

## Atividade n.º 8

Atividade:	Adivinha o que estou a sentir <sup>iv</sup>		
Área temática:	Expressões de Sexualidade e Diversidade	5º	6º
		●	
Disciplina(s):	P; LE; HGP; M; C; EV; ET; EM; EF		
Objetivos:			
<ul style="list-style-type: none"><li>Saber expressar gestualmente os sentimentos.</li><li>Saber interpretar os sentimentos manifestados pelos outros.</li></ul>			
Duração:	Recursos:		
45 min.	<ul style="list-style-type: none"><li>Cartões com sentimentos (Ficha n.º 8)</li><li>Saco ou caixa para colocar os cartões recortados</li></ul>		
Passo a passo:			
Nota:	Antes de realizar a atividade, explicar aos alunos que expressar sentimentos é fundamental do ponto de vista afetivo e social. Estamos continuamente a fazê-lo. Às vezes fazemo-lo mal ou entendemo-lo mal. Por isso convém que aprendamos a expressar gestualmente as emoções e que as acompanhem de palavras explícitas.		
1. Pedir aos alunos para se colocarem de pé e se organizarem em 3 filas de 7 a 9 pessoas.			
2. Todos os alunos deverão estar virados no mesmo sentido.			
3. Solicitar ao último aluno de cada fila para retirar um cartão do saco / caixa.			
4. Depois de ler o sentimento, o aluno deve expressá-lo gestualmente ao colega que está à sua frente (que se deverá virar de forma a que seja o único a ver a transmissão do sentimento).			
5. Este deve transmitir ao colega seguinte o que acha que lhe foi transmitido.			
6. Repetir o ponto 4 até chegar ao primeiro aluno da fila.			
7. Cada aluno só pode ver como lhe expressam o sentimento a si, recebendo uma única mensagem e expressando apenas uma vez o sentimento que acha que lhe foi transmitido.			
8. Quando a mensagem chegar ao primeiro aluno da fila, solicitar-lhe que diga em voz alta qual o sentimento que acha que lhe foi transmitido.			
9. Se não acertar, dar a vez ao segundo aluno da fila e assim sucessivamente até algum aluno acertar.			
10. É necessário ter em conta que as falhas podem dever-se ao emissor, ao recetor ou a ambos. Não se trata de encontrar culpados, mas sim dar-se conta que, muitas vezes, a mensagem se distorce.			
11. No final pode modificar-se a ordem da fila ou mesmo baralhar os alunos de cada fila, de forma a recomeçar o processo com mais sentimentos.			

<b>Alegria</b>	<b>Surpresa</b>
<b>Tristeza</b>	<b>Amor</b>
<b>Raiva</b>	<b>Medo</b>
<b>Culpa</b>	<b>Nojo</b>