

## #ESTUDOEMCASA

BLOCO N.º 48

DISCIPLINA: EDUCAÇÃO ARTÍSTICA - TEATRO

ANO(S) 1.º Ciclo

APRENDIZAGENS ESSENCIAIS

- **Apropriação e Reflexão:** Reconhecer diferentes formas de um ator usar a voz (altura, ritmo, intensidade) e o corpo (postura, gestos, expressões faciais) para caracterizar personagens e ambiências.
- **Interpretação e Comunicação:** Distinguir, pela experimentação e pela reflexão, jogo dramático, improvisação e representação.
- **Experimentação e Criação:** Explorar as possibilidades motoras e expressivas do corpo em diferentes atividades (de movimento livre ou orientado, criação de personagens, etc.). Construir personagens, em situações distintas e com diferentes finalidades. Transformar o espaço com recurso a elementos plásticos/cenográficos e tecnológicos produtores de signos (formas, imagens, luz, som, etc.).

### Título/Tema do Bloco

## “Vamos construir uma História”: Quadros e personagens II

### Tarefas/ Atividades/ Desafios

1. **Aquecimento:** Fazer um aquecimento dos desenvolvidos por nós nos blocos anteriores.
2. A partir da atividade desenvolvida no bloco, com a ajuda de um adulto, ensaia a tua história ou aquela que desenvolvemos neste bloco temático. À semelhança do que fizemos, pensa agora nos **figurinos** (roupa para as personagens) e noutros **adereços** (objetos) que sirvam a história e outros elementos que possam criar e enriquecer o **espaço cénico**. Ensaia, ensaia muito porque é nos ensaios que descobrimos o que serve e o que não serve. Diverte-te.
3. **Relaxamento:** Vamos escutar o nosso corpo. Sentar no chão, peçam uma mantinha ou um colchão de campismo ou de ioga. Ou se não estiver frio no vosso chão podem sentar-se mesmo no chão. Braços ao pousados no corpo e vais respirar pela barriga:
  - Concentrar na respiração, para estabilizar o ritmo cardíaco;
  - Inspirar e expirar profundamente (várias vezes, mais ou menos umas 30 vezes);
  - Durante o relaxamento tenta imaginar e visualizar as imagens que poderias criar com as tuas sombras e as memórias que as sombras que viste te trouxeram. Procura só memórias boas. Deixar que durante o relaxamento essas imagens te encham de tranquilidade. Agora todo o corpo está colorido e esta cor vai-te encher de energia e tranquilidade para desfrutares de mais um dia na vida.