

## Practice . ABANA

### Características visíveis e invisíveis

**Duração:** 1h 30m

A prática da arte pode oferecer múltiplos benefícios a pessoas com e sem deficiência, tanto a nível emocional como físico. Eis alguns dos principais objectivos das artes visuais para as pessoas: Expressão criativa, autoestima, comunicação não verbal, expressão pessoal, autonomia e competências, inclusão social, desafio às expectativas, terapia e bem-estar, representação e consciencialização, superação de limites."

A atividade visa tornar a pintura uma experiência envolvente e lúdica, aproximando os participantes da cor de uma forma interactiva e agradável. Esta abordagem transforma a arte num jogo partilhado que promove a curiosidade e o entusiasmo.

#### **Materiais:**

Tele ou folhas de papel de 70x100 cm.

Folhas de papel A4 e A3.

Tintas de têmpera em vários tons.

Lápis, lápis de cor, lápis de cera, marcadores, pincéis, canetas, giz e outras ferramentas artísticas.

Um espaço amplo.

Uma mesa ou uma superfície plana para apoio.

**Avaliação:** O sistema de avaliação no final da atividade envolverá os participantes através de um questionário e de uma entrevista em vídeo.

#### **Outros comentários:**

Os pontos-chave para alcançar um bom resultado são:

- Criar um ambiente inclusivo
- Fornecer orientação pedagógica flexível
- Experimentar com materiais e técnicas
- Promover o empenhamento através da reflexão e da observação
- Promover o carácter lúdico
- Documentar a evolução da criação artística através de fotografias e vídeos
- Organizar exposições, workshops e partilha em plataformas online