



# Art es Visu ais

COLEÇÃO  
FOLHEARTE





# Artes Visuais

Coleção FolheArte

1ª edição - 2021

**IA MAR**  
Instituto Alair Martins

2ª edição - 2025

 **MOVIMENTO  
BEM MAIOR**

 **BNDES**

**Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)**  
**(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)**

FolheArte / Fundação Amazônia Sustentável. -- Manaus, AM : Fundação Amazonas Sustentável, 2021.

ISBN 978-65-89242-22-2

1. Arte 2. Artes visuais 3. Atividades e exercícios 4. Dança 5. Música 6. Teatro 7. Vida ribeirinha - Amazônia

21-58044

CDD-700

**Índices para catálogo sistemático:**

1. Arte 700

Cibele Maria Dias - Bibliotecária - CRB-8/9427

2ª edição  
2025



# Apresentação

A arte de representar formas e cores a olho nu, é talvez uma das mais antigas expressões do ser humano. Imagens rupestres do cotidiano e da cultura dos povos são expressas em pedras e diversos suportes ao redor de todo o planeta. Dentro da Amazônia, esta arte originalmente indígena, através de suas plumárias, teçumes e adornos em sementes, por exemplo, atravessou gerações e segue viva dentro do cotidiano de quem vive nas florestas e beiradões amazônicos.

Mais que a peça ou obra final em si, este conjunto de artes permite a fruição da criação pessoal, processo que carrega consigo um conjunto de saberes ligados à vida em comunidade, ao território e à identidade. Um paneiro, por exemplo, é feito de diversos cipós e fibras. Não basta saber trançar os elementos orgânicos, é preciso saber onde, quando e como coletá-los, para então se criar a peça. Para saber as rotas seguras para navegação de uma canoa ou motor, por exemplo, segue-se o mesmo fenômeno: é preciso que na memória estejam gravados o relevo da terra, as silhuetas da água e os elementos da beira do rio que demarcam algo importante. De

forma idêntica, a caça, a agricultura e a pesca, para quem vive na floresta, só é eficaz quando se reconhece as formas e cores dos bichos e plantas. O mundo na floresta é um infinito universo visual, e que se transforma.

A aptidão de reconhecer e recriar inúmeras vezes este mundo visual, não apenas compõem o cotidiano dos habitantes do beiradão, mas são habilidades decisivas para este habitar da Amazônia – saberes que são passados aos jovens deste lugar, uma constelação repleta por infinitos traços, tons, texturas, ângulos, formas e cores, todas carregadas com o seu próprio valor estético e simbólico.

Através das diversas linguagens visuais os jovens do beiradão recriam o mundo onde vivem, são estimulados e estimulam reflexões sobre a potência, beleza e urgências da Amazônia. Esta publicação nasce disto: do reconhecimento de habilidades naturais de quem nasceu e vive em contato com a Natureza; e de experiências com juventudes diversas, imersas em sua criação visual, deixando-se fruir no que há de mais belo em nossa experiência humana, a criatividade.



## FICHA TÉCNICA

### COORDENAÇÃO GERAL

Virgílio Viana

### RESPONSÁVEIS TÉCNICOS

Valcléia Soledade

Luiz Cruz Villares

### PROGRAMA DE EDUCAÇÃO PARA A SUSTENTABILIDADE

Anderson Mattos

### CAPA/PROJETO GRÁFICO E EDITORAÇÃO

Gabriel de Andrade / Paulo Maciel

### CONCEPÇÃO E ORGANIZAÇÃO

Emerson Pontes

### AUTORES

Neucilane . Vitoria . Soraia . Remilson .  
Erinelsson . Taila . Geovana . Javé . Suziane  
Tailane . Ingled Tainara . Ingrid . Vitoria .  
Herlan . Andrey . Daniel . Ruth . Estelane  
Diego . Jonilson . Lilian . Clinton . Salef .  
Matuzalém . Daniele . Ana . Claudemir .  
Cristiane . Eloisa . Eron . Fernanda . Gonçalo .  
Guilherme Eduardo . Ketlen . Luana Patrícia  
Luana Melissa . Lucas . Paulo . Romeu  
Tharlany . Vitória . Wesley Yasmim . Abgail  
Adriana . Adrielson . Alaison . Anailson .  
Antônio . Benedito . Betuel . Charlene  
Claudeir . Cledenilson . Cleverson . Darlene  
Darlisson . Davi . Delessandro . Derickes

Derley . Dorinei Edmilson . Elângio . Eliene .  
Elson . Elton . Erica . Evely Flávio  
Francinaldo . Gustavo . Israel . Itamara .  
Jaele Janiele . Jedeane . Joel Amazonas .  
Joel Brazão . Joelson . Josiele . Jucinaldo .  
Keuri . Liliane . Liliene Mailse . Máira . Marciel  
Milena Priscila . Rômulo . Sérgio . Silvino .  
Suellen . Thiago . Warley . William Zaquias .  
Zidane . Alessandro . Elízia . Aldriene . Kebrem  
Adriane . Shaene . Alice . Emily . Katrini .  
Verônica Carla . Marcela . Samara . Joenia .  
Izabelle . Tatiana . Kellyane . Suyane . Elisa .  
Grazielly . Aderso . Henrique Fábio . Estevão  
Loren . Reneri . Ester . Josemir . Wesley .  
Jerbeson . Joyce Francimara . Glenda . Luane  
Vitória . Manuela . João . Victor . Aldair .  
Pâmela . Erleoney . Beatriz . Erlesson . Emelly  
Vitório . Luiz . Selma

### REVISÃO TÉCNICA

Anderson Mattos/ Emerson Pontes/ Nathalia  
Flores

### APOIO

Amândio Silva / Jerônima Adorno

### FOTOS

Bruno Kelly / Dirce Quintino / Emerson  
Pontes / Keila Serruya / Marina Amazonas

### ILUSTRAÇÕES

Participantes do Projeto Incenturita

# ÍNDICE

<b>ILUSTRAÇÃO E DESENHO .....</b>	
<b>TRAÇOS.....</b>	<b>7</b>
<b>FORMAS GEOMÉTRICAS.....</b>	<b>9</b>
<b>PROPORÇÃO.....</b>	<b>11</b>
<b>SOMBRA E LUZ.....</b>	<b>13</b>
<b>COLAGENS ORGÂNICAS.....</b>	<b>15</b>
<b>RETRATO DO QUINTAL.....</b>	<b>17</b>
<b>RETRATO DO COLEGA.....</b>	<b>19</b>
<b>PINTURA.....</b>	
<b>INTERPRETANDO IMAGENS.....</b>	<b>22</b>
<b>PINTANDO COM A NATUREZA.....</b>	<b>27</b>
<b>CARIMBOS DE PLANTAS.....</b>	<b>29</b>
<b>FIGURINO.....</b>	
<b>FIGURINO EM GRUPO.....</b>	<b>32</b>
<b>FIGURINO INDIVIDUAL.....</b>	<b>34</b>
<b>MAQUIAGEM.....</b>	
<b>PINTANDO O OUTRO.....</b>	<b>37</b>
<b>PINTANDO A SI.....</b>	<b>39</b>



# Art es Visu ais

ILUSTRAÇÃO E DESENHO







## TRAÇOS



### Conteúdos

Tipos de traços

### Materiais necessários

Folhas de papel, lápis, borracha, lousa e giz (ou pincel)

### Tempo aproximado

60min

### Locais possíveis

Quintal Espaço,  
Sede comunitária,  
Sala de Aula

Nesta prática os jovens poderão reconhecer e exercitar os tipos essenciais de traços que existem em formas do cotidiano.

### Objetivos

- Ler - Perceber os traços mais comuns que compõem as formas e objetos do dia-a-dia.
- Escrever - Exercitar individualmente a reprodução de traços.
- Falar - Narrar aos colegas a experiência de caça aos traços no entorno do ambiente da aula.
- Resolver problemas - Criar desenhos livres utilizando tipos de traços específicos.

### Instruções

- Faça uma introdução na lousa sobre os tipos de traços mais comuns nas formas do cotidiano (ex: grosso, fino, forte, fraco, reto, triangular, ondulado e denteado).
- Na sequência, peça aos jovens que realizem os traços conforme o apresentado.

## ARTES VISUAIS

- Após um primeiro exercício, estimule os jovens a andarem no entorno em busca de formas ou objetos compostos pelos traços apresentados na aula.
- Solicite que desenhem pelo menos um destes objetos, identificando em seu papel individual qual traço registrou do ambiente.

### Avaliação

- Os jovens reconheceram os traços mais comuns das formas do seu cotidiano?
- Os jovens exercitaram os traços, produzindo-os em suas folhas de papel?
- Foi possível encontrar e registrar em desenho os traços mais comuns no entorno do ambiente da aula?



### Professoras (es)

Estimule que a busca pelos traços no entorno seja feita de forma individual. Desta forma, cada jovem poderá identificar e registrar os traços de forma mais concentrada.



### Ideias

Varie esta prática, estimulando os jovens a criarem desenhos livres utilizando somente um traço individualmente escolhido.





## FORMAS GEOMÉTRICAS

### Conteúdos

Geometria

### Materiais necessários

Folhas de papel, lápis, borracha, lousa e giz (ou pincel)

### Tempo aproximado

60min

### Locais possíveis

Quintal Espaço, Sede comunitária, Sala de Aula

Esta prática permite o reconhecimento e o exercício prático das formas geométricas comuns do cotidiano.

### Objetivos

- Ler - Identificar as formas geométricas que compõem os objetos do cotidiano.
- Escrever - Exercitar as formas geométricas que compõem os objetos do cotidiano.
- Resolver problemas - Reconhecer as formas geométricas do entorno vivenciado.

## Instruções

- Faça uma introdução na lousa sobre as formas geométricas mais comuns do cotidiano (ex: círculo, quadrado, triângulo, retângulo).
- Na sequência, peça aos jovens que desenhem as formas geométricas conforme o apresentado.
- Após um primeiro exercício, estimule os jovens a andarem no entorno em busca de formas ou objetos compostos pelas formas geométricas apresentadas na aula.
- Solicite que desenhem pelo menos um destes objetos, identificando em seu papel individual qual forma registrou do ambiente.

## Avaliação

- Os jovens reconheceram as formas mais comuns do seu ambiente?
- Os jovens exercitaram as formas, reproduzindo-as em suas folhas de papel?
- Foi possível encontrar e registrar em desenho as formas mais comuns no entorno do ambiente da aula?



## Professoras (es)

Estimule que a busca pelas formas no entorno seja feita de forma individual. Desta forma, cada jovem poderá identificar e registrar as formas mais concentradas.



## Ideias

Varie esta prática, estimulando os jovens a criarem desenhos livres utilizando somente as formas individualmente escolhidas.



### Conteúdos

Proporção

### Materiais necessários

Folhas de papel, lápis, borracha, lousa e giz (ou pincel)

### Tempo aproximado

60min

### Locais possíveis

Quintal Espaço,  
Campo de futebol,  
Sala de Aula

## PROPORÇÃO

Nesta prática os jovens poderão reconhecer e exercitar a proporção das formas que os circundam.

### Objetivos

- Ler - Identificar as medidas de formas diversas.
- Escrever - Exercitar a produção de medidas para objetos específicos.
- Resolver problemas - Reconhecer a proporção de medidas que garantem a estética de um desenho ou ilustração.

## Instruções

- Após realizar uma breve apresentação sobre o que é Proporção, desafie os jovens a produzirem um desenho de uma balde (imagem abaixo), utilizando as medidas de proporção estimadas por seus próprios lápis, a partir de onde estão na sala ou ambiente.
- Utilizando os pontos como referências, os jovens estimarão as dimensões e as registrarão em seu desenho, criando a forma do balde.

## Avaliação

- Os jovens produziram seus desenhos tendo como base as medidas de proporção apresentadas?
- Os jovens compreenderam o significado e importância da proporção nas formas?



## Professoras (es)

Acompanhe de perto os jovens enquanto estes estiverem realizando as suas estimativas de proporção.



## Ideias

Varie a forma desafiada para desenho. Você pode propor outros objetos, desde que também contenham as informações de proporção guiadas por pontos.



## SOMBRA E LUZ

### Conteúdos

Sombra e Luz

### Materiais necessários

Folhas de papel, lápis, borracha, lousa e gis (ou pincel)

### Tempo aproximado

60min

### Locais possíveis

Quintal Espaço,  
Campo de futebol,  
Sala de Aula

Aqui os jovens poderão identificar e exercitar a criação de desenhos onde sejam destacados a sua sombra ou luz.

### Objetivos

- Ler - Perceber a presença ou ausência de luz nos objetos e formas do ambiente.
- Escrever - Recriar objetos considerando a sua sombra e luz.
- Resolver problemas - Encontrar ângulos cuja disposição ofereça luz ou sombra aos objetos do cotidiano.



## Instruções

- Após uma breve introdução aos conceitos de Sombra e Luz dos objetos e formas do cotidiano, desafie os jovens a recriarem a esfera abaixo, seguindo todas as fases entre luz e sombra.
- Na sequência, desafie os jovens a realizarem uma busca no entorno, procurando objetos ou formas com luz e sombra que possam recriar em seu papel.
- Na sequência, reúna o grupo todo para uma apresentação dos desenhos criados e partilha de experiências.

## Avaliação

- Os jovens conseguiram reproduzir as esferas e os objetos encontrados no entorno, considerando a disposição de sua luz e sombra?
- Foi possível perceber nos jovens a compreensão da presença e importância da luz e sombra no cotidiano?



## Professoras (es)

Acompanhe de perto os jovens na produção de seus desenhos e representações da luz e sombra.



## Ideias

Se puder, faça experimentos em sala escura com o uso de uma lâmpada ou lanterna, criando condições diversas de luz e sombra para serem representadas em desenhos pelos jovens.







### Conteúdos

Colagem

### Materiais necessários

Cola de papel, folha de papel, materiais orgânicos (sementes, galhos, folhas, flores, ossos, etc).

### Tempo aproximado

60min

### Locais possíveis

Quintal Espaço, Sala de Aula, Centro comunitário

## COLAGENS ORGÂNICAS

Nesta prática divertida e criativa, os jovens poderão criar ilustrações ou desenhos utilizando a técnica de Colagem com materiais orgânicos do seu ambiente.

### Objetivos

- Ler - Ler as composições de imagem possíveis a partir do uso de elementos orgânicos.
- Escrever - Utilizar a linguagem da Colagem para escrever em imagem composições criativas.
- Resolver problemas - Organizar peças a fim de construir uma obra inédita utilizando materiais orgânicos.

## Instruções

- Após realizar uma introdução à linguagem da Colagem e seus usos na composição visual e artística, estimule os jovens a buscarem no ambiente do entorno, elementos orgânicos que lhes sejam atraentes.
- Ao retorno dos jovens, lhes desafie a criar através da colagem em papel dos materiais que trouxeram, imagens daquilo que lhe inspire no momento: um animal, uma planta, um ser encantado, uma pessoa, etc.
- Após o devido tempo e acompanhamento para criação, facilite uma roda onde cada jovem poderá exibir sua obra e narrar brevemente o que lhe inspirou e como foi o seu processo criativo.

## Avaliação

- Os jovens conseguiram construir imagens inspiradas utilizando materiais orgânicos?
- Compreenderam a importância e o uso da linguagem da Colagem na composição e criação de imagens?
- Os jovens expressaram ânimo ao perceber como elementos soltos, ao serem agrupados, compõem não apenas uma nova imagem, mas também um novo sentido?



## Professoras (es)

Oriente para que os jovens recolham materiais de locais seguros, afastados de relevos acidentados e animais peçonhentos. Durante a criação das colagens pelos jovens, os acompanhe em seus processos imersivos, a fim de serem superadas questões técnicas como o grude dos materiais no papel e limitações criativas. Dê sugestões e possíveis caminhos simbólicos.



## Ideias

Ao final dos processos criativos, construa com os jovens um mural que seja composto por todas as colagens. Aloque este mural na Escola ou em outro local de trânsito de pessoas. Indique que cada jovem assine seu nome em sua obra.



## RETRATO DO QUINTAL

### Conteúdos

Prática de Desenho

### Materiais necessários

Lápis, borracha e papel

### Tempo aproximado

60min

### Locais possíveis

Todos da comunidade

Nesta prática os jovens encontram um objeto ou forma no entorno do ambiente e o retrata em papel, utilizando as técnicas aprendidas (luz/sombra, proporção, traços e geometria)

### Objetivos

- Ler - Identificar as formas presentes em objetos ou seres do entorno.
- Escrever - Através de grafia em papel, exercitar a reprodução daquilo que se vê no próprio quintal.

## ARTES VISUAIS



- Resolver problemas: Compor, através do uso das técnicas aprendidas, retratos de objetos ou seres do quintal.

### Instruções

- Faça um breve resumo das técnicas aprendidas até aqui, propondo aos jovens rascunhos práticos de cada uma delas (traços, geometrias, proporção e luz/sombra).
- Na sequência, desafie os jovens a realizarem um desenho daquilo que lhes atrai no entorno da comunidade (ou quintal). Pode ser uma planta, um objeto, um fruto, etc. Neste momento, o interessante é que seja algo simples, uma coisa apenas (evite paisagens).
- Indique que todos saiam e alcancem, com a devida calma e concentração, o objeto ou ser que será retratado. Ali, em silêncio e individualmente, permita a eles um tempo imersivo.
- Ao final da prática, reúna os jovens em roda e lhes peça que sejam apresentados, um a um, o desenho criado. Além disso, estimule os jovens a narrarem o que desenharam, onde estava e como foi o seu processo criativo.

### Avaliação

- Os jovens conseguiram reproduzir formas unindo as técnicas aprendidas até este momento?
- Os jovens conseguiram narrar como se deu a criação de suas obras?



### Professoras (es)

Acompanhe jovem a jovem em seus processos de criação, tomando o cuidado para intervir minimamente em seus estados de concentração.



### Ideias

Ao final da aula, reúna-se com os jovens e criem um grande mural composto por todas as obras criadas pelos jovens.



## RETRATO DO COLEGA

### Conteúdos

Prática de Desenho

### Materiais necessários

Lápis, papel e borracha

### Tempo aproximado

60min

### Locais possíveis

Quintal Espaço,  
Sala de Aula, Centro  
comunitário

Nesta prática os jovens têm um novo desafio: desenhar um (a) amigo (a).

### Objetivos

- Ler - Identificar os traços faciais de um colega e sua composição geral.
- Escrever - Grafar em papel os traços faciais ou de expressão percebidos.
- Resolver problemas - Compor imagens que retratem uma pessoa próxima.

### Instruções

- Faça um breve resumo das técnicas/aulas executadas até aqui, propondo aos jovens rascunhos práticos de cada uma delas (traços,

geometrias, proporção, luz/sombra, retrato do quintal).

- Na sequência, peça aos jovens que se agrupem em duplas.
- Peça-lhes para que decidam uma ordem, por exemplo, através do ímpar-par.
- Desafie a turma a realizarem um desenho do seu colega de dupla, onde quem ganhou na decisão de ordem, começa.
- Depois peça que as duplas se distanciem e alcancem locais para a prática que, preferencialmente, sejam silenciosos, permitindo a eles um tempo e espaço imersivo. Após o primeiro jovem terminar, será a sua vez de ser retratado pelo outro.
- Ao final da prática, reúna os jovens em roda e lhes peça que sejam apresentados, um a um, os desenhos criados. Além disso, estimule os jovens a narrarem o colega que desenharam, onde estavam e como foram os seus processos criativos.

### Avaliação

- Os jovens conseguiram reproduzir formas unindo as técnicas aprendidas neste momento?
- Os jovens conseguiram narrar como se deu a criação de suas obras?



### Professoras (es)

Acompanhe jovem a jovem em seus processos de criação, tomando o cuidado para intervir minimamente em seus estados de concentração.



### Ideias

Ao final da aula, reúna-se com os jovens e criem um grande mural composto por todas as obras criadas pelos jovens. Peça-lhes para que insiram seus nomes em suas obras e a pessoa retratada.





# Art es Visu ais

PINTURA



# INTERPRETANDO IMAGENS

Nesta prática os jovens terão a oportunidade de realizarem leituras visuais de obras de pintura de algumas escolas de arte e linguagens.

### Objetivos

- Ler - Identificar possíveis sentidos em pinturas e perceber como o conjunto de elementos em pinturas revelam a essência de diferentes escolas da arte clássica.
- Falar - Compartilhar com os colegas as experiências de leitura de obras visuais e suas possíveis interpretações.
- Resolver problemas - Realizar leituras visuais.



### Conteúdos

Impressionismo,  
Expressionismo,  
Realismo, Pintura  
Política e Graffiti

### Materiais necessários

6 cards com obras  
presentes no Guia do  
(a) Professor (a)

### Tempo aproximado

60min

### Locais possíveis

Quintal Espaçoso,  
Sala de Aula, Centro  
comunitário



### Professoras (es)

Questione os jovens a respeito de elementos presentes na imagem que não sejam destacados pelo grupo.

Estimule o grupo maior a elencar as suas próprias interpretações da obra que cada grupo levar à exposição.



### Ideias

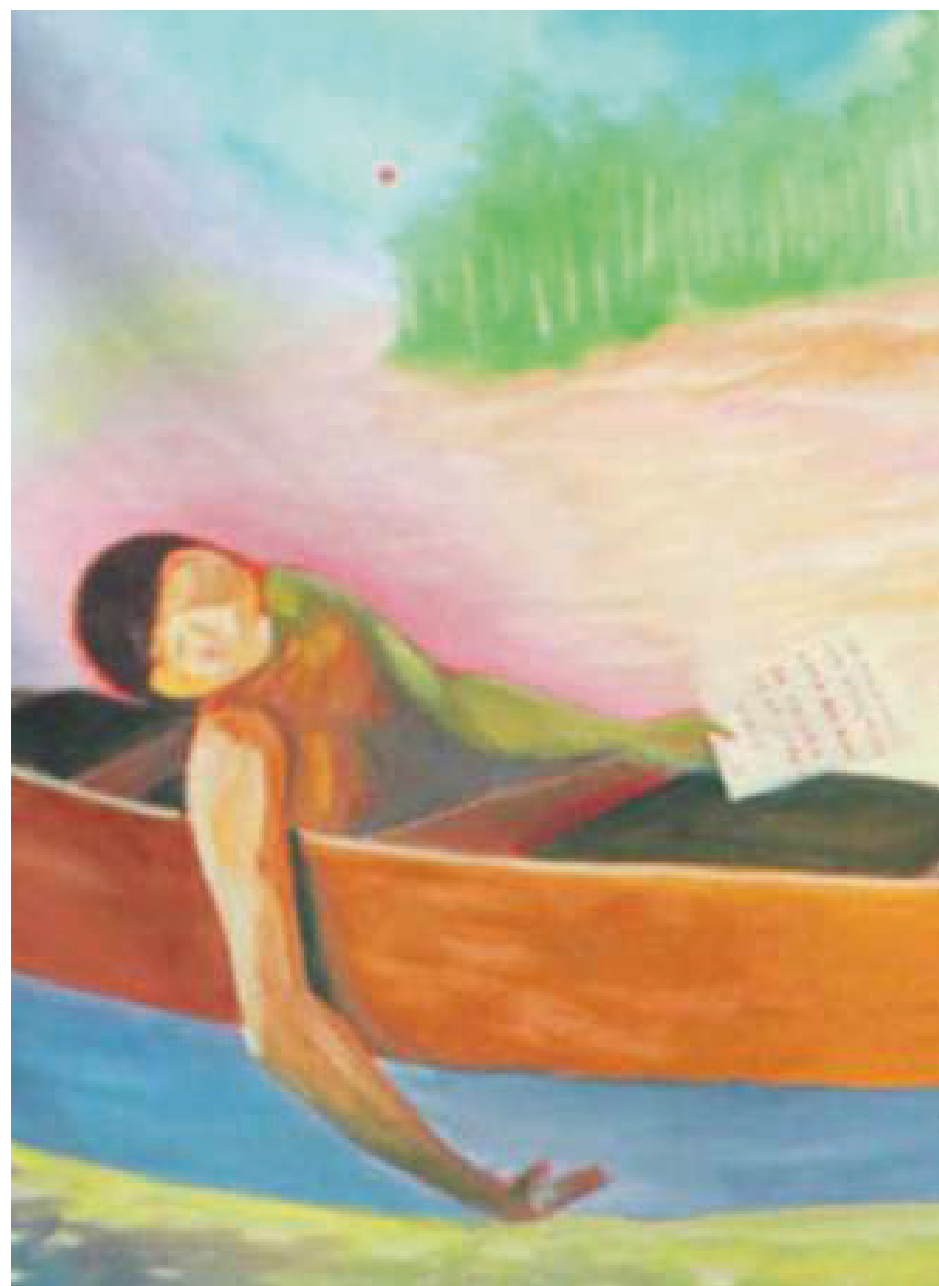
Varie esta prática: após cada grupo apresentar suas imagens, misture-as e as entregue a grupos diferentes, estimulando-os a realizarem interpretações novas em relação às já apresentadas anteriormente.

### Instruções

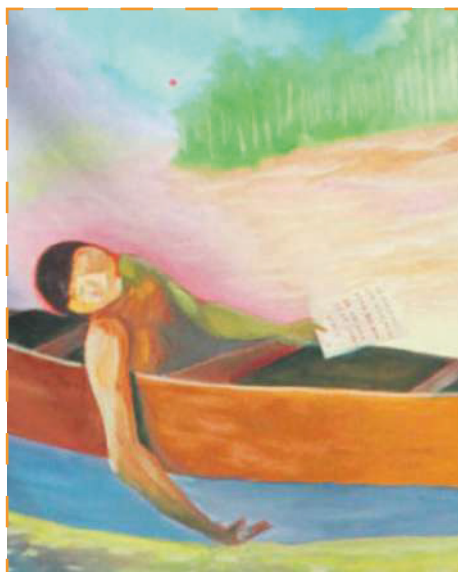
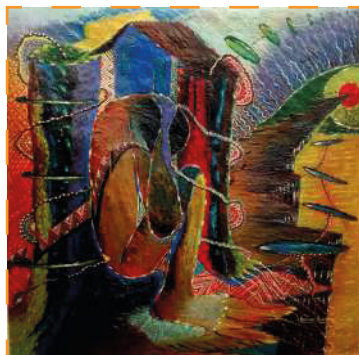
- Após uma introdução sobre as escolas de arte e seus principais códigos, peça aos jovens que formem 6 grupos em número preferencialmente igual de participantes.
- Na sequência, distribua um card contendo uma pintura para cada grupo.
- Avise aos jovens para que realizem uma leitura daquilo que veem, discutindo entre si e registrando as possíveis interpretações. Solicite também que registrem a escola de arte que provavelmente aquela pintura representa.
- Depois, em roda, estimule que cada grupo compartilhe ao grupo maior, a pintura que leram, as suas interpretações e também a provável escola de arte ao qual esta pertence.

### Avaliação

- Os jovens realizaram a leitura visual das obras de pintura?
- Os jovens conseguiram estabelecer a conexão entre a pintura e as escolas de arte?
- Foi possível realizar uma discussão sobre outras interpretações possíveis, para além das apresentadas pelo grupo na frente?













### Conteúdos

Tintura natural

### Materiais necessários

Papel e materiais orgânicos (pedras, sementes, folhas, solos e frutos)

### Tempo aproximado

60min

### Locais possíveis

Quintal Espaço, Sala de aula, Centro comunitário

## PINTANDO COM A NATUREZA

Esta é uma prática de criação e uso de tinturas naturais presentes na floresta e quintal dos jovens.

### Objetivos

- Ler - Identificar no ambiente cores naturais a partir folhas, pedras, sementes, solos e frutos.
- Escrever - Registrar em papel grafias e imagens produzidas com o uso de tinturas naturais.
- Resolver problemas - Extrair tinturas orgânicas e únicas do próprio quintal Floresta.

## Instruções

- Esta é aula prática com breve introdução sobre tinturas naturais que cercam o ambiente da comunidade – floresta.
- Organizados cada um com um papel, os jovens terão um tempo para coletar materiais orgânicos tais como: pedras, sementes, folhas, solos e frutos, que soltem cor vívida.
- Na sequência, após retornarem à base de aula, estimule os jovens a realizarem desenhos daquilo que lhe inspira no momento, utilizando a paleta de cores encontrada em sua busca.
- Em roda, para finalizar, proponha com que cada jovem expresse a sua imagem criada, os elementos utilizados, onde os encontrou e como foi o seu processo criativo.

## Avaliação

- Os jovens encontraram cores diversas em sua busca por elementos orgânicos?
- Os jovens realizaram obras aproveitando a diversidade de cores encontradas?



## Professoras (es)

Oriente e garanta que os jovens realizem suas coletas apenas em locais seguros, tomando o cuidado com animais peçonhentos e também plantas urticantes ou venenosas. Busque estar ao lado de cada jovem enquanto este cria sua obra, desta forma será possível despertar-lhe entusiasmo operacional e criativo. Também garanta que serão feitas coletas com respeito, evitando danos ou a morte das plantas.



## Ideias

Cores possíveis em comunidades e seus elementos: (Vermelho = urucum, Verde = folhas diversas, Marrom = cascas de árvore e solos, Pretos e cinzas = pedras, etc.) São muitas as possibilidades, é importante experimentar, A floresta é um grande laboratório de cores.



## CARIMBOS DE PLANTAS

### Conteúdos

Monotipia

### Materiais necessários

Folhas de diversos formatos, tinta guache (ou natural) e papel

### Tempo aproximado

60min

### Locais possíveis

Quintal Espaço,  
Campo de futebol,  
Centro comunitário

Nesta prática de impressão muito simples, os jovens poderão utilizar elementos orgânicos, como folhas, para criar imagens únicas.

### Objetivos

- Ler - Identificar formas com superfícies lisas para sua impressão em papel.
- Escrever - Reproduzir um desenho ou mancha de cor em uma prova única.
- Resolver problemas - Carimbar formas, ajustando-as às superfícies, enquanto se há abertura para expressão da criatividade.

### Instruções

- Após breve introdução sobre o que é e como

funciona a Monotipia, desafie os jovens a encontrarem folhas de plantas em diversos formatos diferentes. Espera-se que estas folhas tenham, em média, o tamanho de uma folha A4. Além disto, informe que é fundamental que as folhas estejam inteiras e sejam retas. Folhas retorcidas ou faltando pedaços não servirão à prática.

- Ao retorno dos jovens, peça que preparem suas tintas orgânicas ou peguem os potes de tintas-guache disponíveis e deixem ao seu lado, junto à sua folha de papel branco.
- Estimule os jovens a passarem tintas no lado mais invadido das folhas, geralmente o lado debaixo. Na sequência, diga para colocarem estas folhas sobre o papel, pressionando-as cuidadosamente para que todo o lado com tinta toque o papel.
- A retirada da folha poderá ser feita após o seu contato integral com o papel, tendo o cuidado para não manchar o entorno.
- Desta forma, uma a uma, e com uso de diferentes tintas e formatos de folhas, vá estimulando os jovens a criarem desenhos próprios, a partir da integração de cada carimbada.
- Ao final, reúna-se aos jovens em roda e lhes peça para que mostrem suas obras e narrem um pouco da origem das folhas usadas e como foi seu processo criativo.

### Avaliação

- Os jovens compreenderam a importância de suportes naturais como carimbo na pintura?
- Os jovens puderam compor imagens utilizando diversos formatos de folhas e cores de tintas?



### Professoras (es)

Oriente e garanta que os jovens realizem suas coletas apenas em locais seguros, tomando o cuidado com animais peçonhentos e também plantas urticantes ou venenosas. Busque estar ao lado de cada jovem enquanto este cria sua obra, desta forma será possível despertar-lhe entusiasmo operacional e criativo. Também garanta que serão feitas coletas com respeito, evitando danos ou a morte das plantas.



### Ideias

Ao final das obras, construa com os jovens um grande mural e o exponha na escola ou em outro local bem legal da comunidade.





# Artes Visuais

ILUSTRAÇÃO E DESENHO



## FIGURINO EM GRUPO



Nesta prática os jovens são desafiados a produzirem um figurino específico a partir de elementos orgânicos disponíveis na floresta.

### Objetivos

- Ler - Perceber nos elementos orgânicos possibilidades de composição em um figurino.
- Escrever - Compor elementos estéticos e simbólicos em uma peça de figurino.
- Resolver problemas - Produzir figurinos utilizando os recursos da floresta.

### Instruções

- Após uma breve introdução sobre o que é e qual a importância de um figurino, peça aos jovens que formem até 3 grandes grupos.
- Na sequência, proponha o desafio de que cada grupo terá 40 minutos para produzir as

### Conteúdos

Idealização, planejamento e produção de figurinos

### Materiais necessários

Folhas de papel, borracha, lápis, elementos orgânicos diversos, cipós finos (ou barbante) e látex natural (ou cola sintética de papel)

### Tempo aproximado

60min

### Locais possíveis

Quintal Espaçoso, Campo de futebol, Centro comunitário





### Professoras (es)

A coleta dos materiais precisa ser feita em locais seguros. Oriente os jovens a irem em grupos e assegurarem, além do autocuidado, também a eficaz seleção dos elementos que desejam para o seu figurino.



### Ideias

Se possível, replique esta aula, misturando os grupos e redistribuindo as peças dos desafios.

seguintes peças de figurino: 1 cocar, 1 asa e 1 máscara. Sorteie as peças para cada grupo.

- O primeiro passo desta construção será a idealização, onde os grupos se organizam para desenharem a peça que desejam.
- Depois é a fase de coleta, onde os grupos vão, cada um ao seu tempo, em busca de elementos para compor o figurino.
- Por fim, é a fase de produção do figurino, onde todos precisam colocar a mão na massa para finalizá-lo.
- Após a produção dos figurinos, pode ocorrer um pequeno desfile das peças criadas, onde um participante do grupo desfila utilizando a peça que seu grupo criou.

### Avaliação

- Os jovens criaram figurinos criativos e autorais utilizando materiais orgânicos?
- Foi possível perceber nos jovens a compreensão da importância de se utilizar os materiais disponíveis no quintal para a construção de um figurino?
- Os jovens atuaram de forma coletiva em cada etapa de produção?



# FIGURINO INDIVIDUAL

Nesta prática os jovens são desafiados individualmente a produzirem um figurino específico a partir de elementos orgânicos disponíveis na floresta.

## Objetivos

- Ler - Perceber nos elementos orgânicos possibilidades de composição em um figurino.
- Escrever - Compor elementos estéticos e simbólicos em uma peça de figurino.
- Resolver problemas - Produzir figurinos utilizando os recursos da floresta.

## Instruções

- Após uma breve introdução sobre o que é e qual a importância de um figurino, proponha o desafio de que cada um terá 40 minutos para produzir as seguintes peças de



## Conteúdos

Idealização, planejamento e produção de figurinos

## Materiais necessários

Folhas de papel, borracha, lápis, elementos orgânicos diversos, cipós finos (ou barbante) e látex natural (ou cola sintética de papel)

## Tempo aproximado

60min

## Locais possíveis

Quintal Espaçoso, Campo de futebol, Centro comunitário



### Professoras (es)

A coleta dos materiais precisa ser feita em locais seguros. Oriente os jovens a evitarem áreas de risco e também a realizarem uma eficaz seleção dos elementos que desejam para o seu figurino.

- figurino: 1 cocar, 1 asa e 1 máscara. Sorteie as peças para todos. Alguns jovens receberão a mesma peça, mas a sua criação será única.
- O primeiro passo desta construção será a idealização, onde cada jovem se organizará para desenhar a peça que deseja.
- Depois é a fase de coleta, onde os jovens vão, cada um ao seu tempo, em busca de elementos para compor o seu figurino.
- Por fim, é a fase de produção do figurino, onde todos precisam colocar a mão na massa para finalizá-lo.
- Após a produção dos figurinos, pode ocorrer um pequeno desfile das peças criadas, onde o (a) autor (a) desfila utilizando a peça que seu grupo criou.

### Avaliação

- Os jovens criaram figurinos criativos e autorais utilizando materiais orgânicos?
- Foi possível perceber nos jovens a compreensão da importância de se utilizar os materiais disponíveis no quintal para a construção de um figurino?
- Os jovens atuaram seguindo cada etapa de produção?



### Ideias

Se possível, fotografe as peças criadas e futuramente mostre as fotografias aos jovens, utilizando-as como conteúdo didático.



# Art es Visu ais

MAQUIAGEM



### Conteúdos

Maquiagem intuitiva

### Materiais necessários

Tintas naturais (ou guache), pincéis naturais (ou sintéticos)

### Tempo aproximado

60min

### Locais possíveis

Quintal Espaçoso,  
Centro comunitário

## PINTANDO O OUTRO

Nesta prática os jovens pintam o rosto de seus colegas, a partir de inspirações como animais, plantas, seres encantados ou mesmo pessoas da comunidade.

### Objetivos

- Ler - Decodificar em maquiagem feita no outro, traços comportamentais ou estéticos de uma determinada inspiração.
- Escrever - Exercitar a criação livre de formas através da maquiagem.
- Resolver problemas - Compor imagens através da maquiagem.

## Instruções

- Após uma breve introdução sobre a Maquiagem intuitiva, que nasce do livre traço imaginado, inspirado a partir de uma história, peça aos jovens que se agrupem em duplas.
- Na sequência, peça-lhes que fiquem no chão, um de frente para o outro.
- Após decidirem uma ordem, por exemplo, com o ímpar-par, quem ganhar inicia a pintura no rosto do outro. Determine tempo por sessão, até que revezem (pode ser de 25 minutos).
- A pintura pode ser inspirada em histórias narradas ao longo das aulas, considerando os tantos personagens humanos e não-humanos trazidos pelos jovens.
- Ao final das obras, onde todas as duplas se maquiaram, crie uma roda e peça para que cada jovem narre o seu processo criativo utilizando o rosto do outro como uma tela.

## Avaliação

- Os jovens criaram imagens através da maquiagem utilizando as suas próprias histórias e personagens?
- As duplas mantiveram-se juntas, em fluxo de revezamento criativo?



## Professoras (es)

No momento da roda, questione os jovens sobre a origem de suas inspirações e como maquiar e ser maquiado (a).



## Ideias

É possível propor uma pequena cena teatral agrupando, ou permitindo se agrupar, os personagens trazidos pela maquiagem nos jovens.





## PINTANDO A SI

### Conteúdos

Maquiagem intuitiva

### Materiais necessários

Tintas naturais (ou guache), pincéis naturais (ou sintéticos)

### Tempo aproximado

60min

Objetivos

### Locais possíveis

Quintal Espaço, Centro comunitário

Nesta prática os jovens pintam o próprio rosto, a partir de inspirações como animais, plantas, seres encantados ou mesmo pessoas da comunidade.

### Objetivos

- Ler - Decodificar em maquiagem feita em si próprio, traços comportamentais ou estéticos de uma determinada inspiração.
- Escrever - Exercitar a criação livre de formas através da maquiagem.
- Resolver problemas - Compor imagens através da maquiagem.

### Instruções

- Para esta aula é necessário pedir aos jovens,

um dia antes, que tragam espelhos de qualquer tamanho.

- Após uma breve revisão sobre a aula de maquiagem intuitiva no outro, peça aos jovens que fiquem no chão, informe que o desafio desta vez será que cada um (a) realize uma maquiagem em si mesmo.
- A pintura pode ser inspirada em histórias narradas ao longo das aulas, considerando os tantos personagens humanos e não-humanos trazidos pelos jovens.
- Ao final das obras, crie uma roda e peça para que cada jovem narre o seu processo criativo utilizando o próprio rosto como tela.

### Avaliação

- Os jovens criaram imagens através da maquiagem utilizando as suas próprias histórias e personagens?



### Professorx

No momento da roda, questione os jovens sobre a origem de suas inspirações e como maquiar e ser maquiado (a).



### Ideias

É possível propor uma pequena cena teatral agrupando, ou permitindo se agrupar, os personagens trazidos pela maquiagem nos jovens.



## Contato

Manaus / Amazonas

Rua Álvaro Braga, 351 Parque 10 I CEP 69.055-660  
(92) 4009-8900 / 0800 722-6459

🌐 [fas-amazonia.org](http://fas-amazonia.org) ✉ [fas@fas-amazonia.org](mailto:fas@fas-amazonia.org)

in @ 📺 /fasamazonia

1ª edição - 2021

**IA MAR**  
Instituto Alair Marins

2ª edição - 2025

 **MOVIMENTO  
BEM MAIOR**

 **BNDES**



# Dança

COLEÇÃO  
**FOLHEARTE**







# Dança

Coleção FolheArte

1ª edição - 2021

**IAMAR**  
Instituto Alair Martins

2ª edição - 2025

 **MOVIMENTO  
BEM MAIOR**

 **BNDES**

**Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)**  
**(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)**

FolheArte / Fundação Amazônia Sustentável. -- Manaus, AM : Fundação Amazonas Sustentável, 2021.

ISBN 978-65-89242-22-2

1. Arte 2. Artes visuais 3. Atividades e exercícios 4. Dança 5. Música 6. Teatro 7. Vida ribeirinha - Amazônia

21-58044

CDD-700

**Índices para catálogo sistemático:**

1. Arte 700

Cibele Maria Dias - Bibliotecária - CRB-8/9427

2ª edição  
2024

# Apresentação

De fins mágicos e religiosos a teatrais e culturais, a Dança expressa e atravessa a história da humanidade. Trata-se da arte de mexer o corpo, experienciando movimentos e ritmos, criando uma harmonia própria. Dançamos independente da música que toque, e até quando não há música. É uma arte natural que brota do corpo.

Dentro da Amazônia, mais precisamente em seus beiradões, dezenas de povos indígenas vivem a Dança em suas festas e rituais, enquanto chegam a estes lugares músicas que levam à dança de diversos outros estilos como o tecnobrega, o sertanejo, forró, a cumbia e tantos outros. É um repertório de danças de vários lugares que faz o beiradão dançar.

Combinar a nostalgia e o bem estar dos movimentos da dança com noções para

maior expressão corporal e artística é uma excelente estratégia socioeducativa para os jovens do beiradão. Seja por movimentos previamente estabelecidos (coreografia) ou improvisados (dança livre), existe aqui a possibilidade de serem vivenciadas práticas que levam ao desenvolvimento psicomotor do jovem, estimulando seu corpo e mente, enquanto podem ser ensinados e/ou fortalecidos traços de sua própria cultura e da cultura dos outros. Este caderno nasce de experiências vivenciadas entre jovens do beiradão com a Dança, Artes esta que está intimamente ligada ao seu modo de viver, que é naturalmente ritmado como os banzeiros, diverso com os movimentos da flora e fauna e de constante movimentação – como o subir e descer das águas amazônicas.



## FICHA TÉCNICA

### COORDENAÇÃO GERAL

Virgílio Viana

### RESPONSÁVEIS TÉCNICOS

Valcléia Soledade

Luiz Cruz Villares

### PROGRAMA DE EDUCAÇÃO PARA A SUSTENTABILIDADE

Anderson Mattos

### CAPA/PROJETO GRÁFICO E EDITORAÇÃO

Gabriel de Andrade / Paulo Maciel

### CONCEPÇÃO E ORGANIZAÇÃO

Emerson Pontes

### AUTORES

Neucilane . Vitoria . Soraia . Remilson .  
Erinelsson . Taila . Geovana . Javé . Suziane  
Tailane . Ingled Tainara . Ingrid . Vitoria .  
Herlan . Andrey . Daniel . Ruth . Estelane  
Diego . Jonilson . Lilian . Clinton . Salef .  
Matuzalém . Daniele . Ana . Claudemir .  
Cristiane . Eloisa . Eron . Fernanda . Gonçalves .  
Guilherme Eduardo . Ketlen . Luana Patrícia  
Luana Melissa . Lucas . Paulo . Romeu  
Tharlany . Vitória . Wesley Yasmim . Abgail  
Adriana . Adrielson . Alaison . Anailson .  
Antônio . Benedito . Betuel . Charlene  
Claudeir . Cledenilson . Cleverson . Darlene  
Darlisson . Davi . Delessandro . Derickes

Derley . Dorinei Edmilson . Elângio . Eliene .  
Elson . Elton . Erica . Evely Flávio  
Francinaldo . Gustavo . Israel . Itamara .  
Jaele Janiele . Jedeane . Joel Amazonas .  
Joel Brazão . Joelson . Josiele . Jucinaldo .  
Keuri . Liliane . Liliene Mailse . Máira . Marciel  
Milena Priscila . Rômulo . Sérgio . Silvino .  
Suellen . Thiago . Warley . William Zaquias .  
Zidane . Alessandro . Elízia . Aldriene . Kebrem  
Adriane . Shaene . Alice . Emily . Katrini .  
Verônica Carla . Marcela . Samara . Joenia .  
Izabelle . Tatiana . Kellyane . Suyane . Elisa .  
Grazielly . Aderso . Henrique Fábio . Estevão  
Loren . Reneri . Ester . Josemir . Wesley .  
Jerbeson . Joyce Francimara . Glenda . Luane  
Vitória . Manuela . João . Victor . Aldair .  
Pâmela . Erleoney . Beatriz . Erlesson . Emelly  
Vitório . Luiz . Selma

### REVISÃO TÉCNICA

Anderson Mattos/ Emerson Pontes/ Nathalia  
Flores

### APOIO

Amândio Silva / Jerônima Adorno

### FOTOS

Bruno Kelly / Dirce Quintino / Emerson  
Pontes / Keila Serruya / Marina Amazonas

### ILUSTRAÇÕES

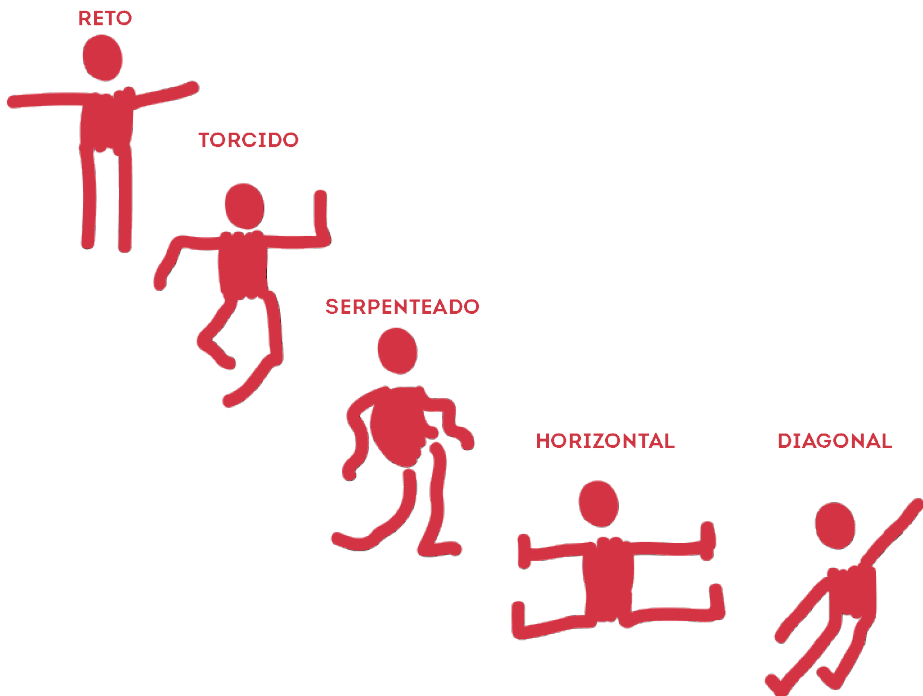
Participantes do Projeto Incenturita

# ÍNDICE

GEOMETRIA DO CORPO.....	6
AÇÕES DIRIGIDAS.....	8
AÇÕES ESCOLHIDAS.....	11
QUEBRA-CABEÇA TRIDIMENSIONAL.....	14
MOVIMENTO DOS BICHOS.....	17
MOVIMENTO DAS PLANTAS.....	19
MOVIMENTOS DO QUINTAL.....	21
INTERAGINDO COM UM OBJETO.....	23
COREOGRAFIAS COLETIVAS.....	25
COREOGRAFIAS INDIVIDUAIS.....	27



## DANÇA



## GEOMETRIA DO CORPO

Nesta prática os jovens realizam experimentações corporais sobre os principais ângulos do corpo e de seus movimentos.

### Objetivos

- Ler - Perceber os ângulos e disposições mais comuns do corpo e seus membros.
- Escrever - Exercitar as principais disposições e transições executadas pelo corpo em seus movimentos.
- Resolver problemas - Reconhecer as principais possibilidades posturais do corpo e seus movimentos.

### Conteúdos

Ângulos e movimentos essenciais

### Tempo aproximado

60min

### Locais possíveis

Sala de Aula



## Professoras (es)

Proponha as jovens que elenquem numa lista e depois narrem ao grupo alguns afazeres do cotidiano que envolvem os ângulos de corpo apresentados e executados nesta aula.



## Ideias

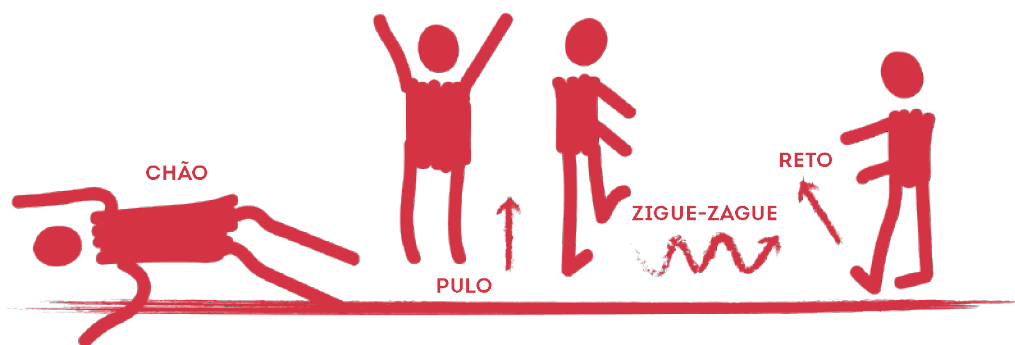
Você pode propor que os jovens formem duplas e criem uma interação dos movimentos criados a partir dos ângulos encolhidos por cada pessoa.

## Instruções

- Após realizar um alongamento para o aquecimento do corpo, agrupe-se em roda com os jovens, mantendo uma distância de meio metro entre cada pessoa.
- Faça uma revisão dos principais ângulos possíveis ao corpo e seus movimentos: reto, torcido, serpenteado, vertical, horizontal e diagonal.
- Na sequência, exercite com os jovens cada ângulo por vez.
- Depois pode pedir que cada jovem demonstre 1 movimento para cada ângulo.
- Estimule os jovens a experimentarem todos membros do corpo e também o chão. Você pode propor uma atividade de criação de sequências de ângulos, onde cada jovem cria 3 movimentos para 1 ou 2 ângulos e o exibe à turma.
- Depois, em roda, todos podem narrar se tiveram alguma dificuldade ou maior facilidade em relação à algum dos ângulos, e também como foi para seu corpo a execução das atividades.

## Avaliação

- Os jovens executaram os principais ângulos possíveis ao corpo?
- Foi possível perceber nos jovens o reconhecimento destes ângulos no dia-a-dia?



## AÇÕES DIRIGIDAS

Esta aula propõe ações a serem realizadas pelos alunos a partir de suas próprias habilidades e experiências corporais, proporcionando a vivência de elementos do movimento como ações.

### Objetivos

- Ler - A linguagem da dança, identificando elementos do movimento e de performance em dança.
- Escrever - Frases de dança, demonstrando elementos do movimento e de performance em dança.
- Resolver problemas - Criar estudos de movimentos através da dança.

### Instruções

- Livres pela sala experimentando os movimentos - Comece a aula pedindo que os alunos caminhem pela sala usando todos os espaços, isto é, distribuindo-se



### Conteúdos

Memória e  
Movimentação  
corporal

### Tempo aproximado

60min

### Locais possíveis

Sala de Aula

homogeneamente e mantendo o seu espaço individual. Diga para ocuparem os espaços vazios da sala. Mescle as caminhadas com paradas, espreguiçadas, inspirações/expirações mais profundas, direções, trajetórias curvas ou retas, etc. Faça um sinal e peça que os alunos deixem o corpo lentamente cair através da imagem de derreter, e congelem numa pose no final. Sugira então que subam, prestando atenção nesta subida. Após, eles podem continuar caminhando, para repetir o movimento de derreter e subir mais algumas vezes. Cada vez que eles derretem, solicite que prestem atenção em como se movem. Pergunte sobre a velocidade, sobre os suportes corporais utilizados (de pé, ajoelhado, sentado, deitado), solicite que derretam de forma diferente das que eles já experimentaram. Diga que o derreter é lento e macio, como se estivesse “acariciando o chão”. Como é esta subida? É o processo inverso do derreter? Vai direto sobre os pés? A seguir, peça que realizem um movimento de queda, seguido por uma pose imóvel. Lembre que a queda é súbita, rápida, mas todos devem saber manejar seus corpos de maneira que não se machuquem. Repita o movimento de queda, que inevitavelmente terá uma subida a fim de recuperar para uma nova repetição. Os alunos poderão experimentar queda só no braço, na perna, com a parte superior do corpo, ou com o corpo inteiro, isto é, podem experimentar movimentos isolados em partes diferentes do corpo. Solicite que, ao realizarem o movimento de subida, rolem se empurrando ou se impulsionando para levantar. Peça que eles experimentem, mas que fiquem atentos às formas de se moverem, para descobrir suas preferências. Uma vez que vários movimentos para o nível baixo foram realizados, solicite que

eles saltem de diferentes formas para o nível alto. Lembre-os de que podem saltar de ambas as pernas para ambas as pernas, de uma para outra, sobre uma mesma perna, ou outras combinações de impulsão e aterrissagem. Desafie seus alunos a mostrarem movimentos interessantes de braços, torso e pernas na fase aérea. Ao seu sinal, diga-lhes que escolham dois saltos diferentes para demonstrarem e que, ao finalizarem o segundo salto, emendem em uma queda favorita, seguida de pose.

- Livres pela sala acumulando os movimentos - Acumulando todos os movimentos experimentados, peça para que, ao seu sinal eles demonstrem a seguinte frase de movimento: salto, salto, queda, pose, rola e sobe. Adicione uma pose no final para obter uma finalização nítida, assim como estimule os alunos a terem clareza na posição inicial. Você pode adicionar ainda, no início da frase: passo, passo, passo, giro e pose.
- Livres pela sala variando a sequência - Este passo é opcional, caso você disponha de tempo. Você pode adicionar música e solicitar que os alunos ajustem seus movimentos ao “clima” da música. Mude a música e peça que se ajustem à novidade. Pode também solicitar que realizem a sequência deslocando-se através da sala (para isso, organize o posicionamento espacial).

## Avaliação

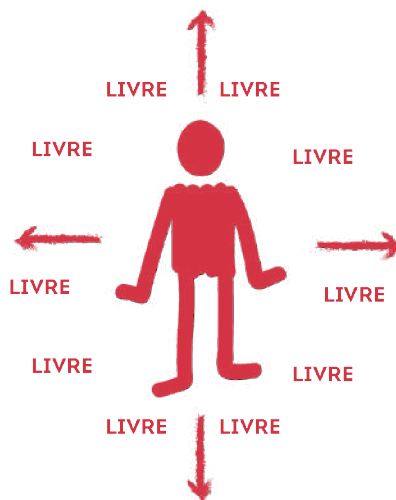
- Os alunos conseguem realizar com desenvoltura os movimentos e as ações solicitadas ou escolhidas?
- Eles têm um corpo disponível para a exploração de movimento?
- Conseguem manipular os movimentos cruzando-os com outros elementos da dança?



## Professoras (es)

O espaço ideal para a aula de dança é amplo, com um piso liso, que não seja duro e gelado (como os feitos de pedra). As roupas devem ser confortáveis e não podem restringir o movimento. Pés descalços ou com meias podem ser uma opção. Se você não dispõe destas condições ideais, coloque as classes nas laterais e mantenha o tênis. Um chão limpo é condição indispensável. Se o dia estiver bonito e os movimentos da aula forem adequados, você pode improvisar algumas atividades na rua.





## AÇÕES ESCOLHIDAS

### Conteúdos

Criação e  
Movimentação  
corporal

### Tempo aproximado

60min

### Locais possíveis

Sala de Aula

Nesta aula, os alunos praticam ações por meio da expressividade corporal e as compartilham com seus colegas, tendo em vista a produção e a decodificação de sentidos expressos através do uso do corpo, bem como o aperfeiçoamento e a compreensão dos elementos do movimento: partes do corpo, ações, uso do espaço individual e dos níveis, dinâmicas do movimento.

- Ler - A linguagem da dança, identificando elementos do movimento e de performance em dança.
- Escrever - Frases de dança, demonstrando elementos do movimento e de performance em dança.
- Resolver problemas - Criar estudos de movimentos através da dança.

# DANÇA

## Instruções

Livres pela sala apresentação e exploração das ações

- Solicite que o aluno visualize o quadro de ações do seu caderno. Se for da sua preferência, exponha estas ou outras ações no quadro ou escreva-as em papezinhos para serem distribuídas. Faça com que cada aluno escolha ou receba uma ação. A partir disso, dê alguns minutos para que os alunos explorem estas ações cruzando-as com diferentes elementos do movimento (partes do corpo, níveis, qualidades, direções). Instigue-os e os ajude na exploração, dando ideias, como: - De quantas maneiras diferentes \_\_\_\_\_? -Você pode \_\_\_\_\_? - Me mostre de quantas formas \_\_\_\_\_? -Que tipos de \_\_\_\_\_ você pode fazer com seu quadril/mão/ombro/cabeça, etc.? -Tentem \_\_\_\_\_. -Vamos ver quem consegue\_\_\_\_\_. Proponha que refaçam esse passo com outras duas ações diferentes.
- Livres pela sala acumulando as ações - A partir das três explorações, solicite que escolham a variação que mais gostaram para cada uma destas três ações. Solicite que ele acumule as três ações em uma frase de movimento, trabalhando as emendas e transições. Ao seu sinal, peça para que, juntos, apresentem suas sequências (ou o que tiverem conseguido fazer até então). Junte-os em duplas ou trios e peça que emendem as sequências individuais dos diferentes componentes do grupo, fazendo uma frase maior (no caso de duplas, aumentasse a sequência). Posteriormente, você pode juntar em quartetos e repetir o passo.
- Apresentação - Solicite que os grupos apresentem o que produziram para o grande



### **Professoras (es)**

Quando os jovens se sentirem envergonhados para se apresentar, junte várias pessoas ou grupos para demonstrações paralelas, diminuindo assim a pressão da apreciação.

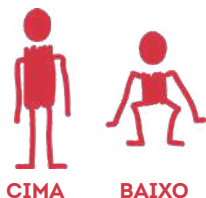
grupo. Instigue os alunos a apreciarem o que foi feito, desafiando-os a acharem os verbos que geraram os movimentos. Se ainda houver tempo, o grupo pode eleger uma sequência para ser passada a todos os colegas. Se for do seu agrado ou da turma, coloque a sequência nos tempos de uma música ou deixe a música somente como um acompanhamento.

### **Avaliação**

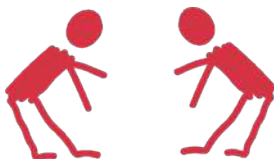
- Os jovens criam frases de movimento com segurança e clareza?
- Faça algumas anotações no seu diário de classe sobre facilidades e dificuldades que você observou na turma.

# DANÇA

VERTICAL



SAGITAL



HORIZONTAL



INDIVIDUAL



DUPLAS

## QUEBRA-CABEÇA TRIDIMENSIONAL

Esta aula trabalha com as três dimensões no corpo como motivação para que os alunos criem poses que desafiem suas possibilidades e preferências corporais. Ela proporciona que os alunos investiguem, experimentem e utilizem diferentes estímulos para a improvisação e para composição coreográfica, individual e coletivamente.

### Objetivos

- Ler - A linguagem da dança, visualizando a presença e a ausência de poses e de movimentos tridimensionais.

### Conteúdos

Posturas e ângulos corporais


### Tempo aproximado

60min

### Locais possíveis

Sala de aula



- Escreva : A linguagem da dança, praticando movimentos tridimensionais e de transição a partir de figuras estáticas.
- Resolver problemas: Utilizar princípios, processos e estruturas coreográficas em estudos de movimento.

## Instruções

- Com os alunos caminhando pela sala no ritmo da música, peça que, ao ter a música interrompida, eles congelem em uma estátua que tenha altura, isto é, que privilegie a dimensão vertical e as direções em cima e embaixo. No momento seguinte, solicite outra estátua que tenha largura, dimensão horizontal, um lado e outro. Por fim, estátua com profundidade, dimensão sagital, para frente e para trás. Faça os alunos experienciarem estas poses algumas vezes, estimulando-os a mudar de apoio, nível, parte do corpo, etc. Solicite, a seguir, estátuas tridimensionais, isto é, com volume. Dê dicas de como realizar estas poses e sempre estimule a diversidade.
- Atividade em duplas: A partir da criação de estátuas tridimensionais, introduza uma nova etapa. Chame estas poses tridimensionais de uma peça de um quebra-cabeça tridimensional. Lembre-os que as peças do quebra-cabeça preenchem espaços e proporcionam espaços para serem preenchidos. Sendo assim, em duplas, um aluno faz uma pose e o segundo aluno preenche os/alguns espaços desta peça com outra pose tridimensional. Uma vez montadas estas duas peças, a primeira desmonta e cria uma terceira a partir da pose do segundo colega, e assim por diante. Dê um exemplo para clarear o funcionamento do jogo aos alunos.



## DANÇA

- Atividade em quartetos até dois grupos maiores - Jogue o mesmo jogo em quartetos, depois em octetos e/ou dois grupos maiores, que podem revezar a condição de atores e espectadores. Em quartetos, o primeiro se coloca, o segundo encaixa, o terceiro ocupa o seu espaço, seguido pelo quarto, para recomeçar novamente pelo primeiro.

### Avaliação

- Solicite que os grupos se apresentem e discuta as tarefas dadas e como elas funcionaram ou não funcionaram esteticamente. Seria possível identificar qual foi a frase de movimento original e quais foram as mudanças? Houve movimentos que chamaram sua atenção? Quais e por quê? É possível identificar as figuras estáticas que inspiraram o movimento? O que foi mais desafiante ou não funcionou? O que funcionou bem? Seria possível adicionar ou trocar a música de acompanhamento?



### Conteúdos

Movimentos animais  
e Memória

### Tempo aproximado

60min

### Locais possíveis

Quintal Espaçoso,  
Campo de futebol,  
Sala de Aula, Centro  
comunitário

## MOVIMENTO DOS BICHOS

Nesta atividade divertida e criativa, os jovens são desafiados a recriarem os movimentos de alguns animais que conhecem de perto.

### Objetivos

- Ler - Perceber nas possibilidades do próprio corpo a recriação de movimentos de outros animais.
- Escrever - Através dos movimentos corporais, recriar a movimentação de animais.

## DANÇA

- Falar: Decodificar a movimentação animal utilizando o corpo.
- Resolver problemas: Recriar a forma de presença e movimentação da fauna.

### Instruções

- Inicie a aula falando de como os animais se movimentam, cada um ao seu jeito. Traga exemplos como a coruja, a cobra, a preguiça, a onça e o sapo.
- Estimule aos jovens para também trazerem exemplos de animais que mais gostam ao vê-los se movimentar.
- Na sequência, agrupe-se em roda com os jovens, e os desafie a demonstrarem o movimento do animal que falaram na rodada anterior. Quanto mais diversa e menos repetições tiver a lista, mais divertida e criativa será esta etapa.
- O passo seguinte será pedir aos jovens que tragam 3 movimentos, sendo cada um de um animal diferente, e construam uma sequência os utilizando.
- Na sequência, pode haver uma variação, onde cada jovem apresenta um movimento, e o jovem ao lado, como num jogo de mímica, tem o desafio de identificar o animal que foi apresentado pelo colega.

### Avaliação

- Os jovens recriaram os movimentos de diversos animais?
- Conseguiram identificar as demonstrações corporais de animais realizadas por seus colegas?
- Conseguiram compor sequências de movimentos que representam diferentes animais?



### Professoras (es)

Estimule os jovens, em suas demonstrações, a utilizarem o chão ou estabelecerem contato com objetos ou seus colegas durante a ação. Isto poderá ajudá-los a se soltar ainda mais em sua representação.



## MOVIMENTO DAS PLANTAS

Isto mesmo, as plantas se movem: dão frutos, florescem, enraízam-se, tombam, crescem, dão folhas e se viram em direção à luz. Nesta aula os jovens terão a oportunidade de recriar e compor coreografias com os movimentos das plantas.

### Objetivos

- Ler - Perceber as movimentações das plantas.
- Escrever - Exercitar tipos de movimentações diferentes, neste caso, o das plantas.
- Resolver problemas - Recriar os movimentos vegetais, acionando a memória e o improviso, enquanto rompem o imaginário social de plantas estáticas.



### Conteúdos

Movimentos vegetais, Memória e Improviso

### Tempo aproximado

60min

### Locais possíveis

Quintal Espaçoso,  
Campo de futebol,  
Sala de Aula, Centro  
comunitário

# DANÇA

## Instruções

- Inicie a aula falando de como as plantas se movimentam, cada uma ao seu jeito. Traga exemplos como a abertura dos frutos, das flores, o enraizamento, as quedas, o crescimento, os balanço das folhas e a rotação quando se viram em direção à luz.
- Estimule aos jovens para também trazerem exemplos de plantas que mais gostam ao vê-los se movimentar.
- Na sequência, agrupe-se em roda com os jovens, e os desafie a demonstrarem o movimento da planta que falaram na rodada anterior. Quanto mais diversa e menos repetições tiver a lista, mais divertida e criativa será esta etapa.
- O passo seguinte será pedir aos jovens que tragam 3 movimentos, sendo cada um de uma planta diferente, e construam uma sequência os utilizando.
- Na sequência, pode haver uma variação, onde cada jovem apresenta um movimento, e o jovem ao lado, como num jogo de mímica, tem o desafio de identificar a planta ou um de seus movimentos que foi apresentado pelo colega.

## Avaliação

- Os jovens recriaram os movimentos de diversas plantas?
- Conseguiram identificar as demonstrações corporais de plantas realizadas por seus colegas?
- Conseguiram compor sequências de movimentos que representam diferentes plantas?



## Professoras (es)

Estimule os jovens, em suas demonstrações, a utilizarem o chão ou estabelecerem contato com objetos ou seus colegas durante a ação. Isto poderá ajudar-lhes a se soltar ainda mais em sua representação.



## MOVIMENTOS DO QUINTAL

### Conteúdos

Memória e  
Movimentação  
corporal

### Tempo aproximado

60min

### Locais possíveis

Quintal Espaço,  
Campo de futebol,  
Sala de Aula, Centro  
comunitário



Nesta prática, os movimentos do cotidiano serão trazidos pelos jovens, que serão desafiados a acionar a memória corporal na representação de cenas como pescar, roçar, remar, etc.

### Objetivos

- Ler - Perceber nas possibilidades do próprio corpo a recriação de movimentos do cotidiano.
- Escrever - Através dos movimentos corporais, recriar os diversos movimentos presentes no dia-a-dia.
- Falar - Decodificar a movimentação do cotidiano utilizando o corpo.
- Resolver problemas - Recriar a forma de presença e movimentação da comunidade.



## Instruções

- Inicie a aula falando de como o cotidiano é composto por movimentos comuns, ainda que cada pessoa os realize ao seu jeito. Traga exemplos como o remar, o jogar a malhadeira, o capinar, o ticar peixe, o nadar, o fazer tapioca, etc.
- Estimule aos jovens para também trazerem outros exemplos de movimentos do cotidiano que lembram naquele momento, ou que realizaram naquele mesmo dia, antes da aula.
- Na sequência, agrupe-se em roda com os jovens, e os desafie a demonstrarem o movimento do cotidiano que falaram na rodada anterior. Quanto mais diversa e menos repetições tiver a lista, mais divertida e criativa será esta etapa.
- O passo seguinte será pedir aos jovens que tragam 3 movimentos, sendo cada um de uma ação diferente, e construam uma sequência os utilizando.
- Na sequência, pode haver uma variação, onde cada jovem apresenta um movimento, e o jovem ao lado, como num jogo de mímica, tem o desafio de identificar a ação que foi apresentada pelo colega.

## Avaliação

- Os jovens recriaram os movimentos do cotidiano?
- Conseguiram identificar as demonstrações corporais do cotidiano realizadas por seus colegas?
- Conseguiram compor sequências de movimentos que representam diferentes ações?



## Professoras (es)

Estimule os jovens, em suas demonstrações, a utilizarem o chão ou estabelecerem contato com objetos ou seus colegas durante a ação. Isto poderá ajudar-lhes a se soltar ainda mais em sua representação.



### Conteúdos

Improviso e  
Movimentação  
corporal

### Materiais necessários

Um objeto por jovem

### Tempo aproximado

60min

### Locais possíveis

Quintal Espaço,  
Campo de futebol,  
Sala de aula, Centro  
comunitário

## INTERAGINDO COM UM OBJETO

Nesta rodada de atividades para criações coreográficas, os jovens serão desafiados a comporem sequência de movimentos utilizando um objeto.

### Objetivos

- Ler - Identificar as rotas de movimentos possíveis a partir de um objeto.
- Escrever - Exercitar as diversas movimentações a partir de um objeto estático.
- Resolver problemas - Articular coreografias tendo um objeto como algo vivo.

# DANÇA

## Instruções

- Nesta prática, reúna-se aos jovens em roda e peça-lhes que, em 5 minutos, encontrem um objeto do entorno o tragam para si ao voltarem à roda.
- De um e um, desafie os jovens a demonstrarem primeiro um movimento para este objeto. Nesta roda, podem valer movimentos esperado, por exemplo, Objeto: remo / Ação: remar.
- Na sequência, desafie mais uma rodada, mas agora com os jovens mostrando um segundo movimento com o mesmo objeto.
- Depois, você pode propor ao menos 5 rodadas onde, em cada uma, os jovens criam e demonstram um movimento novo com seu objeto.
- O passo seguinte, após cada jovem ter demonstrado 5 movimentos com o seu objeto, será demonstrarem a sequência dos movimentos que criaram, após lembrá-los.
- Um a um, os jovens irão mostrando suas sequências no meio da roda.

## Avaliação

- Os jovens conseguiram demonstrar os movimentos esperados e também novos movimentos criados no momento da aula?
- Os jovens conseguiram lembrar e compor uma pequena coreografia a partir dos movimentos demonstrados?



## Professoras (es)

Você pode propor que os jovens troquem os objetos para surgirem novos movimentos, ou mesmo juntá-los em duplas para criações, após as demonstrações individuais.



## COREOGRAFIAS COLETIVAS

### Conteúdos

Memória, Criação e Movimentação corporal

### Tempo aproximado

60min

### Locais possíveis

Quintal Espaço,  
Campo de futebol,  
Sala de Aula, Centro  
Comunitário



Nesta prática coreográfica, os jovens coletivamente criam e se apresentam utilizando as experiências corporais anteriores, sobre a movimentação dos bichos, plantas, cotidiano e objetos.

### Objetivos

- Ler - Decodificar as diferentes movimentações aprendidas nas aulas anteriores em criações do próprio corpo.
- Escrever - Exercitar as diversas práticas corporais vivenciadas.
- Resolver problemas - Compor coreografias com muitas linguagens corporais.

# DANÇA

## Instruções

- Faça uma revisão sobre todas as movimentações estudadas até aqui: dos animais, das plantas, do cotidiano e dos objetos em interação com o corpo.
- Forme ou facilite a formação de até 5 grupos.
- Desafie os jovens a criarem coreografias simples, de até 5 minutos, que narrem alguma história e sejam compostas pelos movimentos estudados.
- Dê aos jovens um total de 30 minutos para esta imersão criativa e experimental.
- Na sequência, peça aos grupos que apresentem as suas criações ao grupo maior.

## Avaliação

- Os jovens criarem coreografias interligando as movimentações estudadas até aqui?



## COREOGRAFIAS INDIVIDUAIS



### Conteúdos

Memória, Criação e Movimentação corporal

### Tempo aproximado

60min

### Locais possíveis

Quintal Espaço,  
Campo de futebol,  
Sala de Aula, Centro  
Comunitário

Nesta prática coreográfica, os jovens individualmente criam e se apresentam utilizando as experiências corporais anteriores, sobre a movimentação dos bichos, plantas, cotidiano e objetos.

### Objetivos

- Ler - Decodificar as diferentes movimentações aprendidas nas aulas anteriores em criações do próprio corpo.
- Escrever - Exercitar as diversas práticas corporais vivenciadas.
- Resolver problemas - Compor coreografias com muitas linguagens corporais.



# DANÇA

## Instruções

- Faça uma revisão sobre todas as movimentações estudadas até aqui: dos animais, das plantas, do cotidiano e dos objetos em interação com o corpo.
- Desafie os jovens a criarem coreografias simples, de até 5 minutos, que narrem alguma história e sejam compostas pelos movimentos estudados.
- Dê aos jovens um total de 30 minutos para esta imersão criativa e experimental.
- Na sequência, peça aos jovens que apresentem as suas criações ao grupo maior.

## Avaliação

- Os jovens criarem coreografias interligando as movimentações estudadas até aqui?



## Contato

Manaus / Amazonas

Rua Álvaro Braga, 351 Parque 10 I CEP 69.055-660

(92) 4009-8900 / 0800 722-6459

 [fas-amazonia.org](http://fas-amazonia.org)  [fas@fas-amazonia.org](mailto:fas@fas-amazonia.org)

   [/fasamazonia](https://www.youtube.com/fasamazonia)

1ª edição - 2021

**IA MAR**  
Instituto Alair Martins

2ª edição - 2025

 **MOVIMENTO  
BEM MAIOR**

 **BNDES**



# Música

COLEÇÃO  
FOLHEARTE









# Música

Coleção FolheArte

1ª edição - 2021

**IAMAR**  
Instituto Alair Martins

2ª edição - 2025

 **MOVIMENTO  
BEM MAIOR**

 **BNDES**

**Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)**  
**(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)**

FolheArte / Fundação Amazônia Sustentável. -- Manaus, AM : Fundação Amazonas Sustentável, 2021.

ISBN 978-65-89242-22-2

1. Arte 2. Artes visuais 3. Atividades e exercícios 4. Dança 5. Música 6. Teatro 7. Vida ribeirinha - Amazônia

21-58044

CDD-700

**Índices para catálogo sistemático:**

1. Arte 700

Cibele Maria Dias - Bibliotecária - CRB-8/9427

2ª edição  
2025



# Apresentação

A Amazônia é conhecida por sua imensa floresta verde e por ser uma bomba de água para o mundo. No entanto, passa despercebido à popularidade desta terra, o infinito repertório de sons, vocalizações e cantos existentes não apenas da floresta, mas no encontro desta com comunidades humanas espalhadas pelas terras-firmes, beiradões e rios amazônicos.

Há quem pense que o local de encontro da maior biodiversidade da terra é uma território de silêncio em mato denso. Na verdade, a Amazônia é onde vive a maior orquestra do mundo. Milhares de sapos, centenas de aves e mamíferos e milhões de insetos cantam, demarcando as diversas fases do seu tempo e de sua Vida, enquanto ecoa no meio do rio o motor de uma rabeta com o bater de uma roupa que é lavada à sua margem. É floresta e seres humanos em atividade,

cada um com o seu som. As vidas indígenas e ribeirinhas na Amazônia se encontram com a floresta e dão origem, cotidianamente, às suas próprias músicas.

É de um local de musicalidade natural que nascem os jovens do beiradão. Mesmo, em geral, habitando distantes de instrumentos musicais mais comuns, como o violão e o pandeiro, isto não os impede de primeiro viver, depois reconhecer e ter a possibilidade criar, as suas próprias notas e composições.

Esta publicação nasce a partir de experiências imersivas em Música com jovens que habitam o beiradão. Durante o tempo que estivemos juntos, de tudo fizemos músicas: dos objetos de casa, dos elementos da floresta e também a partir do próprio corpo de cada um. As possibilidades de recriar este mundo repleto de sons não tem limites, basta escutá-lo e incentivar que se escute.



## FICHA TÉCNICA

### COORDENAÇÃO GERAL

Virgílio Viana

### RESPONSÁVEIS TÉCNICOS

Valcléia Siledade  
Luiz Cruz Villares

### PROGRAMA DE EDUCAÇÃO PARA A SUSTENTABILIDADE

Anderson Mattos

### CAPA/PROJETO GRÁFICO E EDITORAÇÃO

Gabriel de Andrade / Paulo Maciel

### CONCEPÇÃO E ORGANIZAÇÃO

Emerson Pontes

### AUTORES

Neucilane . Vitoria . Soraia . Remilson .  
Erinelsson . Taila . Geovana . Javé . Suziane  
Tailane . Ingled Tainara . Ingrid . Vitoria .  
Herlan . Andrey . Daniel . Ruth . Estelane  
Diego . Jonilson . Lilian . Clinton . Salef .  
Matuzalém . Daniele . Ana . Claudemir .  
Cristiane . Eloisa . Eron . Fernanda . Gonçalves  
Guilherme Eduardo . Ketlen . Luana Patrícia  
Luana Melissa . Lucas . Paulo . Romeu  
Tharliany . Vitória . Wesley Yasmim . Abigail  
Adriana . Adrielson . Alaison . Anailson .  
Antônio . Benedito . Betuel . Charlene  
Claudeir . Cledenilson . Cleverson . Darlene  
Darlisson . Davi . Delessandro . Derickes

Derley . Dorinei Edmilson . Elângio . Eliene .  
Elson . Elton . Erica . Evely Flávio  
Francinaldo . Gustavo . Israel . Itamara .  
Jaele Janiele . Jedeane . Joel Amazonas .  
Joel Brazão . Joelson . Josiele . Jucinaldo .  
Keuri . Liliâne . Liliene Mailse . Maira . Marciel  
Milena Priscila . Rômulo . Sérgio . Silvino .  
Suellen . Thiago . Warley . William Zaquias .  
Zidane . Alessandro . Elízia . Aldriene . Kebrem  
Adriane . Shaene . Alice . Emily . Katrini .  
Verônica Carla . Marcela . Samara . Joenia .  
Izabelle . Tatiana . Kellyane . Suyane . Elisa .  
Grazielly . Aderso . Henrique Fábio . Estevão  
Loren . Reneri . Ester . Josemir . Wesley .  
Jerbesson . Joyce Francimara . Glenda . Luane  
Vitória . Manuela . João . Victor . Aldair .  
Pâmela . Erleoney . Beatriz . Erlesson . Emelly  
Vitório . Luiz . Selma

### REVISÃO TÉCNICA

Anderson Mattos/ Emerson Pontes/ Nathalia  
Flores

### APOIO


Amândio Silva / Jerônima Adorno

### FOTOS

Bruno Kelly / Dirce Quintino / Emerson  
Pontes / Keila Serruya / Marina Amazonas

### ILUSTRAÇÕES

Participantes do Projeto Incenturita



# ÍNDICE

MEMÓRIA DOS SONS.....	6
PESQUISA DE SONS.....	8
SONSDOCORPO.....	10
SONS DO QUINTAL.....	12
CRIANDO INSTRUMENTOS.....	14
SONS DOS BICHOS.....	16
TODOS OS SONS.....	18



# MEMÓRIA DOS SONS

Esta prática sensorial e desafiadora proporciona uma imersão à memória que os jovens possuem dos sons.

## Objetivos

- Ler - Identificar sons próprios de diversos objetos e pessoas.
- Escrever - Exercitar a memória pessoal sobre a origem dos sons.
- Falar - Narrar possíveis origens dos sons vivenciados.
- Resolver problemas - Reconhecer as diversas sonoridades que compõem o cotidiano.

## Instruções

- Reúna os jovens em roda e realizem uma conversa sobre os diversos sons que compõem



## Conteúdos

Memória e Audição

## Materiais necessários

1 venda de olhos e objetos diversos

## Tempo aproximado

60min

## Locais possíveis

Quintal Espaçoso, Campo de futebol, Sala de aula, Centro comunitário



## Professoras(es)

Garanta o silêncio durante a produção dos sons dos objetos, pois assim será estimulada a concentração de todos, especialmente a do jovem vendado.



## Ideias

Varie esta brincadeira, com ajuda de algum jovem, criando dois sons simultâneos ou mesmo diferentes distâncias entre os objetos e os ouvidos dos jovens vendados.

o cotidiano. Pode-se falar sobre o som dos bichos; das atividades e de objetos comuns.

- Na sequência, peça aos jovens que se reúnam em trios e que, a partir de cada grupo, seja escolhido(a) um(a) representante.
- Explique que os(as) representantes irão, um a cada vez, ter seus olhos vendados e que você produzirá um som próximo ao seu ouvido. O objetivo é que o jovem possa identificar o objeto em questão, a partir de sua memória sonora.
- Utilize objetos diversos que possuem sons característicos, tais como: um pente (passe os dedos entre seus dentes), um par de colheres (bata-as entre si), uma folha de papel (rasgue-a), um frasco (abra/feche sua tampa), folhas secas de plantas (amasse-as), etc. São muitos os objetos possíveis e de fácil acesso.
- Inicie os experimentos vendando os olhos do primeiro participante, produza o som e lhe dê 10 segundos para identificá-lo. Em caso de acerto, passe ao próximo trio. Em caso de erro, permita que outra pessoa da equipe substitua o seu primeiro representante. Assim siga sucessivamente até que todos os grupos tenham participado.
- Você pode reunir a turma e estimular que narrem suas facilidades e dificuldades no reconhecimento dos sons.

## Avaliação

- Os jovens reconheceram os sons produzidos pelos objetos?
- Conseguiram relatar suas experiências na prática ao precisarem ativar conscientemente sua memória sonora?





## PESQUISA DE SONS

Nesta prática investigativa os jovens se transformarão em pesquisadores de sons e irão explorar o seu ambiente.

### Objetivos

- Ler - Identificar os diversos sons de um ambiente.
- Escrever - Registrar os sons identificados na pesquisa sonora.
- Falar - Narrar os resultados da exploração sonora.



### Conteúdos

Pesquisa e Memória sonora

### Materiais necessários

papel e caneta (ou lápis)

### Tempo aproximado

60min

### Locais possíveis

Toda a comunidade





### Professoras (es)

Estimule os jovens a irem individualmente em busca dos sons, isto proporciona maior concentração para o reconhecimento e listagem.

- Resolver problema: Compor uma lista de sons do ambiente.

### Instruções

- Agrupe-se aos jovens em uma grande roda. Introduza a diversidade de sons que compõe o ambiente vivenciado por todos: o som dos bichos; das pessoas; das atividades e objetos.
- Na sequência, desafie os jovens a irem, individualmente em busca de sons no ambiente, e também peça-lhes para que registrem em lista estes sons em seus papéis.
- Após 20 minutos de explorações, os jovens retornarão e poderão contar, um a um, que sons encontraram e onde estavam quando os ouviram.
- Estimule narrativas sobre como se deu o reconhecimento dos sons, se haviam sobreposições de sons ou se algum som não foi possível identificar.

### Avaliação

- Os jovens reconheceram e listaram os sons durante sua exploração por sons?
- Foram possíveis identificações e listagens de sons únicos por alguns jovens?



# SONS DO CORPO

Nesta prática o corpo se transforma em instrumento de percussão para a geração de sons envolventes e únicos.

## Objetivos

- Ler - Identificar as partes e contatos do corpo que produzem sons.
- Escrever - Exercitar possibilidade sonoras através do contato com o próprio corpo.
- Resolver problemas - Produzir sons de percussão a partir do corpo e seu contato.

## Instruções

- Reúna os jovens em uma grande roda. Então faça uma breve introdução à origem dos sons, que não é apenas de instrumentos clássicos, mas que o corpo também os produz.



## Conteúdos

Percussão corporal

## Tempo aproximado

60min

## Locais possíveis

Quintal Espaço,  
Campo de futebol,  
Centro comunitário



### Professoras (es)

Você pode desafiar os jovens a introduzirem músicas que conhecem junto às batidas criadas com o corpo. Fica bastante envolvente o surgimento destas novas versões de músicas conhecidas, e todos os estilos musicais são possíveis de uso.

- Reúna-se aos jovens em uma grande roda. Então faça uma breve introdução à origem dos sons, que não é apenas de instrumentos clássicos, mas que o corpo também os produz.
- Faça uma primeira rodada onde cada jovem poderá demonstrar um som do corpo que se lembre no momento.
- Na sequência, inicie os exercícios de produção de sons com as palmas das mãos. Realize e peça que os jovens repitam, seguida de uma sincronia de todo o grupo, os tipos de palmas: “fechada”, “aberta”, “pingo”, “costa”.
- Depois, proponha aos jovens os sons a partir do peito ou tórax, com palmas cuidadosas e firmes.
- Junte ao enredo sonoro, os sons a partir do contato das palmas das mãos com as coxas.
- Por fim, experimente com os jovens, sequências como: palma fechada, palma aberta, palma pingo, peito, peito, coxa, coxa. Criem variações desta sequência à medida que os jovens forem se envolvendo ao contato sonoro com seu corpo.
- Desafie os jovens, formados em grupos, a criarem pequenas sequências sonoras utilizando todas as partes experimentadas.
- Depois reúnam-se em uma grande roda novamente e proponha a exibição dos trabalhos realizados pelos grupos.

### Avaliação

- Os jovens criaram sons a partir do corpo como instrumento de percussão?
- Em grupo, construíram sequências que integram todas as partes do corpo experimentadas?



## SONS DO QUINTAL

Nesta prática os jovens poderão reconhecer e criar sequências musicais a partir de sons do seu cotidiano.

### Objetivos

- Ler - Identificar os sons do cotidiano.
- Escrever - Exercitar a criação sonora a partir de sons que compõem o dia-a-dia.
- Resolver problemas - Criar pequenas músicas com sons do quintal.



### Conteúdos

Memória e Criação sonora

### Tempo aproximado

60min

### Locais possíveis

Quintal Espaçoso,  
Campo de futebol,  
Centro comunitário

## Instruções

- Agrupe os jovens em uma grande roda. Faça uma breve introdução sobre os sons que compõem o cotidiano, tais como o do motor de rabeta, o som de um porta, o som da água, da chuva, do vento, das folhas secas, da panela de pressão, etc.
- Em roda, estimule os jovens a lembrarem e demonstrarem outros sons do cotidiano que se lembram no momento.
- Na sequência, proponha que durante 15 minutos, saiam na comunidade, anotem 3 sons de objetos ou atividades que ouvirem, e os tragam para a roda na sequência.
- Peça aos jovens que, um a um, apresentem os sons que encontraram.
- Depois, peça aos jovens que formem trios e que juntem os 9 sons encontrados pelo grupo em uma só sequência, que será apresentada ao grande grupo.
- Realize com os jovens a apresentação dos sons criados pelos trios.

## Avaliação

- Os jovens criaram sons a partir das atividades e objetos da comunidade e seu cotidiano?
- Foi possível a composição em grupo pelos jovens?



# CRIANDO INSTRUMENTOS

Esta prática desafiará os jovens a criarem instrumentos musicais não-convencionais utilizando objetos sintéticos ou orgânicos da comunidade.

### Objetivos

- Ler - Identificar possíveis instrumentos musicais a partir de objetos da comunidade.
- Escrever - Exercitar a criação de instrumentos musicais alternativos.
- Resolver problemas - Criar e compor pequenas músicas a partir de instrumentos alternativos.



### Conteúdos

Instrumentos musicais

### Materiais necessários

Objetos diversos

### Tempo aproximado

60min

### Locais possíveis

Quintal Espaço,  
Campo de futebol,  
Centro comunitário



## Instruções

- Após uma conversa breve sobre instrumentos musicais convencionais, tais como o violão, a guitarra, bateria e outros, introduza a possibilidade sonora de instrumentos musicais alternativos.
- Cite o som e elementos como pedras, sementes, garrafas de plástico, cuias, areia, dentre tantos outros. Estimule os jovens a pensarem onde podem encontrar instrumentos musicais prontos ou que possam ser facilmente produzidos.
- Na sequência, desafie os jovens a encontrarem ou produzirem, em 30 minutos, estes instrumentos.
- Por fim, em grande roda, proponha uma demonstração destes sons por cada jovem, ou ainda, pequenas composições com todo o grupo.

## Avaliação

- Os jovens criaram ou encontraram instrumentos musicais alternativos?
- Foram possíveis criações sonoras utilizando os instrumentos trazidos por todos?



# SOM DOS BICHOS

Nesta prática os jovens poderão reconhecer e criar sequências musicais a partir de sons de outros animais.

### Objetivos

- Ler - Identificar os sons do cotidiano.
- Escrever - Exercitar a criação sonora a partir de sons que compõem o dia-a-dia.
- Resolver problemas - Criar pequenas músicas com sons do quintal



### Conteúdos

Memória e Criação sonora

### Tempo aproximado

60min

### Locais possíveis

Quintal Espaço,  
Campo de futebol,  
Centro comunitário



### Professoras(es)

Para as demonstrações, agrupe os jovens mais tímidos entre os mais expansivos, a fim de proporcionar o desenvolvimento vivencial de todos.



### Ideias

Em caso de poucos animais vocalizando no momento da pesquisa, peça aos jovens que tragam sons que ouviram na noite ou dia anterior.

### Instruções

- Agrupe os jovens em uma grande roda. Faça uma breve introdução sobre os sons de animais comuns no seu cotidiano, tais como o das aves, insetos, dos grandes mamíferos, dos animais do quintal, etc.
- Em roda, estimule os jovens a lembrarem e demonstrarem outros sons de animais que se lembram no momento.
- Na sequência, proponha que durante 15 minutos, saiam na comunidade, anotem 3 sons de animais que ouvirem, e os tragam para a roda na sequência.
- Peça aos jovens que, um a um, apresentem os sons que encontraram.
- Depois, peça aos jovens que formem trios e que juntem os 9 sons encontrados pelo grupo em uma só sequência, que será apresentada ao grande grupo.
- Realize com os jovens a apresentação dos sons criados pelos trios.

### Avaliação

- Os jovens criaram sons a partir de animais lembrados?
- Foi possível a composição em grupo pelos jovens?



# TODOS OS SONS

Nesta atividade finalística e desafiadora, os jovens integram todas as noções de sons aprendidas: sons dos bichos, do cotidiano, do corpo e de instrumentos.

### Objetivos

- Ler - Identificar as possíveis conexões entre sons de diversas origens.
- Escrever - Exercitar a criação sonora integrativa a partir do ambiente.
- Resolver problemas - Compor pequenas músicas a partir de referências de todo o espaço sonoro da comunidade e floresta.



### Conteúdos

Memória e criação sonora

### Tempo aproximado

60min

### Locais possíveis

Quintal Espaço,  
Campo de futebol,  
Centro comunitário

**Professoras(es)**

A criação das composições sonoras pode se dar com os jovens em pequenos grupos afastados entre si, com os jovens de olhos fechados, a fim de estimular ainda mais o sentido da audição.

**Instruções**

- Agrupe os jovens em uma grande roda. Faça uma breve revisão sobre todos os tipos de sons aprendidos e vivenciados: do cotidiano, dos bichos, dos instrumentos e do corpo.
- Peça então aos jovens que se reúnam em trios para a criação de uma pequena música que precisará ter elementos sonoros de diversas origens. Esta etapa pode ter duração de 30 minutos.
- Realize com os jovens a apresentação destes sons, onde cada grupo terá 3 minutos para demonstração do trabalho realizado.

**Avaliação**

- Os jovens criaram composições sonoras a partir de sons de diversas origens?
- Conseguiram estabelecer o reconhecimento do seu espaço de comunidade e floresta como uma grande fonte de sons únicos e cotidianos?







## Contato

Manaus / Amazonas

Rua Álvaro Braga, 351 Parque 10 I CEP 69.055-660

(92) 4009-8900 / 0800 722-6459

🌐 [fas-amazonia.org](http://fas-amazonia.org) ✉ [fas@fas-amazonia.org](mailto:fas@fas-amazonia.org)

in @ /fasamazonia

1ª edição - 2021

**IA MAR**  
Instituto Alair Martins

2ª edição - 2025

 **MOVIMENTO  
BEM MAIOR**

 **BNDES**





# Teatro

COLEÇÃO  
FOLHEARTE







# Teatro

Coleção FolheArte

1ª edição - 2021

**IAMAR**  
Instituto Alair Martins

2ª edição - 2025

 **MOVIMENTO  
BEM MAIOR**

 **BNDES**

**Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)**  
**(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)**

FolheArte / Fundação Amazônia Sustentável. -- Manaus, AM : Fundação Amazonas Sustentável, 2021.

ISBN 978-65-89242-22-2

1. Arte 2. Artes visuais 3. Atividades e exercícios 4. Dança 5. Música 6. Teatro 7. Vida ribeirinha - Amazônia

21-58044

CDD-700

**Índices para catálogo sistemático:**

1. Arte 700

Cibele Maria Dias - Bibliotecária - CRB-8/9427

2ª edição  
2024



# Apresentação

O teatro é a arte de contar histórias. Local onde cenas são criadas e recriadas, momento onde se atravessa o tempo, o espaço, o mundo das coisas visíveis e invisíveis. É assim desde o início da vida humana, onde durante as práticas do cotidiano, se vivenciava diversas formas de rituais, danças, imitações de animais, culto aos deuses e interações com as cenas do universo físico e abstrato. Diz-se que é deste mundo primitivo que nasce o Teatro, e que ele atravessa a Grécia e outras civilizações antigas, chegando ao Brasil pelos padres jesuítas. Gosto de pensar que o teatro sempre esteve e continua aqui, na Amazônia. Se histórias são contadas pelo Teatro, esta é a Arte do cotidiano de quem habita as florestas e beiradões amazônicos, locais onde as histórias são como rios: abundantes, diversas e conectadas.

Território originário indígena, misturado a diversas culturas, a Amazônia e seus diversos povos vivem e resistem a partir de sua tão espontânea e autêntica literatura oral. Quem conta uma história, traz no contar não apenas a sua leitura dos fatos, a partir do seu mundo, mas também o seu jeito, expressos em tons e movimentos únicos. É aqui que os indivíduos partem da narração (contação de histórias) para a cena dramática (espetáculo teatral). Quando a história das palavras junta-se às histórias daquilo que se vê, temos o Teatro. E de ambos os mundos são ricos os beiradões da Amazônia, repletos de

gente que também cultiva a habilidade de transformar elementos orgânicos da floresta em objetos para o seu cotidiano.

É verdade que muitos jovens ainda veem o Teatro como algo muito distante deles, e que muitos deixam de experienciá-lo por compreendê-lo como uma Arte única de representações medievais dentro, somente, das grandes cidades. Mas é verdade também que os jovens já sabem fazer Teatro e que podem vivê-lo, ampliando sua expressão pessoal e artística, levando adiante as histórias de sua gente e da floresta. Talvez o que falte é reconhecer e incentivar a potência de jovens que nascem deste lugar, contando e ouvindo histórias, rodeados de inspirações de uma floresta material e imaterial, que vai dos sons e movimentos dos bichos às formas e tempos das plantas, da rítmica do remo e paneiro à precisão da zagaia e terçado.

É a partir destas certezas e urgências que nasce esta publicação, fruto de um tempo experienciado e real, em diversos beiradões, entre jovens indígenas e ribeirinhos destes lugares com a arte do Teatro. Um tempo em que a floresta material vem se transformando em figurinos, cenários e maquiagem. Onde a floresta imaterial, seja vivida ou imaginada, é o principal acervo de inspirações para criações e recriações a partir do próprio quintal, a Floresta – que encena, em cena.



## FICHA TÉCNICA

### COORDENAÇÃO GERAL

Virgílio Viana

### RESPONSÁVEIS TÉCNICOS

Valcléia Soledade

Luiz Cruz Villares

### PROGRAMA DE EDUCAÇÃO PARA A SUSTENTABILIDADE

Anderson Mattos

### CAPA/PROJETO GRÁFICO E EDITORAÇÃO

Gabriel de Andrade / Paulo Maciel

### CONCEPÇÃO E ORGANIZAÇÃO

Emerson Pontes

### AUTORES

Neucilane . Vitoria . Soraia . Remilson .  
Erinelsson . Taila . Geovana . Javé .  
Suziane . Tailane . Ingled Tainara . Ingrid .  
Vitoria . Herlan . Andrey . Daniel .  
Ruth . Estelane Diego . Jonilson . Lilian .  
Clinton . Salef . Matuzalém . Daniele .  
Ana . Claudemir . Cristiane . Eloisa .  
Eron . Fernanda . Gonçalves . Guilherme .  
Eduardo . Ketlen . Luana Patrícia .  
Luana Melissa . Lucas . Paulo . Romeu .  
Tharlany . Vitória . Wesley Yasmim .  
Abgail Adriana . Adrielson . Alaison .  
Anailson . Antônio . Benedito . Betuel .  
Charlene .  
Claudeir . Cledenilson . Cleverson .  
Darlene Darlissom . Davi . Delessandro .  
Derickes Derley . Dorinei Edmilson .

Elângio . Eliene . Elson . Elton . Erica .  
Evelly Flávio .  
Francinaldo . Gustavo . Israel .  
Itamara . Jaele Janiele . Jedeane .  
Joel Amazonas . Joel Brazão . Joelsson .  
Josiele . Jucinaldo . Keuri . Liliane .  
Liliane Mailse . Maira . Marciel Milena .  
Priscila . Rômulo . Sérgio . Silvino .  
Suellen . Thiago . Warley . William .  
Zaquias . Zidane . Alessandro . Elizia .  
Aldriene . Kebrem Adriane . Shaene .  
Alice . Emily . Katrini . Verônica Carla .  
Marcela . Samara . Joenia . Izabelle .  
Tatiana . Kellyane . Suyane . Elisa .  
Grazielly . Aderso . Henrique Fábio .  
Estevão Loren . Renner . Ester . Josemir .  
Wesley . Jerbeson . Joyce Francimara .  
Glenda . Luane . Vitória . Manuela .  
João . Victor . Aldair . Pâmela . Erleoney .  
Beatriz . Erlessom . Emelly Vitória . Luiz .  
Selma

### REVISÃO TÉCNICA

Anderson Mattos / Emerson Pontes /  
Nathalia Flores

### APOIO

Amândio Silva / Jerônima Adorno

### FOTOS

Bruno Kelly / Dirce Quintino / Emerson  
Pontes / Keila Serruya / Marina  
Amazonas

### ILUSTRAÇÕES

Participantes do Projeto Incenturita

# ÍNDICE

ANDANDO DE 1 A 10.....	6
CICUITO DE GALHOS.....	8
BOLA INVISÍVEL.....	10
MEMÓRIA DAS CUTIAS.....	13
JOGO DA VARA.....	16
VENDA DE UM PRODUTO INUSITADO.....	18
QUINTAL IMAGINADO.....	20
UMA PALAVRA, VÁRIOS SENTIMENTOS.....	22
VITRINE.....	24
SENTIMENTO MUDO EM GRUPO.....	26
SIGA UMA HISTÓRIA.....	28
HORA DA CENA.....	30



# ANDANDO DE 1 A 10

Nesta prática inicial os jovens terão a oportunidade de compreender como a sua presença influencia no tempo e no espaço vivenciado e vice-versa.

## Objetivos

- Ler - Perceber como modificamos voluntariamente o tempo do corpo e como este se adequa ao espaço.
- Escrever - Com o próprio corpo, rotas onde tempo e espaço de movimentações caminhem de forma sincronizada.
- Falar - Com o corpo, as reações aos diferentes tempos que impõem movimentação corporal.
- Resolver problemas - Articular movimentos que permitam o livre transitar do corpo graduado em relação ao tempo dirigido.



## Conteúdos

Consciência  
Corporal 1: Tempo e  
Espaço do Corpo

## Tempo aproximado

30min

## Locais possíveis

Sede comunitária,  
Campo de futebol,  
Quintal Espaçoso,  
Sala de aula (sem  
cadeiras)



### Professoras(es)

A prática, além de divertida e envolvente, também facilita a socialização dos jovens e o exercício da consciência corporal, é contínuo e essencial à prática do Teatro. Retire do ambiente objetos que possam ser obstáculos à movimentação dos jovens e também garanta que não existam buracos ou demais perigos neste espaço, como animais peçonhentos.

### Instruções

- Com todos os jovens em pé, aglomerados no espaço, peça a eles que se movimentem livremente em torno dos outros. Informe que o movimento é graduado de 1 a 10, onde 1 é o movimento mais lento e 10 o movimento mais acelerado.
- Inicie dando o comando de movimento 1, falando: “Um!”. Os informes que variem a rota e rotação traçadas, e que variem as pessoas que andam próximos.
- O tempo irá alcançar o grau 10, o mais rápido. Peça aos jovens que não se esbarrem, não apenas por segurança pessoal, mas também para que se permitam vivenciar este estado de consciência corporal.
- Ao final da atividade, sente em roda com todos os jovens e iniciem um bate-papo sobre a experiência vivenciada, principalmente ouvindo os jovens sobre como se perceberam, suas facilidades e dificuldades.



### Ideias

Faça variações desta prática, como os jovens se movimentando em duplas ou trios. Garanta e estimule oralmente que os jovens tracem rotas diferentes, a fim de ocupar todo o espaço vivencial.

### Avaliação

- No geral, os jovens conseguiram seguir os tempos e expressar movimentações em cada ritmo?
- Algum jovem que esbarrou em outro colega pôde explicar a razão disto?
- Os jovens conseguiram compreender a importância do Tempo e do Espaço para a presença do corpo no cotidiano?





## CIRCUITO DE GATOS

Nesta prática desafiadora de imersão e concentração, os jovens poderão reconhecer como a velocidade, a força e o tempo do seu corpo são decisivos na movimentação que objetiva alcançar um lugar.

### Objetivos

- Ler - O próprio corpo e os obstáculos físicos como desafios à força e velocidade empregada nos movimentos gerados.
- Escrever - Através das partituras e movimentos corporais, uma forma de equilíbrio entre força e velocidade para o alcance da linha final do desafio proposto.
- Falar - Através das experiências vivenciadas, partilhar o reconhecimento obtido sobre o comportamento do próprio corpo.
- Resolver problemas - Articular a velocidade e a força do corpo, driblando obstáculos para uma expressão corporal melhorada, firme e vívida.



### Conteúdos

Consciência Corporal 2:  
Velocidade e Força do Corpo.

### Material necessário

Galhos secos.

### Tempo aproximado

60min

### Locais possíveis

Quintal Espaçoso,  
Campo de futebol



### Professoras(es)

Garanta que os galhos sejam pegos e as linhas do circuito sejam feitas pelos próprios jovens, pois esta construção compõe a diversão da prática. Também oriente os jovens e se certifique de que os galhos não tenham espinhos, pontas afiadas ou qualquer animal que traga riscos à segurança dos jovens.

### Instruções

- Nesta atividade, risca-se uma espécie de pista na areia ou barro, de aproximadamente 5 metros de extensão e 2 metros de largura, onde serão colocados galhos secos e retorcidos a fim de preencher todo o espaço da “pista” desenhada. O objetivo é que os jovens atravessem do início ao fim deste circuito, sem tocar em nenhuma parte dos galhos.
- Determine o início do circuito e peça aos jovens que se posicionem em fila indiana. Um a um, sob a observação atenta do(a) professor(a), os jovens vão passando pelo circuito.
- A regra é simples: quem tocar, mesmo que em uma ponta de um dos galhos, precisará voltar ao início e repetir o traçado. Alcança o objetivo quem, ao final do circuito não tiver tocado em nenhum galho.
- Ao final da atividade, após um pequeno descanso, agrupe-se aos jovens em roda e os estimule a individualmente contar como foi a experiência que viveram. Estimule a fala de todos, tanto dos que concluíram o objetivo, quanto os que não o fizeram. Desta forma, ao expor como lidou com seu corpo em um momento que requer atenção, cada jovem terá um aprendizado a compartilhar com o grupo.



### Ideias

Varie esta prática, alterando o formato individual para pares de jovens, ou mesmo trios, que possuem igual objetivo, que é a travessia pelo circuito sem tocar nos galhos.

### Avaliação

- Os jovens compreenderam a importância da sincronia entre velocidade e força empregada no corpo para alcançar um objetivo?
- Os jovens que tocaram nos galhos puderam se superar nas outras tentativas, articulando melhor o corpo para passar no circuito?
- Houve a compreensão da normalidade da frustração gerada ao se tentar atravessar às pressas, sem atenção ao ritmo exigido pelo circuito?





# BOLA INVISÍVEL

Nesta prática de improviso, contato visual e agilidade, os jovens jogam entre si uma bola invisível sob sons criados.

## Objetivos

- Ler - Os movimentos corporais do outro e as onomatopeias criadas sob improviso.
- Escrever - Rotas de movimentos de corpo associados a sons (onomatopeias) que transmitam as mensagens desejadas.
- Falar - Criar onomatopeias, expressando-as ao grupo, com posterior partilha de como cada jovem lidou com a necessidade improviso e resposta motora - visual.
- Resolver problemas - Articular a comunicação visual, motora e oral para transmitir e receber mensagens.



## Conteúdos

Improviso e  
Expressão corporal

## Resolver problemas

Articular a comunicação visual, motora e oral para transmitir e receber mensagens.

## Tempo aproximado

60min

## Locais possíveis

Quintal Espaço,  
Campo de futebol,  
Sala de Aula ou sede  
da comunidade.



### Professoras (es)

Para ser mais divertido, garanta que haja rapidez nas jogadas. Também estimule a fala ativa dos jovens durante o momento de partilhas, mesmo dos que não chegaram à final. Motive aqueles (as) que, logo de início da brincadeira, foram para o centro da roda.

### Instruções

- Agrupe-se aos jovens em uma grande roda. Dê a um deles(as) uma bola, pedindo que segure como uma bola de verdade.
- Informe que esta bola será passada de um para o outro a partir do contato visual e um som criado no momento de jogada da bola.
- Este som deverá ser uma onomatopeia (“PAFI, BLOW!, PEY!, TRUI!, etc). Um jovem só poderá jogar a bola para o outro, se houver contato visual e jogada de bola com o som.
- O jovem que recebe tem duas opções: ou recebe a bola e joga para outro, também criando um som, ou não recebe a bola, sinalizando ao erguer rapidamente as duas mãos fazendo o som de “POM!”. Se ocorrer do jovem recusar a bola, o jovem que iria **jogá-lhe**, deverá estabelecer outro contato visual e novamente jogar a bola.
- Naturalmente, devido à rapidez e fluidez da brincadeira, muitos jovens acabarão perdendo a jogada, seja por não aparar a bola “deixando-a cair” ou demorar demais para jogá-la a outra pessoa. Em ambos os casos, este jovem irá para o centro da roda e ali se sentará até que restem os dois finalistas.
- O jogo se encerra quando um dos jovens já não conseguir gerar sons inéditos ao jogar a bola. Nesta rodada, onde só restarão 2 jogadores (as), não é permitido recusar a bola.
- Ao final, sente-se como todos os jovens e estabeleça uma escuta ativa e estimule os jovens a compartilharem suas impressões sobre o jogo.

## Avaliação

- Os jovens compreenderam a importância de articular e sincronizar a comunicação oral, motora e visual?
- Foi possível identificar nos jovens o reconhecimento de suas próprias limitações e necessidades de melhoria em termos de expressão sincronizada?
- Os jovens perceberam a importância do improviso como ferramenta de expressão?
- As onomatopeias foram reconhecidas como figuras importantes na linguagem cotidiana?



## Ideias

Varie esta brincadeira, ampliando o grau de dificuldade ao criar rodadas, tais como: rodada 1: as onomatopeias podem se repetir entre todos; rodada 2: quando só restarem 10 participantes, não se poderá repetir o som criado pelo outro que lhe passou a bola; rodada 3: não se poderá repetir o som que ninguém criou até que algum dos jovens vá para o centro.



## MEMÓRIA DAS CUTIAS

### Conteúdos

Memória e movimentação corporal

### Materiais necessários

Sementes diversas e 1 relógio ou cronômetro

### Tempo aproximado

60min

### Locais possíveis

Quintal Espaço, Campo de futebol

Esta é uma prática dinâmica e divertida que estimula a memorização de ações recentes e a agilidade na tomada de decisões. Além de desenvolver ou fortalecer habilidades cognitivas, também estimula a movimentação corporal e ensina um pouco da vida das cotias e sua importância para as florestas.

### Objetivos

- Ler - Identificar as rotas espaciais criadas ao se esconder as suas sementes, e também as dos outros.
- Escrever - Registrar na memória os locais exatos onde cada semente foi escondida.

## TEATRO

- Falar - Compartilhar com os colegas a experiência de esconder e resgatar cada semente e as facilidades e dificuldades do processo.
- Resolver problemas - Reconhecer os locais gravados na memória recente para o encontro das sementes.

### Instruções

- Peça aos jovens para que busquem, cada um, em até 3 minutos, um total de 10 sementes nas áreas próximas à mata. Valem sementes entre o tamanho de um feijão até um ouriço de castanha. Peça para que evitem sementes muito pequenas, como as de pimentas ou goiaba.
- Após todos retornarem com as suas sementes, informe e execute as seguintes rodadas:
- Rodada 1: Todos terão 5 minutos para esconder 5 sementes.
- Rodada 2: Após retornarem, todos terão agora 3 minutos para esconder 3 sementes.
- Rodada 3: Após o retorno de todos, o desafio final será esconder as duas sementes restantes em 1 minuto.
- Lembre aos jovens que devem esconder as sementes em buracos separados, distantes um do outro e também que somente eles devem saber onde as esconderam.
- Conte a história das cutias, de que elas escondem sementes e depois vão tentar reencontrá-las, mas nem todas conseguem lembrar onde deixaram suas sementes. O desafio então será composto das seguintes rodadas de resgate das sementes:



### Professoras (es)

Para ser mais divertido, garanta que haja cumprimento dos tempos combinados. Oriente e garanta que os locais de esconderijo das sementes sejam seguros, sem a presença de animais peçonhentos ou espinhos. Oriente a todos para que ajam com honestidade, não recolhendo sementes aleatórias no percurso, somente aquelas que foram escondidas por cada jovem.

- Rodada 4: Em 5 minutos os jovens terão que buscar 3 sementes que esconderam.
- Rodada 5: Após o retorno de todos, os jovens terão agora 3 minutos para buscar 3 das sementes que esconderam.
- Rodada 6: Nesta final, os jovens terão que buscar as últimas 4 sementes que esconderam, só que em apenas 2 minutos. Garanta que os jovens peguem apenas as sementes que esconderam.

## Avaliação

- Os jovens traçaram rotas de sucesso com o encontro das sementes guiados pelas suas memórias?
- Os jovens puderam compreender a importância da agilidade física e memória para alcançar um objetivo?
- Nas falas compartilhadas, foi possível identificar o reconhecimento, por parte dos jovens, da necessidade de fortalecer a memória de suas ações, mesmo as recentes?
- Foi possível perceber o aprendizado dos jovens sobre o ciclo de vida das cutias e a sua importância para o reflorestamento da mata?

## Ideias

Varie esta brincadeira, não apenas nos tempos e números de sementes, como também estabelecendo pares ou trios responsáveis pelas missões de encontrar, esconder e reencontrar as sementes.







# JOGO DA VARA

Esta prática de agilidade, contato visual e sincronia motora ajuda na criação de ritmos corporais e, embora seja de competição, possibilita a prática e reflexão sobre a empatia com o outro.

## Objetivos

- Cada jovem, em até 10 minutos, deverá buscar a sua própria vara, retirando-a preferencialmente de árvores mortas ou galhos caídos nos arredores da comunidade e zona da mata.
- Após o retorno de todos, peça que se agrupem em roda e então dê as seguintes recomendações:
- 1: Todos deverão posicionar a vara à sua frente, segurando-a com uma mão.
- 2: Na batida de uma palma, todos soltam a sua

## Conteúdos

Sincronia motora e visual

## Materiais necessários

Varas (galhos de árvores) individuais e 1 apito (se tiver, mas caso não tenha, pode ser utilizada a palma feita com as mãos)

## Tempo aproximado

60min

## Locais possíveis

Quintal Espaçoso, Campo de futebol





### Professoras (es)

Oriente e garanta que as varas sejam recolhidas de áreas seguras e evitando a retirada de galhos de árvores vivas. Peça para que os jovens eliminem as pontas afiadas das varas, para evitar acidentes no momento de passagem de varas aos colegas. Também garanta que todos possam passar as varas com empatia.



### Ideias

Varie esta brincadeira, mudando a rotação de esquerda para direita, ou mesmo utilizando um esquema misto: uma palma para um lado, e duas palmas rápidas para o outro.

vara para a esquerda, para que seu colega a pegue. Este também soltará a sua para o outro à sua esquerda e, assim, a cada palma do (a) professor (a), sucessivamente, cada jovem passará sua vara ao outro.

- 3: Sai do jogo quem deixa a vara cair.
- 4: Ao final, haverão apenas dois competidores, que disputaram de forma igual, trocando suas varas ao som de cada palma.
- Ao final da brincadeira é recomendada uma roda em grupo para a partilha das experiências individuais e coletivas.

### Avaliação

- Os jovens conseguiram sincronizar a movimentação corporal e mental ao receber e passar as varas aos colegas?
- Foi possível o desenvolvimento de uma competição que permitiu o estabelecimento de respeito e empatia?



# VENDA DE UM PRODUTO INUSITADO

Nesta prática divertida e criativa os jovens terão a oportunidade de vender aos seus colegas, produtos nada comuns.

## Objetivos

- Ler - Identificar as possibilidades de representação oral de um produto inusitado.
- Escrever - Registrar os possíveis usos para um produto aparentemente inútil.
- Falar - Narrar, como um vendedor ou artista, histórias que convençam compradores fictícios de que o que se vende vale a pena comprar.
- Resolver problemas - Organizar comunicação do corpo e oral para a venda dos produtos inusitados.



## Conteúdo

Improviso

## Materiais necessários

Produtos aparentemente inúteis, como uma tampa de caneta ou de garrafa

## Tempo aproximado

60min

## Locais possíveis

Quintal Espaçoso, Sala de Aula, Sede Comunitária



### Professoras (es)

Acompanhe os jovens na criação dos usos para os seus produtos, estabelecendo formas atraentes e divertidas para as vendas. Para o caso de alunos (as) mais tímidos (a) garanta o estabelecimento de duplas.



### Ideias

Varie esta brincadeira, ao invés de você encontrar e distribuir os elementos, proponha uma rodada onde os jovens os encontram e os distribuem entre si.

### Instruções

- A primeira ação desta prática é entregar aos jovens elementos inusitados, tais como: um lado de sandália, uma casca de bombom, uma folha seca, uma tampa de caneta, uma embalagem de bolacha, etc.
- Distribuídos individualmente ou por pares, os jovens terão que determinar usos para estes elementos, que deverão ser tratados como produtos com seus devidos valores. Oriente para que listem os usos e também o preço de cada produto.
- Os jovens então irão um a um (ou dupla a dupla) apresentar oralmente aos seus colegas, tal qual um vendedor ou artista, os motivos pelos quais eles deveriam comprar aquilo que vendem. Dê entre 1 a 3 minutos para cada sessão.
- Na sequência, reúna todos os jovens em roda para uma partilha das experiências que cada um viveu durante a prática.

### Avaliação

- Os jovens compreenderam a importância de articular e sincronizar a comunicação oral e corporal durante a venda de uma história?
- Os jovens demonstraram capacidade de improviso sob uma situação de exposição?



# QUINTAL IMAGINADO



Nesta prática grupos de jovens atravessam quintais imaginados, improvisando uma travessia de acordo com cada situação.

### Objetivos

- Ler - Perceber traços de um espaço imaginado que guie comportamentos expressos.
- Escrever - Exercitar em partituras corporais, respostas às condições imaginadas do quintal.
- Falar - Demonstrar através de sons as respostas às condições de cada quintal e compartilhar com os colegas as experiências vivenciadas durante a prática.
- Resolver problemas - Articular expressões orais, faciais e corporais para a plena demonstração de comportamento a cada situação proposta.

### Conteúdos

Improviso e expressão corporal

### Tempo aproximado

60min

### Locais possíveis

Quintal Espaçoso,  
Campo de futebol,  
Sede da Comunidade



### Professoras (es)

Para integrar ainda mais todos os jovens, deixe que a cena imaginada para um grupo seja escolhida pelos outros. Estimule os (as) alunos (as) mais tímidos (as) a ter confiança com a presença de seus colegas.



### Ideias

Varie esta brincadeira, proponho um desafio onde, ao invés de grupos, os improvisos ocorrerão por indivíduos. Você também pode sortear as cenas juntos aos jovens.

### Instruções

- Peça aos jovens que formem grupos, ou os estabeleça a fim de proporcionar aproximações.
- Determine com os jovens uma passarela (4 metros de largura, 6 de comprimento), marcando os limites com sandálias ou através de linhas no próprio chão.
- A ideia do jogo é imaginar que a passarela viverá e se transformará em diferentes situações: pegará fogo, terá blocos de gelo, haverá muitas vespas (ou cabas), terão pedaços de vidro, estará alagada, terão piranhas ou arraias, etc.
- Em cada situação, os grupos irão passar respondendo às situações imaginadas.
- Após a prática, recomenda-se uma roda para a partilha das cenas vividas individual e coletivamente.

### Avaliação

- Os jovens demonstraram individualmente expressões integradas (oral, facial e corporal)?
- Os jovens demonstraram coletivamente expressões integradas?
- Os jovens perceberam as possibilidades de expressão a partir do improviso e união de suas diferentes linguagens?





# UMA PALAVRA, VÁRIOS SENTIMENTOS

Nesta prática os jovens falam a mesma palavra inspirados e expressando diferentes sentimentos ou estados físicos.

### Objetivos

- Ler - Identificar as rotas interpretativas de sentimentos possíveis a partir de uma palavra.
- Escrever - Exercitar os diferentes usos de uma mesma palavra.
- Falar - Narrar, sob diferentes estados emocionais e físicos, uma palavra e suas variações orais.
- Resolver problemas - Encontrar diferentes tons interpretativos para a expressão de uma palavra.



### Conteúdos

Improviso e interpretação

### Tempo aproximado

60min

### Locais possíveis

Quintal Espaço, Campo de futebol, Sala de Aula, Sede Comunitária



### Professoras (es)

Preparar uma lista com estados emocionais e físicos possíveis lhe ajudará na condução da aula.



### Ideias

Você também pode propor que grupos realizem a interpretação, em caso de grupos maiores, ou mesmo, que os próprios jovens decidam, a partir de uma lista, o que os colegas irão interpretar. É importante garantir que todos tenham um tempo igual para exercício teatral.

### Instruções

- Em roda, o (a) professor (a) irá propor uma palavra habitual dos jovens, mas que soe engraçada quando fora de contexto, por exemplo: bodó.
- A prática consiste em, um por vez ao longo da roda, os jovens irem pronunciando as palavras sob diferentes sentimentos ou estados físicos, por exemplo: amor, raiva, medo, fome, inveja, sono, terror, felicidade, dúvida, etc.. Proponha sentimentos diferentes para cada jovem.
- É essencial que ao fim da prática, os jovens possam compartilhar as experiências interpretativas vivenciadas.

### Avaliação

- Os jovens compreenderam o leque de interpretações possíveis a partir de uma única palavra ou contexto?
- Os jovens realizaram a conexão entre linguagem fácil, corporal e oral?
- Os jovens puderam perceber os sentimentos ou estados físicos que mais se aproximaram e também os que mais foram difíceis de interpretar?



## VITRINE

Nesta prática um grupo menor fica de frente a um grupo maior, que lhes observa através dos detalhes guiados.

### Objetivos

- Ler - Identificar os traços físicos dos colegas e reconhecer os próprios.
- Falar - Estabelecer o contato visual e demarcar a presença frente a um público, ainda que de forma muda.
- Resolver problemas - Reconhecer e confrontar a timidez em si e no outro, permitindo o contato visual entre ambos.



### Conteúdos

Desinibição e memória visual

### Tempo aproximado

60min

### Locais possíveis

Quintal Espaçoso,  
Campo de futebol,  
Sala de Aula, Sede  
Comunitária



### Professoras (es)

Garanta a vivência sensível ao chamar a atenção para detalhes que possam despertar qualquer desconforto mais profundo nos jovens. Opte por traços mais usuais, como roupa, cabelo, sandália, etc.



### Ideias

Após executar esta prática na modalidade de grupos, experimente um formato de vitrine individual.

### Instruções

- Se posicione em pé e de frente para os jovens, e peça que se sentem, forando grupos de 5 pessoas (ou você mesmo os estabeleça a fim de possibilitar aproximações).
- De um em um, cada grupo ficará em fila, lado-a-lado, de frente para o grupo maior.
- A ideia é que o grupo maior e o menor se olhem frente-a-frente.
- Você irá, durante uns 5 minutos, apresentar detalhes físicos das pessoas do grupo menor ao grupo maior, através de comando como: “Agora todos olham para os pés”, depois para a roupa, cabelos, olhos, etc.
- Entre cada comando, cause uma pequena dispersão do grupo maior, solicitando deste que alguém dali conte, por exemplo, quantas pessoas estão vestidas de vermelho no espaço ou quantos estão calçados. A ideia é que todos se concentrem por etapas, tanto os que observam os seus colegas, quanto os observados.
- É imprescindível que haja, ao final de todos os grupos, uma grande roda para que os jovens compartilhem o que sentiram ao irem até a frente.

### Avaliação

- Os jovens conseguiram sustentar uma exibição para todo o grupo?
- Os jovens conseguiram conectar a prática à exibição de uma peça teatral, onde cada detalhe de quem sobe ao palco é olhado pela plateia?



# SENTIMENTO MUDO EM GRUPO

Um grupo recebe um sentimento ou estado físico e o interpreta sem som ou rosto para o grupo maior, que tem o desafio de identificar.

## Objetivos

- Ler - Perceber, através de movimentos corporais, determinados sentimentos ou estados físicos
- Falar - Sem o uso do rosto ou voz, expressar através das pernas um determinado sentimento ou estado físico.
- Resolver problemas - Compor movimentos somente com as pernas, que demonstrem um estado emocional ou físico.



## Conteúdos

Expressão corporal

## Materiais necessários

1 lençol ou toalha

## Tempo aproximado

60min

## Locais possíveis

Quintal Espaçoso,  
Campo de futebol,  
Sala de Aula, Sede  
Comunitária



### Professoras (es)

Caso a interpretação não seja decifrada pelo grupo maior, ou troque o sentimento/estado físico ou substitua o jovem do centro por algum das pontas. Não permita que a sombra dos jovens por trás do tecido esteja visível ao grupo maior.

### Instruções:

- Após grupos de até 3 participantes serem formados, fale para cada grupo o sentimento ou estado físico que irão interpretar.
- A dinâmica é a seguinte: 2 participantes seguram a toalha ou lençol (um de cada lado, enquanto, atrás do tecido, um dos participantes fica apenas com suas duas pernas expostas ao grupo).
- Após sinalizado, a (o) intérprete terá 1 minuto para interpretar, apenas com suas pernas, por exemplo: fome, amor, raiva, felicidade, sono, tristeza, etc.
- Ganha o grupo que, após 1 minuto, falar primeiro qual foi o sentimento ou estado físico interpretado. É importante combinar e garantir que, em até 1 minuto, nenhum grupo ou pessoa se manifeste. Desta forma, a interpretação será melhor vivenciada por todos.



### Ideias

Você pode variar estar brincadeira, propondo que somente os braços, pés, mãos ou mesmo sombras dos jovens estejam visíveis no momento da interpretação.

### Avaliação

- Impossibilitados de exibir o rosto e a voz, os jovens conseguiram interpretar, utilizando a memória do corpo, sentimentos e estados físicos utilizando somente as pernas?
- Foi reconhecido pelos jovens que mesmo partes isoladas do corpo tem potências em comunicação ao outro?





## SIGA UMA HISTÓRIA



Um pequeno grupo ao centro conta uma história jamais contada, a partir de costuras dos pedaços de enredo que cada pessoa criar.

### Objetivos

- Ler - Identificar as possibilidades narrativas de uma história que surgir espontaneamente.
- Escrever - Registrar as falas dos colegas e adicionar enredos possíveis.
- Falar - Criar e narrar trechos que somam a uma história coletiva.
- Resolver problemas - Improvisar individualmente em uma narrativa coletiva.

### Conteúdos

Improvisação, enredo e expressão oral

### Tempo aproximado

60min

### Locais possíveis

Sala de Aula, Sede Comunitária, Quintal Espaço



### Professoras (es)

Não predetermine um tempo por grupo, permita a criação e desenrolar de história. Alguns grupos terão naturalmente maior dificuldade que outros. Uma dica é misturar jovens mais expansivos com os mais tímidos.



### Ideias

Histórias de adrenalina, onde jacarés ou cobras grandes aparecem, costumam render enredos bem divertidos. Os estimulem a narrar a partir de uma situação do dia-a-dia, como uma ida à pesca, caça ou roça.

### Instruções

- Agrupe os jovens em uma grande roda. Peça que formem grupos de até 5 participantes ou os estabeleça.
- Você pode nomear grupos utilizando palavras de bichos para despertar descontração, como Tamoatá, Preguiça, Mucumim, Tracajá (ou pedir que os grupos deem os seus próprios nomes).
- De um a um, cada grupo se posicionará no centro da grande roda e ali, a partir do disparo de uma história, a ser feito por um membro do grupo, todos os outros terão como missão completar a história inacabada do colega.
- Não importa o sentido da pequena roda, basta que todos falem.
- Ao perceber que um dos colegas fica mais tempo contando uma história, combine que ao bater duas palmas, a fala deverá passar para o colega do lado, e assim por diante.
- Deverão ser evitados momentos de silêncio, a fim de garantir a dinâmica de improviso e diversão desta prática.

### Avaliação

- Os jovens improvisaram histórias, somando trechos seus ao narrado em grupo?
- Foi possível estabelecer uma conexão entre a prática e os momentos onde se esquece o texto em cima do palco, durante uma peça teatral?



## HORA DA CENA

Nessa prática final os jovens são desafiados a criarem cenas habituais de sua comunidade, apresentando todos os elementos de uma história teatral, tais como: enredo, personagens, objetos de cena, cenários e figurinos.

### Objetivos

- Ler - Identificar em seu cotidiano práticas que podem ser transformadas em uma história teatral curta.
- Escrever - Construir coletivamente um pequeno enredo e plano para sua execução.
- Falar - Narrar oral e corporalmente as cenas que compõem a dramaturgia criada pelo grupo.
- Resolver problemas - Criar, dirigir e executar uma pequena dramaturgia



### Conteúdos

Dramaturgia (peça) e interpretação

### Tempo aproximado

120min

### Locais possíveis

Quintal Espaçoso,  
Sala de Aula, Sede  
Comunitária



### Professoras (es)

Convide os comunitários ou pessoas que estejam próximas para assistirem as peças dos jovens. Os acompanhe e estimule para que criem de forma rica as suas histórias.



### Ideias

Se for possível, grave com celular as apresentações para futura exibição para os jovens, utilizando o registro como material didático para aperfeiçoamento do próprio grupo.

### Instruções

- O objetivo desta prática é a criação de uma pequena dramaturgia, ou peça teatral, pelos jovens, que possua o enredo e todos os elementos visuais para sua realização, tais como: cenário, objetos de cena e figurino.
- Um total de 5 grupos poderão ser formados, cada um receberá um dos seguintes temas de histórias: escola, roça, velório, pesca e parto.
- Combine que cada grupo terá 60 minutos para a criação da história e organização dos materiais a serem utilizados. Depois combine que cada grupo terá 10 minutos para a apresentação de suas criações.
- Os outros grupos tornam-se plateia enquanto cada grupo se apresenta.

### Avaliação

- Os jovens criaram histórias de acordo com cada tema proposto?
- As histórias foram contadas com o uso dos elementos visuais como cenário e figurinos?
- Todos os grupos agiram de forma coletiva na construção de sua peça?









## Contato

Manaus / Amazonas

Rua Álvaro Braga, 351 Parque 10 I CEP 69.055-660  
(92) 4009-8900 / 0800 722-6459

 [fas-amazonia.org](http://fas-amazonia.org)  [fas@fas-amazonia.org](mailto:fas@fas-amazonia.org)

   /fasamazonia

1ª edição - 2021

**IAAMAR**  
Instituto Alair Martins

2ª edição - 2025

 **MOVIMENTO  
BEM MAIOR**

 **BNDES**