

JOÃO JOSÉ SARAIVA FONSECA

CADERNO DE ATIVIDADES

Expressão Dramática



Metodologia
do Ensino
das Ciências



Sumário

Prefácio	05
Prólogo	05
Atividades de Aquecimento	07
Atividades de Expressão Dramática	08
Atividades de Comunicação e Dinâmica de Grupo	12
Atividades de Mímica	20
Atividades de Orientação Espacial	30
Atividades de Construção de Personagens	34
Atividades de Descontração e Relaxamento	39
Anexo	42
Avaliação das Atividades de Expressão Dramática	42



PREFÁCIO

A realização deste trabalho, tem como objetivo, recolher um conjunto de atividades de expressão dramática; que numa perspectiva interdisciplinar, possa ser utilizada para apresentar os conceitos no âmbito das áreas da Matemática e de Meio Físico Social.

O professor está atualizado de todos os recursos possíveis, para transmitir aos seus alunos, uma aprendizagem por eles considerada agradável e dinâmica e que afaste da escola os rostos controlados e enfadados e simultaneamente, o insucesso escolar.

As atividades de expressão dramática, possibilitam que a criança inconscientemente, aprenda conceitos básicos referentes as áreas disciplinares, considerada muitas vezes por todos, de difícil aprendizagem.

Este trabalho, elaborado pensando no professor, apresenta após cada atividade, exemplos de conceitos/objetivos que podem ser explorados no âmbito da Matemática e do Meio Físico e Social.

A avaliação deve ser um fator fundamental na atividade escolar. Porém, não deve ser encarada puramente classificativo, mas como um processo de reflexão e melhoria das atividades propostas pelo professor. Penso que a leitura da pequena reflexão sobre a avaliação das atividades expressão dramática, poderá ajudar o professor a analisar o processo de ensino aprendizagem por ele escolhido e incluir nele a avaliação, como parte integrante.

PRÓLOGO

As atividades de expressão dramática, permitem às crianças exteriorizar, pelo movimento e pela voz, os seus sentimentos profundos e as suas observações pessoais.

O improviso dramático na criança é natural e espontâneo, surgindo sem qualquer tipo de preparação prévia.

A representação é expressa naturalmente, ditada apenas pelo que a criança sente vontade, naquele momento, em expressar. A criação deve ser continua, escolhendo a criança o tema sobre o qual improvisa, a situação, as personagens e a ação.

Através das atividades de expressão dramática, a criança tem liberdade de expressar todos os devaneios da sua imaginação, da forma que o desejar, não apenas representando, mas encarando-os e vivendo verdadeiramente.

Muito diferente do teatro infantil, maçante e enfadonho, em que as crianças tinham que representar um enredo que lhes era imposto e recitar textos que tinham de decorar, as atividades de expressão dramática são alegres, engraçados, divertindo e prazerosas.

ATIVIDADES DE AQUECIMENTO

ATIVIDADE Nº 1

NOME: “QUEM SOU EU?”

FINALIDADES: Desenvolvimento do inter-relacionamento no grupo, fortalecimento do espírito de grupo, estímulo do diálogo.

NÚMERO DE PARTICIPANTES: 12 a 18 jogadores.

ADEREÇOS: Cartões com os nomes de vegetais ou animais, fita auto-adesiva ou alfinetes.

CONDUÇÃO DO EXERCÍCIO: À medida que cada um dos jogadores, entra na sala, o animador “prega-lhes” um cartão nas costas, com a ajuda de um alfinete.

Os jogadores andam pela sala e tentam adivinhar “quem são”, fazendo perguntas de “sim – não” aos restantes parceiros.

Quando alguém descobrir que é, prega-se o cartão no peito e continua a andar e a ajudar os outros.

QUEM SOU EU?

ANO DE ESCOLARIDADE: 1º ANO – 1ª FASE
CONCEITOS QUE SE PODEM EXPLORAR
NO ÂMBITO DAS DISCIPLINAS DE: **MATEMÁTICA**

CONJUNTO

- As crianças que estão a jogar.
- As crianças que já “descobriram quem são”
- As crianças que ainda não “descobriram quem são”.

CONCEITO DE NÚMERO ORDINAL E CARDINAL

- A primeira, segunda,...; criança a descobrir “quem é”.

RELAÇÃO ÚNICA

- A cada criança corresponde uma e só uma identidade a descobrir.

MEIO FÍSICO E SOCIAL

- Descobrir a sua identidade
- Conhecer o seu nome
- Conhecer o apelido de sua família
- Conhecer o seu sexo
- Conhecer a sua idade
- Conhecer o seu endereço

ATIVIDADE Nº 2

NOME: “JOGO DAS APRESENTAÇÕES”

FINALIDADES: Desenvolver a memorização e a concentração.

NÚMERO DE PARTICIPANTES: 05 a 25 jogadores.

ADEREÇOS: Nenhum

CONDUÇÃO DO EXERCÍCIO: Pede-se a todos os jogadores que se espalhem pela sala. A cada jogador é atribuído um número de um a nove. A um certo sinal, terão de caminhar ao acaso e apertar as mãos a cinco colegas. Ao apertar a mãos, os jogadores cumprimentados dirão o número que lhes foi atribuído. O jogador que cumprimenta terá de fixa-los e adicioná-los. Quando cada jogador tiver cumprimentado cinco pessoas, o jogo termina, nesta altura, cada elementos terá de dizer o resultado da adição que efetuou, e os jogadores que cumprimentou, para que assim todo o grupo possa conferir.

O JOGO DAS APRESENTAÇÕES

ANO DE ESCOLARIDADE: 2º ANO – 1ª FASE

CONCEITOS QUE SE PODEM EXPLORAR
NO ÂMBITO DAS DISCIPLINAS DE: **MATEMÁTICA**

CONJUNTO

- As crianças que estão a jogar.
- As crianças que são cumprimentadas.
- As crianças que cumprimentam.

CONCEITO DE NÚMERO ORDINAL E CARDINAL

- A primeira, segunda,...; criança a ser cumprimentada.
- A primeira, segunda,...; criança a se apresentar.

RELAÇÃO ÚNICA

- A cada criança corresponde um e um número

ADIÇÃO

- Soma dos diferentes números, dos jogadores cumprimentados.

MEIO FÍSICO E SOCIAL

- Identificar a importância da vida em sociedade
- Conhecer algumas normas de convivência social
- Aplicar algumas normas de convivência social

ATIVIDADE Nº 3

NOME: “O JOGO DA MEMÓRIA”

FINALIDADES: Desenvolvimento da confiança, concentração.

NÚMERO DE PARTICIPANTES: 12 a 18 jogadores.

ADEREÇOS: Uma bandeja, com doze objetos de diferentes texturas e um lenço ou uma toalha, lápis e papel.

CONDUÇÃO DO EXERCÍCIO: O animador antes do jogo, reúne doze objetos numa bandeja, tendo o cuidado que estes apresentem texturas diferentes, por exemplo: *objeto de madeira, metal, plástico; rijo, flexível; áspero, liso, etc.*; e tapa com uma toalha.

Manda reunir o grupo e descobre a bandeja. Concede trinta segundos para que os possam observar os objetos silenciosamente. Tapa de novo a bandeja e pede para que cada jogador registe todos os objetos de que se lembre, numa folha de papel.

O JOGO DA MEMÓRIA

ANO DE ESCOLARIDADE: 2º ANO – 1ª FASE

CONCEITOS QUE SE PODEM EXPLORAR

NO ÂMBITO DAS DISCIPLINAS DE: **MEIO FÍSICO E SOCIAL**

- Descobrir os materiais e objetos
- Comparar as propriedades físicas de diferentes materiais
- Identificar a textura de diferentes materiais

ATIVIDADE Nº 4

NOME: “A BOLACHA”

FINALIDADES: Redescoberta das sensações banalizadas pela vida corrente. Desenvolver a capacidade de concentração.

NÚMERO DE PARTICIPANTES: Um

ADEREÇOS: Bolachas

CONDUÇÃO DO EXERCÍCIO: O animador dá a cada participante uma bolacha, depois de pedir aos participantes na atividade, que se concentrem e fechem os olhos.

As primeiras sensações em que o animador pede que o participantes se concentrem, são as transmitidas pelo tato: *“toquem o biscoito com delicadeza e sentindo-lhe a forma, os pontos lisos e macios, os pontos rugosos, etc.”*.

Depois, pede que abram os olhos e que vejam em pormenor a forma da bolacha e que a cheirem. Finalmente, pede que a mastiguem lentamente, ouvindo o ruído, saboreando, acompanhando o seu trajeto pela primeira parte do tubo digestivo.

A BOLACHA

ANO DE ESCOLARIDADE: 1º ANO – 2ª FASE

CONCEITOS QUE SE PODEM EXPLORAR

NO ÂMBITO DAS DISCIPLINAS DE: **MATEMÁTICA**

RELAÇÃO ÚNICA

- A cada criança corresponde um só biscoito.

FORMAS GEOMÉTRICAS

- O biscoito possui uma forma geométrica determinada.

MEIO FÍSICO E SOCIAL

- Descobrir o seu corpo
- Identificar os diferentes sentidos do seu corpo
- Reconhecer a importância do sentido do paladar.

ATIVIDADE Nº 5

NOME: “QUEM SE MEXE PERDE”

FINALIDADES: Desenvolvimento da confiança, concentração, equilíbrio e orientação

NÚMERO DE PARTICIPANTES: 12 a 20 jogadores.

ADEREÇOS: Nenhum

CONDUÇÃO DO EXERCÍCIO: Distribuem-se os jogadores, à vontade, pelo recinto do jogo. À indicação do dirigente, todos, com exceção de uma, flexione a perna esquerda (direita) à retaguarda. O que não tiver a perna flexionada procura ver se alguém se move. O que se mover, senta-se no chão. O ultimo a sentar-se será o vencedor.

QUEM SE MEXE PERDE

ANO DE ESCOLARIDADE: 1º ANO – 1ª FASE

2º ANO - 1ª FASE

CONCEITOS QUE SE PODEM EXPLORAR

NO ÂMBITO DAS DISCIPLINAS DE: **MEIO FÍSICO E SOCIAL**

- Reconhecer algumas regras de convivência social
- Reconhecer a importância de uma postura correta, para a saúde.

ATIVIDADES DE COMUNICAÇÃO E DINÂMICA DE GRUPO

ATIVIDADE Nº 6

NOME: “O LEILÃO DAS PROFISSÕES”

FINALIDADES: Desenvolvimento da integração social, da auto-avaliação e a classificação de valores.

NÚMERO DE PARTICIPANTES: 12 a 18 jogadores.

ADEREÇOS: Nenhum

CONDUÇÃO DO EXERCÍCIO: O jogador dispõem-se livremente pela sala.

O animador apresenta uma lista de profissões, que os jogadores terão de escolher. cada um dispões de cem pontos para gastar e não pode fazer ofertas que excedam esse limite.

Cada jogador seleciona duas profissões, a seu gosto, que terá de arrematar.

No final do leilão, as pessoas explicam o porquê da sua escolha e estabelece-se uma discussão sobre a sua importância.

O LEILÃO DAS PROFISSÕES

ANO DE ESCOLARIDADE: 2º ANO – 1ª FASE

CONCEITOS QUE SE PODEM EXPLORAR

NO ÂMBITO DAS DISCIPLINAS DE: **MEIO FÍSICO E SOCIAL**

- Descobrir a comunidade envolvente
- Identificar o modo de vida de diferentes membros da comunidade
- Reconhecer a importância das diferentes profissões
- Reconhecer aspetos relacionados com as diferentes profissões.

ATIVIDADE Nº 7

NOME: “COM CINCO PALAVRAS APENAS...”

FINALIDADES: Desenvolvimento da imaginação e da vivência em grupo.

NÚMERO DE PARTICIPANTES: 05 a 20 jogadores.

ADEREÇOS: Nenhum.

CONDUÇÃO DO EXERCÍCIO: O animador pede aos alunos, integrados em diferentes grupos, que escrevam numa folha cinco palavras, com a seguinte condição: terá de ser nome de localidade.

O professor escreve as palavras no quadro e propõe que cada grupo invente uma situação, com elas.

COM CINCO PALAVRAS APENAS...

ANO DE ESCOLARIDADE: 2º ANO – 2ª FASE

CONCEITOS QUE SE PODEM EXPLORAR

NO ÂMBITO DAS DISCIPLINAS DE: **MEIO FÍSICO E SOCIAL**

- Descobrir a comunidade em que vive
- Reconhecer aglomerados populacionais (aldeias, vilas, cidades,...)
- Identificar o nome de aglomerados populacionais.

ATIVIDADE Nº 8

NOME: “FORMAR CÍRCULOS E DAR AS MÃOS”

FINALIDADES: Estímulo do espírito de grupos e relacionamentos inter-grupo.

NÚMERO DE PARTICIPANTES: 02 a 28 jogadores.

ADEREÇOS: Nenhum

CONDUÇÃO DO EXERCÍCIO: Os jogadores espalham-se pela sala.

O animador diz, por exemplo: “*Cinco*”, e todos correm a formar círculos de cinco, dando as mãos uns aos outros. Os que ficarem de fora perdem.

O animador espera até que todos os grupos estejam a postos e, depois, diz outro número, por exemplo “*dez*” ou “*2*”.

O jogo termina quando apenas restarem dois jogadores, que serão os vencedores.

FORMAR CÍRCULOS E DAR AS MÃOS

ANO DE ESCOLARIDADE: 1º ANO – 1ª FASE

CONCEITOS QUE SE PODEM EXPLORAR

NO ÂMBITO DAS DISCIPLINAS DE: **MATEMÁTICA**

CONJUNTO

- As crianças que estão a jogar.
- As crianças que reúnem num grupo.

CONCEITO DE NÚMERO ORDINAL E CARDINAL

- A primeira, segunda,...; número a ser citado.

RELAÇÃO ÚNICA

- A cada criança grupo corresponde, em um só, número de alunos.

ATIVIDADE Nº 9

NOME: “O SOLDADO MARCHA”

FINALIDADES: Desenvolvimento da concentração e do espírito de grupo.

NÚMERO DE PARTICIPANTES: 05 a 20 jogadores.

ADEREÇOS: Nenhum

CONDUÇÃO DO EXERCÍCIO: Desenha-se uma circunferência de seis a dez metros de diâmetro, fora da qual se dispõem os jogadores, igualmente distanciados e na posição de sentido.

O professor diz “soldado...” e os jogadores respondem “marcha!”, começando a marchar. Se o =dirigente disser o nome de uma planta, os jogadores deverão responder “nada!” e tomar imediatamente a posição de sentido. Se disser o nome do animal que habitualmente corra, como o “cavalo”, os jogadores dirão “corre!” e correr para o interior do círculo, tentando tocar no “centro” sinalizado por uma pequena cruz ou representado por uma bola ou uma estaca, etc.¹. O jogador, quando não executar corretamente a marcha, ou não tomar a posição de sentido correspondente à resposta “nada!”, é excluído, até que outro cometa falta semelhante.

O SOLDADO MARCHA

ANO DE ESCOLARIDADE: 2º ANO – 1ª FASE

CONCEITOS QUE SE PODEM EXPLORAR

NO ÂMBITO DAS DISCIPLINAS DE: **MATEMÁTICA**

RELAÇÃO ÚNICA

- A cada situação corresponde um e só animal a imitar.

FORMAS GEOMÉTRICAS

- No solo podem ser desenhadas diferentes formas.

MEIO FÍSICO E SOCIAL

- Caracterizar alguns animais

1. 1 O professor poderá utilizar o modo de locomoção de outros animais, devendo o aluno os imitar.

- Caracterizar algumas características externas de animais
- Caracterizar o modo de vida de alguns desses animais.

ATIVIDADE Nº 10

NOME: “OS MEIOS DE TRANSPORTES”

FINALIDADES: Desenvolvimento da interação de grupo e da comunicação. Estímulo da capacidade de improviso e da criatividade.

NÚMERO DE PARTICIPANTES: 05 a 25 jogadores.

ADEREÇOS: Nenhum

CONDUÇÃO DO EXERCÍCIO: Os jogadores distribuem-se em grupos, conforme o meio de transporte escolhido previamente de livre vontade.

Um jogador serve de condutor do “veículo” escolhido e o restante imitam os solavancos da marcha, o inclinar das curvas, os balanços as travagens, etc.

Pode-se sugerir diversas situações: *uma velinha perdida, uma senhora grávida, uma criança mal disposta, um senhor apressado, etc.*

OS MEIOS DE TRANSPORTES

ANO DE ESCOLARIDADE: 2º ANO – 1ª FASE

CONCEITOS QUE SE PODEM EXPLORAR

NO ÂMBITO DAS DISCIPLINAS DE: **MATEMÁTICA**

CONJUNTO

- As crianças que estão a jogar.
- As crianças que estão a viver a determinado transporte
- O conjunto de condutores de veículos
- O conjunto dos passageiros de cada um dos diferentes transportes públicos utilizados

RELAÇÕES DE GRANDEZA

- O comboio é maior do que o autocarro.
- O avião pode levar um número maior de passageiro do que o elétrico.

NOÇÃO DE LINHAS PARALELAS

- Entre os quais movimentos o comboio e o elétrico.

MEIO FÍSICO E SOCIAL

- Identificar modos de proteger o seu corpo.
- Identificar alguns cuidados a ter na utilização dos transportes públicos.
- Conhecer os diferentes transportes públicos.
- Conhecer normas de relacionamento social, nos transportes públicos.

ATIVIDADE Nº 11

NOME: “OS NÁUFRAGOS”

FINALIDADES: Desenvolvimento da confiança e da integração social. Estimulo das relações intra-grupo e da imaginação.

NÚMERO DE PARTICIPANTES: 05 a 25 jogadores.

ADEREÇOS: Nenhum

CONDUÇÃO DO EXERCÍCIO: O animador, conta a seguinte história:

“A madeira, quando da descoberta, era uma ilha deserta, somente lá vivendo algumas espécies animais e vegetais.

As primeiras pessoas que colonizaram aquela ilha, foram enviadas de Portugal e eram geralmente presos e malfeitores, que trocavam a vida naquelas paragens e, pela pena de prisão no Continente.

Os náufragos tiveram sorte, indo parar a uma ilha deserta, desconhecida até então.”

Imaginem agora que os náufragos chegaram à ilha deserta.

Que fariam?

“ OS NÁUFRAGOS ”

ANO DE ESCOLARIDADE: 2º ANO – 2ª FASE

CONCEITOS QUE SE PODEM EXPLORAR

NO ÂMBITO DAS DISCIPLINAS DE: **MATEMÁTICA**

CONJUNTO

- As crianças que estão a jogar.
- As pessoas que colonizaram Madeira.

CONCEITO DE NÚMERO ORDINAL E CARDINAL

- Os primeiros colonizadores de Madeira

PONTOS INTERIORES, FRONTEIRAS E EXTERIORES

- As gotas de água do mar, referenciadas como pontos exteriores da Ilha de Madeira.
- As partículas de pó da Ilha de Madeira, referenciadas como pontos interiores.

ADIÇÃO

- Aos primeiros colonos da Ilha de Madeira, foram-se juntando cada vez mais colonizadores.

MEIO FÍSICO E SOCIAL

- Descobrir o passado nacional
- Conhecer fatos da história nacional.
- Localizar a descoberta da Ilha da Madeira, no friso cronológico da História de Portugal.
- Conhecer aspectos da vida quotidiana, do tempo em que ocorreu a colonização da Ilha de Madeira.

ATIVIDADE Nº 12

NOME: “CORRIDA DE OBSTÁCULOS”

FINALIDADES: Desenvolvimento da confiança, concentração e do espírito de grupo.

NÚMERO DE PARTICIPANTES: 12 a 20 jogadores.

ADEREÇOS: Nenhum

CONDUÇÃO DO EXERCÍCIO: Os jogadores formam uma roda e ficam na posição deitado de barriga para baixo, mãos debaixo do queixo, cabeça dirigida para o interior do círculo. Respondendo a um sinal, um aluno corre pela esquerda ou pela direita, saltando sucessivamente por cima dos companheiros. Ao chegar ao seu lugar, deita-se e o jogador seguinte levanta-se e procede de igual modo, o mesmo fazendo, um após outro, todos os jogadores. Havendo mais uma roda, ganhará o grupo que acabar primeiro.

CORRIDA DE OBSTÁCULOS

ANO DE ESCOLARIDADE: 1º ANO – 1ª FASE

1º ANO – 2ª FASE

CONCEITOS QUE SE PODEM EXPLORAR

NO ÂMBITO DAS DISCIPLINAS DE: **MATEMÁTICA**

CONJUNTO

- As crianças que estão a jogar.
- As crianças que estão deitadas no chão.
- As crianças que saltam sobre os restantes.

CONCEITO DE NÚMERO ORDINAL E CARDINAL

- A primeira, segunda,...; criança a saltar sobre as demais.

FORMAS GEOMÉTRICAS

- As crianças deitadas, poderão estar dispostas sob diversas formas.

MEIO FÍSICO E SOCIAL

- Localizar espaços em relação a um ponto de referência (em frente de .../atrás de.../ ao lado de...; à esquerda de.../ à direita de...

ATIVIDADE Nº 13

NOME: “BOM E BARATO”

FINALIDADES: Estímulo da auto-imagem, do auto-conhecimento e do espírito de grupo.

NÚMERO DE PARTICIPANTES: 02 a 20 jogadores.

ADEREÇOS: Nenhum

CONDUÇÃO DO EXERCÍCIO: Cada jogador escreve um “anúncio” que diz vendo a mim ou vendo um amigo.

No anúncio, deverá apresentar as razões, pelas quais alguém o compraria ao seu amigo.

Os anúncios são recolhidos e sorteados, por pequenos grupos; que irão tentar descobrir a quem pertencem.

BOM E BARATO

ANO DE ESCOLARIDADE: 1º ANO – 1ª FASE

CONCEITOS QUE SE PODEM EXPLORAR

NO ÂMBITO DAS DISCIPLINAS DE: **MATEMÁTICA**

CONJUNTO

- As crianças que estão a jogar.
- As crianças que já “descobriram a pessoa referenciada no anúncio”
- As crianças que ainda não “descobriram a pessoa referenciada no anúncio”

CONCEITO DE NÚMERO ORDINAL E CARDINAL

- A primeira, segunda,...; criança a “descobrir a pessoa referenciada no anúncio”.

RELAÇÃO ÚNICA

- A cada criança corresponde uma e só anúncio.

MEIO FÍSICO E SOCIAL

- Descobrir a sua pessoa
- Conhecer os seus gostos e preferências
- Descrever os seus gostos e preferências

ATIVIDADES DE MÍMICA

ATIVIDADE Nº 14

NOME: “O DESMAIO”

FINALIDADES: Desenvolvimento da confiança e da capacidade de relaxamento.

NÚMERO DE PARTICIPANTES: 02 a 05 jogadores.

ADEREÇOS: Nenhum.

CONDUÇÃO DO EXERCÍCIO: Os jogadores colocam-se a uma certa distância uns atrás dos outros, mas ambos virados para o mesmo lado.

A pessoa que estiver à frente deixa-se cair para trás e é agarrada pela(s) que está(ão) atrás de si.

O parceiro da frente deve estar relaxado.

O DESMAIO

ANO DE ESCOLARIDADE: 1º ANO – 2ª FASE

CONCEITOS QUE SE PODEM EXPLORAR

NO ÂMBITO DAS DISCIPLINAS DE: **MATEMÁTICA**

CONJUNTO

- As crianças que irão jogar.
- O conjunto dos jogadores que estão a amparar o “desmaiado”.
- O conjunto dos “desmaiado”

VERTICALIDADE

- Ao desmaiar o “pacientes” abandona a posição de verticalidade.

MEIO FÍSICO E SOCIAL

- Identificar alguns aspetos relacionados com o seu grupo.
- Reconhecer situações agradáveis e desagradáveis, relacionadas com o seu corpo (desequilíbrio/equilíbrio).

ATIVIDADE Nº 15

NOME: “A ÁGUA DEBAIXO DAS PONTES”

FINALIDADES: Exploração das possibilidades expressivas corporais em deslocação no espaço.

NÚMERO DE PARTICIPANTES: 05 a 15 jogadores.

ADEREÇOS: Nenhum.

CONDUÇÃO DO EXERCÍCIO: Os alunos circulam livremente pela sala e ao sinal do professor, imitarão com o corpo, diversas situações, tendo como referência comum, estes utilizarem a água:

Imitar a água a correr num rio,

Imitar uma catarata,

Imitar uma gota a rolar numa folha,

Imitar as gotas de água numa nuvem.

A ÁGUA “DEBAIXO DAS PONTES”

ANO DE ESCOLARIDADE:

CONCEITOS QUE SE PODEM EXPLORAR

NO ÂMBITO DAS DISCIPLINAS DE: **MEIO FÍSICO E SOCIAL**

- Descobrir o comportamento de elementos naturais,
- Identificar os diversos modos, como água pode ocorrer na natureza,
- Identificar algumas das características da água.

ATIVIDADE Nº 16

NOME: “O PASSO DE GIGANTE”

FINALIDADES: Desenvolvimento da confiança e concentração.

NÚMERO DE PARTICIPANTES: 06 a 12 jogadores.

ADEREÇOS: Nenhum.

CONDUÇÃO DO EXERCÍCIO: Estabelece-se, previamente, o número de passos que os jogadores darão.

Ao primeiro sinal, todos os jogadores dão um passo de gigante em frente, tão grande quanto possível.

Ao segundo sinal, procedem da mesma forma, dando novo passo em frente e assim por diante, até que todos tenham completado o número de passos estabelecido.

Vence o que estiver mais adiante da linha de partida.

Nesta atividade, deve atender-se à estatura dos jogadores, que convém ser semelhante nos elementos que formam cada grupo.

O PASSO DO GIGANTE

ANO DE ESCOLARIDADE: 1º ANO – 1ª FASE

CONCEITOS QUE SE PODEM EXPLORAR

NO ÂMBITO DAS DISCIPLINAS DE: **MEIO FÍSICO E SOCIAL**

- Identificar características do seu corpo
- Estabelecer comparação do seu corpo, com o dos outros (mais alto/mais baixo)

ATIVIDADE Nº 17

NOME: “CENAS DA VIDA REAL”

FINALIDADES: Abrir caminho à dramatização e estimular a capacidade de improviso e as aptidões corporais.

NÚMERO DE PARTICIPANTES: 05 a 28 jogadores.

ADEREÇOS: Os cenários de algumas “*representações*” poderão ser pintados pelos jogadores.

CONDUÇÃO DO EXERCÍCIO: Formam-se grupos pequenos e atribui-se a cada um, determinada cena da vida real, como por exemplo: “*o trigo a balançar ao vento numa seara, com os passarinhos e o espantalho*”, “*as ovelhas a pastar no campo, com o pastor e o cão*”, “*aspetos da vida da cidade, com o automóveis e os peões*”, etc..

Fazem-se as improvisações uma a uma, após o que se repetem as cenas, mudando os papéis. Comentam-se e avaliam-se os resultados.

CENAS DA VIDA REAL

ANO DE ESCOLARIDADE: 1º ANO – 1ª FASE

2º ANO – 1ª FASE

1º ANO – 2ª FASE

CONCEITOS QUE SE PODEM EXPLORAR

NO ÂMBITO DAS DISCIPLINAS DE: **MATEMÁTICA**

CONJUNTO

- As crianças que estão a jogar.
- As crianças que já jogaram

CONCEITO DE NÚMERO ORDINAL E CARDINAL

- O primeiro, segundo,...; grupo a terminar a representação.

RELAÇÃO ÚNICA

- A cada grupo corresponde uma e só uma representação.

MEIO FÍSICO E SOCIAL

- Descobrir o meio natural em que vive

- Sensibilizar para os aspectos estéticos do meio ambiente
- Identificar os movimentos existentes na natureza.



ATIVIDADE Nº 18

NOME "A FEIRA POPULAR"

FINALIDADES: Desenvolvimento da concentração e do espírito de grupo. Estimulo da imaginação e da capacidade de improvisação.

NÚMERO DE PARTICIPANTES: 12 a 28 jogadores.

ADEREÇOS: Nenhum

CONDUÇÃO DO EXERCÍCIO: Divide-se a totalidade dos elemento do grupo, em diversos subgrupos. que irão pensar nos diferentes tipos de entretenimento que a feira popular oferece. Uma vez, completada esta tarefa, metade do grupo vai atuar como público que visita a feira, enquanto que a outra metade, tenta atrair fregueses às suas barracas, deixando-os experimentar os seus divertimentos.

Terminada a primeira fase, os elementos mudam de papéis e a atividade recomeça.

- Sugestões para as barracas de divertimentos:

“Barraca de tiros”

“Prove a sua força !”

“Poço da morte”

“Setas”

“Carroceis”

“Comes e bebes”

“Matraquilhos “

“Ilusionismo”

“Rifas”

A FEIRA POPULAR

ANO DE ESCOLARIDADE: 1º ANO – 2ª FASE

CONCEITOS QUE SE PODEM EXPLORAR

NO ÂMBITO DAS DISCIPLINAS DE: **MATEMÁTICA**

CONJUNTO

- As crianças que estão a jogar
- Os divertimentos que se podem desenvolver na feira
- As crianças que são “vendedoras”
- As crianças que são “visitantes”

Expressão Dramática



CONCEITO DE NUMERO ORDINAL E CARDINAL

- O primeiro, segundo, ...; divertimentos “visitados”

MEIO FÍSICO E SOCIAL

- Reconhecer os diferentes espaços da sua localidade.
- Reconhecer a feira, como espaço de lazer e cultura.
- Identificar a feira, como um costume e tradição local.

ATIVIDADE Nº 19

NOME: “O NOVO PROFESSOR”

FINALIDADES: Desenvolvimento das Possibilidades vocais e do domínio da voz.

NÚMERO DE PARTICIPANTES: 5 a 15 jogadores

ADEREÇOS: Nenhum

CONDUÇÃO DO EXERCÍCIO: O animador propõe que os alunos se imaginem num dos seguintes locais: canil, gaiola de pássaros, capoeira, jardim zoológico, floresta virgem, etc.

Os jogadores procuraram, recriar o ambiente sonoro do local considerado.

O animador pede seguidamente que os alunos individualmente, façam um monólogo com as entoações e comportamentos próprios do animal que escolher. Uma vez imitados diversos animais, o animador sugere diálogos entre eles.

O NOVO PROFESSOR

ANO DE ESCOLARIDADE: 2º ANO – 1ª FASE

CONCEITOS QUE SE PODEM EXPLORAR

NO ÂMBITO DAS DISCIPLINAS DE: **MEIO FÍSICO E SOCIAL**

- Descobrir os seres vivos
- Reconhecer o modo de vida dos diferentes animais
- Reconhecer algumas das suas características físicas
- Conhecer existência de animais domésticos
- Conhecer a existência de animais selvagens.

ATIVIDADE Nº 20

NOME "OS POTES"

FINALIDADES: Desenvolvimento da confiança, concentração e do espírito de grupo.

NÚMERO DE PARTICIPANTES: 12 a 18 jogadores

ADEREÇOS: Nenhum

CONDUÇÃO DO EXERCÍCIO: Os jogadores colocam-se em posição "agachada" (sentados com as pernas cruzadas ou com os joelhos flexionados e unidos, com as mãos nos quadris, à cabeça, ou com os braços cruzados por debaixo das pernas) simulando, assim, um pote de grandes asas. Dois jogadores se fazem de comprador e vendedor.

O "comprador" pergunta: "Tem potes?" "E escolhe", responde o "vendedor". O "comprador" vai batendo, cuidadosamente, com a mão fechada, na "tampa" dos "potes", isto é, em qualquer parte do corpo, exceto na cabeça dos companheiros; finge ouvir o som que a pancada produz no pote de barro. Logo que o som lhe agrada, ajusta o "pote" escolhido e, juntamente com o "vendedor", transporta-o para o local previamente determinado, segurando-o pelas "asas", isto é, enfiando os braços no camarada que faz de "pote".

OS POTES

ANO DE ESCOLARIDADE: 1º ANO – 2ª FASE

CONCEITOS QUE SE PODEM EXPLORAR

NO ÂMBITO DAS DISCIPLINAS DE: **MATEMÁTICA**

CONJUNTO

- As crianças que estão a jogar
- As crianças que são os "potes"
- As crianças que são os "compradores"

CONCEITO DE NUMERO ORDINAL E CARDINAL

- O primeiro, segundo, ...; pote a ser vendido.

RELAÇÃO BIUNÍVOCA

- A cada pote corresponde duas asas.

MEIO FÍSICO E SOCIAL

- Identificar atividades humanas ligadas ao meio social envolvente
- Reconhecer diferentes locais de comércio
- Reconhecer diferentes produtos a serem transacionados
- Reconhecer o processo de compra e venda

ATIVIDADE Nº 21

NOME: “A MARCHA DO GANSO E DO URSO”

FINALIDADES: Desenvolvimento da confiança e concentração.

NÚMERO DE PARTICIPANTES: 12 a 20 jogadores

ADEREÇOS: Nenhum

CONDUÇÃO DO EXERCÍCIO: Os jogadores, distribuídos por grupos de *seis*, colocam-se, em coluna por um, à retaguarda dos respetivos “*chefes*”. Os grupos dispõem-se paralelamente a intervalados de dois metros.

O “*chefe*” de uma das equipas, ao sinal, torna a posição de flexão das pernas calcanhares elevados e nos segurando os tornozelos, no que é imitado pelos restantes - GANSOS.

O “*chefe*” da Outra equipe, toma a posição de grande flexão das pernas, calcanhares elevados e mãos segurando os joelhos, no que é imitado pelos restantes - URSOS.

Ao sinal iniciam a marcha, segundo o percurso designado, até atingir a “*linha de chegada*”, previamente marcada no terreno ou na sala.

PROLONGAMENTOS: Este jogo pode ser disputado sob a forma de concurso, sendo o vencedor o grupo que primeiro ultrapassar a “*linha de chegada*”, sem alterar a posição.

MARCHA DO GANSO E DO URSO

ANO DE ESCOLARIDADE: 2º ANO – 1ª FASE

CONCEITOS QUE SE PODEM EXPLORAR

NO ÂMBITO DAS DISCIPLINAS DE: **MEIO FÍSICO E SOCIAL**

- Identificar o modo como se deslocam alguns animais
- Reconhecer o urso como animal selvagem
- Reconhecer o ganso como animal doméstico

ATIVIDADE Nº 22

NOME "O CÃO E OS COELHOS"

FINALIDADES: Desenvolvimento da confiança, concentração e das relações de inter-grupo.

NÚMERO DE PARTICIPANTES: 12 a 20 jogadores

ADEREÇOS: Nenhum

CONDUÇÃO DO EXERCÍCIO: Os jogadores dividem-se em grupos de três. Cada grupo forma uma roda, tomando a posição de braços em elevação lateral e mãos em apoio recíproco nos ombros. Cada grupo, separado dos restantes, apresenta uma "árvore oca", onde se encontra refugiado um "coelho". Destaca-se um jogador para servir de "cão". Há um "coelho" que não tem "toca". Dado o sinal de "começar", o "cão" inicia a caça ao "coelho" que não tem "toca". Quando o perseguido se quiser refugiar, entra numa das tocas, cabendo ao "coelho" que lá se encontrava fugir do "cão". Não podem esconder-se dois "coelhos" na mesma "árvore". Se o "cão" conseguir apanhar o "coelho", muda de situação, passando o "coelho", a ser "cão" e vice-versa. Os "coelhos" e as "árvores" trocam os seus lugares quando quiserem.

O CÃO E OS COELHOS

ANO DE ESCOLARIDADE: 1º ANO – 2ª FASE

CONCEITOS QUE SE PODEM EXPLORAR

NO ÂMBITO DAS DISCIPLINAS DE: **MATEMÁTICA**

CONJUNTO

- As crianças que estão a jogar
- As crianças que pertencem a cada um dos grupos
- As crianças desempenham na atividade, funções idênticas

RELAÇÃO ÚNICA

- A cada coelho, só pode corresponder uma e uma só árvore.
- MEIO FÍSICO E SOCIAL
- Identificar a caça como uma atividade humana, ligada à natureza
- Reconhecer a extinção das espécies, como consequência da prática indiscriminada da caça.

ATIVIDADE Nº 23

NOME: “A RAPOSA, A GALINHA E OS PINTOS”

FINALIDADES: Desenvolvimento da confiança, concentração e das relações de inter-grupo.

NÚMERO DE PARTICIPANTES: Vários grupos, cada um dos quais com seis a doze jogadores.

ADEREÇOS: Nenhum

CONDUÇÃO DO EXERCÍCIO: Um dos jogadores é designado como “*raposa*”; os outros formam em coluna, com as pernas afastadas e as mãos passando pela cintura do participante da frente, com os dedos cruzados. O primeiro de cada coluna é a “*gatinha*” e os restantes so os “*pintos*”.

Ao sinal, a “*raposa*” pretende agarrar o último “*pinto*”; a “*galinha*”, com os braços em elevação lateral, protege os “*pintos*” e desloca-se por pequenos saltos, de pernas afastadas, fazendo frente à “*raposa*”. Os “*pintos*” que lhe estão agradados, em coluna, saltam também de pernas afastadas, procurando furtar-se à “*raposa*”. Passado algum tempo, os jogadores mudam de situação.

Convém que tanto a “*raposa*” como a “*galinha*” sejam desempenhados pelos elementos mais crescidos.

A RAPOSA, A GALINHA E OS PINTOS

CONCEITOS QUE SE PODEM EXPLORAR

NO ÂMBITO DAS DISCIPLINAS DE: **MEIO FÍSICO E SOCIAL**

Localizar espaços em relação a um ponto de referência (em frente de.../atrás de...; dentro de... / ao lado de...; à esquerda de.../ à direita de...

ATIVIDADES DE ORIENTAÇÃO ESPACIAL

ATIVIDADE Nº 24

NOME: “O SEMPRE EM PÉ”

FINALIDADES: Desenvolvimento da confiança, concentração e orientação

NÚMERO DE PARTICIPANTES: 12 a 20 jogadores

ADEREÇOS: Nenhum

CONDUÇÃO DO EXERCÍCIO: Ao centro, coloca-se um jogador, “*sempre em pé*”, que, mantendo-se bem estendido, se deixa cair para cima dos circunstantes.

Estes, estendendo os braços, empurram-no para o que está ao lado e, assim sucessivamente, fazendo o “*sempre em pé*” andar à roda.

O SEMPRE EM PÉ

ANO DE ESCOLARIDADE: 1º ANO – 2ª FASE

CONCEITOS QUE SE PODEM EXPLORAR

NO ÂMBITO DAS DISCIPLINAS DE: **MATEMÁTICA**

CONJUNTO

- As crianças que estão a jogar
- O conjunto dos jogadores que estão a amparar o “sempre em pé”
- O conjunto dos “sempre em pé”

VERTICALIDADE

- O “sempre em pé” tende a manter-se permanentemente na vertical

MEIO FÍSICO E SOCIAL

- Identificar alguns aspetos relacionados com o seu corpo
- Reconhecer situações agradáveis e desagradáveis relacionadas com o seu corpo tais como (desquilíbrio/equilíbrio).

ATIVIDADE Nº 25

NOME: “ELEVAR O CORPO”

FINALIDADES: Desenvolvimento da confiança, concentração e do espírito de grupo.

NÚMERO DE PARTICIPANTES: 6 a 10 jogadores

ADEREÇOS: Nenhum

CONDUÇÃO DO EXERCÍCIO: O grupo escolhe, à sua vez, um dos seus elementos e levanta-o, numa posição horizontal, acima das cabeças. Aí se manterá durante um dado espaço de tempo, e depois é baixado, com cuidado, até ao chão. A pessoa que for levantada deve descontraí-la e fechar os olhos

PROLONGAMENTOS: Os grupos poderão levantar e baixar o sujeito todos à uma. Procedendo-se assim, evita-se a confusão e auxilia-se a concentração.

ELEVAR O CORPO

ANO DE ESCOLARIDADE: 1º ANO – 2ª FASE

CONCEITOS QUE SE PODEM EXPLORAR

NO ÂMBITO DAS DISCIPLINAS DE: **MATEMÁTICA**

CONJUNTO

- As crianças que estão a jogar
- O conjunto dos jogadores que estão a ser elevados
- O conjunto dos jogadores que estão a se erguer no ar

HORIZONTALIDADE

- A criança irá ser mantida na posição horizontal

MEIO FÍSICO E SOCIAL

- Identificar fenômenos relacionados com algumas funções vitais
- Reconhecer o medo/tensão, como estado psíquico e as suas respetivas ações físicas
- Reconhecer partes constituintes do seu corpo (cabeça, tronco, membros)

ATIVIDADE Nº 26

NOME "LEVANTAR TRONCOS"

FINALIDADES: Desenvolvimento da confiança, concentração e orientação.

NÚMERO DE PARTICIPANTES: 12 a 20 jogadores

ADEREÇOS: Nenhum

CONDUÇÃO DO EXERCÍCIO: Em duas filas, em linha., ficando a primeira fila na posição deitado dorsal ou sentado, pernas estendidas, com os pés apoiados contra uma parede; ou em quatro camadas, frente ao centro, ficando com os jogadores do meio na posição de deitado dorsal ou sentado, pernas estendidas, com os pés em apoio mútuo. Os jogadores das fileiras da retaguarda ficam na posição de joelho, com um só joelho em terra.

Os jogadores que representam os troncos a levantar poderão ter os braços ao longo do corpo, em elevação superior com as mãos na nuca.

Os "troncos" poderão ser levantados a 45º, ou até à posição vertical, conforme for determinado, sendo vencedor o que mais rápido e corretamente atingir a posição indicada. Devem trocar-se os lugares dos jogadores no fim de algum tempo e repetir o exercício o mesmo número de vezes.

LEVANTAR TRONCOS

ANO DE ESCOLARIDADE: 1º ANO – 1ª FASE

2º ANO – 1ª FASE

CONCEITOS QUE SE PODEM EXPLORAR

NO ÂMBITO DAS DISCIPLINAS DE: **MATEMÁTICA**

CONJUNTO

- As crianças que estão a amparar.
- As crianças que estão a ser elevadas.

AMPLITUDE DE UM ÂNGULO

- O corpo da criança erguida descreve em relação ao solo, ângulos com diferentes amplitudes.

MEIO FÍSICO E SOCIAL

- Reconhecer e aplicar normas de higiene corporal
- Importância de posturas corretas para a saúde
- Importância da execução de exercícios em posição correta.

ATIVIDADE Nº 27

NOME: “GUIAR O CEGO”

FINALIDADES: Desenvolvimento da confiança, concentração e orientação.

NÚMERO DE PARTICIPANTES: 2 jogadores

ADEREÇOS: Nenhum

CONDUÇÃO DO EXERCÍCIO: Aos pares os jogadores saem da sala de aula e dão uma volta de dez minutos pela escola.

Um dos jogadores apresentará os olhos vendados e o outro será o seu guia².

No final, o aluno que esteve com os olhos vendados, tentará adivinhar o percurso efetuado e descreverá o que sentiu durante aquela “*viagem*”.

Posteriormente os jogadores deverão inverter os papéis.

GUIAR O CEGO

ANO DE ESCOLARIDADE: 2º ANO – 1ª FASE

1º ANO – 2ª FASE

CONCEITOS QUE SE PODEM EXPLORAR

NO ÂMBITO DAS DISCIPLINAS DE: **MEIO FÍSICO E SOCIAL**

- Descobrir o meio onde vive.
- Distinguir sons, cheiros, características físicas do meio envolvente.

O guia durante o percurso em que orienta o seu colega, deverá permanecer em silêncio, só intervindo em caso de extrema necessidade.

ATIVIDADES DE CONSTRUÇÃO DE PERSONAGENS

ATIVIDADE Nº 28

NOME: “O CASAMENTO”

FINALIDADES: Desenvolvimento da capacidade de improvisação e do espírito de grupo. Estímulo da auto-confiança.

NÚMERO DE PARTICIPANTES: 5 a 20 jogadores

ADEREÇOS: Roupas e bugigangas velhas

CONDUÇÃO DO EXERCÍCIO: o animador propõe às crianças, que inventem uma história, em que ocorra um casamento.

Estabelece seguidamente com as crianças, as sequências que compõe a história e a sua localização no espaço de que dispõe.

As crianças escolhem, com a orientação, as personagens que vão representar.

A história é executada em movimento mímico..

O CASAMENTO

CONCEITOS QUE SE PODEM EXPLORAR

NO ÂMBITO DAS DISCIPLINAS DE: **MEIO FÍSICO E SOCIAL**

- Descobrir a sociedade em que está inserido
- Conhecer algumas regras de convivência social
- Reconhecer o casamento como prática social

ATIVIDADE Nº 29

NOME: “AS ESTÁTUAS”

FINALIDADES: Descoberta das possibilidades de expressão do corpo sem deslocação no espaço.

NÚMERO DE PARTICIPANTES: 10 a 20 jogadores

ADEREÇOS: Nenhum

CONDUÇÃO DO EXERCÍCIO: Os alunos deslocam-se livremente na sala, “dentro” de dois círculos desenhados no chão.

O professor deve ter o cuidado de que em cada círculo, esteja o mesmo número de alunos, virados uns para os outros.

Ao sinal do professor, os alunos irão ficar parados com determinada expressão mímica de sensações: triste, alegre, doente, zangado, com frio, etc.

Porém, enquanto os alunos que ficam no círculo interior, fazem uma expressão mímica, os alunos que ficam no exterior, fazem a expressão mímica oposta.

AS ESTÁTUAS

CONCEITOS QUE SE PODEM EXPLORAR

NO ÂMBITO DAS DISCIPLINAS DE: **MEIO FÍSICO E SOCIAL**

- Identificar alguns aspetos relacionados com o seu corpo
- Reconhecer situações agradáveis e desagradáveis, relacionadas com o seu corpo

ATIVIDADE Nº 30

NOME: “O MACACO IMITADOR”

FINALIDADES: Desenvolvimento da confiança, capacidade de concentração.

NÚMERO DE PARTICIPANTES: 5 a 20 jogadores

ADEREÇOS: Nenhum

CONDUÇÃO DO EXERCÍCIO: Desenha-se no solo uma circunferência de 4 a 6 metros de raio e dispõem-se os jogadores à sua. volta.

O professor nomeia qualquer dos seguintes animais: “*coelho*”, “*canguru*”, “*macaco*”, “*pardal*”, “*avestruz*”, “*cegonha*”, etc., a que corresponde uma modalidade de salto a executar pelos jogadores.

Todos estes saltos devem ser intervalados por curta marcha, e executados à voz do professor.

O MACACO IMITADOR

ANO DE ESCOLARIDADE: 2º ANO – 1ª FASE

CONCEITOS QUE SE PODEM EXPLORAR
NO ÂMBITO DAS DISCIPLINAS DE: **MATEMÁTICA**

RELAÇÃO ÚNICA

- A cada criança corresponde um e só animal a imitar

FORMAS GEOMÉTRICAS

- No solo podem ser desenhadas diferentes formas

MEIO FÍSICO E SOCIAL

- Caracterizar alguns animais
- Caracterizar algumas características externas de animais
- Caracterizar o modo de vida de alguns desses animais

ATIVIDADE Nº 31

NOME: “O LEITOR IMITADOR”

FINALIDADES: Desenvolvimento da confiança, concentração e da criatividade.

NÚMERO DE PARTICIPANTES: 10 a 20 jogadores

ADEREÇOS: Uma revista, um livro ou um jornal.

CONDUÇÃO DO EXERCÍCIO: Os elementos de cada grupo escolhem um texto escrito do seu agrado.

O animador explica então, o modo como se vai desenrolar a atividade; devendo os elementos de cada grupo ler o texto como se fossem determinado animal e como se esse animal se encontrassem em diferentes situações de leitura:

- Sugestões para as barracas de divertimentos:

Burro

Gato

Cão

Cavalo

- Sugestões para as barracas de divertimentos:

Estilo de um locutor de futebol.

Estilo de uma autoridade a ler um discurso

Estilo de um vendedor de “*banha de cobra*”

O LEITOR IMITAR

ANO DE ESCOLARIDADE: 2º ANO – 1ª FASE

CONCEITOS QUE SE PODEM EXPLORAR

NO ÂMBITO DAS DISCIPLINAS DE: **MEIO FÍSICO E SOCIAL**

- Descobrir o meio próximo
- Caracterizar alguns animais domésticos existentes no meio próximo
- Caracterizar algumas características exteriores desses animais
- Conhecer o apelido da sua família
- Caracterizar o modo de vida de alguns desses animais

ATIVIDADE Nº 32

NOME: “VIRIATO”

FINALIDADES: Desenvolvimento capacidade de improvisação, do espírito de grupo e da auto-estima.

NÚMERO DE PARTICIPANTES: 5 a 20 jogadores

ADEREÇOS: Roupa e bugigangas velhas

CONDUÇÃO DO EXERCÍCIO: O animador motiva as crianças no sentido de irem “acompanhar” Viriato e os seus amigos, numa aventura.

As crianças escolhem entre si as personagens e improvisam a ação, entrando em “cena”, quando considerem adequado.

VIRIATO

CONCEITOS QUE SE PODEM EXPLORAR

NO ÂMBITO DAS DISCIPLINAS DE: **MEIO FÍSICO E SOCIAL**

- Descobrir o passado nacional
- Conhecer fatos da história nacional
- Localizar as “lutas de Viriato”, no fuso cronológico da História de Portugal
- Conhecer aspectos da vida quotidiana do tempo de Viriato

ATIVIDADES DE DESCONTRAÇÃO E RELAXAMENTO

ATIVIDADE Nº 33

NOME: “A GALINHA TONTA”

FINALIDADES: Desenvolvimento da confiança, e capacidade de relaxamento.

NÚMERO DE PARTICIPANTES: 2 jogadores

ADEREÇOS: Nenhum

CONDUÇÃO DO EXERCÍCIO: Um dos participantes deita-se no chão e descontraí-se. Outro elemento agarrar-se na cabeça e move-a suavemente para a esquerda e para a direita. O parceiro que está deitado, deve descontrair os músculos do pescoço e deixar que o outro lhe ampare totalmente a cabeça.

A GALINHA TONTA

CONCEITOS QUE SE PODEM EXPLORAR
NO ÂMBITO DAS DISCIPLINAS DE: **MEIO FÍSICO E SOCIAL**

- Descobrir o seu corpo
- Reconhecer a existência dos órgãos
- Reconhecer a existência das articulações
- Identificar os ossos, com a função de suporte
- Reconhecer a existência dos músculos
- Reconhecer a relação do músculo com o movimento

ATIVIDADE Nº 34

NOME: “O HOMEM ELÁSTICO”

FINALIDADES: Desenvolvimento da capacidade de relaxamento, do domínio corporal e reconhecimento sensorial.

NÚMERO DE PARTICIPANTES: 2 a 20 jogadores

ADEREÇOS: Nenhum

CONDUÇÃO DO EXERCÍCIO: Cada jogador senta-se no chão com os joelhos dobrados, membros superiores e abraçam firmemente as pernas, a cabeça enterrada nos joelhos, as costas bem arqueadas, os ombros para a frente a envolver as pernas, os músculos da face tensos.

Esta posição é mantida, pelo menos durante um minuto, após, muito devagar, abrindo-se a contração muscular e desdobram o corpo até ficar bem estendido e relaxado.

O HOMEM ELÁSTICO

CONCEITOS QUE SE PODEM EXPLORAR

NO ÂMBITO DAS DISCIPLINAS DE: **MEIO FÍSICO E SOCIAL**

- Descobrir o seu corpo
- Reconhecer a existência dos órgãos
- Reconhecer a existência das articulações
- Identificar os ossos, com a função de suporte
- Reconhecer a existência dos músculos
- Reconhecer a relação do músculo com o movimento

ATIVIDADE Nº 35

NOME: “OS URSOS GULOSOS”

FINALIDADES: Desenvolvimento do relaxamento e do domínio corporal

NÚMERO DE PARTICIPANTES: 2 a 28 jogadores

ADEREÇOS: Nenhum

CONDUÇÃO DO EXERCÍCIO: O animador lê aos jogadores uma história. *Exemplo da história:*

“Hoje, vocês são URSOS e estão na floresta.

É de manha e acabaram de acordar e de sair da toca.

Vão bocejar e espreguiçar-se, devagar..., devagar.

Agora é preciso ir à procura de comida boa.

Procurem, PROCUREM, Vejam bem à. vossa volta.

Vão andar como se fossem muito pesados e muito grandes: BUM

BADUM BUM BADUM !...

OH! Ali está uma árvore muito grande. Aproximem-se dela..., estão vendo aquele buraco?... Coloquem lá a mão. Sinta algo que se pega aos dedos... Tirem um bocado com a mão, é mel ... muito doce...

Lambam os dedos, um a um.. Hum... é mesmo muito bom... Vamos tirar mais....

Agora. que já comeram muito, estão de barriga cheia e começa então a “chegar o sono”.

ATIVIDADES DE EXPRESSÃO DRAMÁTICA

Ora ali está um lugar bom para descansarem. Deitem-se de barriga para cima, fechem os olhos e tentem lembrar-se do tudo o que fizeram nas aTividades de hoje.

OS URSOS GULOSOS

ANO DE ESCOLARIDADE: 2º ANO – 1ª FASE

CONCEITOS QUE SE PODEM EXPLORAR

NO ÂMBITO DAS DISCIPLINAS DE: **MEIO FÍSICO E SOCIAL**

- Descobrir os seres vivos
- Reconhecer o modo de vida do Urso
- Reconhecer algumas das suas características físicas

- Conhecer a existência de animais selvagens



ANEXO

AVALIAÇÃO DAS ATIVIDADES DE EXPRESSÃO DRAMÁTICA

A avaliação da forma como decorreram as atividades, do modo como reagiram as crianças e a auto-avaliação da sua própria ação, será certamente uma preocupação dominante do educador, dado que é através delas que ele observa os erros cometidos e os êxitos conseguidos, baseando sobre as deduções alcançadas, a atuação das atividades seguintes.

De certa forma subjetiva, esta avaliação, trata-se de uma espécie de exame de consciência efetuado pelo educador, com o propósito de verificar a eficácia do seu modo de atuação, alterando-o se necessário.

REFLEXÃO SOBRE A ATUAÇÃO DO PRÓPRIO PROFESSOR

- Conheço os gostos e valores das crianças?
- Conheço os interesses de cada criança?
- Conheço os problemas de cada criança?
- Trato as crianças com consideração, como pessoas, atendendo aos seus interesses?
- Certifiquei-me dos seus interesses ou confundi os meus, com os interesses das crianças?
- Consegui motivar a liberdade espontânea e a auto-suficiência das crianças, ou fui opressivo de algum modo?
- As crianças participaram ativamente nas atividades, dando sugestões?
- Que voz se houve com mais frequência na sala? Deixo falar as crianças?
- Consigo que o tempo das atividades seja um período de agradável convívio e trabalho com as crianças?

REFLEXÃO SOBRE A REAÇÃO DE CADA CRIANÇA

- Tem descoberto soluções para os problemas que foram propostos?
- Tem mostrado capacidade de imaginação no desenvolvimento dos temas sugeridos?
- Tem-se mostrado original e criativa nas suas formas de movimentação?
- Tem contribuído com idéias para a solução de problemas em grupo?
- Tem utilizado a movimentação no espaço para dar maior ênfase às suas expressões?
- Relaciona-se com a facilidade e harmonia com o grupo?
- Tem contribuído com idéias, para o aperfeiçoamento de determinadas ações ou formas de

movimento e expressão?



REFLEXÃO SOBRE O MODO COMO DECORREU CADA SEÇÃO

- As crianças compreenderam os temas propostos?
- As atividades suscitaram o interesse de todas as crianças?
- Houve variedade de respostas às atividades?
- Houve originalidade nas respostas às atividades?
- Houve no desenrolar da atividade variedade de ação? Contraste? Unidade?
- As movimentações foram variadas e originais, ou fechadas e hesitantes?
- O que se revelou suscitar maior interesse na sessão?
- As crianças estiveram concentradas nas suas ações do princípio ao fim? “Viveram” as atividades?
- Houve críticas, discussões e sugestões das crianças, para aperfeiçoamento das ações? Experimentaram-se essas sugestões?
- Houve oportunidade de expressão pessoal e de interligação entre os membros dos grupos, conseguindo-se criações coletivas?
- Os grupos conseguiram organizar-se e criar por si, sem intervenção direta do educador?

BIBLIOGRAFIA

Ensino Básico “**Reforma educativa**” Editorial do Ministério da Educação. Lisboa, 1990.

LAENHARDT, Pierre “**A criança e a expressão dramática**” Lisboa: Ed. Estampa Lisboa, 1979.

PEREIRA, Alberto Marques Pereira e outros “**Manual de jogos educativos**” Mocidade Portuguesa.

RYNDAERT, Jean-Pierre “**O jogo dramático no meio escolar**” Coimbra: Ed: Centelha, 1981.

SOUSA, Alberto B. “**Educação pelo movimento expressivo – movimento – música - drama**” Lisboa: Ed. Básica, 1979.

SOUSA, Alberto B. “**Dando educativa na escola – movimento educativo – expressão corporal – dança criativa**” Lisboa: Ed. Básica, 1979

SOUSA, Alberto B. **“Dando educativa na escola (TOMO 2) – movimento educativo – expressão corporal – dança criativa”** Lisboa: Ed. Básica, 1979.







