

Cursos de Educação e Formação de Adultos- Nível Básico

Aprender com Autonomia

**Cursos de Educação
e Formação de Adultos-
Nível Básico**

Aprender com Autonomia

FICHA TÉCNICA

Título Cursos de Educação e Formação de Adultos -
Nível Básico
Aprender com Autonomia

Editor Agência Nacional para a Qualificação, I.P.
(2ª edição, Janeiro 2008)

Autoria Ana Maria Canelas

Capa e concepção gráfica Jacinta Gonçalves

Paginação Regina Andrade

ISBN 978-972-8743-41-3

ÍNDICE

Nota de Apresentação	5
Fundamentação	7
Público-alvo	9
Objectivos	11
Orientações Metodológicas	13
Avaliação	15
Organização do Módulo	17
Organização do Módulo “Aprender com Autonomia”	19
A - Consolidar a integração no grupo	21
Actividades sugeridas	
B - Trabalhar em equipa	27
Actividades sugeridas	
C - Aprender a aprender	39
Actividades sugeridas	
Bibliografia	73

Nota de Apresentação

A presente publicação constitui um instrumento de trabalho orientador do desenvolvimento do módulo “Aprender com Autonomia”, que apresenta o desenho curricular dos Cursos de Educação e Formação de Adultos de nível básico (B1, B2 ou B3).

O documento concebido pela Dr^a Marta Alves e pela Dr^a Fátima Grilate, no ano 2000, a partir dos Cursos EFA que funcionaram em regime de observação, foi reformulado em função da operacionalização, acompanhamento e reflexão produzidos ao longo dos anos de desenvolvimento, do modelo pedagógico dos Cursos EFA no terreno.

O presente documento estrutura-se em duas partes:

- a) fundamentação, na qual se explicitam os objectivos deste módulo e se apresentam as respectivas orientações metodológicas para a sua organização e desenvolvimento;
- b) organização do módulo, na qual se apresentam as Unidades de Competência, respectivos critérios de evidência e sugestões de actividades.

As Unidades de Competência apresentam-se, no plano curricular, sequencialmente, embora a sua abordagem deva ser feita de forma articulada, assegurando-se uma estreita relação com as estratégias pedagógicas (e portanto com a equipa de formadores) a desenvolver em cada uma das áreas do percurso formativo de um Curso EFA de nível básico.

As competências, os critérios de evidência e as actividades sugeridas são idênticas para os três níveis de proficiência em que se organiza esta oferta formativa, (B1, B2 ou B3) apresentando-se, no entanto, algumas propostas de actividades complementares, destinadas a grupos constituídos por adultos que anteriormente já tenham frequentado um Curso EFA, num dos seus níveis.



FUNDAMENTAÇÃO

Público-alvo

Os Cursos EFA, de nível básico nos termos do Despacho que lhes deu origem e na sequência das metas e das orientações estratégicas expressas em diferentes documentos orientadores, procuram garantir uma oferta de educação e formação de adultos que permita, a todos os que abandonaram prematuramente a escola, a obtenção da escolaridade ou a progressão escolar associada a uma qualificação profissional que possibilite o acesso a desempenhos profissionais mais qualificados e abra mais e melhores perspectivas de aprendizagem ao longo da vida¹.

Os Cursos EFA de nível básico constituem uma oferta integrada de educação e formação, destinada a públicos adultos pouco qualificados, e visam contribuir para a redução do défice de qualificação escolar e profissional da população portuguesa. Pretendem ainda alargar e diversificar as ofertas formativas para adultos e promover um modelo inovador de educação e formação, capaz de promover as competências de cidadania e empregabilidade.

As baixas taxas de escolarização e de qualificação profissional, associadas a situações de desemprego, em especial de desemprego de longa duração, conduzem, muitas vezes, os indivíduos a adoptarem lógicas de vida bloqueadoras de uma verdadeira inserção no mundo do trabalho. São exemplo disso a perda de hábitos de organização, tais como o cumprimento de horários e de regras, a definição de prioridades na gestão do tempo, etc. Paralelamente, a auto-estima e a auto-imagem, face ao trabalho e às competências pessoais e sociais de cada um, vão diminuindo.

A qualificação destes públicos passa, não só, por uma formação que responda às suas necessidades de integração cívica e profissional, mas também pelo aprofundamento das competências pessoais e sociais que permitam perspetivar o seu percurso de modo autónomo e activo.

¹ Despacho conjunto n.º 1083/2000, de 20 de Novembro.

Objectivos

O módulo Aprender com Autonomia, estruturado em três Unidades de Competência, é iniciado imediatamente após a realização do Júri de Validação que conclui o processo de Reconhecimento e Validação de Competências (RVC), a desenvolver num Centro Novas Oportunidades, tal como expresso na Portaria que regulamenta esta oferta formativa. No caso de ser um percurso completo, sem que tenha havido lugar a um processo prévio de RVC, este módulo inicia-se a par com os restantes módulos de formação de Cursos EFA a frequentar.

Este módulo, orientado pelo mediador, deverá, trabalhar as Unidades de Competência A e B – Consolidar a integração no grupo e Trabalhar em equipa –, de modo a que a equipa pedagógica inicie a construção do plano curricular do curso.

O trabalho sobre a Unidade C – Aprender a Aprender – desenvolver-se-á ao longo do restante percurso de formação, de forma a consolidar o papel estruturante que desempenha para formandos e formadores de cada uma das componentes.

O modelo pedagógico dos Cursos EFA inscreve-se numa perspectiva holística da formação, pelo que a transversalidade e integração das áreas curriculares, em função de competências de vida e para a vida, é uma das traves mestras da aquisição de novos saberes e do desenvolvimento crítico de capacidades, atitudes e valores.

Existe, neste contexto, uma correlação privilegiada entre o processo de RVC, o módulo Aprender com Autonomia e a área de Cidadania e Empregabilidade. Estes três elementos assumem-se como os espaços/tempos de (re)construção, por excelência, dos auto-conceitos, da autonomia, da reflexão crítica, dos valores e atitudes que predis põem positivamente os formandos para este processo formativo e para outras aprendizagens futuras a realizar em contextos formais ou informais.

É por esta razão que se propõe que o mediador, para além das outras responsabilidades que assume na organização e desenvolvimento desta oferta formativa [Leitão, José Alberto (coord.) (2003). *Cursos de Educação e Formação de Adultos: Orientações para a Acção*. Lisboa: DGFV], seja o responsável pela integração destes três elementos, potenciando as sinergias criadas em cada um deles e permitindo que se complementem reciprocamente.

Com o módulo Aprender com Autonomia, pretende-se²:

- acentuar as disposições e as dinâmicas iniciadas pelo processo de RVC a desenvolver num Centro Novas Oportunidades;
- consolidar a integração dos formandos no grupo, bem como melhorar as relações interpessoais;
- preparar para trabalhar em equipa pela indução de normas, solidariedades, cumplicidades e modos de cooperação;
- reformular expectativas e reorientar motivações;
- definir, de maneira participada e responsável, regras de conduta e de funcionamento do curso;
- induzir uma postura de aprender a aprender (ao longo da vida e em todos os seus contextos);
- “desescolarizar” e “desformatar” ideias e práticas vividas em contextos formais de ensino e aprendizagem;
- desbloquear receios e resistências, inspirando atitudes e comportamentos favoráveis ao processo formativo.

2 Adaptado de SILVA, Olívia Santos - “Uma orientação metodológica para os Cursos EFA”, in SILVA, Isabel Melo, LEITÃO, José Alberto, TRIGO, Maria Márcia (2002). *Educação e Formação de Adultos: Factor de Desenvolvimento, Inovação e Competitividade*. Lisboa: ANEFA.

Orientações Metodológicas

Atendendo ao que se disse anteriormente, terá obrigatoriamente de ser utilizada neste módulo uma metodologia participativa de trabalho, visando o desenvolvimento e a valorização permanente das experiências profissionais e de vida dos formandos, através da qual os indivíduos reflectam e fundamentem as suas opções.

Neste contexto o mediador tem de:

- ser capaz de escutar as necessidades, interesses e motivações dos participantes e adaptar as actividades às condições do grupo;
- ser capaz de proporcionar aos participantes na formação um ambiente de confiança e empatia;
- orientar a reflexão e apoiar o processo de consciencialização de cada um dos formandos;
- facilitar o processo de formação, promovendo atitudes e comportamentos que incentivem a participação activa dos adultos na construção e regulação do projecto pedagógico;
- favorecer a aplicação/utilização imediata das aprendizagens realizadas e das competências adquiridas;
- fornecer ao adulto, o mais cedo possível, *feedback* da sua progressão no processo formativo.

Os formandos, participando activa, reflexiva e autonomamente, serão, em colaboração com a equipa pedagógica, os construtores da sua formação.

O desenvolvimento neste módulo de actividades, que se enquadram nas chamadas dinâmicas de grupo, permitirá:

- reforçar a auto-confiança, através do aprofundamento do conhecimento mútuo e incentivando a cooperação e a inter-ajuda;
- conhecer as dinâmicas do trabalho em equipa e saber situar-se nesse contexto, na interacção com os outros;
- interpretar os processos e mecanismos da construção dos seus saberes;
- identificar onde se situam as suas resistências à aprendizagem;
- treinar os aspectos que, no entendimento de cada um, constituem fragilidades para a construção de novas aprendizagens;
- compreender a capacidade que cada pessoa tem de mudar e aprender ao longo da vida.

As actividades sugeridas neste documento constituem-se, pois, como propos-

tas de trabalho, adaptáveis aos contextos específicos do processo de formação, devendo algumas delas ser desenvolvidas a partir dos instrumentos de mediação utilizados durante o processo de RVC.

São exemplos desses instrumentos *O Mapa das Minhas Aprendizagens*, *Análise de Potencialidades*, *O Anúncio* e *O Meu Projecto de Formação*, entre outros constantes do documento “Reconhecimento e Validação de Competências: Instrumentos de Mediação”, disponível em www.anq.gov.pt, ou construídos em contexto local, de forma a que neste módulo se consiga efectivamente aprofundar e/ou reorganizar a “interpretação” de cada formando sobre a sua história de vida.

Enquanto no processo de RVC o enfoque do trabalho de mediação se situa no reconhecimento e evidenciação dos adquiridos por cada adulto ao longo da vida e das suas competências em diferentes situações de vida pessoal, social e profissional, face ao *Referencial de Competências-Chave*, durante o módulo *Aprender com Autonomia* esse enfoque incide sobretudo na tentativa de compreensão dos processos de formação, aprendizagem e de construção dos saberes de cada indivíduo.

Que características assumem esses processos, onde se situam as “resistências”?; Que aspectos é necessário aprofundar?

Tal como nos processos de RVC, e na função do profissional, também aqui o trabalho do mediador tem de ser desenvolvido numa postura de co-interpretação e diálogo constante com cada adulto e com o grupo de formandos.

Avaliação

No módulo Aprender com Autonomia a avaliação assume, com maior clareza ainda, uma das dimensões mais relevantes deste modelo pedagógico – formativo/regulador.

Interessa sobretudo analisar e interpretar tudo o que pode auxiliar o formando a *“aprender melhor: (...) a sua maneira de aprender e de raciocinar, a sua relação com o saber, as suas angústias, se houver bloqueios eventuais perante certo tipo de tarefas, o que faz sentido para ele e o mobiliza, os seus projectos, a sua auto-imagem como sujeito (...) capaz de aprender (...)”*³

Acrescentaremos ainda a importância que assume, nos dias de hoje, a capacidade de integrar equipas de trabalho, interagindo apropriadamente e estabelecendo relações de inter-ajuda e cooperação no seio dos diferentes grupos nos quais nos situamos.

Também aqui, ou seja, nas Unidades de Competência relativas à Consolidação da Integração no Grupo e ao Trabalho em Equipa, a avaliação deve ser perspectivada com o mesmo sentido de fornecer [ao(s) formando(s) e ao mediador] informação que permita adequar o processo de aprendizagem às características específicas de cada um.

Este processo de avaliação desenvolver-se-á de forma contínua, reflexiva e, necessariamente, participada, conjugando momentos de auto e hetero-avaliação, em que cada formando faça uma avaliação de si, dos outros e do funcionamento do módulo.

3 PHERRENOUD, PH (1996). Citado por Roldão, M.C. (2003). *Gestão do currículo e avaliação de competências. As questões dos professores*. Lisboa: Ed.Presença.



ORGANIZAÇÃO DO MÓDULO

Organização do Módulo “Aprender com Autonomia”

O módulo Aprender com Autonomia organiza-se em três Unidades de Competência, tal como se apresenta no quadro síntese seguinte:

QUADRO SÍNTESE		
Unidades de Competência	CrITÉrios de Evidência	Sugestão de Actividades
A Consolidar a Integração no grupo	<ul style="list-style-type: none"> - Analisa e negocia as regras de funcionamento do grupo. - Participa no ajustamento das expectativas face ao curso EFA, em função dos resultados do RVC. - Clarifica o seu papel no grupo. - Estabelece cumplicidades e entreajudas no grupo. 	<ul style="list-style-type: none"> - Conhecer mais. - Funcionamento da instituição. - Funcionamento do grupo. - Expectativas.
B Trabalhar em Equipa	<ul style="list-style-type: none"> - Caracteriza a diversidade dos elementos do grupo. - Explicita a sua identidade face à equipa. - Participa, colabora e coopera com a equipa. 	<ul style="list-style-type: none"> - Diferentes perspectivas. - O nome da equipa. - Construção em equipa. - Confia em mim. - Cooperação para a resolução de problemas. - A mensagem. - A negociação.
C Aprender a Aprender	<ul style="list-style-type: none"> - Analisa os contextos, situações e processos que caracterizam o seu modo de aprendizagem. - Identifica os factores facilitadores e bloqueadores da sua aprendizagem. - Define estratégias facilitadoras da construção de novas aprendizagens. - Reanalisa o desenvolvimento do seu projecto formativo. 	<ul style="list-style-type: none"> - Qualidades pessoais. - Reforço positivo. - Seguir instruções. - Favorecer a aprendizagem. - Como me concentrar. - Organização de pontos. - Treino de memória. - Jogo de números. - Síntese de ontem. - Resumo na hora. - Orientação espacial. - Síntese do dia. - Tirar notas sobre um texto. - Processo de informação.

O trabalho a desenvolver no módulo Aprender com Autonomia deve iniciar-se pela reflexão conjunta sobre os seus objectivos, estratégias de trabalho propostas e potencialidades que apresenta para o desenrolar de um Curso EFA de nível

básico e de outras aprendizagens a construir ao longo da vida.

Devem igualmente ser identificados os receios e as expectativas de cada indivíduo face às finalidades do próprio módulo, devendo o mediador estar atento, no sentido de que ao longo de todo este processo os grupos de trabalho não sejam constituídos sempre pelas mesmas pessoas.

A - Consolidar a integração no grupo

(Duração aproximada-4 horas)

Actividades sugeridas

CONHECER MAIS	
OBJECTIVOS	<ul style="list-style-type: none">- Aprofundar o conhecimento do grupo;- Identificar o papel de cada indivíduo no seio do grupo.
DESENVOLVIMENTO DA ACTIVIDADE	<ul style="list-style-type: none">- O mediador explica a necessidade de as pessoas se conhecerem para trabalharem em grupo;- Em pares, as pessoas entrevistam-se mutuamente, abordando aspectos relacionados com as suas experiências e aspirações ao nível profissional e de formação;- No grupo alargado, cada pessoa fará a apresentação do colega entrevistado sendo que nenhum poderá fazer a sua própria apresentação;- Cada pessoa deve estar atenta e verificar se a sua apresentação, feita pelo outro, é correcta e corresponde aos dados fornecidos;- Cada participante manifestar-se-á sobre a apresentação feita e sobre a importância do exercício;- O mediador pode então fazer uma síntese sobre as características do grupo e sobre a riqueza da sua diversidade e complementaridade.
MATERIAL SUGERIDO	<p>Instrumentos de mediação do processo de RVC:</p> <ul style="list-style-type: none">- Ficha do Participante;- A minha Fotografia.
TEMPO APROXIMADO	<ul style="list-style-type: none">- 80 minutos.

CONHECER MAIS - actividade complementar

OBJECTIVOS	<ul style="list-style-type: none"> - Aprofundar o conhecimento do grupo; - Identificar o papel de cada indivíduo no seio do grupo.
DESENVOLVIMENTO DA ACTIVIDADE	<ul style="list-style-type: none"> - O mediador explica a necessidade de as pessoas se conhecerem para trabalharem em grupo; - Cada adulto é convidado a escolher um símbolo ou uma imagem com a qual se identifique e que considere poder apresentar um bom "retrato" de si (poder-se-ão ter disponíveis representações de sinais de trânsito, paisagens, animais, ou outras que o mediador consiga recolher); - Cada pessoa apresentará ao grupo a razão da sua escolha, relacionando-a com o que inscreveu no instrumento de mediação A Minha Fotografia; - O mediador pode então fazer uma síntese sobre a riqueza e complementaridade da diversidade individual num grupo.
MATERIAL SUGERIDO	<p>Instrumentos de mediação do processo de RVC:</p> <ul style="list-style-type: none"> - A minha Fotografia; - Conjuntos diversificados de imagens.
TEMPO APROXIMADO	<ul style="list-style-type: none"> - 60 minutos.

FUNCIONAMENTO DA INSTITUIÇÃO

OBJECTIVOS	<ul style="list-style-type: none"> - Clarificar as regras, os princípios e o funcionamento da instituição formadora/promotora do Curso EFA.
DESENVOLVIMENTO DA ACTIVIDADE	<ul style="list-style-type: none"> - O mediador explica que todas as instituições têm as suas regras e formas de funcionamento específicas (ex: empresas, escolas, centros de formação, associações recreativas, IPSS, etc.). Uma vez que os formandos estabeleceram um contrato de formação com a instituição, com a qual vão estar em contacto durante meses, é necessário que a conheçam bem; - Pede-se aos participantes que apresentem ao grupo o que já sabem sobre as normas de funcionamento da instituição; - Durante cerca de 10 minutos o formador regista em painel o que for sendo dito; - Por fim, o formador complementa essas regras e princípios, debatendo-os com os participantes.
MATERIAL SUGERIDO	<ul style="list-style-type: none"> - Regulamento ou estatutos da Entidade.
TEMPO APROXIMADO	<ul style="list-style-type: none"> - 60 minutos.

FUNCIONAMENTO DO GRUPO

OBJECTIVOS	<ul style="list-style-type: none"> - Identificar os aspectos facilitadores e os obstáculos ao bom funcionamento do grupo; - Negociar e estabelecer as regras de funcionamento do grupo.
DESENVOLVIMENTO DA ACTIVIDADE	<ul style="list-style-type: none"> - O mediador caracteriza globalmente as dinâmicas que se podem desenvolver num grupo, realçando a importância da clarificação de regras que sejam assumidas por todos os seus membros; - Cada participante apresenta dois aspectos que, do seu ponto de vista, sejam importantes para um bom funcionamento do grupo: <ul style="list-style-type: none"> - pretende-se, durante 10 minutos, obter o máximo de regras possível para o funcionamento daquele grupo; - durante o exercício não se podem tecer comentários ou críticas ao que os outros dizem; - deve falar uma pessoa de cada vez, sem qualquer tipo de sequência estabelecida; - cada formando dirá a primeira ideia que lhe surgir, sem ter a preocupação de ver se já foi dita. - O mediador vai registando todas as ideias expressas pelos formandos num painel; - Após “a chuva de ideias”, procede-se à análise do resultado, criando categorias para a organização de toda a informação fornecida e identificando aquelas onde se registou maior e menor frequência de sugestões; - Debate-se em grande grupo, analisando as sugestões mais polémicas, tentando chegar a consenso sobre as atitudes, procedimentos e normas de conduta mais apropriados ao grupo em concreto; - Negoceiam-se e definem-se as regras do grupo, as quais são registadas num outro painel que fica afixado na sala de formação.
TEMPO APROXIMADO	<ul style="list-style-type: none"> - 60 minutos.
ACTIVIDADE COMPLEMENTAR (60 minutos)	<ul style="list-style-type: none"> - Avaliar a forma como foram seguidas as regras definidas no Curso EFA anterior, verificando o que foi ou não cumprido e porquê; - Rever o documento então elaborado e reformulá-lo, se for caso disso.

EXPECTATIVAS	
OBJECTIVOS	<ul style="list-style-type: none"> - Reanalisar as expectativas dos formandos face ao Curso EFA, em função dos resultados do processo de RVC, quando este tiver ocorrido; - Ajustar/reorientar motivações e expectativas face ao curso.
DESENVOLVIMENTO DA ACTIVIDADE	<ul style="list-style-type: none"> - Em grupos de 3-4 participantes, são apresentadas e debatidas as diferenças que cada um encontra, entre o que registou nos instrumentos de mediação – Análise de Potencialidades e O Anúncio – os resultados do Júri de Validação, e as suas expectativas face ao desenvolvimento do Curso EFA; - Cada subgrupo deve centrar-se sobretudo na identificação da eventual evolução da imagem de cada adulto sobre si próprio e nos impactos dos resultados do Júri de Validação sobre as expectativas face ao curso; - Cada grupo elege um porta-voz que apresentará em grande grupo as conclusões sobre: a existência ou não de uma evolução significativa na auto-imagem de cada formando (identificando o tipo de evolução), e sobre expectativas de cada subgrupo face ao Curso EFA; - O mediador deverá clarificar ideias menos correctas que sejam apresentadas relativamente às finalidades deste percurso formativo, às estratégias de trabalho e avaliação que serão desenvolvidas e ao tipo de participação que se espera de cada formando; - Individualmente, cada participante explicitará, numa frase, como se “sente” face à participação que dele se espera neste modelo pedagógico; <p>(as frases poderão ser afixadas na sala de formação).</p>
MATERIAL SUGERIDO	<ul style="list-style-type: none"> - Instrumentos de mediação do processo de RVC: <ul style="list-style-type: none"> - Análise de potencialidades; - O Anúncio; - Perfil de Competências.
TEMPO APROXIMADO	- 60 minutos.
OBSERVAÇÕES	<ul style="list-style-type: none"> - O mediador deve estar preparado para o facto de as expectativas dos formandos não coincidirem com os objectivos do Curso EFA. Se tal acontecer, deverá encetar um processo negocial, no sentido de que a construção e regulação de projecto formativo sejam efectivamente participadas.

B - Trabalhar em equipa

(Duração aproximada-16 horas)

Actividades sugeridas

DIFERENTES PERSPECTIVAS	
OBJECTIVOS	<ul style="list-style-type: none">- Identificar a pluralidade e coexistência de pontos de vista diversos sobre o mesmo assunto.
DESENVOLVIMENTO DA ACTIVIDADE	<ul style="list-style-type: none">- O mediador distribui um documento com uma imagem igual a todos os membros do grupo;- Cada formando analisa a imagem e tenta descrever e interpretar o que vê, apresentando a sua “leitura” daquela imagem;- Segue-se um debate em que se reflecte sobre o facto de um mesmo assunto permitir uma variedade de “leituras” e de interpretações, eventualmente todas plausíveis.
MATERIAL SUGERIDO	<ul style="list-style-type: none">- Fotocópias de uma imagem.
TEMPO APROXIMADO	<ul style="list-style-type: none">- 30 minutos.
OBSERVAÇÕES	<ul style="list-style-type: none">- Esta actividade poderá desenvolver-se também a partir de trechos musicais ou da leitura de um pequeno excerto de poesia.

DIFERENTES PERSPECTIVAS - actividade complementar

OBJECTIVOS	<ul style="list-style-type: none"> - Identificar a pluralidade e coexistência de pontos de vista diversos sobre o mesmo assunto.
DESENVOLVIMENTO DA ACTIVIDADE	<ul style="list-style-type: none"> - O mediador distribui conjuntos de imagens diversificadas, por grupos de 4-5 formandos, solicitando que cada participante escolha aquela que melhor o retrate, sem no entanto lhe tocar; - Cada adulto deverá também escolher uma imagem que, em sua opinião, corresponda a outro elemento do seu grupo, para que todos tenham sobre si uma imagem escolhida pelo próprio e outra escolhida por um colega; - Cada formando apresenta, no seu subgrupo, a explicação para a sua escolha e ouvirá as razões da escolha do colega; - Após todas as apresentações nos subgrupos, indicar, em grupo alargado, se: sobre a mesma pessoa a maioria das escolhas foi idêntica ou diferente; as pessoas aceitaram as escolhas feitas para si, pelos seus colegas, ou se as consideraram desajustadas das suas características e personalidade; - Na reflexão alargada pretende evidenciar-se as diferentes perspectivas possíveis sobre cada pessoa e, também, que os aspectos por nós mais valorizados não são necessariamente aqueles que os outros melhor identificam.
MATERIAL SUGERIDO	<ul style="list-style-type: none"> - Conjuntos de imagens, fotografias, reproduções de pinturas, etc.
TEMPO APROXIMADO	<ul style="list-style-type: none"> - 60 a 90 minutos.

O NOME DA EQUIPA

OBJECTIVOS	<ul style="list-style-type: none"> - Desenvolver a coesão entre os membros de uma equipa recém formada.
DESENVOLVIMENTO DA ACTIVIDADE	<ul style="list-style-type: none"> - Formar equipas de 3-4 elementos seguindo um critério que tenha a ver com preferências pessoais, afinidades ou qualquer outro aspecto previamente combinado; - Cada grupo escolhe e adopta um nome; - Cada grupo vai tentar, através de mímica, que os outros formandos consigam adivinhar o seu nome.
TEMPO APROXIMADO	<ul style="list-style-type: none"> - 30 a 40 minutos.

CONSTRUÇÃO EM EQUIPA

OBJECTIVOS

- Analisar as características fundamentais do trabalho em equipa: a circulação da informação, a atitude de inter-ajuda e de cooperação, o contributo pessoal e a inter-relação entre os objectivos da equipa e os objectivos pessoais.

DESENVOLVIMENTO DA ACTIVIDADE

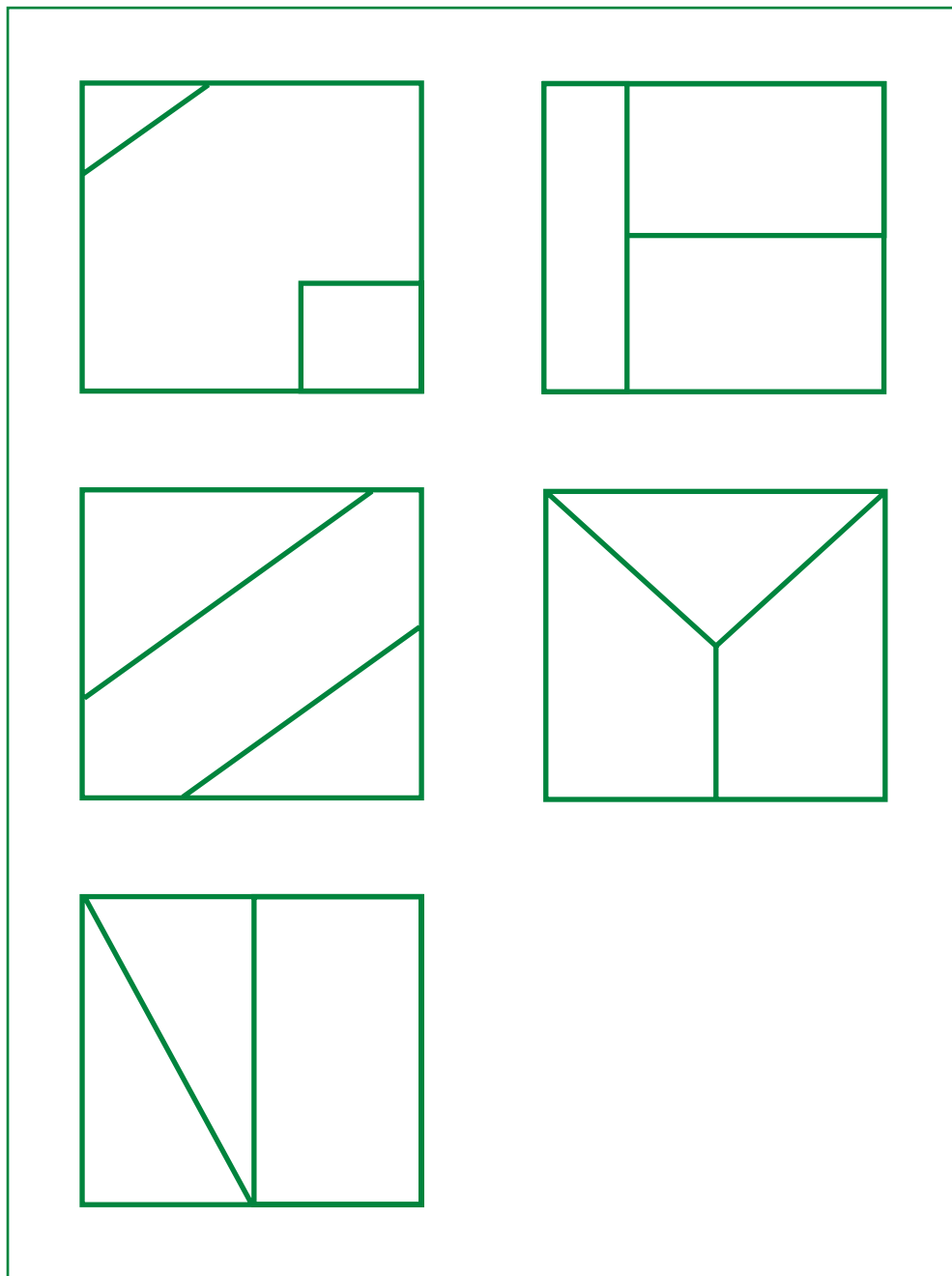
- Constituem-se 2 equipas de 5 pessoas que vão executar uma tarefa. As restantes pessoas irão observar atentamente esse trabalho;
- O mediador solicita que 10 pessoas se ofereçam como voluntárias para constituir as equipas. Cada uma das equipas senta-se em círculo em volta de uma mesa;
- O mediador explica claramente as regras a cada equipa: cada pessoa vai receber 3 peças de cartolina com formas geométricas variadas, sendo o objectivo construir 5 quadrados iguais;
- Nenhum elemento pode comunicar, dentro da sua equipa, falando, fazendo sinais ou pedindo peças, só pode dar e receber peças que os outros elementos da sua equipa lhe ofereçam. Têm 20 minutos para realizar o trabalho;
- O mediador reúne em separado com os grupos de observadores, esclarecendo-os sobre as suas funções:
 - cada observador deve observar 1 ou 2 participantes nos seguintes aspectos:
 - quantas peças tem cada pessoa observada: no início e no fim do jogo?
 - recebe e entrega peças, ou se só as recebe sem entregar peças aos outros?
 - está atenta ao jogo todo, ou só ao seu?
 - tenta "furar" as regras do jogo?
 - dificulta ou favorece a realização do objectivo a atingir pela equipa: em quê e porquê?
 - os observadores distribuem-se em torno das 2 equipas.
- O mediador distribui aleatoriamente 3 peças dos puzzles e dá início ao exercício, o qual termina atingido o objectivo (os 5 participantes realizarem o seu quadrado) ou passados os 20 minutos;
- Voltando ao grande grupo inicia-se a análise ouvindo os participantes que se devem pronunciar individualmente sobre como se sentiram, a que objectivo procuraram responder que obstáculos se lhes depararam. Seguem-se os observadores que relatam o que observaram;
- Por fim, generaliza-se o debate numa 1ª fase sobre a experiência concreta (dificuldades para alcançar o objectivo da equipa, soluções possíveis) e a seguir sobre questões tais como: o papel da comunicação, a importância da circulação de informação, como os objectivos particulares podem dificultar ou facilitar a consecução do objectivo da equipa.

CONSTRUÇÃO EM EQUIPA (cont.)

MATERIAL SUGERIDO	- Folha de cartolina na qual se recortam as peças dos 5 puzzles de dimensões idênticas (modelo em anexo).
TEMPO APROXIMADO	- 1 hora-1 hora 30 minutos.
OBSERVAÇÕES	- É indispensável que o mediador assegure que as regras são claras para todos os participantes, devendo ter um especial cuidado na sua explicitação. O formador pode ainda optar por distribuí-las por escrito ou registá-las em painel.

Anexo 1

Construção em equipa



CONFIA EM MIM

OBJECTIVOS	<ul style="list-style-type: none"> - Reconhecer a importância do apoio, liderança e cooperação no trabalho de equipa.
DESENVOLVIMENTO DA ACTIVIDADE	<ul style="list-style-type: none"> - Formar grupos de 3-4 formandos. A um elemento de cada grupo são vendados os olhos. Um outro elemento é o líder que dá as instruções ao primeiro para se deslocar de um ponto para outro do local onde se encontram. Os outros elementos do grupo colaboram impedindo que o colega vendado choque com algum obstáculo do percurso; - Quando o percurso está completo, os elementos do grupo trocam de papéis e assim sucessivamente; - Depois de todos os elementos do grupo terem desempenhado todos os papéis, segue-se um debate em torno de questões tais como: <ul style="list-style-type: none"> - Como se sentiu quando estava vendado? (tonto, perdido, inseguro...) - Confiou no seu líder? Porquê? - Confiou nos outros colegas? Porquê? - Do que sentiu necessidade quando estava vendado? (Apoio, aviso...) - A que conclusão podemos chegar com este exercício?
MATERIAL SUGERIDO	<ul style="list-style-type: none"> - Venda para os olhos.
TEMPO APROXIMADO	<ul style="list-style-type: none"> - 60 minutos.
OBSERVAÇÕES	<ul style="list-style-type: none"> - Dependendo do número de grupos e das características da sala de formação, o exercício poderá ser aí realizado ou noutros espaços contíguos adequados.

CONFIA EM MIM - atividade complementar

OBJECTIVOS	<ul style="list-style-type: none"> - Reconhecer a importância do apoio, liderança e cooperação no trabalho de equipa.
DESENVOLVIMENTO DA ACTIVIDADE	<ul style="list-style-type: none"> - Formar grupos de 3-4 formandos. A um elemento de cada subgrupo são vendados os olhos, colocando-se os restantes em posição que lhes permita segurar com firmeza o colega; - Um dos elementos (que não deve estar imediatamente por trás do colega de olhos vendados) pede-lhe que se deixe cair para trás, assegurando-lhe que todos os outros o agarrarão; - Todos os participantes deverão passar pela posição de terem os olhos vendados; - Depois de todos terem desempenhado este papel, segue-se um debate em torno de questões tais como: <ul style="list-style-type: none"> - Como se sentiu quando estava vendado? (tonto, perdido, inseguro...) - Confiou nos seus colegas? Porquê? - Do que sentiu necessidade quando estava vendado? (Apoio, aviso...) - A síntese final da reflexão alargada deve evidenciar como a cooperação entre as pessoas e a certeza da entreaajuda nos faz sentir mais seguros, mesmo em situações de “grande” risco.
MATERIAL SUGERIDO	<ul style="list-style-type: none"> - Vendas para os olhos.
TEMPO APROXIMADO	<ul style="list-style-type: none"> - 60 minutos.

A COOPERAÇÃO PARA A RESOLUÇÃO DE PROBLEMAS

OBJECTIVOS	<ul style="list-style-type: none"> - Identificar os comportamentos inerentes a um processo de cooperação.
DESENVOLVIMENTO DA ACTIVIDADE	<ul style="list-style-type: none"> - Organizar dois ou três grupos de trabalho com 6 a 8 participantes, pedindo aos adultos que se juntem livremente; - Deixar dois formandos/grupo fora das equipas, para funcionarem como observadores (se for possível filmar em vídeo os desempenhos dos grupos não serão necessários os observadores); - Do conjunto das situações de vida/questões que mais preocupam o grupo (identificadas durante o processo de RVC), escolher, para cada grupo, uma para ser trabalhada; - Solicitar aos grupos que debatam hipóteses de resolução dessas questões, encontrando uma proposta plausível, em 40 minutos; - Pedir aos observadores que identifiquem e registem a forma como foi desempenhada a tarefa dada ao grupo: quem participou activamente; quem se manteve à margem da discussão; alguém tinha a preocupação de aproveitar todos os contributos fornecidos; alguém incentivava a participação dos mais reservados; alguém tomava notas; alguém se dispersava em assuntos marginais; alguém fazia sínteses; alguém intimidava os mais reservados (pelo tom de voz ou pela postura); alguém assumiu a liderança; - No final do tempo previsto, cada par de observadores analisa o que foi registando tendo de alcançar um consenso sobre o desempenho da sua equipa (10 minutos); - Cada grupo prepara (10 minutos) uma apresentação sobre a conclusão a que chegou (mesmo que não tenha conseguido responder ao pedido efectuado), identificando quais os aspectos ou características dos elementos do grupo que foram mais facilitadoras e onde sentiram maiores dificuldades; - Os observadores comentam a apresentação de cada grupo, com base na análise que efectuaram dos seus registos; - No final, o formador deve fazer uma síntese, identificando as dinâmicas que favorecem a colaboração, a diversidade de papéis que os indivíduos podem desempenhar numa equipa de trabalho, as atitudes e os comportamentos que favorecem a resolução de problemas.
MATERIAL SUGERIDO	<ul style="list-style-type: none"> - Recolha de situações identificadas pelos formandos (utilizando, quando é possível, as identificadas durante o RVC) que, não entrando na intimidade dos participantes, possam constituir boas propostas de trabalho.
TEMPO APROXIMADO	<ul style="list-style-type: none"> - 120 minutos.

A COOPERAÇÃO PARA A RESOLUÇÃO DE PROBLEMAS (cont.)

OBSERVAÇÕES

- O mediador deve escolher os observadores com cuidado, evitando os elementos mais conflituais do grupo;
- É fundamental que o mediador prepare com os observadores o tipo de questões que são relevantes neste contexto, indicando que os aspectos a salientar são os que focalizaram os elementos da equipa na resolução da tarefa proposta;
- É fundamental sublinhar a importância e a riqueza da diversidade no seio das equipas e compreender que as divergências de opinião e mesmo de comportamento são características próprias de todos os grupos.

ACTIVIDADE COMPLEMENTAR (60 minutos)

- Esta actividade pode ser complementada pela construção, por cada uma das equipas, da sua “imagem de marca”. Poderão conceber um *slogan* publicitário, um cartaz, um *jingle*, etc.
- Essas imagens serão apresentadas ao grupo alargado, ficando, se possível, expostas na sala de formação.

A MENSAGEM

OBJECTIVOS

- Identificar como se perde ou altera uma informação durante a sua transmissão.

DESENVOLVIMENTO DA ACTIVIDADE

- O mediador solicita a 8-10 formandos que formem um círculo ou uma fila;
- Pede-se que um deles saia da sala e conta-se-lhe uma pequena história, com 5 ou 6 frases (a história deverá estar escrita), de modo que só este a ouça;
- O formando deve contar o que ouviu ao outro colega, sem que os outros ouçam e assim sucessivamente, até ao fim do círculo ou fila;
- Chegado ao último formando do círculo ou fila, o mediador solicita a este que repita a mensagem em voz alta;
- O mediador lê, em voz alta, o que disse ao primeiro formando;
- Por fim comparam-se as duas versões e debate-se sobre as razões de ser das diferenças;
- Registam-se os factores que desvirtuaram a transmissão da informação;
- Repete-se o processo com outra mensagem e alguns elementos diferentes do grupo;
- Identificam-se os resultados obtidos.

MATERIAL SUGERIDO

- Duas pequenas histórias que constituam as mensagens.

TEMPO APROXIMADO

- 50 minutos.

A NEGOCIAÇÃO

OBJECTIVOS	<ul style="list-style-type: none"> - Reconhecer os comportamentos inerentes a um processo de negociação.
DESENVOLVIMENTO DA ACTIVIDADE	<ul style="list-style-type: none"> - Solicitar aos formandos que imaginem uma situação em que alguém tem de negociar algo com outra pessoa (um preço, a troca de um electrodoméstico, a substituição de um produto com defeito, etc.). Os formandos devem elaborar uma lista de comportamentos positivos e uma lista de comportamentos a evitar por esse negociador imaginário; - Formar grupos de 3-4 elementos. Solicitar a cada grupo que identifique, das listas dos membros do grupo, os três itens mais importantes de cada categoria; - Cada grupo regista as suas conclusões numa folha A2, a qual deve ser afixada na parede; - Segue-se um debate, em que o porta-voz de cada grupo explica a razão porque aqueles itens foram considerados os mais importantes; - No final, o formador deve fazer uma síntese e identificar os itens mais importantes.
MATERIAL SUGERIDO	<ul style="list-style-type: none"> - Folhas A2 e marcadores.
TEMPO APROXIMADO	<ul style="list-style-type: none"> - 50-60 minutos.
OBSERVAÇÕES (Actividade complementar + 50 minutos)	<ul style="list-style-type: none"> - Esta actividade pode ser complementada com a simulação, pelos formandos, de uma situação negocial (guião preparado pelo mediador) seguida de debate, que compare a representação com as listas de comportamentos e atitudes definidas anteriormente pelo grupo.

C - Aprender a aprender

(Duração aproximada-20 horas)

Actividades sugeridas

QUALIDADES PESSOAIS	
OBJECTIVOS	<ul style="list-style-type: none"> - Identificar as características pessoais facilitadoras da aprendizagem.
DESENVOLVIMENTO DA ACTIVIDADE	<ul style="list-style-type: none"> - O mediador distribui a Ficha de <i>Características Pessoais</i>, pedindo aos formandos que reflectam e respondam individualmente; - Seguidamente, assinalarão, entre as que escolheram, as características que consideram facilitadoras da construção de aprendizagens e as que consideram ser dificultadoras; - Com base na <i>Ficha do Participante</i>, preenchida no processo de RVC, e relativamente a <i>Percurso Escolar</i>; <i>Percurso Formativo e Vida Pessoal e Social</i>, identificarão, das características assinaladas por cada um, quais as que mais terão contribuído para as aprendizagens até hoje conservadas, em cada um dos contextos acima referidos; - Em subgrupos de 3/4 elementos, os formandos dão a conhecer entre si a reflexão efectuada, verificando se as características mais referidas variam consoante os contextos de aprendizagem ou se dependem sobretudo das características individuais; - Em grande grupo, aprofunda-se o debate tentando concluir quais os aspectos que, para o Curso EFA, deverão ser mais “trabalhados”, verificando se os aspectos identificados individualmente como “características dificultadoras da aprendizagem” foram considerados importantes em contextos de vida menos escolarizadas.
MATERIAL SUGERIDO	<p>Instrumentos de mediação do processo de RVC:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ficha do Participante - Ficha <i>Características Pessoais</i> (em anexo)
TEMPO APROXIMADO	<ul style="list-style-type: none"> - 60 minutos.

Anexo 2

Características pessoais

A presente lista contém uma série de afirmações na primeira pessoa, relacionadas com características da personalidade, atitudes e comportamentos.

Analise cada afirmação e assinale com um X aquelas com que se identifica.

- Estabeleço facilmente contacto com pessoas que não conheço.
- Sou uma pessoa comunicativa.
- Gosto de estar em primeiro plano.
- Sou muito sensível aos contratempos.
- Sou irritável.
- Sou uma pessoa perseverante.
- Gosto de assumir a liderança num grupo de pessoas.
- Tenho boas capacidades de organização.
- Sou optimista.
- Sou paciente.
- Confio facilmente nas pessoas.
- Prefiro que os acontecimentos se desenrolem de acordo com o previsto.
- Preocupo-me com o bem-estar dos outros.
- Gosto de praticar exercício físico.
- Gosto de trabalhar de forma independente.
- Aprecio que as pessoas aprovelem publicamente o que faço.
- Gosto de ter hábitos fixos.
- Sou uma pessoa metódica.
- Gosto de ter tudo bem limpo.
- Gosto de tomar iniciativa.
- Tenho boa memória.
- Sinto-me logo à vontade numa situação nova.
- Tenho jeito para os trabalhos manuais.
- Actuo muitas vezes antes de pensar.
- Gosto de ver os resultados do meu trabalho.
- Gosto de estar entretido de forma criativa.
- Fico nervoso se tiver de fazer várias coisas ao mesmo tempo.
- Faço muitas coisas por intuição.
- Quando me encontro num grupo de pessoas gosto de ficar em segundo plano.
- Sou capaz de analisar problemas complicados ao pormenor.
- Sou espontâneo.

- Tenho boas capacidades de concentração.
- Faço tudo minuciosamente.
- Consigo exprimir bem os meus pensamentos.
- Entusiasmo-me facilmente.
- Consigo escutar os outros.
- Não desanimo perante um problema.
- Sei muitas vezes mais do que os outros.
- Tenho confiança em mim mesmo.
- Fico facilmente desestabilizado.
- Não tenho dificuldades em afirmar que não estou de acordo.

REFORÇO POSITIVO											
OBJECTIVOS	- Partilhar características pessoais positivas.										
DESENVOLVIMENTO DA ACTIVIDADE	<ul style="list-style-type: none"> - Formar pares; - Cada pessoa deve dizer sobre o seu parceiro o seguinte: <ul style="list-style-type: none"> - Uma característica física positiva; - Um aspecto da sua personalidade particularmente agradável; - Uma competência (saber, saber-fazer, saber-ser, saber-estar) especial. - Cada um dos elementos deve registar as afirmações e comentários feitos sobre si pelo seu parceiro; - Segue-se um debate em torno de questões tais como: <ul style="list-style-type: none"> - Ficou surpreendido com as qualidades que lhe foram apontadas? Porquê? - O mediador poderá reflectir com o grupo sobre o facto de existirem discrepâncias entre a forma como cada pessoa se percebe e as formas como os outros nos vêem, devendo cada indivíduo tentar compreender quais as razões que levam os outros a terem essas percepções. 										
TEMPO APROXIMADO	- 60 minutos.										
OBSERVAÇÕES (Actividade complementar + 50 minutos)	<p>- Poderá propor-se a cada subgrupo a construção de uma <i>Janela de Johari</i> (Ingham e Loft), matriz de organização das percepções que cada um tem de si e dos outros, a preencher após cada adulto ter identificado (em pares ou grupos de 3-4 pessoas) 2 ou 3 características positivas sobre si e sobre os colegas do seu subgrupo.</p> <table border="1"> <tr> <th></th><th>Conhecida pelo próprio</th><th>Desconhecida do próprio</th></tr> <tr> <th>Conhecida pelos outros</th><td>Área aberta</td><td>Área cega</td></tr> <tr> <th>Desconhecida pelos outros</th><td>Área secreta</td><td>Área desconhecida</td></tr> </table>			Conhecida pelo próprio	Desconhecida do próprio	Conhecida pelos outros	Área aberta	Área cega	Desconhecida pelos outros	Área secreta	Área desconhecida
	Conhecida pelo próprio	Desconhecida do próprio									
Conhecida pelos outros	Área aberta	Área cega									
Desconhecida pelos outros	Área secreta	Área desconhecida									

SEGUIR INSTRUÇÕES	
OBJECTIVOS	<ul style="list-style-type: none"> - Regular a relação temporal entre pensamento e acção; - Identificar reacções impulsivas.
DESENVOLVIMENTO DA ACTIVIDADE	<ul style="list-style-type: none"> - O mediador distribui a cada adulto a ficha do exercício que se vai realizar (em anexo) voltada para baixo; - Pede seguidamente que todos voltem a folha e realizem a tarefa pedida, seguindo as instruções; - No final do tempo estabelecido e em grande grupo, identificam-se as diferentes formas de realização do exercício e as razões das diferentes reacções às instruções fornecidas; - O mediador deverá reflectir com o grupo sobre a importância de compreender cabalmente as instruções fornecidas para a realização de determinadas tarefas, salientando o perigo que, muitas vezes, representam as reacções impulsivas.
MATERIAL SUGERIDO	<ul style="list-style-type: none"> - Ficha de exercício em anexo.
TEMPO APROXIMADO	<ul style="list-style-type: none"> - 30 minutos.

Anexo 3

Realize este exercício o mais rapidamente possível

■ Só tem 3 minutos

1. Não faça nada antes de ler tudo.
2. Escreva o seu nome completo no canto superior direito desta folha.
3. Envolver com um círculo a palavra “nome” da frase anterior.
4. Desenhe cinco quadrados no canto superior esquerdo desta folha.
5. Desenhe um “X” dentro de cada um desses quadrados.
6. Assine no canto direito desta folha.
7. Depois de assinar, escreva “SIM, SIM, SIM” no mesmo canto.
8. Desenhe um “X” no canto inferior esquerdo desta folha.
9. Desenhe um triângulo em volta do “X” que acaba de escrever.
10. Nas costas da folha, faça a conta 7×3 .
11. Envolver com um círculo a palavra “folha” da frase que aparece em número 4.
12. Em voz alta diga o seu nome completo, quando chegar a este ponto do exercício.
13. Se pensa que seguiu as instruções cuidadosamente, diga em voz alta: “SEGUI AS INSTRUÇÕES CUIDADOSAMENTE”
14. Nas costas da folha faça a conta $107 + 278$.
15. Envolver com um círculo a solução do problema anterior.
16. Conte, em voz alta, de 1 a 10.
17. Faça 3 pequenos buracos, com a ponta do lápis, no papel. Aqui: • • •
18. Dobre e desdobre a folha em quatro.
19. Se for a primeira pessoa a chegar a este ponto, diga em voz alta: “SOU O MELHOR A CUMPRIR AS INSTRUÇÕES A TEMPO”
20. Agora que já leu tudo com atenção, faça apenas as ordens 1. e 2., caso contrário diga em voz alta que para a próxima vai ler tudo com mais atenção.

Se foi capaz de completar as instruções, no tempo estabelecido ...

PARABÉNS !!!

FAVORECER A APRENDIZAGEM

OBJECTIVOS	<ul style="list-style-type: none"> - Identificar procedimentos, estratégias, operações mentais e funções cognitivas facilitadoras da aprendizagem.
DESENVOLVIMENTO DA ACTIVIDADE	<ul style="list-style-type: none"> - Nesta actividade o mediador tem de clarificar – inicialmente para o grupo e, durante o processo de análise individual, para cada adulto – os conceitos presentes na ficha em anexo, construindo outra ficha com uma linguagem (recorrendo a exemplos próximos dos formandos) mais adequada ao grupo; - Cada formando reflecte sobre a lista em anexo assinalando os aspectos que considera mais importantes para o processo de aprendizagem a realizar no Curso; - Em subgrupos de 3-4 pessoas, os formandos partilham e discutem o trabalho realizado, elaborando uma lista comum; - Apresentam-na em grande grupo, fundamentando as suas opções; - O mediador fará uma síntese com os aspectos mais evidenciados pelo conjunto de todos os subgrupos; - Cada formando fará nova análise, desta vez dos aspectos constantes da síntese elaborada pelo mediador, identificando quais os que necessita aprofundar individualmente.
MATERIAL SUGERIDO	<ul style="list-style-type: none"> - Ficha <i>Factores e processos que facilitam a aprendizagem</i>, em anexo.
TEMPO APROXIMADO	<ul style="list-style-type: none"> - 60-70 minutos.
OBSERVAÇÕES	<ul style="list-style-type: none"> - Pretende-se que a partir da identificação feita por cada pessoa, dos aspectos que necessitam de aprofundamento, seja possível trabalhá-los, quer no decorrer deste módulo quer durante a formação de base e a formação profissional. Para isso é fundamental que esta informação seja partilhada quer com o mediador, quer com a restante equipa pedagógica.

Anexo 4

Factores e processos que facilitam a aprendizagem

A presente lista contém uma série de afirmações relativas a procedimentos, tipos de raciocínio, estratégias de trabalho relacionadas com as aprendizagens que efectuamos quer em contextos formais, quer noutras situações correntes da nossa vida.

Analise cada afirmação e assinale com um X aquelas que considera mais importantes para as aprendizagens a efectuar ao longo do Curso EFA (pode acrescentar outras que considere importantes).

- Identificação (clara de uma ideia, de um conceito, de um problema para resolver, de uma instrução, de fontes de informação, ...).
- Comparação (entre situações, entre objectos ou seres com características idênticas, diferentes hipóteses de solução para um mesmo problema, ...).
- Análise (dos aspectos fundamentais de um problema, de um texto, de um pedido de emprego, ...).
- Síntese (de um dia de trabalho, de um projecto realizado, de uma notícia, de uma história, ...).
- Classificação/categorização (de dados, de conjuntos de elementos, de objectos, de conceitos, ...).
- Descodificação/codificação (de fotos, de pinturas, de formulários de IRS, de instruções de equipamentos,...)
- Estabelecimento de conexões (relações temporais, familiares, sequenciais, de causa-efeito, ...).
- Diferenciação (entre objectos, problemas, situações idênticas, estratégias possíveis de resolução de uma questão, ...).
- Representação e orientação espacial (de objectos tridimensionais, de lugares geograficamente distantes, de percursos a efectuar, ...).
- Formulação de hipóteses (explicativas de um facto ou problema, de um acontecimento histórico, de uma notícia apresentada num órgão de comunicação, ...).
- Raciocínio dedutivo (que parte do geral para o particular, da causa para o efeito, de um princípio para as suas consequências, ...).
- Raciocínio indutivo (que parte da análise de factos para concluir as leis gerais, da identificação dos efeitos concluir sobre as suas causas, ...).
- Raciocínio intuitivo (que infere sobre as causas de uma situação ou problema, sem analisar minuciosamente os factos, ...).

- Raciocínio lógico (que analisa criteriosamente, estabelecendo as conexões apropriadas entre os dados de um problema, na busca da sua solução, ...).
- Planificação das etapas de um trabalho.
- Divisão/partilha das tarefas/trabalho.
- Comunicação e interacção (na equipa ou grupo de trabalho).

COMO CONCENTRAR-ME ?	
OBJECTIVOS	<ul style="list-style-type: none"> - Identificar as causas que impedem a concentração; - Conhecer as situações que favorecem a capacidade de concentração.
DESENVOLVIMENTO DA ACTIVIDADE	<ul style="list-style-type: none"> - O formador distribui a Ficha <i>Concentração</i> pedindo aos formandos que reflectam e respondam individualmente; - Em pequenos grupos de 3-4 elementos, os formandos discutem as diferenças e semelhanças existentes nas suas respostas, identificando as que são comuns; - Em grande grupo, apresentam-se todas as conclusões, construindo-se um painel com a síntese final do que é comum a todo o grupo, relativamente aos três pontos em que a ficha está organizada, por forma a que todos (formandos e equipa pedagógica) integrem esse conhecimento no desenvolvimento do percurso formativo EFA.
MATERIAL SUGERIDO	<ul style="list-style-type: none"> - Ficha <i>Concentração</i>, em anexo.
TEMPO APROXIMADO	<ul style="list-style-type: none"> - 50-60 minutos.
OBSERVAÇÕES	<ul style="list-style-type: none"> - Será importante no final desta actividade haver uma reflexão conjunta do grupo com toda a equipa pedagógica, para se discutirem as estratégias de trabalho a privilegiar ao longo do Curso EFA.

Anexo 5

Concentração

1. Tenho dificuldade em concentrar-me quando:	Sim	Não
a) há ruído		
b) durmo mal		
c) como pouco		
d) estou pressionado		
e) os assuntos não me interessam		
f) tenho que fazer uma nova aprendizagem		
g) tenho de resolver tarefas sozinho		
h) tenho de resolver tarefas em grupo		
i) tenho de resolver problemas de matemática		
j) tenho de me expressar por escrito		
k) tenho de falar em público		
l) outras situações		
(Indicar)		

2. Tenho dificuldade em concentrar-me porque:	Sim	Não
a) não tenho privacidade		
b) tenho preocupações		
c) sou inseguro		
d) tudo me interessa		
e) outras situações		
(Indicar)		

3. Quando preciso de me concentrar (o que faço):	Sim	Não
a) procuro um sítio sossegado		
b) falo do assunto com alguém		
c) faço um desenho		
d) pratico uma actividade desportiva		
e) ouço música		
f) cuido do jardim		
g) cozinho		
h) passeio		

Concentração (Cont.)

3. Quando preciso de me concentrar (o que faço):	Sim	Não
i) leio um livro		
j) outras situações		
(Indicar)		

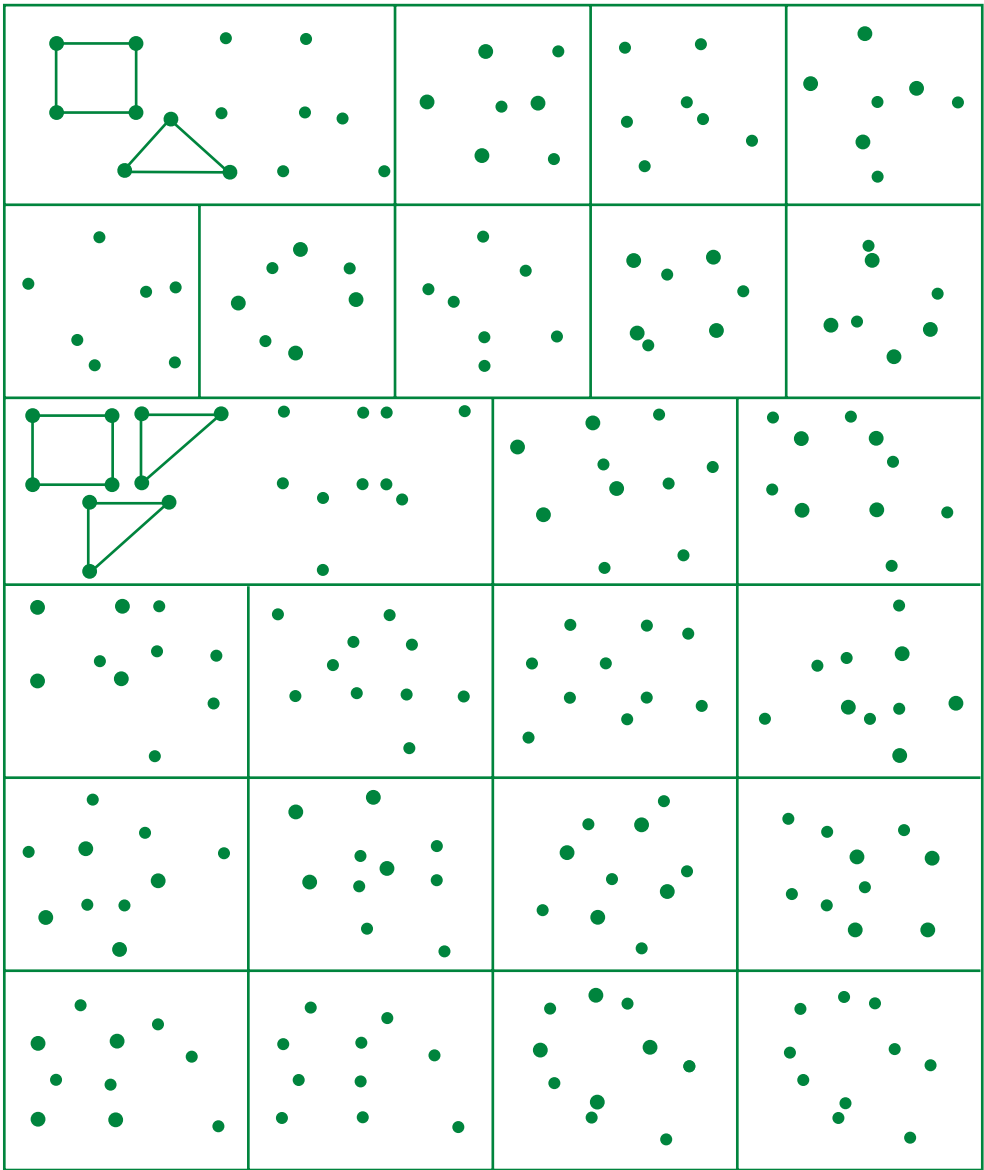
ORGANIZAÇÃO DE PONTOS

OBJECTIVOS	<ul style="list-style-type: none"> - Projectar relações virtuais entre elementos; - Desenvolver a capacidade de análise; - Planificar antecipadamente, antes de agir.
DESENVOLVIMENTO DA ACTIVIDADE	<ul style="list-style-type: none"> - O mediador distribui a cada adulto uma cópia da mesma ficha de organização de pontos (em anexo encontram-se duas fichas, com graus de dificuldade distintos); - Ao introduzir o exercício o mediador tentará que o próprio grupo, olhando para a ficha, identifique a tarefa a realizar, planifique a melhor forma de a realizar, decida por onde começar, determine as regras que orientarão a realização da actividade e procure um processo de revisão do trabalho que assegure o atingir do objectivo; - Será vantajoso que as conclusões a que o grupo for chegando sejam escritas no quadro, para que durante a realização do exercício, todos as possam consultar; - Definido o tempo necessário para a realização do trabalho, todos iniciarão a tarefa, devendo o mediador assegurar o apoio individual aos formandos que revelem dificuldades nalgum ponto do trabalho; - Após a realização do trabalho por todos, identificar-se-ão quais os quadros mais difíceis de realizar e porquê.
MATERIAL SUGERIDO	<ul style="list-style-type: none"> - Fichas (só a primeira, duas ou as três) de organização de pontos, em anexo.
TEMPO APROXIMADO	<ul style="list-style-type: none"> - 50-60 minutos.
OBSERVAÇÕES	<ul style="list-style-type: none"> - O mediador tem de assegurar-se que ficou claro para todos que as figuras têm de ser reproduzidas com as mesmas dimensões, embora possam ter orientações espaciais diferentes das do modelo e, nalguns casos, se possam mesmo sobrepor; - É importante também introduzir a distinção entre os pontos maiores e os menores; - Estes exercícios podem ser intercalados com os da organização espacial.

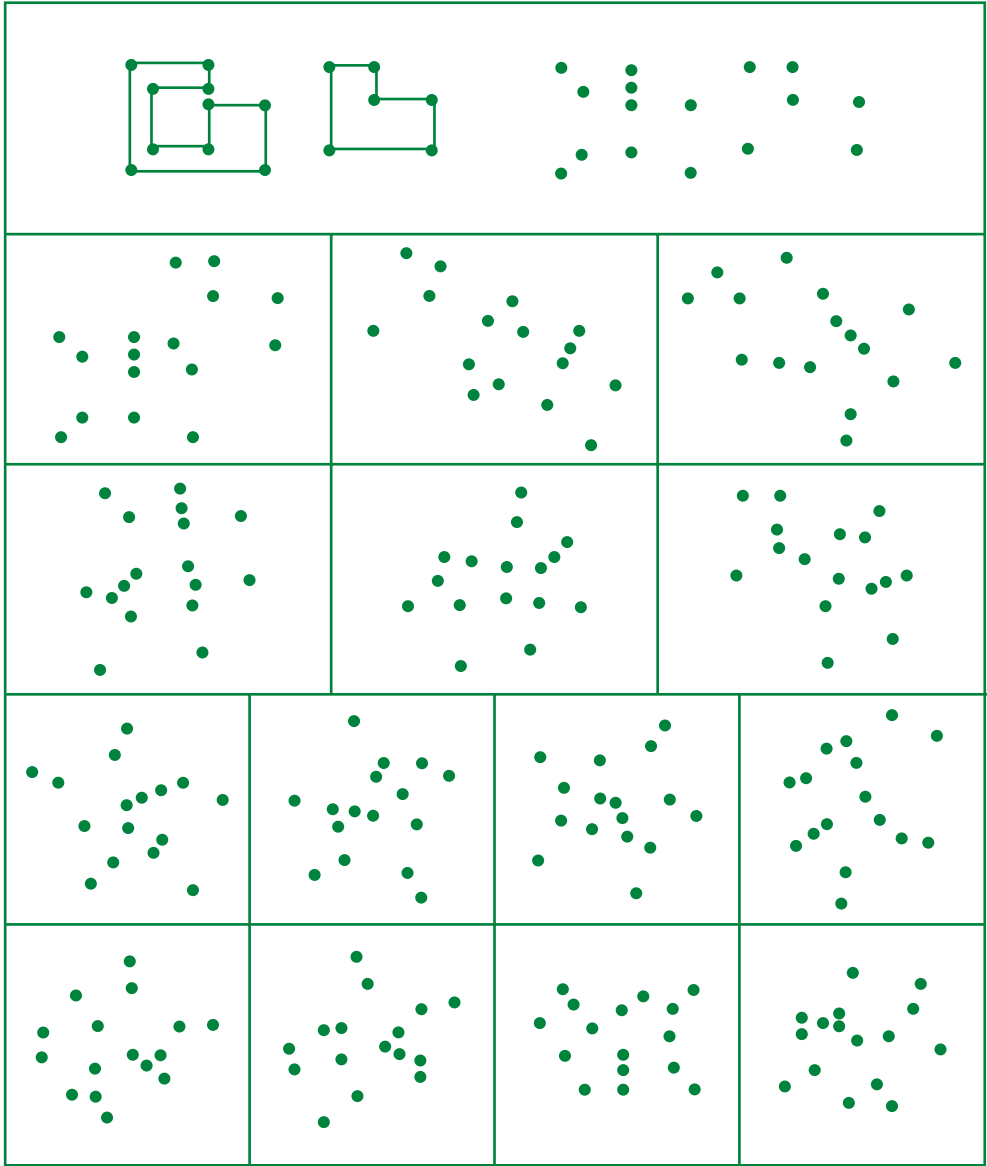
Anexo 6

Organização de pontos

Ficha 1

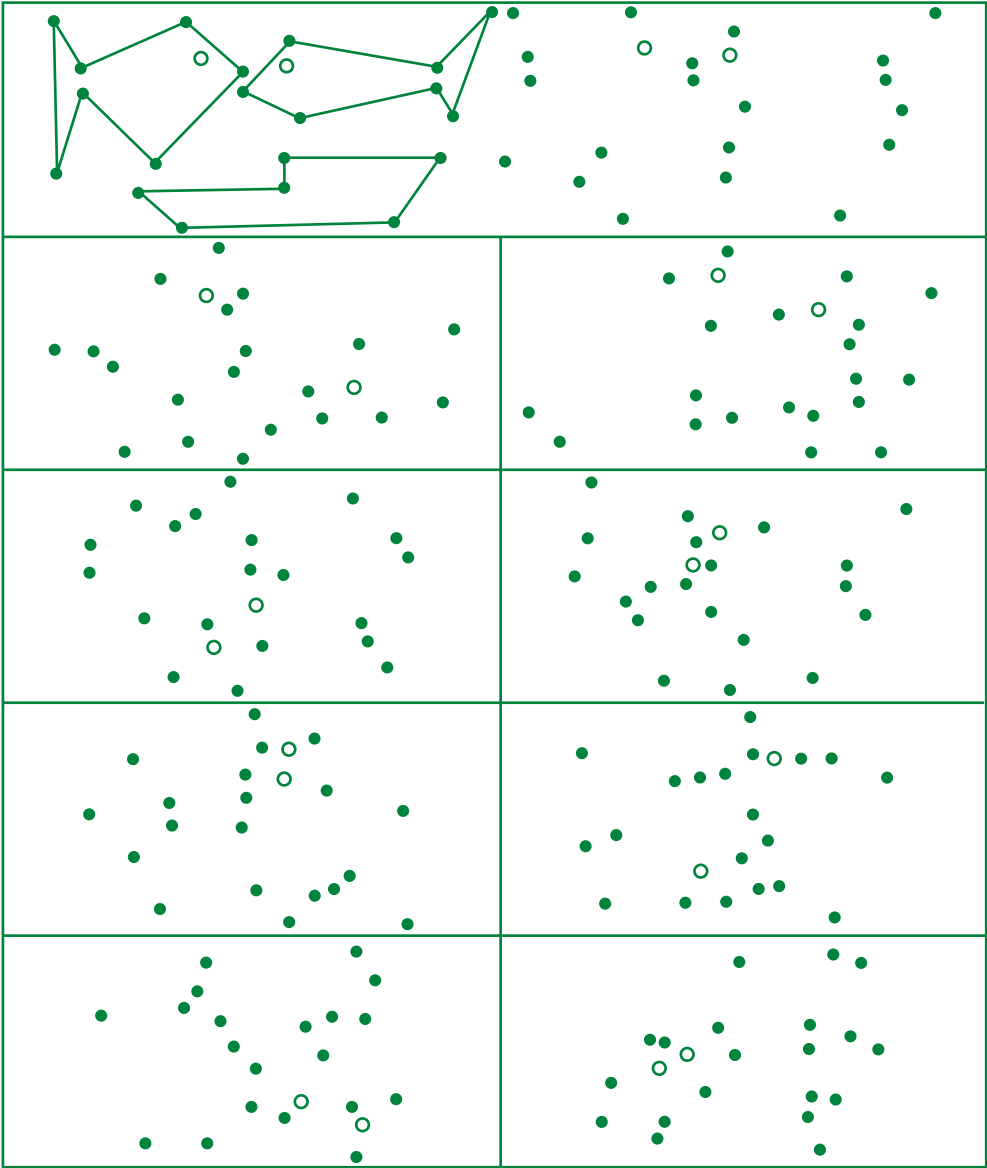


Ficha 2



Programa de Enriquecimento Instrumental, Reuven Feuerstein

Ficha 3



Programa de Enriquecimento Instrumental, Reuven Feuerstein

TREINO DE MEMÓRIA

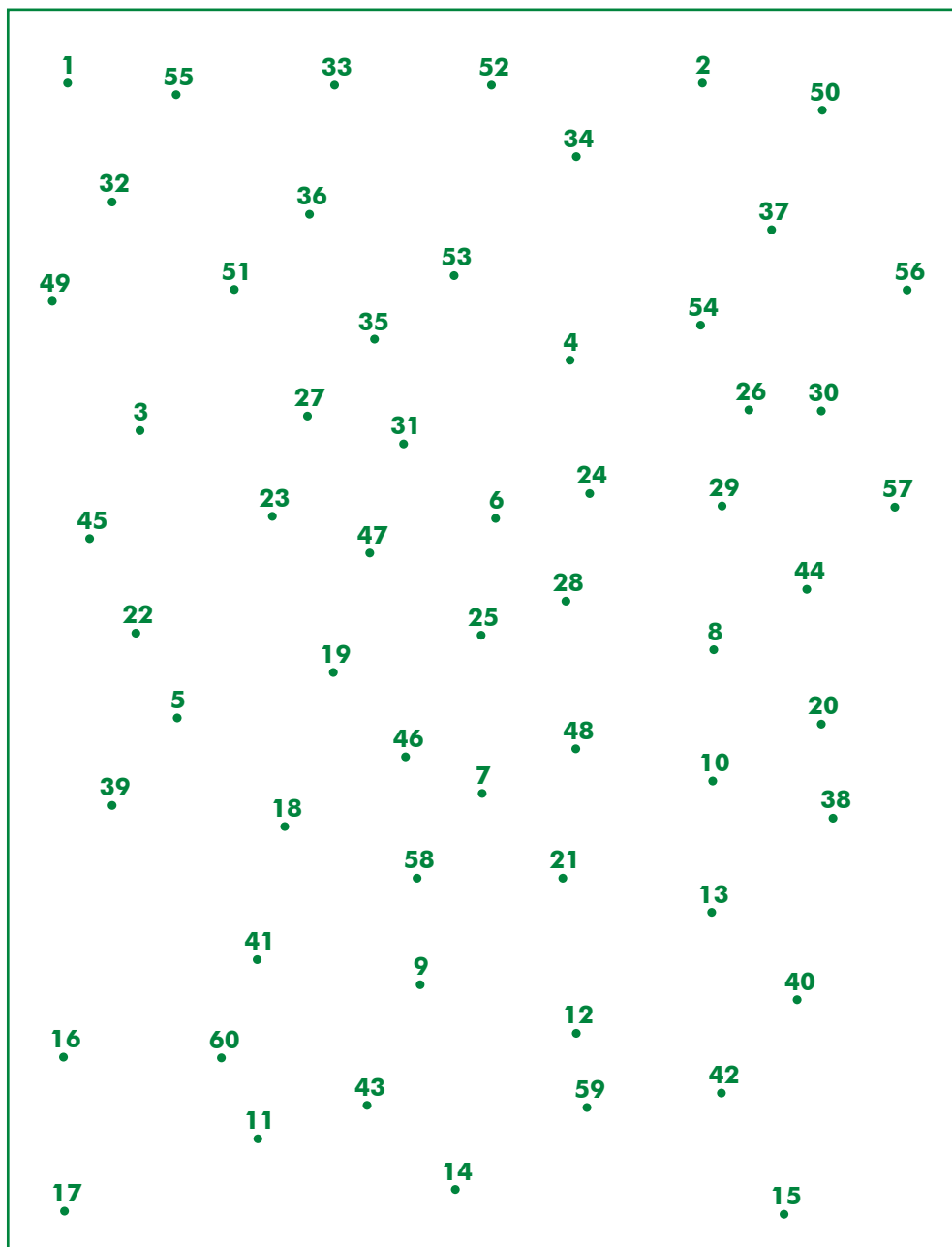
OBJECTIVOS	<ul style="list-style-type: none"> - Identificar diferentes formas de memorização (leitura, escrita, audição, visão e tacto).
DESENVOLVIMENTO DA ACTIVIDADE	<ul style="list-style-type: none"> - O formador deve pedir no dia anterior que cada formando traga um saco opaco e 10 objectos do dia-a-dia; - Ao introduzir o exercício, o formador explica que este se vai realizar em várias fases, a saber: <ol style="list-style-type: none"> 1. O formador mostra 10 objectos que tem dentro de um saco. Passados alguns minutos (o formador deve tentar introduzir uma actividade neste intervalo), os formandos registam numa folha o nome dos objectos de que se lembram. O formador mostra mais uma vez os objectos para que os formandos verifiquem aqueles que não memorizaram. 2. O formador diz 10 palavras. Procede da mesma forma no sentido de os formandos verificarem as palavras que não memorizaram. 3. O formador distribui uma folha a cada formando com 10 palavras escritas, colocando-a virada para baixo. Todos os formandos viram a folha ao mesmo tempo e lêem as palavras durante 1 minuto. O formador procede do mesmo modo, no sentido de os formandos verificarem as palavras que não memorizaram. 4. Cada formando tira o seu saco com os 10 objectos que troca com um dos seus colegas. É dado um tempo para que cada um dos formandos toque os objectos, sem os ver, tentando identificá-los. Procede-se novamente do mesmo modo, até ao registo dos objectos identificados e à verificação dos objectos não memorizados. - Após a sequência destes exercícios os formandos registam numa ficha os resultados que obtiveram com a leitura, audição, visão e tacto. Segue-se um debate sobre os diferentes tipos de memória e formas de memorização.
MATERIAL SUGERIDO	<ul style="list-style-type: none"> - 10 objectos e um saco opaco; - Folha com 10 palavras.
TEMPO APROXIMADO	<ul style="list-style-type: none"> - 50-60 minutos.
OBSERVAÇÕES (Actividade complementar + 30 minutos)	<ul style="list-style-type: none"> - Pode também introduzir-se um exercício em que os formandos tenham de escrever, por exemplo, 10 palavras, procedendo-se como nos exercícios acima descritos. - Pode completar-se faseando os exercícios, de forma que sejam iniciados num dia e completados no dia seguinte, ou mesmo dois dias depois. Deste modo poderão verificar-se as diferenças entre memória de curto prazo e memória de médio prazo.

JOGO DOS NÚMEROS

OBJECTIVOS	<ul style="list-style-type: none"> - Desenvolver a coordenação óptico-manual; - Desenvolver a capacidade de estabelecer comparações e conexões.
DESENVOLVIMENTO DA ACTIVIDADE	<ul style="list-style-type: none"> - O mediador dá a cada formando uma folha com números de 1 a 60 distribuídos aleatoriamente (em anexo) virada para baixo; - Quando o formador der um sinal, previamente combinado, cada formando vira a sua folha de números e vai tentar unilos, segundo a ordem crescente, desenhado uma linha, o mais rápido possível, até que o formador mande parar e tapar novamente a folha (cerca de 1 minuto). O exercício repete-se várias vezes. De cada vez que o formando interrompe o exercício, e antes de tapar a folha, deve assinalar com um círculo o número que conseguiu alcançar. Desta forma, pode observar-se se o formando conseguiu ou não ser sucessivamente mais rápido na realização dos exercícios; - Segue-se um debate em torno de questões tais como: <ul style="list-style-type: none"> - Como se sentiu durante o exercício? - À medida que ia realizando os exercícios conseguiu ligar uma maior quantidade de números? Porquê?
MATERIAL SUGERIDO	<ul style="list-style-type: none"> - Folhas com números de 1 a 60, em anexo.
TEMPO APROXIMADO	<ul style="list-style-type: none"> - 20-30 minutos.
OBSERVAÇÕES (Actividade complementar + 50 minutos)	<ul style="list-style-type: none"> - Se for considerado vantajoso, pode repetir-se este tipo de exercício, com outros símbolos ou figuras, em que na mesma folha coexistam alguns pertencentes a um mesmo “universo” ou “família” e outros não. Os formandos devem unir exclusivamente os pertencentes à mesma “família”; - Assim desenvolver-se-á também a capacidade de estabelecer comparações e conexões entre elementos.

Anexo 7

Jogo dos números



SÍNTESE DE ONTEM	
OBJECTIVOS	<ul style="list-style-type: none"> - Desenvolver a capacidade de memorização; - Desenvolver a capacidade de síntese; - Desenvolver a capacidade de expressão oral.
DESENVOLVIMENTO DA ACTIVIDADE	<ul style="list-style-type: none"> - No início de cada sessão, um dos formandos deve referir o os principais assuntos abordados na sessão anterior e as conclusões a que o grupo chegou; - Formandos e formador(es) validam e completam, se necessário, a síntese feita pelo formando.
TEMPO APROXIMADO	- 10-15 minutos.
OBSERVAÇÕES	- A nomeação do formando para a realização da síntese da sessão anterior deve ser voluntária, embora o formador deva zelar para que, no final, todos os formandos tenham passado por esta tarefa.

RESUMO NA HORA	
OBJECTIVOS	- Desenvolver a capacidade de reflexão e de síntese.
DESENVOLVIMENTO DA ACTIVIDADE	<ul style="list-style-type: none"> - O mediador (ou um dos formadores) interrompe a sessão e pede aos formandos que, durante dois minutos, reflectam em silêncio sobre o que acabaram de fazer; - Durante estes momentos os formandos devem tentar sumarizar os pontos focados durante a sessão, tomando, se quiserem, algumas notas; - Segue-se uma apresentação em grupos de 4-5 pessoas sobre as principais conclusões a que chegaram durante a reflexão individual; - Em grande grupo apresentam-se as conclusões de cada subgrupo, identificando se houve divergências ou não e quais as dúvidas mais frequentes em cada subgrupo; - O mediador (ou formador) pode esclarecer alguns pontos que se tenham revelado, através do exercício, pouco claros para os formandos, relativamente ao assunto que estava a ser abordado.
TEMPO APROXIMADO	- 10-15 minutos.
OBSERVAÇÕES	- Este exercício pode ser repetido várias vezes durante o módulo de formação.

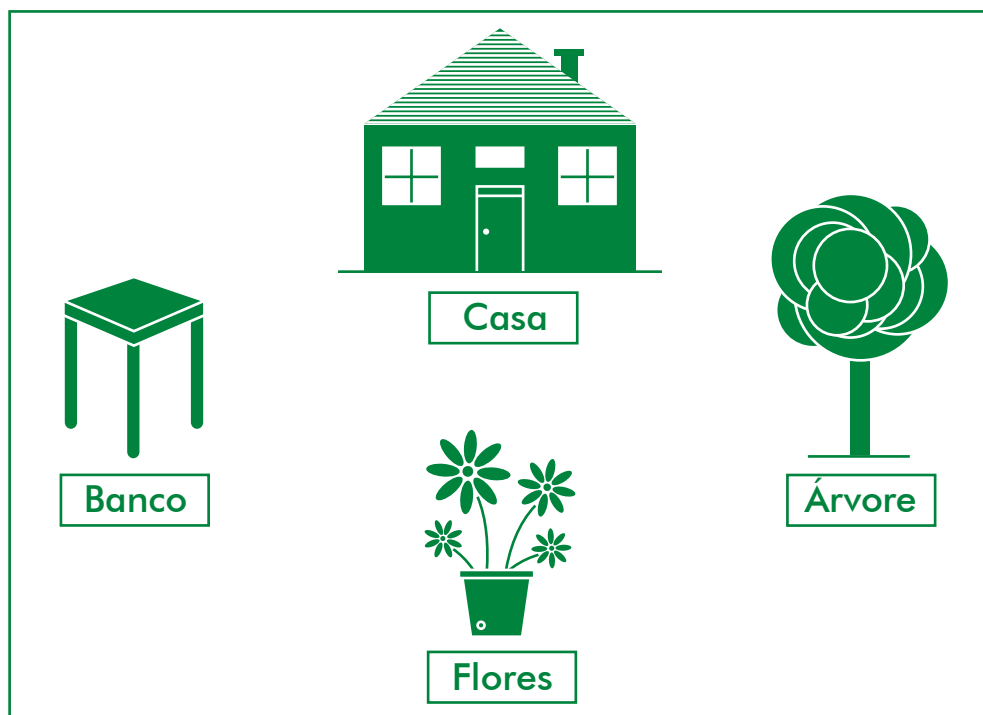
ORIENTAÇÃO ESPACIAL

OBJECTIVOS	<ul style="list-style-type: none">- Dominar dimensões espaciais relativas.
DESENVOLVIMENTO DA ACTIVIDADE	<ul style="list-style-type: none">- O mediador distribui a todos os formandos uma das fichas (em anexo) de orientação espacial;- Ao introduzir o exercício o mediador tentará que o próprio grupo, olhando para a ficha, identifique a tarefa a realizar, planifique a melhor forma de a realizar e procure um processo de revisão do trabalho que assegura o atingir do objectivo;- Definido o tempo necessário para a realização do trabalho, todos iniciarão a tarefa, devendo o mediador assegurar o apoio individual aos formandos que revelem dificuldades nalgum ponto do trabalho;- Após a realização do trabalho por todos, identificar-se-ão quais as questões em que tiveram mais dificuldades e porquê.
MATERIAL SUGERIDO	<ul style="list-style-type: none">- Fichas em anexo (só a primeira ou as duas) de orientação profissional.
TEMPO APROXIMADO	<ul style="list-style-type: none">- 50 minutos.
OBSERVAÇÕES	<ul style="list-style-type: none">- Estes exercícios podem ser intercalados com os da organização de pontos.

Anexo 8

Orientação espacial

Ficha 1



Inserir quatro figuras humanas, direccionadas em quatro posições - esquerda 1, frente 2, direita 3 e de trás 4.





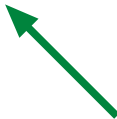












POSIÇÃO	OBJECTO	ORIENTAÇÃO EM RELAÇÃO À FIGURA
1	árvore	
4		direita
2		atrás
	casa	frente
3	banco	
2	casa	
	árvore	esquerda
4		atrás
	banco	
		esquerda
3		atrás
4	árvore	
		direita

Complete o que falta.

Ficha 2

Complete o que falta, de forma a que cada quadrado contenha uma seta, um ponto e a palavra que descreve a localização do ponto em relação à seta.

<div></div> <div>Frente</div>	<div></div> <div></div>	<div></div> <div>Direita</div>	<div></div> <div>Esquerda</div>
<div></div> <div>Atrás</div>	<div></div> <div></div>	<div></div> <div></div>	<div></div> <div></div>
<div></div> <div>Esquerda</div>	<div></div> <div></div>	<div></div> <div>Direita</div>	<div></div> <div></div>
<div></div> <div></div>	<div></div> <div></div>	<div></div> <div></div>	<div></div> <div>Direita</div>
<div></div> <div>Atrás</div>	<div></div> <div>Esquerda</div>	<div></div> <div></div>	<div></div> <div></div>

SÍNTESE DO DIA	
OBJECTIVOS	- Desenvolver a capacidade de reflexão e de síntese.
DESENVOLVIMENTO DA ACTIVIDADE	<ul style="list-style-type: none"> - Cerca de trinta minutos antes do final da sessão, formar grupos de 3-4 elementos; - Cada subgrupo deve identificar e registar 3-4 questões fundamentais da sessão; - Se ainda houver tempo, cada grupo relata aos outros elementos as conclusões a que chegou.
TEMPO APROXIMADO	- 30 minutos.
OBSERVAÇÕES	- O mediador ou o formador completará neste dia, ou no início da sessão seguinte, algumas questões importantes que não tenham sido referidas por nenhum dos subgrupos.

TIRAR NOTAS SOBRE UM TEXTO

OBJECTIVOS	<ul style="list-style-type: none"> - Desenvolver a capacidade de análise e de síntese; - Organizar e categorizar os aspectos fundamentais de um determinado assunto.
DESENVOLVIMENTO DA ACTIVIDADE	<ul style="list-style-type: none"> - Sobre um determinado texto em análise numa das componentes da formação de base ou profissional, o mediador (ou formador) proporá ao grupo que identifique processos facilitadores do seu estudo; - Em grande grupo os formandos sugerem formas e procedimentos que ajudem à análise e estudo de um texto; - O mediador tomará nota das várias sugestões fornecidas, tentando organizá-las de modo coerente; - É importante que surjam e se valorizem processos diversificados de estudo de textos, correspondentes à diversidade das características dos próprios indivíduos e dos seus “capitais culturais e contextuais”; - Seguidamente o mediador propõe ao grupo que analise o referido texto de acordo com o procedimento constante da ficha em anexo, que explicará a todo o grupo, antes de iniciar o trabalho individual.
MATERIAL SUGERIDO	<ul style="list-style-type: none"> - Ficha informativa <i>Tirar notas sobre um texto: algumas sugestões</i>, em anexo.
TEMPO APROXIMADO	<ul style="list-style-type: none"> - 90 minutos.
OBSERVAÇÕES	<ul style="list-style-type: none"> - No final do trabalho dever-se-á identificar quais as vantagens que o método proposto teve para os adultos.

Anexo 9

Tirar notas sobre um texto informativo: algumas sugestões

1. Faça uma primeira leitura do texto, depois volte atrás e aponte apenas os aspectos mais importantes.
2. Não registre demasiados apontamentos.
3. Use as suas próprias palavras.
4. Não use frases completas, utilize palavras-chave.
5. Encontre títulos para cada uma das partes do texto.
6. Faça sobressair os aspectos mais importantes (usando o sublinhado, o negrito no computador, usando maiúsculas, etc.).
7. Tente usar símbolos ($>$ maior que, $<$ menor que, $=$ igual, \pm mais ou menos, \neq diferente, etc.).
8. Numere os seus pontos de vista.
9. Tire notas de forma clara, para que mais tarde as possa entender.
10. Registe as referências bibliográficas e os números das páginas, para o caso de querer consultar o texto de novo.
11. Organize a informação que retirou.

Assunto - Tema

Palavras-chave

Síntese do assunto

Notas

PROCESSO DE INFORMAÇÃO

OBJECTIVOS	<ul style="list-style-type: none">- Identificar as diversas fases do processo de informação;- Planificar as principais fases de um trabalho de pesquisa.
DESENVOLVIMENTO DA ACTIVIDADE	<ul style="list-style-type: none">- O formador distribui a cada um dos formandos a ficha <i>Processo de Informação</i> (em anexo) e explica o seu conteúdo;- Constituem-se grupos de 3-4 elementos que vão planificar um trabalho de pesquisa sobre um determinado tema, preenchendo uma ficha de trabalho, desta vez com a coluna da direita vazia (em anexo);- Cada grupo regista as suas conclusões numa folha tamanho A2, a qual deve ser afixada na parede;- Em grande grupo, partilham-se e debatem-se as conclusões obtidas e quais as fases que apresentaram maior dificuldade de realização.
MATERIAL SUGERIDO	<ul style="list-style-type: none">- Fichas de trabalho <i>Processo de Informação e Planificação de um trabalho sobre...</i>, em anexo.
TEMPO APROXIMADO	<ul style="list-style-type: none">- 60-90 minutos.

Anexo 10

Processo de informação

Ficha 1

1. Qual a questão a que tenho de responder?	- Formulação
2. De que é que eu preciso?	- Análise de necessidades
3. Onde existirá o que eu preciso?	- Identificação e localização dos recursos adequados
4. Que recursos devo usar?	- Análise, selecção/rejeição de recursos
5. Como devo usar esses recursos?	- Interrogação dos recursos
6. O que devo registar?	- Registo e armazenamento dos recursos
7. Será que tenho toda a informação de que preciso?	- Interpretação, análise, síntese, avaliação
8. Como devo apresentar a informação?	- Apresentação, comunicação
9. Consegui responder à questão?	- Avaliação

Planificação de um trabalho sobre: _____

Ficha 2

1. O que é que eu preciso fazer?	
2. Onde é que consigo obter o que preciso?	
3. Que recursos devo usar?	
4. Como devo usar esses recursos?	
5. O que devo registar?	
6. Será que tenho toda a informação de que preciso?	
7. Como devo fazer a apresentação do trabalho?	
8. Consegui atingir o meu objectivo?	

Bibliografia

- ASHERMAN, I. (1996). *50 Activities to teach negotiation*. Amherst: HRD Press
- BEYER, H.O. (1996). *O fazer psicopedagógico*. Porto Alegre: Mediação Editora
- BISHOP, S., e TAYLOR, D. (1991). *Activities for interpersonal skills training*. Amherst: HRD Press
- FRITZEN, S.J. (1994). *Exercícios práticos de dinâmica de grupo*. Vol 1 e 2. Petrópolis: Editora Vozes
- GROENENDAAL, A. e outros (1997). *Mobility Training (training module)*. EAP/NOW
- HERRING, J.E. (1996). *Teaching information skills in schools*. Londres: Library Association Publishing
- IRVING, A. (1985). *Study and information skills across the curriculum*. London: Heinemann
- JAMES, R.G., GELINAS, M.V. (1998). *Collaborative Change*. San Francisco: Jossey-Bass Pfeiffer
- LEITÃO, José Alberto (Coord.) (2003). *Cursos de Educação e Formação de Adultos: Orientações para a Acção*. Lisboa: DGFV
- MALGLAIVE, Gérard (2003) *Ensinar Adultos*. Porto: Porto Editora
- MINICUCCI, A. (1997). *Dinâmica de grupo: teorias e sistemas*. São Paulo: Editora Atlas
- MINICUCCI, A. (1997). *Técnicas do trabalho de grupo*. São Paulo: Editora Atlas
- PARAVY, G. R., AVANZINI, G. (1996). *Mediation éducative et éducatibilité cognitive. Chronique Sociale*. Lyon.
- PARKER, G.M. (1998). *25 Instruments for team building*. Amherst: HRD Press
- ROMAINVILLE, M. e GENTILE, C. (1995). *Métodos para aprender*. Porto: Porto Editora
- SCANNELL, E.E. e NEWSTROM, J.W. (1994). *The complete games trainers play*. New York: McGraw-Hill
- SEIES (1991). *Iniciação ao conflito em pedagogia*. Lisboa: IEFP
- SEIES (1991). *Jogos Pedagógicos*. Lisboa: IEFP
- SEIES (1999). *Relatório do projecto "Descobrir-se construindo a empregabilidade"*. Setúbal: SEIES/INTEGRAR

SILVA, A. L., e SÁ, I. (1997). *Saber estudar e estudar para saber*. Porto: Porto Editora

SILVA, Isabel Melo, LEITÃO, José Alberto, TRIGO, Maria Márcia (2002). *Educação e Formação de Adultos: Factor de Desenvolvimento, Inovação e Competitividade*. Lisboa: ANEFA

