



A MÁQUINA DAS EMOÇÕES

OBJETIVOS DE DESEMPENHO

- ▶ Desenvolve habilidades de concentração e atenção em grupo para trabalho em equipe

EXERCÍCIO

A Máquina da Emoção é um jogo divertido e abstrato sobre a construção e manutenção coletiva de uma coisa qualquer. A atenção e contribuição de todos é fundamental para o sucesso da atividade.

O exercício começa com os alunos em pé formando um círculo. Um aluno deve entrar no meio do círculo para iniciar a máquina. Ele deve iniciar um movimento claro, que deve ser repetido por algum tempo. Tanto o movimento quanto o ritmo devem permanecer o mesmo. Uma vez que o movimento esteja bem claro e o ritmo estabelecido, um por um os outros alunos vão entrando no círculo, adicionando à máquina um novo movimento que se conecta com os movimentos já existentes. Eles devem se conectar com o ritmo, sem fazer contato físico com o outro em momento algum.

Esse exercício deve ser iniciado e realizado em absoluto silêncio, o que ajuda que todos se concentrem na ideia de todos trabalhando juntos. Assim que todos estiverem na máquina, ou seja, assim que todos estiverem se movendo juntos em total sintonia, peça ao líder da máquina para mudar o ritmo para mais devagar.

Depois que todos tiverem se adaptado, peça ao líder para voltar ao ritmo inicial. Depois peça que mude para um ritmo mais rápido. Depois de algum tempo peça que volte novamente ao ritmo normal. Todos os outros na máquina devem se adaptar às mudanças de ritmo.

Este jogo ajuda os alunos a se sentirem conscientes de si próprios e da importância da harmonia na sua interação com outros. Incentive seus alunos a criar movimentos onde precisem utilizar todo o corpo.

Uma vez que seus alunos tenham entendido bem a ideia básica do exercício, você pode adicionar novos elementos:

- ▶ experimentar o exercício com um som marcando o ritmo
- ▶ pedir que a máquina seja criada a partir de uma função específica (lavar roupa, construir um carro, etc...)
- ▶ criar uma máquina baseada em uma emoção (medo, alegria) ou em torno um tópico que você está discutindo na sala de aula (uma máquina de direitos civis). Nesse caso, dê um tempo para os alunos conversarem e trocar ideias sobre movimentos necessários, e o movimento que caberá a cada um.