

## Exercício 2 . VOARTE / CiM – Companhia de Dança Eu Maior

**Duração:** dependentemente do número de participantes (exemplo: 10 pessoas 20 minutos)

Trabalho de coordenação e atenção, através do uso da voz em simultâneo com o gesto / movimento. Jogo de coordenação motora e memória coreográfica através do reconhecimento do outro. À procura do seu EU no momento aqui e agora.

**Etapa 1:** observar espaço, preparar para o Ponto de Encontro com o Corpo

**Etapa 2:** usar a voz dizendo o nome como uma manifestação da nossa identidade

**Etapa 3:** todos os participantes dizem o nome da direita para esquerda

**Etapa 4:** manter a posição inicial de Ponto de Encontro com o Corpo

**Etapa 5:** na roda dizer o nome da pessoa à esquerda, indo pela ordem da direita e vice-versa, a jogar com memória e ritmo

**Etapa 6:** dizer o nome interiorizando a força interna e associar a palavra super-poder, procurando o contraponto, a fragilidade, e fazer o gesto do nome

**Etapa 7:** cada participante diz o seu nome com um movimento e todos repetem, aglutinando cada gesto formando uma sequência

**Etapa 8:** Por cada dois participantes / gesto do nome, regressamos ao início e todos repetem os nomes pela ordem do círculo

**Etapa 9:** voltar sempre ao ponto inicial

**Próxima Etapa:** repetir o exercício em silêncio, sem voz, a sentir a dinâmica do grupo e seu ritmo de ligação