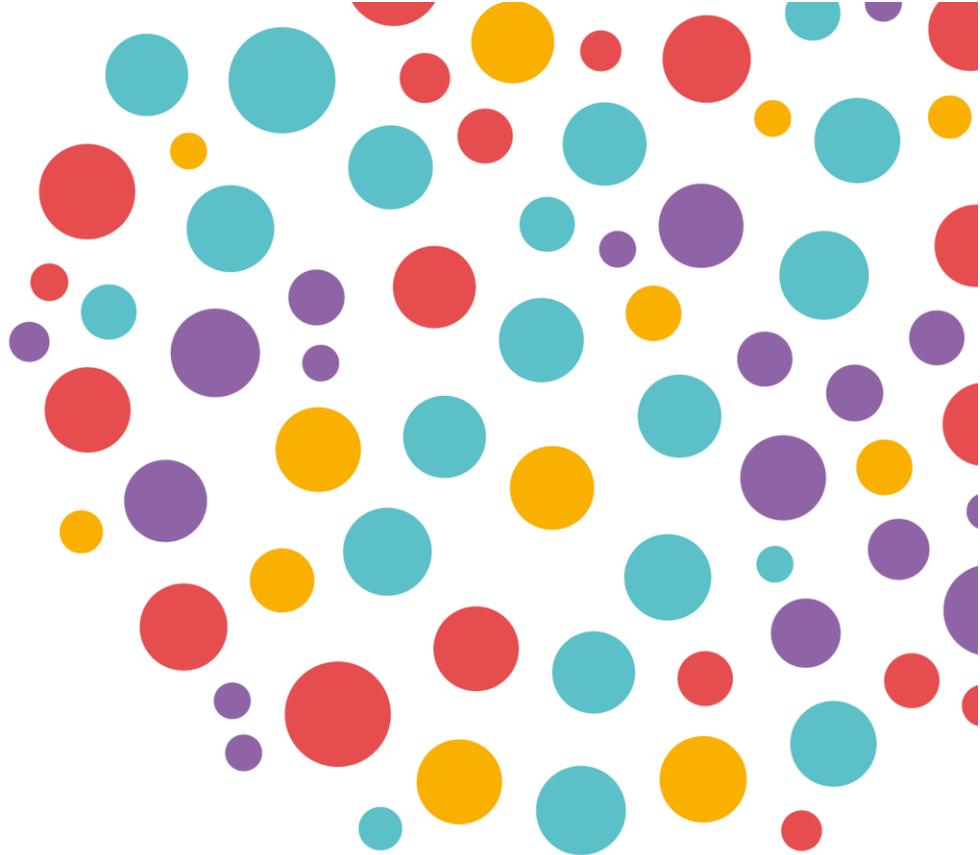




**CULTURE ON  
PRESCRIPTION**



## **Currículo**

# **Oficina dos Sentidos**

**“Exercício consciente da imaginação para (re)Conhecer o mundo em que vivemos”**

**PORTUGAL**



Cofinanciado pela  
União Europeia

## PARCEIROS E CONTACTOS

O projeto Erasmus+ Culture on Prescription Europe teve início em janeiro de 2022 e decorre até ao final de março de 2024. O projeto envolve organizações parceiras em seis países europeus:

**ISIS Institut für Soziale Infrastruktur  
Frankfurt, Alemanha**

Coordenação Europeia

**Jana Eckert**

✉ [eckert@isis-sozialforschung.de](mailto:eckert@isis-sozialforschung.de)

🌐 [www.isis-sozialforschung.de](http://www.isis-sozialforschung.de)

**Gesundheitsamt Frankfurt am Main,  
Alemanha**

🌐 <https://frankfurt.de/de-de/service-und-rathaus/verwaltung/aemter-und-institutionen/gesundheitsamt>

**Dublin City University, Irlanda**

🌐 [www.dcu.ie](http://www.dcu.ie)

**AFEdemy, Academy on age-friendly  
environments in Europe BV, Países Baixos**

🌐 [www.afedemy.eu](http://www.afedemy.eu)

**EAEA, European Association for the  
Education of Adults, Belgica**

🌐 [www.eaea.org](http://www.eaea.org)

**SHINE 2Europe, Lda, Portugal**

🌐 [www.shine2.eu](http://www.shine2.eu)

**GEAC, Asociatia Grupul de Educatie si  
Actiune pentru Cetatenie, Romania**

🌐 [www.geac.ro](http://www.geac.ro)

## AUTORES

**SHINE 2Europe, Lda.**

Carina Dantas

✉ [carinadantas@shine2.eu](mailto:carinadantas@shine2.eu)

Juliana Louceiro

✉ [julianalouceiro@shine2.eu](mailto:julianalouceiro@shine2.eu)



**Trincheira Teatro**

Pedro Lamas & Beatriz Teixeira



Copyright © 2024 Culture on Prescription



Esta publicação está licenciada ao abrigo de uma [Licença Internacional Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 \(CC BY-SA 4.0\)](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

Financiado pela União Europeia. Os pontos de vista e as opiniões expressas são as do(s) autor(es) e não refletem necessariamente a posição da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia da Educação e da Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser tidos como responsáveis por essas opiniões.



Cofinanciado pela  
União Europeia

O PRÓPRIO ATO DE TRANSFORMAR É TRANSFORMADOR.

Augusto Boal

A IMAGINAÇÃO DRAMÁTICA ESTÁ POR TRÁS DE TODA A APRENDIZAGEM HUMANA. É O MODO PELO QUAL O  
HOMEM SE RELACIONA COM A VIDA, A CRIANÇA DRAMATICAMENTE EM SEU JOGO EXTERIOR, E O ADULTO  
INTERNAMENTE EM SUA IMAGINAÇÃO.

Richard Courtney

A ARTE DEVE SER A BASE DA EDUCAÇÃO.

Herbert Read



# TABLE OF CONTENTS

1. Culture on Prescription* .....	6
2. Workshop of the Senses .....	<b>Erro! Marcador não definido.</b>
Organizing and structuring: the system-based practice of the workshop	<b>Erro! Marcador não definido.</b>
Recipients .....	7
General Objective .....	7
Specific Objectives .....	7
Activities.....	8
Timing .....	8
Note on the preliminary curriculum here presented .....	9
3. General planning.....	<b>Erro! Marcador não definido.</b>
1st session   Previous .....	10
2nd Session   Object .....	<b>Erro! Marcador não definido.</b>
3rd Session   Body.....	<b>Erro! Marcador não definido.</b>
4th Session   Image .....	<b>Erro! Marcador não definido.</b>
5th Session   Space .....	<b>Erro! Marcador não definido.</b>
6th Session   Sound.....	<b>Erro! Marcador não definido.</b>
7th Session   Text .....	<b>Erro! Marcador não definido.</b>
8th Session   Final .....	<b>Erro! Marcador não definido.</b>
4. Support Bibliography .....	<b>Erro! Marcador não definido.</b>

## 1. O Culture on Prescription \*

\* Retirado de [Home - Culture on Prescription \(culture-on-prescription.eu\)](http://Home - Culture on Prescription (culture-on-prescription.eu))

Culture on Prescription (2021-1-DE02-KA220-ADU-000030323) é um projeto Erasmus+, cofinanciado pela União Europeia, que visa prevenir e combater o isolamento social e a solidão através da arte e da cultura.

A Cultura por prescrição refere-se ao encaminhamento feito por um profissional de saúde de pessoas (adultos mais velhos) em situação de solidão ou de isolamento para ofertas artísticas e culturais disponíveis localmente. Trata-se de uma intervenção social baseada em práticas de “prescrição social”, já implementadas no Reino Unido e na Irlanda com resultados muito positivos, e que visa “prescrever” aos participantes experiências relacionadas com arte, cultura e atividades sociais como forma de reduzir o isolamento social e a solidão.

Através destas experiências, os participantes (adultos e facilitadores) poderão conhecer mais sobre arte e serem os próprios artistas, melhorando as competências sociais e o sentimento de pertença e confiança, ao mesmo tempo que aumentam a sua rede de contactos e amigos.

Durante os próximos dois anos, um consórcio coordenado pelo ISIS Institut für Soziale Infrastruktur (Alemanha) e o Departamento de Saúde de Frankfurt (Alemanha) e que conta também com a parceria da SHINE 2Europe (Portugal), AFEdeMy (Holanda), Universidade da Cidade de Dublin (Irlanda), GEAC (Roménia) e a Associação Europeia para a Educação de Adultos (Bélgica) desenvolverá e implementará um projeto-piloto de estudo em Portugal, Roménia, Alemanha e Holanda que visa validar a esta estratégia de intervenção nestes países.

## 2. A Oficina dos Sentidos

A fundamentação da Oficina dos Sentidos - exercício consciente da imaginação para (re)Conhecer o mundo em que vivemos apoia-se nos campos teóricos do Teatro e Educação, Educação ao Longo da Vida, Aprendizagem ao Longo da Vida, e Desenvolvimento Local.

O atelier ou oficina de Expressão Dramática e Teatro é comumente considerado como o exercício consciente da imaginação. A imaginação aqui é entendida como fenómeno da fisiologia humana, resultante na síntese da dialética mecanismo de percepção/objeto de percepção: do concreto para o abstrato para o concreto transformado, assim se processa a imaginação. É uma característica inata do Homem e florescente na criança, mas cada vez menos evocada à medida que crescemos, e cada vez mais atrofiada pelo mundo em que vivemos.

A Expressão Dramática, enquanto prática pedagógica própria do teatro, tem como fim a atividade lúdica propiciadora de uma aprendizagem global: cognitiva, afetiva, sensorial, motora e estética. Uma pedagogia de base sistemática que tem vindo a desenvolver um papel nuclear na proliferação e sucesso de projetos de exercício consciente da imaginação está ligada à ideia de trabalhar a partir de indutores.

Indutor é, por definição, tudo aquilo que induza a. O que se propõe no exercício consciente da imaginação é que o indutor seja algo passível de análise, desconstrução e transformação, e que de facto induza ao jogo de pensamento ativo, onde o Aprendiz é convocado a trabalhar com a totalidade do seu aparelho de percepção e a desenvolver, pelo jogo, as suas competências de interpretação do meio e de comunicação com o meio.

Propõe-se então o reconhecimento de seis grandes grupos de indutores que albergam todos os outros: o objeto, o corpo, o espaço, a imagem, o som, e o texto. O trabalho com estes seis grandes grupos de indutores toma lugar diariamente no trabalho do profissional de arte dramática. Trabalhando separada e claramente a partir de cada um dos grupos acima referidos, o pedagogo teatral está na posição de propiciar através do jogo, situações de aprendizagem aos aprendentes.

## Organização e Estruturação da prática sistemática da oficina

As sessões conhecerão uma unidade de conceção curricular, cujo desenvolvimento se estrutura em cinco fases - distintas em natureza mas complementares em ação: partimos da **Ativação**, onde se busca uma concentração e disponibilidade inerentes às fases seguintes, a **Exploração** do indutor pelo que ele é, sem lugar a transformação de nenhuma ordem simbólica e a **Interiorização** dos resultados desta, pela qual já se depreende um esforço primário de devolução ao meio do indutor transformado, para chegar a uma **Atualização** que produza material passível de ser discutido em **Retroação**.

A Atualização, como o nome indica, é o espaço onde o conhecimento adquirido e aprendido é atualizado, e embora seja comum, não implica necessariamente que se dê por forma de dramatização. A Retroação é o espaço por excelência de desenvolvimento de consciência crítica dos Aprendentes, tornando-os capaz de analisar não só os resultados obtidos, mas também a própria prática envolvida nos processos de trabalho.

## Destinatários

8 (oito) a 10 (dez) indivíduos, adultos, com capacidade motora não-impeditiva, em situação de isolamento/solidão.

## Objetivo Geral

Propiciar o desenvolvimento sensorial/estético do indivíduo por forma a melhorar ativamente a sua relação com o meio em que se insere.

## Objetivos Específicos

Pessoais:

- Reforçar o sentido de identidade do indivíduo com o território
- Desenvolver a capacidade de expressão e comunicação do indivíduo em comunidade
- Promover o conhecimento e ligação do indivíduo ao património material e imaterial do território
- Promover e desenvolver no indivíduo a literacia artística
- Propiciar a apropriação por parte do indivíduo da linguagem elementar da arte dramática (o jogo)
- Compreender a arte teatral em contextos próprios.

Locais:

- Dinamizar equipamentos com atividades associadas (ver Atividades)
- Contribuir para a formação de públicos.

Sociais:

- Reforçar a oferta de educação artística no território
- Fomentar o interesse no território pela prática artística teatral
- Promover a prática artística teatral no território
- Promover práticas de investigação sobre a Educação Artística em contexto não-formal.

## Atividades

A atividade nuclear da Oficina dos Sentidos é uma Oficina de Expressão Dramática, mas também contempla a realização de encontros intergeracionais, aulas abertas, conversas com outros grupos organizados, e sessões site-specific, especificamente concebidas em articulação com agentes culturais de relevância no território de ação.

A Oficina dos Sentidos aposta em trabalhar o aparelho sensorial (visão, audição, paladar, tato e olfato) como catalisador da imaginação humana, ao longo de oito sessões de 120 minutos cada, recorrendo aos indutores Objeto, Corpo, Espaço, Imagem, Som e Texto.

## Timing

A Oficina será implementada entre abril e Junho de 2023, com a regularidade de uma sessão por semana. As atividades associadas supracitadas (visitas, encontros etc) tomarão lugar na mesma janela temporal, mediante a sua relevância para o decurso das sessões regulares e disponibilidade/conveniência dos parceiros locais. O relatório final, onde constarão todas as planificações detalhadas das sessões e relatórios particulares de execução curricular, será redigido e submetido no final do mês de junho de 2023.

## **Nota sobre a planificação preliminar apresentada**

As primeiras quatro sessões (Prévia, Objeto, Corpo e Imagem) estão muito direcionadas para propiciar situações de aprendizagem que habilitem os participantes a desenvolver um instrumental de trabalho no que diz respeito ao exercício consciente da imaginação; ao mesmo tempo, é no decorrer destas sessões que deverão ser recolhidos/acordados com os participantes (suas expectativas, suas vontades, etc.) temas, materiais e dispositivos básicos para a intervenção artística que se propõe realizar como atividade associada no final da Oficina.

As últimas quatro sessões (Espaço, Som, Texto e Final), que devem propiciar o terreno onde se espera que o participante recorra ao instrumental granjeado de forma autónoma, deverão também ser muito orientadas para trabalho específico de preparação e organização que concorra para a realização dessa intervenção artística.

Destarte, as planificações aqui apresentadas poderão/deverão ser alvo de alterações, em linha com o trabalho específico de cada grupo de participantes, e com os objetivos específicos delineados para a atividade associada final.

## 3. Planificação Geral

### 1ª Sessão | Prévia

**Data:** semana de 10 a 14 abril 2023

**Local:** Espaço da Associação Soltar os Sentidos (ASOS)

**Orientação:** Pedro Lamas e Beatriz Teixeira

**Observações:** Recolha de autorizações para tratamento de imagens e audiovisual

Fase	Atividades/estratégias	Tempo	Objetivo(s)
Ativação	<p><b>1. Boas Vindas</b></p> <p>Os orientadores recebem e acolhem os participantes, que se dispõem em roda.</p> <p>Os orientadores apresentam-se a si e ao projeto, explicitando a dinâmica operativa das sessões da Oficina, bem como os requisitos a serem cumpridos pelos participantes, no que diz respeito a materiais e roupa de trabalho, assiduidade e pontualidade.</p>	15 min	Apresentação do curso, orientadores e participantes
	<p><b>2. Roda dos nomes I</b></p> <p>Os participantes estão dispostos em roda. Um por vez, associam o seu nome a um gesto/movimento, e apresentam-no ao grupo. Em resposta, todo o grupo repete.</p>	10 min	Diagnóstico preliminar de coordenação motora; identificação de forças bloqueadoras
	<p><b>3. Roda dos nomes II</b></p> <p>Ainda em roda, e um por vez, os participantes apresentam o seu nome/gesto, sendo que antes têm de repetir – pela ordem que forem apresentados - todos os nomes/gestos anteriores ao seu. O jogo é cumulativo:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• A apresenta o seu nome/gesto</li> <li>• B apresenta o nome/gesto de A e o seu próprio</li> <li>• C apresenta o nome/gesto de A, B e o seu próprio</li> <li>• D apresenta os de A, B e C antes do seu próprio e por aí adiante.</li> </ul>	15 min	Reconhecimento coletivo de tensões físicas extraordinárias, identificação do “Compromisso com o erro”
Exploração	<p><b>4. Andar pelo espaço I</b></p> <p>Os participantes andam pela sala em direção a múltiplos focos. À palma do orientador são introduzidas pequenas tarefas objetivas:</p> <p>Exemplos de Variações de Deslocação:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Velocidade (1 a 5, sendo 1 a mais lenta)</li> <li>• Plano (alto, médio e baixo)</li> <li>• Número de apoios em contacto com o chão (1 – Pé coxinho por ex.; 2 – braço e mão; 3; 4; 5)</li> </ul> <p>Exemplos de Variações de Observação – relação com o espaço e com os colegas</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• “fecha os olhos, aponta uma coisa verde na sala”</li> </ul>	10 min	Introdução de dinâmicas recorrentes;  Assimilação de respostas corais; Estimular as relações interpessoais; estabelecimento da ação como linguagem universal e elemento basilar do trabalho

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• “fecha os olhos, indica com os dedos o número de pessoas que tem calças amarelas”</li> <li>• “fecha os olhos, aponta com a mão direita uma pessoa que tenha olhos azuis”</li> <li>• “quando cruzarem os olhos com alguém, cumprimentam essa pessoa”</li> <li>• “quando cruzarem os olhos com alguém, agarram nos seus cotovelos e pedem desculpa”</li> </ul> <p>Exemplo de Variações para Resposta Coral:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• “Desapareçam da minha vista em x tempos” – os participantes devem camuflar-se com o espaço, num tempo mínimo de resposta determinado pelo orientador</li> <li>• “Bolinho em x tempos” – os participantes devem agrupar-se numa forma indefinida (bolinho) ocupando o menor espaço possível, num tempo mínimo de resposta determinado pelo orientador</li> <li>• “chão em x tempos” – os participantes devem colocar a maior superfície de corpo possível no chão, num tempo mínimo de resposta determinado pelo orientador</li> </ul>		nas sessões; Introdução do Falaguês (língua onomatopaica inventada)
	<p><b>5. Andar pelo Espaço II</b></p> <p>As mesmas dinâmicas de Andar pelo Espaço I, com um foco de atenção pré-determinado (andar em direção a um ponto escolhido), mas acrescentando objetivos transitivos (em relação ao Outro)</p> <p>Exemplos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• “Triângulos” – cada participante deve escolher outros dois colegas com os quais forma um triângulo que não pode, em circunstância nenhuma, ser quebrado durante a deslocação para o Ponto Escolhido.</li> <li>• “Histórias I” – quando cruzam os olhos com um colega, param e contam uma história que tenham vivenciado durante a última semana</li> <li>• “Histórias II” – O mesmo que Histórias I, só que desta feita a história deve ser contada, com Clareza e Generosidade, em falaguês</li> </ul>	10 min	
<b>INTERVALO</b>		15 min	Recolha informal de feedbacks espontâneos
Interiorização	<p><b>6. Transformação do objeto</b></p> <p>Os orientadores usam fita-crepe para delimitar um espaço de jogo. Os participantes estão sentados em cadeiras, dispostas em meia-lua, em torno do espaço de jogo. Os orientadores colocam no espaço de jogo uma cadeira e explicitam, demonstrando, processos etápicos de construção de ficção:</p>	15 min	Trazer para o plano da consciência o processo da imaginação dramática; introdução do “Se Mágico”

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• mimese física (a troca de uma lâmpada fictícia),</li> <li>• sugestão qualitativa (coroação de um rei fictício),</li> <li>• terminam expondo o processo de refuncionalização do objeto, com ênfase na ação como elemento transformador.</li> </ul> <p>Um a um, os participantes entram na área de jogo e, pela ação, transformam com Clareza a cadeira noutra coisa que não uma cadeira. Todos experimentam.</p>		
Atualização	<p><b>7. Um dia normal (Dramatização)</b></p> <p>A turma é dividida em 2 grupos. Cada grupo tem a tarefa de, em 10 minutos, criar uma situação ficcional a partir do universo de material que foi produzido e recolhido ao longo do dia, e aplicando as técnicas usadas e experimentadas de processamento desse material. Para cada grupo, os orientadores determinam um espaço público (Hospital, Escola, Restaurante, Jardim, Praia etc), bem como uma circunstância secreta que, a dada altura, se manifestará coletivamente na dramatização efetuada. A dramatização deve responder de forma clara às seguintes questões:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Quem são?</li> <li>• Onde estão?</li> <li>• O que acontece?</li> <li>• Em que é que a cadeira foi transformada?</li> <li>• Qual é a circunstância secreta de cada grupo?</li> </ul> <p>Não é permitido usar outra linguagem verbal que não o Falaguês. Todos apresentam.</p>	15 min	<p>Construção autónoma de linguagem;</p> <p>Atualização dos conhecimentos adquiridos</p>
Retroação	Em roda, os orientadores promovem a reflexão crítica sobre o trabalho desenvolvido	10 min	Construção coletiva de conhecimento

## 2ª Sessão | Objeto

**Data:** semana de 17 a 21 abril 2023

**Local:** Espaço da Associação Soltar os Sentidos (ASOS)

**Orientação:** Pedro Lamas e Beatriz Teixeira

**Observações:** Sessão organizada para trabalhar a partir de objetos trazidos pelos próprios participantes

**Conteúdos Axiais:** Refuncionalização do objeto, conceitos de Escuta Ativa, Vontade-Contravontade, Jogo Dramático

Fase	Atividades/estratégias	Tempo	Objetivo(s)
Ativação	<p><b>0. Receção e Acolhimento</b></p> <p>Os orientadores recebem os participantes, e indicam o sítio onde os participantes devem colocar os objetos que trouxeram para a sessão.</p>	5 min	Disponibilização para a sessão; recolha informal de feedback sobre a sessão anterior; identificação de expectativas
	<p><b>1. Andar pelo espaço I</b></p> <p>Os participantes andam pela sala em direção a múltiplos focos. À palma do orientador são introduzidas pequenas tarefas objetivas: Variações de deslocação, Variações de observação e Variações de resposta coral.</p>	10 min	Disponibilização física; Separação com o “fora-da-sala”
	<p><b>2. Whizz</b></p> <p>Dispostos em roda, os participantes fazem circular entre si uma palma, com a vocalização “Whizz”. A palma começa por circular no sentido horário. À medida que a palma circula, o orientador vai acrescentando regras de dinamização do jogo:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Convenção de gesto e som para inverter o sentido da circulação da palma</li> <li>• Convenção de gesto e som para a palma avançar uma pessoa</li> <li>• Convenção de gesto e som para fazer a palma cruzar a roda (tiro)</li> <li>• Convenção de gesto e som para fazer todos os participantes mudarem de lugar (palavra mágica)</li> <li>• Convenção de consequência para a quebra da dinâmica estabelecida do jogo (a consequência é sempre coletiva, embora a falha seja individual)</li> </ul> <p>A circulação da palma deve ser cada vez mais rápida, sem detrimento da clareza da qualidade de receção, decisão e ação dos participantes do Whizz.</p>	10 min	Ativação de jogo; trabalho de escuta; Rigor e precisão;
Exploração	<p><b>3. Roda dos Objetos I</b></p>	15 min	

	<p>O grupo disposto em roda. Os orientadores propõem várias rondas de tarefas. O jogo segue no sentido dos ponteiros de relógio.</p> <p>1ª Ronda/Tarefa - Cumprimentar a pessoa que está do seu lado esquerdo/responder ao cumprimento da pessoa que está do meu lado direito.</p> <p>Um por vez, os participantes cumprimentam a pessoa que está ao seu lado esquerdo. Tanto o cumprimento como a sua receção deve ser feita olhos nos olhos.</p> <p>2ª ronda/Tarefa – Reconhecer o objeto de jogo.</p> <p>Um por vez, os participantes fazem circular um objeto neutro introduzido pelo orientador (rolo de fita crepe, estojo, caderno, etc.). Ao receberem, observam o objeto, atentando à forma, textura, peso, cheiro, etc, e entregam-no ao participante seguinte. Tanto a entrega como a receção do objeto só podem ser feitas olhos nos olhos.</p> <p>Nas rondas subsequentes, os orientadores atribuem características ficcionais ao objeto, que devem ser observadas nos atos de entrega e receção do mesmo.</p> <p>Exemplos de características ficcionais:</p> <p>– Passar o objeto como se fosse:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Algo muito pesado – referência <i>Cimento 100kg</i></li> <li>• Algo muito frágil – referência <i>Folha de Cristal</i></li> <li>• Algo muito malcheiroso – referência <i>Peixe Podre</i></li> <li>• Algo muito quente – referência <i>Batata do Forno</i></li> </ul>		<p>Identificação do material-base da sessão; apresentar o jogo como elemento basilar da contracena; experimentação prática do conceito de <i>vontade/contravontade</i>; apresentar a emoção como decorrência do trabalho articulado entre corpo, pensamento e discurso</p>
	<p><b>4. Roda dos Objetos II</b></p> <p>Mantendo a dinâmica já observada, os orientadores agora propõem várias rondas onde atribuem características e circunstâncias ficcionais tanto às situações de entrega/receção do objeto, como aos papéis de quem o entrega (A) e de quem o recebe (B).</p> <p>Exemplos de características e circunstâncias ficcionais:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• A e B são os melhores amigos. É o aniversário de B. A tem que entregar o</li> </ul>	<p>10 min</p>	

	<p>objeto como se fosse a melhor prenda do mundo, como uma grande surpresa, a B. B tem de receber o objeto como se odiasse a prenda, mas camuflando o seu desapontamento.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>A e B são perfeitos desconhecidos. O objeto é a coisa mais valiosa da vida de A. A quer continuar com o objeto, mas tem de o entregar a B.</li> </ul>		
<b>INTERVALO</b>		10 min	Recolha informal de feedbacks espontâneos
Interiorização	<p><b>5. Apresentação do Objeto</b></p> <p>Os orientadores marcam no chão um retângulo de jogo, com fita-crepe. O grupo dispõe-se sentado em cadeiras, de forma frontal para a área de jogo.</p> <p>Um por vez, os participantes entram na área de jogo e apresentam o seu objeto, pousam-no na linha da frente virado para a plateia, e retomam o seu lugar. Todos experimentam.</p> <p>A apresentação do objeto deve responder a três questões:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><i>O que é</i> – nome</li> <li><i>Para que serve</i> – a função para que foi concebido</li> <li><i>Qual é a sua história</i> – como entrou na vida do participante.</li> </ul>	5 min	Refuncionalização do objeto; consolidação prática do movimento imaginativo consciente;
	<p><b>6. Transformação do Objeto</b></p> <p>Um a um, os participantes entram na área de jogo e, pela ação, transformam com Clareza um objeto noutra coisa que não o que é. A plateia tem de descobrir em que é que o objeto está a ser transformado. Todos experimentam.</p> <p>O participante poderá transformar qualquer objeto, menos o seu. A transformação não pode ter recurso a linguagem verbal, mas pode ter som.</p>	10 min	Construção orientada de linguagem
	<p><b>7. Quem/Onde/O Quê</b></p> <p>A turma dividida em três grupos (máx. 3 participantes por grupo, mín. 2 por grupo).</p> <p>Os orientadores atribuem a cada grupo uma circunstância espacial. Recorrendo à transformação dos objetos, os participantes criam uma situação ficcional. A única linguagem</p>	15 min	

	<p>verbal admitida é o Falaguês. Todos os grupos mostram.</p> <p>Na execução, deve ser claro: Quem são, Onde estão, O que acontece, e em que é que os objetos foram transformados.</p> <p>Exemplos de circunstâncias espaciais:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hospital</li> <li>• Escola</li> <li>• Restaurante</li> <li>• Biblioteca</li> </ul>		
Atualização	<p><b>8. A ilha</b></p> <p>A turma dividida em dois grupos.</p> <p>A situação é a mesma para ambos: chegam a uma ilha deserta, com águas infestadas de tubarões, e, usando objetos transformados, devem conseguir um meio de saída coletiva da mesma.</p> <p>O retângulo de jogo baliza a ilha. Os grupos dispõem apenas dos objetos dos seus elementos, e cada objeto só pode ser alvo de uma transformação.</p> <p>A apresentação deve obedecer à seguinte estrutura:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Chegada à ilha</li> <li>• Reconhecimento dos limites da ilha</li> <li>• Descoberta dos objetos transformados</li> <li>• Saída da ilha</li> </ul> <p>Os orientadores atribuem a cada grupo uma circunstância secreta, que se deve manifestar coletivamente na apresentação.</p> <p>Exemplos de circunstâncias secretas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>A dada altura, o chão torna-se gelo</i></li> <li>• <i>A dada altura, a luz desaparece</i></li> <li>• <i>A dada altura, dá-se um terramoto</i></li> <li>• <i>A dada altura, um monstro marinho ameaça a ilha</i></li> <li>• <i>A dada altura, um ciclone fustiga a ilha</i></li> </ul> <p>A única linguagem verbal admitida é o Falaguês. Todos os grupos mostram.</p> <p>Na execução, deve ser claro: Quem são, Onde estão, O que acontece, em que é que os objetos foram transformados.</p>	20 min	Contacto com aspetos do jogo dramático; introdução do conceito de Circunstâncias Dadas; Construção Autónoma de linguagem

	A Plateia deve poder reconhecer como chegaram à ilha, e qual é a Circunstância Secreta de cada grupo.		
Retroação	Em roda, os orientadores promovem a reflexão crítica sobre o trabalho desenvolvido.	10 min	Construção coletiva de conhecimento

### 3ª Sessão | Corpo

**Data:** semana de 24 a 28 de abril 2023

**Local:** Espaço da Associação Soltar os Sentidos (ASOS)

**Orientação:** Pedro Lamas e Beatriz Teixeira

**Conteúdos Axiais:** Tensão/Relaxamento muscular, Eixo da Verticalidade, conceitos de Manifestação Externa da Interioridade, Conhecimento e Identificação do corpo (meu e do Outro) como aparelho de comunicação, Jogo Dramático

**Atividade Associada:** Saída de campo para Recolha de material

Fase	Atividades/estratégias	Tempo	Objetivo(s)
Ativação	<p><b>1. Bomba e Escudo</b></p> <p>O grupo em roda. A cada ronda, os orientadores pedem que cada participante defina, para si mesmo, uma pessoa que será a sua “Bomba” e outra que será o seu “Escudo”. À palma, o orientador inicia a contagem decrescente para a explosão da bomba. Esta contagem é a janela de tempo que os participantes têm para se protegerem da “Bomba” atrás do seu “Escudo”. No fim da contagem, todo o grupo fica em estátua. Os orientadores então confirmam quem foi atingido e quem se conseguiu escudar da “Bomba”.</p> <p>No final de cada ronda/explosão, os “Atingidos” (A) terão um percurso extra a desempenhar. Durante esta fase, o orientador coloca uma marca no centro da sala. Os Atingidos são dispostos em linha, numa das extremidades da sala, virados para o centro. O percurso será sempre da linha para a marca central, onde deve terminar toda a atividade física do A. Os participantes iniciam o percurso no plano Alto e terminam no plano Baixo.</p> <p>Exemplos de variações de finais de ronda:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– À palma do orientador, os A serão atingidos por estilhaços num ponto específico do corpo. As regiões possíveis de localização deste ponto são: Anca Direita, Centro do Abdómen, Braço Esquerdo. A escolha do ponto de ferimento é sempre feita <i>a priori</i>.</li> <li>– À palma do orientador, os A dão três passos. No final do terceiro passo, são atingidos num ponto localizado numa das três regiões já enunciadas.</li> <li>– Os A definem três pontos de ferimento, em regiões do corpo à sua escolha, À palma do orientador, dão três passos. No final do segundo passo, são atingidos no primeiro ponto; no final do terceiro passo, são atingidos no segundo ponto; quando chegam à marca central, são atingidos no terceiro ponto.</li> <li>– Os A definem três pontos de ferimento, em regiões à sua escolha. De seguida, definem três itens de mercearia. À palma do orientador, agem como se estivessem nas</li> </ul>	10 min	Ativar fisicamente; Propiciar base para introdução dos conceitos de Estímulo Externo, Estímulo Interno, Ponto Objetivo de Concentração, Consciência Reflexiva e Consciência Intuitiva. Criar confiança mútua entre os participantes

	<p>compras. Ao primeiro artigo colocado no carrinho/cesto de compras, são atingidos no primeiro ponto; ao segundo artigo, no segundo ponto; ao terceiro artigo, no terceiro ponto.</p> <p>– Os A definem três pontos de ferimento, em regiões do corpo à sua escolha. À palma do orientador iniciam o percurso em Velocidade 3. Ao terceiro passo, são atingidos no primeiro ponto, e passam a deslocar-se em Velocidade 1; ao sexto passo, são atingidos nos segundo e terceiro pontos, com um intervalo de três segundos entre ferimentos.</p>		
Exploração	<p><b>2. Quem anda por aqui</b></p> <p>A turma dividida em dois grandes grupos, 1 e 2. Os participantes agrupam-se em pares, cada par com um elemento 1 e outro 2. É-lhes pedido que explorem pontos de torção do eixo dos colegas. Experimentam vários pontos de desequilíbrio que levem à deslocação.</p>	5 min	<p>Reconhecimento do Eixo da Verticalidade; Desenvolver o conhecimento do seu corpo e do corpo do outro; Entendimento do corpo como produtor e leitor de signos; Entendimento da observação como fonte de material para comunicação</p>
	<p><b>3. Escultores</b></p> <p>Os mesmos pares. Usando a mesma técnica, os 1 “esculpem” os 2, que permanecem em estátua. Em seguida o orientador propõe uma situação ficcional onde os “escultores” devem responder a perguntas sobre as “obras”. Terminada a primeira situação ficcional, troca e os “escultores” serão as “obras”.</p> <p>Exemplos de situações ficcionais:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bial de Arte Contemporânea – os “escultores” são os autores, e são entrevistados por jornalistas e críticos de arte</li> <li>• Armazém de Obras Roubadas – os “escultores” são os ladrões, e são entrevistados por potenciais compradores, mafiosos e polícias infiltrados.</li> </ul> <p>As perguntas devem ser referentes a aspetos concretos das “obras”:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• De que material é feita?</li> <li>• Que ferramentas foram usadas?</li> <li>• Porquê este cotovelo para cima?</li> <li>• Porquê o olhar para baixo?</li> <li>• Porquê o relógio no pulso?</li> <li>• Quanto pesa?</li> <li>• Foi roubada de onde?</li> <li>• Coube no carro? Em que posição?</li> <li>• Foi roubada inteira? Que peças foram desmontadas?</li> </ul>	20 min	

	<p>Variações da dinâmica:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>O grupo pergunta em Português; o escultor responde em Falaguês</li> </ul> <p>O grupo pergunta em Falaguês; o escultor responde em Português.</p>		
<b>INTERVALO</b>		10 min	
Interiorização	<p><b>4. Recolha na Rua</b></p> <p>O grupo separa-se pela Baixa de Coimbra. O reencontro acontecerá quando a janela de tempo determinada pelos orientadores se esgotar. Na altura do reencontro, cada um dos participantes deverá ter efetuado a seguinte recolha: um andar característico de uma pessoa (por meio de mimetismo), uma história que lhe tenha sido contada por alguém, e uma segunda história que seja fruto de Observação (seja de Alguém ou de Algo).</p> <p>Quando o grupo se junta de novo, todos partilham as suas histórias.</p> <p><b>5. Roda do Aumento</b></p> <p>O grupo em roda. Um participante circula, em sentido horário, por dentro da roda, apresentando o andar característico que recolheu na rua. Quando dá uma volta inteira, é seguido por outro participante que assume o mesmo andar. Este último exagera um detalhe físico do andar proposto (o abanar do braço, a inclinação do pescoço, etc.), integrando esse exagero no andar. Na sua segunda volta, outro participante seguiu-lo-á, com a mesma tarefa. Todos contribuem com o aumento de um detalhe físico do andar, até que o andar seja “devolvido” ao seu proponente original. Todos experimentam.</p>	20 min  20 min	Prática de Observação Ativa  Estudo de Ponto Objetivo de Concentração
Atualização	<p><b>6. Histórias da Rua</b></p> <p>Dois grandes grupos. Cada grupo tem a tarefa de criar uma situação ficcional a partir do universo de material que foi produzido e recolhido ao longo do dia, e aplicando as técnicas usadas e experimentadas de processamento desse material.</p> <p>As personagens devem utilizar a última versão do seu andar característico. Os grupos podem escolher usar cadeiras nas suas propostas, desde que estas sejam transformadas noutra coisa que não cadeiras.</p> <p>Para cada grupo, o orientador determina uma circunstância secreta que, a dada altura, se manifestará coletivamente na dramatização efetuada. A dramatização deve responder de forma às seguintes questões:</p> <p>Na execução, deve ser claro: Quem são, Onde estão, O que acontece, em que é que os objetos foram</p>	25 min	Introdução do princípio da Causalidade; o Arco dramático

	transformados; Em que é que a cadeira foi transformada; Qual é a circunstância secreta de cada grupo.  Não é permitido usar outra linguagem verbal que não o Falaguês. Todos apresentam.		
Retroação	Em roda, os orientadores promovem a reflexão crítica sobre o trabalho desenvolvido.	10 min	Construção coletiva de conhecimento



Atualização	<p><b>5. Quadros Vivos</b></p> <p>Os mesmos grupos. Agora cada grupo tem a tarefa de dramatizar o enredo proposto. A dramatização deve incluir os seguintes elementos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• As estátuas de <b>Imagem Viva</b>;</li> <li>• Os três conjuntos de <b>Histórias de Imagem</b>.</li> </ul> <p>Todos mostram.</p>	30 min	Construção Autónoma de Linguagem
Retroação	Em roda, os orientadores promovem a reflexão crítica sobre o trabalho desenvolvido.	15 min	Construção coletiva de conhecimento

## 5ª Sessão | Espaço

**Data:** semana de 8 a 12 de maio 2023

**Local:** Espaço da Associação Soltar os Sentidos (ASOS)

**Orientação:** Pedro Lamas e Beatriz Teixeira

**Conteúdos Axiais:** Observação Ativa, “Se Mágico”, Circunstâncias Dadas, Espaço real, Espaço ficcionado

**Objetivos Gerais:** Estimular a interdisciplinaridade artística; Explorar a comunicação não verbal; Desenvolver a relação entre espaço e corpo na construção de linguagem

**Observações:** Detalhe de planificação pendente do trabalho realizado nas sessões anteriores

Fase	Atividades/estratégias	Tempo	Objetivo(s)
Ativação	<p><b>1. Whizz</b></p> <p>Dispostos em roda, os participantes fazem circular entre si uma palma, com a vocalização “Whizz”. A palma circula uma volta completa no sentido horário. A partir da segunda volta, são introduzidas as outras convenções de jogo.</p>	5 min	Ativação física e de humor de jogo
	<p><b>2. Andar pelo espaço I</b></p> <p>Os participantes andam pela sala em direção a múltiplos focos. À palma do orientador são introduzidas pequenas tarefas objetivas: Variações de deslocação, Variações de observação e Variações de resposta coral.</p>	5 min	Concentração e direção da atenção;
Exploração	<p><b>3. Diz-me Onde Andas</b></p> <p>Os participantes deslocam-se pela sala em direção a múltiplos focos. À palma do orientador, reconvocam o andar característico trabalhado na sessão passada. Aplicam-se aqui as Variações de deslocação.</p>	5 min	Introdução do conceito de Estado Geral
	<p>3.2) A mesma dinâmica. À palma do orientador, os participantes têm de se deslocar como se:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• O ar fosse gelatina;</li> <li>• Tivessem lama até aos joelhos;</li> <li>• O chão fossem brasas a arder;</li> <li>• O chão fosse gelo;</li> <li>• O ar cheirasse a alfazema;</li> <li>• Tivessem água pelo peito.</li> </ul>	10min	Exploração ativa de circunstâncias dadas
	<p><b>4. Diagonalley</b></p> <p>A turma dividida em dois grupos, 1 e 2. Os elementos 1 dispõem-se em fila indiana num dos cantos da sala, virados para o centro; os 2 fazem o mesmo no canto oposto.</p> <p>À palma do Orientador, dois participantes – um de cada lado - iniciam o percurso da diagonal, com o seu andar característico, e de acordo com o espaço proposto pelo orientador.</p> <p>Quando cruzam no centro, comentam com o colega algo <i>observável</i> do espaço em que se encontram. O</p>	20 min	Apresentar o aparelho sensorial e a observação ativa como chave para a verdade em circunstâncias dadas; Direção da atenção e Consciência qualitativa dos sentidos: <i>reparar</i> [ativo] em vez de <i>ver</i> [passivo]; <i>escutar</i> [ativo]

	<p>aspecto observado tem de se reportar diretamente a um dos sentidos físicos: audição, olfato, tato, visão e paladar.</p> <p>Experienciam os aspetos um do outro, e seguem. Terminam o seu percurso quando chegarem ao canto oposto de onde partiram.</p> <p>Os espaços propostos pelo Orientador devem reportar a um imaginário comum.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Espaços naturais (Praia; Selva; Montanha; Deserto; Lua; etc.)</li> <li>2) Espaços de atividade humana coletiva (Praça; Mercado; Hospital; Escola; Estádio de futebol; Biblioteca; etc.)</li> </ol>		<p>em vez de <i>ouvir</i> [passivo], etc.</p> <p>Introduzir as ocorrências do trabalho com o aparelho sensorial como ponto de observação / discussão</p>
<b>INTERVALO</b>		10 min	Recolha informal de feedbacks espontâneos
Interiorização	<p><b>5. O Vizinho Sabe Lá...</b></p> <p>Cada par tem a tarefa de conceber dois conjuntos distintos de circunstâncias e ações (A e B), para uma situação ficcional num espaço imaginário.</p> <p>O espaço deve ser selecionado de entre os experimentados no jogo anterior.</p> <p><b>A:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• São vizinhos de longa data;</li> <li>• Sempre se deram bem;</li> <li>• Têm de ocultar o verdadeiro motivo que os leva ali;</li> <li>• Deparam-se com um obstáculo que têm de ultrapassar juntos para atingirem os seus objetivos.</li> </ul> <p><b>B:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• São vizinhos de longa data;</li> <li>• Sempre se deram mal;</li> <li>• Querem ocultar o verdadeiro motivo que os levou ali;</li> <li>• Os seus objetivos são contrários, e a sua prossecução gera obstáculos para o Outro.</li> </ul> <p>Na apresentação, deve ser claro: quem são, onde estão, o que acontece, que objetivos foram assumidos pelos Vizinhos nos dois conjuntos.</p>	25 min	<p>Reconvocar e trabalhar conscientemente com conceitos previamente introduzidos: <i>Estímulos Internos e Externos, Vontade/Contravontade, Objetivos, Obstáculos, Ações</i>, etc.</p> <p>Desenvolver a capacidade de Construção Autónoma de Linguagem</p> <p>Identificar Manifestações Externas da Interioridade</p>
Atualização	<p><b>6. Espaços de Vida</b></p> <p>A turma dividida em dois grupos. Cada grupo tem a tarefa de conceber e realizar uma situação ficcional num espaço imaginário. O espaço deve ser selecionado de entre todos os espaços experimentados nesta sessão.</p> <p>Os participantes devem integrar na dramatização:</p>	30 min	<p>Desenvolver a Construção Autónoma de Linguagem</p> <p>Articular os vários conceitos estudados até a data</p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Os andares característicos;</li> <li>• Uma ação individual selecionada de entre as observadas nos enredos desenvolvidos na sessão anterior;</li> <li>• Três ações corais e/ou coletivas, que se reportem diretamente a aspetos sensoriais do espaço em questão.</li> </ul> <p>Todos apresentam. A dramatização deve responder com clareza às questões: quem são, onde estão, o que acontece?</p>		Desenvolver a capacidade de proposta e de jogo dramático
Retroação	Em roda, os orientadores promovem a reflexão crítica sobre o trabalho desenvolvido.	10 min	Construção coletiva de conhecimento

## 6ª Sessão | Som

**Data:** semana de 15 a 19 de maio 2023

**Local:** Espaço da Associação Soltar os Sentidos (ASOS)

**Orientação:** Pedro Lamas e Beatriz Teixeira

**Conteúdos Axiais:** O aparelho sensorial e Variações Qualitativas do estado de alerta; Estímulos Internos e Estímulos Externos, Jogo Dramático, Pensamento Ativo

**Atividade Associada:** ida ao espetáculo *Ay Carmela!*, no Teatro da Cerca de São Bernardo (Coimbra)

**Observações:** Detalhe de planificação pendente do trabalho realizado nas sessões anteriores

Fase	Atividades/estratégias	Tempo	Objetivo(s)
Ativação	<p><b>1. Quadro Sonoro</b></p> <p>O grupo em roda. Um por vez, os participantes são convocados a verbalizar algo que escutem. Antes de acrescentar um elemento novo, o participante tem de verbalizar todos elementos já enunciados, e pela ordem que foram enunciados. Inicia-se um novo quadro sempre que a ordem for quebrada. Os orientadores registam a lista de elementos de cada quadro.</p>	10 min	Ativar a escuta; produção de imagens internas, concentração e direção da atenção
Exploração	<p><b>2. Cantos de Sereia</b></p> <p>O grupo em roda. Escutam os sons que os circundam. Escolhem um e reproduzem-no. Um a um mostram aos colegas.</p> <p>2.2) Em roda, todos reproduzem os seus sons ao mesmo tempo, em loop. Ao sinal do orientador, variam entre <i>Pianíssimo, Piano, Forte, Fortíssimo</i>.</p> <p>2.3) Ao sinal do orientador, um participante assume o centro da roda e fecha os olhos. Os restantes participantes trocam de lugar na roda. O orientador sinaliza dois participantes que estejam na roda: à vez, reproduzem os seus sons. O participante no centro tem de reconhecer e identificar os participantes pelos sons emitidos. Todos experimentam o centro da roda.</p> <p>2.4) A turma dividida em dois grupos, 1 e 2. Formam-se pares com elementos de ambos os grupos. Os 1s mostram o seu som aos 2s e vice-versa.</p> <p>Os 1s formam uma linha num lado da sala, e fecham os olhos; os 2s distribuem-se pela sala. À palma do orientador os 2s têm de guiar os seus pares 1s até si, recorrendo apenas ao som emitido. A variação indica a sua aproximação ou afastamento: <i>Fortes</i> para aproximação, <i>Pianos</i> para afastamento. A primeira ronda termina quando os 1s chegam todos aos seus pares. Na segunda ronda, serão os 1s a guiar os 2s.</p>	5 min	Estimular as dimensões não verbais de comunicação
		15 min	Explorar as potencialidades expressivas do aparelho fonador
		10 min	
		5 min	
	<p><b>3. Partituras</b></p> <p>Os mesmos pares do jogo anterior. Cada par seleciona e reproduz, com recurso à voz e/ou ao corpo, seis sons:</p>	10 min	Estimular a capacidade autónoma de

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dois sons de <b>Canto de Sereia</b></li> <li>• Quatro sons da lista de <b>Quadro Sonoro</b>. Organizam e apresentam à turma a partitura sonora.</li> </ul> <p>2.2) Os pares agora acumulam, a cada som produzido, um gesto e/ou movimento não-figurativo. Organizam e apresentam à turma a partitura sonora e gestual.</p>		estruturação e organização de material cénico
<b>INTERVALO</b>		10 min	Recolha informal de feedbacks espontâneos
Interiorização	<p><b>4. Juke-Box I</b></p> <p>Dois grandes grupos. A cada grupo é dada um ambiente, que terão de sonorizar, com recurso à voz e/ou corpo. Um grupo por vez, apresenta. O grupo observador tem de conseguir adivinhar o ambiente proposto.</p> <p>Exemplos de ambientes:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Esplanada cheia de um café na Baixa de Coimbra ao sábado à tarde;</li> <li>• Estação de lavagem de carros;</li> <li>• Cozinha de um restaurante no pico do almoço;</li> <li>• Sala de leitura de uma biblioteca;</li> <li>• Carruagem de comboio.</li> </ul>	15 min	Estímulos conscientes da imaginação dramática;  Introdução dos conceitos de Divisão, Opção e Precisão
Atualização	<p><b>5. Juke-Box II</b></p> <p>Os mesmos dois grupos do jogo anterior. Cada grupo tem a tarefa de apresentar uma situação ficcional. As dramatizações podem reportar aos ambientes trabalhados no jogo anterior ou a enredos explorados em sessões anteriores.</p> <p>De acordo com a dramatização a propor, o grupo subdivide-se em Atores e Sonoplastas: a função dos primeiros é praticar as ações referentes à situação; a função dos segundos é produzir todos os sons decorrentes da situação e da prática das ações.</p> <p>Um por vez, os grupos apresentam as suas situações. As dramatizações devem responder de forma clara a: quem são, onde estão, o que acontece?</p>	15 min	Construção Autónoma de Linguagem  Trabalho consciente de linguagem a partir do aparelho corpóreo e fonador.
Retroação	Em roda, os orientadores promovem a reflexão crítica sobre o trabalho desenvolvido.	10 min	Construção coletiva de conhecimento

## 7ª Sessão | Texto

**Data:** semana de 22 a 26 de maio 2023

**Local:** Espaço da Associação Soltar os Sentidos (ASOS)

**Orientação:** Pedro Lamas e Beatriz Teixeira

**Conteúdos Axiais:** Corpo, Voz e Pensamento, Jogo Dramático, Ação e Objetivo

**Atividade Associada:** ida a uma leitura encenada no Centro Cultural Penedo da Saudade

**Observações:** Detalhe de planificação pendente do trabalho realizado nas sessões anteriores

Fase	Atividades/estratégias	Tempo	Objetivo(s)
Ativação	<p><b>1. Estafeta de Ardinas</b></p> <p>O coletivo dividido em dois grupos. O orientador coloca uma marca no chão, de um lado da sala. Cada grupo forma uma fila indiana atrás da marca.</p> <p>À palma do orientador, os elementos dianteiros dos grupos têm de realizar um percurso de ida e volta ao lado oposto da sala, transportando uma folha de jornal no corpo.</p> <p>Quando retornam, passam a folha ao elemento seguinte, que faz o mesmo percurso, e assim sucessivamente, até que todos os elementos tenham realizado o percurso de ida e volta. Se a folha cair, o participante tem de reiniciar o seu percurso.</p> <p>As folhas de jornal têm de ser transportadas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Com o peito;</li> <li>• Na cabeça;</li> <li>• Numa perna;</li> <li>• Num braço.</li> </ul>	10 min	<p>Ativação física e de humor de jogo,</p> <p>Disponibilização corpórea para a sessão</p>
Exploração	<p><b>2. Estafeta de Ardinas II</b></p> <p>Os mesmos grupos, e a mesma dinâmica. Desta feita, os participantes têm de se deslocar usando o andar característico das sessões anteriores. A folha pode ser transportada usando qualquer parte do corpo, excetuando as mãos.</p> <p>Haverá tantos transportes diferentes quanto elementos no grupo: se o primeiro a sair transporta no peito, o segundo terá de transportar numa outra parte do corpo, e assim em diante.</p> <p>Um por vez, os grupos apresentam os seus transportes.</p> <p><b>3. Roda do Jornal I</b></p> <p>Os participantes dispõem-se em roda, sentados no chão. Cada participante tem à sua frente uma folha de jornal aberta.</p>	<p>15 min</p> <p>10 min</p>	<p>Reconvocar os andares característicos; reconhecer o corpo em relação</p> <p>Ativar e afinar a escuta coletiva</p> <p>Concentração e direção da atenção</p>

	<p>À palma do orientador, dois participantes em lados diretamente opostos têm de pegar nas folhas, transportá-las até ao centro da roda e trocá-las entre si, antes de retornarem aos sítios de origem.</p> <p>A tarefa tem de ser desempenhada em silêncio absoluto, sem ruído de qualquer espécie; caso se ouça ruído de papel, sapatilhas, etc., o participante tem de voltar a iniciar o seu percurso.</p> <p><b>4. Roda do Jornal II</b></p> <p>Os participantes em roda. Um por vez, vai ao centro e transforma, pela ação, a folha de jornal noutra coisa que não uma folha de jornal.</p>	10 min	Reconvocar a refuncionalização do objeto como alavanca para o exercício consciente da imaginação.
<b>INTERVALO</b>		10 min	Recolha informal de feedbacks espontâneos
Interiorização	<p><b>1. Extra Extra</b></p> <p>Os participantes em roda, com uma folha de jornal na frente. Todos escolhem, da sua folha, uma frase que lhes chame a atenção. Um por vez, vai ao centro e, transformando a folha, pratica uma ação relacionada com a frase que escolheu.</p> <p>A pares, 1 e 2. Enquanto 1 pratica a sua ação, 2 apregoa “Extra Extra: [frase de 1]”. Invertem os papéis. Combinam uma ordem de apresentação das duas ações e das duas frases. As frases podem ser apregoadas antes, durante ou depois das ações respetivas.</p> <p>Todos apresentam.</p>	15 min	Introdução da palavra como elemento de jogo
Atualização	<p><b>2. Papéis da Vida</b></p> <p>A turma dividida em dois grupos. Cada grupo tem a tarefa de estruturar um enredo simples a partir da seleção e recolha de elementos das folhas de jornal:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Personagens</li> <li>• Espaços</li> <li>• Ações</li> <li>• Falas.</li> </ul> <p>Cada personagem tem de usar pelo menos uma frase retirada do jornal.</p> <p>Fica à consideração dos grupos recriar uma situação específica retirada do mesmo recorte de jornal ou combinar vários elementos de vários recortes numa situação nova.</p> <p>Todos apresentam.</p> <p>As dramatizações devem integrar:</p>	20 min	Levantamento de circunstâncias a partir do texto
		20 min	Estruturar e realizar enredos simples
			Articular os conhecimentos adquiridos até à data

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Refuncionalização do objeto</li> <li>• Três imagens estáticas coletivas, referentes aos momentos de Exposição, Conflito e Desenlace da situação proposta</li> <li>• Os andares característicos de cada participante</li> <li>• Banda sonora, com o voz e/ou o corpo, de ambientes e/ou momentos particulares da situação.</li> </ul> <p>As dramatizações devem responder de forma clara a: quem são, onde estão, o que acontece.</p>		
Retroação	Em roda, os orientadores promovem a reflexão crítica sobre o trabalho desenvolvido.	10 min	Construção coletiva de conhecimento

## 8ª Sessão | Final

**Data:** semana 29 de maio a 2 de junho 2023

**Local:** Espaço da Associação Soltar os Sentidos (ASOS)

**Orientação:** Pedro Lamas e Beatriz Teixeira

**Conteúdos Axiais:** Organização Dramatúrgica, Roteiro de Ações

**Atividade Associada:** produção de intervenção artística em espaço público (a definir).

**Observações:** Trabalho preparatório da sessão aberta ao público; o tempo de cada atividade aqui apresentado é meramente indicativo, podendo variar de acordo com os jogos selecionados pelo grupo.

Fase	Atividades/estratégias	Tempo	Objetivo(s)
Ativação	<p><b>1.</b> O grupo em roda. Os orientadores apresentam as linhas gerais da sessão aberta: <i>Onde, Quando e Para Quem</i>.</p> <p>De seguida, os orientadores convocam os participantes a proporem jogos de <b>Ativação, Exploração, Interiorização e Atualização</b>. O grupo determina dois jogos de cada tipologia, dos experimentados até à data.</p>	20 min	Apresentar as linhas gerais da sessão aberta; instigar o grupo a ter voz na definição da sessão aberta
Exploração	<p><b>2.</b> O grupo experimenta os jogos de <b>Ativação e Exploração</b> determinados.</p>	20 min	Apresentar a definição de objetivos de cada jogo
<b>INTERVALO</b>		10 min	Recolha informal de feedbacks espontâneos
Interiorização	<p><b>3.</b> O grupo experimenta os jogos de <b>Interiorização e Atualização</b> determinados.</p>	40 min	Apresentar a definição de objetivos de cada jogo
Atualização	<p><b>4.</b> O coletivo dividido em dois grupos. Cada grupo tem a tarefa de propor, com base nos jogos jogados, uma estrutura para a sessão aberta. Um por vez, os grupos apresentam as suas propostas. O coletivo tem a tarefa de refletir sobre as estruturas propostas, e chegar a um consenso sobre a estrutura final.</p>	20 min	Desenvolver a capacidade de autonomia de proposta;  Estimular o trabalho de escuta e reflexão coletivas
Retroação	Em roda, os orientadores promovem a reflexão crítica sobre o trabalho desenvolvido.	10 min	Construção coletiva de conhecimento

## 4. Bibliografia de apoio

- [1] ADLER, Stella (2015). Técnica da representação teatral. RJ: Civilização Brasileira.
- [2] BOAL, Augusto (2000). Jogos para Actores e Não-Actores, Rio de Janeiro: Civilização Brasileira.
- [3] \_\_\_\_\_ (2009). A estética do oprimido. RJ: FUNARTE/Garamond.
- [4] BROOK, Peter (2016). O espaço vazio. Lisboa: Orfeu Negro.
- [5] COURTNEY, Richard (2010). Jogo, teatro & pensamento. SP: Perspectiva.
- [6] CRUZ, Hugo (2015). Arte e comunidade. Porto: Fundação Calouste Gulbenkian.
- [7] DAW, Kurt (2004). Acting: Thought into action. NH: Heinemann Drama.
- [8] FREIRE, Paulo (1987). Ação cultural para a liberdade. SP: Paz e Terra.
- [9] FORQUIN, Jean Claude (1982). Educação artística – para quê?. org. PORCHER, Louis. *Educação artística: luxo ou necessidade?*, 25-48. SP: Summus.
- [10] KOUDELA, Ingrid Dormien (1984). Jogos Teatrais. SP: Perspectiva
- [11] LANDIER, Jean-Claude, & BARRET, Gisèle. (1991). Expressão Dramática e Teatro. Porto: Edições Asa.
- [12] LEWIS, Robert (1980). Advice to the players. NY: Harper & Row.
- [13] READ, Herbert (2013). A educação pela arte. Lisboa: Edições 70.
- [14] SPOLIN, Viola (2000). Improvisação para o teatro. São Paulo: Perspectiva.



# CULTURE ON PRESCRIPTION



Co-funded by  
the European Union