

Exercício 3 . Vo'Arte / CiM – Companhia de Dança Gesto e Olhar

Duração: 20 - 30 minutos

Jogo de coordenação motora e memória coreográfica através do reconhecimento do outro. Utilização com contacto visual de forma a criar outra ligação simultaneamente com o movimento. Trabalhar a deslocação no espaço e o ritmo do grupo.

Etapa 1: usar o olhar para conexão a um participante na roda

Etapa 2: para chamar essa pessoa a quem cruzamos o olhar, usamos o gesto do seu nome

Etapa 3: deslocação pelo espaço usando o movimento do gesto do nome e ocupar o lugar do participante

Etapa 4: cada participante só deve sair do lugar quando iniciar o processo de usar o olhar para conexão e usar o gesto do nome para chamar outro participante

Etapa 5: sentir o ritmo do andar ao chamar outro participante

Etapa 6: importante fazer contacto visual para facilitar a conexão

Etapa 7: olhar para outra pessoa, fazer contacto visual e trocar de posição, não ficar no mesmo local mais de 10 segundos

Etapa 8: usar a expressão corporal para perceber que a outra pessoa nos está a ver

Etapa 9: todos com todos ao mesmo tempo

Próxima Etapa: fazer o mesmo exercício sem ser em disposição de círculo mas andar pelo espaço com todos os participantes