

Atividade n.º 8

Atividade:	Adivinha o que estou a sentir ^{iv}		
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"> ■ Saber expressar gestualmente os sentimentos. ■ Saber interpretar os sentimentos manifestados pelos outros. 		
Duração:	45 min.	Recursos:	<ul style="list-style-type: none"> ■ Cartões com sentimentos (Ficha n.º 8) ■ Saco ou caixa para colocar os cartões recortados
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 acompanhemos de palavras explícitas.		
<ol style="list-style-type: none"> 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 receptor 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. 			

Alegria	Surpresa
Tristeza	Amor
Raiva	Medo
Culpa	Nojo