

## *Nós Somos Corpo*

### **Workshop de Educação Expressiva para a Infância**

O corpo enquanto matéria e material do brincar torna-se um lugar de prazer, essencial à construção do ser individual e do conhecimento do mundo envolvente. O corpo vivido é um receptor de estímulos, integrando-os e transformando-os em acção, pensamento e conhecimento. Como conhecemos melhor o nosso corpo e as suas potencialidades expressivas? E como nos concentramos no nosso próprio corpo e nas suas sensações? E como o podemos promover junto das crianças?

**Destinatários:** Profissionais de educação, técnicos de acção educativa, estudantes.

**Duração:** 4 horas

## *PÉ ANTE PÉ*

### **Abrandar, Respirar e Relaxar na infância**

As maiores preocupações de pais e educadores, nos dias que correm, prendem-se com as dificuldades observadas nas crianças de concentrarem a atenção, pararem o corpo e estarem disponíveis para as propostas.

Estimular o estar com o outro em interacção plena, a comunicação, a escuta activa e a disponibilidade. Reforçar a alegria e a vitalidade do ser e estar em conjunto, em grupo. Pelo grupo.

**Destinatários:** Profissionais de educação, pais, famílias, técnicos de acção educativa.

**Duração:** 3 horas