

Animacão e Lazer



Módulo IX - Animação e Lazer

Conteúdos a abordar:

- ❖ Animação Sociocultural
- ❖ Técnicas de Animação e Lazer
- ❖ Atividades no exterior



Formadora: Marlene Santos
Agosto, 2021

Animação Sociocultural...

“...é um conjunto de práticas sociais que têm como finalidade estimular a iniciativa, bem como a participação, das comunidades no processo do seu próprio desenvolvimento e na dinâmica global da vida sociopolítica em que estão integrados.”

Unesco



Animação Sociocultural...

As atividades de animação sociocultural – de carácter cultural, educativo e social – podem ser desenvolvidas junto de:

Uma comunidade, um grupo ou uma organização (como por exemplo: escolas, lares de idosos, estabelecimentos prisionais, etc.).

.... em contexto rural ou urbano,

....com pessoas de diferentes faixas etárias: crianças, jovens, adultos e idosos.



O Animador Sociocultural...

...é o profissional apto a promover o desenvolvimento sociocultural de grupos e comunidades, organizando, coordenando e/ou desenvolvendo atividades de animação de carácter cultural, educativo, social, lúdico e recreativo.

Compete ao Animador Sociocultural:

- ❖ Organizar, coordenar e/ou desenvolver atividades de animação.
- ❖ Promover o desenvolvimento sociocultural de grupos ou comunidades.
- ❖ Desenvolver atividades de carácter desportivo, cultural e educativo.
- ❖ Elaborar relatórios das atividades.
- ❖ Incentivar e estimular grupos ou comunidades para participarem no desenvolvimento do seu próprio meio.
- ❖ Transmitir conhecimentos educativos e culturais.





Compete ao Animador Sociocultural: (cont.)

“Ao animador, compete dar tempo e espaço para que a vida desabroche nos animandos. Através das suas atitudes, o animador promove o protagonismo, a liberdade, a responsabilidade e o crescimento do destinatário.”

Jacinto Jardim

- ❖ Dinamizar a população.
- ❖ Contribuir para o desenvolvimento da capacidade de autonomia, criatividade e iniciativa de grupos ou comunidades.
- ❖ Facilitar processos de comunicação individual e em grupo.
- ❖ Intervir, juntamente com outros profissionais, em grupos de risco, com comportamentos desviantes.
- ❖ Conhecer, valorizar e sensibilizar a comunidade para o património natural e cultural.

O Animador Sociocultural...

Perfil do animador... o animador deve possuir as seguintes competências:

Entusiasmo

Empatia

Atitude
construtiva

Resiliência

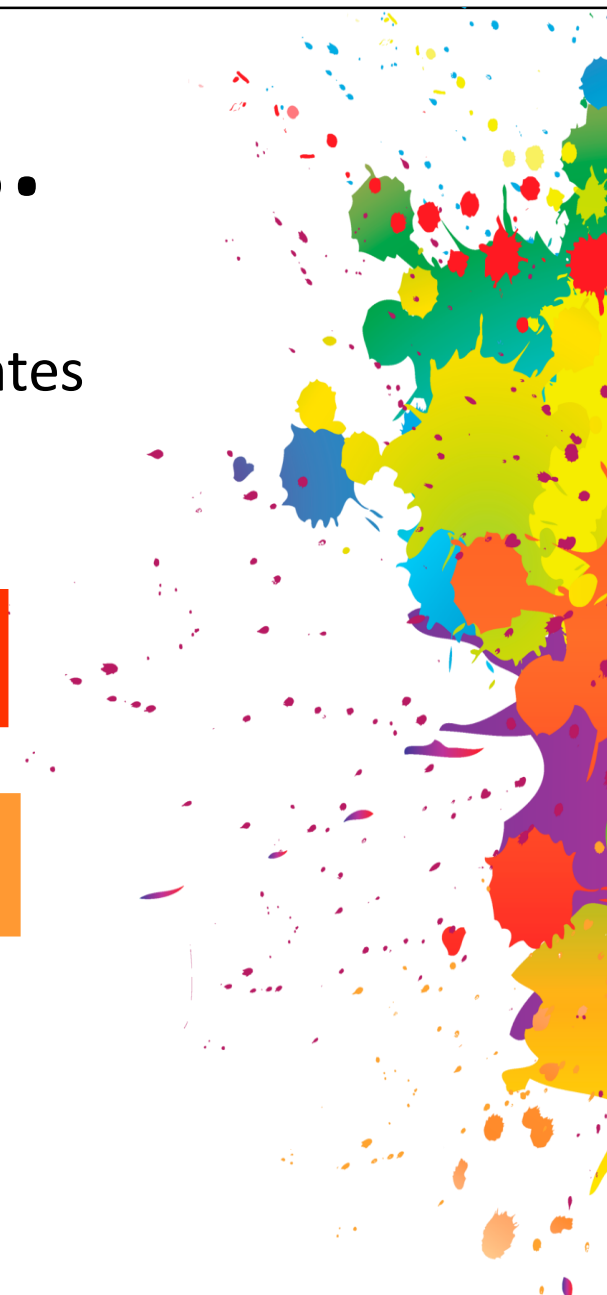
Flexibilidade

Criatividade

Capacidade de
comunicação

Capacidade de
observação

Capacidade de planejamento
e organização



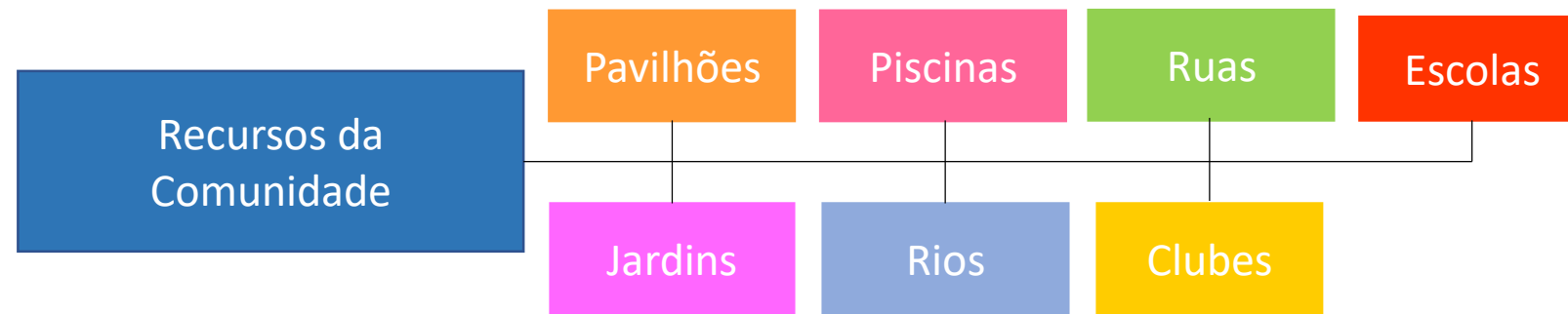
Atividades de Animação...

... aspetos a ter em conta
aquando da sua planificação



Quando planeamos uma atividade de animação devemos ter em conta...

- ❖ os objetivos da atividade que pretende desenvolver.
- ❖ a população alvo bem com os seus eventuais condicionalismos.
- ❖ *os recursos oferecidos pela comunidade* – recursos naturais e infraestruturas.



Só depois de um levantamento rigoroso dos recursos oferecidos pela comunidade é que poderá proceder à planificação da atividade de animação em si...

... tendo em conta que a planificação de uma atividade desta natureza deve responder às seguintes questões:

Fazer... o quê? – natureza do projeto

Para quê? – objetivos a alcançar

Como? – atividades/metodologia

Quando? – calendarização

Com quem? – recursos humanos

Com quê? – recursos materiais e financeiros





A Atividade Lúdica

Lazer... o que é?

“É um conjunto de ocupações às quais o indivíduo pode entregar-se de livre vontade, seja para repousar, seja para divertir-se, recrear-se e entreter-se, ou ainda, para desenvolver a sua informação ou formação desinteressada, a sua participação social voluntária ou a sua livre capacidade criadora após livrar-se ou desembaraçar-se das obrigações profissionais, familiares ou sociais.”

Dumazedier

Funções do Lazer, segundo Dumazedier:

Descanso

Divertimento

Desenvolvimento

Tipologia das atividades lúdicas...

... podemos falar em atividades:

- ❖ *Desportivas* – exemplos: caminhada, corrida, futebol, natação, desportos radicais, etc.
- ❖ *Recreativas* – exemplos: festas populares, jogos de mesa, *karaoke*, dança, jogos populares, etc.

Tipologia das atividades lúdicas... (cont.)

- ❖ *Culturais* – exemplos: cinema, teatro, visita a museus e monumentos, música, feiras de gastronomia e artesanato, etc.
- ❖ *Sociais* – exemplos: café/restaurante, compras, trabalho voluntário, visita a familiares e amigos, associativismo.
- ❖ *Ambientais* – exemplos: jardinagem, agricultura, pecuária, limpeza de terrenos e matas, etc.
- ❖ *Turísticas* – exemplos: parques de diversões, etc.

“De lazer também se faz um ser”

Evelyn Cordeiro





Técnicas de Animação e Lazer...

... segundo o grupo etário e adequadas às especificidades de cada cliente/utilizador

Animação Infantil...

“A animação sociocultural na infância tem como objeto de intervenção educar através do ócio. Os seus propósitos são educativos, e a sua planificação de intervenção assenta na análise das necessidades e potencialidades dos indivíduos.”

Costa, 2008

Assim, qualquer ação desenvolvida no âmbito da Animação Infantil deve obedecer aos seguintes princípios:

Criatividade

Componente Lúdica

Socialização

Atividade

Liberdade

Participação

Em suma,

nesta faixa etária a animação sociocultural deve assumir um carácter lúdico-pedagógico, tendo como principais objetivos:

- ❖ proporcionar prazer e satisfação à criança.
- ❖ dar espaço à imaginação e à criatividade.
- ❖ estimular a participação efetiva.
- ❖ promover a socialização.
- ❖ fomentar a dimensão intergeracional.
- ❖ valorizar a educação nos seus três âmbitos – formal, não formal e informal.



Técnicas de animação adequadas às crianças

Os jogos são muito apreciados e devem ser organizados por idades. A atribuição de um prémio pode funcionar como um estímulo.

Exemplos de atividades de animação infantil:

Jogos de mesa; teatro de fantoches; artes plásticas; danças; caça ao tesouro; *atelier* de cozinha; jogos de faz de conta; etc.



Animação Juvenil...

Tem como principal objetivo auxiliar os adolescentes a crescerem de forma autónoma, saudável e com responsabilidade.

Princípios da animação juvenil

Liberdade

Promoção do
associativismo

Participação

Voluntariado



Técnicas de animação adequadas aos jovens

- ❖ As atividades lúdicas de competição, em particular as desportivas, mesmo na sua vertente de aventura, são boas opções.
- ❖ *Outras atividades de animação juvenil: teatro; ações de voluntariado; etc.*



Animação de Adultos...

“Deve consistir numa ação de Animação do tempo livre diferente da mera ocupação do tempo livre (...) deve ser, também, entendida como uma oportunidade de educação no tempo livre, algo que se liga ao exercício lúdico de satisfação e realização permanentes. “

Lopes, 2006

Técnicas de animação adequadas aos adultos

Os adultos demonstram uma tendência natural para aderir a diversas atividades preferindo, no entanto, aquelas que favorecem a convivência.

Exemplos de atividades: espetáculos; jogos lúdicos; festas temáticas; etc.



Animação de Idosos...

A animação sociocultural na terceira idade constitui um estímulo permanente da vida mental, física e afetiva da pessoa idosa...

... e tem como objetivos:

- ❖ promover a qualidade de vida.
- ❖ reforçar e/ou aumentar a autoestima e a confiança.
- ❖ valorizar as capacidades de criação.
- ❖ desenvolver a autonomia pessoal e social.

Assim, a animação dirigida aos idosos deve procurar:

- ❖ desenvolver competências.
- ❖ recordar experiências e vivências.



Animação de Idosos...

A animação dirigida aos idosos deve procurar: (cont.)

- ❖ promover a participação em movimentos cívicos, sociais, associativos e/ou económicos.
- ❖ promover a inserção e a inclusão social.
- ❖ centrar-se nas necessidades, desejos e/ou problemas vivenciados pelo idoso.
- ❖ preservar ao máximo a autonomia do idoso.
- ❖ retardar as mudanças físicas e cognitivas associadas ao envelhecimento.
- ❖ criar um espírito dinâmico.
- ❖ promover a interação com o meio e a diversão do idoso.

Em suma, a animação de idosos tem como principal objetivo ajudar a desbloquear o mundo interno do idoso.

Animação de Idosos...

Técnicas de animação adequadas aos idosos...

... exemplos de atividades:

completar provérbios; palavras cruzadas; leitura de jornais e revistas; modelagem de barro, plasticina e pasta de papel; bordar; pintar; dramatização; dança; jogos diversos – por exemplo, dominó, bingo, cartas, entre outros; visitas culturais; etc.




Animação de pessoas com Necessidades Educativas Especiais (NEE)...

As atividades de animação dirigidas a pessoas com NEE visam, sobretudo, a estimulação do seu autodesenvolvimento bem como a expansão das suas potencialidades e capacidades.

Técnicas de animação recomendadas:

jogos de mesa e tabuleiro; desportos adaptados; passeios; visitas turísticas; observação da fauna e da flora; *ateliers* e *workshops*.





Técnicas de Animação e Lazer...

... jogos de interior e exterior; animação desportiva; meios de expressão (plástica, dramática, musical, literária); dinâmicas de grupo; meios audiovisuais

Técnicas de Animação e Lazer...

Jogo... o que é?

- ❖ Atividade lúdica executada por prazer ou recreio.
- ❖ Atividade competitiva em que há regras estabelecidas e em que os praticantes se opõem, pretendendo cada um ganhar ou conseguir melhor resultado que o outro.
- ❖ Tem como principal função a *socialização* e o *desenvolvimento intelectual, social e motor*.

Podemos falar em dois tipos de jogos: jogos de interior e jogos de exterior.



Técnicas de Animação e Lazer...

Jogos de interior

O Jogo de tabuleiro ou de mesa...

... é uma proposta de entretenimento que utiliza, normalmente, um tabuleiro e algum tipo de complemento, como dados, cartas ou fichas. Seguindo uma série de regras e instruções, os participantes têm que alcançar algum objetivo para obter a vitória.

Alguns exemplos:

Damas; Xadrez; Dominó; Cartas; *Mikado*; *Puzzles*; Bingo, *Monopoly*, *Scrabble*; *Trivial Pursuit*; Uno; “Quem é quem?”; etc.



Técnicas de Animação e Lazer...

Jogos de exterior...

... são normalmente realizados em equipas e alguns jogos podem ser praticados sem a utilização de qualquer material.



Técnicas de Animação e Lazer...

Exemplos de Jogos de Exterior... (cont.)



Corrida de Sacos



Macaca

Técnicas de Animação e Lazer...

Exemplos de Jogos de Exterior... (cont.)



Jogo do Lencinho



Jogo da malha

Técnicas de Animação e Lazer...

Exemplos de Jogos de Exterior... (cont.)



Corrida do ovo na colher



Escondidas

Técnicas de Animação e Lazer...

Exemplos de Jogos de Exterior... (cont.)



Cabra cega



Saltar à corda

Técnicas de Animação e Lazer...

Animação Desportiva

A atividade física e desportiva na sua vertente recreativa e de lazer, assume atualmente um papel determinante na ocupação e aproveitamento ativo e enriquecedor dos tempos livres, contribuindo para o bem estar físico e psíquico de quem a pratica.



Técnicas de Animação e Lazer...

Expressão Plástica

As atividades de expressão plástica permitem desenvolver a imaginação e a criatividade, além de permitirem o desenvolvimento da motricidade fina, da precisão manual e da coordenação psicomotora.

Exemplos de atividades: desenho, pintura, escultura, recorte, colagem, dobragem, impressão, tecelagem e costura, etc.



Técnicas de Animação e Lazer...

Exemplos de Atividades de Expressão Plástica...



Técnicas de Animação e Lazer...

Exemplos de Atividades de Expressão Plástica... (cont.)



Técnicas de Animação e Lazer...

Exemplos de Atividades de Expressão Plástica... (cont.)



Técnicas de Animação e Lazer...



Expressão Dramática

A expressão dramática favorece o conhecimento do corpo, a prática de exercícios de relacionamento interpessoal bem como a representação espontânea, estética e simbólica de um objeto, de uma personagem ou de um lugar.

As atividades de expressão dramática promovem a socialização, a integração, a percepção sensorial, a intuição, a atividade motora, a criação, a recriação, a comunicação e a expressão.

Exemplos de Atividades: jogos de imitação, jogos de mímica, dramatizações.

Técnicas de Animação e Lazer...

Expressão Musical

As atividades de expressão musical têm como principal objetivo proporcionar, a quem as pratica, o prazer de viver e sentir a música.

Este tipo de atividades permitem ainda a vivência de todo um conjunto de situações diversas associadas a outras formas de expressão, nomeadamente a expressão corporal e a expressão dramática.

Exemplos de atividades: a prática vocal e instrumental, danças e coreografias elementares, jogos de exploração do corpo e do espaço, etc.



Técnicas de Animação e Lazer...

Expressão Literária

Atividades de promoção da leitura...

A Hora do Conto: é uma atividade de promoção e animação do livro e da leitura, que se traduz na leitura em voz alta de uma história.



Técnicas de Animação e Lazer...

Expressão Literária (cont.)

Exercícios de escrita criativa alguns exemplos....

Uma carta para o futuro:

escreva uma carta para a pessoa que será no futuro. Defina dez minutos no temporizador e deixe fluir as palavras, não pare para pensar. Escreva sem interrupções - nada de procurar sinónimos ou corrigir a pontuação.

Palavra aleatória:

abra o dicionário numa página aleatória, com os olhos fechados pouse o dedo sobre uma palavra. Use-a num texto de trezentas palavras.



Técnicas de Animação e Lazer...

Dinâmicas de Grupo

As dinâmicas de grupo...

- ❖ permitem transportar para a prática sentimentos, vivências e experiências quotidianas, contribuindo para um processo de aprendizagem e integração de todos os elementos do grupo.
- ❖ são atividades criativas e atrativas que pretendem desenvolver nos participantes o seu lado descontraído e crítico.
- ❖ *têm como objetivos:* integrar, desinibir, divertir, promover a reflexão e a aprendizagem bem como o conhecimento entre as pessoas.



Técnicas de Animação e Lazer...

Dinâmicas de Grupo (cont.)

Exemplo de uma dinâmica de grupo: “*Campo Minado*”

1. Espalhe vários objetos pela sala de forma a criar o “campo minado” – pode usar cadeiras, caixas, cordel, etc.

O ideal é que os obstáculos criados exijam movimentos elaborados, como por exemplo passar por cima de um cordel fixo entre duas cadeiras.

2. Peça ao grupo que se divida em duplas. Dê às duplas algum tempo para que possam definir estratégias de comunicação – o elemento que percorrerá o “campo minado” estará vendado e só poderá recorrer à audição para ultrapassar o desafio.
3. Caso algum dos participantes toque num objeto do “campo minado” recebe uma punição e recua três passos.
4. A dupla que completar o trajeto no menor espaço de tempo será considerada vencedora.

Técnicas de Animação e Lazer...

Meios audiovisuais... o que são?

Os meios audiovisuais são os meios de comunicação em massa que apelam à utilização dos sentidos da visão e da audição para transmitir suas mensagens.

Meios audiovisuais que podem ser usados nas atividade de animação: televisão, cinema, vídeo, internet.





Atividades no
exterior...

Atividades no exterior...

Excursões

- ❖ Passeio de estudo ou de recreio.
- ❖ Viagem recreativa de grupo, geralmente com um guia.

Colónias de férias

- ❖ Constituem uma resposta social destinada à satisfação de necessidades de lazer e de quebra da rotina, essencial ao equilíbrio físico, psicológico e social dos seus utilizadores.
- ❖ Dirigem-se a todas as faixas etárias da população e à família na sua globalidade.
- ❖ *As colónias de férias têm como objetivos*, proporcionar aos seus utilizadores: estadias fora do quadro habitual de vida; contactos com comunidades e espaços diferentes; vivências em grupo com o intuito de promover o espírito de interajuda e a socialização.

Atividades no exterior...

Museus e galerias de arte

- ❖ Um museu é um estabelecimento público onde se encontram reunidas e expostas coleções de objetos de arte, de ciência, etc.
- ❖ Tipos de museus: arqueológicos/etnográficos; históricos; de ciências naturais; de arte; etc.

Espetáculos

- ❖ Um espetáculo é uma atividade de caráter artístico que é executada perante público e tem como principal objetivo entreter.
- ❖ Tipos de espetáculos: apresentação teatral, musical, cinematográfica, circense, etc.

Atividades de animação...

... alguns exemplos





Dia do Mágico





Participação nas Olimpíadas Sénior





Visita ao Templo Ecuménico





Convívio Intergeracional





Celebração do Dia dos Avós





*Leitura e Dramatização da história
"Meninos de todas as cores"*





Ida à Praia





Espectáculo "Ballet Flocklórico de Orizava México"





Descamisada





Visita à aldeia do Gondramaz





Visita ao Santuário de Fátima





Atividades Fisioterapia





Boccia





Sessão de Relaxamento





Elaboração de Espantalhos





Trabalhos Manuais





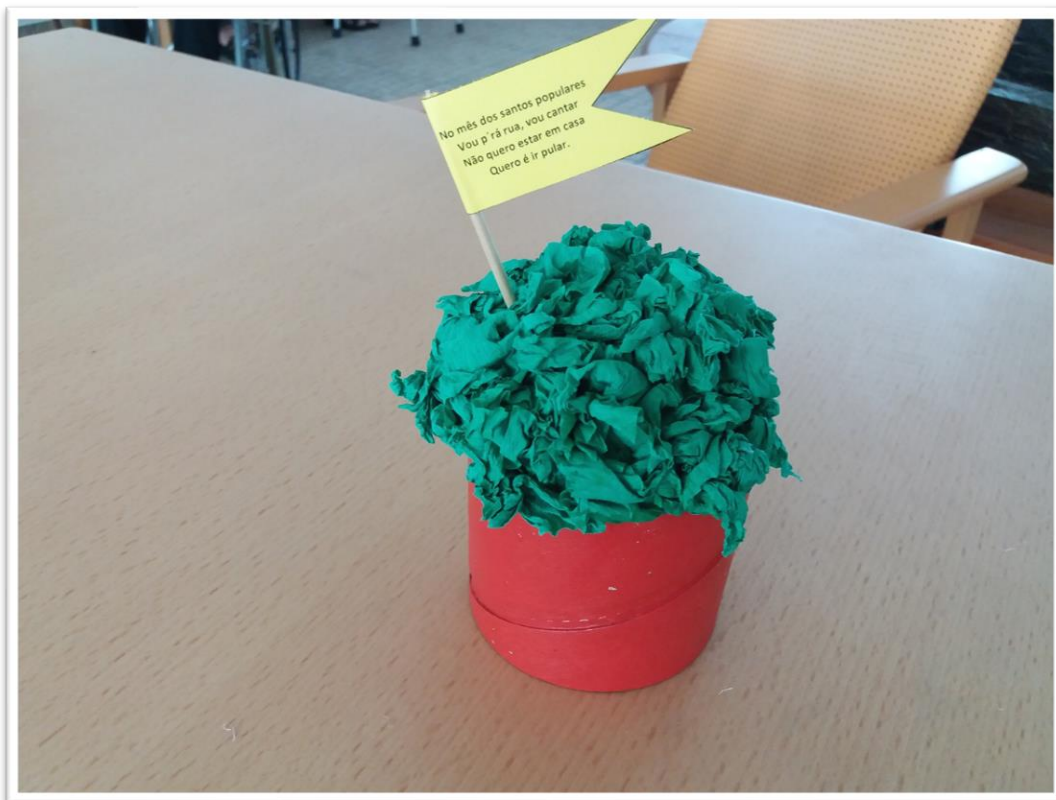
Trabalhos Manuais





Trabalhos Manuais





Trabalhos Manuais





Trabalhos Manuais





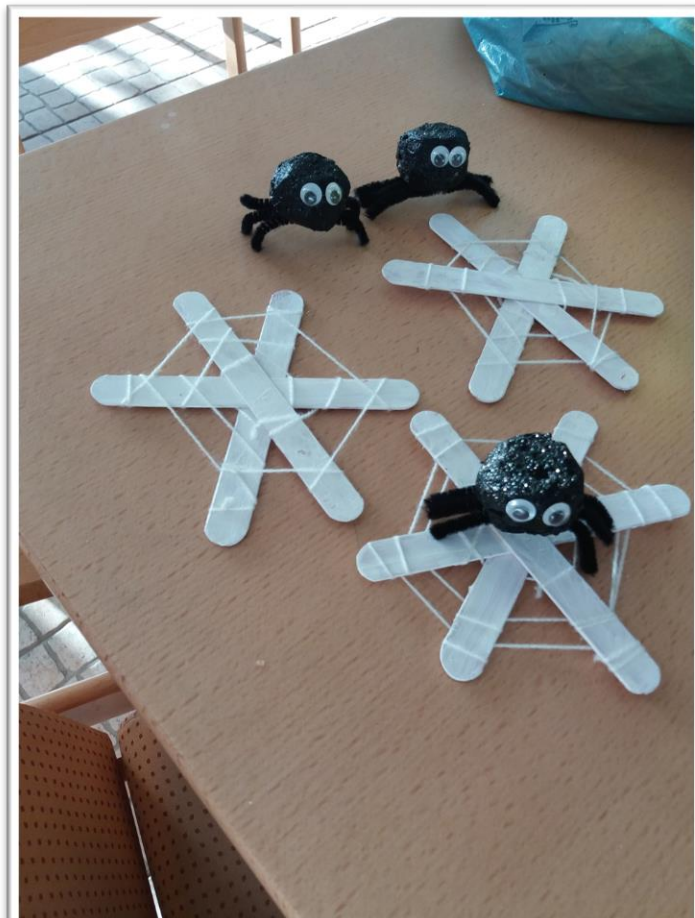
Trabalhos Manuais





Trabalhos Manuais





Trabalhos Manuais





Trabalhos Manuais





Trabalhos Manuais





Trabalhos Manuais





Trabalhos Manuais





Atividades Diversas





Atividades Diversas





Atividades Diversas





Atividades Diversas





Atividades Diversas

