



## LÓGICA E EMOÇÃO

### OBJETIVOS DE DESEMPENHO

- ▶ Desenvolver a concentração e atenção utilizando habilidades de matemática.
- ▶ Ajudar os alunos a se tornarem mais atentos ao seu dia a dia e aos seus colegas. Ajudar os professores na avaliação de problemas vividos por seus alunos.

### EXERCÍCIOS DE AQUECIMENTO

“Lógica e Emoção” apresenta dois exercícios de concentração. Normalmente usados para iniciar aulas de teatro, os exercícios de concentração têm o objetivo de acordar o corpo e engajar a mente. Eles aumentam a energia, a concentração e estimulam o pensamento criativo.

Um exercício de concentração utilizado antes do início de uma aula regular pode ser uma ferramenta muito útil para aumentar o foco em sala de aula.

O aquecimento pode ser integrado na rotina escolar como uma atividade semanal, no início de um dia de aula.

#### 1. Lógica

“Lógica” inspira a atenção e envolve totalmente todo o grupo - ao mesmo tempo que usa habilidades de matemática e raciocínio.

Peça para os alunos formarem um círculo em pé. O jogo é iniciado com uma contagem, um de cada vez, em torno do círculo. A primeira pessoa diz,

“um”, a próxima pessoa diz, “dois” e assim por diante pelo círculo.

O objetivo do jogo é substituir qualquer número que tenha sete (7, 17, 27, 37,...) e todos os múltiplos de sete, pelo barulho “PSSSSIIIIII”.

Na contagem depois do “seis”, em vez de dizer “sete”, o aluno diz bem alto: “PSSSSIIIIII”. Os jogadores continuam contando em torno do círculo, “oito”, “nove”, e assim por diante, sempre substituindo qualquer número que tenha sete, ou seja múltiplo de sete, por “PSSSSIIIIII”.

Peça que os alunos contem alto. O jogador que disser “PSSSSIIIIII” no lugar errado, ou falar um número quando deveria ter dito “PSSSSIIIIII”, vai saindo do círculo. Desta forma, a contagem pode continuar de onde o erro foi cometido.

#### 2. Emoção

Peça para os alunos formarem um círculo em pé, grande o suficiente para que todos possam ver uns aos outros. Peça a todos que fechem os olhos e pensem em coisas que eles gostariam de “mandar para bem longe” de suas vidas hoje.

O jogo começa da seguinte forma: um aluno de cada vez deve andar com passos largos dando uma volta inteira por fora do círculo, por trás dos outros alunos. No início da volta o aluno deve começar uma frase dizendo: **“Hoje eu quero que vá para bem longe de mim...”**

Os alunos podem mencionar uma briga que tiveram com alguém, o nervosismo sobre alguma coisa, uma ansiedade, um medo, ou qualquer frustração ou problema que estejam vivenciando.

O aluno deve continuar falando coisas que quer mandar para longe da sua vida durante toda a volta por fora do círculo, até retomar o seu lugar.

Enquanto o aluno fala ao redor do círculo, todo outro aluno da roda que quiser a mesma coisa deve dar um passo para dentro do círculo, e um passo de volta para seu lugar quando o aluno que estiver falando retornar ao seu lugar. Este é um exercício muito rápido.

Depois que todos tiverem dado a volta ao redor do círculo, peça que todos fechem os olhos e fiquem respirando fundo enquanto você fala. Espere um pouco e diga devagar que agora eles repetirão o mesmo exercício, só que dizendo: **“Hoje eu quero que venha para bem perto de mim...”**

Como da primeira vez, todo aluno da roda que quiser a mesma coisa deve dar um passo para dentro do círculo.

Ao final do exercício, diga aos seus alunos que verbalizar um sentimento específico, e compartilhá-lo com os amigos, pode ser uma forma de iniciar um processo de partilha de perspectivas pessoais uns com os outros. Depois diga aos alunos que agora é hora deles deixarem de lado qualquer distração. Que agora todos devem se concentrar em ter o melhor desempenho possível nas aulas do dia.