

COLEÇÃO DFP
competências humanizadas

A COR QUE EU MAIS GOSTO É O COR-DE-ROSA 'ASSIM, ASSIM'

EXPRESSÃO DRAMÁTICA
PEDAGOGIA
EXERCÍCIOS

ISABEL ANDREA



edições ispa

**A COR QUE EU MAIS GOSTO
É O COR DE ROSA “ASSIM ASSIM”**

EXPRESSÃO DRAMÁTICA
PEDAGOGIA
EXERCÍCIOS

A COR QUE EU MAIS GOSTO É O COR DE ROSA “ASSIM ASSIM”

ISABEL ANDREA

© ISPA-CRL

RUA JARDIM DO TABACO, 34, 1149-041 LISBOA

COMPOSIÇÃO: ISPA – INSTITUTO UNIVERSITÁRIO

ISBN: 972-989-8384-75-1

ISABEL ANDREA

**A COR QUE EU MAIS GOSTO
É O COR DE ROSA “ASSIM ASSIM”**

EXPRESSÃO DRAMÁTICA
PEDAGOGIA
EXERCÍCIOS

ISPA

L i s b o a

Í N D I C E

INTRODUÇÃO	7
1ª PARTE – CONCEITOS TEÓRICOS	7
Fundamentação	7
Características das actividades de expressão dramática	8
Em síntese	10
2ª PARTE – CONTEXTOS	11
Exercícios	11
Metodologia dos exercícios	11
Exercício nº 1 – Caricaturas	11
Exercício nº 2 – Encontrar o seu lugar	13
Exercício nº 3 – Tecidinhos às cores	15
Exercício nº 4 – Os dói-dóis	17
Exercício nº 5 – As máscaras	19
Exercício nº 6 – O bolo	21
Exercício nº 7 – A laranja	23
Exercício nº 8 – As sombras	26
Exercício nº 9 – O feiticeiro	28
Exercício nº 10 – O jardim fantástico	31
Exercício nº 11 – As lengalengas	33
Exercício nº 12 – A ilha	34
Exercício nº 13 – As cores	36
Exercício nº 14 – As mãos	38

Exercício nº 15 – Os pés	40
Exercício nº 16 – Brincar com balões	42
Exercício nº 17 – O castelo do gigante	44
Exercício nº 18 – O corpo e a figura	45
3ª PARTE – CONCLUSÕES	47
BIBLIOGRAFIA	49

INTRODUÇÃO

Eu sonho com cores
E as cores dos meus
 Sonhos têm formas
Que eu nem sei explicar bem.
E têm palavras e sons
Que eu já esqueci.
 As formas das cores dos meus
 Sonhos às vezes são bonitas...
Outras nem as sei
 Explicar.

Isabel Andrea (A COR QUE EU MAIS GOSTO É O COR DE ROSA ASSIM, ASSIM), frase da Sofia 4 anos, publicada na brochura com o mesmo nome pela Fundação Calouste Gulbenkian em 1985.

PRIMEIRA PARTE – CONCEITOS TEÓRICOS

Fundamentação

Este trabalho fundamenta-se principalmente nos conceitos e práticas pedagógicas da Professora Doutora Gisèle Barret da Universidade de Laval, no Quebec.

Trata-se de um conceito integrador das linguagens artísticas e expressivas que tem como base as expressões:

- Corporal
- Musical
- Plástica
- Verbal (oral e escrita)

Este conceito de Expressão Dramática implica práticas que valorizam simultaneamente o desenvolvimento progressivo:

- Do conhecimento físico e psicológico de si próprio (corpo e identidade)
- O reconhecimento físico e psicológico do outro
- A variedade de relações psicológicas possíveis de estabelecer a nível pessoal e social
- A diversidade de utilização de estímulos e a confrontação das respostas dadas
- Tomada de consciência de diferentes níveis de sentir, pensar e agir
- Desenvolvimento da sensibilidade estética crítica e da resposta criativa

Constitui um manual de Exercícios Pedagógicos, de Expressão Dramática, utilizados na acção de formação “As Expressões na Evolução da Prática da Psicologia”, destinados à faixa etária que o próprio profissional achar mais adequado às situações e necessidades educativas que se lhe depararem.

Dirige-se também, a todos os que trabalham e se empenham na educação e no desenvolvimento harmonioso de todo o ser humano. A metodologia proposta é a de que cada atelier seja desenvolvido à volta de um tema e que o avanço de cada um esteja em conformidade com o processo criativo: capacidade de sentir, interpretar e agir.

Por sua vez torna-se importante que o fio condutor de todas estas actividades, seja trabalhar o corpo em termos de comunicação e de expressão, dividindo assim o objectivo das sessões em três categorias:

- Corpo/Espaço
- Corpo/Objecto
- Corpo/Palavra

Características das actividades de expressão dramática

Convém esclarecer que Expressão Dramática não é Arte Dramática, podendo a sua prática conduzir, ou não, ao Teatro, mas reforçando a Expressão Comunicação que se torna muito importante em todas as idades.

A Arte Dramática tem códigos e tempos próprios que se aprendem, sendo portanto uma expressão codificada. A Expressão Dramática ao contrário é uma expressão não-codificada, o que torna também a sua aplicação bastante rigorosa e elaborada com critérios específicos. Segue três grandes linhas:

1ª Linha

- Como instrumento de auto educação
- Autonomia
- Capacidade de resolução da relação com os outros

2ª Linha

- Como meio de facilitação da aprendizagem escolar
- Aprendizagem de concentração
- Actuação sobre os sentidos (o mexer, o moldar, cheirar, ver, ouvir)
- Actuação sobre os comportamentos lúdicos (brincar, jogar)

3ª Linha

- Como sensibilização da vida estética e artística
- Na perspectiva para uma aprendizagem da arte ou da participação na vida artística
- Desenvolvimento da pessoa na vida artística e sua preparação como futuro público, consciente e crítico

Assim deverá

- Possuir uma intervenção a nível de objectivos
- Orientar-se por critérios de imprevisibilidade
- Não ter um estatuto predominante
- Não ser medido por bitolas rígidas

Deverá incluir

- Educação pelo movimento
- Educação do movimento
- Educação através da Arte

O trabalho do corpo pode e tem de ser um objectivo para atingir pontos determinantes e determinados.

Deverá essencialmente ter uma metodologia que permita a sua devida interiorização, através de experimentações consecutivas.

Como opção fundamental deverão todos os seus contornos conduzir ao equilíbrio e à estruturação do indivíduo. A prática da expressão dramática é um complemento à formação pessoal, o que permite o desenvolvimento global de cada um e lhe proporciona afirmar-se na sua realidade, através da experimentação dos comportamentos, motores, afectivos e intelectuais assim como desenvolver novas formas de se relacionar com o outro e desta forma adaptar-se melhor ao meio em que vive, permitindo a transformação dos comportamentos e atitudes.

Tudo começa quando o indivíduo, ainda em criança, está mais dependente da percepção sensorial e reage aos estímulos visuais, auditivos e tácteis. Desde os seus primeiros dias de vida a criança olha, aponta, produz sons, agarra, toca e sente quando explora o meio que a rodeia. Ao fazer marcas, a coordenação da mão e da visão estabelece-se.

Esta busca inicial do significado e da identidade é o começo da sua interpretação e da sua explicação e, finalmente, da sua compreensão do mundo. O desenvolvimento cognitivo está dependente da capacidade simbólica que a criança tem para interpretar as imagens e as experiências, e adquirir o vocabulário apropriado e as competências linguísticas associadas.

Do mesmo modo ao tornarem-se receptivos às experiências artísticas e à apreciação da arte, os indivíduos devem ser encorajadas a expressar e desenvolver as suas próprias aptidões e transmitir os seus critérios imaginativos sobre aspectos cada vez mais diversificados que podem fazer parte da vida quotidiana ou das aprendizagens.

A situação de aprendizagem é uma situação permanente. O pedagogo consciente deve procurar estimular e explorar este processo de continuidade. A expressão dramática vai neste plano, prestar-lhe serviços inestimáveis:

- Transformando o acto de aprender numa experiência viva e integrada na qual a criança não dissocia o que ela é do que há-de vir a ser
- Estabelecendo relações entre o real e o imaginário desenvolvendo processos de exploração criativa de si, dos outros e do mundo, servindo-se dos recursos de ordem psíquica, emotiva e intelectual, possuindo como elementos principais: a Consciência, o Movimento e a Expressão Oral

Em síntese

Este manual tem por objectivo focar a importância da Expressão Dramática como Globalização das outras Expressões, através de um programa que visa:

- Desenvolvimento e exploração das capacidades expressivas, gestuais, corporais e vocais
- Desenvolvimento e exploração das capacidades intelectuais: Observação, memória, percepção, estímulos físicos, concentração e imaginação
- Desenvolvimento da criatividade
- Desenvolvimento das motivações
- Desenvolvimento do sentido crítico

Pretende

- Oferecer tanto aos profissionais de diferentes categorias, como aos educandos uma documentação escrita sobre algumas actividades que poderão ser proporcionados em sessões específicas.
- Contribuir para a transformação de comportamentos e atitudes dos profissionais que frequentam este curso de modo a que a expressão dramática tanto nos aspectos globais como específicos possa ocupar o seu lugar no desenvolvimento social e cultural.
- Em afirmar que o jogo dramático permite uma interferência e permanência constante, do espírito e do corpo formando assim um conjunto, onde as emoções estão intimamente ligadas às sensações físicas.
- Promover o desenvolvimento harmonioso e global, que ajude a compreender as diferenças culturais e a importância das relações pessoais e sociais.

SEGUNDA PARTE – CONTEXTOS

Nesta segunda parte, torna-se importante dar a perceber a atenção a dispensar a algumas realidades educativas e culturais que se podem tornar numa boa ocasião de escolha para o desenvolvimento das possibilidades da linguagem expressiva, possuindo os próprios exercícios uma evolução de trabalho diferenciado para cada situação. Assim a caminhada para o desenvolvimento evolutivo poderá ter etapas que aqui serão propostas na diversidade de metodologias apresentadas nas próprias situações, e que se alternam com a relação com o meio envolvente, com os acontecimentos específicos anuais, com a articulação de interesses culturais e com a relação directa de enquadramento interligada com situações específicas.

Exercícios

Metodologia dos exercícios

Nos exercícios aqui exemplificados a metodologia usada dividiu-se em três tempos essenciais:

- Acção
- Expressão/comunicação
- Retroacção

Exercício nº 1 – Caricaturas

Objectivos específicos

- Apresentação dos elementos de um grupo
- Criação de um ambiente desinibitório através de uma dinâmica de grupo experimental, activa, lúdica, motivadora, alegre e descontraída
- Vai funcionar como elemento de motivação global para o curso

Material

- Folhas de papel A₃
- Canetas de feltro pretas ou esferográficas
- Fita-cola

Música

- Alegros e Andantes

Acção

- Conversa sobre o que pensam que vão fazer
- Colocar uma folha de papel A₃ em frente de cada pessoa, que deverá estar sentada em roda no chão e pedir-lhes que escrevam o nome no canto direito da folha
- A 2ª fase constitui em apresentarem-se com o papel diante de si
- Fazem o contorno do seu próprio rosto
- Depois espalham as folhas no chão, separadas umas das outras
- Com música posta, passeiam-se entre as folhas
- O monitor pára a música e os participantes param e ficam em frente dum papel que não seja o seu
- Tentam conhecer a pessoa a quem pertence o papel em que pararam
- Outra vez com música circulam de novo entre as folhas
- À paragem da música, param junto da folha que estiver perto e acrescentam-lhe o que o monitor pedir
- E assim sucessivamente até chegarem ao final da cara

Expressão/comunicação

Concluídas as caricaturas vão expô-las numa parede, de uma forma artística e expressiva, a fim de que visualmente seja uma exposição apelativa.

Seguidamente, constituem pares, em que um possui uma visão normal e outro é cego; cada um que pode ver guia o outro até junto de uma caricatura, faz a descrição pormenorizada da mesma e o outro tenta adivinhar a quem pertence. Correm assim a sala e passam por todos os quadros expostos.

No final da volta, sentam-se junto aos quadros ou seguram-nos na mão, olham e tentam ver se encontram parecenças consigo, tendo em consideração que foi construída em grupo e que interessa a expressão e não a qualidade técnica do desenho. A seguir o grupo dirá o que acha e se estão ou não parecidos.

Reflexão/retroacção

Reflectir sobre o resultado final, e tentar observar se no todo geral a maioria tem realmente a expressão de cada um. Frisar que não é retrato mas sim caricatura, não interessa se não tem o nariz igual ou os olhos maiores ou menores, interessa o todo. Lembrar que foi executado por um grupo sem a mínima preocupação artística, mas sim a da descontração e diversão. Acentuar o valor das expressões, de como funcionam e a sua importância. Falar também de como criar a dinâmica para um grupo se conhecer sem artefactos.

Variante

- Dividem-se em dois grupos, metade fica perto dos seus quadros
- A outra metade aprecia o que cada quadro lhe parece

Articulações interdisciplinares

- Artes Plásticas
- Desenvolvimento da Língua Portuguesa falada

Exercício nº 2 – Encontrar o seu lugar

Objectivos específicos

- Permitir aos participantes, em acção, poderem ficar a conhecer-se
- Tomada de conhecimento imediato dos diferentes meios de expressão utilizados na Expressão Dramática

Material

- Nenhum

Música

- Alegre mas calma

Decoração do local

- Espaço vazio. Ao centro mobiliário da sala, repartido à volta do local

Acção

- No início e com a finalidade de acalmar o grupo, deitar em círculo e de olhos fechados respirar fundo
- Individualmente, tomar diferentes lugares
- Um lugar para se esconder... Um lugar para se mostrar
- Um lugar importante... Um lugar ao lado, de alguém ou de algum objecto
- Um lugar ao centro... Um lugar para dois
- Um lugar essencial... Um lugar ao sol... Um lugar à sombra
- Um lugar de menina... Um lugar de rapaz... Um lugar confortável... Um lugar tranquilo...
- Um lugar num banco público... Um lugar à beira-mar

Explorar diversos andamentos

- Andar rapidamente... e lentamente
- Andar como se estivesse num campo... na água... na lama... no ar... na classe... na rua...
- Andar como uma pessoa tímida... destemida... fraca... nervosa
- Andar docemente, com ligeireza, em segredo (parar em posição fixa, depois retomar o andamento)

- Andar lentamente olhando para a ponta dos pés... para a curva dos cotovelos... para os joelhos... para os ombros... etc.

Sentados no chão explorar em conjunto diferentes atmosferas sonoras, fechando os olhos: Os sons que pudemos escutar

- Na floresta. No Verão
- À beira-mar no Outono...
- No mercado, sábado de manhã
- Na rua... durante o dia
- Numa fábrica onde se fabricam pequenos objectos de metal

Expressão/comunicação

Continuar a acção com diversas deslocações lentas: cumprimentar os outros com o corpo... com um joelho... com um pé... com a cabeça... com um dedinho.

Fazer o mesmo com ar simpático e com ar antipático.

Dizer uma palavra como se fosse um segredo... dizê-la em sílabas separadas... Dizê-la em voz alta... cantá-la... dizê-la com gestos... gritá-la... dizê-la normalmente (Proporcionar uma troca colectiva dos nomes entre as crianças. Sentarem-se em círculo. Incentivar as crianças a dizerem cada uma por sua vez o seu nome, utilizando três entoações diferentes (três formas diferentes). Logo que uma criança termine, os outros, em eco e em conjunto experimentam repetir as três entoações...

Discussão e partilha colectiva do que se passou no exercício.

Dois a dois.

Decidir quem é o nº 1 e quem é o nº 2.

Os nºs 1 ficam ao centro, de pé, olhos fechados.

Os nºs 2 vão transformar os diversos nºs 1 em estátuas ou esculturas fazendo-os adoptar uma posição fixa, o nº 2 segreda ao nº 1 aquilo em que este se vai transformar, depois vai ter com o outro 1 e assim seguidamente trocam, juntando uma música baixinho e dizendo ao grupo para andarem devagarinho e em silêncio.

Trocam impressões dois a dois sobre o exercício.

Formam grupos de quatro.

Determina-se quem são o 1,2,3 e 4. Em silêncio, o 1 vai colocar os outros três números em posições fixas para obterem uma foto, depois vai-se juntar ao grupo para completar a foto. Depois o nº 2 fará o mesmo. E assim sucessivamente.

Retroacção

Pede-se aos participantes que se coloquem numa posição que corresponda à sua atitude face ou fora desta sessão. O que é que vos pareceu mais divertido? E mais sério? O que é que vos pareceu mais fácil? E mais difícil? E porquê?

Dar realce, para que entendam bem, as dimensões verbais e não verbais exploradas no jogo dramático.

Variantes

Exercício não verbal

- Um grupo de pessoas assiste a um jogo de *football* na televisão
- Um grupo de crianças num jardim infantil
- Pessoas a celebrarem uma festa de aniversário
- Uma foto de família ou uma foto de equipa desportiva (o indivíduo que posiciona o grupo deve escolher o desporto)
- Mandar os componentes do grupo colocarem-se numa pose que possa corresponder a uma foto da classe daquelas que se fazem no final de cada ano lectivo

Todos concentrados, acrescentar som.

Interdisciplinaridade

- Matemática
- Geografia
- Ciências da Natureza
- Expressão musical

Exercício nº 3 – Tecidinhos às cores

Objectivos específicos

- Tomada de consciência do meio ambiente físico
- Desenvolvimento da memória afectiva
- Exploração sensorial

Introdução

Pode ser iniciado introduzindo uma pequena história:

Era uma vez uns bocadinhos de tecidos do mesmo tamanho, e de muitas cores que sabem dançar, voar e transformar-se. Ao rodopiarem no ar, deslocam-se e transformam-se em envelope, flor ou esfregão.

Colocam-se no corpo... fazendo um chapéu, um lenço, uma meia... ou mesmo um fantoche.

Material

- 1 tecido de 40 x 40 cm (aproximadamente, por participante)
- 4 ou 5 elásticos por participante

Os tecidinhos moles têm a vantagem de se transformarem facilmente e de serem recuperáveis para outros ateliers. Antes da chegada das crianças, o animador pode dispor os tecidos no chão com intervalos entre si e formando um chão cheio de cores e alegria.

Música

- Suave

Integração

Exploração sensorial dos tecidos

Os participantes começam por se passear entre os tecidos dispostos no chão, ao som de música.

Quando o animador diminuir a intensidade, todo o grupo circula a um nível baixo observando as cores dos tecidos.

A um sinal do animador param junto da cor que preferem ou daquela que estiver mais perto e ficam com esse tecidinho.

- Na mão observam-no bem, a cor, a forma, a textura
- Sentados no chão, vão-lhe mudando a forma
- Cada um passa o tecido pelo seu próprio corpo, fixa-o em diversos pontos
- Depois coloca o tecido de duas maneiras diferentes, debaixo dele, por cima dele
- Colocar o tecido à frente, atrás, à esquerda, à direita
- Esconder partes do corpo com o tecido, uma mão, o pescoço, uma orelha, e o joelho... os dois pés... um ombro, uma mão, etc.
- A dois, sem falar, transformar o tecido
- Em seguida dizer aos outros naquilo em que ele se tornou

Expressão/comunicação

Descanso (com música suave).

- Colocam-se dois a dois, o nº 1 estende-se no chão, com os olhos fechados, enquanto o nº 2 se serve do seu tecido como se ele fosse um vento levezinho que se passeia no corpo do outro participante. Trocar os papéis
- Troca verbal a dois sobre a sequência

Fabricação do fantoche

Convidar cada participante do grupo a tapar a mão que mais utiliza com a sua flanela. Seguidamente o animador distribui quatro ou cinco elásticos a cada um, fazendo-lhe a proposta de transformar o tecido numa pessoa, animal ou objecto (isto colocando os elásticos, por exemplo, um a isolar alguns dedos como o indicador o polegar e o anelar).

O jogo do espelho

- Voltam a estar dois a dois. Um dos elementos anima o seu fantoche e fá-lo mexer lentamente. O outro deixa o seu fantoche de lado e torna-se espelho do fantoche do seu parceiro; segue e reproduz todos os movimentos que vê

No mesmo local, as equipas vão à procura de um lugar para os seus fantoches representarem uma história que depois vão apresentando grupo a grupo.

Reflexão/retroacção

De que tratou o exercício? Focar que se deu início simples à construção e representação de um fantoche.

Como se sentiram diante de um espelho?

Quem prefere fazer o movimento inicial e quem prefere ser espelho? E depois mostrar onde estão as dificuldades.

Exercício nº 4 – Os dói-dóis

Objectivos específicos

- Observação de cada individuo, sobre o ponto de vista das suas preocupações corporais
- Ter sempre presente que o toque, a massagem ou o cuidado de um colega significará um sinal de aceitação, “Se alguém trata de mim é porque me aceita”
- Preparação para acções cívicas e de solidariedade
- Motivação para comportamentos afectivos

Introdução

De forma geral é mais indicado para crianças pequeninas.

Acontece muito as crianças aparecerem chorosas porque fizeram uma esfoladela... Quero um penso... Chora um pouco, mas mal o penso aparece é motivo de orgulho e de chamada de atenção. Este é um atelier muito importante para as crianças pequeninas pois sobre isto, eles têm sempre qualquer coisa a dizer a propósito. É ideal para o início de um ano lectivo ou de um programa de sessões, porque mesmo os mais tímidos quase sempre se exprimem e encontram afinidades. Depois de terem trocado as suas experiências pessoais, as crianças devem ser convidadas a pôr em movimento diferentes partes do seu corpo. Primeiro isoladamente, depois, umas em relação às outras.

Em seguida exprimem emoções com as partes do corpo. Este atelier permite conhecer o esquema corporal. As crianças improvisam uma curta acção isolada, dois a dois e com personagens determinadas (médico/doente, médico/enfermeiro, médico/médico, enfermeiro/doente).

Material

- Papel de cenário
- Papéis diversos
- Um tambor, ou um xilofone

Música

- Ritmos de tambor, ou xilofone

Acção/integração

Sentar o grupo em círculo e convidá-las a falar dos arranhões, e feridinhas que tenham tido, pedir-lhes para contar como aconteceu tudo e como reagiram, se choraram, se chamaram alguém.

O animador põe questões sobre o desenrolar da actividade.

Depois duma conversa que é sempre difícil de parar pois todos adoram falar desses assuntos, o animador vai dizendo alto várias partes do corpo, da cabeça aos pés, umas a seguir às outras, ao mesmo tempo que se lhes pede para fazerem uma festa com uma das mãos na parte que foi dita, primeiro a um ritmo calmo, depois mais depressa.

Seguidamente é uma óptima oportunidade para nomear os órgãos interiores do corpo, pulmões, cérebro, coração, estômago. Pode ficar ou não por aqui, se se lembrarem onde ficam podem ir apontando com o dedo, sem falar. Uma vez terminada esta fase solicita-se-lhes que se ponham de pé e dêem uma volta ao corpo muito devagarinho.

Outra sugestão é a de solicitar que as crianças dêem expressões diferentes a algumas partes do corpo.

Ex.: Um pé apressado, uma mão alegre, um ombro triste, uma cabeça aborrecida...

Poderá dar-se uns toques de tambor e indicar duas partes do corpo; as crianças deverão seguir o ritmo do tambor sacudindo as duas partes nomeadas ao mesmo tempo. Poderão então dar-se sentimentos a duas partes do corpo por se encontrarem.

Ex.: Duas mãos muito contentes do encontro. Um namoro entre um joelho e um ombro...

Ou ainda, dar a cada uma das partes do corpo duas expressões diferentes e solicitar-lhes que desenhem os órgãos internos que conhecem.

Cada um recebe um pedaço de papel de cenário, dois a dois, um deita-se no papel outro desenha o contorno do seu par. Depois trocam.

Expressão/comunicação

Todos passeiam entre os corpos, sentindo o coração a bater muito, o estômago a doer, etc...

A seguir cada um vai colocar na silhueta do seu corpo o órgão que desenhou à parte ou então desenha ali mesmo.

Pede-se a cada um de cada vez e junto do seu corpo desenhado dramatize a doença, ou a ferida que lhe apetece, chorando ou não, ou pedindo ajuda para que outro o trate.

Dividem-se, uma parte do grupo são médicos e enfermeiros outra metade são doentes ou feridos.

Os médicos e os enfermeiros visitam diversos doentes ou feridos, deixam-nos contar a sua história e dão-lhes os cuidados apropriados, podem até consultar-se entre eles. Inverter papéis.

O animador nomeia as partes externas do corpo dizendo para que cada participante bata com essa parte no chão.

Dar a cada uma das partes do corpo expressões diferentes.

Ex.: Um pé apressado e outro adormecido, uma mão alegre e outra triste, a cabeça adormecida e o ombro acordado, etc.

Expressar-se como se tivesse um cotovelo ferido, uma dor de cabeça, etc...
Todos se deitam no chão, com as mãos no abdómen expõem todo o ar dos pulmões e lentamente inspiram.

Reflexão/retroacção

Colocam-se todos em círculo e cada um por sua vez deverá indicar no seu próprio corpo a região onde se situam, o coração, os pulmões, os intestinos, o estômago, o cérebro, etc...

Conversar sobre a sua função e sobre o que cada um ou algum queira sobre o assunto. Cada um falar dos seus dói-dóis. Falar dos últimos que tiveram, fala um a um. Perguntar como é que isso lhes aconteceu e como reagiram.

O animador faz perguntas aos médicos e enfermeiros e põe questões sobre o desenrolar da actividade.

Ex: Como fizeste para curar o teu doente? Se é realmente assim, acreditas que os outros podiam fazer o mesmo? Quando estás doente o médico ou a enfermeira tratam bem de ti?

Preferes ser doente? Ou ferido? Ou o médico ou o enfermeiro?

Porquê essa escolha?

Todos se deitam no chão, com as mãos no abdómen expõem todo o ar dos pulmões e lentamente inspiram.

Variantes

Poder-se-á, seguindo a mesma metodologia de acção e de expressão comunicação construir um hospital de campanha com uma tenda e cujos objectivos podem ser socorrer populações em carências ou perigos

Articulações inter-disciplinares

- Ciências da Natureza
- Educação Visual
- Expressão verbal

Exercício nº 5 – Máscaras

Objectivos específicos

- Através de uma brincadeira e aproveitando a época do Carnaval, procurar chamar a atenção para as formas geométricas, sua articulação, diferenças e questões específicas
- Procurar retirar o “medo” que a matemática por vezes se instala em determinado tipo de pessoas
- Recriação de situações diversas, objectivas e subjectivas

Materiais

- Cartolinas de várias cores
- Folhas de papel branco
- Tintas ou canetas de feltro

Música

- Alegre

Acção/integração

Deverá orientar-se o grupo para um aquecimento inicial, passeando pela sala, sem se tocarem e dividindo os espaços entre si o mais equilibradamente possível.

(Extensão, pequena e grande).

Procuram percorrer toda a sala utilizando muito espaço, sem se tocarem, conforme a indicação do animador podem divergir os passos, apressados, lentos, grandes e pequenas passadas... etc...

Fazer com que o seu corpo ocupe no solo:

- A menor superfície
- A maior superfície

Nível

Imaginar e representar:

- Uma planta a crescer
- Um gelado a derreter-se
- Uma vela no castiçal a desvanecer-se

A um sinal do animador vão estabelecer:

- A situação de alto e estreito
- A situação de baixo e largo
- Vão passar da 1ª à 2ª situação lentamente
- Vão passar da 1ª à 2ª situação rapidamente

Construção de máscaras

A construção poderá ter início por pequenos rectângulos, quadrados, círculos, semicírculos, ogivas de várias cores e tamanhos e com elas compor máscaras, que podem ser sorridentes, zangadas, tristes, surpresas, utilizando as formas que representam linhas curvas, rectas, etc. Chamar a atenção para os tamanhos e proporções, importante durante a construção.

Seguidamente vão-se mudando as expressões e descobrindo novas possibilidades.

Expressão/comunicação

Procurar organizar os participantes por conjuntos iguais, por diferenças, por semelhanças, por oposições, conforme a dinâmica do grupo o permitir, e organizar um quadro expressivo.

Construir um quadro vivo em que cada participante tente fazer com o rosto a expressão da máscara que construiu e conforme os grupos organizados, elaborar uma pequena dramatização que apresentarão grupo a grupo. Cada grupo deverá ter um título e identificar-se o mais possível com o que foi construído, atribuindo assim um papel/personagem a cada construção de máscara/puzzle.

Reflexão/retroacção

Pode fazer-se a reflexão do acontecimento, focando as formas e a sua correspondência na matemática, saber se foi divertido e iniciar uma história sobre o vivido, procurando uma forma original de o fazer, podendo até ser através de pintura num papel antes da contagem.

Variante

As máscaras podem ser também construídas em forma convencional, daquelas que tapam o rosto para serem usadas numa ou várias dramatizações. Poderão ser usadas para imitação, ou outras situações específicas, de representação.

Articulações inter-disciplinares

- Artes Plásticas
- Matemática – Formas geométricas
- Educação Física

Exercício nº 6 – O bolo

Objectivos específicos

- Permitir imaginar objectos e acções
- Proporcionar reacções espontâneas e poderem ser usadas livremente, através de um trabalho em primeiro lugar gestual, de coordenação motora e das suas múltiplas inter-acções
- Viver o prazer de preparar “a festa” em grupo
- Fomentar diálogos verbais que proporcionem a invenção e elaboração de textos
- O despertar para sons
- O interesse de como será o produto final estético

Breve introdução

Imaginemos que vamos fazer um bolo especial, para isso arranjam uma colher gigante e uma enorme tigela (pode ser tudo imaginário).

Então vamos preparar um bolo no qual se põem ingredientes secretos.
Primeiro mistura-se tudo e depois põe-se a massa num tabuleiro.
Depois... os vossos amigos provam o bolo... e... imaginem o que acontece.

Material

- Uma grande folha de papel (de cenário)
- Uma folha A₄ por participante
- Canetas de Feltro
- Tesouras

Música

- Qualquer melodia suave e alegre

Integração

Acção verbal a partir da experiência dos participantes

- O animador começa por dispor os participantes do grupo sentados no chão, de preferência em círculo, fazendo-lhe então algumas perguntas, ou afirmações, conforme o grupo
- Toda a gente já viu um bolo
- Já todos comeram bolos
- Cada um vai dizer qual o bolo de que gosto mais
- E quem é que já fez um bolo?

Identificação colectiva. Reconhecimento de sons

Se inventarmos um bolo em conjunto, do que necessitaríamos para o fazer?

Começa-se então a sua confecção imaginária à medida que os participantes forem formulando sugestões, tais como os ingredientes que formam o bolo.

Ao mesmo tempo que a escolha dos ingredientes, vai sendo seleccionada, vão-se juntando sons (como o cair da farinha numa tigela, o leite a correr do pacote para um púcaro, partir ovos, etc.)

Introdução do movimento

Uma vez que todos os ingredientes estão escolhidos, começa-se a receita.

Mede-se, calcula-se, deita-se na tigela grande e mistura-se.

Fazem-se todos os ingredientes andar à roda para termos a certeza de ficarem bem misturados.

Imitam-se os sons que esta preparação pode dar.

Coordenação dos movimentos dos pés e das mãos

- E agora, se as mãos fizessem parte da receita?
- E os pés também?
- E se os misturarmos em conjunto com a massa e os mexermos?

Expressão/comunicação

Dispõem-se os componentes do grupo aos pares.

Um fica na posição de bolo, o outro toma a posição de cobertura.

Invertem-se os papéis.

Se o bolo for de aniversário, vêm-se as velas?

Se soprarmos as velas o que acontece?

É um bolo feito de quê e para o aniversário de quem?

Se se escolher que seja um bolo-rei ou um folar de Páscoa, seguem-se os mesmos passos.

Chegou a ocasião de desenhar o que faz parte da receita, nas folhas que o animador distribuiu a cada um. Depois, cada um recorta os enfeites e cola-os na folha grande de papel de cenário, em que o animador acabou de desenhar à vista de todos a forma do bolo.

As crianças colam depois os recortes no grande bolo que passa a ser um bolo feito pelo colectivo.

Improvisação verbal e colectiva a partir do bolo construído com recortes.

Depois do bolo pronto, vamos em conjunto inventar uma receita, que pode começar por uma história.

O animador começa com: “Era uma vez”... depois dá continuidade a um dos participantes e assim sucessivamente, vão seguindo pela ordem que surgir no momento; como método poderão aparecer no meio frases: “e depois...”, “então...”, “chegou o...”, “alguns dias mais tarde...”, “um pouco mais adiante”.

Reflexão/retroacção

Recordar a sessão em conjunto e experimentar a lembrança de certos momentos.

Variante

A partir da forma do bolo lembrar uma roda, criar um exercício ou uma história em que as rodas se afastam e fazem uma viagem. Contar uma história, fazendo um itinerário.

Articulações interdisciplinares

- Artes Plásticas (desenho, recorte)
- Expressão musical (procurar os sons dos materiais)
- Matemática: As formas geométricas, pesos e medidas
- Português – Expressão oral

Exercício nº 7 – A laranja

Objectivos específicos

- A proposta consiste em que através de um fruto que todos conhecem, haja uma exploração corporal, plástica e sensorial

- Conduzir ao despertar da consciência dos sentidos e através dela poder-se chegar à imaginação criativa
- A percepção, a interiorização e a imaginação associadas tanto à forma corporal como ao espaço onde a criança está integrada, deverão ser o ponto de partida para a expressão e para a comunicação

Introdução

Podemos imaginar que cada participante se transforma numa laranja muito madura, que acaba por cair da árvore e ficar no chão.

O jardineiro que plantou e cuidou da laranjeira, ficou muito contente, apanhou as laranjas do chão e levou-as para o mercado.

Quem comprou a caixa das laranjas do jardineiro foi uma feiticeira que com uma varinha mágica, as transformou a todas em casas com interiores diferentes.

Material

- Uma laranja
- Folhas de papel (A₃ ou A₄)
- Canetas de Feltro

Música

- À escolha (Vivaldi)

Integração

Associação de formas

- O animador propõe que os participantes se sentem em círculo de pernas cruzadas
- No meio do círculo coloca uma laranja
- Deve ser introduzida uma conversa a propósito da laranja, sobre a sua forma, e sobre o conhecimento que as crianças têm deste fruto
- Para tal é importante fazer circular a laranja de mão em mão, para lhe sentirem a forma, o peso e a textura, ao ritmo de cada participante
- Poderá iniciar-se uma conversa sobre o que a laranja tem no interior e sobre o que se pode fazer com a laranja (doce, sumo, etc.)
- Em seguida a forma da laranja servirá para um pequeno exercício sobre associações de formas, assim, poderá perguntar-se qual a forma da laranja e que outros objectos ou coisas fazem lembrar
- São todos convidados a traçar com o dedo a forma da laranja no seu próprio corpo. Pede-se para que a desenhem de todos os tamanhos, no peito, nas pernas, na roupa, nos braços, na cara, em cima da cabeça, por baixo da cabeça, à esquerda, à direita, à frente e atrás

- A seguir traçam uma laranja, no espaço, que seja suficientemente grande para poderem entrar dentro dela
- No final, saber o que cada indivíduo fez para entrar na laranja imaginária... Se teve dificuldades... E porquê!
- Dispersar o grupo andando pelo espaço da sala em várias direcções sem se tocarem e dividindo as distâncias...
- O animador pede que tomem a forma da laranja e se desloquem como ela. A um sinal todos os corpos enrolados devem rebolar pela sala até ser dado o sinal para se imobilizarem

Expressão/comunicação

No começo do atelier, ao ser falado no que se encontra no interior de uma laranja, nomearam o caroço...

Voltando a essa conversa inicial, aproveita-se para proporcionar um exercício de dramatização com o tema da semente que cresce e se desenvolve.

Tema: O crescer e desenvolver de uma semente

Assim, todos se colocam dois a dois e depois de lhes ser perguntado de onde e como nasce a laranja... Propõe-se que em cada par haja uma semente e um jardineiro, que cava a terra, semeia o caroço, o rega, cuida do seu crescimento em várias fases.

- A semente, que está enrolada no chão, vai-se desenrolando aos cuidados do jardineiro
- O Jardineiro de tal modo gosta da sua semente que acaba por se transformar em sol que aquece a terra, em chuva que rega... num vento suave que abana a árvore já com frutos

Nestes dois últimos elementos pede-se para as crianças introduzirem som.

- No final o jardineiro colhe as laranjas e guarda-as num cesto
- Invertem-se os papéis
- As crianças voltam a sentar-se no chão e vão reflectir em tudo o que pode haver dentro de uma laranja
- Em seguida distribui-se uma folha de papel e canetas de feltro coloridas e pede-se que cada um desenhe a sua laranja imaginária, isto é, desenham a forma de uma laranja e no interior aquilo que gostariam que lá estivesse dentro
- Quando todos tiverem acabado o desenho, poderão mostrá-lo ao grupo, dizerem quais as ideias que lá estão e se quiserem, contar uma história sobre ela

Exploração dos sentidos do tacto, odor e gosto

- No final o atelier acaba com a exploração do odor e do gosto, o animador descasca a laranja em conjunto com o grupo e dá um gomo a cada participante que o cheira e prova

Reflexão/retroacção

No final da sessão, colocam-se todos sentados em circulo e com a orientação do animador poderão surgir questões sobre:

Se gostaram? O que acharam do sabor, do cheiro e mesmo da textura da laranja. Tentar associar o gosto da laranja a outros gostos, falando na acidez e na doçura. Falar do jardineiro e de profissões que surjam a partir desta.

Variantes

- Dramatização sobre a compra e a venda das laranjas
- O comer da laranja em diversos locais (casa, restaurante, rua, em situações diferentes, como: com atenção, distraídos, etc...
- Atelier sobre uma concha (exploração do interior e do exterior e do exterior; do meio ambiente, falar da pesca e do pescador)

Articulações interdisciplinares

- Artes Plásticas
- Meio Físico e Social
- Desenvolvimento da Língua Portuguesa falada
- Matemática – As formas geométricas

Exercício nº 8 – As sombras

Objectivos específicos

- Propiciar o conhecimento de várias problemáticas da interligação do indivíduo com o espaço
- Possibilidades de inspiração através da imagem reflectida do seu próprio corpo
- Desabrochar da autonomia e do auto controle

Introdução

Vê-se uma sombra atrás de uma cortina. Quem tem medo da sua sombra? Mas desta não há que ter medo, é tão pequenina como... Mas o que está a acontecer? A sombra vai crescendo e torna-se grande... E agora? Quem tem medo? Não há que ter medo é só um boneco.

Material

- 1 grande tecido branco, preso a uma corda.
- 1 projector
- Papéis de seda às cores
- Cartolina preta
- Folhas de papel e lápis
- Este atelier requer semi-obscuridade.

Música:

- Instrumental ligeira

Ação/integração

Exploração de atitudes. Trocas verbais

- Há aqui alguém que não goste da sua sombra? Ou que tenha medo dela?
- O que é que quer dizer a expressão “ter medo da própria sombra”?
- E das sombras em geral? Alguém costuma ter medo?

Exploração de atitudes corporais

- O que se pode fazer quando se tem medo da própria sombra? (fazer com que todos participem imitando o medo)
- Partindo do princípio que ninguém tem medo da sua sombra, dividem-se em três filas. O primeiro de cada fila põe-se numa atitude rígida que os outros imitam, depois vai acrescentando movimentos

Os outros da fila tornam-se na sombra do 1º que se movimenta...

- Chega o momento em que ele olha a sua sombra e deixa o lugar ao que se lhe segue na fila, indo para o fim. E assim sucessivamente até que chegue outra vez o princípio
- A dois e dois, um mexe-se a partir duma posição escolhida no chão e o outro imita o que vê o primeiro fazer
- Trocam, mas desta vez o segundo mexe a partir dos nomes de cores que o animador vai dizendo: encarnado, amarelo, roxo, azul, verde, branco, preto. O parceiro segue os movimentos, repetindo como se fosse o espelho do outro
- Em grupos de quatro ou cinco, colocam-se atrás de um grande pano iluminado, mexem-se em conjunto ao som de música
- Simultaneamente, quem estiver em frente da tela faz traços num papel, a partir dos movimentos que vê

Memória sensorial

Põem-se todos os desenhos no chão, observam-se e escolhe-se um, do qual se descrevem as linhas em sons (pode escolher-se um desenho qualquer, mesmo o próprio).

Fecham-se os olhos e pensa-se numa cor de que se goste muito. Imagina-se a forma que pode ter esta cor e traça-se no espaço com as mãos e os pés.

Expressão/comunicação

Improvisação gestual colectiva

Vamos trabalhar com esta forma de cor, põe-se debaixo dos pés e agarra-se nela com as mãos. Podem seguidamente fazer com esta forma imaginária, malabarismos e brincadeiras.

Mostra-se ao parceiro e continua-se a brincar, escolhe-se ou estica-se a cor, aumenta-se-lhe o volume, etc...

Esta fase termina fazendo-a voltar à forma inicial, e observando se ela não mudou.

Fabricação de uma marioneta/sombra – Verificação em semi-obscuridade

- Recorta-se a forma que se imaginou numa cartolina preta. Verifica-se por trás do ecrã se ficou como foi imaginada.
- Fazem-se algumas aberturas na forma e colam-se papéis de seda da cor escolhida.
- Um segura a forma da marioneta e fá-la mover-se atrás da tela a partir das indicações daquele que a fabricou.
- Inverter os papéis

Improvisação sonora

A dois e dois criar então, através de gestos e de sons, uma história a partir das duas formas coloridas que se encontram.

E assim todos vão apresentando os seus trabalhos ao grupo.

A partir das indicações daquele que a fabricou, aprender a dirigir e a ser dirigido.

Como estão a par, determinar o que é nº 1 e nº 2. Então, todos os nºs 1 criam uma improvisação atrás da tela a partir do tema que quiserem, e os nºs 2 observam.

Invertem-se os papéis, mas desta vez o animador da sessão pode dar um tema.

Reflexão/retroacção

Pensar naquilo que se passou no atelier.

Reflectir se o movimento é o mesmo, quando se pensa em cores diferentes.

Fazer observações sobre a própria sombra (quando reparamos mais nela, etc...)

Falar do Teatro de Sombras.

Variantes

Teatro de Sombras somente com as próprias mãos, a partir das formas convencionais, fazê-las aumentar a fazê-las diminuir. Encontrar soluções visuais para o próprio corpo em sombra.

Articulações interdisciplinares

- Português
- Matemática
- Artes Plásticas
- Música

Exercício nº 9 – O Feiticeiro

Objectivos específicos

- Introdução de noções ambientais
- Introdução de geografia
- Fomentar a desinibição

Introdução

A magia e os feitiços povoam o imaginário de todo o crescimento, assim pode começar-se por contar uma história mistério acerca dum personagem que vive num casarão escuro à beira de um lago...

Material

– Saquinhos com areia

Música

– Misteriosa, psicadélica

Ação/integração

Sentar as crianças em círculo.

Colocar perguntas sobre os medos e coisas que considerem misteriosas.

Ex: o que é para ti um lugar misterioso. Conheces algum?

Já alguma vez sentiste medo ao andar por algum lugar que antes não conhecias? Achas graça ou gostas da sensação de ter medo?

Deitam-se todos no chão em círculo.

Esticam-se no chão e é-lhes proposto imaginarem um velho casarão abandonado, situado à beira de um lago. Pede-se para que fechem os olhos e imaginem o exterior e o interior deste casarão. Vai-se então acrescentando alguns detalhes que lhes facilitem melhor visualizar um local; por exemplo sugerir-lhes que imaginem a vegetação, o lago e a temperatura exterior, depois procurar uma porta para entrar no interior do casarão, depois imaginar a luminosidade, as cores, as dimensões e os cheiros de cada compartimento. Pede-se que se imaginem num local certo e numa divisão específica onde se possam sentar, desse local podem aperceber-se duma abertura para o exterior. Vão-se dando conta que se aproxima uma tempestade.

Está na altura de abrirem os olhos e se sentarem.

Cada um imagina a figura do feiticeiro, e levantam os joelhos alternadamente deixando cair no chão. Sentem chuva nas mãos, primeiro, muito fininha, depois, forte e pesada. É o feiticeiro que traz a chuva ao aproximar-se.

Depois a chuva vai diminuindo. O feiticeiro afasta-se.

Silêncio.

O feiticeiro passou e, algumas borboletas saem do casarão felizes.

Cada participante transforma-se em borboleta:

Todos sentados “à chinês” esticam as pernas e batem os joelhos (como as asas das borboletas).

Em pé (com música).

Entram no casarão, com os gestos necessário, passam num corredor estreito, as paredes são altas, sobem então uma grande escada...

Vão tocando, sucessivamente uns nos outros. Cada um que é tocado assusta-se.

Falta a luz, têm de andar como cegos, depois de olhos abertos chegam ao local que desejam. Sentam-se onde estão.

Expressão/comunicação

Cada um, conta como era o seu casarão.

Ex.: “Eu no meu casarão encontrei um feiticeiro com muitos metros de altura que pode realizar todos os meus desejos.

Pensam todos, sem dizer num desejo que o feiticeiro possa realizar.

Em conjunto inventa-se uma fórmula mágica para fazer aparecer o feiticeiro.

Ex.: Abracadabra... Feiticeiro aparece... tenho um pedido a fazer-te.

Repetir esta fórmula muitas vezes.

O feiticeiro não aparece.

Não aparece porque não conseguimos o tom de voz necessário para que ele se mostre.

É melhor encontrar-mos maneiras diferentes de dizer.

Ex.: Rindo,

Chorando,

Gritando,

Devagarinho,

Docemente

O feiticeiro não aparece mas ainda podemos ter surpresas.

O feiticeiro está incomodado e está zangado e com a zanga deitou má sorte no grupo que entrou no seu casarão sem convite.

Sentam-se todos em cima dos calcanhares e vão pôr a cara junto ao chão como se fossem uma folha caída. A animadora circula e deixa cair um saco de areia em cima de cada participante Diz-lhes que pôs em cada um, uma horrível verruga! Com a ajuda do suporte musical, todos se deslocam tendo a verruga em equilíbrio em cima do seu corpo; vão variando a posição da verruga para irem explorando diversas formas de se mexerem e de se deslocarem.

Interacção

O grupo posiciona-se dois a dois, ficando cada par com um saco de areia.

A animadora conta que o feiticeiro deita outra má-sorte. A nova má sorte consiste em estarem colados um ao outro pelo saco de areia, como se fossem gémeos siameses! Primeiro estão ligadas pela testa, circulam, sempre ao som da música sempre com o saco de areia entre as testas. Pede-se então para que todos vão dizendo outras partes do corpo que se possam também ligar.

Ex.: Ombro a ombro, mão a mão, anca a anca, barriga com barriga, etc...

Neste momento o feiticeiro realiza os desejos de cada um de forma especial.

A animadora conta então que o feiticeiro ficou contente e que irá realizar os seus desejos duma forma especial. Diz para todos se sentarem aos pares e, contarem um ao outro, o desejo de cada um.

Depois de terem contado os seus desejos, encontram uma forma de mostrar em mímica ou em palavras um ou vários desejos ou ainda ilustrarem um desejo que seja comum a todos. Entretanto, devem respeitar o seguinte. “No início o desejo está guardado num saco de areia”.

As equipas apresentam aos outros as suas criações.

Depois de cada apresentação, a animadora pede aos espectadores para contarem a sua interpretação daquilo que viram.

Reflexão/retroacção

A animadora deverá fazer perguntas sobre o trabalho de cada equipa. Exemplo: Como chegaram a acordo? O desejo que pediram é possível na vida real? Quantas pessoas serão atingidas pela realização do vosso desejo? etc., cada um deverá expor tudo aquilo que sentiu individualmente e em grupo.

Variante

Organizar uma reinvenção da história “Alice no País das Maravilhas”, usando a mesma metodologia de acção.

Articulações interdisciplinares

- Geografia
- História
- Expressão oral
- Expressão plástica

Exercício nº 10 – O jardim fantástico

Objectivos específicos

- Através do imaginário conseguir a exteriorização e a harmonização do pensamento dos gestos e dos sentidos

Introdução

Vamos imaginar o Jardim das Delícias, onde tudo é verde e translúcido e nos parece um conjunto fantástico onde podem ser imaginadas as mais diversas situações.

Material

- Folhas A₃
- Canetas de feltro

Música

- Canções de roda, ou música clássica alegre

Acção

Iniciamos o aquecimento em diversas marchas por um jardim, descobrindo caminhos que nunca tinham sido pensados... Têm flores, palmeiras, frutos a que pudemos emprestar as cores que se forem imaginando. Pode-se pensar em cachos de uvas,

melancias coloridas, e tudo o que vier à memória... Depois de vários andamentos (lentos, apressados, curiosos, expectantes...) encontram um caminho muito estreito onde vêm uma pequena porta.

A cidade desconhecida

Essa porta leva-nos a uma cidade desconhecida. São 7 horas da manhã e todos simulam andar à deriva, sem destino certo, sem serem guiados e não tendo uma carta explicativa. Seguem somente aquilo que sentem ao entrar naquele local.

Cada um tem na sua cabeça uma paisagem familiar que não existe senão para si e na qual gosta de se passear.

O passeio fantástico

Passeiam-se à beira de um lago e descobrem um barco com uma inscrição misteriosa, o barco leva-os e a água abre-se à sua passagem, desliza sem esforço e todos se sentem cúmplices porque ele vai realizar enfim o mais extraordinário dos vossos sonhos.

A casa das recordações

Chegam a uma floresta onde desembarcam e vão passeando, até que descobrem uma clareira com uma casa abandonada. Aproximam-se e cada um lê o seu nome no cimo da entrada. É a sua casa, a casa das suas recordações. Sentam-se, fecham os olhos pois dentro dela estão todas as lembranças e vão encontrá-las uma a uma.

Distribuir um papel A₃ onde cada um represente o que imaginou, ou por escrito ou por desenho.

A gruta dos nossos desejos

Todos nós gostaríamos de conhecer o futuro. Imaginemos que existe em qualquer parte uma gruta que é capaz de responder a todas as nossas perguntas. Cada um por sua vez vai interrogá-la sobre o que quiser.

Que gostaríamos nós que ela nos respondesse? Se nós construíssemos o nosso futuro assim? Porque não?

Expressão/comunicação

Reunem-se em grupos de três e tentam dramatizar em mímica o que gostariam de ser no futuro (profissão, ou não).

Reflexão/retroacção

Como foi o passeio? E as recordações? Encontraram impedimentos no caminho, ou foi tudo fácil? Cada um conta a sua experiência.

Articulações interdisciplinares

- Português – Expressão oral e escrita
- Expressão Plástica
- Meio Físico e Social
- Ciências da Natureza

Exercício nº 11 – A partir de uma “lengalenga”ou “trava línguas”

Objectivos específicos

- Exploração imaginativa do espaço físico e ambiente por micro grupos
- Observação de comportamentos conjuntos nas formas orais e corporais utilizadas

Introdução

Podemos iniciar actividades de contagens de histórias através de um atelier motivante para a o uso do corpo-palavra que poderá funcionar com uma lengalenga ou trava línguas, contos de fadas ou jogos de palavras e partir daqui para a literatura infantil.

Material

- Nenhum

Música

- Primavera de Vivaldi

Acção:

- Passear em divisão de espaço, sentindo, calor, indo pela areia
- Deitando no chão e fazendo a areia passar pelos dedos
- Depois levantar do chão e ir caminhando cheio de frio, depois começa a chover, caminham todos molhados
- Chegam a casa, sentem-se a ficar doentes e vão tomar banho. Saem do banho, secam-se, vestem-se e vão conversar com um amigo
- Dois a dois:
- Conversam baixo. Alto, mais alto aos berros, depois baixo, cada vez mais baixo
- Conversa normal, a ralar, na brincadeira, a convencer o outro, a discutir, em segredo, etc.
- Depois escolhem uma lengalenga e em conjunto dizem-na em roda

Ex.: Malva

Papoila
Orquídea
Tulipa
Pétala
Girassol

Quando estiver decorada, corre o grupo a dizê-la:

Alto
Baixo
Em coro
Cada um diz uma palavra.

Expressão/comunicação

Teatralizar em grupos de quatro: a proposta é que sejam coreografadas danças em que o tema seja o do Trava Línguas ou Lengalenga. Depois de cada grupo, em separado, ter preparado a proposta em 15 minutos. No final, apresentar o trabalho de cada um ao animador e aos próprios.

Retroacção

Deixar que cada participante diga livremente como foi esta experiência e que explique a metodologia que usou para determinar e concluir o trabalho.

Variante

Poderá usar-se a mesma metodologia para uma canção que estiver na moda e inventar apresentações como se fosse um festival da canção.

Articulações inter-disciplinares

- Expressão oral
- Expressão corporal
- Expressão musical
- Língua Portuguesa

Exercício nº 12 – A ilha

Objectivos específicos

- Testar destreza e lateralidade
- Coordenação de movimentos, rapidez de execução
- Pensamento convergente e pensamento divergente
- Improvisação, contagem de histórias

Introdução

Vamos contar uma história de uma viagem onde houve um acidente que fez com que os viajantes fossem parar a uma ilha imaginária que tinha um guardião a protegê-la...

Materiais

- Não necessita

Música

- Wagner

Acção

Inicia-se começando a contar uma história em que todos se encontram num barco no alto mar e que de repente apareceram piratas para os assaltarem, toda a gente em pânico fugiu para:

- Pequenos botes de 3 pessoas, apertando-se umas às outras pelo cotovelo direito.
- Começam a passear no bote (fazendo andamentos diversos) e correm para um bote de 5 pessoas onde se juntam pelo joelho esquerdo.
- Continuam a passear sucessivamente vão entrando para botes diferentes, até oito pessoas.
- Aproveitam o grupo de oito ou dividem-se em outros grupos, dão as mãos (2 de cada vez) de maneira trocada.
- Todos de mãos dadas, passam por cima, por baixo até conseguirem ficar numa roda normal.
- Depois desenlaçam-se todos (sem partir a roda) e ficam numa roda normal.

Expressão/comunicação

Juntam-se em grupos de 4 ou 5 e vão parar a uma ilha misteriosa que tem um guarda a defendê-la. Para lá entrarem têm de mostrar uma fotografia de quem são (como grupo). Durante cinco minutos preparam uma fotografia de quem são em três poses diferentes e em que tenham relação entre si (o guarda, ou seja o animador, fecha os olhos ou não está presente) esta preparação é feita por cada grupo em separado para ninguém se aperceber de quem são os outros.

Cada grupo tem um nome e apresenta-se ao guarda mostrando as 3 fotos em estátua (isto é, parados, sem qualquer movimento), o guarda tenta adivinhar quem são. Os outros grupos que estão de olhos fechados enquanto há mudanças de fotos abrem-nos ao mesmo tempo que o guarda e em silêncio procuram também adivinhar.

O guarda, depois de adivinhar ou não, decide se quer ver as possibilidades de movimento e som de cada foto.

Os outros grupos podem dar sugestões de composição das fotos do grupo apresentado.

Reflexão/retroação

O que foi abordado no exercício, a lateralidade, a importância da rapidez e controle de movimentos? A problemática da mímica e da fotografia, da precisão...

Variantes

Construção de estátuas fixas e/ou posteriormente animadas.

Articulações interdisciplinares

- Educação Física
- Meio Físico e Social
- Artes Plásticas
- Geografia

Exercício nº 13 – As cores

Objectivos específicos

- As técnicas deste exercício poderão ser aplicadas para ilustrar vários assuntos e explorar uma boa variedade de temas.
- Interiorizar as cores a partir da natureza e de factores concretos.

Introdução

As cores têm grande importância na vida em geral e nas crianças particularmente, podemos começar por falar do Arco-íris e proporcionar a tomada de consciência do efeito das cores sobre as sensações. Explorar e exprimir estes efeitos.

Música

- Chopin

Acção/integração

Personagens cores / Desenvolvimento

- Qual é a cor preferida?
- Como se sentem quando vêem esta cor? (Discutir o tempo que for necessário para aprofundar esta questão)
- Pensar numa cor. Vão tornar-se nessa cor
- Exprimir os sentimentos e o comportamento da Sra. Amarela ou do Sr. Violeta, etc...

(música)

Imaginar esta personagem cor a andar na rua, olhar as montras, apressar-se para entrar em casa ou ir trabalhar.

Andar na rua (depressa, devagar ou de outra forma) conforme imagina que é a sua cor. Ir entre os participantes e entrevistá-los.

A festa das cores

Com a mesma personagem-cor vão procurar 3 ou 4 pessoas, apresentam-se e fazem uma pequena festa.

(música)

Trocar impressões e contar o que se passou na festa...

O nome-cor de cada um fez com que agisse de modo diferente? Acham que aqueles que tinham o mesmo nome cor reagiram da mesma maneira?

Se os participantes quiserem repete-se a acção propondo outro nome cor. Isto vai permitir-nos conhecer as reacções de cada um às cores.

Vamos agora nomear as cores. Podem mexer-se como quiserem ao sentirem a sua cor (pode ser depressa, lenta ou normalmente)

Na ponta dos pés ou dobrando os joelhos, como é hábito, sacudindo-se ou andando graciosamente ou com violência. Deixar sair os sentimentos completamente de acordo com as cores e emitir o som que for sugerido pela sua cor.

Ex.: Azul – nadar; Preto – parar; Vermelho – expandir-se

Explorar as combinações possíveis.

Misturar cores.

Como é que cada cor influencia o movimento? Foi mudado o ritmo para certas cores? Porquê?... Há cores tristes e cores alegres? (Insistir sobre a diversidade de reacções).

A marcha das cores

Passear lentamente através da sala. Estar bem consciente dos outros que se deslocam ao mesmo tempo.

Quando estiverem preparados, podem andar mais depressa. A um sinal (palmas) parar completamente. Ficarem imóveis em estátuas.

Seguidamente andar muito depressa... Parar (repetir diversas vezes, (todas as crianças controlam muito bem as paragens).

Correr ao ralenti... Parar.

Mexer o corpo docemente... Parar.

Agora andar sendo cores muito magras... Andar muito docemente. Parar. Andar depressa. São gordos e alegres. Parar. Andar depressa sendo gordos, contentes e fazendo barulho ao andar. Parar. Andar deslocando-se docemente.

São baixinhos e têm mau humor e fazem barulho ao andar. Parar.

Nomear novamente as cores. Podem caminhar na sua cor como quiserem – andar depressa, ou devagarinho, ou ao ritmo normal – na ponta dos pés, de cócoras, ou como sempre – mexer graciosamente ou com violência – deixar sair completamente os sentimentos, em comparação com as cores, fazendo o som que quiserem..., se quiserem...

Assim:

Azul... Parar

Vermelho ... Parar, etc. (pode-se explorar toda a gama de cores e todas as combinações possíveis: azul e verde – laranja e cinzento... etc...

Discussão

Como é que cada cor influenciou o movimento? Alguém mudou de ritmo em certas cores? Porquê?

Há cores alegres e cores tristes (insistir na diversidade das reacções).

Escolher agora a cor que cada um preferiu ver.

Junte-se a 2 ou 3 personagens que escolheram a mesma cor. Em conjunto, discutir como cada cor provocou reacção. Comparar se se mantém o que o animador pensou quando nomeou a cor.

Depois, reflectir sobre a palavra e tentar descobrir todas as associações possíveis a partir da palavra.

Ex.: Supondo que a cor escolhida é encarnado, o seu par decide que a imagem mais forte quando se diz encarnado é o fogo. Reflectindo sobre a palavra fogo é possível que se chegue a outras palavras: calor, destruição, poder, luz, perigo, etc...

Quando começam a encontrar este tipo de associações, explorá-las pelo movimento – se desejarem, podem utilizar sons, mexendo.

Quando esta exploração se fez com facilidade, encadear...

Assim: podem-se juntar 2 frases ao movimento. A 1ª frase identificará a cor a 2ª dirá o que fazer.

Ex.: Somos azuis. Somos o mar.

Estas frases podem ser colocadas no início, no meio ou no fim de cada improvisação.

O grupo decide em conjunto.

Não haver medo de explorar a fundo as cores para dar o maior sentido possível aos movimentos. Impregnar também o maior sentimento possível.

Para terminar as cores deitam-se devagarinho e à maneira de cada uma no chão.

Reflexão/retroacção

Lembrar passo a passo o exercício e reflectir o que se passou quando todas as cores se mexeram ao mesmo tempo. O que acontece quando a água encontra o fogo, o sangue o chão, etc... Pode compor-se uma canção para as cores e fazerem-se desenhos com cores...

Variantes

Organizar uma Rua de cores, onde haja montras e movimentos de cor por todo o lado.

Articulações interdisciplinares

- Educação Física
- Meio físico e social
- Expressão plástica
- Língua Portuguesa
- Expressão musical
- Geografia

Exercício nº 14 – As mãos

Objectivo específico

- Conhecimento de si e das possibilidades do seu próprio corpo.
- Utilização criativa do próprio corpo
- Coordenação motora
- Lateralidade
- Desinibição

Material

- Luvas brancas

Música

– Mozart

Acção

– As minhas mãos

Sentados em círculo, cada um observa cuidadosamente as suas mãos.

– As mãos dos outros

Sentados em círculo, pegar na mão do companheiro.

Observá-la cuidadosamente.

Simultaneamente dar a outra mão a outro companheiro para que este a observe.

– As duas mãos são duas personagens.

A mão direita é agressiva, a mão esquerda é terna.

Manipular um objecto – uma folha de papel, ou outra coisa.

Cada uma das mãos manipula-o segundo as suas características.

– Jogo com as mãos

Sentados “à chinês”, cotovelos em cima dos joelhos, levantar as mãos.

A um sinal... Mãos contentes

Tristes

Furiosas

Orgulhosas

Tímidas

Preguiçosas

– Viagem através do meu corpo

As mãos vão percorrendo todo o corpo fazendo pequenas massagens, para o descontrair, para o conhecer, para o tornar disponível...

Expressão/comunicação

1º Com as luvas brancas já calçadas e em pequenos grupos, com fundo musical.

No início tudo está calmo – em estado letárgico. Pouco a pouco vão acordando, descobrem-se, descobrem os outros, relacionam-se, finalmente voltam a adormecer.

2º Cada grupo escolhe um tema e com as mãos envolvidas pelas luvas, prepara uma improvisação, como se estas fossem marionetas, improvisação essa que deverá constar de sons com instrumentos musicais.

Temas possíveis: O segredo

A morte

A relação

Eu e os Outros

A violência

O medo

O poder

A diferença

Reflexão/retroacção

A mão é um símbolo da acção diferenciadora.

É como uma síntese humana, do masculino e do feminino. É activa no que segura, é passiva no que contém. Serve de arma e de utensílio, prolonga-se através dos instrumentos, serve para diferenciar também os objectos que toca e modela.

Pode aproveitar-se a retroacção para encontrar frases onde a mão aparece como símbolo.

Ex.: Ter mãos de fada, dar de mão beijada, etc...

Variante

Usar em vez de luvas pinturas em que as mãos poderão ser gente, animais, grupos, etc... (ver livro Mário Marotti) e em vez dos sons dos instrumentos sejam a sonoridade emprestada ao boneco que estiver pintado.

Articulações inter-disciplinares

- Ciências da Natureza
- Expressão plástica
- Expressão musical
- Língua Portuguesa

Exercício nº 15 – Os pés

Objectivos específicos

- Conhecimento e consciencialização de si próprio através dos pés
- Utilização criativa do próprio corpo
- Coordenação motora
- Lateralidade
- Desinibição

Materiais

- Cartolinas de várias cores
- Papel A₄ de várias cores
- Esferográficas
- Restos de laços de embrulhos e papéis de embrulho com desenhos

Música

- Popular

Acção

1ª Parte

- Andar no espaço com a cabeça baixa, olhar para os pés dos outros. Dirigir-se para os sapatos da sua escolha. Evoluir, sincronizando o seu passo com o do outro. Introduzir variações na maneira de se deslocar – passos diferentes, ritmos diferentes
- Parar, descalçar o seu parceiro. Pousar os “sapatos” na sua frente. O parceiro fará o mesmo. Cada participante, pega nos sapatos e enfia-os nas mãos. Sobre uma música, improvisa com o seu companheiro uma dança das mãos /sapatos
- Colocar todos os sapatos num espaço e criar uma espécie de “montra em tempo de festa”
- Cada participante escreve uma etiqueta de apresentação para os sapatos do seu parceiro. Nela deve estar escrito o nome e sobretudo um comentário que dê a conhecer o outro. Este comentário é feito a partir das observações que cada um fez durante o” passeio” e a dança. As notas psicológicas podem fazer-se a partir da forma e do aspecto dos próprios sapatos
- Um a um vão ler duma forma expressiva estes pequenos textos e depois colocá-los nos sapatos correspondentes
- Dois a dois, sentados no chão, frente a frente. Um fecha os olhos. O outro conta-lhe uma história que sugira sensações sentidas pelos pés. No final trocam entre si impressões sobre os vívidos
- Seguidamente, sentam-se todos numa roda (com um dos sapatos enfiado na mão direita) e ensaia-se um jogo de coordenação e ritmo feito com os sapatos ao som da parte da cantiga popular que se segue...

Lá vai uma
Lá vão duas
Três pombinhas a voar
Uma é minha
Outra é tua
Outra é de quem a apanhar

2ª Parte

Os meus pés:

Sentados em círculo, pegar no seu pé e fazê-lo rodar.

Pegar no outro pé e fazer a mesma coisa.

Massajar os dedos dos pés.

De pé, massajar os pés apoiando-se neles.

Estes exercícios destinam-se a descontrair e a tornar disponíveis os pés.

Jogo com os Pés aos quais se atribuem sentimentos.

Encontrar um local.

Exprimir com os pés os seguintes sentimentos:

Pés: Felizes

Tristes

Um mais esperto que o outro
Tímidos
Zangados
Coscuvilheiros
Etc.

Trabalho em grupos calçando meias de várias cores e tentando dramatizar só com esta parte do corpo.

Os pés podem contar histórias?

Reflexão/retroacção

Simbologia
Expressões Populares
Em psicanálise
Quem atinge um exercício destes?
Em especial?
É integrativo?

Exercício nº 16 – Brincar com balões

Objectivos específicos

- Conhecimento do esquema corporal
- Educação auditiva
- Controle de diversas partes do corpo
- Verificar inibições e bloqueios

Introdução

Imaginemos um mundo com danças cores e formatos muito especiais onde todos se possam inserir, sem dúvidas, nem resistências.

Material

- Balões de várias cores
- Elásticos

Música

- Escolher música instrumental

Acção

- Fazer uma roda desligada, no espaço e permanecer de pé e de olhos fechados, o animador coloca um balão na mão de cada participante
- Cada um faz uma descoberta do objecto tocando-o (*jogo sobre os sentidos*)

Abrir os olhos e encher o balão (*jogo sobre a respiração*).

A música do balão.

Deixar fugir o ar – verificar que produz som.

Explorar individualmente “a música do seu balão”.

Dois a dois “fazer conversar o balão” e “imaginar frases”.

Expressão/comunicação

Pôr a música escolhida

- Ao som da música, evoluir no espaço, brincando com o balão
- Dois a dois, brincar com os balões
- Trocar os balões
- Dançar em grande grupo, fazendo sempre o balão evoluir no espaço
- Utilizar o balão como ponto de contacto

Primeiro, no mesmo lugar, depois colocando-se no espaço (fazendo rolar o balão entre as diferentes partes do corpo).

- Quando o animador parar a música, os participantes deverão converter-se imediatamente em estátuas e observar como os balões seguem o movimento até ao chão
- Poderá então propor-se que cada um imagine o seu balão como o seu brinquedo mais querido, e brinque com ele na função que lhe foi atribuída, sem voz somente em mímica

Reflexão/retroacção

Reviver o que se passou na sessão, cada um contar a história, ou o que quiser sobre o seu brinquedo preferido.

Conversar com os participantes sobre o que sentiram tentando perceber as emoções que isso lhes desperta.

Variantes

Deitar-se no chão e imaginar-se na sua cama de criança.

O balão é a sua boneca, o seu urso, a fralda, aquilo que nos ajuda a deixar vir a noite e o sono.

Fechar os olhos e tentar lembrar-se do seu brinquedo de infância (com que dormiam, de preferência).

Alguém conta uma história (ler uma história...) É a mãe quem conta a história?

É o sonho que a noite trouxe?

Têm um papel e uma caneta próximo e, mal acordam, escrevem o 1º pensamento ou fazem o desenho que lhes ocorrer.

Articulações interdisciplinares

- Educação Visual

- Expressão musical
- Língua falada e escrita

Exercício nº 17 – O castelo do gigante

Objectivos específicos

- Noções de altura e outras dimensões e volumes
- Aproveitamento do corpo através da imaginação dos velhos castelos e suas vivências históricas
- Aproveitamento para fomentar o gosto locais geográficos onde se encontram
- O desenvolvimento da língua portuguesa através da contagem de histórias
- A modelação em barro ou outros materiais
- O aproveitamento da construção das prendas para proporcionar aprendizagem de modelagem e construção com materiais de desperdício

Introdução

Podemos imaginar que num castelo misterioso habita um gigante pouco simpático e que não gosta de visitas. Este castelo situa-se no alto de um monte e um grupo de pessoas dá voltas à imaginação de como lá entrar agradando ao gigante.

Material

- Plasticina, barro ou qualquer pasta de moldar
- Pratos de papel ou qualquer objecto semelhante que haja por perto

Música

- Stockhausen.

Acção

Memória sensorial e afectiva.

Os participantes devem estar sentados em círculo.

O animador poderá começar por lhes fazer perguntas sobre os medos e sobre os locais que conhecem e que consideram misteriosos. Já estiveram nalgum local que não conheciam e que lhes fizesse medo? O que lhes acontece quando têm medo? Gostam de ter medo?

Seguidamente o grupo deverá deitar-se no chão respeitando o círculo, sem se tocarem. Então pede-se-lhes que se imaginem num campo com muita erva suave e com os olhos fechados tentam imaginar o exterior e o interior de um castelo, ou do castelo do gigante, imaginar os jardins em volta, as flores a temperatura morna a sentir no corpo. Imaginar também as cores de tudo e a luminosidade, os tamanhos e os cheiros.

O animador deverá colocar no local que achar conveniente perto do grupo, a plasticina, o barro ou a pasta de moldar que seleccionou para esta sessão.

Cada participante deve fazer com estes materiais prendas para oferecer ao gigante (bolos, flores, o que acharem melhor para agradar).

Expressão/comunicação

Iniciar uma representação da ida ao castelo.

Todos os participantes vão em grupo e levam consigo as prendas, vão pé ante pé, com caras sorridentes, batem à porta e solicitam a entrada.

O gigante deverá perguntar o que trazem e aceitá-los ou não na sua visita, ao local que constitui para eles um lugar estranho e mágico.

Poderá o suposto gigante conduzi-los a diversos locais que poderão conter teias de aranha, poções, buracos, tudo o que as crianças ou o animador estipularem para o momento.

Reflexão/retroacção

Reflectir sobre as diversas partes do exercício e tentar saber o que lhes deu maior prazer, se o passeio pelo campo, a modelagem ou a entrada no castelo.

Perguntar se alguém teve medo, se sentiu pouco à vontade. Se houve alguém que se sentisse um herói ou vencedor.

Variantes

Poderá ser recreada a história de Ali-BáBá e os 40 ladrões, iniciando pela construção de uma gruta com arcas contendo riquezas, tentando no entanto seguir passos semelhantes àqueles que caracterizam este exercício.

Articulações interdisciplinares

- Português
- Matemática
- História
- Geografia
- Expressão plástica

Exercício nº 18 – O corpo e a figura

Objectivos específicos

- Observação de vários pormenores comportamentais
- Se faz parte de uma personalidade rígida, dura, ansiosa, meiga, imaginativa, criativa, etc... Podem observar-se vários contextos, aquele em que o participante vive, ou como

desejaria viver ou ser. Como escreve, se tem facilidade ou dificuldade na elaboração mais simples ou mais complexa

- Desviar para outro ponto se surgirem emoções muito fortes
- Ressaltar a necessidade da contagem e leitura de histórias
- Melhor conhecimento de si próprio

Introdução

Quem gosta do seu corpo? E quem não gosta. Porquê? Algumas pessoas gostariam de se poder vestir de forma diferente? Ou mascarar? Sonham com as pessoas de outros países, como as das ilhas exóticas que se vestem e enfeitam de forma diferente, ou pelo contrário adoram fardas ou a maneira mais formale de vestir? Podemos agora dar largas à imaginação.

Material

- Foto da cara de cada participante em modelo A₄ ou A₃
- Papel de cenário
- Canetas de feltro de várias cores

Música

- Wagner – Cavalgada das Valquírias ou outra à escolha

Acção

- Juntar as fotos ao papel A₄ ou A₃ completar o corpo ao tamanho que for a folha, de preferência em papel de cenário, como o próprio quiser, ou como se vê ou como gostaria de ser
- Colorir e se houver espaço pode completar o meio ambiente
- Depois escrever uma história sobre a figura representada

Expressão/comunicação

Contar a história alto para todos e se quiser podem-se acrescentar oralmente alguns pormenores.
Podem escolher-se histórias ou personagens das histórias e em pequenos grupos fazer dramatizações.

Variantes

Poderá utilizar-se o mesmo processo, mas pondo as crianças em pares e cada um deitar-se numa folha de papel de cenário cortada à sua medida enquanto o outro desenha o contorno do seu corpo. Depois, cada criança intervém no contorno do seu próprio corpo executado pelo outro. Intervém como entender, vestindo-o ou/e caricaturando-o.

Articulações interdisciplinares

- Artes Plásticas
- Língua Portuguesa escrita e falada

TERCEIRA PARTE – CONCLUSÕES

Podemos então concluir que

O jogo dramático permite privilegiar cinco actuações:

- Expressão (oral e corporal)
- O imaginário e a criatividade
- A comunicação
- A confiança em si
- A abordagem cultural

As práticas aplicadas nos exercícios expostos reforçam ou promovem através do prazer do jogo e da aprendizagem:

- Expressar-se de forma plena, usando os próprios recursos sensoriais
- Entender melhor o meio em se que vive
- Compreender as reacções próprias, desenvolvendo a auto-confiança
- Reconhecer a capacidade de analisar, optar, criar e expor ideias pessoais, sem receio
- Trabalhar a partir das dificuldades que se apresentam
- Conseguir uma abertura ao relacionamento com o meio ambiente e com as pessoas
- Valer-se de técnicas de expressão comunicação para actividades específicas
- Expressar ideias com naturalidade, sem desejo de imposição ou competição conflitual
- Promover a harmonia entre as pessoas e no ambiente em que se estiver
- Livrar-se da acomodação, colocando em acção as ideias
- Desenvolver a capacidade de concentração
- Estar-se presente, participando das emoções de quem o cerca ou atendendo às solicitações
- Perder o medo de fazer alguma coisa e de se expor, realizando o que for preciso sem receio de críticas

- Desenvolver a capacidade de dominar tensões
- Desenvolver novas possibilidades de expressão corporal, musical e plástica, oral e escrita
- Reconhecer o próprio potencial criador
- Valorizar as diferentes manifestações culturais
- Perceber as próprias limitações e tentar superá-las, realizando diversas acções
- Adaptar-se a grupos diferentes
- Explorar as potencialidades existentes na comunidade em que se está inserido
- Descobrir o prazer de lidar com as ideias
- Valorizar o trabalho realizado por si próprio e pelos outros
- Explorar sons para aguçar a acuidade auditiva
- Desenvolver uma forma pessoal de expressão
- Melhorar a expressão verbal, através de dramatizações, coros falados, declamações e diálogos
- Explorar, observar e manipular diferentes objectos
- Aproveitar os recursos naturais nas suas actividades criadoras

No que resulta:

Numa melhor adaptação e ajuste no que diz respeito ao relacionamento consigo próprio, com o outro ou com o grupo em que se está inserido, através das atitudes de exteriorização e da forma como se vão adquirindo processos de relacionamento quer em sub-grupos ou em isolamento individual, a partir da sua própria segurança. Possibilidades de melhor comunicação inter-grupos.

Numa melhor capacidade de decisão conquistada através do jogo de improvisação dramática que de um modo geral finaliza cada sessão global. E que vai proporcionando um comportamento de desinibição e autodomínio.

Num ultrapassar de situações encontrando soluções próprias para problemas existentes e imprevistos. Na escola irá reflectir-se numa crescente facilidade de participação quer no propósito de relacionamento com o grupo, quer na execução de tarefas.

Numa melhor linguagem de comunicação na maneira como se passam a transmitir os sentimentos e os conhecimentos adquiridos com incidência específica tanto a nível da linguagem expressiva como simbólica.

Na modificação dos comportamentos através de um conjunto de reacções adaptativas aos estímulos que vêm do exterior, modificação que se pode verificar através do desaparecimento das reacções bloqueadoras e paralisantes que irão colaborar no desabrochar da criatividade.

No proporcionar um maior autodomínio ao adquirir capacidade para controlar as reacções de carácter impulsivo, quer através do divertimento, da responsabilização e da participação que vão integrando e fazendo tomar consciência de si próprio e do seu papel no interior do grupo.

Na aquisição e interiorização de conhecimentos proporcionadas através de um conjunto de noções e informações apreendidas e com uma maior facilidade de assimilação e interiorização dos conhecimentos adquiridos.

Na criação, através dos conhecimentos experiências e utilização de processos inovadores que irão proporcionar uma tomada de consciência de vários factores que facilitarão a concretização de novas formas e novas perspectivas em continuidade ou não das propostas iniciais.

Esta proposta resulta de um trabalho empenhado que poderá representar uma prova de mobilidade, do poder de adaptação a novas situações que a Expressões Dramáticas proporcionam

A possibilidade de mudar a função de um elemento e de dar a tudo novas formas é resultado de um pensamento divergente que as actividades expressivas do tipo proposto ajudam a estabelecer significativamente.

Este manual apresenta esquemas e conceitos que penso serem úteis a quem desenvolve trabalho deste teor.

No entanto, para que se estabeleçam trabalhos de pesquisa na evolução quer da Psicologia quer da Educação em geral, acredito que só o empenhamento e acompanhamento persistente de toda esta estrutura de aplicação poderão confirmar as vantagens e os efeitos destas intervenções na formação da personalidade, na evolução dos processos imaginativos e no desenvolvimento das capacidades criativas ou inventivas.

No entanto, a fantasia e o sonho, esses ficaram... ou não ficaram... mas fica o convencimento de que a ocupação do imaginário se pode preencher com um devaneio, que coerente ou não irá divergir... irá dar resultados.

Trabalhar na aplicação e desenvolvimento das Expressões é um exercício de prazer e alegria, assim como o foi a elaboração deste manual que poderá proporcionar uma dimensão pedagógica em que a vivência lúdica e dialogante desempenham um papel fundamental.

BIBLIOGRAFIA

Barret, G. (1992). *Pédagogie de l'expression dramatique*. Québec: Université de Laval.

Chainé, F. (1982). *Ateliers pour le préscolaire: Jeu dramatique*. Montréal: Ed. Ville-Marie, PPMF LAVAL.

Landier, J. C., & Barret, G. (1999). *Expressão dramática e teatro*. Porto: Edições ASA.

Lareau, J. (1986). *Ateliers d'art dramatique*. Sherbrooke: Les Editions ArtÉmis.

