



**PLANO INCLUSIVO DE FORMAÇÃO EM TEATRO**  
dirigido a actores amadores | orientado por **FRANCISCO BRAZ**  
8 e 9 de Outubro | Teatro Faialense

PROGRAMA POR MÓDULOS

**MÓDULO 1 - Treino Básico de Actor**

1. Exercícios de conhecimento
2. Treino de aquecimento e preparação do corpo
3. Jogos de grupo – dinâmicas e estabelecimento de sinergias para o desenvolvimento do trabalho de grupo
4. Desbloqueio do sistema criativo e estimulação da imaginação
5. Confiança e auto conhecimento
6. Didácticas e orientações espaciais
7. Breve historia do teatro enquanto veículo de aproximação
8. Novas dinâmicas de abordagem do teatro amador
9. Modelos de abordagem do teatro enquanto veículo de transformação social
10. Teatro social. A importância do teatro no meio associativo

**MÓDULO 2 – O Personagem**

1. Aquecimentos
2. Formas de abordar o personagem no contexto individual e colectivo
3. O método
4. Correntes teatrais diversas
5. A escola, a disciplina e o método
6. A emoção no contexto do personagem
7. Visionamento de métodos e formas de abordagem
8. Exercícios de estilo
9. Distanciação, interioridade e gestualidade
10. O meu corpo noutro contexto (comportamentos)

### **MÓDULO 3 – A Voz**

1. Aquecimentos
2. Mecanismo de produção da voz
3. Respiração abdominal
4. Pausas e respirações
5. Saber ouvir, saber imitar, colocações de voz e formas adequadas de respirar em todos os contextos
6. Emissão, volume e intensidade
7. Emoção na voz

### **MÓDULO 4 – O Corpo**

1. Aquecimento
2. Relaxamentos e contracções
3. O corpo como objecto criativo
4. Gestualidade
5. Posicionamentos
6. Características corporais
7. Posturas
8. Eu e o meu corpo

### **MÓDULO 5 – O Teatro**

1. Geografia de Palco
2. A quarta Parede
3. Marcação e notação de movimento
4. Bastidores
5. Técnica e mecânica de palco
6. Luzes, sonoplastia e adereços
7. Cenografia
8. Figurinos. (breve história do traje)
9. A pintura iconográfica e a sua relação com a cenografia
10. O espectáculo

**Programa provisório de acordo com as necessidades e expectativas do público-alvo.**

**Pretende-se com esta formação criar ferramentas para um bom desempenho e conhecimento genérico ao nível do actor amador ou de um estudante de teatro.**

**Este programa servirá também de suporte à realização de um espectáculo teatral.**