eixos anatômicos, ver figura no link abaixo. A estrela é descrita como uma sequência de dois apoios: partimos da posição de pé, com os dois pés no chão; iniciamos o movimento erguendo um pé e apoiando uma mão; em seguida erguemos os dois pés, ficamos de cabeça para baixo e sustentamos corpo com as duas mãos; voltamos a apoiar um dos pés e erguemos uma mão para, por fim, retornarmos à posição de pé. A figura apresentada a seguir explica os passos da estrela.

Site: Ser Yoga

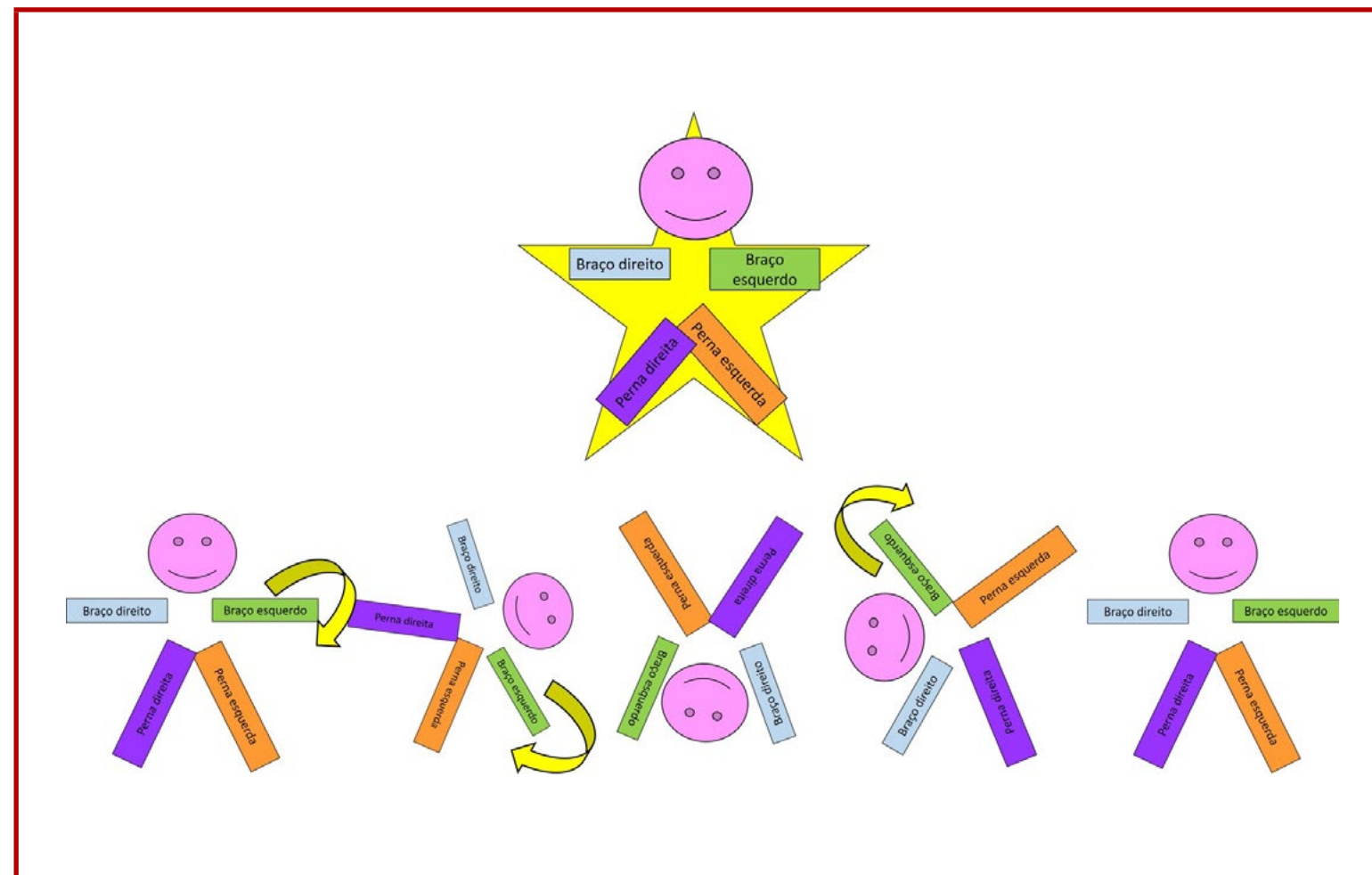
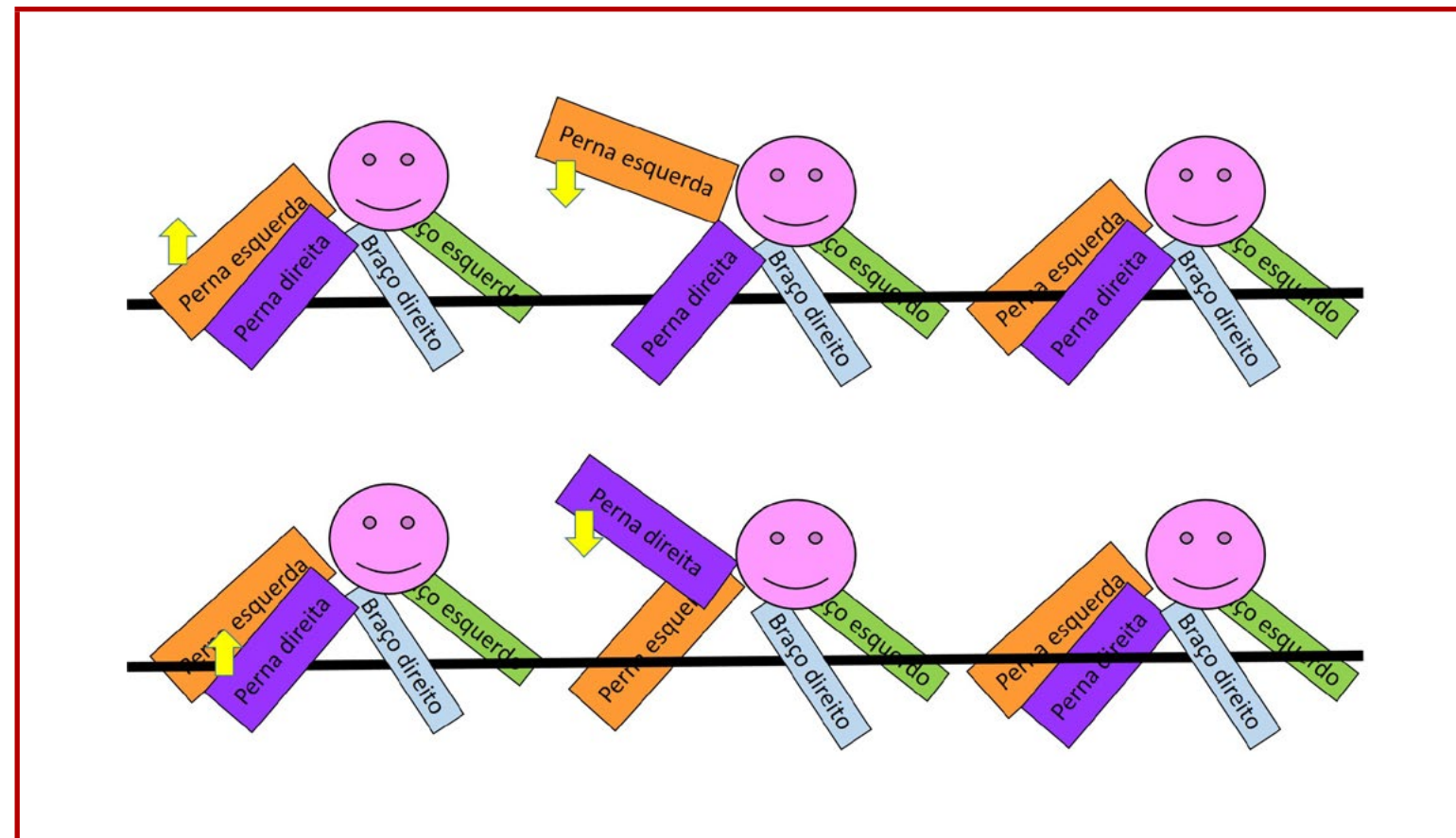


Figura 5- Sequência de apoios para a execução da estrela

Cabe esclarecer que para fins de competição de Ginástica Artística, por exemplo, a estrela parte com o indivíduo de frente para a direção do movimento. No entanto, o objetivo de trabalhar a estrela na escola, entre outros elementos de circo e ginástica, é possibilitar a experimentação de movimentos por parte dos alunos e permitir que cada um descubra as próprias estratégias corporais para executá-los. A preocupação do professor, nestes casos, não é a perfeição técnica do gesto, mas a participação do aluno e a sua segurança.

Para ensinar a estrela para os alunos há um exercício bastante simples. Basta desenhar uma linha no chão e pedir que os alunos se posicionem ao longo da linha, com uma mão apoiada de cada lado da linha, e os dois pés do mesmo lado. Primeiro o aluno passar um dos pés para o outro lado, e depois o outro pé, conforme mostra a figura. Observe com cuidado de que lado da linha estão pernas e braços:



Gláucia Andreza Kronbauer

Figura 6 - Exercício para ensinar a estrela

Aos poucos, o professor orienta os alunos para que tentem chutar as pernas com mais velocidade, perdendo, por alguns instantes o contato de ambos os pés com o chão, mas sempre em sequência: uma perna depois da outra. Quando os alunos conseguirem executar o movimento com a linha, é possível utilizar outros demarcadores como um banco, que além de oferecer a referência no chão, ainda desafia os alunos em função de estar um pouco mais alto.

Há ainda algumas variações a serem realizadas depois que os alunos aprenderem a estrela. A estrela com uma mão é aquela em que, no momento em que o aluno está de cabeça para baixo, o seu corpo fica apoiado apenas em uma das mãos. O rodante é também uma variação da estrela, exige maior impulsão e, muitas vezes, é utilizado como elemento de preparação ao flic-flac (Back Flic). Consiste em uma estrela em que o aluno finaliza com os dois pés tocando o chão ao mesmo, de frente para o ponto de partida.

Vídeo: Estrela com uma mão

Vídeo: Rodante e Back Flip

A acrobacia de solo mais avançada que será trabalhada neste e-book é a reversão para frente. Convém que seja ensinada depois da parada de mãos e da estrela, pois são elementos que contribuem bastante para facilitar sua execução. Mas antes de iniciar a reversão, é fundamental que o aluno compreenda e experimente alguns gestos isolados:

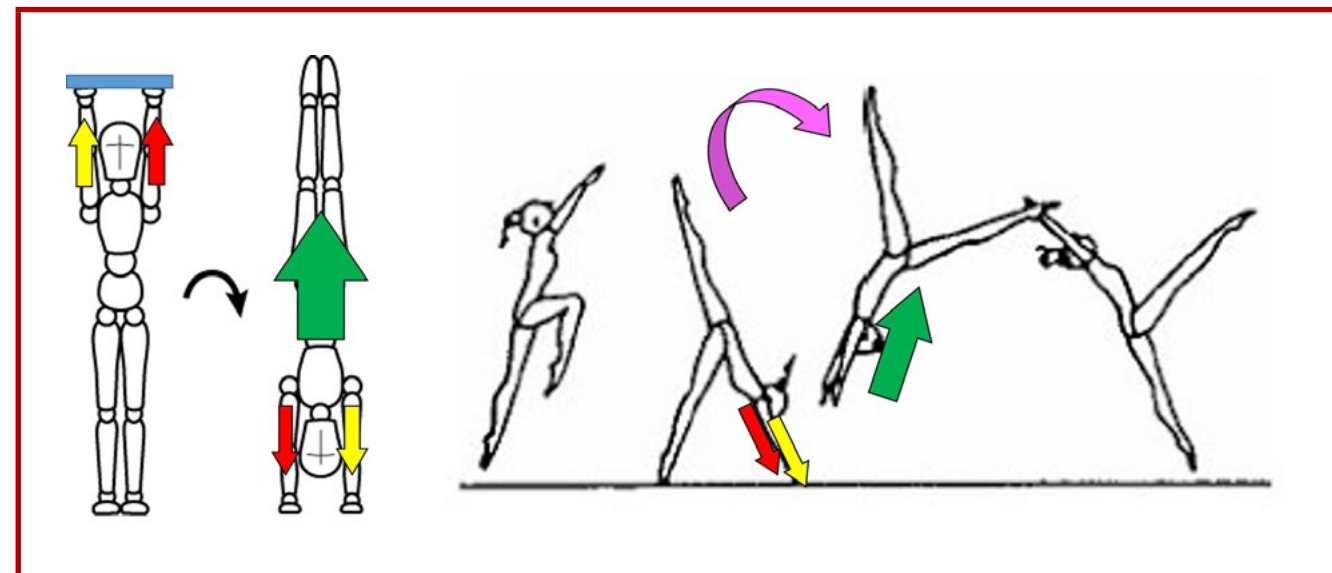
- **A ponte:** a posição da ponte contribui para condicionar lentamente a região da coluna lombar, evitando lesões durante a reversão. Ela possibilita também a compreensão da postura que o aluno assumirá. Peça aos alunos que deitem de costas no chão, apoiem os pés e as mãos e ergam o tronco, sustentando uma curvatura nas costas – os dedos das mãos devem estar apontados para os pés, e os polegares na direção da cabeça / pescoço. Tome cuidado ao ajudar o aluno nesse exercício: o apoio deve acontecer nos ombros / escápulas / região torácica da coluna, como mostra a figura; tentar erguer o aluno pela cintura / região lombar da coluna pode machucá-lo (ARAÚJO, 2012). No blog citado anteriormente (pág. 21), você encontrará maiores especificações.



domínio público

Figura 7 - Ponte

- **A repulsão dos ombros:** um dos aspectos mais importantes na execução da reversão é a repulsão dos ombros. Quando estamos de pé, erguemos os braços estendidos ao lado da cabeça e realizamos uma elevação de ombros, os braços se elevam junto, como se estivéssemos empurrando uma plataforma sobre a cabeça. Se realizarmos esse mesmo movimento de cabeça para baixo, ou seja, apoiados sobre as mãos, o resultado será a impulsão do corpo para cima, conforme mostra a figura. A impulsão, popularmente chamada de repulsão dos ombros, aliada à rotação do corpo em torno de seu eixo transversal, gera a reversão.



Gláucia Andreza Kronbauer

Figura 8 - Repulsão dos ombros e reversão

Uma vez que os alunos já experimentaram a parada de mãos, ensinada na sessão anterior, a reversão se torna mais fácil. Assim que o aluno assumir a posição da parada de mãos, ele deixará cair os pés para trás, para se colocar na posição da ponte, e em seguida subir o tronco e se colocar novamente de pé. Mas é justamente a finalização do movimento, ficar novamente de pé, que apresenta maior dificuldade. Por isso, é importante pensar em estratégias de auxílio para o aluno. Um importante aspecto a observar é que o apoio será realizado na região intermediária/superior das costas (o apoio na região lombar pode provocar lesões).

- utilize um banco, e coloque vários colchonetes/colchões por cima, para que o aluno execute a reversão apoiando as costas no banco. Assim, no momento em que precisa erguer o tronco, o apoio do banco impede que o aluno caia de costas no chão;
- o banco pode ser substituído por um colega em posição de quatro apoios. Neste caso, o colega que fará o apoio estará com o abdômen contraído, o tronco levemente flexionado, impossibilitando a curvatura da região lombar e a extensão do tronco quando o colega realizar a reversão sobre as suas costas. Outro aspecto a observar é que o apoio pode acompanhar o executante, transferindo o peso do corpo dos braços e pernas direitos para os braços e pernas esquerdos, ou vice-versa, de acordo com o sentido do movimento.
- Dois colegas podem fazer o apoio: de frente um para o outro, dão as mãos formando a letra U com o tronco e os braços. O aluno realizará o movimento no U. Ao tentar erguer o tronco, os colegas auxiliam com as mãos/braços na região das escápulas.

4.2 Acrobacias Coletivas e Pirâmides

As acrobacias coletivas, assim como as individuais, exigem força e flexibilidade, entre outras capacidades físicas. No entanto, elas se configuram a partir da relação entre o corpo de um e de outro, não é apenas uma pessoas tentando fazer algo com seu corpo, mas pessoas tentando construir coletivamente um movimento. Neste caso, o cuidado e o respeito com o corpo do outro é fundamental.

Para trabalhar com as acrobacias coletivas, começemos com duas figuras centrais: a base e o volante. A base é o aluno que ficará em contato com o chão, sustentando outro aluno. O volante é o aluno sustentado, projetado e, em certos casos, lançado pela base. Em algumas formações surge também a figura do intermediário, sustentado pela base e que sustenta/projeta/lança o volante.

Selecionei alguns elementos para apresentar neste livro, fundamentada pelo livro de Marco Bortoleto e colaboradores (TANAN & BORTOLETO, 2008) mas cabe destacar que realizar acrobacias em dupla diz respeito à criatividade e a estabelecer relações de responsabilidade entre o seu corpo e o corpo do outro. Você encontrará alguns exemplos no vídeo:

Vídeo: Basic partner acrobatics

- **Avião frontal:** o aluno que fará a base se posiciona deitado de costas, segura as mãos e posiciona os pés no quadril do volante, erguendo-o. O volante deverá ficar com o corpo estendido na posição horizontal, deitado de bruços sobre os pés da base. O aluno que faz a base é responsável por controlar o equilíbrio com seus pés: se o volante se desequilibrar para frente, a base estende o tornozelo; se o volante se desequilibrar para trás, a base flexiona o tornozelo.

Foto: Avião frontal

- **Torre simples:** também conhecida como segunda altura, a torre simples é a figura na qual o volante se equilibra sobre os ombros da base. Para que o volante consiga subir, a base deverá estar de pé, com pernas afastadas e joelhos flexionados, formando um apoio com suas coxas, tronco levemente deslocado para frente, e segurando as mãos do volante. O volante subirá na base como se estivesse em

uma escada: o primeiro degrau será a coxa, o segundo degrau será o ombro do lado oposto. Assim que o volante estiver sobre os ombros da base, as canelas fixas atrás da sua cabeça, a base estenderá o corpo e segurará nas panturrilhas do volante, evitando que ele caia para trás. Confira o vídeo que demonstra uma forma alternativa de realizar a torre simples:

Vídeo: Torre simples

- **Bandeira dorsal:** base de frente para o volante, volante de costas para a base. A base com os pés afastados, joelhos levemente flexionados, segura na cintura do volante, erguendo-o para que ele fique de pé sobre suas pernas. Após ficar de pé sobre as coxas da base, o volante estende o corpo, abre os braços e desloca levemente para frente, enquanto a base segura a cintura do volante e desloca seu corpo levemente para trás.
- **Bandeira frontal:** base e volante frente a frente. A base com os pés afastados, joelhos levemente flexionados, segura as mãos do volante e o ajuda a subir em suas coxas. Após ficar de pé sobre as coxas da base, o volante estende o corpo e desloca levemente para trás, enquanto a base segura suas mãos e também desloca seu corpo levemente para trás.

O quadro a seguir apresenta algumas sugestões de jogos que podem ser utilizados para trabalhar acrobacias coletivas na escola.

Atividade	Descrição	Problematizações
Hipnotismo	Participantes em duplas. Um deles será o guia, que mantém a mão próxima ao rosto do outro. O participante hipnotizado move-se seguindo a mão do outro.	
Marionete	Participantes em duplas. Um deles será o guia, o outro a marionete. O guia toca as partes do corpo da marionete que devem se mover, e a marionete se movimenta apenas com o toque do guia.	
Telefone sem fio corporal	Organizar em grupos, de acordo com o número de participantes (no máximo 20 integrantes por grupo). Uma pessoa é escolhida para começar a atividade, todos ficam de costas ou com os olhos vendados. Ela realiza um movimento, e uma pessoa de cada grupo é escolhida para repeti-lo em seu grupo. Um de cada vez, os participantes veem, aprendem e reproduzem o movimento para o próximo. No final da atividade, comparamos o movimento realizado por cada grupo com o primeiro movimento que desencadeou o telefone sem fio.	Nesta atividade, geralmente o movimento final é muito diferente do movimento inicial. Podemos orientar os alunos para que observem com mais cuidado, prestem atenção, olhem para o colega enquanto ele executa o movimento.
O eu e o outro	Em duplas. Os alunos deverão encontrar pontos de apoio e equilíbrio no corpo dos colegas.	Este é um jogo para explorar as possibilidades corporais do corpo em relação ao corpo de outra pessoa. É importante dar tempo aos alunos. Além disso, é uma atividade de introdução ao jogo das pirâmides.
Jogo das Pirâmides	<p>Neste jogo, os alunos são desafiados a montar composições a partir dos três elementos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • apoios: número de parte do corpo que devem estar em contato com o chão; • bases: número de participantes que devem estar em contato com o chão; • volantes: número de participantes que não podem estar em contato com o chão, devem ser sustentados pelas bases. <p>O professor poderá variar o número de apoios, bases e volantes, e os participantes precisam encontrar estratégias para cumprir a solicitação.</p>	

5. ACROBACIAS AÉREAS

5.1 Trapézio Fixo

As acrobacias aéreas em trapézio podem ser organizadas em duas modalidades: o trapézio fixo e o trapézio voador. No primeiro, o artista (ou os artistas) realiza suas evoluções em uma barra suspensa, pendurada por duas cordas, uma em cada extremidade. O trapézio fixo quase não se movimenta durante o número. No segundo, os artistas realizam suas evoluções com trapézios em balanço, saltando de um para outro em lançamentos, giros e outros elementos acrobáticos. Podemos perceber muitas semelhanças entre o trapézio e alguns aparelhos da Ginástica Artística como, por exemplo, as paralelas assimétricas femininas, a barra fixa e as argolas masculinas.

O domínio das cordas e a criação de instrumentam que permitem nos posicionar ou deslocar sem contato direto com o chão são técnicas desenvolvidas ao longo de toda a história. Há registros da utilização delas para fugas em regimes políticos totalitários há milhares de anos na China, ou ainda hipóteses da existência de marinheiros que criavam acrobacias com as cordas e mastros dos navios. Sabe-se que artistas mambembes já utilizavam um equipamento bastante semelhante ao trapézio durante o Renascimento (CALÇA & BORTOLETO, 2008).

Em função da facilidade de construir ou adquirir os equipamentos necessários e da segurança, vamos trabalhar apenas com o trapézio fixo. Com o local adequado para pendurar o trapézio e um colchão grande, daqueles utilizados no salto do atletismo ou na ginástica, é possível realizar muitos elementos do trapézio fixo em uma aula de Educação Física na escola.

Caso você não tenha condições de comprar um trapézio para a escola, este é um equipamento bastante simples de confeccionar. Esta é apenas uma sugestão. Tenha em mãos uma barra cilíndrica de ferro ou outro material resistente com aproximadamente 60-70 cm de

comprimento, 3-4 cm de diâmetro, 4 cordas (cada uma com o dobro da altura que você precisa para pendurar), tecido e espuma ou outro material para enchimento, fita tipo silvertape e EVA para revestir a barra. Consulte opções de nós para emendar duas cordas, ou duas extremidades de uma mesma corda, no vídeo:

Vídeo: Nó para emendar cordas

Acompanhe o passo a passo na figura a seguir:

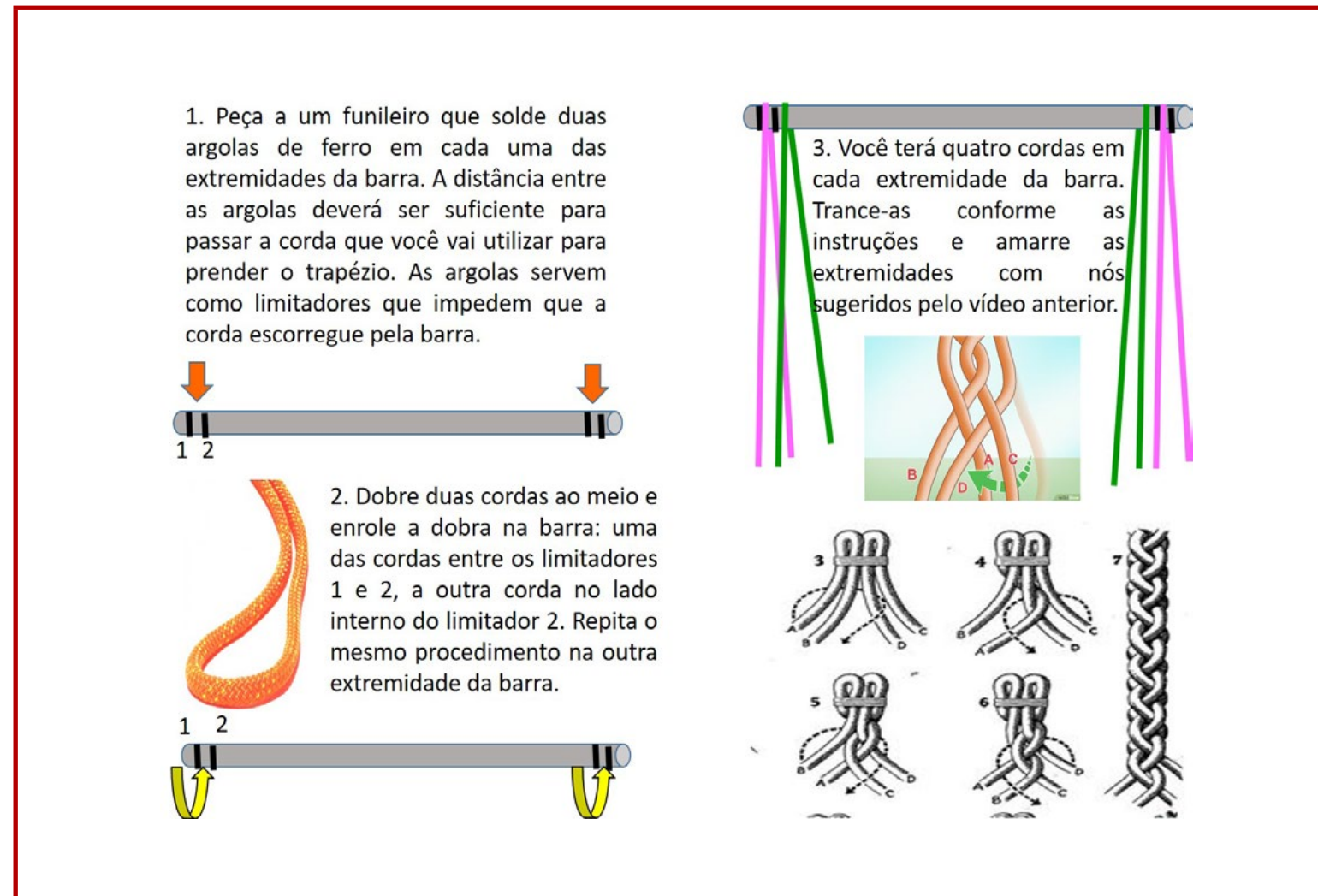


Figura 10 - Instruções para confeccionar um trapézio

A parte principal do trapézio está pronto. Agora você poderá revestir a barra com EVA e fita para deixá-la mais macia e aderente. Além disso, é recomendável que a corda seja revestida e estofada por aproximadamente 50 cm, para facilitar os elementos que exigem que o aluno se entrelace na corda. Resta encontrar um bom lugar para pendurar o trapézio de maneira segura. Utilize, preferencialmente, fitas de poliamida para esportes de aventura e mosquetões para a fixação. Consulte sempre a resistência dos materiais (carga suportada).

Vamos para a aula!

Inicie o trabalho com o trapézio pedindo aos alunos que tentem subir e sentar sobre a barra. Este é o primeiro desafio! Em seguida, eles podem balançar, ainda sentados. Isso contribui para que os alunos se acostumem com a altura e desloquem suas referências visuais para pontos diferentes. Ficar de pé sobre a barra, segurando nas cordas, e balançar, também é um grande desafio. O vídeo a seguir apresenta outras sugestões de elementos para a iniciação ao trapézio:

Vídeo: Trapézio fixo

5.2 Tecido Circense

Há várias referências que trazem diferentes origens para o Tecido Circense, também conhecido como Tecido Aéreo ou Tecido Acrobático. Há relatos de apresentações com longos panos em festas imperiais na China. Outros mencionam apresentações em cortinas de cabarés em Berlim, na Alemanha, no início do século XX. Há ainda os que mencionam o surgimento do Tecido Circense na França, na década de 1980, durante pesquisas com materiais que possibilitassem a realização de acrobacias aéreas (CALÇA & BORTOLETO, 2008). No entanto, o que se pode afirmar é que, quando comparado a outras técnicas circenses milenares, as apresentações com o tecido

são relativamente novas no circo. O tecido parece ser uma variação da corda, e permite maior variabilidade de evoluções em função de sua textura e flexibilidade.

Atualmente, podemos mencionar quatro principais tipos de tecido. O tecido liso é aquele fixado pelo meio, pendendo as duas extremidades nas quais o tecidista fica pendurado e executa seu número. O tecido marinho, ao contrário, está preso pelas extremidades e forma um grande U no qual o tecidista realiza as evoluções. O doble tecido é uma variação do tecido liso, em que dois artistas se penduram no mesmo tecido e realizam os movimentos individuais e em portagens. Por fim, no tecido ao voo o tecidista se prende às extremidades do tecido e realiza voos, balanços, pranchas, entre outros – na maioria das vezes, o tecido é fixado em uma estrutura que permite variar sua altura, realizar giros, entre outros (CALÇA & BORTOLETO, 2008).

Vamos descrever alguns elementos iniciais para o tecido liso, e também estratégias que facilitam os primeiros contatos com essa bela modalidade. O tecido utilizado é o liganete, de preferência com percentual reduzido de elastano e com a elasticidade no sentido horizontal, e não vertical. Recomenda-se o auxílio de pessoas especializadas em esportes de aventura ou dos bombeiros da cidade para verificar a resistência da estrutura e realizar a fixação/ancoragem do tecido. Atualmente é cada vez mais comum encontrar a prática do tecido circense em parques ou espaços públicos com árvores que permitem pendurá-lo.

Vídeo: Ancoragem de um tecido

Existem várias formas de subir no tecido, mas para iniciar o trabalho na escola, vamos aprender a trava simples. Para subir no tecido o aluno precisará sustentar o peso do corpo pelos braços e, ao mesmo tempo, manter o tecido firme entre os pés (pisando sobre ele com um, e fazendo uma base com o outro): de frente para o tecido, posicione-o entre as pernas; em seguida,

passa-o por trás de uma da perna de apoio, fazendo uma volta e deitando-o sobre o pé de apoio; Com o outro pé pise sobre o tecido. Veja a posição dos pés na figura a seguir.

Imagine que a faixa azul é o tecido. Ele precisa ficar preso entre os dois pés. Para garantir que a posição está correta, o aluno deve conseguir se fixar ao tecido utilizando as mãos apenas para estabilidade, sem que os braços realizem a força de sustentação.



Gláucia Andreza Kronbauer

Figura 11 - Posição dos pés para fixar o tecido

Para que aconteça o deslocamento, a subida, é preciso soltar o apoio dos pés e sustentar o corpo com os braços, flexionar joelhos e quadril e realizar novamente o apoio um pouco mais alto no tecido. Com o tecido fixo pelos pés, ao estender pernas e quadril, o aluno sobe, segura mais alto com as mãos e realiza novamente a sequência: solta o tecido dos pés e sustenta o corpo com os braços → flexiona joelho e quadril → enrola novamente o tecido no pé de apoio e o fixa entre os pés → estende quadril e joelho e eleva o corpo, segurando mais alto com as mãos.

Cabe destacar que o tecido exige muita força dos braços, principalmente para aqueles que não estão adaptados ainda com a técnica da trava simples. Por isso, uma estratégia pedagógica

bastante utilizada é fazer um nó com as duas extremidades do tecido, formando um balanço. Nesse balanço é possível executar algumas técnicas sem exigir tanta força dos braços. Além disso, há um conjunto de elementos que podem ser realizados partindo do chão. Confira mais algumas formas de iniciação ao tecido nos vídeos:

Vídeo: Como ensinar tecido acrobático para crianças

Vídeo: Tecido

O aquecimento inicial e os alongamentos ao final da aula são de extrema importância. Dê bastante atenção aos braços e região cervical e alerte os alunos sobre a possibilidade de sentirem um pouco de dor depois das primeiras aulas. E lembre-se sempre de garantir a segurança dos alunos e privilegiar a descoberta de suas potencialidades corporais por meio da experimentação livre de diferentes formas de balanço, travas, giros, entre outros.

REFERÊNCIAS

- ARAÚJO, C. M. R. Manual de ajudas em ginástica. Várzea Paulista: Fontoura, 2012.
- BORTOLETO, M. A. C. (org.) Introdução à pedagogia das atividades circenses. Vol. 1. Jundiaí, SP: Fontoura, 2008.
- BORTOLETO, M. A. C. (org.) Introdução à pedagogia das atividades circenses. Vol. 2. Jundiaí, SP: Fontoura, 2010.
- BORTOLETO, M. A. C., PINHEIRO, P. H. G. G; PRODOCIMO, E. Jogando com o circo. Jundiaí, SP: Fontoura, 2011.
- BORTOLETO, M. A. C.; ESCALANTE, O. Acrobacia de solo. In: BORTOLETO, M. A. C. (org.) Introdução à pedagogia das atividades circenses. 1. ed. Jundiaí: Fontoura, 2008, v. 1, p. 15-36.
- DUPRAT, R. M.; BORTOLETO, M. A. C. Malabares (Bolas). In: BORTOLETO, M. A. C. (org.) Introdução à pedagogia das atividades circenses. 1. ed. Jundiaí: Fontoura, 2008, v. 1, p. 37-49.
- BORTOLETO, M. A. C. Rola-rola. In: BORTOLETO, M. A. C. (org.) Introdução à pedagogia das atividades circenses. 1. ed. Jundiaí: Fontoura, 2008, v. 1, p. 67-76.
- BORTOLETO, M. A. C.; DUPRAT, R. M. Parada de mãos. In: BORTOLETO, M. A. C. (org.) Introdução à pedagogia das atividades circenses. 1. ed. Jundiaí: Fontoura, 2008, v. 1, p. 77-88.
- BORTOLETO, M. A. C. Perna de Pau. In: BORTOLETO, M. A. C. (org.) Introdução à pedagogia das atividades circenses. 1. ed. Jundiaí: Fontoura, 2008, v. 1, p. 89-104.
- BORTOLETO, M. A. C.; TANAN, D. Acrobacia coletiva. In: BORTOLETO, M. A. C. (Org.) Introdução à pedagogia das atividades circenses. 1. ed. Jundiaí: Fontoura, 2008, v. 1, p. 105-120.
- BORTOLETO, M. A. C.; LOPES, D. C. Arame Fixo. In: BORTOLETO, M. A. C. (Org.) Introdução à pedagogia das atividades circenses. 1. ed. Jundiaí: Fontoura, 2010, v. 2, p. 83-94.
- CALÇA, D. H.; BORTOLETO, M. A. C. Tecido. In: BORTOLETO, M. A. C. (Org.) Introdução à pedagogia das atividades circenses. 1 ed. Jundiaí, SP: Fontoura, 2008, v. 1, p. 135-154.
- CALÇA, D. H.; BORTOLETO, M. A. C. Trapézio Fixo. In: BORTOLETO, M. A. C. (Org.) Introdução à pedagogia das atividades circenses. 1 ed. Jundiaí, SP: Fontoura, 2008, v. 1, p. 155-178.
- HEROLD JR., C. Corpo, Educação Física e o trabalho no capitalismo industrial (1860-1920). HISTEDBR On-line, n. 25, p. 54-66, 2007.
- SOARES, C. L. Educação Física escolar: conhecimento e especificidade. Rev. Paul. Educ. Fís., São Paulo, supl. 2, p. 6-12, 1996.
- SOARES, C. L. Imagens da Educação no Corpo. Campinas, SP: Autores Associados, 2002.
- SOARES, C. L.; MADUREIRA, J. R. Educação física, linguagem e arte: possibilidades de um diálogo poético do corpo. Movimento, v. 11, n. 2, p. 75-88, 2005.