

JOGO X COMPETÊNCIAS PESSOAIS E SOCIAIS

MANUAL DO RECURSO



PODER (ES)COLHER

desenvolvimento de
competências pessoais
e sociais

RE / FAZER ESCOLA
COM O ESCOLHAS
COLHAS



PODERESCOLHER.PE@GMAIL.COM

ÍNDICE

- 03 ____ INTRODUÇÃO
- 04 ____ ENQUADRAMENTO TEÓRICO-CONCEPTUAL
- 07 ____ ESTRUTURA DO PROGRAMA
- 11 ____ NOTAS
- 15 ____ PROGRAMA DAS SESSÕES
- 48 ____ LISTA DE MATERIAIS
- 49 ____ AVALIAÇÃO DO PROGRAMA - FORÇAS E AMEAÇAS
- 52 ____ NARRATIVA DA PRÁTICA
- 74 ____ AUTO-AVALIAÇÃO / GRELHA DE VALIDAÇÃO
- 76 ____ FICHA DE CARACTERIZAÇÃO DO RECURSO
- 81 ____ BIBLIOGRAFIA
- 82 ____ ANEXOS



INTRODUÇÃO

O “Jogo X” é um programa de promoção de competências pessoais e sociais dirigido a crianças do 1º ciclo, aplicado no âmbito das atividades regulares do projeto Poder (Es)Colher, um dos 134 projetos financiados pelo Programa Escolhas. Os programas desta natureza têm como objectivo ajudar as crianças e adolescentes a desenvolver competências pessoais e relacionais, permitindo a cada sujeito uma reflexão sobre o modo de se relacionar com os outros, encontrando alternativas adequadas perante determinadas situações (Matos, 1998).

Considerando os pressupostos basilares da intervenção preconizada pelo Programa Escolhas, mais especificamente no que à Medida I diz respeito - contribuir para a inclusão escolar e para a educação não formal - o “Jogo X” enquadra-se na ação c) daquela Medida, a qual prevê atividades de prevenção do abandono escolar e de promoção do sucesso escolar, a realizar dentro ou fora da escola, através do desenvolvimento de competências pessoais, escolares e sociais por via da educação formal e não formal.

Apresenta-se sob a forma de uma caixa que se transforma num jogo de tabuleiro (Anexo 1), através do qual as equipas vão progredindo à medida que superam determinados desafios. Procura-se mobilizar e desenvolver competências individuais e grupais, visando o desenvolvimento de uma consciência dos sujeitos enquanto integrantes de uma sociedade ou comunidade mais lata, na qual é imperiosa a gestão entre os objetivos individuais e coletivos.

Assumindo que os sujeitos podem e devem ser responsáveis pelas suas escolhas, o “Jogo X” coloca aos seus destinatários toda uma série de desafios e tomadas de posição que, à semelhança do que sucede em contexto real, se revelam particularmente difíceis.

ENQUADRAMENTO TEÓRICO-CONCEPTUAL



A promoção de competências pessoais e sociais em crianças e jovens tem vindo a ser reconhecida como metodologia válida na prevenção da adoção de comportamentos de risco (Norman, Turner, Zunz & Stillson, 1997; Tobler & Stratton, 1997), nomeadamente à luz do entendimento da prevalência de fatores de risco e proteção que podem ser observados em diversos níveis da vida do sujeito, seja social, educacional, pessoal, familiar ou relacional.

Os fatores de risco consistem nas características, quer do indivíduo, quer da sociedade, que se encontram ligadas a uma elevada probabilidade de provocar determinado dano biológico/social, enquanto os fatores protetores, elementos internos e externos ao indivíduo, promovem o desenvolvimento de competências que diminuem as consequências do problema, contribuindo para uma menor probabilidade de manifestações de problemas ou dificuldades (Munist et al., 1998). No entanto, segundo estes autores, o contributo para a redução ou extinção do nível de risco deve ser considerado como um todo, ou seja, como uma dinâmica de um conjunto de fatores protetores, pois a ocorrência de apenas um deles não implica que a situação de risco não ocorra. Na relação entre estas duas tipologias de fatores encontra-se o conceito de resiliência, um processo ativo de inclusão e adaptação positiva a contextos negativos, sob a influência de duas condições críticas: (1) exposição significativa a situações adversas; e (2) realização de uma adaptação positiva. Assim, um fator protetor também pode ser definido como uma característica que promove a resiliência numa determinada situação de risco (Luthar et al., 2000), sublinhando-se, deste modo, a importância do conhecimento dos fatores de risco e de proteção do indivíduo, de forma a dirigir com maior eficácia e especificidade a intervenção, já que esta poderá ter como objetivo geral diminuir os fatores de risco através da promoção de fatores protetores.

Sendo os projetos financiados pelo Programa Escolhas dirigidos a crianças e jovens oriundos de contextos de maior vulnerabilidade de exclusão social, a prevalência de fatores de risco de ordem contextual, familiar, económica e individual assume especial saliência, requerendo uma aposta clara numa intervenção de potenciação de variáveis que se constituam como protetoras face à adoção de comportamentos de risco.

Torna-se, assim, fundamental compreender os fatores de proteção que estão associados a uma maior resiliência e assertividade, já que tal permitirá o desenvolvimento de programas de prevenção particularment (mas não exclusivamente) ajustados a contextos com especificidades sócio-económicas, nos quais frequentemente prevalecem a pobreza, a exposição à violência e práticas parentais desajustadas, oscilando entre a passividade e a autoridade (Griffin, Scheier, Botvin, Diaz, & Miller, 1999). Vários estudos têm procurado estabelecer quais as áreas/temáticas-chave a ser abordadas nestes programas, propondo Caldarella e Merrel (1997), uma taxonomia que inclui cinco dimensões: a resiliência, a comunicação não-verbal, a resolução de problemas, o suporte social (proporcionado por pares e pais) e a assertividade.

Assim, o “Jogo X” pretende desenvolver cinco áreas centrais do ajustamento psicossocial das crianças, designadamente: comunicação, cooperação/grupo, resolução de problemas/gestão de conflitos, imagem corporal/identidade de género e afetos/auto-estima.

A forma de comunicar com os outros é uma das competências fundamentais para o relacionamento interpessoal. As características da comunicação verbal frequentemente utilizada em contextos sociais de maior vulnerabilidade aparecem frequentemente associadas a certas formas de desajustamento social, nomeadamente no que à interação com as figuras de autoridade diz respeito. Recorrentemente, a externalização de problemas é feita com recurso a alteração da expressão facial e da voz, a redução do espaço interpessoal e a utilização de gestos agressivos, indicadores de um comportamento tipo agressivo/não assertivo (Matos, 1998). Os sinais não verbais são indicadores da atitude emocional, motivacional e cognitiva do indivíduo, e são fundamentais para o desenvolvimento da linguagem verbal. Assim, a competência ao nível da comunicação não-verbal é um critério necessário para um comportamento socialmente competente.

Outra área importante das competências sociais remete para o funcionamento dentro do grupo de pares. A competência para funcionar efetivamente numa situação de grupo implica o trabalho em cooperação, tendo em consideração a perspetiva dos outros, a coordenação das ações individuais com as dos outros, a resolução de problemas de forma colaboradora e construtiva e a negociação de conflitos. Daí que

a rejeição por parte do grupo de pares resulte normalmente num deficit ao nível das competências sociais (Stormshak, Bierman, Bruschi, Dodge, & Coie, 1999).

A componente de resolução de problemas/gestão de conflitos, remete para o processo de tomada de decisão, procurando facilitar a identificação de fatores que podem influenciar as decisões, assim como favorecer o desenvolvimento de competências de resolução de problemas através da definição de objetivos, conceção e avaliação de possíveis soluções, análise de potenciais consequências individuais e coletivas, apelando simultaneamente para a mobilização de competências de negociação, comunicação e persistência (Negreiros, 2001).

Quer a área da imagem corporal/identidade de género, quer a de afectos/auto-estima, visam promover um melhor auto-conhecimento ao nível dos estados emocionais, bem como a aquisição de competências de auto-controlo e regulação emocional, procurando consciencializar os sujeitos da existência de domínio sobre si e sobre as suas ações, desligando em simultâneo o agente das ações (Negreiros, 2001).

Pelo exposto, considera-se que o desenvolvimento de programas de promoção de competências pessoais e sociais ao nível da comunicação, resolução de conflitos, tomada de decisão, consciencialização do sujeito e relacionamento interpessoal, assume-se como ação prioritária e facilitadora de um correto ajustamento e enquadramento escolar, social e familiar.

ESTRUTURA DO PROGRAMA

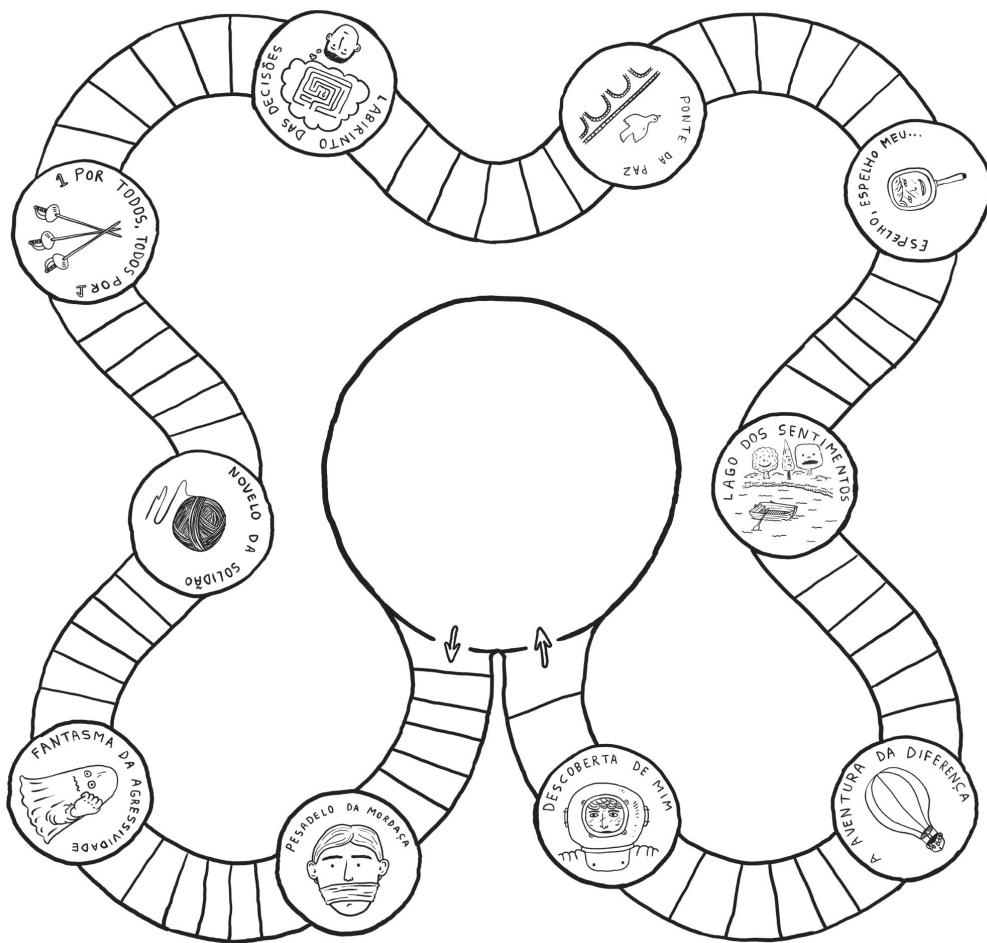
O “Jogo X” é um jogo de tabuleiro que compreende vinte e quatro sessões, sendo a primeira e a última dedicadas à realização de pré e pós-teste, respetivamente. A este nível, deverão ser avaliados aspetos como o relacionamento interpessoal, ajustamento social, problemas de comportamento, auto-estima e auto-conceito. Para tal, propõe-se a realização de um sociograma da turma e um questionário do comportamento social e escolar das crianças (a ser preenchido pelo professor).

O desenvolvimento do programa deverá ser efetuado em sessões semanais, com duração de uma hora, em contexto de sala de aula, na presença do professor, por dois técnicos com formação na área do desenvolvimento infantil e intervenção comunitária e, plenamente conhecedores da estrutura e funcionamento do programa, devendo estar em constante e estreita articulação com o docente da turma, já que é desejável o desenvolvimento de um trabalho contínuo com as crianças, ao longo da semana.

As sessões “Jogo X” dividem-se em cinco tipos, como se explicita na tabela seguinte:

Sessão	Tipologia
Sessões 1 e 24	Pré e Pós-teste
Sessão 2	Apresentação do jogo, constituição e atribuição de nome às equipas; atribuição de nome ao jogo.
Sessão 3	Apresentação e construção do Jogo de Tempos Livres
Sessões 4, 6, 8, 10, 12, 14, 16, 18, 20 e 22	“Avançando no jogo” – 10 conjuntos de casas de cor roxa, azul, rosa, verde, laranja e amarela
Sessões 7, 7, 9, 11, 13, 15, 17, 19, 21, 23	“Desafios finais”

O “Jogo X” possui a seguinte apresentação:



O jogo funciona em equipas, as quais são constituídas na segunda sessão. Numa lógica de reforço da capacitação e autonomia, sugere-se que cada equipa construa a sua própria árvore, em massa de modelar, com ramos nus (podem ser clips abertos), sem folhas, a qual deverá ser batizada com determinado nome (Anexo 2). Também nesta sessão, e dividindo as tarefas pelos diversos elementos das equipas, são recortadas pelas crianças as flores em feltro, as quais serão atribuídas às equipas sempre que concluem com sucesso os vários desafios. Ao professor da turma é pedido que recorte e cole um pedaço de cartão, que os técnicos levam, o qual constituirá o dado gigante a utilizar no jogo.

Nas sessões da tipologia “Avançando no jogo”, cada equipa lança um dado e, de acordo com a pontuação que lhe calha, avança para a casa correspondente. Em cada casa existe uma tarefa que a equipa terá de realizar. Sempre que a equipa realize uma tarefa com sucesso demonstrando boa disposição, receberá um “Ponto de Boa Disposição” (Anexo 3), e sempre que os elementos do grupo se entre-ajudem na sua realização, a equipa recebe um “Ponto de Ajuda” (Anexo 4).

As equipas poderão trocar cinco Pontos de Boa Disposição por um Ponto de Ajuda, sendo estas ferramentas bastante importantes nas sessões da tipologia “Desafio Final”, já que podem ser trocados por ajuda dos técnicos ou dos colegas da outra equipa sempre que julguem necessário.

As tarefas das sessões de “Avançando no Jogo” relacionam-se com as de “Desafio Final”, partilhando entre si as áreas trabalhadas. No final daquelas sessões, introduzem-se os Desafios da Semana, os quais se relacionam com o “Desafio Final” da sessão seguinte, que deverão ser trabalhados pelo professor ao longo da semana, para o que poderá recorrer ao “Manual do Professor”.

Os Desafios Finais são realizados pelas duas equipas em simultâneo, requerendo, por vezes, cooperação, e outras vezes, competição. Sempre que os Desafios Finais são concluídos com sucesso, a equipa recebe uma folha (previamente elaborada em feltro) para colocar na sua árvore, sendo que o objetivo será, no final do programa, que cada equipa possua a sua árvore repleta de folhas.

Na tabela seguinte apresentam-se os 10 Desafios Finais e respetivas temáticas:

Desafio Final	Áreas Trabalhadas
Desafio da Mordaza	Saber ouvir, comunicação verbal e não verbal
Fantasma da Agressividade	Estilos de comunicação (passivo, assertivo e agressivo)
Novelo da Solidão	Importância de pertencer a um grupo e o que implica
Um por Todos e Todos por Um	Cooperação, trabalho em equipa
Labirinto das Decisões	Resolução de problemas, tomada de decisão
Ponte da Paz	Gestão de conflitos
Aventura da Diferença	Gestão da diferença (género, cultura, deficiência)
Espelho, Espelho Meu	Aparência física, formação de impressões e estereótipos
Lago dos Sentimentos	Expressão de Afetos
À Descoberta de Mim	Auto-estima/auto-conceito



NOTAS









PROGRAMA DAS SESSÕES

SESSÃO 01

A sessão 1 é dedicada à realização do pré-teste do programa, efetuando o sociograma da turma e entregando os questionários de avaliação inicial (Anexo 5) ao professor. O sociograma deverá contemplar áreas distintas como: tarefa, diversão, suporte social e desempenho. Assim, sugere-se que, individualmente, cada criança responda às seguintes questões:

1. Imagina que tens de fazer um trabalho de grupo. Escolhe dois colegas com quem gostasses de trabalhar e dois com quem não gostasses;
2. Para brincar, diz o nome de dois colegas com quem gostasses de brincar e dois com quem não gostasses;
3. Imagina que estás próximo do teu aniversário e te preparas para fazer a tua festa de anos. Escolhe dois colegas que gostasses de convidar e dois que não gostasses;
4. Se tivesses que fazer um jogo e escolher a tua equipa, diz o nome de dois colegas que escolhesses para a tua equipa e dois que não escolhesses.
5. Imagina que estás triste ou chateado. Diz o nome de dois colegas com quem irias conversar e dois com quem não irias conversar.

Pretende-se identificar, por exemplo através da frequência de escolhas positivas e negativas, potenciais líderes da turma e potenciais sujeitos excluídos.

SESSÃO 02

A sessão 2 é dedicada à apresentação do jogo e das crianças, constituição das equipas e construção/batismo da árvore de cada equipa.

Na apresentação das crianças, pode utilizar-se uma técnica bastante simples, como por exemplo, cada um levantar-se e dizer o nome e uma fruta/objecto de que gosta e que começa pela mesma letra do seu nome (ex.: Maria - Morango). Para facilitar a memorização dos nomes, poderá instituir-se a regra de que, à medida que se vão apresentando, antes da criança dizer o seu próprio nome, terá de dizer o nome e o fruto/objeto associado a cada um.

Para constituição da equipa, pode realizar-se uma dinâmica de diversão (por exemplo, juntar três braços, dez pés, entre outros, até obter o número pretendido de elementos em cada grupo), ou pode solicitar-se o apoio do professor da turma (que terá já um melhor conhecimento das crianças) na manipulação destes grupos, de forma a ficarem o mais equilibrados possível.

De seguida, apresenta-se o jogo e o seu modo de funcionar: árvore, pontos de ajuda e de boa disposição, sessões de avançar no jogo e desafios finais.

Por último, pede-se a cada equipa que construa e atribua um nome à sua árvore, com o qual todos se identifiquem, e que recortem as 10 flores. O professor constrói o dado. As árvores ficarão ao longo do programa na sala de aula da turma.

SESSÃO 03

A sessão 3 é destinada à construção de um Jogo de Tempos Livres, o qual ficará à responsabilidade de cada equipa. Este jogo apresenta-se como uma caixa de cartão, dentro da qual existe um dado, uma corda, um elástico, duas sacas, um lenço, três paus de giz gigantes e três pedras.

Cada equipa deverá completar, em primeiro lugar, a sua caixa de Jogo de Tempos Livres. Para tal, deverá dividir tarefas entre os vários elementos, sendo que as atividades a realizar são:

1. Pintar, recortar e colar o molde de forma a construir o dado;
2. Pintar as três pedras;
3. Decorar a caixa de jogos

Em cada lado do dado, no lugar das habituais pintas, estarão definidos jogos, nomeadamente: saltar à corda, saltar ao elástico, corrida de sacas, jogo do lenço, jogo da mosca, telefone estragado.

Sempre que queiram utilizar o Jogo dos Tempos Livres, nos intervalos, uma criança lança o dado e vê qual o jogo que irão jogar. Dentro da caixa estará também um cartão com as instruções de cada jogo. A pessoa que lançou o dado, é responsável pela arrumação do material de jogo e por guardar a caixa na respetiva sala de aula.

SESSÃO 04

► Telefone Estragado

Os jogadores encontram-se em roda, e um inicia o jogo dizendo uma palavra ou frase ao ouvido do colega do lado e assim sucessivamente. O último deve dizer a palavra ou frase em voz alta. Não é permitido repetir.

► Desenho às Cegas

Cada jogador recebe um cartão com uma palavra (Anexo 6). Vendam-se os olhos de um dos jogadores e colocamo-lo diante do quadro da parede. O jogador dos olhos vendados deve desenhar o que os outros jogadores lhe disserem (uma linha ao alto, uma bola...). O Jogador tentará fazer esse desenho o melhor possível. Os outros dar-lhe-ão pistas, dizendo: para a direita, para a esquerda, para cima, maior... para lhe facilitar o traçado das linhas.

Cada jogador faz apenas um desenho.

► A Bolacha Travessa

Todos os jogadores inclinam a cabeça para trás para colocarem uma bolacha na testa. Depois, preparam-se com as mãos atrás das costas, atentos ao sinal de início da corrida.

Através de movimentos da cara (gestos ou caretas) devem tentar que a bolacha chegue até à sua boca e dar-lhe uma mordidela. Ganha o jogador que o conseguir fazer. Se a bolacha cair ao chão, o jogador fica eliminado.

► O Carro do Meu Chefe

Cantar a canção:

O carro do meu chefe tem um furo no pneu;

O carro do meu chefe tem um furo no pneu;

O carro do meu chefe tem um furo no pneu;

Arranjei com pastilha elástica!

Depois substitui-se “carro” por “vrrum” (e gesto de volante), “chefe” por um gesto de “bater continência”, “furo” por “psssss” e um dedo no ar a fazer o gesto de um furo, “pneu” por um gesto que simboliza o redondo do pneu, “pastilha elástica” por “nham nham nham”.

► A Cruz e o Círculo

Pede-se a cada criança para fazer um círculo com a mão direita. Depois devem parar. Em seguida pede-se para desenharem uma cruz no ar, com a mão esquerda. Depois param. Em seguida pede-se para realizarem as duas atividades ao mesmo tempo.

Variantes: pede-se para fazerem também com os pés.

► O Polícia e o Assassino

Com cartas de jogar em que o Ás é o assassino e o Rei o polícia. Os outros são as vítimas. O assassino mata as vítimas com piscadelas de olho. O polícia tem de descobrir quem é o assassino.

SESSÃO 05

Desafio da Mordaça

1- LINHA DA ALTURA

Coloca-se um cordel no chão e os participantes em cima dele. Sem falar, e sem sair de cima do cordel, deverão colocar-se por ordem de alturas. Se funcionar muito depressa, pode dificultar-se, por exemplo, pedindo que se organizem por ordem alfabética.

2 - O FEITICEIRO DAS PALAVRAS

Escolhe-se uma criança para ser o Feiticeiro. A tarefa deste é descrever para o grupo uma figura (Anexo 7). Cada criança deve desenhar à medida que a figura lhe vai sendo descrita. A descrição deve ser oral, sem a ajuda de movimentos, expressões corporais ou faciais. Não são permitidas perguntas. Quando a descrição estiver completa, cada criança deve mostrar o seu desenho.

Pede-se a outro voluntário para descrever outra figura ao grupo mas, desta vez, é permitido fazer perguntas, dar respostas, fazer gestos, etc. No fim da tarefa cada criança mostra o seu desenho.

- > Como é que se sentiram por não poderem fazer perguntas?
- > Como é que se sentiram quando não percebiam?
- > O que é que o 1º voluntário sentiu quando estava a descrever a figura e não podia fazer gestos e responder às dúvidas?
- > Na 2ª figura foi mais fácil desenhar a figura?

Que aspectos se realçam desta dinâmica? (a comunicação é mais do que falar, é necessário um emissor e um recetor e ambos são importantes para se conseguir comunicar)

SESSÃO 06

► O Maestro

Um jogador sai da sala. Os outros formam uma roda e escolhem o maestro. O Maestro deve fazer de conta que toca um instrumento musical e os outros imitam-no. Avisa-se o jogador que está lá fora de que pode entrar e põe-se o jogador no centro do círculo, para ele descobrir quem é que dirige a orquestra.

Muito disfarçadamente, o maestro vai mudando de instrumento e os outros continuam a imitá-lo. Se for descoberto, será ele a adivinhar quem é o maestro no próximo jogo.

► Adão e Eva

Com os jogadores de mãos dadas, em círculo, um aluno é o Adão e deve ter os olhos vendados, e outro a Eva. O Adão e a Eva vão para o centro do círculo. O Adão pergunta: “Onde estás Eva?”, e Eva tem de responder sempre “Estou aqui!”. Pelo som da sua voz, o Adão deve tentar apanhar a Eva, enquanto a Eva continua a fugir. A roda vai ficando mais apertada, até o Adão conseguir apanhar a Eva.

► Sr. Doutor!

Escolhe-se uma criança para sair da sala. Entretanto, o resto dos colegas deverão fazer um círculo, dar as mãos, e emaranharem-se uns nos outros, ficando muito apertados. Não é permitido largar as mãos. Quando o grupo está pronto, chama o “Sr. Doutor”, que terá de resolver todos os nós existentes.

► Corrida de Novelos de Lã

Dá-se a cada jogador uma linha de lã em cuja extremidade se colou com fita adesiva um prémio (um chocolate, um rebuçado, uma goma...).

Quando se ouvir o sinal, os jogadores têm de enrolar a linha o mais rapidamente possível. Pode fazer-se a variante de equipas, vencendo a equipa em que todos os jogadores consigam alcançar o prémio em primeiro lugar.

► Ordem no Banco!

Dispõem-se as cadeiras em fila, encostadas umas às outras. Todos sobem para as cadeiras e, depois de lá estarem, terão de cumprir várias ordens sem sair da cadeira, organizando-se de acordo com os seguintes critérios: por idades, por estatura, por data de nascimento por ordem alfabética, etc. Quem cair do banco, deve voltar ao seu lugar de origem e tentar colocar-se de novo.

Não é permitido falar durante a atividade.

► Faz o que eu Mando!

Cada aluno deve escrever num papel uma tarefa para o seu vizinho do lado fazer. Depois de todos terem escrito, cada um terá de realizar a tarefa que escreveu para o outro.

SESSÃO 07

Fantasma da Agressividade

1- ROLE-PLAY

Cada criança receberá um cartão com uma situação que terá de dramatizar (Anexo 8). As situações deverão ser representadas a pares, por um elemento de cada equipa anteriormente definida, sendo que o “ator principal”, ou seja, aquele que representa a resposta à situação, irá sendo alternado.

2 - INSULTOS PITORESCOS

Uma jovem encara outro de frente, no meio, para um despique de 30 segundos: o grupo decide quem ganha e outro elemento pode desafiar o campeão. Os “desafios” dividem-se em categorias:

- > Insultos: insultos falsos, pitorescos e inventivos (por exemplo, com nomes de vegetais, marcas, entre outros); nada de golpes “baixos” com verdades ou pontos fracos. Os insultos são feitos em conversa.
- > Fôlego redobrado: o parceiro que desafia deve manter uma torrente contínua de palavras; ambos devem falar ao mesmo tempo.
- > Gíria: dá-se aos jogadores uma emoção que eles devem expressar (por exemplo, medo), recorrendo a sons disparatados, falando os dois ao mesmo tempo.
- > O que é mais ofensivo, o que se diz ou a forma como se diz?
- > Porque será que, em caso de cólera, as pessoas tendem a gritar?
- > Como se sentiram a dramatizar emoções?

SESSÃO 08

► A Palhinha e o Papel

Os participantes dividem-se em duas equipas. As duas equipas colocam-se sentadas em duas filas, de frente uma para a outra. Os primeiros jogadores de cada fila preparam-se com a sua palhinha e o papel. Quando se dá o sinal de início da corrida, devem passar o papel ao seu companheiro do lado, aspirando intensamente pela palhinha. Não vale utilizar as mãos. O papel passará por todos os membros de cada equipa desta maneira.

Quando cai a alguma equipa o papel, tem de regressar ao primeiro jogador. Ganha a equipa que conseguir passar o papel até ao último jogador da sua fila.

► Cócegas

Os jogadores põem um balão cheio entre as pernas. O jogo consiste em fazer cócegas aos outros para que deixem escapar o balão. O mais divertido é ver como os companheiros se retorcem para evitar perder o balão. Os que perdem o balão ficam eliminados. Ganha o jogador que conservar o seu balão.

► O Prisioneiro

Formam-se duas equipas: cada uma forma um círculo unindo as mãos. No centro do círculo há um jogador que tenta sair num tempo inferior a três minutos. Se não conseguir sair a tempo, volta para o círculo, e vai outro para o centro. Não se pode agarrar, só impedir a passagem. Não podem largar as mãos.

Pode aumentar-se o número de prisioneiros e tentar entrar em vez de sair. Neste caso, os alunos devem agarrar-se pelas costas, entrelaçando os braços.

➤ O Cego

No meio de um círculo está alguém de olhos vendados. Os outros fazem circular de mão em mão um apito, atentos ao chefe que orienta o jogo. Quando este faz um sinal, o que está na posse do apito fá-lo soar três vezes seguidas; todos permanecem imóveis no mesmo sítio e em silêncio. O cego tem de procurar o que assobiou e se o descobre este passa a fazer o papel de cego. O que faz de cego não pode mover-se até que tenha soado o último assobio.

➤ Cabra-Cega

As crianças formam um círculo, de mãos dadas. Uma delas, no centro, ocupa, de olhos vendados, o lugar da cabra-cega. As crianças da roda chamam pela cabra-cega e fogem dela. Sempre que a cabra-cega pensa estar perto de uma criança tenta tocar-lhe e adivinhar quem é pelo tato. Se a cabra-cega adivinhar o nome da criança que apanhou, esta toma o lugar dela, se não, o jogo continua.

➤ O Presente

Formar um círculo amplo com cadeiras. Pedir um voluntário para ficar no meio, em pé. Retirar do círculo a cadeira em que o voluntário estava sentado. Quem está no centro, deve dizer bem alto, o seguinte: Eu trouxe um presente para a pessoa que... tem calças de ganga, usa óculos, usa brincos, etc.

Todas as pessoas que se enquadrarem no que for dito, devem trocar de lugar, rapidamente, inclusive a que estiver no centro. Quem sobrar, ocupa o lugar do centro.

SESSÃO 09

► Novelo da Solidão

1- A REGRA DO JOGO

Faz-se uma roda: uma pessoa sai e as outras escolhem uma regra. Quando ela regressar, deve descobrir a regra combinada, fazendo perguntas aos membros do grupo acerca deles próprios. Uma boa regra para começar: respondem às perguntas como se fossem a pessoa à vossa direita. Os jogadores têm de responder com honestidade às questões, de acordo com as regras. Outro exemplo: todas as raparigas dizem a verdade e todos os rapazes mentem.

2 - O URSO

Pede-se a dois voluntários (de preferência crianças que se encontrem integradas na turma/grupo) que saiam da sala. Entretanto, explica-se aos restantes que a partir dali serão ursos e deverão gritar alto, para que quando o primeiro colega entre, tente descobrir quem grita mais alto. Avisam-se as crianças de que apenas poderão fazê-lo quando o primeiro voluntário entrar, e não quando o segundo entrar. O primeiro voluntário entra e, propositadamente, assumir-se-á que acertou no urso que gritava mais alto na terceira tentativa. Entra o segundo voluntário e, ao sinal do animador, os ursos deverão gritar, mas apenas gritará o que foi o primeiro voluntário.

- > Como foi estar “alheio”?
- > Como é estar à parte? Já se sentiram à parte ou já fizeram alguém sentir-se assim?

SESSÃO 10

► A Dança do Balão

Um dos jogadores encarrega-se da música (podem fazer turnos). Os outros preparam-se aos pares para começar a dança. Mas antes põem um balão entre as barrigas e depois as mãos nas costas. Começa a música. Ao princípio procuram-se canções lentas e, pouco a pouco, canções mais rápidas para tornar o jogo mais difícil. Ganha o par que aguentar mais tempo a dançar com o balão.

► Amiba

É explicado ao grupo que tem de percorrer um percurso (previamente definido pelo animador). O grupo, todo junto, é envolvido com o papel higiénico e, sem falar, tem de percorrer esse percurso contornando todos os obstáculos criados sem que o papel higiénico (bastante frágil) se quebre. Caso falem, ou o papel se parta, têm de voltar ao início.

De seguida, o grupo é convidado a percorrer um outro percurso, continuando envolvido em papel, mas agora permitindo que o grupo converse.

► Só Nós

Com a turma organizada em pares, lado a lado, dá-se a cada par um pedaço de corda. Um elemento do par segura uma ponta do fio com a mão direita e o outro a outra ponta com a mão esquerda. As mãos livres são passadas para trás das costas do parceiro, ficando o par abraçado. O par é agora uma espécie de ser de duas cabeças, que tem de dar um nó na sua corda. Mais tarde, o professor pode dar dois fios a cada par e pedir que os unam, firmemente com um nó.

► Atravessar o Rio

Cada viajante dispõe de três folhas de jornal. É uma corrida que consiste em ir colocando as folhas de jornal no chão, em fila, passando por cima delas, e acrescentando mais para poder avançar, até chegar ao outro lado do rio.

Se puser os pés fora, o indivíduo cairá no rio e, portanto, será eliminado. Não podem apoiar as mãos na água, pois a corrente poderá arrastar o infrator.

Pode fazer-se também com cadeiras, mesas, tapetes.

Ponte cooperativa, passar juntos (em pares ou pequenos grupos).

► Faz o que te Digo

Estão em roda, um no meio vendado. Rodam-no. Fica parado em frente a um menino e esse lê a tarefa (Anexo 9) que tem no seu cartão e o do meio tem de cumpri-la. Depois trocam, vai esse para o meio.

► Soprando como o Vento

Vamos jogar às corridas de veleiros e o que devemos fazer em primeiro lugar é construir os barcos. Para isso, as crianças dobram um pedaço de papel e modelam-no a seu gosto para personalizar o seu veleiro.

Colocam-se todos os veleiros atrás da linha de partida. O jogo consiste em fazer avançar os barcos em linha reta até à meta com o sopro das crianças.

Pode fazer-se em equipa, pares ou individualmente.

SESSÃO 11

► Um por Todos, Todos por Um

2- EQUILÍBRIO DE PARCEIROS

As crianças procuram um par e sentam-se com as costas encostadas, de braço dado e com as pernas estendidas para a frente. Tentam levantar-se, ajudando-se um ao outro. Os pares juntam-se uns aos outros e vão experimentando fazer o mesmo. Depois pode fazer-se o mesmo com os parceiros frente a frente. Depois, de pé, um em frente ao outro, os parceiros levantam a perna esquerda para a frente de modo a que o parceiro agarre o tornozelo. Primeiro baloçam, depois tentam saltar ao mesmo tempo e depois sentar-se ao mesmo tempo.

2 - QUEM ME EMPRESTA UM BRAÇO?

Formam-se pares, devendo os elementos estar agarrados um ao outro, com os braços atrás das costas, de modo a que cada um tenha apenas um braço livre. Nestas condições, terão de recortar várias figuras (Anexo 10) de uma folha de papel, o que apenas será possível se cooperarem.

SESSÃO 12

► Mikado

Em equipas ou a pares, as crianças deverão jogar o Mikado, procurando avaliar as decisões que tomam e controlo de movimentos.

► O Contorcionista

No papel de cenário desenham-se 6 grandes círculos mais ou menos iguais, e pintam-se de diferentes cores: azul, vermelho, rosa, verde, amarelo e laranja.

Começa o jogo e sai o primeiro jogador que tem de fazer o que lhe manda o chefe, entretanto nomeado, que determina, por exemplo, pôr a mão direita no círculo vermelho; o pé esquerdo no azul, e por aí fora. Os outros deverão estar atentos a qualquer erro ou à impossibilidade de já não se conseguirem mexer, pois aí será a vez do próximo jogador. O mais divertido são as posturas que é preciso fazer, ainda que isso também dependa da capacidade inventiva do chefe do jogo.

► Quatro em Linha

A pares ou em equipa, as crianças deverão jogar o 4 em linha, tomando decisões sozinhos ou em grupo. Pode colocar-se a regra de que, numa primeira fase, ninguém pode sugerir jogadas, de modo a comparar as situações de com e sem a pressão dos pares.

➤ Jogo do Cobertor

Leva-se um cobertor que deverá ser segurado numa ponta por um técnico e na outra pelo professor.

Formam-se duas equipas. Cada equipa fica atrás de uma parte do cobertor. Enquanto o cobertor está levantado devem selecionar um membro da equipa para ir mais à frente. Conta-se até três e baixa-se o cobertor. Ficam duas crianças frente a frente e a primeira a dizer o nome da outra, ganha. O elemento que perde vai para a outra equipa. Ganha a equipa que chegar ao fim com todos os elementos.

➤ Jogo do Lenço

Estão em roda, sentados. Um elemento de fora anda à volta da roda com um lenço. Não vale olhar para trás. Quando o elemento externo deixa o lenço atrás de alguém, essa pessoa tem de levantar-se e correr à volta da roda para a tentar apanhar. Por sua vez, o sujeito que tinha inicialmente o lenço, deve tentar ocupar o lugar da pessoa que o persegue.

➤ O Rei Manda

Elege-se alguém para ser o Rei, ou pode ser mesmo o próprio técnico. Em seguida é explicado aos alunos que quando se dá uma ordem que comece por “O Rei Manda...” eles devem obedecer e cumprir essa ordem. Quando não dizemos o “Rei manda”, eles têm de ficar quietos e não cumprem essa ordem. Exemplos de ordens: saltar ao pé-coxinho, levantar o braço esquerdo; levantar o braço direito; saltar; levantar os dois braços; bater palmas; sentar; levantar; colocar de cócoras; colocar de gatas; bocejar; abraçar um colega; levantar a perna esquerda; levantar a perna direita; tocar com a mão direita no nariz; tocar com a mão esquerda no nariz; meter um dedo no ar.

SESSÃO 13

► Labirinto das Decisões

1- ORDEM DA EQUIPA

Sem saberem para quê, as crianças deverão decidir entre si quem será o primeiro, o segundo... elemento a realizar a tarefa que depois se irá apresentar.

2 - CAMPO MINADO

Coloca-se no chão um pedaço de papel de cenário que representa um campo minado Anexo 11). As crianças deverão atravessá-lo sem pisar nenhuma bomba, sendo que sempre que isso acontecer, terão de recomeçar do início na sua próxima vez de jogar. Toda a equipa tem de atravessar o campo.

SESSÃO 14

► Jogo da Pipoca

Uma pipoca saltava na panela

E logo outra se foi juntar a ela

E começou uma grande confusão

E nunca mais elas se separarão!

Eu salto e poky, (um salto para a frente)

e poky, poky, poky (3 saltos para trás)

e poky, poky, poky (3 saltos para a direita)

e poky, poky, poky (3 saltos para a esquerda)

Continua com duas pipocas... até todo o grupo estar abraçado.

► Balão dos Sonhos

Pede-se a cada participante que escreva num papel um sonho que gostava de realizar. De seguida, distribuem-se balões e pede-se que coloquem os seus sonhos nos balões e os encham.

Distribui-se a cada participante um palito e dá-se a instrução “Defendam o vosso sonho!”.

- > Porque é que destruíram o sonho dos colegas?
- > O ataque é a melhor forma de defesa?
- > Quem é que compromete o alcance dos nossos próprios sonhos?

► Macaquinho do Chinês

Escolhe-se um voluntário para tapar os olhos e dizer: “1, 2, 3, Macaquinho do Chinês!” Entretanto, o resto da equipa tenta avançar e adota uma posição estática. Quem se mexer, terá de voltar ao início.

► Corrida em Câmara Lenta

As crianças colocam-se na linha de partida e devem chegar ao outro lado da sala a correr em câmara lenta. O último a chegar ganha. Mas as crianças não podem estar paradas, têm de estar sempre em movimento.

► Era um Vez um Gato Maltês

Com a turma de pé, em círculo, pede-se que se ponha a circular a frase: “Era uma vez um gato maltês; tocava piano e falava francês”, dizendo cada criança, na sua vez, uma só palavra da frase. Isto é, o primeiro aluno diz “Era”, o segundo “uma”, o terceiro “vez”, e assim sucessivamente, recomeçando a frase tantas vezes, quantas necessárias.

Variantes – põem-se de cócoras ou em pé quando falam...

► Jogo do Sério

Os jogadores colocam-se em duas filas paralelas e, num primeiro momento, os elementos de uma fila têm de fazer rir os da outra, que devem permanecer sérios. Depois invertem-se os papéis.

SESSÃO 15

► A Ponte da Paz

1- CADA UM PARA SEU LADO

Separam-se as crianças em dois grupos e a cada um deles dá-se uma instrução distinta: vais fazer uma corrida em que o objetivo é chegar em último/primeiro. Junta-se um elemento de cada grupo, atam-se o pé esquerdo de um com o direito de outro e dá-se início à corrida.

2 - ORGANIZADOR DE EVENTOS

Sorteia-se qual dos grupos terá como destinatário um rapaz e qual terá uma rapariga. Em equipas, as crianças deverão escolher vários elementos constituintes da organização de uma festa de anos. Assim, perante vários estímulos, terão que decidir, em equipa, o seguinte: decoração (cor dos balões, toalhas de mesa, guardanapos); bolo (sabor e decoração); convites.

Explorar as dificuldades sentidas.

SESSÃO 16

► Corrida de Cavalos

Faz-se uma roda e diz-se que vão fazer uma corrida de cavalos e que a mesma começa a baterem devagar com as palmas das mãos nas pernas, para marcar o cavalgar dos cavalos. À medida que a corrida vai prosseguindo têm de aumentar a rapidez e seguir as ordens, fazendo certos gestos: quando passam na bancada dos fotógrafos tiram fotografias; quando é na bancada dos homens saúdam-se e, na das mulheres, gritam de forma histérica; quando passam pelo Presidente da República e colocam a mão no peito e cantam o hino (heróis do mar...só a parte inicial); quando passam pelo túnel, têm de se agachar e dizem aiaiaiai; podem passar por cima da ponte, fazem de conta que saltam e quando é pela água fazem o barulho glugluglugu; curva à direita e à esquerda. Quando se chega à meta faz-se o som “hi hia”.

► Dança dos Livros

Cada um coloca um livro na cabeça e deve dançar/caminhar enquanto a música estiver a dar. Quando a música pára, têm de parar também. Dão-se instruções, como andar em bicos dos pés, levantar uma perna, meterem-se de cócoras, levantarem-se,... Se um deixar cair o livro, pára e espera que outro apanhe o livro e o coloque na sua cabeça.

► Bolas

Duas bolas de cores diferentes, por exemplo uma vermelha e uma verde. Os jogadores sentam-se em círculo no chão. O primeiro jogador tem a bola vermelha e passa-a ao seu companheiro da direita. Este jogador passa-a ao jogador seguinte e assim sucessivamente. Entretanto, os jogadores vão contando até 10. Quando se diz o número 10, o primeiro jogador começa a passar a bola verde seguindo o mesmo percurso. Deve-se tentar que a segunda bola não apanhe a primeira, quer dizer, que as duas bolas não estejam nas mãos de um só jogador. Quando isso acontece, volta-se a começar, mas neste caso muda-se a direcção do

percurso das bolas para o tornar mais difícil.

Também se pode jogar com dois objetos diferentes, e não apenas com bolas.

► Bom dia, Boa Tarde

As crianças colocam-se numa roda, de mãos dadas, ficando uma, de fora, que corre em volta da roda, e toca nas costas de um companheiro, que foge em sentido contrário. Ao encontrarem-se, apertam as mãos dizendo «Bom dia, Boa tarde», continuando depois a corrida para ver quem chega primeiro ao lugar vago. Quem ficar de fora procede como aquele que iniciou o jogo.

► Contagem Maluca

Em pares, as crianças têm de contar de 1 a 3, alternadamente (a primeiradiz um, a segunda dois, a primeira três, a segunda um...) durante algum tempo(o suficiente para os pares integrarem o funcionamento do jogo. Depois dos pares já estarem familiarizados com o processo, substitui-se o 1 por um some um gesto, mantendo-se o restante inalterado (contando alternadamente).Depois de algum tempo, substitui-se o 2 e por ultimo o 3.

► Os 4 Elementos

O animador lança a bola para um dos jogadores, pronunciando um elemento, por exemplo água (terra, fogo, ar). Quem receber a bola deve devolvê-la, dizendo num tempo determinado (cinco a dez segundos) um animal que viva na água. E assim, com o resto dos elementos, até que se diga o maior numero de animais possível, ou até que o animador decida parar o jogo. Se se diz fogo, terá de devolver a bola sem dizer nada. Variantes: pode mudar-se o tema, plantas, desportos,... dizer o nome da pessoa a quem se passa a bola e uma qualidade.

SESSÃO 17

► A Aventura da Diferença

1- EM TERRA DE CEGO, QUEM TEM OLHO É REI

Formam-se pares, estando um dos elementos “cego”. O elemento cego terá de sair da sala, descer escadas, atar os sapatos, entre outras tarefas, com o apoio do colega que vê. NOTA: Como é estar privado de um dos sentidos?

2 - EU CONHEÇO-TE BEM!

Dividem-se as crianças em dois grupos: rapazes e raparigas. Cada um dos grupos deve responder a dois breves questionários (Anexo 12), sendo um sobre raparigas e outro sobre rapazes. No final comparam-se as respostas, desconstruindo crenças, expetativas.

SESSÃO 18

► Espelhos

Os alunos formam pares, colocando-se frente a frente. Um aluno executa os movimentos, tentando o seu parceiro refleti-los, como se de um espelho se tratasse. O objetivo não é fazer coisas complicadas. Pequenos movimentos de cabeça, de tronco ou de braços são suficientes, desde que se crie um pouco a ilusão pretendida. Ao fim de algum tempo os pares trocam as suas funções.

Variante - continuar o jogo, mas sem desviar os olhos.

► Sombra do Peter Pan

Antes de iniciar o jogo, conta-se a aventura protagonizada por Peter Pan, enquanto procurava a sua sombra. A seguir divide-se o grupo em dois, metade fazendo de Peter Pan e a outra metade de sombra. O grupo de sombras escapou e corre ao longo da sala. A missão dos Peter Pans é capturá-lo. Dado o sinal, cada criança Peter Pan escolhe a sua sombra e quando a apanha cose-se ao seu corpo, para que não volte a escapar. Teremos que comprovar que as sombras estão em perfeito estado e, para que assim seja, têm de fazer todos os movimentos realizados pelas crianças Peter Pan. Estas vão movendo a cabeça, o pescoço, o tronco, as pernas, os joelhos, os tornozelos, os pés, os braços, os pulsos, os cotovelos, as mãos, e por fim, os dedos. As suas sombras terão de repetir todos os movimentos. Invertem-se os papéis.

► A Corrida de Sapatos

Fazem-se grupos de quatro a seis jogadores cada um. Misturam-se todos os sapatos dos participantes num monte. Ao sinal dado, cada um deverá procurar os seus sapatos, calçar-se devidamente, atar os atacadores e correr até à linha de origem. Quem não tiver atado bem os cordões ficará eliminado dessa prova e não passará à seguinte corrida.

Variantes: Em vez de calçar os pés devem atar os atacadores e calçar-se nas mãos, correndo com quatro patas. Por pares, um calça-se nas mãos e outro nos pés, para correr em forma de carro de mão; variar a forma de correr (de costas, saltando, de cócoras) ou de transportar o companheiro. Acrescentar obstáculos à corrida.

► Caminhando no Meu Pónei

Dispõem-se numa roda mas sem dar as mãos. Começa o animador no meio a cantar esta canção e aos saltos de um lado para o outro. Os jovens ajudam a cantar. Quando chega à parte do frente, o animador coloca-se de frente para um dos meninos que está na roda e o menino deve imitá-lo. Faz frente, frente, depois lado, lado e

trás, atrás, sempre aos saltinhos como se fosse um pônei. A seguir já fica o animador e o menino no meio da roda a cantar. Continua-se até não existirem meninos na roda e estarem todos aos saltos a cantar. “Caminhando no meu pônei/no meu belo e grande pônei/caminhando no meu pônei/assim reza a lenda/frente frente frente bebé/lado lado lado bebé/trás atrás atrás bebé/Assim reza a lenda.

► O que é que lá estava?

Um jogador escolhe uma série de objetos pequenos (relógio, chave, lápis...). Mostra-os ao resto do grupo e dá-lhes um certo tempo (pode contar até 30) para tentarem memorizar o nome desses objectos. Seguidamente, tapa com um pano todas as coisas. Cada jogador diz à vez um objeto de que se lembre e se acertar tem um ponto. Não vale repetir uma coisa que já tenha sido dita por outro jogador.

O jogo acaba quando já ninguém se lembrar de mais objetos ou quando todos os objectos já tiverem sido referidos. Ganha o jogador que conseguir obter mais pontos.

► Passa a Bola

Para realizar esta atividade, as crianças devem formar um comboio, colocando-se umas atrás das outras, de pernas abertas e sem se moverem.

O jogo consiste em passar a bola ao companheiro por cima ou por baixo. A primeira da fila grita uma das posições possíveis para passar a bola por cima ou por baixo.

Se a opção escolhida for por cima, o último do comboio, que tem a bola, começa a passá-la por cima da cabeça do companheiro que está à sua frente, com cuidado para que não caia. Se a opção for por baixo, então o último deverá passar a bola por entre as pernas do companheiro que estiver à sua frente.

SESSÃO 19

► Espelho, espelho meu...

Coloca-se um espelho numa área central da sala de modo a ser visualizado por todos. Seguidamente, colocam-se à disposição das crianças vários acessórios (cabeleiras, óculos, roupa, sapatos, bijuterias, maquilhagem...). À vez, é pedido às crianças que se vejam ao espelho e refiram o que vêem.

Exploração das imagens: cuidada, desleixada, o que sou, o que gostaria de ser

SESSÃO 20

► Teia de Aranha

Os participantes sentam-se em círculo e o monitor começa a lançar o novelo a um participante sem soltar a ponta. Ao mesmo tempo que lança o novelo diz algo de positivo que goste ou que aprecie na pessoa a quem lançou o novelo. Quem recebe o novelo agarra-o e lança-o de novo a outra pessoa, dizendo algo que aprecie na pessoa a quem o lança. Dessa forma vai-se construindo uma teia de aranha.

Ninguém pode largar o fio que tenha agarrado quando lança o novelo, já que, se o fizer, desmancha a teia de aranha. Variantes: se o grupo for numeroso, pode-se jogar com mais do que um novelo.

► Sinto-me...

O técnico distribui cartões com sentimentos (Anexo 13), que deverão ser expressos pelos alunos através de expressões faciais. Os colegas da equipa tentarão adivinhar.

► Sardinha em Roda

Os jovens fazem uma roda e têm de colocar uma mão por cima da de um colega do lado, e uma mão por baixo da do outro. Começa-se a cantar (ao longo da canção os meninos vão batendo na mão do próximo jogador enquanto cantam): “a macaca foi à feira não sabia o que comprar, mas comprou uma cadeira para a macaca se sentar, a macaca se sentou a cadeira se quebrou, a coitada da macaca foi parar no corredor, ai que dor, ai que dor, a coitada da macaca foi parar no corredor”. Depois conta-se 1 2 3 4 5 6 7 8 9 e, no 10, joga-se à sardinha. Aquele que perder sai da roda.

► Peito, Estala, Palma

Cantar e fazer os gestos correspondentes:

Fazer mais devagar, mais depressa...

“Peito estala palma, peito peito, estala palma

Peito estala palma, peito peito, estala palma

Estala peito, estala palma, peito peito

Estala Xiuuu”

► Quem falta?

É pedido às crianças que fechem os olhos ou que se voltem para a parede de modo a não se verem uns aos outros. O chefe escolhe uma pessoa tocando-lhe no ombro (sem fazer barulho) e este sai sem ninguém notar. Os outros jogadores destapam os olhos e tentam adivinhar quem saiu. Este jogo funciona melhor em grupos numerosos.

► O Jogo dos Pés no Ar

As crianças correm livremente. Ao apito do chefe, todos devem pôr-se com os pés no ar. Para isso, devem sentar-se num banco, no chão, ajoelhar-se, agarrar-se ao ramo duma árvore, etc... O último a colocar os pés no ar, perde e sai do jogo. O jogo continua até só ficar uma criança a jogar, que é a vencedora.

SESSÃO 21

► Lago dos Sentimentos

1- ADIVINHA COMO ME SINTO

Em equipas, as crianças são confrontadas com 5 situações-problema (Anexo 14), as quais retratam dois sujeitos em relação. Para cada uma das situações, as crianças deverão identificar/nomear quais os sentimentos que cada uma das personagens poderá estar a sentir nas situações apresentadas.

2- SENTIMENTOS

Em equipas, joga-se o jogo dos “Sentimentos” (Graça Gonçalves). Na inexistência do jogo oficial, podem construir-se cartões com nomes de sentimentos e cada criança terá de identificar uma situação em que tenha sentido tal emoção.

SESSÃO 22

► Escrever Bem nas Costas

Cada criança tem um papel nas costas e movimenta-se na sala ao som de uma música. Quando a música pára devem escrever um elogio, uma qualidade no papel da pessoa que fica mais perto de si.

► Amnésia

Colocar em cada criança um papel com um nome de uma pessoa bem conhecida ou figura de animação, de forma a que a própria não veja o seu papel. Explica-se que todos estão a sofrer de amnésia, e não conseguem lembrar-se de quem são. Convide-os a circularem entre os colegas tentando descobrir quem são, unicamente, através de perguntas que possam ser respondidas com sim ou não. Ponha em discussão a dificuldade do exercício, e até que ponto as perguntas os impediram de serem mais eficientes.

Ex.: Super Homem, Homem Aranha, Branca de Neve, Winx, etc.

► Aram Sam Sam

Em roda cantamos a seguinte canção: A ram sam sam, a ram sam sam/Guli guli guli guli guli ram sam sam/A ram sam sam, a ram sam sam/Guli guli guli guli guli ram sam sam/Aeee Aeee,/Guli guli guli guli ram sam sam/Aeee Aeee,/Guli guli guli guli guli ram sam sam. Depois de aprenderem, acrescentam-se movimentos. Bater nas pernas enquanto se canta aram sam sam; depois uma mão a coçar a parte de cima da cabeça e outra a parte de baixo enquanto se canta guli guli; depois durante o Aee elevar os dois braços. Em seguida o mesmo, mas primeiro o bater nas pernas do colega do lado direito e o coçar a cabeça do colega do lado esquerdo. Mais variantes: acelerar o ritmo ou torná-lo mais lento.

► Corrida de Camarões

As crianças, divididas em equipas, vão até à meta e voltam, a andar com as mãos nos tornozelos. Aqueles que tirarem as mãos dos tornozelos deverão recomeçar o trajecto. Ganha a equipa mais rápida.

► Futebol Humano

O campo é dividido ao meio, com uma linha, e formam-se duas equipas. Cada criança tenta correr e passar por entre as crianças da outra equipa (que se lhe tocarem, a podem “matar”) e marcar ponto na linha final do campo adversário.

Quando a criança é apanhada, permanece no local onde lhe tocaram, de braços abertos, para que, se uma criança da mesma equipa lhe tocar, esta possa voltar a jogar. Todos podem atacar e defender simultaneamente. Ganha a equipa que marcar mais pontos.

► Brasão

As crianças deverão preencher o seu próprio Brasão de Armas (Anexo 15), primeiro individualmente e, posteriormente, o do grupo.

SESSÃO 23

► À Descoberta de Mim

4- OS BENS MAIS PRECIOSOS

Apresenta-se às crianças uma caixa fechada e informa-se que no seu interior se encontram os bens mais preciosos daquela turma. Um a um, pede-se que venham abrir a caixa, olhar para o seu interior e voltar ao lugar em silêncio, sem revelar o que lá está. Quando todos tiverem visto o conteúdo da caixa, debate-se sobre o que viram (na realidade, dentro da caixa estará um espelho, sendo que as crianças visualizarão a sua própria imagem).

5- O TESOURO DA TURMA

Esta atividade implica um trabalho prévio entre os animadores e a professor(a) da turma, de forma a identificar uma qualidade/virtude de cada criança.

Distribuem-se pelas crianças pedaços de papel colados em papel dourado e pede-se que cada uma nomeie uma qualidade, uma coisa que faz bem ou para a qual tem jeito. Se existirem dificuldades, poder-se-á pedir a colaboração dos colegas. No final, afixa-se na parede um pedaço de papel de cenário com o título “O Tesouro da Turma” e afixam-se as qualidades de cada criança. Ao lado de cada uma, colocar-se-á uma outra qualidade, previamente preparada pelo animador e professor(a).

SESSÃO 24

A sessão 24 é dedicada à realização do pós-teste do programa, efetuando o sociograma da turma. O sociograma deverá contemplar áreas distintas como: tarefa, diversão, suporte social e desempenho. Assim, sugere-se que, individualmente, cada criança responda às seguintes questões:

6. Imagina que tens de fazer um trabalho de grupo. Escolhe dois colegas com quem gostasses de trabalhar e dois com quem não gostasses.

7. Para brincar, diz o nome de dois colegas com quem gostasses de brincar e dois com quem não gostasses.

8. Imagina que estás próximo do teu aniversário e te preparas para fazer a tua festa de anos. Escolhe dois colegas que gostasses de convidar e dois que não gostasses.

9. Se tivesses que fazer um jogo e escolher a tua equipa, diz o nome de dois colegas que escolhesses para a tua equipa e dois que não escolhesses.

10. Imagina que estás triste ou chateado. Diz o nome de dois colegas com quem irias conversar e dois com quem não irias conversar.

Relativamente aos questionários do professor, solicita-se o seu preenchimento, efetuando-se posteriormente uma comparação entre os resultados prévios e posteriores à aplicação do programa.

Solicita-se ainda que o professor preencha um questionário de avaliação do programa (Anexo 16).

Por último, solicita-se às crianças que avaliem o programa e indiquem um jogo/aspecto/situação que mais as marcou. A avaliação do programa é muito simples, resumindo-se à atribuição de “smiles”: (gostei); (mais ou menos); (não gostei).

LISTA DE MATERIAIS NECESSÁRIOS



- > Cartões com palavras para desenhar
- > Bolachas
- > Baralho de cartas
- > Cordel
- > Fita adesiva
- > Figuras para descrever
- > Folhas em branco
- > Vendas
- > Rebuçados
- > Novelos de lã
- > Cartões com situações-problema
- > Palhinhas
- > Balões
- > Apito
- > Papel higiénico
- > Cartões com tarefas
- > Folhas com figuras para recortar
- > Tesouros
- > Mikado
- > Papel de cenário com 6 círculos grandes de cores diferentes
- > Jogo 4 em linha
- > Cobertor ou lençol
- > Papel de cenário com campo minado
- > Mapa do campo minado
- > Palitos
- > Imagens de bolos, guardanapos, sabores, convites para festas
- > Livros
- > Duas bolas de cores diferentes
- > Questionários sobre diferenças de género
- > Objectos pequenos
- > Bola
- > Espelho
- > Roupa
- > Acessórios (óculos, cabeleiras, sapatos...)
- > Cartões com sentimentos
- > Figuras com situações de desconforto emocional
- > Folhas com brasão
- > Caixa com um espelho
- > Figuras de nuvens douradas



AValiação DO PROGRAMA -FORÇAS E AMEAÇAS

A realização do Jogo X implica a participação ativa do professor titular da turma, quer durante as sessões, quer no decurso das aulas regulares, já que apenas assim é possível amplificar os resultados do programa. Para apoiar esta participação, foi construído um “Manual do Professor”. No que respeita aos técnicos, o programa deverá ser dinamizado sempre por dois técnicos em simultâneo (preferencialmente da área da psicologia, educação social ou animação sociocultural), plenamente familiarizados com o Jogo e tendo sido formados para a sua aplicação.

A aplicação do Jogo X decorre em contexto de sala de aula, sendo aconselhável alterar a disposição das mesas, de modo a formar dois grupos e criar na zona central uma “ilha”, na qual é colocado o tabuleiro do jogo. Os materiais necessários para a realização das sessões devem estar organizados num pack pedagógico, constituído pelo Caderno de Jogo e os diversos materiais que se encontram referidos no capítulo de anexos e de materiais necessários.

O Jogo X foi aplicado no decurso do ano letivo 2010/2011 em duas turmas do 2º ano de escolaridade, em escolas diferentes e por técnicos diferentes, bem como no ano letivo 2011/2012 em duas turmas de 3º ano. Ao longo do decurso da intervenção, em vários momentos foi possível aferir a possibilidade efetiva de replicação do programa. No entanto, é absolutamente necessária uma formação prévia dos técnicos aplicadores do programa, já que algumas dinâmicas implicam a aprendizagem de canções, a fluência na abordagem das questões mais prementes e significativas em cada uma das áreas no momento de reflexão após o termo dos jogos e, ainda, devido à necessidade de agilizar a dinamização das sessões, evitando tempos mortos e efetuando uma correta gestão dos tempos. Além do mais, por vezes é necessário e desejável adaptar as sessões a situações quotidianas que ocorrem em contexto escolar, pelo que é imperioso que os técnicos possam rapidamente alterar a dinâmica a realizar, adequando a sessão às necessidades (exemplo: situação em que ocorreu um conflito entre os destinatários quando a sessão prevista remetia para a auto-estima).

A fase de teste/experimentação do programa utilizou para validação das suas potencialidades ao nível da intervenção nas problemáticas identificadas, técnicas especializadas ao nível das ciências sociais, designadamente da psicologia. Assim, foram utilizados como instrumentos de pré e pós-teste o Teacher Report Form (Achenbach, 1991) e o sociograma da turma. No entanto, em futuras aplicações foram definidos outros instrumentos, os quais não requerem a aplicação por parte de técnicos especializados naquela área.

Assim, relativamente ao processo de validação, importa referir alguns aspetos. Os resultados iniciais do sociograma da turma revelaram o seguinte: um dos alunos não apresentou uma única escolha positiva em qualquer área; um aluno apresentou apenas uma escolha positiva numa área; três alunas não tiveram qualquer escolha negativa; um aluno teve 32 escolhas negativas e apenas 1 positiva; um aluno teve 25 escolhas negativas e 11 positivas; 20% das raparigas são escolhidas pela negativa, enquanto 70% dos rapazes são escolhidos pela negativa. Quanto aos dados do questionário do professor, foi possível identificar que ao nível dos problemas de internalização (depressão, ansiedade, isolamento, somatização, défice de atenção), os rapazes encontravam-se no limite dos valores considerados problemáticos, enquanto as raparigas se encontravam já dentro do nível problemático. Relativamente aos problemas de externalização (comportamento delinquente, agressividade, problemas de relacionamento social), os rapazes encontravam-se em níveis problemáticos e as raparigas no limite deste nível.

Após o desenvolvimento do programa, os dados do questionário do professor revelaram que as raparigas saíram do limite dos níveis problemáticos no que respeita aos problemas de internalização e que os rapazes saíram dos níveis problemáticos no que concerne aos problemas de externalização. Numa análise mais profunda verificaram-se evoluções positivas no score total de problemas, com especial ênfase nas escalas de isolamento, ansiedade/depressão, problemas somáticos e comportamento agressivo. Também a análise do pós-teste do sociograma apresentou resultados positivos, já que apontou que 20% dos alunos diminuíram as escolhas negativas, 50% aumentaram as escolhas positivas, 5% aumentou as escolhas negativas e os restantes 25% mantiveram o nível positivo/negativo de escolhas que tinham sido verificadas no pré-teste.

Da avaliação de processo efetuada pelo professor (Anexo 16), destaca-se a referência à adequação do desenvolvimento do programa às necessidades evidenciadas, salientando como impacto mais significativo a promoção da cooperação entre os elementos da turma.

Por último, foi solicitado aos alunos que avaliassem o programa, utilizando uma escala muito simples de três “smiles” (☺; ☹; ☻), tendo a totalidade utilizado o símbolo. Foi ainda curioso constatar como as crianças conseguiram recordar e explicitar as dinâmicas que mais os marcaram, bem como os objetivos subjacentes.

No que respeita à avaliação de processo por parte dos técnicos que conceberam e aplicaram o programa, importa tecer algumas considerações finais, positivas e negativas. Como aspetos positivos destaca-se a grande aceitação por parte das crianças às dinâmicas propostas; a melhoria da qualidade da relação entre os destinatários; a possibilidade que o programa tem de concretizar uma associação da escola a atividades divertidas e motivantes; a adaptabilidade das dinâmicas às necessidades emergentes na turma; e, ainda, o envolvimento do docente.

Relativamente aos aspetos menos positivos, refira-se o facto de por vezes o tempo de duração das sessões (uma hora) ser insuficiente para a concretização numa única sessão de algumas dinâmicas, conduzindo à transferência da temática para a semana seguinte. Esta dificuldade implicou que o programa não tivesse sido concluído. Importa ainda referir que o plano inicial de avaliação do programa para sua validação não foi totalmente implementado, já que se previa a aplicação do Child Behavior Checklist aos encarregados de educação e tal verificou-se não ser possível, atendendo às competências de literacia da generalidade dos encarregados de educação. Por último, aponta-se o facto de ser necessária uma dupla pedagógica para a concretização do programa, implicando mais recursos humanos e ainda um período prévio de entrosamento entre técnicos.

Não obstante algumas dificuldades, considera-se que o programa obteve resultados bastante positivos ao nível do cumprimento dos objetivos a que se propõe.

NARRATIVA DA PRÁTICA



De forma a clarificar os constrangimentos e os sucessos obtidos ao longo do programa, foi realizada uma narrativa da prática, na qual foram descritos todos os procedimentos adotados em cada uma das sessões.

SESSÃO 01

Esta sessão foi dedicada à realização do pré-teste de competências, tendo sido entregue à professora titular de turma os questionários TRF. Os instrumentos destinados aos Encarregados de Educação não foram entregues por terem sido avaliados como muito complexos e requerendo competências que os EE não apresentam.

Em contexto de sala de aula, foi realizado o sociograma da turma, tendo sido distribuído aos alunos um pequeno questionário com as seguintes perguntas: 1) Imagina que tens de fazer um trabalho de grupo e escolhe dois colegas com quem gostasses de trabalhar e dois com quem não gostasses; 2) para brincar, diz o nome de dois colegas que escolhias e dois que não escolhias; 3) festa de anos - dois colegas que convidavas e dois que não; 4) fazer um jogo - dois colegas que escolhias para a equipa e dois que não; 5) quando estás triste ou chateado - dois colegas para conversar e dois que não.

A professora juntou-se às técnicas no apoio individualizado para realização da tarefa, explicitando as questões e, em alguns casos, escrevendo as respostas referidas pelos alunos (devido a dificuldades na escrita).

Foi notória a identificação negativa e positiva recorrente de alguns elementos da turma.

SESSÃO 02

Esta sessão foi dedicada à formação de grupos, explicitação do funcionamento do jogo e ainda baptismo das árvores de cada equipa. Não pode deixar de referir-se, a este propósito, o entusiasmo das crianças quando viram a caixa de jogo e as árvores, funcionando como elemento estimulante. A formação dos grupos foi realizada pela professora titular da turma, uma vez que dispõe de um conhecimento privilegiado do perfil de cada criança, de forma a constituir grupos heterogéneos mas equilibrados, numa perspetiva de um trabalho continuado de exercício da diversidade e flexibilidade perante o outro e a diferença.

Seguidamente, efetuou-se a explicação do funcionamento do jogo e das suas regras (pontos de ajuda e boa disposição, desafios, flores).

Antes de terminar a sessão, foi ainda realizado o batismo das árvores de cada um dos grupos. Para tal, foi proposto às crianças de cada equipa que escolhessem um nome para a sua árvore, a qual deverá ser um elemento representativo do grupo no jogo. De forma imediata, em ambos os grupos, as crianças começaram a sugerir nomes de forma individual, aguardando a aprovação das figuras de autoridade (técnicos e professora), assumindo que não seriam eles a decidir, mas sim o adulto. Face a esta situação, propôs-se que encontrassem uma forma de escolher e decidir de forma autónoma e democrática, após o que, elas próprias perceberam que deveria ser criada uma situação de votação. No final, as árvores foram batizadas com as seguintes designações: Árvore da Escola de Artes e Árvore dos Colegas e Amigos.

SESSÃO 03

Nesta sessão foi iniciado formalmente o jogo. Tal como previsto, cada equipa teve de lançar o dado para se saber qual a tarefa que cada uma deveria realizar. Não sendo imposto pelos técnicos, cada equipa foi forçada a definir quem lançava o dado nas várias sessões, tendo sido estimulados a fazê-lo da forma mais justa possível. Assim, passados cerca de 10 minutos de discussão, e com o apoio e orientação dos técnicos, ficou definido, numa das equipas, que a primeira pessoa a lançar era sorteada, devendo posteriormente designar quem lançaria na sessão seguinte, e assim sucessivamente. Quanto à outra equipa, foi decidido que seguiriam a ordem dos aniversários.

Uma vez lançado o dado, a equipa Escola de Artes teve de cumprir a tarefa “Desenho às Cegas”, enquanto os Colegas e Amigos realizaram “A Cruz e o círculo”. Cada uma das técnicas assumiu a gestão de uma equipa, dinamizando a atividade e dirigindo a sua atenção para a tarefa. No que respeita à “Cruz e Círculo”, as crianças manifestaram agrado na realização da tarefa, tendo ficado surpreendidas por se revelar uma tarefa tão difícil, pedindo inclusivamente à professora para tentar fazer. No entanto, a tarefa revelou ter uma duração curta demais, tendo sido necessário a técnica improvisar um pouco, explorando novas possibilidades (com os pés, pernas, braços) de forma a estender a atividade e adequá-la à duração da da outra equipa.

Quanto ao “Desenho às Cegas”, as crianças mostraram-se igualmente motivadas e atentas, embora como sendo muito novos, alguns alunos dispersaram-se da tarefa enquanto outros colegas desenhavam.

No final, foram exploradas as dificuldades e objetivos de cada atividade e decidiu-se, contando com a opinião das crianças, quanto à atribuição de pontos de ajuda e boa disposição (apenas se atribuíram pontos de boa disposição).

Por último, introduziu-se o desafio da semana (Desafio da Mordalha) e explicitou-se em que consiste uma mordalha (algo que nos impede de falar), informando que ao longo da semana seriam colocados em situações em que não podiam falar e teriam de recorrer a novas formas de comunicar (atividades a cargo da professora titular de turma).

SESSÃO 04

Esta sessão foi dedicada à realização do primeiro desafio do jogo: Desafio da mordança. Neste dia foi imposta a regra do silêncio, já que era necessário não falar.

Com a ajuda de fita-cola, colocaram-se dois pedaços de cordel no chão, de forma a criar duas linhas. Cada técnica selecionou uma criança de cada equipa (de acordo com o cumprimento da regra do silêncio) e foram-se colocando as equipas frente a frente. Quando todos estavam frente a frente e em silêncio, foi dada a seguinte instrução: “Mantendo o silêncio e sem sair da linha, cada equipa tem de organizar-se por altura, ou seja, do maior para o mais pequeno ou do mais pequeno para o maior. Manter o silêncio é essencial para conseguirem superar o desafio e ganharem a flor para a vossa árvore”.

Ao sinal das técnicas, as crianças começaram a procurar organizar-se, embora tenham sido notórias diferenças de postura entre as crianças: umas mantiveram-se no lugar, sem saber o que fazer; outras começaram a dar ordens às outras um pouco arbitrariamente, umas mantiveram o silêncio, outras começaram a falar e, por vezes a exaltar-se quando alguém não percebia o que queriam fazer. No final, uma das equipas conseguiu organizar-se por alturas, enquanto a outra nem por isso. Atendendo a algumas dificuldades de organização iniciais, nomeadamente ao nível da organização das equipas, explicitação da dinâmica a realizar e envolvimento de todos no processo, nesta sessão apenas foi possível realizar parte do desafio, tendo ficado a outra atividade para a sessão seguinte.

SESSÃO 05

Continuação do Desafio da Mordaça – dinâmica “o feiticeiro das palavras”.

Organizadas em equipa, foi solicitado um voluntário de cada uma delas para ser o feiticeiro das palavras. Aos feiticeiros, foi entregue uma figura, a qual deveria ser descrita à respetiva equipa para que as crianças tentassem desenhar o que lhes era descrito. Nesta primeira fase não foi permitido falar, fazer ou responder a perguntas. Em ambas as equipas, os feiticeiros tiveram algumas dificuldades em descrever as imagens, não sabendo muito bem o que dizer ou como dizer, denotando algum desconhecimento ou ausência de preocupação acerca de eventuais descrições pouco claras ou, até mesmo, erradas. Nesta primeira fase, em ambas as equipas, as reproduções ficaram muito longe do desenho original.

Posteriormente, foi entregue aos feiticeiros das palavras um outro desenho e foi dada nova instrução à equipa: para além do feiticeiro descrever a imagem, as crianças poderiam agora colocar questões, as quais seriam respondidas. Na equipa Escola de Artes, constatou-se que mesmo tendo sido autorizada a colocação de questões, a maioria das crianças não efetuou qualquer pergunta, como se não soubesse sequer o que perguntar. Por outro lado, o feiticeiro mostrou-se pouco ativo e criativo, explicando a mesma coisa sempre do mesmo modo. Talvez por estas razões, também nesta segunda fase, as produções das crianças ficaram muito longe do desenho original.

Na equipa dos Colegas e Amigos, as crianças mostraram-se um pouco mais ativas, colocando questões, mas foi igualmente notória alguma impaciência por parte do feiticeiro quando não se conseguia fazer entender, bem como dos restantes elementos da equipa quando não percebiam o que lhes era pedido fazer. Não obstante, nesta fase do jogo, os desenhos das crianças aproximaram-se um pouco do original.

No final, foi realizada a reflexão da sessão, nomeadamente ao nível da impaciência de alguns elementos perante o desafio, a frequente atribuição causal externa, ou seja, ao outro (és tu que não estás a perceber, és tu que não estás a explicar bem). Ficou assim clara a limitação da comunicação quando esta se efetua unilateralmente (situação inicial), bem como quando apenas uma das partes está dentro de um determinado contexto. Por questões de tempo, não foi possível ouvir todas as crianças, ficando adiado para a sessão seguinte.

SESSÃO 06

A fase inicial desta sessão foi destinada à conclusão do processo reflexivo acerca da sessão anterior, bem como à decisão de atribuição ou não de flor às equipas, atendendo à superação do “desafio da mordaza”. Recuperando as atividades realizadas, foi colocado em discussão se cada uma das equipas deveria receber flor ou não. Após alguns momentos de argumentação de parte a parte, concluiu-se que a equipa Colegas e Amigos merecia receber uma flor (por ter conseguido realizar com sucesso as tarefas e ter cumprido as regras definidas), enquanto a Escola de Artes não, já que não conseguiu realizar as tarefas propostas. No entanto, pelo modo como participou, esta equipa recebeu pontos de boa disposição.

Terminada esta reflexão e avaliação, cada equipa teve de lançar o dado para avançar no jogo. Tendo passado já algum tempo desde a definição da regra de lançamento do dado, as equipas já não se recordavam das regras que tinham definido, tendo por isso sido necessário voltar a recuperá-las através de um novo exercício de negociação. Assim, cada equipa lançou o dado e obteve-se a tarefa correspondente. Por questões de tempo, que não permitia concluir a tarefa, optou-se por não se iniciar a mesma e adiá-la para a sessão seguinte.

SESSÃO 07

Nesta sessão, a equipa Escola de Artes realizou a tarefa “Faz o que eu mando” e os Colegas e Amigos a tarefa “ordem no banco”.

Cada uma das técnicas assumiu a orientação de uma equipa, funcionando a professora da turma como elo de ligação entre ambas, apoiando numa e noutra.

Na tarefa “faz o que eu mando” a técnica explicou que cada uma das crianças deveria escrever num papel uma tarefa para o colega da sua direita realizar. Inicialmente, surgiram protestos, referindo algumas crianças que não sabiam escrever. Foram tranquilizadas quanto a este facto, dispondo-se quer a técnica, quer a professora, a ajudar no que fosse necessário. Notou-se igualmente que algumas crianças se encontravam um pouco perdidas, não sabendo bem o que dizer, mas com incentivo, acabaram por conseguir realizar a tarefa. Quando todas tinham já decidido o que queriam que o colega fizesse, a técnica informou que este jogo servia para as crianças perceberem que não devemos desejar aos outros o que não queremos para nós, pelo que seria a pessoa que escreveu a tarefa a realizá-la. Imediatamente surgiram alguns protestos mas, desde logo, se prontificaram a realizar as tarefas: correr à volta da sala, saltar à corda, ir ao refeitório e pedir às auxiliares um bolo, entre outras. Uma das crianças não conseguiu realizar a tarefa, pelo que se pediu ao grupo que definisse uma atividade para ela. Três das crianças referiram que devia fazer flexões e as restantes que deveria varrer a sala. Seguindo a lógica anterior, quem deseja ao outro é quem faz, pelo que tiveram de concretizar essas tarefas. Mas fizeram-nas com boa disposição!

A equipa Colegas e Amigos realizou a atividade “ordem no banco”. A técnica colocou uma série de cadeiras lado a lado e, uma a uma, levou as crianças para cada uma delas. Impunha-se a regra do silêncio, o que se revelou de difícil concretização. Foi dada instrução para que se organizassem por data de nascimento, o que levantou desde logo dificuldades, já que algumas crianças não sabiam o seu dia de aniversário. No entanto, com a ajuda da professora, foi possível organizar as crianças. Ao longo da realização da actividade, foi notória uma entre-ajuda entre as crianças, apoiando-se umas nas outras para não caírem do banco. Simultaneamente, constatou-se igualmente boa disposição no grupo. Por estas razões, esta equipa recebeu um ponto de ajuda e um ponto de boa disposição, ao passo que a outra equipa apenas recebeu ponto de boa disposição.

SESSÃO 08

Desafio “Fantasma da Agressividade”. Nesta sessão, ao contrário do que estava previsto, optou-se por iniciar com a dinâmica “Insultos Pitorescos”. Cada técnica pediu a uma criança de cada equipa que se fosse levantando e se colocasse frente a outra (da equipa contrária). Informou-se que este era um jogo de insultos, mas não dos comuns, sendo que apenas poderiam insultar o colega da frente com nomes de vegetais. Começou-se por avaliar até que ponto as crianças sabiam o que eram vegetais, tendo-se verificado que, embora existissem algumas confusões, conseguiam nomear diversos tipos. Salientou-se que não poderiam existir insultos com outros nomes, sendo que quem o fizesse sairia do jogo, podendo penalizar o desempenho da sua equipa.

A primeira equipa a começar foi a Escola de Artes, que deveria começar a insultar os colegas da frente, sem que estes pudessem responder. Foi ainda acordado um sinal das técnicas (uma mão no ar) que daria o início e o final dos insultos. Inicialmente, as crianças começaram muito retraídas, não utilizando um tom verdadeiramente agressivo mas, à medida que o jogo avançava, foram crescendo de tom. Nesta equipa, houve uma criança que insultou verdadeiramente um colega, tendo por isso sido retirada do jogo. Passou-se então à equipa seguinte, que cumpriu igualmente as ordens de início de fim. Por último, iniciou-se o insulto simultâneo, em que ambas as equipas se insultavam ao mesmo tempo. Neste momento, foi curioso observar como algumas crianças se sentiram incapazes de dar qualquer resposta, limitando-se a ouvir ou até mesmo tapando os ouvidos, enquanto outras se sentiram plenamente à vontade no papel de agressor. Esta situação foi abordada na reflexão final, tendo sido claramente reconhecida. Salientou-se ainda a importância do tom que se usa na comunicação, sendo que por vezes, mais do que aquilo que se diz, importa a forma como se diz.

Atendendo à idade das crianças, e a algumas dificuldades na leitura e escrita, optou-se por não se realizar a actividade de role-play. Quanto à atribuição de flores, a equipa Colegas e Amigos recebeu uma flor e a Escola de Artes recebeu apenas metade, atendendo ao facto de ter tido um elemento suspenso e de não ter conseguido realizar plenamente o desafio.

SESSÃO 09

Quando as técnicas chegaram à sala, as crianças estavam já organizadas em equipa, permitindo iniciar logo o jogo. Em primeiro lugar, foi recuperado o critério de escolha da pessoa a lançar o dado, já que continua a existir alguma tendência para todos quererem fazê-lo. Depois de resolvida a situação, cada equipa lançou o dado e encontraram-se as tarefas de cada uma: a Escola de Artes calhou na cor verde e jogou “O Cego”, enquanto os Colegas e Amigos na cor amarela, realizando “O Presente”.

Ambas as equipas pegaram nas suas cadeiras e formaram dois círculos em cada ponta da sala, de forma a incomodar o mínimo possível a outra equipa. Nas duas atividades foi necessário seleccionar um voluntário e, como nenhuma delas conseguiu chegar a uma decisão (todos queriam ser voluntários), pediu-se a um elemento da equipa contrária para escolher uma pessoa ao acaso. Na Escola de Artes, a pessoa seleccionada foi o primeiro cego, enquanto nos Colegas e Amigos, foi a primeira pessoa a ficar no centro e a seleccionar o critério para os colegas se movimentarem.

A boa disposição esteve presente em ambas as equipas, que realizaram as tarefas com prazer, embora os Colegas e Amigos tenham sido um pouco mais barulhentos, também pela natureza mais agitada da tarefa. Também no que respeita à entre-ajuda, em ambas as equipas esta foi notória: na Escola de Artes as crianças esforçaram-se por manter o silêncio, de forma a facilitar ao colega vendado descobrir quem tinha o apito; os Colegas e Amigos, foram ajudando a identificar os lugares vagos para os colegas se sentarem. Nesta última, no momento final de reflexão, em que foram abordadas estas questões, questionou-se ainda sobre se tinham percebido qual o “presente” (eu trouxe um presente para quem tem...), tendo-se concluído que o presente era dar oportunidade a todos para jogar.

Pelo seu envolvimento na tarefa, boa-disposição e espírito de grupo, ambas as equipas foram premiadas com um ponto de boa-disposição e um ponto de ajuda.

SESSÃO 10

Sessão dedicada ao desafio “Novelo da Solidão”. Começou por recordar-se aos alunos que a concretização com sucesso do desafio pelas equipas daria lugar ao recebimento de uma flor para a árvore respetiva, enfatizando a importância deste facto. De seguida, explicou-se às crianças que seria necessário que se organizassem num círculo, pedindo que cada um levasse a sua cadeira para a zona central da sala. Quando todos estavam em círculo, solicitou-se um voluntário, ao que a generalidade das crianças se ofereceu. Assim, pediu-se à professora da turma para escolher ao acaso uma criança. Essa criança saiu da sala acompanhada por uma técnica, enquanto a outra técnica ficou dentro da sala com a turma, acompanhada pela professora.

No exterior, explicou-se à criança que os colegas da turma iriam combinar um segredo que ela teria de adivinhar, para o que teria de fazer perguntas. Esse segredo, ou regra, poderia ser fazer um gesto antes de responderem às suas perguntas, fazer uma expressão, um som, entre outros. Poderia ainda ser um padrão de resposta, por exemplo, responder sempre com uma mentira. Depois, explicou-se que tipo de perguntas poderia fazer: como te chamas, qual a cor do teu cabelo ou olhos? etc.

Dentro da sala, a técnica realizou a mesma explicação, procurando definir com as crianças qual a regra a estabelecer.

A primeira criança que entrou na sala mostrou-se muito tímida e receosa de insucesso, sem saber muito bem que perguntas fazer e receando as reações dos colegas, pelo que as técnicas assumiram aqui um papel preponderante na motivação da criança, desvalorizando eventuais insucessos. Após cerca de três questões, a criança descobriu a regra. Nos momentos seguintes, foi mais fácil para a criança que entrou na sala, embora as restantes continuassem a demonstrar bastantes dificuldades em adotar posturas em uníssono, apontando o dedo e culpabilizando quem não seguia o combinado.

Uma vez que todas as crianças manifestaram desejo de experimentar o papel de “outsider”, não foi possível concluir a atividade nesta sessão, tendo ficado as restantes crianças para a sessão seguinte.

SESSÃO 11

Nesta sessão foi dada continuidade ao jogo iniciado na sessão anterior, tendo-se concluído o mesmo. Posteriormente, passou-se à explicação da dinâmica seguinte: O Urso. Neste jogo, foi escolhida uma criança para sair da sala, a qual foi escolhida por ser alguém bastante valorizado pelo grupo, popular, com perfil de liderança e com competências de tolerância à frustração. Posteriormente, uma técnica saiu com essa criança e deu-lhe uma instrução, enquanto a outra técnica forneceu uma instrução distinta às crianças que ficaram em contexto de sala de aula. Tal como explicitado no caderno de jogo, o objetivo do jogo é experimentar o sentimento de estar alheado e isolado dos outros, pretendendo desenvolver sentimentos de respeito e empatia pelo outro.

Cumprir informar que a compreensão da tarefa por parte das crianças se tornou uma tarefa complicada, sendo que apenas à terceira tentativa foi possível efectuar em pleno a dinâmica. Neste momento, a pessoa que estava “à parte” sentiu-se bastante com a situação, começando a chorar, mas foi curioso ver as restantes crianças a procurar consolá-la e a referir para não ficar triste, que era apenas um jogo. De facto, talvez tenha sido importante para esta criança colocar-se num papel que não é habitualmente o seu, confrontando-se com um novo desafio.

Posto isto, passou-se à reflexão do desafio “Novelo da Solidão”, tendo sido perceptível que as crianças perceberam claramente o que estava ali em jogo, a dificuldade que é estar-se e ser-se colocado à parte, compreendendo inclusive que cada uma delas tem um papel ativo na inclusão do outro. Por esta razão, ambas as equipas foram dadas como vencedoras do desafio “Novelo da Solidão” e receberam uma flor para colocar na sua árvore.

SESSÃO 12

As técnicas chegaram à sala e as crianças estavam já organizadas em equipas, preparadas para começar o jogo. Montou-se o tabuleiro e colocaram-se as árvores de cada equipa no ponto de partida. Cada equipa lançou o dado recorrendo à regra que previamente estabeleceu e, curiosamente, ambas calharam na cor rosa, significando assim que ambas realizaram a mesma atividade – a Amiba.

Cada equipa formou uma fila em cantos opostos da sala e foi envolvida em papel higiénico, fornecendo-se a instrução de que teriam de fazer um determinado percurso (contornar mesas e cadeiras) sem quebrar a fita de papel higiénico, sendo que a equipa que o fizesse teria de regressar ao ponto de partida. Adicionalmente, as equipas foram informadas que teriam de realizar a atividade em silêncio. Num momento inicial, as equipas não definiram qualquer estratégia de grupo, nem cumpriram a regra do silêncio, pelo que rapidamente o papel foi rasgado nos dois grupos. As técnicas salientaram o facto de não estarem a cumprir as regras e, quando regressaram ao início, foram incentivados a comunicar entre si, descobrindo novas formas de comunicação que não a verbal. Por diversas vezes as equipas quebraram o papel e regressaram ao ponto de partida mas, finalmente, à quinta ou sexta tentativa, conseguiram ser bem sucedidas e alcançar a meta.

Concluída a tarefa passou-se à reflexão sobre a mesma, procurando levar as crianças a concluir sobre o que tinha mudado no decurso das várias tentativas, o que foi necessário fazerem para conseguir superar o desafio e ainda qual a estratégia adotada. Por fim, colocou-se em discussão a atribuição de pontos de ajuda e boa disposição, tendo-se chegado à conclusão de que apenas seriam entregues pontos de boa disposição, já que as equipas não tinham funcionado como um verdadeiro grupo.

SESSÃO 13

Sessão dedicada ao desafio “Um por todos, todos por um”. Começou por realizar-se a atividade “Equilíbrio de parceiros”, selecionando duplas com estatura semelhante e colocando-os sentados no chão, costas com costas. Uma vez formadas todas as duplas, as técnicas explicaram a tarefa e exemplificaram o exercício, reforçando que não era possível falar durante a sua realização, tendo as crianças de encontrar outros modos de comunicar. Posto isto, à vez, cada dupla foi tentando levantar-se, sendo notória a existência de diferenças no sucesso na tarefa entre os pares cujos elementos eram mais proativos e os que, pelo contrário, assumiram uma postura mais passiva.

Posteriormente, e porque o tempo disponível não permitia avançar para o segundo jogo do desafio, optou-se por voltar a reunir as equipas e propor o mesmo desafio ao conjunto, ou seja, a equipa, em círculo, sem poder colocar as mãos no chão, teve de levantar-se em conjunto. Embora com algumas dificuldades, ambos os grupos conseguiram realizar a prova.

No final, a reflexão incidiu sobre o facto de ter sido comum as crianças culparem-se umas às outras pelos insucessos, alienando-se da questão de aquele ser um desafio comum, em que ambos tinham responsabilidade no sucesso ou insucesso.

SESSÃO 14

Continuação do desafio “Um por todos, todos por um”. Nesta sessão foi dado início ao jogo “Quem me empresta um braço?”. Para tal, as técnicas formaram pares de crianças e a cada par foi entregue uma folha com figuras para recortar e uma tesoura. Ficou a cargo da dupla escolher quem iria cortar e qual a figura. A instrução dada foi de que, para recortarem as figuras, cada elemento do par apenas poderia usar uma mão, tendo a outra de ser colocada atrás das costas. Pretendia-se que as crianças percebessem que o sucesso da tarefa dependia da sua capacidade para trabalhar em conjunto. Adicionalmente, foi dada a instrução de que não era permitido falar com o companheiro durante a tarefa.

Num momento inicial, cada dupla colocou-se num ponto estratégico da sala para que todos pudessem observar, e realizou a atividade à vez. Posteriormente, selecionou-se uma dupla de cada equipa e as duas realizaram a tarefa em simultâneo, pretendendo avaliar-se a destreza e a rapidez de cada uma.

Ao longo das várias realizações, foi possível observar duplas que funcionaram melhor que outras, principalmente no que diz respeito à capacidade de quem segurava o papel antecipar e perceber as necessidades de quem cortava. Embora as crianças julgassem inicialmente que o papel mais importante era o de quem cortava, foram percebendo que o do outro elemento era tanto ou mais importante.

Por questões de tempo, não foi possível todas as crianças realizarem a tarefa, pelo que ficaram ainda três duplas para a sessão seguinte.

SESSÃO 15

Continuação do desafio “Um por todos, todos por um”. Nesta sessão continuou-se a atividade iniciada na sessão anterior, já que tinham ficado três duplas por realizar a tarefa. Numa das duplas, surgiu um conflito sobre qual dos elementos cortava e qual segurava a folha. Assim sendo, utilizaram-se cerca de 15 minutos só na discussão desta situação e sobre as suas possíveis resoluções, até que, a dada altura, as crianças decidiram que ambas iriam desempenhar os dois papéis, à vez. Salienta-se ainda que nesta sessão as crianças se encontravam particularmente agitadas, sendo difícil ouvirem as técnicas e respeitarem os colegas.

Assim, realizou-se a atividade com as duplas em falta e passou-se à reflexão do desafio (três sessões) e à análise da atribuição de flores. Mesmo durante este período, as crianças apresentaram um comportamento desajustado e, pela primeira vez, as técnicas decidiram aplicar uma penalização a uma das equipas: foi-lhes retirado um ponto de ajuda. Além do mais, esta equipa não recebeu flor pela concretização do desafio. Embora não estivesse prevista a aplicação de penalizações (apenas a ausência de reforços positivos), naquele momento pareceu uma solução possível, sendo certo que a equipa pareceu incomodada com essa penalização.

SESSÃO 16

Esta foi uma sessão de “avançando no jogo”. As equipas lançaram o dado seguindo as regras que cada uma definiu para o efeito, sendo de realçar que este foi um processo rápido, estando a regra já perfeitamente interiorizada pelas equipas. A equipa dos Colegas e Amigos calhou na casa rosa e jogou o “4 em linha” e a equipa Escola de Artes calhou na casa azul e jogou o “contorcionista”.

Para o jogo 4 em Linha, aproveitou-se o facto de o chão da sala ser de mosaicos quadrados e delimitou-se a zona de jogo, sendo cada mosaico uma casa. A equipa foi dividida ao meio e cada metade posicionou-se num extremo da zona de jogo, delimitando-a, ficando as crianças frente a frente.

À vez, cada par de crianças que se encontrava frente a frente foi jogando, cabendo-lhes a elas decidir qual a cor das bolas de cada uma (vermelho ou azul) e quem começava a jogar. Em alguns momentos, revelou-se difícil fazer esta gestão, mas as crianças foram incentivadas a encontrar uma forma de lidar com o conflito, tendo encontrado formas de o resolver (tirando à sorte, negociando, pedindo o apoio dos colegas). Nesta primeira fase do jogo, os colegas que se encontravam sentados no chão, à espera de jogar, não podiam dar sugestões de jogadas (esta foi uma situação de difícil controlo, como é natural). À vez, cada um dos pares foi jogando, sendo notórias algumas dificuldades de antecipação das jogadas e alguma impulsividade.

Numa fase posterior, o jogo funcionou em equipa, sendo que as crianças de cada uma das alas constituíam uma equipa e podiam ajudar e dar sugestões ao colega que estava a jogar. Em termos gerais, o jogo funcionou bem, as crianças gostaram e, no momento da reflexão, chegaram à conclusão que na fase de equipas o facto de os colegas estarem todos ao mesmo tempo a dar sugestões dificultou mais do que ajudou, pois às tantas havia uma grande dispersão e, perante tantas sugestões, era difícil tomar uma decisão. A avaliação do trabalho desenvolvido por esta equipa levou à atribuição de um ponto de boa disposição e outro de ajuda.

A equipa da Escola de Artes formou-se em círculo, tendo sendo colocado o pano de jogo no centro do mesmo. Foi dada a instrução em que cada um dos elementos da equipa participaria individualmente, numa primeira fase, sendo nesta fase as instruções dadas pela técnica que acompanhou o grupo, numa fase posterior participariam em dupla, na qual seria um dos elementos a dar a instrução ao outro, trocando quando concluído, permitindo a vivência de papéis diferentes: ordenação e execução. Durante a primeira fase, as crianças mantiveram-se atentas, concentradas.

SESSÃO 17

Sessão de desafio final: Labirinto das decisões. Para esta atividade, as crianças, em equipas, foram convidadas a, sem saber o propósito, decidirem entre si uma ordem para realização de determinada tarefa, ou seja, tiveram de decidir quem seria o primeiro, o segundo... Na equipa dos Colegas e Amigos, esta foi uma decisão algo difícil, procurando o apoio dos técnicos, mas uma vez que estes remetiam a decisão para o grupo, acabaram por chegar a uma conclusão.

Enquanto as equipas decidiam a ordem de realização da tarefa, as técnicas delimitaram um campo minado no chão da sala, recorrendo ao facto de o chão ser de mosaicos. Assim, cada mosaico correspondia a uma casa desse campo minado, com uma dimensão de 8x8. Depois de decidirem a ordem, as crianças fizeram uma fila junto ao início do campo e foram informadas que aquele era um campo minado, ou seja, com bombas. Elas não sabiam onde estavam as bombas, apenas as técnicas (que tinham um mapa pré-definido), pelo que avançaram passo a passo e aguardaram que as técnicas informassem se podiam continuar ou se tinham pisado uma bomba. O objetivo do jogo era que toda a equipa conseguisse atravessar o campo. Sorteou-se qual a equipa a começar e calhou à equipa Colegas e Amigos.

A equipa Escola de Artes revelou uma maior organização e trabalho em equipa, concentrando-se em decorar os locais que tinham bombas e ajudando os colegas a evitá-las. Nesta equipa conseguiram passar 6 dos 10 elementos. Quanto à outra equipa, apenas um elemento conseguiu atravessar o campo, e tal deveu-se a pura sorte, já que a equipa não conseguiu organizar-se, apontando o dedo aos colegas quando calhavam em bombas, não percebendo que toda a equipa deveria ajudar-se na tomada de decisões. Por questões de tempo, não foi possível terminar a atividade, ficando para a sessão seguinte a conclusão e avaliação do desafio.

SESSÃO 18

Sessão de continuação da atividade de desafio final - Campo minado. Na sessão anterior, uma das equipas, a Escola de Artes, estava bastante avançada em relação à dos Colegas e Amigos, pelo que acabou por descurar o seu envolvimento e empenho na tarefa. De facto, embora à primeira equipa faltasse apenas passar 4 elementos e à segunda 9, a dada altura ambas as equipas tinham apenas um elemento por conseguir concluir o desafio. No final, acabou por ser a Escola de Artes a vencer o desafio, uma vez que fez passar todos os elementos antes da outra equipa. No entanto, na reflexão da actividade, ficou claro que a pressão dos outros não ajudou o desempenho das colegas e que nesta última sessão, a equipa Escola de Artes descurou o apoio aos parceiros de equipa.

Não obstante o desempenho flutuante das equipas, ambas receberam flor para as árvores respetivas.

SESSÃO 19

Última sessão do programa. Não tendo sido possível concluir o programa (por questões diversas - extensão das dinâmicas e faltas da professora), esta sessão iniciou com a contagem dos pontos de ajuda e boa disposição de cada equipa, bem como das flores que cada uma conseguiu reunir nas suas árvores. De seguida, explicou-se que o jogo não terminava ali, e que continuaria no ano letivo seguinte.

Passou-se então ao pós-teste da turma - realização do sociograma. Além do mais, cada criança recebeu um *post it* para desenhar um *smile* correspondente à sua avaliação do programa - 😊 - gostei; ☹ - não gostei; 😊 - gostei mais ou menos.

SESSÃO 20

Primeira sessão do ano lectivo 2011/2012. Recuperação das atividades desenvolvidas no ano letivo anterior. Cada equipa lançou o dado e calharam ambas na casa azul, tendo realizado a atividade “Balão dos Sonhos”. Foi distribuído a cada criança um pedaço de papel e pediu-se-lhes que escrevessem um sonho, uma coisa que gostassem que acontecesse e que os deixara felizes. As crianças com dificuldades na escrita pediram apoio à professora titular da turma. Algumas crianças levantaram a questão se alguém iria ler os seus sonhos, ao que se respondeu que não deveriam colocar o seu nome, para que não se soubesse a quem pertencia o sonho. De seguida distribuiu-se um balão e um palito a cada um e pediu-se que fizessem um rolinho com o pedaço de papel e o colocassem dentro do balão, enchendo-o de seguida e dando um nó no final. Quando todos tinham terminado esta tarefa, foi dada a instrução “Agora defendam os vossos sonhos”. Automaticamente a maioria das crianças começou a tentar rebentar os balões dos colegas, enquanto alguns (poucos), não “atacaram” os balões dos colegas e limitaram-se a defender os seus. Com o tempo, até mesmo estes, ao verem os seus balões rebentados, começaram a perseguir os que ainda estavam intactos.

Quando todos ficaram sem balões, a técnica, com ar incrédulo, questionou “porque destruíram os sonhos dos vossos colegas?!” De imediato iniciaram um rol de acusações recíprocas, que só o tinham feito porque alguém tinha começado, porque lhes tinha sido dado um palito... A reflexão da sessão incidiu sobre a utilização da agressão enquanto defesa, a influência do grupo no comportamento individual. Ambas as equipas receberam Ponto de Boa Disposição.

SESSÃO 21

Sessão de desafio: A Ponte da PAZ. Iniciou-se com a dinâmica “Cada um para o seu lado”. As técnicas dividiram as equipas e foram dadas as instruções contrárias (objetivo: ser o último ou ser o primeiro). Iniciou-se a corrida e ficou desde logo claro que as instruções não tinham sido claramente percebidas, em especial pelo grupo que deveria chegar em último. Gerou-se alguma confusão, até porque estes alegavam que a sua tarefa era mais complicada que a dos outros, quando na realidade era de dificuldade exatamente idêntica. Esta questão foi discutida e, inclusivamente, as crianças foram elucidadas quanto à forma de ambos os grupos conseguirem alcançar os seus objetivos.

Na atividade “Organizador de eventos”, as equipas organizaram-se para preparar logisticamente uma festa de aniversário. Foram informadas quais os aspetos a preparar e, em equipa, tiveram de tomar decisões. Cada uma das técnicas acompanhou uma equipa, de forma a perceber o tipo de conflito que surgia e como era solucionado. Foi frequente existirem vetos a determinadas ideias, sendo estes mais frequentes quando os autores das ideias eram aquelas crianças que mais facilmente são colocadas à parte. Também se registaram momentos de ofensas ao outro (ex.: “és mesmo burro”). Não obstante estas dificuldades, e embora fosse notória a existência de mecanismos de liderança, ambas as equipas recorreram a métodos democráticos para tomarem as suas decisões. Posto isto, cada equipa apresentou as suas escolhas. A reflexão final recaiu sobre as dificuldades sentidas, se tinham trabalhado em equipa, se tinham respeitado as opiniões de todos, quais as estratégias que se podem utilizar quando estamos em desacordo.... No final, ambas as equipas receberam metade de uma flor por terem conseguido superar apenas parte do desafio.

SESSÃO 22

Nesta sessão uma das equipas calhou na cor rosa (corrida de cavalos) e outra na cor roxa (bolas). Sendo ambas as atividades de carácter divertido, e porque surgiu desde logo uma grande vontade de ambas as equipas realizarem as duas atividades, optou-se por juntar as equipas e dinamizaram-se ambas as atividades com o grupo-turma. Iniciou-se com o jogo “Bolas”. Implicando alguma destreza e concentração, foi notório que algumas crianças tiveram dificuldades na sua concretização. Por outro lado, surgiram momentos em que tentaram fazer batota, não agarrando a bola quando estava quase a chegar ao número 10. Nestas situações, foi desvalorizado o facto de se “perder”, já que o jogo só terminará quando todos, à excepção de um, tiverem sido eliminados. De um modo geral, a avaliação do jogo foi positiva.

De seguida efetuou-se a “corrida de cavalos”. As crianças adoraram realizar esta coreografia, sendo que posteriormente se passou a responsabilidade de inventar o percurso para as próprias crianças, de forma a que se sentissem responsáveis. Nesta sessão, ambas as equipas receberam pontos de ajuda e de boa disposição.

SESSÃO 23

Sessão de desafio: A aventura da diferença. Nesta sessão as crianças formaram pares e, à vez, foram vendadas, de forma a ficarem privadas de um dos sentidos. De seguida, tiveram de efetuar um percurso (subir e descer escadas, contornar mesas) sob a orientação dos colegas. Posto isto, trocaram de lugar. No final, exploraram-se as dificuldades sentidas, tendo sido notória alguma dificuldade em colocar-se no lugar do outro, não sendo muito consistentes nas indicações a dar. Explorou-se a questão da diferença.

Passou-se à atividade seguinte, de forma a explorar as diferenças de género, os estereótipos e as perceções sobre os mesmos. Verificou-se algum desconhecimento dos gostos e preferências de ambos os sexos, muito assentes em estereótipos. Explorou-se esta questão. Ambas as equipas receberam uma flor para a sua árvore.

SESSÃO 24

As equipas lançaram o dado e uma realizou o jogo “A sombra do Peter pan” e outra a “corrida de sapatos”. No jogo a sombra do Peter pan, uma das técnicas foi com a equipa para o pátio, de forma a poder ter mais espaço e a não interferir com a outra atividade, que decorreu dentro da sala. Em ambas as atividades o clima do grupo foi bastante ajustado e divertido, pelo que ambas as equipas receberam pontos de ajuda e de boa disposição.

AUTO-AVALIAÇÃO / GRELHA DE VALIDAÇÃO

Nome do Projecto: Poder (Es)Colher Contacto e-mail: poderescolher.pe@gmail.com

Nome do Recurso Escolhas: Jogo X

Actividade(s) associada(s): Programa de Promoção de Competências de 1º ciclo

Critérios de Validação	Classificação (de fraco a muito forte)				Evidências que justificam a notação atribuída a cada critério (indicadores quantitativos e evidências qualitativas)
	1	2	3	4	
1. Inovação			x		Constituem-se como elementos inovadores a associação do contexto escolar a actividades divertidas e motivantes, a adaptabilidade das sessões e suas dinâmicas às necessidades emergentes na turma, sendo sensível a alterações ao nível da motivação, cansaço, conflito, entre outros, já que permite realizar dinâmicas com objectivos muito distintos, incluindo apenas a diversão e descontração dos destinatários. Por último, refere-se como inovador o facto de permitir a existência de um fio condutor entre as áreas abordadas nas sessões e as competências desenvolvidas em contexto de aula regular, uma vez que existe uma partilha de abordagens entre o programa e o docente da turma. Esta característica, para além de inovadora ao nível do envolvimento dos docentes, é igualmente relevante pela maximização dos resultados obtidos.
2. Pertinência				x	A inexistência de programas estruturados dirigidos às problemáticas características dos territórios do PE, nomeadamente de carácter gratuito, leva a que frequentemente se utilizem técnicas e dinâmicas avulsas, pouco estruturadas e sem uma avaliação consistente. Por outro lado, a promoção de competências constitui-se como um dos princípios basilares do PE, pelo que o recurso vai perfeitamente de encontro às necessidades. As questões da igualdade estão salvaguardadas, uma vez que as dinâmicas adequam-se a ambos os géneros, culturas distintas e experiência dos destinatários.

3. Utilidade			x	<p>O Jogo X revelou-se como uma resposta efetiva às necessidades emergentes, uma vez que a definição das áreas a abordar foi elaborada em parceria com os docentes, previamente à aplicação do programa. Os resultados da experimentação apontam igualmente para um cumprimento dos objetivos a que se propõe. É também útil enquanto ferramenta de apoio à atividade docente, sendo possível adaptar algumas dinâmicas ao contexto regular de sala de aula de forma a trabalhar temas e assuntos preconizados pelos currículos escolares ao nível do desenvolvimento pessoal e social das crianças. Os próprios destinatários avaliaram o programa de forma muito positiva, ressaltando os aspetos da diversão mas também os da aquisição de competências.</p>
4. Capacitação /autonomia			x	<p>Sendo um programa de promoção de competências pessoais e sociais, o Jogo X aposta na capacitação dos destinatários em todos os momentos, desde a escolha do nome da equipa (negociação, gestão de conflitos, respeito pelo outro), da regra que vigiará para reger os lançamentos dos dados, entre outros. Por outro lado, o programa chama a si a participação de todos os elementos dos grupos, podendo desempenhar papéis distintos consoante os interesses e competências. Também a organização dos temas implica uma autonomia crescente ao longo da realização do programa.</p>
5. Transferibilidade			x	<p>O Jogo X cumpre o critério da transferibilidade, pois é constituído por um Caderno de Jogo que, para além de possuir toda a descrição da sua implementação, possui ainda um breve enquadramento teórico-conceitual que enquadra as problemáticas abordadas e as justifica pela sua pertinência. Também a existência de uma narrativa da prática facilita este processo. A não atribuição da pontuação “4” prende-se com o facto de o programa não ter sido concluído, não existindo assim uma narrativa até ao final. No entanto, uma vez que continua ainda a ser aplicado, é possível vir a completar este requisito a curto/médio prazo. Importa ainda referir que se considera fundamental que os aplicadores sejam formados para o efeito, até porque existem dinâmicas que trabalham a atenção/concentração/coordenação motora através de canções com coreografias específicas que importa aprender.</p>
Comentários finais/ recomendações	A natureza diversa das dinâmicas acarreta a existência de uma quantidade considerável de materiais, os quais deverão estar sempre dentro do package prontos a utilizar.			

FICHA DE CARACTERIZAÇÃO DO RECURSO



De forma a clarificar os constrangimentos e os sucessos obtidos ao longo do programa, foi realizada uma narrativa da prática, na qual foram descritos todos os procedimentos adoptados em cada uma das sessões.

Ficha de caracterização do Recurso ESCOLHAS > 01		
1. Actividade	1. Indique a actividade no âmbito da qual o Recurso Escolhas será produzido:	
	Programas de Promoção de Competências Pessoais e Sociais	
2. Área estratégica de intervenção do Recurso Escolhas	a) Inclusão escolar e educação não formal;	
	b) Formação profissional e empregabilidade;	
	c) Dinamização comunitária e cidadania;	
	d) Inclusão digital;	
	e) Empreendedorismo e capacitação.	
3. Caracterização técnica do Recurso Escolhas	3. Assinale a caracterização técnica que mais se adequa ao Recurso Escolhas:	
	3. Caracterização técnica do Recurso Escolhas	
	Modelos e suportes de informação e orientação profissional, de marketing profissional e de marketing pessoal	
	Referenciais de formação, sistemas de desenho e concepção de soluções formativas (ISD), planos e programas, cursos de formação profissional e conteúdos pedagógicos	
	Estratégias e dispositivos de ensino/aprendizagem, métodos e técnicas de formação/animação e tutoria pedagógica; metodologias de implementação de redes de conhecimento e de comunidades de aprendizagem	
	Recursos de apoio à aprendizagem (baterias de estudos de casos, simuladores pedagógicos, packages de (auto)formação, baterias de ajudas ao trabalho, etc.)	
	Referenciais de apoio à criação e desenvolvimento de iniciativas empresariais; bolsas de ideias de investimento	
	Referenciais de animação de redes de consórcio	
	Outros Recursos _____	

Ficha de caracterização do Recurso ESCOLHAS - 02		
1. Actividade	4. Assinale a tipologia de suporte do Recurso Escolhas:	
	a) Manual/livro;	
	b) Pen;	
	c) CD-ROM;	
	d) Vídeo;	
	e) Áudio;	
	f) Website;	
	g) Package pedagógico;	
	h) DVD	
	i) Outros	
5. Utilizadores	5.1 Quais os utilizadores do Recurso Escolhas?	
	a) Técnicos do Projecto	
	b) Coordenadores de projecto	
	c) Crianças dos 6 aos 10 anos	
	d) Crianças dos 11 aos 13 anos	
	e) Jovens dos 14 aos 18 anos	
	f) Jovens dos 19 aos 24 anos	
	g) Outros. Quais? _____	
6. Destinatários e beneficiários	6.1. Assinale os destinatários/beneficiários do Recurso Escolhas:	
	a) Jovens provenientes de contextos socioeconómicos mais vulneráveis	
	b) Jovens descendentes de imigrantes e minorias étnicas	
	c) Jovens com abandono escolar precoce;	
	d) Jovens sem escolaridade obrigatória;	
	e) Jovens que estão ou estiveram sujeitos a medidas tutelares educativas e ou medidas de promoção e protecção;	
	f) Crianças e jovens residentes em territórios com maior índice de exclusão e com poucas respostas institucionais	
	g) Outros. Quais? _____	

Ficha de caracterização do Recurso ESCOLHAS > 03

7. Objectivos do Recurso	7.1. A que problema pretende responder o Recurso Escolhas?
	Défice de competências pessoais e sociais que se constituam como fatores de proteção e minimizadores da influência dos fatores de risco habitualmente associados à adoção de comportamentos de risco.
	7.2. Que objectivos podem ser alcançados através do Recurso Escolhas?(para que serve o Recurso Escolhas?)
	<p>> Desenvolvimento de competências pessoais e sociais como auto-estima, auto-conceito, resolução de problemas, tomada de decisão, resolução de conflitos, assertividade, entre outros, tendo em vista a minimização da adoção de comportamentos de risco.</p> <p>> Melhorar a qualidade da comunicação/relação entre os destinatários e entre estes e os contextos e representantes institucionais em que é desenvolvido o programa.</p>
8. Resumo/ principais conteúdos	7.3. Qual a utilidade imediata para os destinatários/beneficiários do Recurso Escolhas?
	<p>Proporciona um ambiente descontraído e de entre-ajuda entre os destinatários</p> <p>> Permite a introdução de dinâmicas que facilitam a abordagem/reflexão de temáticas que correspondem aos interesses dos destinatários</p>
	8.1. Breve resumo do Recurso Escolhas - súmula do conteúdo tratado, estratégia de comunicação, duração, dimensões, etc.
	<p>O “Jogo X” é um programa de desenvolvimento de competências pessoais e sociais dirigido a crianças do 1º ciclo com competências básicas de literacia. Está construído para ser aplicado em contexto de turma, durante um ano letivo, em sessões semanais de 1h de duração. A sua designação deve-se ao facto de cada grupo turma poder, e dever, atribuir-lhe um nome, o qual deverá substituir o “X”. A organização do programa compreende dois tipos distintos de sessões com os técnicos aplicadores, bem como o trabalho desenvolvido pelo docente responsável pela turma ao longo de toda a semana.</p> <p>Apresenta-se como um jogo de tabuleiro gigante, constituído por 71 casas, existindo no seu centro duas árvores cujos ramos se encontram despidos. No primeiro tipo de sessão, cada uma das duas equipas entretanto constituídas na turma deverá lançar um dado gigante e assim descobrir qual a tarefa que terá de realizar (a cada casa de jogo corresponde uma tarefa distinta). Assim, uma vez que os grupos poderão estar a realizar tarefas distintas ou iguais, é aconselhável a presença de dois técnicos (cada um centrado num dos grupos) e do professor (elemento harmonizador e de coesão da turma). Consoante a realização da tarefa com sucesso ou não, bem como a mobilização de recursos internos e externos adequados, os grupos receberão “Pontos de Ajuda” que poderão utilizar para requerer o apoio dos técnicos ou de colegas em momentos específicos. No final destas sessões, introduzem-se os desafios da semana, nomeando-os e explorando-os muito superficialmente. Estas temáticas serão trabalhadas ao longo da semana pelo professor da turma.</p> <p>No segundo tipo de sessão, têm lugar os Desafios Finais, os quais constituem dinâmicas de grupo que visam a exploração /promoção de competências específicas e de uma forma mais sistemática. A realização com sucesso dos desafios finais implica a atribuição de uma folha à equipa, a qual deverá ser colocada na respetiva árvore.</p> <p>Ao longo do jogo existem 10 grandes desafios, abordando cinco grandes áreas de competências pessoais e sociais, a saber: comunicação, grupo/cooperação, resolução de problemas/gestão de conflitos, corpo/identidade, afectos/auto-estima/auto-conceito. Assim, os dez desafios existentes são os seguintes: Pesadelo da Mordaça (tipos de comunicação), Fantasma da Agressividade (estilos de comunicação), Novelo da Solidão (gestão das relações), Um por Todos e Todos por Um (cooperação), Labirinto das Decisões (resolução de problemas), Ponte da Paz (gestão de conflitos), Aventura da Diferença (identidade de género), Espelho Espelho Meu (corpo/sexualidade), Lago dos Sentimentos (afectos), Descoberta de Mim (auto-estima/auto-conceito).</p>

Ficha de caracterização do Recurso ESCOLHAS > 04

8. Resumo/ principais conteúdos	<p>8.2. Em que é que o Recurso Escolhas se diferencia (é inovador) de outros recursos existentes?</p> <p>Este recurso segue a linha de programas de promoção de competências pessoais e sociais já existentes, diferenciando-se destes, essencialmente, pelo facto de não implicar custos de aquisição e formação dos técnicos. Por outro lado, o facto de permitir e estimular o desenvolvimento de um trabalho contínuo, para além daquele que é desenvolvido ao longo das sessões, potencia os efeitos do programa e o estabelecimento de relações positivas de referências entre as crianças e os docentes e entre aquelas e o contexto em que o mesmo é desenvolvido. Refira-se ainda que o formato do programa confere-lhe uma flexibilidade que permite a sua adaptação aos vários grupos em que é aplicado, designadamente na manipulação das dinâmicas a desenvolver consoante as necessidades identificadas como mais prementes por pais e professores ou até mesmo decorrentes da dinâmica escolar quotidiana.</p>
	<p>8.3. Como serão envolvidos os destinatários e os parceiros na concepção e eventual validação do recurso Escolhas?</p> <p>Os destinatários serão envolvidos na conceção/avaliação deste Programa, uma vez que serão questionados quanto ao que mais gostaram e não gostaram, bem como na realização das atividades de validação. Ao nível dos parceiros, em especial professores, o seu envolvimento passa pela identificação das áreas-chave a serem trabalhadas junto dos destinatários/beneficiários, bem como pela aplicação deste programa, recebendo formação adequada para o efeito.</p>
	<p>8.4. Como é que o Recurso Escolhas irá promover a autonomia e responsabilização dos destinatários /beneficiários?</p> <p>Promovendo competências ao nível da tomada de decisão, comunicação, resolução de conflitos, confiança, auto-estima e auto-conceito (entre outras), constitui-se como uma ferramenta que potencia um desenvolvimento e ajustamento psicossocial adequados, promovendo a inclusão socio-escolar dos destinatários/beneficiários do programa. Além do mais, a própria estrutura do programa apela a uma crescente autonomia nas escolhas dos destinatários/beneficiários.</p>

Ficha de caracterização do Recurso ESCOLHAS > 05

9. Metodologia de aplicação e/ou exploração pedagógica	<p>9.1. Em que contexto/ambiente organizacional deve ser explorado/apresentado o recurso Escolhas?</p> <p>O programa deverá ser aplicado em contexto escolar, nos grupos-turma, uma vez que é facilitador da relação com a escola. Não obstante, poderá igualmente ser aplicado em contexto de grupo comunitário.</p>
	<p>9.2. Quais os requisitos exigidos aos utilizadores do Recurso Escolhas? (que competências são necessárias para a utilização do Recurso Escolhas, tendo em conta a sua tipologia de suporte, nível de complexidade... p.ex. no caso de se tratar de um manual em suporte de CD, exigirá o recurso a um computador, competências de leitura e de utilização de computador)</p> <p>Os utilizadores do recurso deverão receber formação adequada quanto às metodologias utilizadas e áreas trabalhadas, bem como quanto às dinâmicas previstas em cada uma das sessões. Deverão ainda ter competências ao nível da sensibilidade para perceber os pontos fortes e fracos do grupo, de forma a efetuar uma escolha consciente e ajustada do seguimento dos conteúdos abordados. Por outro lado, o programa deverá ser aplicado em duplas pedagógicas, pelo que exigirá um trabalho prévio de cooperação e entendimento entre os aplicadores no que respeita aos papéis de cada um, entendimento e exploração das dinâmicas de cada grupo e ainda na definição das regras de funcionamento das sessões.</p>
	<p>10.1. Indique as formas de acesso ao Recurso Escolhas que vão ser disponibilizadas: (em que locais vai estar disponível o Recurso Escolhas, quem lhe poderá aceder e de que forma?)</p> <p>O recurso Escolhas deverá ser constituído por um manual do programa e um pack pedagógico que inclua os materiais necessários à realização das sessões. Por outro lado, poderá o pack ser substituído por destacáveis do manual que permitam a construção desses mesmos materiais.</p>
11. Divulgação do Recurso Escolhas	<p>11.1. Que ações vão ser desenvolvidas para divulgar o Recurso Escolhas?</p> <p>Na divulgação do programa poderá incluir-se uma sessão de apresentação em escolas ou agrupamentos, bem como incluir aqui a formação de professores na aplicação das sessões, tendo em vista a sua disseminação e replicação pelos docentes. Além do mais, poder-se-ão recolher testemunhos de crianças que tenham sido destinatárias do programa e de docentes que tenham colaborado na sua construção/aplicação de modo a ilustrar a sua perceção e avaliação do mesmo.</p>
	<p>11.2. Conhece algum território /projecto Escolhas que possa beneficiar e utilizar este recurso?</p> <p>No universo dos projectos Escolhas, são vários os que desenvolvem atividades de promoção de competências pessoais e sociais, muitas vezes sem qualquer suporte sustentado por falta de recursos financeiros que permitam a aquisição de um programa desta natureza e a formação necessária para sua aplicação pelos técnicos, podendo assim ser benéfica a disponibilização de um recurso desta natureza. Por outro lado, a escassez de tempo e recursos dificultam a disponibilidade para construir instrumentos, pelo que, existindo produtos validados em determinada área, será um desperdício de tempo e energias na concepção de outros.</p>

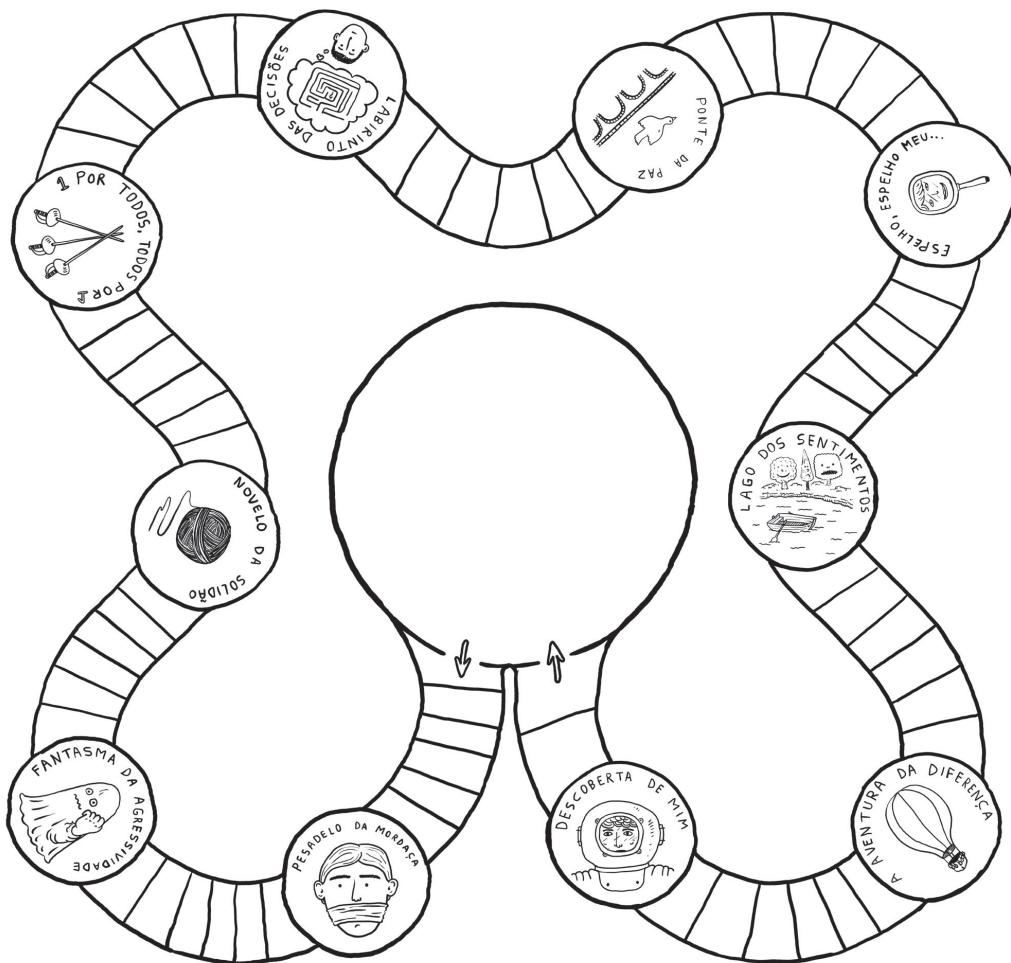


BIBLIOGRAFIA

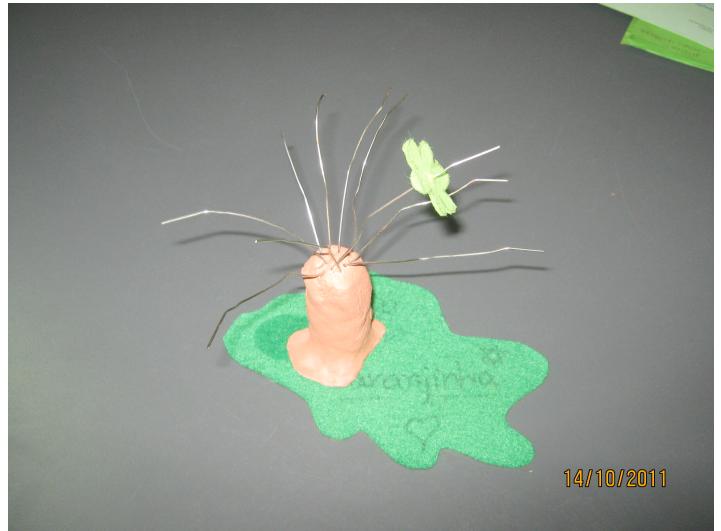
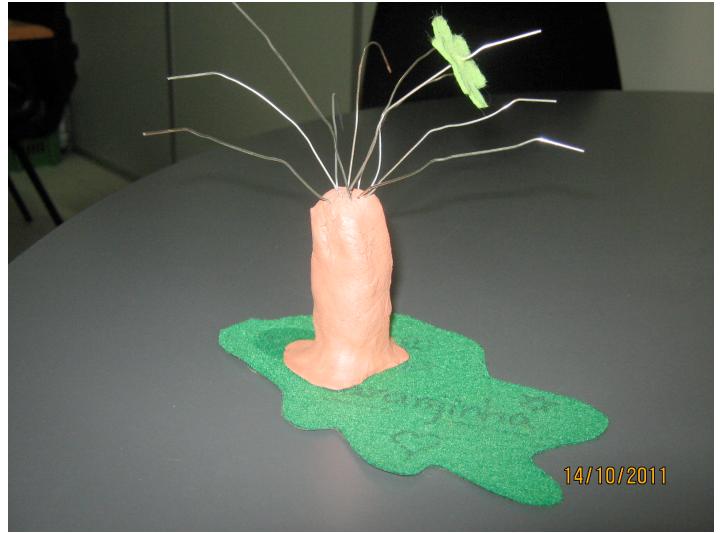
- Achenbach, T. (1991) Integrative guide for the 1991 CBCL/4-18, YSR, & TRF profiles. Burlington: University of Vermont, Department of Psychiatry.
- Caldarella, P. & Merrell, K. W. (1997). Common dimensions of social skills of children and adolescents: A taxonomy of positive behaviors. *School Psychology Review*, 26, 264-278.
- Griffin, K., Scheier, L., Botvin, G., Diaz, T., & Miller, N. (1999). Interpersonal aggression in urban minority youth: Mediators of perceived neighborhood, peer, and parental influences. *Journal of Community Psychology*, 27, 281-298.
- Luthar, S., Cichetti, D., & Becker, B. (2000). The construct of resilience: a critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development*, 71(3), 543-562.
- Matos, M. (1998). *Comunicação e gestão de conflitos na escola*. Lisboa: Faculdade de Motricidade Humana Serviço de Edições.
- Munist, M., Santos, H., Kotliarenco, M., Ojeda, E., Infante, F., & Grotberg, E. (1998). *Manual de identificación y promoción de la resiliencia en niños y adolescentes*. Organización Mundial de la Salud.
- Negreiros, J. (2001) *Delinquências Juvenis*. Lisboa: Editorial Notícias.
- Norman, E., Turner, S., Zunz, S., & Stillson, K. (1997) Prevention programs reviewed: What works? In E. Norman (Ed.), *Drug Free Youth: A Compendium for Specialists*. New York: Garland Publishing, Inc.
- Stormshak, E., Bierman, K., Bruschi, C., Dodge, K., & Coie, J. (1999). The relation between behavior problems and peer preference in different classroom contexts. *Child Development*, 70, 169-182.
- Tobler, N., & Stratton, H. (1997) Effectiveness of school-based drug prevention programs: A meta-analysis of the research. *The Journal of Primary Prevention*, 18, 71-128.

ANEXOS

ANEXO 01



ANEXO 02



ANEXO 03

PONTOS DE



BOA DISPOSIÇÃO

PONTOS DE



BOA DISPOSIÇÃO

PONTOS DE



BOA DISPOSIÇÃO

PONTOS DE



BOA DISPOSIÇÃO

PONTOS DE



BOA DISPOSIÇÃO

PONTOS DE



BOA DISPOSIÇÃO

ANEXO 04

PONTOS DE



AJUDA

PONTOS DE



AJUDA

PONTOS DE



AJUDA

PONTOS DE



AJUDA

PONTOS DE



AJUDA

PONTOS DE



AJUDA

ANEXO 05

COMPORTAMENTO SOCIAL E ESCOLAR

Relativamente às situações que em seguida se apresentam, como considera o comportamento da criança _____ ?

		3	4	5	
	Concordo Totalmente	Concordo	Não concordo nem discordo	Discordo	Discordo Totalmente
1. Estabelece facilmente amizades com os colegas.					
2. Cooperar com os colegas de turma.					
3. É capaz de resistir às provocações.					
4. Agride verbalmente os colegas.					
5. Agride fisicamente os colegas.					
6. Agride verbalmente professores e auxiliares.					
7. Agride fisicamente professores e auxiliares.					
8. Isola-se					
9. Está normalmente ansioso					
10. Está habitualmente triste					
11. É vítima de chacota por parte dos colegas.					
12. É vítima de agressões dos colegas.					
13. Opõe-se às directrizes do professor.					
14. Irrita-se face às críticas do professor.					
15. Provoca os colegas.					
16. Impõe-se perante o professor.					
17. Perturba a sala de aula com brincadeiras e intervenções despropositadas.					
18. Foge às tarefas propostas.					
19. Tem dificuldade em conversar com os colegas.					
20. Tem dificuldades de conversação com o professor sobre assuntos gerais.					
21. Tem vergonha e dificuldade em intervir na sala de aula ou responder a uma questão feita pelo professor.					

ANEXO 06

ÁRVORE

PORCO

CASA

MESA

CADEIRA

PORTA

GARRAFA

LÁPIS

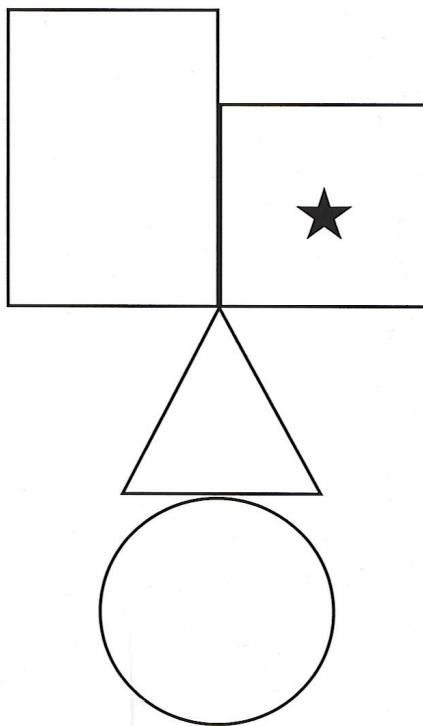
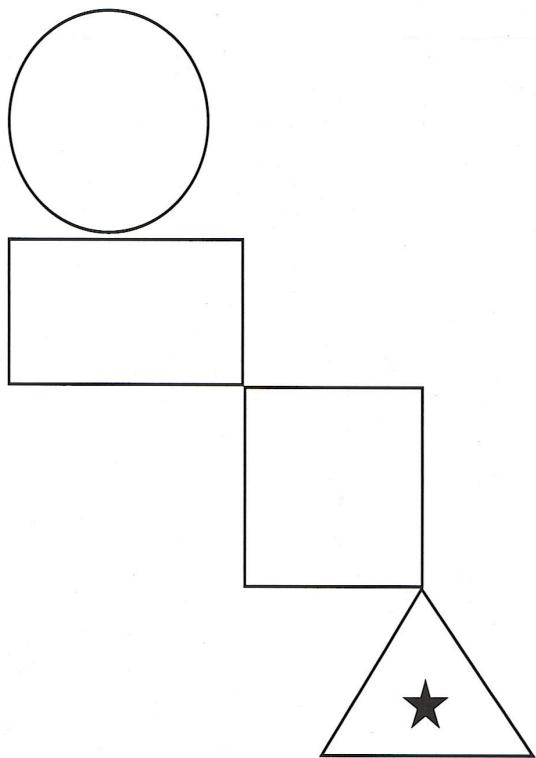
FLOR

MALA

LIVRO

CAMPO DE
FUTEBOL

ANEXO 07



ANEXO o8

Respondes a uma pergunta,
enganas-te e um colega ri-se.
○ que fazes?

Queres entrar numa
brincadeira com os colegas.
Como pedes e o que fazes
quando não te aceitam?

Estás com os teus amigos
e tu queres brincar a uma
coisa e eles a outra. ○ que
fazes?

Ao almoço, não gostas da
comida, mas a auxiliar quer
que comas tudo.
○ que fazes?

Estás com os teus amigos
e tu queres brincar a uma
coisa e eles a outra. ○ que
fazes?

Perdes um baralho de cartas
que um amigo emprestou.
○ que fazes quando ele to
pede de volta?

Estás com os teus amigos
e tu queres brincar a uma
coisa e eles a outra. ○ que
fazes?

Estás numa fila e alguém
passa à frente. ○ que fazes?

Pedem-te um lápis emprestado, mas essa pessoa já te estragou um. que fazes?

O professor acusa-te de estares a falar, mas não eras tu.
 que fazes?

Um colega acusa-te de teres rasgado a ficha, mas não foste tu. que fazes?

Queres ficar a ver a novela mas os teus pais não deixam.
 que fazes?

Queres um jogo novo para a PSP mas os teus pais não dão. que fazes?

Um colega acusa-te de teres rasgado a ficha, mas não foste tu. que fazes?

Uma auxiliar diz que escreveste na mesa e quer que limpes, mas não foste tu. que fazes?

ANEXO 09

CANTA UMA CANÇÃO

CONTA UMA ANEDOTA

ANDA AO PÉ COXINHO À
VOLTA DO GRUPO

DÁ UM BEIJO ÀS RAPARI-
GAS E UM APERTO DE
MÃO AOS RAPAzes

ELOGIA DOIS COLEGAS

DIZ DUAS QUALIDADES
QUE POSSUIS

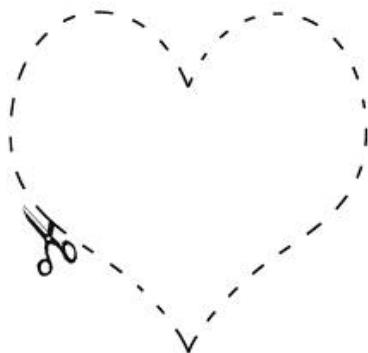
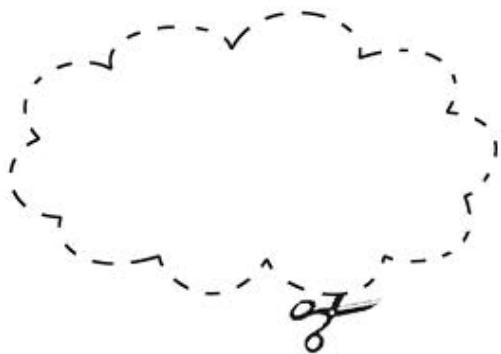
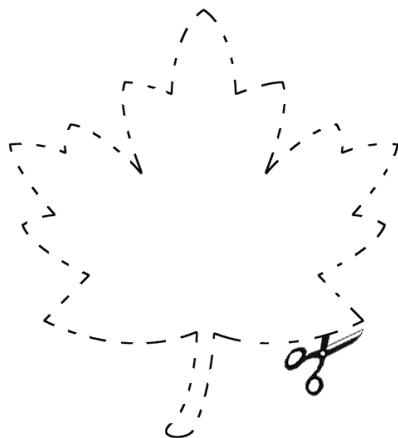
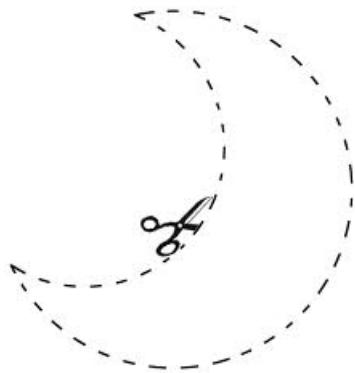
DIZ O PRIMEIRO
E ÚLTIMO NOME DOS
TEUS COLEGAS

IMITA UM ANIMAL

DIZ PORQUE
É IMPORTANTE
SABER LER

CONTA DE 20 A 0
EM VOZ ALTA

ANEXO 10



ANEXO 11

CHEGADA

	1	2	3	4	5	6	7	8
A	X	X						X
B					X			
C	X		X					
D						X		X
E			X					
F							X	
G	X		X			X		
H				X				X

PARTIDA

ANEXO 12

Como nós somos?

Aquilo que nós mais gostamos é _____

Aquilo que eles mais gostam é _____

O que nós menos gostamos é _____

O que eles menos gostam é _____

As raparigas são mais _____ que os rapazes.

Os rapazes são mais _____ que as raparigas.

Data _ / _ / __



ANEXO 12

Como nós somos?

Aquilo que nós mais gostamos é _____

Aquilo que elas mais gostam é _____

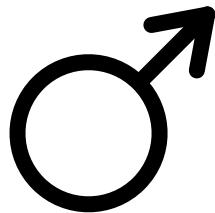
O que nós menos gostamos é _____

O que elas menos gostam é _____

As raparigas são mais _____ que os rapazes.

Os rapazes são mais _____ que as raparigas.

Data _ / _ / __



ANEXO 13

ALEGRIA

TRISTEZA

VERGONHA

RAIVA

ANGÚSTIA

NERVOSO

SOLIDÃO

FRUSTADO

APAIXONADO

ABORRECIDO

ASSUSTADO

ORGULHOSO

ANEXO 14

► Situação 1

Chegaste à escola e descobres que há um aluno novo na tua sala. O professor explica que é um colega novo que vai passar a fazer parte da turma. No recreio, o aluno novo está sentado a um canto, sozinho, quando vês um grupo de três colegas teus que vão ter com ele. No entanto, não o procuram para o convidar para jogar com eles, mas sim para gozar com ele e chamar-lhe nomes.

Como achas que se sente o aluno novo?

Como te sentes ao assistir a esta situação?

O que farias se se passasse contigo?

► Situação 2

Estiveste na escola e as coisas não correram muito bem, por isso o professor escreveu um recado na tua caderneta a informar o teu encarregado de educação que te portaste mal. No dia seguinte tens de levar o recado assinado.

Como te sentes por levar um recado na caderneta?

Como se sente o teu encarregado de educação?

Como se sentiu o professor quando foste incorrecto com ele?

► Situação 3

Quando chegas a casa vês a tua mãe com um ar muito chateado e está sem paciência para as tuas brincadeiras. Entretanto chega o teu pai e começa a discutir com a tua mãe a dizer que foi chamado à escola por te teres portado mal e diz que a culpa é dela, por não te castigar.

Como achas que se sente a mãe?

Como te sentes ao assistir a esta situação?

O que achas que sente o pai?

► Situação 4

Finalmente os teus pais concordaram em inscrever-te num clube de futebol/patinagem, uma coisa que há muito tempo pedias. No entanto, dizem-te que, para já, não têm dinheiro para comprar o equipamento, pelo que terás de começar os treinos sem o equipamento adoptado pelo resto da equipa.

Como te sentes nesta situação?

Como se sentem os teus pais?

O que achas que sente o pai?

► Situação 5

Na escola tens tido muitas dificuldades em acompanhar a matéria, principalmente nas contas de dividir. Os teus colegas já estão a perceber e conseguem resolver os problemas. No entanto, depois de uma explicação mais individual do professor, consegues perceber e já resolves as contas bem. Quando contas aos teus colegas de turma eles dizem: “Grande coisa, isso é bué fácil! Há que tempos que já fazemos isso!”

Como te sentes quando não consegues realizar a tarefa?

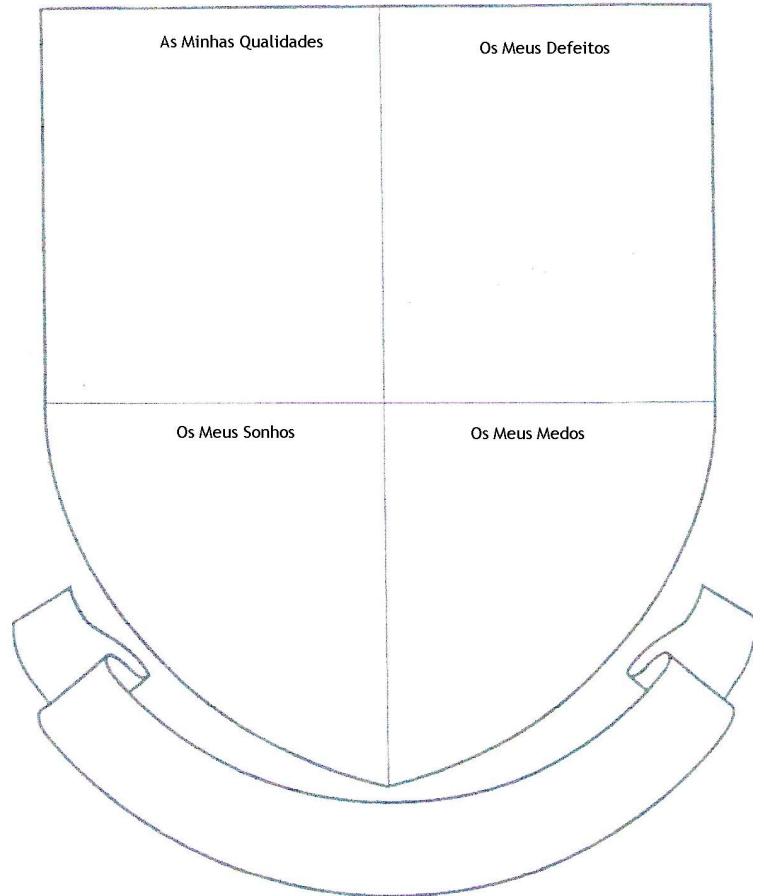
Como te sentes quando consegues?

O que sentes quando os teus colegas não dão importância ao teu entusiasmo?

ANEXO 15

Brasão

As Minhas Qualidades	Os Meus Defeitos
Os Meus Sonhos	Os Meus Medos





De um modo global, por favor avalie o funcionamento do Programa de Promoção de Competências Pessoais e Sociais desenvolvido junto da sua turma.

Avalie os impactos mais significativos do Programa de Promoção de Competências Pessoais e Sociais.

Quais os aspectos que, na sua opinião, deveriam ser melhorados no desenvolvimento do Programa de Promoção de Competências Pessoais e Sociais.

RECURSO

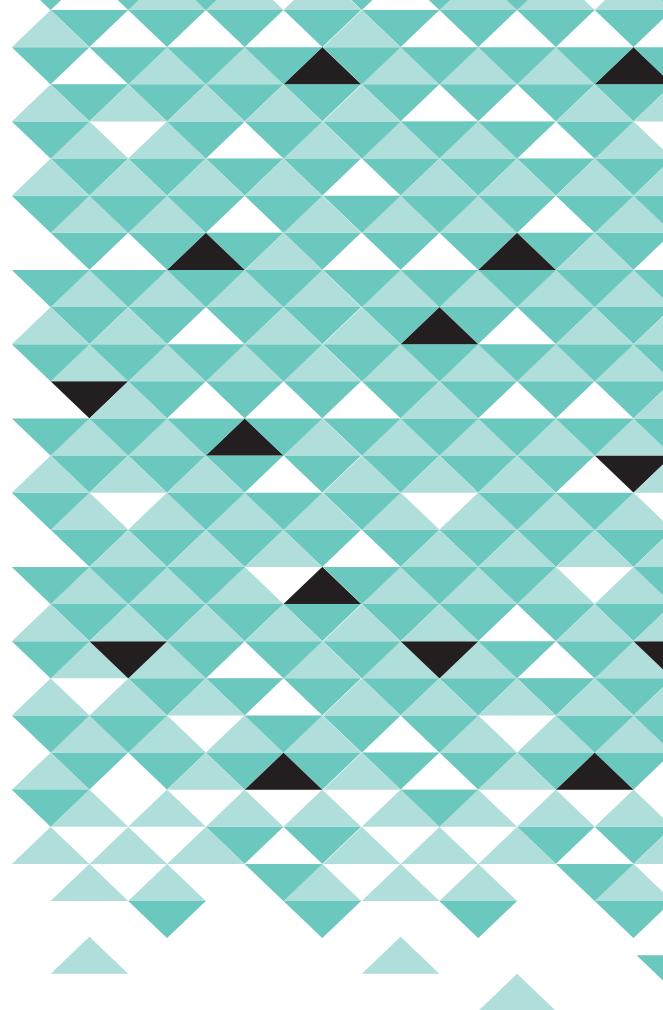
JOGO X

PROJETO

PODER (ES)COLHER

INSTITUIÇÕES DE CONSÓRCIO

ASSOCIAÇÃO PARA A PROMOÇÃO DA SAÚDE E
DESENVOLVIMENTO COMUNITÁRIO
CÂMARA MUNICIPAL DE VILA FRANCA DE XIRA
JUNTA DE FREGUESIA DE VILA FRANCA DE XIRA
COMISSÃO DE PROTECÇÃO DE CRIANÇAS E JOVENS EM PERIGO
AGRUPAMENTO DE ESCOLAS ALVES REDOL
DIRECÇÃO-GERAL DE REINSERÇÃO SOCIAL



RE / FAZER ESCOLA
COM O ESCOLHAS
COLHAS

