

# ***Almanaque de Dinâmicas***

## ***Apresentação***

Este documento denominado “Almanaque de Dinâmicas” contém 500 atividades e faz parte de um projeto de resgate e incentivo de brincadeiras e atividades recreativo-educativas baseado na sua importância para a vida social e para o desenvolvimento afetivo-físico-psicológico das crianças e do entretenimento saudável e enriquecedor dos adultos.

“Formar um grupo, capacitá-lo e mantê-lo exige muita criatividade e participação. Para facilitar esse processo podem ser utilizadas dinâmicas de grupo.

Dinâmicas são instrumentos ou ferramentas que fazem parte de um processo de formação e organização e que objetivam possibilitar a criação e a recriação do conhecimento dentro de uma visão participativa.

Elas também colaboram para superar barreiras que impedem a comunicação e a interação com o grupo. Se as estruturas sociais, muitas vezes favorecem o isolamento e o individualismo, uma boa dinâmica desperta para a solidariedade.

Através da dinâmica, a pessoa entra em contato, igualmente, com suas limitações, qualidades e virtudes, ajudando a superar bloqueios e medos.”<sup>1</sup>

### **A dinâmica promove a participação**

“A dinâmica de grupo constitui um valioso instrumento educacional que pode ser utilizado para trabalhar o ensino-aprendizagem quando opta-se por uma concepção de educação que valoriza tanto a teoria como a prática e considera todos os envolvidos neste processo como sujeitos.

A opção pelo trabalho com dinâmica de grupo permite que as pessoas envolvidas passem por um processo de ensino-aprendizagem onde o trabalho coletivo é colocado como um caminho para se interferir na realidade, modificando-a. Isso porque a experiência do trabalho com dinâmica promove o encontro de pessoas onde o saber é construído junto, em grupo.

Logo, esse conhecimento deixa de ser individualizado e passa a ser de todos, coletivizado. Ainda tem a qualidade de ser um saber que ocorre quando a pessoa está envolvida integralmente (afetivamente e intelectualmente) em uma atividade, onde é desafiada a analisar criticamente o grupo e a si mesma, a elaborar coletivamente um saber e tentar aplicar seus resultados.

É importante ressaltar que faz parte desse processo a garantia da participação constante de todos os participantes. Só assim todos se sentirão donos do saber alcançado.”<sup>2</sup>

### **Ferramenta Importante**

“A importância da dinâmica no processo coletivo do ensino-aprendizagem não deve ser, no entanto, absolutizada ou subestimada. Sua utilização deve responder a objetivos específicos de uma determinada estratégia educativa, no sentido de estimular a produção do conhecimento e a recriação deste conhecimento tanto no grupo/coletivo quanto no indivíduo/singular, uma vez que a técnica da dinâmica não é um fim, mas um meio - é uma ferramenta a ser usada.

Ao optar pelo uso da técnica de dinâmica de grupo você poderá, através de jogos, brincadeiras, dramatizações, técnicas participativas, oficinas vivenciais e um ambiente descontraído, discutir temas complexos, polêmicos e até estimular que sejam externados conflitos (do indivíduo e do grupo), buscando estimular os participantes a alcançar uma melhoria qualitativa na percepção de si mesmo e do mundo e, consequentemente, nas relações estabelecidas consigo mesmo, com o outro e com o mundo. Enfim, Dinâmica de Grupo é um caminho para educar junto”<sup>3</sup>

Espero e desejo do fundo do meu coração, que esse material que reúne conteúdos de páginas da internet seja de grande importância e traga excelente resultados para você, sua equipe e para todas as pessoas que tomarem conhecimento dele através de você. A impressão, distribuição, cópia, utilização, reprodução, exploração, prática e divulgação desse manual estão plenamente autorizadas sob apenas duas ressalvas, que tudo seja feito sem fins lucrativos e que o nome do criador seja devidamente citado.

[Eliseu de Oliveira]

## ***Índice***

|   |           |
|---|-----------|
| <b>Dinâmicas Evangélicas.....</b>       | <b>3</b>  |
| <b>Dinâmicas para Crianças.....</b>     | <b>22</b> |
| <b>Dinâmicas em Grupo.....</b>          | <b>30</b> |
| <b>Dinâmicas Recreativas.....</b>       | <b>56</b> |
| <b>Dinâmicas Divertidas.....</b>        | <b>77</b> |
| <b>Dinâmicas para Jovens.....</b>       | <b>90</b> |
| <b>Dinâmicas para Tudo e Todos.....</b> | <b>96</b> |

### 01. Meus sentimentos

**Objetivo:** apresentação e entrosamento

**Material:** papel, lápis de cor.

**Desenvolvimento:** cada um deve retratar num desenho os sentimentos, as perspectivas que têm.

Dar um tempo para este trabalho individual que deve ser feito em silêncio, sem nenhuma comunicação.

Num segundo momento as pessoas se reúnem em subgrupos e se apresentam dizendo o nome, de onde vem, mostrando o seu desenho explicado-o.

O grupo escolhe um dos desenhos para ser o seu símbolo apresentando-o e justificando.

Pode-se também fazer um grupão onde cada um apresenta mostrando e comentando o seu desenho.

**Palavra de Deus:** Fl. 1,3-11 Sl 6.

### 02. Mancha ou ponto

**Objetivo:** oração, pedido de perdão, preces, revisão de vida...

**Material:** uma folha branca com um ponto escuro ou mancha, bem no centro da mesa.

**Desenvolvimento:** mostrar ao grupo a folha com o ponto ou mancha no centro.

Depois de um minuto de observação silenciosa, pedir que se expressem descrevendo o que viram.

Provavelmente a maioria se deterá no ponto escuro.

Pedir, então, que tirem conclusões práticas.

Exemplo: em geral, nos apresentamos nos aspectos negativos dos acontecimentos, das pessoas, esquecendo-nos do seu lado luminoso que, quase sempre, é maior.

**Palavra de Deus:** 1 Cor 3,1-4 Sl 51

### 03. Identificação Pessoal com a Natureza

**Objetivos:** Auto conhecimento e preces

**Material:** Símbolos da natureza, papel e caneta.

**Desenvolvimento:**

1. Contemplação da natureza. Cada um procura um elemento na natureza que mais lhe chama a atenção e reflete: Porque o escolhi? O que ele me diz?

2. Formação de pequenos grupos para partilha.

3. Cada pequeno grupo se junta com o outro e faz uma nova partilha. O grupo escolhe um como símbolo e formula uma prece.

4. Um representante de cada grupo apresenta o símbolo ao grupo, fazendo uma prece.

**Palavra de Deus:** Gn 1,1-25

### 04. Quem sou eu ???

**Objetivo:** Conhecimento Pessoal

**Material:** papel e caneta

**Desenvolvimento:**

1. Refletir individualmente:

- A vida merece ser vivida?

- Somente a vivem os que lutam, os que querem ser alguém?

2. Escrever numa folha

- Quem sou eu? (enumerar seus valores, qualidades e defeitos).

- O que eu quero ser? (escrever o que quer com a vida, os seus objetivos e ilusões).

- Como atuo para chegar no que quero?

3. Terminada a reflexão pessoal, formar grupos para partilhar.

4. Avaliação:

- Como cada um se sentiu ao se comunicar?

- E depois da dinâmica?

**Palavra de Deus:** Gn 1,26-31 Sl 139

### 05. O outro Lado

**Objetivos:** ver o objetivo comum do grupo. Processo de comunhão e união. Análise da realidade.

**Desenvolvimento:** (não dizer o objetivo da dinâmica).

O coordenador pede a todos que se coloquem no fundo da sala ocupando toda parede. Pede silêncio absoluto, muita atenção para a ordem que vai ser dada e que sejam rigorosamente fieis a ela. Deve manter silêncio durante a dinâmica.

A ordem é a seguinte: Vocês deverão procurar como grupo, atingir o outro lado da sala, da forma mais rápida possível e mais eficiente.

Repete-se a ordem várias vezes.

O coordenador dirá que a ordem não foi cumprida, pede ao grupo que recomece. Repita a ordem várias vezes, pedindo que haja silêncio.

**NOTA:** É bom que haja obstáculos pelo meio da sala (cadeiras...) dificultando a passagem. Ele considerará a tarefa cumprida quando julgar que o grupo se aproximou do ideal alcançando o outro lado unido, obedecendo ao ritmo um dos outros, tendo incluindo todos na travessia.

Em seguida fazer comentários sobre tudo que observaram e sentiram:

- Como cada um se sentiu?

- Quem se sentiu esmagado e desrespeitado?

- Quem ais correu ou empurrou?

- De que forma as lideranças foram se manifestando???

- Houve desistência no meio do caminho?

- Surgiram animadores???

**Palavra de Deus:** 1 Cor. 12,12-27 Sl 133

### 06. Espelho

**Objetivo:** Partilha dos sentimentos.

**Desenvolvimento:** O ambiente deve ser silencioso.

Cada um deve pensar em alguém que lhe seja muito importante, alguém gostaria da atenção em todos os momentos, alguém que se ama de verdade, que merece todo cuidado.

Entrar em contato com essa pessoa e pensar os motivos eu os tornam tão amada.

(Deixar tempo para interiorização).

Agora cada um vai encontrar a pessoa que lhe tem um grande significado.

Cada um em silêncio profundo se dirige até a caixa, olha a tampa e volta em silêncio para seu lugar. Depois se faz a partilha dos próprios sentimentos, das reflexões e conclusões de cada um.

**Palavra de Deus:** Lc 12.1-3 Sl 131

## 07. Números

**Objetivos:** Conhecimentos Pessoais.

**Material:** Cartões com números diferentes.

**Desenvolvimento:** Cada participante recebe um número que não deve ser mostrado para ninguém.

Dada a ordem, cada um vai procurar o número igual e não acha.

Comentam-se as conclusões tiradas (Somos únicos e irrepetíveis perante ao outro).

**Palavra de Deus:** Lc 15.3-7 Sl 8.

## 08. Construção de uma cidade

**Objetivos:** reflexão sobre a realidade.

**Material:** Fichas com nomes de profissões.

**Desenvolvimento:** Cada participante recebe uma ficha com o nome de uma profissão e deve encarna-la.

Por um instante analisar a importância daquela profissão. Depois da interiorização deve dizer. Vamos viajar porque aquela cidade fica distante (atitude de quem viaja no mar).

Depois dizer: o navio vai afundar só há um bote que pode salvar sete pessoas.

O grupo deverá decidir quais as profissões mais urgentes que devem ser salvas.

Analisar profundamente e iluminar com um texto bíblico.

**Palavra de Deus:** Mt 7,26-27 Sl 127

## 09. Sensações de vida ou morte

**Objetivo:** analisar a prática e revisão de vida.

**Material:** duas velas uma nova e outra velha.

**Desenvolvimento:** grupo em círculo e ambiente escuro.

Eu..., tenho apenas cinco minutos de vida. Poderia ser feita em minha existência e deixar de fazer...(a vela gasta, acesa, vai passando de mão em mão).

Apaga-se a vela gasta e acende a nova. Ilumina-se o ambiente. A vela passa de mão em mão e cada um completa a frase: Eu..., tenho a vida inteira pela frente e o que eu posso fazer e desejo é ...

Analisar a dinâmica e os sentimentos.

**Palavra de Deus:** Mt 6,19-24 Sl 1.

## 10. Perfume – Rosa e bomba.

**Objetivo:** celebração penitencial e compromisso.

**Material:** não há material, usar a imaginação.

**Desenvolvimento:** o grupo deve estar em círculo.

Colocados imaginariamente sobre a mesa. Estão o perfume, a rosa e a bomba.

Um dos participantes pega inicialmente o vidro de perfume, faz o que quiser com ele e passa para o colega do lado. Faz-se o mesmo com a rosa e por último com a bomba.

**Palavra de Deus:** Mt 7, 7-12 Sl 101

## 11. Valores

**Objetivo:** reconhecer os valores e qualidades.

**Material:** Cartões com valores escritos.

**Desenvolvimentos:** cada pessoa recebe um cartão com um valor que ela possua.

Deixar um momento para a reflexão pessoal.

Depois cada um vai dizer se considera ter mesmo este valor ou não. E se reconhece no grupo alguém que tem o mesmo valor.

Só no final da dinâmica, alguns guardam para si, outros souberam recomeçar este valor em outra pessoa, outros até duvidam o cartão com quem tem o mesmo valor.

**Palavra de Deus:** 1 Cor. 12,4-11 Lc 1, 46-55.

## 12. Valores II

**Objetivo:** ressaltar o positivo do grupo.

**Material:** folhas, canetas e alfinetes.

**Desenvolvimento:** cada participante recebe uma folha em branco. Depois de refletirem um momento sobre suas qualidades, anotam na folha colocando o seu nome.

Em seguida prendem a folha com alfinete nas costas e andam pela sala, um lendo os valores dos outros e acrescentando valores que reconhecem no companheiro. Só no final todos retiram o papel e vão ler o que os colegas acrescentaram.

**Palavra de Deus:** Ef 4, 1-16 Sl 111

## 13. Dinâmica de apresentação

**Objetivo:** conhecimentos mútuos, memorização dos nomes e integração grupal.

**Desenvolvimento:**

Cada um dirá o próprio nome acrescentando um adjetivo que tenha a mesma inicial do seu nome. Roberto Risonho.

O seguinte repete o nome do companheiro com o adjetivo e o seu apresenta acrescentando um adjetivo para o seu nome e assim sucessivamente.

**Exemplos:** Roberto Risonho, Nair Neutra, Luzia Linda, Inácio Inofensivo.

**Palavra de Deus:** Ap. 2,17 Sl 139

#### 14. A maleta

**Objetivo:** conscientização sobre a estrutura da sociedade que reforça a defesa dos interesses particulares, não estimulando o compromisso solidário.

**Material:** uma maleta chaveada, chave da maleta, dois lápis sem ponta, duas folhas de papel em branco, dois apontadores iguais.

**Desenvolvimento:** forma-se duas equipes.

A uma equipe entrega-se a maleta chaveada, dois lápis sem ponta e duas folhas de papel em branco dentro da maleta.

A outra equipe entrega-se a chave da maleta e dois apontadores iguais.

O coordenador pede que as duas equipes negociem entre si o material necessário para cumprimento da tarefa que é a seguinte: ambas deverão escrever Eu tenho Pão e Trabalho.

A equipe vencedora será a que escrever primeiro e entregar a frase para o coordenador.

A frase deve ser anotada no quadro ou em cartaz em letra grande e legível.

**Palavra de Deus:** 2 Cor 9, 6-9 Sl 146

#### 15. O Helicóptero

**Objetivo:** apresentação e entrosamento.

**Desenvolvimento:** (duração 40 minutos).

Faz-se um círculo com os participantes da reunião.

O coordenador convida a todos a fazerem um passeio de barco a remo. Inicia-se o passeio. Todos devem fazer gestos com os braços, como se estivessem remando.

O coordenador anuncia a chegada à ilha. Todos podem passear por ela, à vontade (todos passeiam pela sala e cumprimentam o companheiro).

O coordenador anuncia a todos que houve um maremoto e a ilha vai se inundada. Por isso, virá um helicóptero para resgatar o grupo. Porém ele não comporta todos de uma vez. O grupo deverá organizar rapidamente seguindo as orientações.

a) O helicóptero chegou. Ele levará cinco pessoas.

b) O helicóptero voltou. Desta vez levará quatro pessoas, e estas devem ser estranhas umas das outras.

c) Nosso helicóptero deu pane no motor. Veio desta vez um menor. Só levará três pessoas e devem ser de comunidades diferentes. Quem não seguir orientação poderá ser jogado no mar.

d) O helicóptero está aí novamente. Vai levar quatro pessoas, devido o perigo de afogamento. Mas continua a exigência o grupo deve ser formado por pessoas que ainda não se conhecem.

e) O helicóptero não pode voltar mais. Acabou o combustível. Temos que sair de barco. Há uma exigência fundamental: levar uma pessoa desconhecida com quem não se conversou ainda.

f) Anuncia que todos foram salvos.

**NOTA:** Dá-se o tempo necessário para os grupos discutirem as questões. Elas podem ser como sugeridos abaixo ou pode-se elaborar outras de acordo com a realidade do grupo.

Sugestões para as questões

a) Grupo de cinco pessoas: seu nome. Nome do grupo e o significado do mesmo. Nome da comunidade ou atua, mora. Qual o eu ideal?

b) Grupo de quatro pessoas: seu nome. O que faz na comunidade? Estuda? O que? Onde? O que espera do curso e o que gostaria que fosse tratado?

c) Grupo de três pessoas: Como se sente aqui? Porque veio? O que é pastoral para você? E movimento? Como esta organizada a pastoral na sua paróquia?

d) Grupo de quatro pessoas: O que é céu? O que achou desta dinâmica de conhecimento e entrosamento? Porque?

e) Grupo de três pessoas: Agora converse com alguém que você não conhece e com quem não tenha conversado ainda.

**Palavra de Deus:** Jo 13, 34-35 Sl 133

#### 16. Camisetas

**Objetivo:** Conhecimento mútuo e levantamento da realidade.

**Material:** Alfinetes ou fita adesiva, pincéis ou canetas, folhas de jornal e tesoura.

**Desenvolvimento:** Cada participante pega uma meia folha de jornal, rasga ou corta as pontas de cima no formato de camiseta.

Escreva na camiseta de jornal. O seu nome, que trabalho faz. Onde trabalha, se gosta ou não do trabalho. Pode dar as seguintes orientações: escreva ou desenhe algo que caracterize sua vida de trabalhador.

Prega-se a camiseta no corpo e circula pela sala para cada um ler o que outro escreveu ou desenhou.

#### 17. A Bala

**Objetivo:** Despertar a importância do outro.

Despertar a solidariedade.

Perceber o nosso individualismo.

Descobrir soluções em conjunto com outras pessoas.

**Material:** Algumas balas. Dois cabos de vassoura ou varas. Barbantes.

**Desenvolvimento:** pede-se dois voluntários para abrir os braços. Por a vara ou cabo da vassoura nos ombros acompanhando os braços e amarrar os braços abertos na vara, para não dobrar.

Por as balas numa mesa e pedir aos dois para chuparem balas sem dobrar os braços que estão amarrados.

Analisar a dinâmica:

Como se sentiram?

O que o grupo observou? Poderia ter sido diferente?

Por que os dois agiram assim?

Isso tem alguma coisa com o nosso dia a dia?

O que acharam da dinâmica?

Pode confrontar com a Palavra de Deus?

**Palavra de Deus:** AT.4, 32-37 Sl. 15

#### 18. Árvore da Vida e Árvore da Morte

**Objetivo:** Refletir sobre os sinais de vida e morte no bairro, na comunidade, na família, no grupo de jovens.

**Material:** um galho de árvore seco, um galho de árvore verde, caneta ou pincel e pedaços de papel.

**Desenvolvimento:** em pequenos grupos descobrir os sinais de vida e morte que existem no bairro, na família, no grupo de jovens... Depois, diante da árvore seca e verde vão explicando para o grupo o que escreveram e penduraram na árvore.

No intervalo das colocações pode-se cantar algum refrão.

Iluminar com a palavra de Deus e em grupo refletir:

Iluminados pela prática de Jesus, o que fazer para gerar mais sinais de vida e enfrentar as situações de morte de nosso bairro etc.

Fazer a leitura de João 15,1-8. Depois cada participante toma um sinal de morte da árvore e faz uma prece de perdão e queima, em seguida cada um pega um sinal de vida e leva como lembrança e desafio.

**Palavra de Deus:** Jo. 15, 1-8. Sl 1.

## 19. Virar pelo avesso

**Objetivo:** Despertar o grupo para a importância da organização

**Desenvolvimento:**

**1º Passo:** formar um círculo, todos de mãos dadas.

**2º Passo:** O coordenador propõe o grupo um desafio. O grupo, todos deverão ficar voltados para fora, de costas para o centro do círculo, sem soltar as mãos. Se alguém já conhece a dinâmica deve ficar de fora observando ou não dar pistas nenhuma.

**3º Passo:** o grupo deverá buscar alternativas, até conseguir o objetivo.

**4º Passo:** depois de conseguir virar pelo avesso, o grupo deverá desvirar, voltando a estar como antes.

**5º Passo:** Analisar a dinâmica:

O que viam? Como se sentiram?

Foi fácil encontrar a saída? Porquê?

Alguém desanimou? Porquê?

O que isto tem a ver com o nosso dia a dia?

Nossa sociedade precisa ser transformada?

O que nós podemos fazer?

**Palavra de Deus:** Ex 18, 13-27 Sl 114

## 20. Abre o olho

**Participantes:** 2 pessoas.

**Tempo estimado:** 20 minutos.

**Material:** Dois panos para fechar os olhos e dois chinelos ou porretes feitos com jornais enrolados em forma de cassetete.

**Descrição:** Dois voluntários devem ter os rostos cobertos e devem receber um chinelo ou porrete. Depois devem iniciar uma briga de cegos, para ver quem acerta mais o outro no escuro. O restante do grupo apenas assiste. Assim que inicia a "briga", o coordenador faz sinal para o grupo não dizer nada e desamarra a venda dos olhos de um dos voluntários e deixa a briga continuar. Depois de tempo suficiente para que os resultados das duas situações sejam bem observados, o coordenador retira a venda do outro voluntário e encerra a experiência.

**Conclusão:** Abre-se um debate sobre o que se presenciou no contexto da sociedade atual. A reação dos participantes pode ser muito variada. Por isso, é conveniente refletir algumas posturas como: indiferença x indignação; aplaudir o agressor x posicionar-se para defender o indefeso; lavar as mãos x envolver-se e solidarizar-se com o oprimido, etc. Alguns questionamentos podem ajudar, primeiro perguntar aos voluntários como se sentiram e o porquê. Depois dar a palavra aos demais participantes. Qual foi a postura do grupo? Para quem torceram? O que isso tem a ver com nossa realidade? Quais as cegueiras que enfrentamos hoje? O que significa ter os olhos vendados? Quem estabelece as regras do jogo da vida social, política e econômica hoje? Como podemos contribuir para tirar as vendas dos olhos daqueles que não enxergam?

**Palavra de Deus:** Mc 10, 46-52 Lc 24, 13-34.

## 21. Afeto

**Participantes:** 7 a 30 pessoas

**Tempo Estimado:** 20 minutos

**Material:** Um bichinho de pelúcia.

**Descrição:** Após explicar o objetivo, o coordenador pede para que todos

formem um círculo e passa entre eles o bichinho de pelúcia, ao qual cada integrante deve demonstrar concretamente seu sentimento (carinho, afago, etc.). Deve-se ficar atento a manifestações verbais dos integrantes. Após a experiência, os integrantes são convidados a fazer o mesmo gesto de carinho no integrante da direita. Por último, deve-se debater sobre as reações dos integrantes com relação a sentimentos de carinho, medo e inibição que tiveram.

## 22. Apoio

**Participantes:** Indefinido.

**Tempo Estimado:** 10 minutos.

**Descrição:** O coordenador deve pedir a todos os participantes que se apoiem em um pé só, onde deveram dar um pulo para frente sem colocar o outro pé no chão, um pulo para a direita outro para esquerda dar uma rodadinha, uma abaixada e etc.

**Mensagem:** Não podemos viver com o nosso individualismo porque podemos cair e não ter força para levantar. Porque ficarmos sozinhos e temos um ombro amigo do nosso lado?

## 23. Apresentação

**Tamanho do grupo:** 20 a 30 pessoas.

**Tempo:** 45 minutos.

**Descrição:** O coordenador explica que a dinâmica é feita para o conhecimento de quem é quem no grupo, e se pretende fazer apresentação a dois, para isso se formam pares desconhecidos que durante uns minutos esses pares se entrevistem, após a entrevista feita pelos pares volta ao grupo, e nisso cada pessoal fará apresentação da pessoa que foi entrevistada, não podendo fazer a sua própria apresentação. Quem estiver sendo apresentado vai verificar se as informações a seu respeito estão corretas conforme foi passada na entrevista. Termina com uma reflexão sobre a validade da dinâmica.

## 24. Artista

**Participantes:** Indefinido.

**Tempo Estimado:** 10 minutos.

**Material:** Lápis e papel.

**Descrição:** O dirigente pede para os participantes fecharem os olhos. Peça a cada participante que desenhe com os olhos fechados uma:

- Casa

- Nessa casa coloque janelas e portas.

- Ao lado da casa desenhe uma árvore.

- Desenhe um jardim cercando a casa, sol, nuvens, aves voando.  
- Uma pessoa com olhos, nariz e boca.  
- Por fim peça para escreverem a frase a baixo:  
- SEM A LUZ DE DEUS PAI, DEUS FILHO, DEUS ESPÍRITO SANTO, TUDO FICA FORA DO LUGAR.  
Peça para abrirem os olhos e fazer uma exposição dos desenhos passando de um por um.  
**Comentário:** Sem a luz e a presença do Pai, toda obra sai imperfeita. Deus é única luz. Sem ela só há trevas.

## 25. As cores

**Participantes:** Indefinido.

**Tempo Estimado:** 25 minutos.

**Material:** Fita adesiva, 5 cartolina de cores diferentes cortadas uma de cada cor no tamanho de uma folha de papel ofício.

Cortadas no tamanho que de para colar na testa de cada um.

**Descrição:** Pedir para que os participantes formem um círculo e que fechem os olhos.

O coordenador deve pregar na testa ou na costa de cada um uma cor, e logo depois as cinco cartolinas de cores diferentes do tamanho de papel ofício, devem ser colados cada um em uma parede da sala.

O coordenador pode pedir para abrirem os olhos e que não podem conversar até o término da dinâmica. O coordenador deve explicar que eles terão um certo tempo para descobrirem sua cor e se destinar para perto da parede que tenha a sua cor. E tudo isto sem poderem ser comunicarem.

E os que não conseguirem terão que pagar uma prenda.

**Recomendação:** Com certeza algumas pessoas que iram entender 1º a dinâmica, onde iram para seu lugar e ficaram rindo dos colegas em vez de ajuda-los.

Ao término o coordenador deve informar que todos venceram com exceção dos que chegaram 1º e não ajudaram os seus irmãos.

## 26. Aulinha

**Participantes:** 25 a 30 pessoas

**Tempo:** 35 minutos

**Material:** o mesmo numero de temas para o de participantes do grupo

**Descrição:** a AULINHA é dada quando o grupo tem dificuldade de expressão, é inibido e prolixo. Para isso o coordenador:

- Entrega a cada participante o tema, sobre o qual deverá expor suas ideias, durante dois ou três minutos;

- O membro participante anterior ou posterior dará uma nota ou conceito ao expositor, que será comunicada ao grupo no final do exercício;

- A AULINHA permite diversas variações, tais como:

A) O coordenador em vez de dar a cada participante um título de tema para dissertar em público, poderá utilizar somente um tema, ou então vários temas, mas com uma introdução para auxiliar as pessoas, ou até mesmo um texto para ser lido

B) Ou ainda pode-se utilizar uma folha em branco para que cada participante possa lançar nela no mínimo dois assuntos da atualidade, notícias recentes de jornais. A seguir recolherá os assuntos, que cada participante possa dar sua AULINHA, escolhendo um dos artigos constantes na papeleta.

## 27. A vela e o barbante

**Participantes:** 7 a 15 pessoas

**Tempo Estimado:** 20 minutos

**Material:** uma Bíblia, barbante, velas para todos os integrantes e mais uma para ser colocada no centro do grupo.

**Descrição:** Todos deverem estar na forma de um círculo, e no centro do círculo, numa mesa, coloca-se a Bíblia, junto com uma vela acesa. A Bíblia deve estar amarrada com o barbante, e este, deve ter sobra suficiente para amarrar as velas de todos. Cada pessoa, com uma vela vai ao centro do círculo, passa o barbante em volta de sua vela, acendendo-a, e em seguida, entrega à ponta do barbante para outra pessoa, que circulará sua vela, também acendendo-a, e assim sucessivamente. Quando todos estiverem enlaçados pelo barbante, lê-se a passagem do Evangelho de João, capítulo 8, versículo 12 - "Eu sou a luz do mundo, quem me segue não andará nas trevas, mas possuirá a luz da vida". Ao final, todos partilham o sentido da dinâmica, tentando relacioná-la com o texto bíblico proposto.

## 28. A vela e copo

**Participantes:** Indefinido.

**Tempo Estimado:** 10 minutos.

**Material:** Uma vela, fósforos e um copo de vidro transparente.

**Descrição:** Colocar uma vela sobre a mesa e acende-la cuidadosamente. Deixar que se queime por alguns segundos.

Em seguida, pegar um copo transparente e, cuidadosamente e lentamente, colocar sobre a vela. Aos poucos, ela se apagará.

Deixá-la assim e pedir que as pessoas falem o que sentiram ou observaram, quando viram a experiência.

## 29. Castigo

**Material:** Pedacos de papel e caneta.

**Desenvolvimento:** Distribui-se um pedaço de papel para cada um.

Diz a todos o seguinte: Somos todos irmãos não é? Portanto, ninguém aqui vai ficar chateado se receber um castigo do irmão. Então vocês vão escolher uma pessoa, e dar um castigo a ela.

Isso será feito da seguinte forma: no papel deverá ser escrito o nome de quem vai dar o castigo, o castigo e o nome de quem vai realizar o castigo.

Após recolher todos os papéis o animador fala o desfecho da dinâmica:

Acontece que o feitiço virou contra o feiticeiro, portanto quem deu o castigo é que vai realizá-lo.

**Obs:** Caso a pessoa não queira realizar o castigo ela receberá um castigo do grupo todo.

**Mensagem:** O que não queremos para nós, não desejamos para os outros.

## 30. Chocolate

**Material:** Bombons, cabo de vassoura, fita adesiva.

**Desenvolvimento:** O animador divide o grupo em duas turmas. Com a primeira turma ele passa a instrução de que eles somente ajudarão os outros se eles pedirem ajuda (isso deve ser feito sem que a outra turma saiba).

A segunda turma terá seu braço preso com o cabo de vassoura (em forma de cruz) e a fita adesiva. Deve ficar bem fechado para que eles não peguem o chocolate com a mão.

Coloca-se o bombom na mesa e pede para que cada um tente abrir o chocolate com a boca, e se conseguir pode comer o chocolate.

A primeira turma ficará um atrás de cada um da segunda turma, ou seja, existirá uma pessoa da primeira turma para cada pessoa da segunda turma.

Após algum tempo o animador encerra a dinâmica dizendo que nunca devemos fazer as coisas sozinhos, cada um deles tinha uma pessoa a qual eles simplesmente poderiam ter pedido que abrisse o chocolate e colocasse na boca.

**Mensagem:** Nunca devemos fazer nada sozinho, sempre que preciso temos que pedir ajuda a alguém.

### 31. Comprimidos para a fé

**Participantes:** Indefinido.

**Tempo Estimado:** 25 minutos.

**Material:** Três copos com água. Três comprimidos efervescentes. (aqueles com envelope tipo sorrisal)

**Descrição:**

1. Colocar três copos com água sobre a mesa.
2. Pegar três comprimidos efervescentes, ainda dentro da embalagem.
3. Pedir para prestarem atenção e colocar o primeiro comprimido com a embalagem ao lado do primeiro copo com água.
4. Colocar o segundo comprimido dentro do segundo copo, mas com a embalagem.
5. Por fim, retirar o terceiro comprimido da embalagem e colocá-lo dentro do terceiro copo com água.
6. Pedir que os participantes digam o que observaram.

**Conclusão:** No primeiro copo é aquela pessoa que não aceita a religião, fica de fora de tudo, no segundo é aquele que até aceita, participa, porém não se abre, fica fechado as verdades da fé e por último, o terceiro copo, é aquele que participa, se abre, se mistura, tem o coração aberto a Deus, enfim é uma pessoa de fé.

### 32. Comunicação gesticulada

**Participantes:** 15 a 30 pessoas

**Tempo Estimado:** 30 minutos.

**Material:** Aproximadamente vinte fichas com fotografias ou desenhos para serem representados através de mímicas.

**Descrição:** O coordenador auxiliado por outros integrantes deve encenar através de mímicas (sem qualquer som) o que está representado nas fichas, cada qual em um intervalo de aproximadamente um minuto. Os demais integrantes devem procurar adivinhar o que foi representado. Em seguida, deve-se comentar a importância da comunicação nos trabalhos e atividades do cotidiano, bem como do entrosamento dos integrantes do grupo para que juntos possam até mesmo sem se comunicar entender o que os outros pensam ou desejam fazer.

### 33. Conhecendo o grupo

**Participantes:** 7 a 15 pessoas

**Tempo Estimado:** 20 minutos

**Material:** Lápis e papel para os integrantes.

**Observação:** O horizonte do desejo pode ser aumentado, como por exemplo, um sonho que se deseja realizar no decorrer da vida.

**Descrição:** O coordenador pede aos integrantes que pensem nas atividades que gostariam de fazer nos próximos dias ou semanas (viagens, ir bem numa prova, atividades profissionais, familiares, religiosas, etc.). Então, cada integrante deve iniciar um desenho que represente o seu desejo na folha de ofício. Após trinta segundos o coordenador pede para que todos parem e passem a folha para o vizinho da direita, e assim sucessivamente a cada trinta segundos até que as folhas voltem à origem. Então cada integrante descreve o que gostaria de ter desenhado e o que realmente foi desenhado. Dentre as conclusões a serem analisadas pelo coordenador pode-se citar:

- \* Importância de conhecermos bem nossos objetivos individuais e coletivos;
- \* Importância de sabermos expressar ao grupo nossos desejos e nossas dificuldades em alcançá-los;
- \* O interesse em sabermos quais os objetivos de cada participante do grupo e de que maneira podemos ajudá-los;
- \* Citar a importância do trabalho em grupo para a resolução de problemas;
- \* Outros.

### 34. Construção do boneco

**Participantes:** Apenas 26 pessoas.

**Tempo Estimado:** 30 minutos.

**Material:** Pincel, tesoura e fita adesiva.

**Descrição:** O coordenador da dinâmica deve montar dois grupos, com 13 pessoas em cada um.

O primeiro grupo deverá montar um boneco, usando folhas de jornal, mas trabalhando em equipe. Para isso, deverá trabalhar em um canto da sala onde não possam ser visualizados pelas pessoas que não participam dos grupos.

O segundo grupo deverá montar o mesmo boneco. Cada pessoa do grupo deverá confeccionar uma parte do boneco, onde não poderão dizer para ninguém que parte é a sua e nem mostrar (para que isto ocorra é recomendado que sentem longe um dos outros). O Boneco deve ser confeccionado na seguinte ordem:

- 1ª pessoa: cabeça.
- 2ª pessoa: orelha direita.
- 3ª pessoa: orelha esquerda.
- 4ª pessoa: pescoço.
- 5ª pessoa: corpo (tronco).
- 6ª pessoa: braço direito.
- 7ª pessoa: braço esquerdo.
- 8ª pessoa: mão direita.
- 9ª pessoa: mão esquerda.
- 10ª pessoa: perna direita.
- 11ª pessoa: perna esquerda.
- 12ª pessoa: pé direito.
- 13ª pessoa: pé esquerdo.

Dar um tempo de aproximadamente 10 minutos para a montagem dos bonecos. Os participantes do segundo grupo não poderão ser visualizados, de modo que irão confeccionar partes de tamanhos diferentes, porque não trabalharam em equipe.

Pedir para as equipes montar na parede, com a ajuda de uma fita adesiva, seus respectivos bonecos.

**Consequências:**

A 1ª equipe terá um boneco mais uniforme, formado de partes proporcionais;

A 2ª equipe, por não terem trabalhado juntos. Fez seu boneco com braços, pernas e outros membros de tamanho desproporcionais.

Pedir para os grupos falarem o que observaram, bem como as pessoas que não participaram dos grupos, e que conclusão tiraram disso tudo.



### 35. Cristo no irmão

**Participantes:** Indefinido.

**Tempo Estimado:** 20 minutos.

**Material:** Uma cruz com o Cristo em destaque, em um tamanho onde de para definir claramente as partes do corpo do Cristo.

**Descrição:** O animador pede para que o pessoal forme uma fila ou círculo, onde cada um fique do lado do outro.

O animador motiva as pessoas dizendo:

Agora vocês vão beijar no Cristo à parte que vocês acham que ele mais fala com você, à parte que ele mais demonstrou seu amor para com você.

**OBS:** Não se pode repetir o local onde o outro já beijou.

O animador passa o Cristo de um em um, até que todos o tenha beijado.

Após todos terem beijado o animador pergunta: qual o principal mandamento que Jesus nos deixou? (Amar a Deus sobre todas as coisas e ao irmão com a ti mesmo).

O animador faz o desfecho da história dizendo: Então à parte que vocês beijaram no Cristo, vocês irão beijar no irmão do lado.

**Obs:** Caso alguém não queria beijar, mostre a ele quem está de frente com ele é Jesus Cristo.

**Mensagem:** Cristo na pessoa do meu irmão.

### 36. Cumprimento criativo

**Participantes:** Indefinido.

**Tempo Estimado:** 25 minutos.

**Matéria:** Musica animada.

**Descrição:** O apresentador explica ao grupo que quando a música tocar todos deverão movimentar-se pela sala de acordo com o ritmo da mesma. A cada pausa musical. Congelar o movimento prestando atenção a solicitação que será feita pelo apresentador. Quando a Musica recomeçar atender a solicitação feita.

O apresentador pedirá formas variadas de cumprimento corporal a cada parada musical.

**Exemplo:**

-Com a palmas das mãos;

-Com os cotovelos;

-Com os pés;

Após vários tipos de cumprimento, ao perceber que se estabelece no grupo um clima alegre e descontraído, o apresentador diminui a música pausadamente, pedindo a cada pessoa que procure um lugar na sala para estar de pé, olhos fechados, esperando que a respiração volte ao normal. Abrir os olhos, olhar os companheiros, formar um círculo, sentar.

**Comentar o exercício:**

-O que foi mais difícil executar? Porque?

-O que mais gostou?

-O que pode observar?

### 37. Desenho

**Participantes:** Indefinido.

**Tempo Estimado:** 20 minutos.

**Material:** 2 folhas de papel para cada participante, canetas hidrocor, fita adesiva, cola e tesoura.

**Descrição:** Cada membro do grupo deve desenhar em uma folha de papel uma parte do corpo humano, sem que os outros saibam.

Após todos terem desenhado, pedir que tentem montar um boneco ( na certa não vão conseguir pois, Terão vários olhos e nenhuma boca... ). Em seguida, em outra folha de papel, pedir novamente que desenhem as partes do corpo humano (só que dessa vez em grupo) Eles devem se organizar, combinando qual parte cada um deve desenhar. Em seguida, após desenharem, devem montar o boneco. Terminada a montagem, cada membro deve refletir e falar sobre como foi montar o boneco. Quais as dificuldades, etc.

### 38. Diagrama de integração

**Participantes:** 25 pessoas.

**Tempo:** 15-20 minutos.

**Material:** lápis ou caneta, papel e cartolina.

**Descrição:** o coordenador distribui um papel para todos, afim de que nele se escreva o nome da pessoa mais importante para o sucesso do grupo, ou ainda, da pessoa do grupo cujas ideias são mais aceitas; o papel deve ser assinado de forma legível; recolhido os papeis, será feito um diagrama no quadro-negro ou cartolina, marcando com um círculo o nome do participante escolhido, e com uma flecha, a iniciar-se com o nome da pessoa que escolheu, indo em direção à escolhida.

### 39. Dificuldade

**Participantes:** 30 pessoas

**Tempo:** 1 hora

**Descrição:** o coordenador explica os objetivos do exercício. A seguir distribuirá uma cópia do "abrigo subterrâneo" a todos os participantes, para que façam uma decisão individual, escolhendo as seis pessoas de sua preferência. Organizar, a seguir, subgrupos de 5 pessoas. Para realizar a decisão grupal, procurando-se alcançar um consenso. Forma-se novamente o grupo maior, para que cada subgrupo possa relatar o resultado da decisão grupal. Segue-se um debate sobre a experiência vivida.

**Abrigo subterrâneo**

Imaginem que nossa cidade está sob ameaça de um bombardeio. Aproxima-se um homem e lhes solicita uma decisão imediata. Existe um abrigo subterrâneo que só pode acomodar seis pessoas. Há doze pessoas interessadas a entrar no abrigo. Faça sua escolha, destacando seis somente.

Um violinista, com 40 anos de idade, narcótico viciado;

Um advogado, com 25 anos de idade;

A mulher do advogado, com 24 anos de idade, que acaba de sair do manicômio. Ambos preferem ou ficar juntos no abrigo, ou fora dele;

Um sacerdote, com a idade de setenta e cinco anos;

Uma prostituta, com 34 anos de idade;

Um ateu, com 20 anos de idade, autor de vários assassinatos;

Uma universitária que fez voto de castidade;

Um físico, com 28 anos de idade, que só aceita entrar no abrigo se puder levar consigo sua arma;

Um declamador fanático, com 21 anos de idade;

Uma menina com 12 anos e baixo QI;  
Um homossexual, com 47 anos de idade;  
Um deficiente mental, com 32 anos de idade, que sofre de ataques epiléticos.

#### 40. Dramatização

**Participantes:** 30 pessoas.

**Tempo:** 30 minutos.

**Descrição:** O coordenador apresenta o assunto da discussão;

Depois de decorridos dez minutos, o coordenador orienta os participantes para que, nos próximos dez a quinze minutos, cada um procure identificar-se com o colega da direita, esforçando-se por imitá-lo na discussão;

Cada participante tentará agir exatamente como o seu colega da direita, imitando seu comportamento no grupo;

É da máxima importância que cada qual consiga identificar-se com seu colega;

O mesmo exercício poderá ser feito, deixando liberdade para que cada participante faça a escolha do colega a ser imitado, cabendo aos outros reconhecê-lo.

#### 41. Encontro de grupos

**Participantes:** dois grupos com não mais de 15 pessoas.

**Tempo:** 1 hora.

**Material:** folhas grandes de cartolina

**Descrição:** o coordenador forma dois subgrupos. Cada um deverá responder, numa das folhas de cartolina

Como o nosso grupo vê o outro grupo?

Como o nosso grupo pensa que somos vistos pelo outro grupo?

Após 1 hora reuni-se todo o grupo e o(s) representante(s) de cada subgrupo deverá expor a conclusão do subgrupo. Novamente os subgrupos se reúnem para preparar uma resposta ao outro subgrupo e após meia hora forma-se o grupo grande de novo e serão apresentadas as defesas, podendo haver a discussão.

#### 42. Espelho

**Participantes:** 10 a 20 pessoas

**Tempo Estimado:** 30 minutos

**Material:** Um espelho escondido dentro de uma caixa, de modo que ao abri-la o integrante veja seu próprio reflexo.

**Descrição:** O coordenador motiva o grupo: "Cada um pense em alguém que lhe seja de grande significado. Uma pessoa muito importante para você, a quem gostaria de dedicar a maior atenção em todos os momentos, alguém que você ama de verdade... com quem estabeleceu íntima comunhão... que merece todo seu cuidado, com quem está sintonizado permanentemente... Entre em contato com esta pessoa, com os motivos que a tornam tão amada por você, que fazem dela o grande sentido da sua vida..." Deve ser criado um ambiente que propicie momentos individuais de reflexão, inclusive com o auxílio de alguma música de meditação. Após estes momentos de reflexão, o coordenador deve continuar: "... Agora vocês vão encontrar-se aqui, frente a frente com esta pessoa que é o grande significado de sua vida". Em seguida, o coordenador orienta para que os integrantes se dirijam ao local onde está a caixa (um por vez). Todos devem olhar o conteúdo e voltar silenciosamente para seu lugar, continuando a reflexão sem se comunicar com os demais. Finalmente é aberto o debate para que todos partilhem seus sentimentos, suas reflexões e conclusões sobre esta pessoa tão especial. É importante debater sobre os objetivos da dinâmica.

#### 43. Evangelho em pedaços

**Participantes:** 10 a 15 pessoas

**Tempo Estimado:** 15 minutos

**Material:** Papéis com pequenos trechos da Bíblia (partes de passagens) com indicação do livro, capítulo e versículos.

**Descrição:** Cada integrante recebe um trecho da Bíblia e procura compreendê-lo, entender qual a mensagem da passagem bíblica. Como você pode trazer essa mensagem que você refletiu para o seu dia-a-dia. Para melhorar a compreensão do trecho, deve consultar a passagem completa na Bíblia. Em seguida, os integrantes devem ler o seu trecho e comentá-lo para o grupo. Ao final, é aberto o debate sobre os trechos selecionados e as mensagens por eles transmitidas.

#### 44. Exercício da confiança

**Participantes:** 25 a 30 pessoas

**Tempo:** 30 minutos

**Material:** papel com perguntas para ser respondida em público para cada membro.

**Descrição:** o coordenador faz uma breve introdução do exercício, falando sobre a descoberta pessoal e a importância do exercício; distribuir, uma papeleta para cada um; um a um, os participantes lerão a pergunta que estiver na papeleta, procurando responder com toda sinceridade; no final, segue-se um debate sobre o exercício feito.

**Exemplos de pergunta:**

1. Qual o seu hobby predileto ou como você preenche o seu tempo livre
2. Que importância tem a religião na sua vida
3. O que mais o aborrece
4. Como você encara o divórcio
5. Qual a emoção é mais difícil de se controlar
6. Qual a pessoa do grupo que lhe é mais atraente
7. Qual a comida que você menos gosta
8. Qual o traço de personalidade que lhe é mais marcante
9. Qual é, no momento, o seu maior problema
10. Na sua infância, quais foram os maiores castigos ou críticas recebidas
11. Como estudante, quais as atividades em que participou
12. Quais são seus maiores receios em relação à convivência em grupo
13. Qual é a sua queixa em relação à vivência em grupo
14. Você gosta do seu nome
15. Quem do grupo você escolheria para seu líder
16. Quem do grupo você escolheria para com ele passar suas férias
17. Você gosta mais de viver numa casa ou num apartamento
18. Qual o país que você gostaria de visitar
19. Quais são algumas das causas da falta de relacionamento entre alguns pais e filhos

20. Se você fosse presidente da república, qual seria sua meta prioritária.

#### 45. Exercício da qualidade

**Participantes:** 30 pessoas

**Tempo:** 45 minutos

**Material:** lápis e papel

**Descrição:** o coordenador inicia dizendo que na vida as pessoas observam não as qualidades, mas sim os defeitos dos outros. Nesse instante cada qual terá a oportunidade de realçar uma qualidade do colega.

1. O coordenador distribuirá uma papeleta para todos os participantes. Cada qual deverá escrever nela a qualidade que no entender caracteriza seu colega da direita;
2. A papeleta deverá ser completamente anônima, sem nenhuma identificação. Para isso não deve constar nem o nome da pessoa da direita, nem vir assinada;
3. A seguir o animador solicita que todos dobrem a papeleta para ser recolhida, embaralhada e redistribuída;
4. Feita a redistribuição começando pela direita do coordenador, um a um lerá em voz alta a qualidade que consta na papeleta, procurando entre os membros do grupo a pessoa que, no entender do leitor, é caracterizada com esta qualidade. Só poderá escolher uma pessoa entre os participantes.
5. Ao caracterizar a pessoa, deverá dizer porque tal qualidade a caracteriza;
6. Pode acontecer que a mesma pessoa do grupo seja apontada mais de uma vez como portadora de qualidades, porém, no final cada qual dirá em público a qualidade que escreveu para a pessoa da direita;
7. Ao término do exercício, o animador pede aos participantes depoimento sobre o mesmo.

#### 46. Explosão do coordenador

**Participantes:** 30 pessoas

**Tempo:** 10 minutos

**Descrição:** Escolhe-se qualquer tema que não será o principal da reunião e a uma certa altura do debate o coordenador para e diz "Vocês não estão se interessando suficientemente. Estou até doente e cansado em ver esse comportamento, esse desinteresse caso não tomem maior seriedade, interrompo, agora mesmo, este debate!", após esse comentário todos estarão desconcertado e terão reações diferentes principalmente reprovando a atitude do coordenador. Após o primeiro impacto o coordenador, em seu estado natural deverá explicar que era uma dramatização para ver as reações dos indivíduos do grupo, e nisso seguirá a discussão, sobre as reações das pessoas com reação a explosão do coordenador.

#### 47. Fileira

**Participantes:** 12 pessoas

**Tempo:** 1 hora

**Material:** 3 folhas de papel, lápis ou caneta para cada participante; folhas de cartolina

**Descrição:**

##### 1. Primeira fase:

O animador pede que os membros participantes se organizem em fileira por ordem de influência que cada membro exerce sobre o grupo. Caso tiver vários subgrupos, os mesmos farão simultaneamente o exercício. Todos deverão executar a tarefa em silêncio;  
Terminada a tarefa, o coordenador colocará a ordem numa folha de cartolina, para ser apreciado por todos;  
A seguir, o grupo irá para o círculo, onde se processará a discussão do exercício, bem como a colocação dos membros na fileira. Nessa ocasião, o coordenador poderá fazer algumas observações referentes ao exercício, ao comportamento dos indivíduos na sua colocação;  
Recomeça-se o exercício tantas vezes quanto forem necessárias, até que todos estejam satisfeitos em relação à colocação na fileira, de acordo com a influência que cada um exerce sobre o grupo.

##### 2. Segunda fase:

O animador pede que os participantes elejam um líder imparcial, explicando que na votação deverão dar um voto para aquele que será o líder, e doze votos para o último colocado. Tal votação inversa dará o ensejo para que os participantes possam experimentar novas sensações que envolvem o exercício.  
O grupo ou os subgrupos podem debater entre si a ordem da escolha fazendo anotações escritas, tendo para isso dez minutos.  
Processa-se a votação. Caso ocorra empate, prossegue-se o exercício, até o desempate, devendo a ordem corresponder à influência que cada um exerce sobre o grupo.  
Segue-se uma discussão grupal em torno do impacto do exercício.

#### 48. Guia de cego

**Participantes:** Indefinido sendo Nº pares de pessoas.

**Tempo Estimado:** 25 minutos.

**Material:** Alguns vendas ou lençóis, e uma área com obstáculos, de preferência em campo aberto.

**Descrição:** O coordenador venda os olhos de todas, caso não tenha vendas o coordenador deverá pedir a todos que fechem os olhos. Os cegos devem caminhar desviando-se dos obstáculos durante determinado intervalo de tempo. Após este tempo deve-se realizar alguns questionamentos para os mesmos, tais como:  
Como vocês se sentiram sem poder enxergar?  
Tiveram medo? Por quê? De quê?  
Que acham da sorte dos cegos?

Em seguida, a metade dos participantes deveram abrir os olhos para servir como guia, que conduzirá o cego por onde quiser. Depois de algum tempo podem ser feito tudo novamente onde os guias iram vender os olhos e os cegos serão os guias. Após este tempo deve-se realizados os seguintes questionamentos:  
Como vocês se sentiram nas mãos dos guias?  
Tiveram confiança ou desconfiança? Por quê?  
É preferível sozinho ou com um guia? Por quê?

Por último, dispõe-se dois voluntários de cego, sendo que um guiará o outro. Ao final, pode-se realizar os mesmos questionamentos do passo anterior. Dentre os questionamentos finais, a todos, pode-se citar:  
O que a dinâmica teve de parecido com a vida de cada um?  
Além da cegueira física, vocês conhecem outros tipos de cegueira?  
Quais? (ira, ignorância, inveja, apatia, soberba, etc.)  
Os homens tem necessidade de guias? Quem são os outros guias? (Deus, Jesus, Maria, família, educadores, amigos, etc.)

Costumamos confiar nestes guias? O que acontece com quem não aceita o serviço de um guia?  
Qual a pior cegueira: a física ou a de espírito? Por quê?

O Evangelho relata várias curas de cegos (Mt 9,27-32; Jo 9,1-39). Qual a semelhança que se pode encontrar, por exemplo, entre o relato de São Lucas e a sociedade moderna? Qual a semelhança entre a cura da vista e a missão da igreja de conscientização?

#### 49. Jogo comunitário

**Material:** uma flor.

**Desenvolvimento:** os participantes sentam-se em círculo e o animador tem uma flor na mão. Diz para a pessoa que está à sua esquerda: senhor... (diz o nome da pessoa), receba esta flor que o senhor...(diz o nome da pessoa da direita) lhe enviou...

E entrega a flor. A pessoa seguinte deve fazer a mesma coisa. Quem trocar ou esquecer algum nome passará a ser chamado pelo nome de um bicho. Por exemplo, gato. Quando tiverem que se referir a ele, os seus vizinhos, em vez de dizerem seu nome, devem chamá-lo pelo nome do bicho.

O animador deve ficar atento e não deixar os participantes entediados. Quanto mais rápido se faz à entrega da flor, mais engraçado fica o jogo.

#### 50. Jogo da verdade

**Participantes:** 25 pessoas

**Material:** Relação de perguntas pré-formuladas, ou sorteio destas.

**Descrição:** Apresentação do tema pelo coordenador, lembrando de ser utilizado o bom senso tanto de quem pergunta como quem responde. Escolhe-se um voluntário para ser interrogado, sentando numa cadeira localizada no centro do círculo (que seja visível de todos), o voluntário promete dizer somente a verdade, pode-se revezar a pessoa que é interrogada se assim achar necessário. Após algumas perguntas ocorre a reflexão sobre a experiência.

#### 51. Jogos de bilhetes

**Participantes:** 7 a 20 pessoas

**Tempo Estimado:** 20 minutos

**Material:** Pedacos de papel com mensagens e fita adesiva.

**Descrição:** Os integrantes devem ser dispostos em um círculo, lado a lado, voltados para o lado de dentro do mesmo. O coordenador deve grudar nas costas de cada integrante um cartão com uma frase diferente. Terminado o processo inicial, os integrantes devem circular pela sala, ler os bilhetes dos colegas e atendê-los, sem dizer o que está escrito no bilhete. Todos devem atender ao maior número possível de bilhetes. Após algum tempo, todos devem voltar a posição original, e cada integrante deve tentar adivinhar o que está escrito em seu bilhete. Então cada integrante deve dizer o que está escrito em suas costas e as razões por que chegou a esta conclusão. Caso não tenha descoberto, os outros integrantes devem auxiliá-lo com dicas. O que facilitou ou dificultou a descoberta das mensagens? Como esta dinâmica se reproduz no cotidiano?

**Sugestões de bilhetes:**

Em quem voto para presidente?

Sugira um nome para meu bebê?

Sugira um filme para eu ver?

Briguei com a sogra, o que fazer?

Cante uma música para mim?

Gosto quando me aplaudem.

Sou muito carente. Me dê um apoio.

Tenho piolhos. Me ajude!

Estou com fome. Me console!

Dance comigo.

Estou com falta de ar. Me leve à janela.

Me descreva um jacaré.

Me ensine a pular.

Tem uma barata em minhas costas!

Dobre a minha manga.

Quanto eu peso?

Estou dormindo, me acorde!

Me cumprimente.

Meu sapato está apertado. Me ajude.

Quantos anos você me dá?

Me elogie.

O que faz o síndico de um prédio?

Sou sócia de quem?

Como conquistar um homem?

Veja se estou com febre.

Chore no meu ombro.

Estou de aniversário, quero meu presente.

Sorria para mim.

Me faça uma careta?

#### 52. Juventude e comunicação

**Desenvolvimento:** distribuir aos participantes papel e convidá-los a fazer um desenho de um homem e uma mulher.

**Anotar na figura:**

Diante dos olhos: as coisas que viu e mais o impressionaram.

Diante da boca: 3 expressões (palavras, atitudes) dos quais se arrependeu ao longo da sua vida.

Diante da cabeça: 3 ideias das quais não abre mão.

Diante do coração: 3 grandes amores.

Diante das mãos: ações inesquecíveis que realizou.

Diante dos pés: piores enroscadas em que se meteu.

**Comentário:**

Foi fácil ou difícil esta comunicação? Porque?

Este exercício é uma ajuda? Em que sentido?

Em qual anotação sentiu mais dificuldade? Por que?

Este exercício pode favorecer o diálogo entre as pessoas e o conhecimento de si mesmo? Por que?

**Iluminação bíblica:** Mc 7, 32-37.

### 53. Karaokê

**Participantes:** Indefinido.

**Tempo Estimado:** 25 minutos.

**Objetivo:** Aprender o nome de todos.

**Material:** Nenhum.

**Descrição:** o coordenador deve pedir para os participantes um círculo e logo depois deve mostrar para todos que eles devem cantar e dançar do mesmo modo que o cantor principal.

O coordenador deve dar início para incentivar e quebrar a timidez. O coordenador deve cantar assim: "O meu nome é Exemplo: Jesus", e todos devem cantar e dançar assim: "O nome de dele é Exemplo: Jesus". Todos devem cantar e dançar em ritmo diferente dos que já cantaram e dançaram.

**Exemplos:** forró, romântica, sertaneja, axé, opera, rock, pagode etc.

### 54. Líder democrático

**Participantes:** 30 pessoas

**Tempo:** 45 minutos

**Material:** caneta; uma cópia da relação de definições e das qualidades;

**Descrição:** o coordenador inicia falando sobre os quatro tipos de líderes, procurando enfatizar as características de cada um

1. Formando subgrupos demonstrará com ênfase, primeiro um líder autoritário, depois mudando o subgrupo demonstra o líder paternalista, com novos voluntários demonstra o líder anárquico e por último demonstra um líder democrático.

2. Após apresentar sem informar qual tipo de líder é, pedir ao grupo para defini-los e nomeá-los um a um, explicando depois um a um.

3. Após a nomenclatura distribui-se as qualidades do líder democrático, para cada membro, e discute-se sobre cada um.

#### Definições:

1. Sabe o que fazer, sem perder a tranquilidade. Todos podem confiar nele em qualquer emergência.
2. Ninguém sente-se marginalizado ou rejeitado por ele. Ao contrário, sabe agir de tal forma que cada um se sente importante e necessário no grupo.
3. Interessar-se pelo bem do grupo. Não usa o grupo para interesses pessoais.
4. Sempre pronto para atender.
5. Mantém calma nos debates, não permitindo abandono do dever.
6. Distingue bem a diferença entre o falso e o verdadeiro, entre o profundo e o superficial, entre o importante e o acessório.
7. Facilita a interação do grupo. Procura que o grupo funcione harmoniosamente, sem dominação.
8. Pensa que o bem sempre acaba vencendo o mal. Jamais desanima diante da opinião daqueles que só veem perigo, sombra e fracassos.
9. Sabe prever, evita a improvisação. Pensa até nos menores detalhes.
10. Acredita na possibilidade de que o grupo saiba encontrar por si mesmo as soluções, sem recorrer sempre à ajuda dos outros.
11. Dá oportunidade para que os outros se promovam e se realizem. Pessoalmente, proporciona todas as condições para que o grupo funcione bem.
12. Faz agir. Toma a sério o que deve ser feito. Obtém resultados.
13. É agradável. Cuida de sua aparência pessoal. Sabe conversar com todos.
14. Diz o que pensa. Suas ações correspondem com suas palavras.
15. Enfrenta as dificuldades. Não foge e nem descarrega o risco nos outros.
16. Busca a verdade com o grupo, e não passa por cima do grupo.

#### Qualidades:

01. Seguro
02. Acolhedor
03. Desinteressado
04. Disponível
05. Firme e suave
06. Juízo maduro
07. Catalisador
08. Otimista
09. Previsor
10. Confiança nos outros
11. Dá apoio
12. Eficaz
13. Sociável
14. Sincero
15. Corajoso
16. Democrático

### 55. Maçã

**Material:** papel e caneta para cada um

**Descrição:** Primeiro se lê o texto base do evangelho: a cura do paralítico que é levado pelos seus amigos. (Lc 5,17-26; Mc 2,1-12; Mt 9,1-8). Assim o coordenador distribui a folha e caneta para todos, e pede para que cada um desenhe uma maçã em sua folha. E na ponta de cada braço cada um deve escrever o nome de um amigo que nos levaria a Jesus. Depois pede-se para desenhar outra maçã e no meio dela colocar o nome de quatro amigos que levaríamos para Jesus.

#### Plenário:

Assumimos nossa condição de amigo de levar nossos amigos até Jesus?

Existem quatro amigos verdadeiros que se tenham comprometido a suportar-me sempre?

Conto incondicionalmente com quatro pessoas para as quais eu sou mais importante de que qualquer coisa?

Tenho quatro pessoas que me levantam, se caio, e corrigem, se erro, que me animam quando desanimo?  
Tenho quatro confidentes, aos quais posso compartilhar minhas lutas, êxitos, fracassos e tentações?  
Existem quatro pessoas com quem eu não divido um trabalho e sim uma vida?  
Posso contar com quatro amigos verdadeiros, que não me abandonariam nos momentos difíceis, pois não me amam pelo que faço, mas, pelo que sou?  
Sou incondicional de quatro pessoas?  
Há quatro pessoas que podem tocar na porta da minha casa a qualquer hora?  
Há quatro pessoas que, em dificuldades econômicas, recorreriam a mim?  
Há quatro pessoas que sabem serem mais importantes para mim, que meu trabalho, descanso ou planos?  
No trecho do evangelho observamos algumas coisas como?  
Lugar onde uns necessitam ajuda e outros prestam o serviço necessário.  
O ambiente de amor, onde os amigos carregam o mais necessitado que não pode caminhar por si mesmo.  
Os amigos se comprometem a ir juntos a Jesus, conduzindo o enfermo para que seja curado por ele.  
Deixar-se servir pelos irmãos.  
Uma vez curado, carregar o peso da responsabilidade.

#### **56. Nome perdido**

**Participantes:** Indefinido.

**Tempo Estimado:** 25 minutos.

**Material:** Um crachá para cada pessoa do grupo e um saco ou caixa de papelão para colocar todos os crachás.

**Descrição:** O coordenador devera recolher todos os crachás colocar no saco ou na caixa; misturar bem todos estes crachás, depõe dê um crachá para cada pessoa. Esta deverá encontrar o verdadeiro dono do crachá, em 1 minuto.

Ao final desse tempo, quem estiver ainda sem crachá ou com o crachá errado, azar! Porque terá que pagar uma prenda.

#### **57. Observação / ação**

**Participantes:** 30 pessoas

**Tempo:** 30 minutos

**Material:** papel e caneta

**Descrição:** o coordenador divide o grupo em um grupo de ação e outro de observação.

O grupo de ação permanece sentado em um círculo interno e o de observação em um círculo externo.

O grupo de ação simula um grupo de jovens que pode debater qualquer tema, enquanto o grupo de observação analisa o outro grupo anotando fatos como quem participa, quem não participa, se existe alguém que monopoliza, se alguém se demonstra tímido e não consegue se expressar após o tempo que se achar necessário volta-se o grupo normal e se discute o que foi observado e vivido.

**Exemplo:** exemplos de coordenação

Forma-se um grupo para demonstrar o primeiro tipo de coordenador, o ditador, utilizando sempre o mesmo tema, este deve sempre mandar no grupo, assumindo ou não responsabilidades dentro do grupo. Após o ditador, forma-se outro grupo para exemplificar o coordenador paternalista que assume todas as responsabilidades que o grupo pode ter, após forma-se outro grupo demonstrando o coordenador que não assume a responsabilidade do grupo, sempre concordando com tudo que é proposto sem colocar em prática na maioria das vezes. E por último entra o coordenador democrático que seria um coordenador perfeito que sabe ouvir as pessoas e "força" o trabalho em grupo.

#### **58. Palavra iluminada**

**Participantes:** 7 a 15 pessoas

**Tempo Estimado:** Indefinido

**Material:** Uma vela e trechos selecionados da Bíblia que tratem do assunto a ser debatido.

**Observação:** Para grupos cujos integrantes já se conhecem, a parte relativa à apresentação pode ser eliminada da dinâmica.

**Descrição:** A iluminação do ambiente deve ser serena de modo a predominar a luz da vela, que simboliza Cristo iluminando os nossos gestos e palavras. Os participantes devem estar sentados em círculo de modo que todos possam ver a todos. O coordenador deve ler o trecho bíblico inicial e comentá-lo, sendo que a pessoa a sua esquerda deve segurar a vela. Após o comentário do trecho, a pessoa que estava segurando a vela passa a mesma para o vizinho da esquerda e se apresenta ao grupo. Em seguida esta pessoa realiza a leitura de outro trecho da bíblia indicado pelo coordenador e faz seus comentários sobre o trecho. Este processo se realiza sucessivamente até que o coordenador venha a segurar a vela e se apresentar ao grupo. Então, o coordenador lê uma última passagem bíblica que resuma todo o conteúdo abordado nas passagens anteriores. Após a leitura desta passagem, os integrantes do grupo devem buscar a opinião do grupo como um todo, baseado nos depoimentos individuais, sobre o tema abordado. Quando o consenso é alcançado apaga-se à vela. Por último pode-se comentar a importância da Luz (Cristo) em todos os atos de nossas vidas.

#### **59. Palavra que transforma**

**Material:** uma bolinha de isopor, um giz, um vidrinho de remédio vazio, uma esponja e uma vasilha com água.

**Desenvolvimento:** Primeiro se explica que a água é a palavra de Deus e que o objeto somos nós, depois se coloca a água na vasilha, e alguém mergulha o isopor, após ver o que ocorre com o isopor, mergulhar o giz, depois a vidro de remédio e por último a esponja.

**Então refletimos:**

Como a Palavra de Deus age na minha vida?

Eu estou agindo como o isopor que não absorve nada e também não afunda ou aprofunda?

Ou estou agindo como o giz que guarda a água para si sem partilhar com ninguém?

Ou ainda agimos como o vidrinho que tinha água só para passar para os outros, mas sem guardar nada para si mesmo?

Ou agimos como a esponja absorvendo bem a água e mesmo espremendo continuamos com água?

**Iluminação Bíblica:** Is 40,8; Mt 7,24; 2Tm 3,16.

#### **60. Pare**

**Participantes:** 30 pessoas

**Tempo:** 45 minutos

**Material:** caneta e papel em branco

**Descrição:** a técnica do "PARE" usa-se quando se nota pouco integração grupal, quando há bloqueios, para maior presença consciente, para descobrir a evolução do grupo.

O exercício processa-se assim:

A um dado momento, durante a sessão, interrompe-se tudo, distribui-se uma papeleta em branco para cada membro participante e, a pedido do coordenador, todos deverão escrever em poucas palavras o que gostariam de ouvir, de falar ao grupo, de fazer, no momento;

O preenchimento de papeleta será feito anonimamente;

Uma vez preenchidas, recolhem-se às papeletas dobradas, e após embaralhá-las, processa-se a redistribuição;

A seguir, a pedido do coordenador, todos, um a um irão ler em público o conteúdo das papeletas;

Finalizando o exercício, seguem-se os depoimentos a respeito.

#### **61. Partilha**

**Participantes:** Indefinido.

**Tempo Estimado:** 15 minutos.

**Material:** lápis ou caneta e uma folha de papel em branco para cada participante.

**Descrição:** Formar um círculo e entregar uma folha em branco para cada participante, juntamente caneta ou lápis.

Pedir para todos iniciarem uma História qualquer que simboliza o seu cotidiano dentro da comunidade, da igreja.

Cada membro terá 35 segundos para essa parte e depois deste tempo passa para o membro da esquerda do grupo.

Pedir para um membro do grupo levar uma história concluída e partilhar alguns fatos e falar se a história terminou do jeito que ele estava imaginando.

#### **62. Pessoas balões**

**Participantes:** Indefinido.

**Tempo Estimado:** 15 minutos.

**Material:** Um balão cheio e um alfinete.

**Descrição:** O coordenador deve explicar aos participantes por que certas pessoas em determinados momentos de sua vida, se parecem com os balões:

Alguns estão aparentemente cheios de vida, mas por dentro nada mais têm do que ar;

Outros parecem ter opinião própria, mas se deixam lavar pela mais suave brisa;

Por fim, alguns vivem como se fossem balões cheios, prestes a explodir; vasta que alguém os provoque com alguma ofensa para que (neste momento estoura-se um balão com um alfinete) "estourem". Pedir que todos deem sua opinião e falem sobre suas dificuldades em superar críticas e ofensas.

#### **63. Pizza**

**Participantes:** 7 a 15 pessoas

**Tempo Estimado:** 30 minutos

**Material:** Lápis e papel para os integrantes.

**Descrição:** O coordenador propõe temas a serem debatidos pelo grupo. Cada integrante é motivado para que defina qual a importância dos diferentes temas para si mesmo. Dentre os temas propostos pode-se ter temas como: drogas, sexo, namoro, política, amizade, espiritualidade, liturgia, família, educação, saúde, segurança, esportes, etc. Os temas devem ser identificados por um número ou uma letra (de preferência a primeira letra do tema). Em seguida, cada integrante deve desenhar um círculo e dividi-lo de acordo com a proporção de importância que tem para com cada tema. As divisões devem ser identificadas pelos números ou letras definidos anteriormente para os temas. Temas se nenhuma importância para o integrante podem ser simplesmente desconsiderados pelo mesmo. Então, cada integrante apresenta seu desenho ao grupo comentando suas opções. Em contrapartida, o grupo pode opinar sobre estas opções e se as mesmas correspondem ao que o grupo esperava do integrante.

#### **64. Presente da alegria**

**Participantes:** 3 a 10 pessoas

**Tempo:** 5 minutos por participante;

**Material:** lápis e papel;

**Descrição:** O coordenador forma subgrupos e fornece papel para cada participante;

A seguir, o coordenador fará uma exposição, como segue: "muitas vezes apreciamos mais um presente pequeno do que um grande. Muitas vezes ficamos preocupados por não sermos capazes de realizar coisas grandes e negligenciamos de fazer coisas menores, embora de grande significado. Na experiência que segue, seremos capazes de dar um pequeno presente de alegria para cada membro do grupo";

Prosseguindo, o coordenador convida os membros dos subgrupos para que escrevam uma mensagem para cada membro do subgrupo. A mensagem visa provocar em cada pessoa sentimentos positivos em relação a si mesmo;

O coordenador apresenta sugestões, procurando induzir a todos a mensagem para cada membro do subgrupo, mesmo para aquelas pessoas pelas quais não sintam grande simpatia.

Na mensagem dirá:

1. Procure ser específico, dizendo, por exemplo: "gosto do seu modo de rir toda vez que você se dirige a uma pessoa", em vez de: "eu gosto de sua atitude", que é mais geral;
2. Procure escrever uma mensagem especial que se enquadre bem na pessoa, em vez de um comentário que se aplique a várias pessoas;
3. Inclua todos, embora não conheça suficientemente bem. Procure algo de positivo em todos;
4. Procure dizer a cada um o que observou dentro do grupo, seus pontos altos, seus sucessos, e faça a colocação sempre na primeira pessoa, assim: "eu gosto" ou "eu sinto";
5. Diga ao outro o que encontra nele que faz você ser mais feliz;

Os participantes poderão, caso queiram, assinar a mensagem; Escritas às mensagens, serão elas dobradas e colocadas numa caixa para ser recolhidas, a seguir, com os nomes dos endereçados no lado de fora.

#### **65. Presente de amigo**

**Participantes:** 10 a 30 pessoas

**Tempo Estimado:** 30 minutos

**Material:** Lápis e papel para os integrantes

**Descrição:** O coordenador divide o grupo em subgrupos de quatro a seis integrantes e, em seguida, expõe o seguinte: "Muitas vezes apreciamos mais um presente pequeno do que um grande. Muitas vezes ficamos preocupados por não sermos capazes de realizar coisas grandes e negligenciamos de fazer coisas menores, embora de grande significado. Na experiência que segue, seremos capazes de dar um pequeno presente de alegria para alguns integrantes do grupo". Prosseguindo, o coordenador convida os integrantes para que escrevam mensagens para todos os integrantes de seu subgrupo. As mensagens devem ser da seguinte forma:

- a) Provocar sentimentos positivos no destinatário com relação a si mesmo;
- b) Ser mais específicas, descrevendo detalhes próprios da pessoa ao invés de características muito genéricas;
- c) Indicar os pontos positivos da pessoa dentro do contexto do grupo;
- d) Ser na primeira pessoa;
- e) Ser sinceras;
- f) Podem ser ou não assinadas, de acordo com a vontade do remetente.

As mensagens são dobradas e o nome do destinatário é colocado do lado de fora. Então elas são recolhidas e entregues aos destinatários. Depois que todos tiverem lido as mensagens, segue-se à conclusão da dinâmica com um debate sobre as reações dos integrantes.

## 66. Riqueza dos nomes

**Participantes:** Indefinido.

**Tempo Estimado:** 30 minutos.

**Material:** Tiras de papel ou cartolina, pincel atômico ou caneta hidrográfica, cartaz para escrever as palavras montadas ou quadro-negro.

**Descrição:** Os participantes de um grupo novo são convidados pelo coordenador a andar pela sala se olhando, enquanto uma música toca.

Quando o som para, escolher um par e ficar ao lado dele (a). Cumprimentar-se de alguma forma, com algum gesto (aperto de mão, abraço, beijo no rosto e etc). Colocar novamente os pares a andar pela sala (desta vez são os dois andando juntos). Assim que para a música, devem se associar a outro par (fica o grupo com quatro pessoas).

Cada participante do grupo composto de quatro pessoas recebe uma cartolina e coloca nela seu nome (tira de papel também serve).

Após mostrar o nome para os outros três companheiros, os participantes deste pequeno grupo juntarão uma palavra com estas sílabas (servem apenas as letras).

**Exemplo:** Anderson + JÚlio + DAiane = Ajuda

Aírton + RoMilton + ZAira + SanDEr = Amizade

Colocar a palavra formada num quadro-negro ou cartolina e o grupo falará sobre ela e sua importância na vida.

## 67. Salmo da vida

**Participantes:** 10 a 20 pessoas

**Tempo Estimado:** 45 minutos

**Material:** Lápis e papel para os integrantes.

**Descrição:** Cada integrante deve escrever a história de sua vida, destacando os acontecimentos marcantes. O coordenador deve alertar o grupo de que experiências de dor e sofrimento podem ser vistas como formas de crescimento e não simples acontecimentos negativos. Em seguida, os integrantes devem se perguntar qual foi à experiência de Deus que fizeram a partir dos acontecimentos descritos ou no decorrer de suas vidas. Depois devem escrever o salmo da vida, da sua vida, uma oração de louvor, agradecimento, pedido de perdão e/ou clamor. O desenvolvimento dos salmos deve-se realizar em um ambiente de paz e reflexão. Então, os integrantes devem ser divididos em subgrupos de três ou quatro pessoas onde cada integrante deve partilhar sua oração. Depois o grupo é reunido e quem quiser pode apresentar sua oração ao grupo. Por último é realizado um debate sobre os objetivos da dinâmica e a experiência que a mesma trouxe para os integrantes. Algumas questões que podem ser abordadas: Como se sentiu recordando o passado? O que mais chamou a atenção? Qual foi a reação para com acontecimentos tristes? Como tem sido a experiência com Deus? Qual a importância Dele em nossas vidas? Pode-se ainda comparar os salmos redigidos com os salmos bíblicos.

## 68. Semeando a amizade

**Participantes:** 7 a 15 pessoas

**Tempo Estimado:** 30 minutos

**Material:** Três vasos, espinhos, pedras, flores e grãos de feijão.

**Descrição:** Antes da execução da dinâmica, deve-se realizar a leitura do Evangelho de São Mateus, capítulo 13, versículos de 1 a 9. Os espinhos, as pedras e as flores devem estar colocados cada qual em um vaso diferente. Os vasos devem estar colocados em um local visível a todos os integrantes. Nesta dinâmica, cada vaso representa um coração, enquanto que grãos de feijão, representam as sementes descritas na leitura preliminar. Então, cada integrante deve semear um vaso, que simboliza uma pessoa que deseje ajudar, devendo explicar o porquê de sua decisão. Pode-se definir que as pessoas citadas sejam outros integrantes ou qualquer pessoa. Além disso, se o tempo permitir, pode-se utilizar mais que uma semente por integrante.

## 69. Sentindo o Espírito Santo

**Participantes:** indefinido.

**Tempo Estimado:** 15 minutos.

**Material:** Uvas ou balas.

**Descrição:** O coordenador deve falar um pouco do Espírito Santo para o grupo. Depois o coordenador da dinâmica deve mostrar o cacho de uva e perguntar a cada um como ele acha que está o sabor destas uvas.

Obviamente alguns irão discordar a respeito do sabor destas uvas, como: acho que esta doce, que esta azeda, que esta suculenta etc.

Após todos terem respondido o coordenador entrega uma uva para cada um comer. Então o coordenador deve repetir a pergunta (como está o sabor desta uva?).

**Mensagem:** Só saberemos o sabor do Espírito Santo se provarmos e deixarmos agir em nós.

## 70. Ser igreja

**Participantes:** Indefinido.

**Tempo Estimado:** 10 a 15 minutos.

**Material:** Uma folha em branco para cada um.

**Descrição:** Entregar uma folha de papel ofício para os participantes.

Pedir para todos ao mesmo tempo, movimentar as folhas e observar; todos unidos formarão uma sintonia alegre, onde essa sintonia significa nossa caminhada na catequese, e quando iniciam alguma atividade estaremos alegres e com isso teremos coragem de enfrentar tudo, quando catequizar é nossa salvação.

Mas no decorrer do tempo, as dificuldades aumentaram, ficamos desmotivados por causa das fofocas, reclamações, atritos etc. Com isso surgem as dificuldades, os descontentamentos.

Juntos vamos amassar a nossa folha para que não rasque, e voltaremos a movimentar a folha movimente todos juntos, verificando que não existe a sintonia alegre, agora só resta silêncio.

Pegaremos essa folha, colocando-a no centro da mão e fechando a mão, torcendo o centro da folha, formará uma flor.

Essa flor será nossa motivação, nossa alegria daqui pra frente dentro da catequese.



**Comentário:** É um convite para uma esperança, para que assumamos a responsabilidade de realizar a vida. Todos nós apenas uma parcela pessoal e social, nessa construção de uma humanidade nova? Cheia de esperança e realizações. (leitura MC 3, 31 - 35).

#### **71. Temores e esperanças**

**Participantes:** 25 - 30 pessoas

**Tempo:** 30 minutos

**Material:** Uma folha em branco e caneta, cartolina ou papelógrafo.

**Descrição:** O coordenador começa falando que todo mundo tem medos e esperanças sobre qualquer coisa, e se tratando sobre um grupo de jovens isso também ocorre, e essa dinâmica serve para ajudar a expressar esses medos.

**A dinâmica segue assim:**

Formação de subgrupos de 4 a 7 pessoas.

Distribuição de uma folha em branco e uma caneta para cada subgrupo, seria bom que cada subgrupo tivesse um secretário para fazer anotações sobre o que for falado.

Em seguida cada subgrupo devesse expressar seus temores e esperanças com relação ao trabalho que será feito.

Após cada subgrupo deverá expor suas conclusões ao coordenador que anotará na cartolina ou no papelógrafo e demonstrará que não são muito diferentes dos demais.

#### **72. Tempestade mental**

**Participantes:** Indefinido.

**Tempo Estimado:** 1 hora;

**Material:** Papel, caneta, cartolina;

**Descrição:** O coordenador inicia dando um exemplo prático:

O coordenador forma subgrupos de aproximadamente seis pessoas. Cada subgrupo escolherá um secretário que anotará tudo;

Formados os subgrupos, o coordenador dirá as regras do exercício: não haverá crítica durante todo exercício, acerca do que for dito; quanto mais extremada a ideia, tanto melhor, deseja-se o maior número de ideias.

##### **1ª fase:**

O coordenador apresenta o problema a ser resolvido. Por exemplo: um navio naufragou, e um dos sobrevivente nadou até alcançar uma ilha deserta. Como poderá salvar-se: o grupo terá 15 minutos para dar ideias.

##### **2ª fase:**

Terminado, o coordenador avisa que terminou o tempo e que a crítica é proibida. Inicia-se a avaliação das ideias e a escolha das melhores.

##### **3ª fase:**

No caso de haver mais subgrupos, o animador pede que seja organizada uma lista única das melhores ideias.

##### **4ª fase:**

Forma-se o plenário. Processa-se a leitura das melhores ideias, e procura-se formar uma pirâmide cuja base serão as ideias mais válidas.

#### **73. Terremoto**

**Participantes:** Devem ser múltiplos de três e sobrar um. Ex: 22 (7x3 = 21, sobra um).

**Tempo Estimado:** 40 minutos.

**Material:** Para essa dinâmica só é necessário um espaço livre para que as pessoas possam se movimentar

**Descrição:** Dividir em grupos de três pessoas lembre-se que deverá sobrar um. Cada grupo terá 2 paredes e 1 morador. As paredes deverão ficar de frente uma para a outra e dar as mãos (como no túnel da quadrilha da Festa Junina), o morador deverá ficar entre as duas paredes. A pessoa que sobrar deverá gritar uma das três opções abaixo:

**MORADOR!!!!** - Todos os moradores trocam de "paredes", devem sair de uma "casa" e ir para a outra. As paredes devem ficar no mesmo lugar e a pessoa do meio deve tentar entrar em alguma "casa", fazendo sobrar outra pessoa.

**PAREDE!!!!** - Dessa vez só as paredes trocam de lugar, os moradores ficam parados. Obs: As paredes devem trocar os pares. Assim como no anterior, a pessoa do meio tenta tomar o lugar de alguém.

**TERREMOTO!!!!** - Todos trocam de lugar, quem era parede pode virar morador e vice-versa. Obs: NUNCA dois moradores poderão ocupar a mesma casa, assim como uma casa também não pode ficar sem morador. Repetir isso até cansar...

**Conclusão:** Como se sentiram os que ficaram sem casa? Os que tinham casa pensaram em dar o lugar ao que estava no meio? Passar isso para a nossa vida: Nos sentimos excluídos no grupo? Na Escola? No Trabalho? Na Sociedade? Sugestão: Quanto menor o espaço melhor fica a dinâmica, já que isso propicia várias trombadas. É muito divertido!!!

#### **74. Teste de resistência**

**Participantes:** Indefinido.

**Tamanho:** 30 pessoas

**Tempo Estimado:** 40 minutos

**Descrição:** este exercício é muito válido, sendo aplicado depois que o grupo já atingiu um determinado grau de solidariedade e conhecimento mútuo, e sendo por todos aceito. Para sua realização:

Dois ou três participantes, voluntários ou escolhidos pelo grupo, um de cada vez implacavelmente vai a passarela em frente de cada participante e diz-lhe tudo o que lhe parece saber, os aspectos positivos, negativos e reticências;

Havendo tempo e interesse, é ótimo que todos o façam, constituindo, assim, tantas "fotos" de cada indivíduo, quantos forem os participantes;

Este exercício permite, entre outras, a seguinte variação: o coordenador poderá pedir que cada participante aponte os aspectos positivos, negativos e reticências do seu colega sentado à direita.

## **76. Troca de um segredo**

**Participantes:** 15 a 30 pessoas.

**Tempo Estimado:** 45 minutos.

**Material:** Lápis e papel para os integrantes.

**Descrição:** O coordenador distribui um pedaço de papel e um lápis para cada integrante que deverá escrever algum problema, angústia ou dificuldade por que está passando e não consegue expressar oralmente. Deve-se recomendar que os papéis não sejam identificados a não ser que o integrante assim desejar. Os papéis devem ser dobrados de modo semelhante e colocados em um recipiente no centro do grupo. O coordenador distribui os papéis aleatoriamente entre os integrantes. Neste ponto, cada integrante deve analisar o problema recebido como se fosse seu e procurar definir qual seria a sua solução para o mesmo. Após certo intervalo de tempo, definido pelo coordenador, cada integrante deve explicar para o grupo em primeira pessoa o problema recebido e solução que seria utilizada para o mesmo. Esta etapa deve ser realizada com bastante seriedade não sendo admitidos quaisquer comentários ou perguntas. Em seguida é aberto o debate com relação aos problemas colocados e as soluções apresentadas.

### **Possíveis questionamentos:**

Como você se sentiu ao descrever o problema?

Como se sentiu ao explicar o problema de um outro?

Como se sentiu quando o seu problema foi relatado por outro?

No seu entender, o outro compreendeu seu problema?

Conseguiu se pôr na sua situação?

Você sentiu que compreendeu o problema da outra pessoa?

Como você se sentiu em relação aos outros membros do grupo?

Mudaram seus sentimentos em relação aos outros, como consequência da dinâmica?

## **77. Tubarão**

**Participantes:** Indefinido.

**Material:** Um local espaçoso.

**Desenvolvimento:** O animador explica a dinâmica: imaginem que agora estamos dentro de um navio, e neste navio existem apenas botes salva-vidas para um determinado número de pessoas, quando for dita a frase "Ta afundando", os participantes devem fazer grupos referentes ao número que comporta cada bote, e quem ficar fora do grupo será "devorado" pelo tubarão (deve-se escolher uma pessoa com antecedência para ser o tubarão).

O número de pessoas no bote deve ser diminuído ou aumentado, dependendo do número de pessoas.

### **Responder às seguintes perguntas:**

Quem são os tubarões nos dias de hoje?

Quem é o barco?

Quem são os botes?

Alguém teve a coragem de dar a vida pelo irmão?

## **78. A teia da amizade**

**Participantes:** 20 pessoas.

**Tempo Estimado:** 10 a 15 minutos.

**Material:** Um rolo (novelo) de fio ou lã.

**Descrição:** Dispor os participantes em círculo.

O coordenador toma nas mãos um novelo (rolo, bola)

de cordão ou lã. Em seguida prende a ponta do mesmo em um dos dedos de sua mão.

Pedir para as pessoas prestarem atenção na apresentação que ele fará de si mesmo. Assim, logo após se apresentar brevemente, dizendo que é, de onde vem, o que faz etc, joga o novelo para uma das pessoas à sua frente.

Está pessoa apanha o novelo e, após enrolar a linha em um dos dedos, irá repetir o que lembra sobre a pessoa que terminou de se apresentar e que lhe atirou o novelo. Após fazê-lo, essa segunda pessoa irá se apresentar, dizendo quem é, de onde vem, o que faz etc...

Assim se dará sucessivamente, até que todos do grupo digam seus dados pessoais e se conheçam. Como cada um atirou o novelo adiante, no final haverá no interior do círculo uma verdadeira teia de fios que os une uns aos outros.

Pedir para as pessoas dizerem:

O que observaram;

O que sentem;

O que significa a teia;

O que aconteceria se um deles soltasse seu fio etc.

**Mensagem:** Todos somos importantes na imensa teia que é a vida; ninguém pode ocupar o seu lugar.

## **79. A palavra – imã**

**Participantes:** indefinido.

**Tempo Estimado:** 25 minutos.

**Material:** Cartolina ou papel, pincel atômicos ou canetas.

**Descrição:** Dispor os participantes em círculo.

O coordenador deverá escrever no centro de uma cartolina a palavra-chave, o tema do encontro. (Por exemplo:Escrever a palavra amor). Pedir para cada participante escrever em torno da palavra-chave aquilo que lhe vier à cabeça sobre a palavra-chave. No final da dinâmica, todos conversarão sobre o que escreveram, o que sentiram.

**Mensagem:** Todas as pessoas possuem no seu interior uma parcela de verdade que necessita vir à tona algum dia.

## 80. O barco

**Participantes:** Indefinido.

**Tempo Estimado:** 10 a 15 minutos.

**Material:** Uma folha em branco para cada um.

**Descrição:** Somos chamados por Deus à vida, e esta nossa vida nós podemos representar como um barco que navega em alto mar. (fazer o barco de papel).

Há momentos da nossa vida que este mar se mostra calmo, mas em muitos momentos nós navegamos por entre tempestades que quase nos leva à naufragar. Para não correremos o risco de naufragar precisamos equilibrar bem o peso de nosso barco, e para isso vejamos o que pode estar pesando dentro desse barco.

O barco pesa do lado direito. São as influências do mundo. Ex: Ambição, drogas, televisão, inveja, etc.

Vamos tirar de dentro do nosso barco tudo isso para que ele se equilibre novamente. (Cortar a ponta do lado direito do barco)

Navegamos mais um pouco e de repente percebemos que o outro agora é que está pesado, precisamos tirar mais alguma coisa deste barco. Deste lado do barco está pesando: Egoísmo, infidelidade, impaciência, desamor, falta de oração, etc. (Cortar a ponta do lado esquerdo do barco)

Percebemos agora que existe uma parte do barco que aponta pra cima, é a nossa fé em Jesus que nós queremos ter sempre dentro do nosso barco, esta nossa fé nós vamos guardar e cuidar com carinho para nos sustentar na nossa jornada. (Cortar a ponta de cima do barco e colocar em algum lugar visível)

Vamos abrir este nosso barco e ver como ficou (Abrindo parece uma camisa)

Está é a camisa do Cristão, somos atletas de Cristo, e como bom atleta que somos temos que usar muito essa camisa para que nosso time sempre vença (colocar alguma coisa sobre o nosso dever de ser cristão)

Depois de suarmos esta camisa, nós podemos ter certeza disto (Abrir a camisa e mostrar a cruz sinal da certeza da nossa Salvação)

Só conseguiremos esta salvação se assumirmos a proposta de Cristo (Olhando através da cruz podemos ver nosso próximo e entender suas necessidades)

Como vamos nos manter firmes nesta caminhada de cristão não deixando que nosso barco afunde. Temos que nos alimentar, e aqui está o único e verdadeiro alimento para nossa alma, que nos faz fortes e perseverantes (Esta pontinha do barco que guardamos - mostrar e perguntar o que é, resposta: eucaristia - está é a certeza que Jesus estará sempre dentro do nosso barco para enfrentar conosco qualquer tempestade).

**Obs.:** Os quatro pedaços de papel que retiramos da ponta do barco são os remos. Nós usamos dois remos e os outros dois remos são de Jesus que está sempre em toda nossa caminhada nos ajudando.

(leitura Mt 8, 23 - 27).

## 81. Palavra chave

**Participantes:** Indefinido.

**Tempo Estimado:** 10 a 15 minutos.

**Material:** Bíblia.

**Descrição:** Essa brincadeira segue uma certa lógica que será explicada para o grupo;

**A lógica é:** Com a palavra chave na mão, deve-se com o auxílio da Bíblia, procurar um versículo que se enquadre com a palavra chave. Anotar esse versículo e a citação Bíblica.

**Exemplo:** casamento: No terceiro dia, houve uma festa de casamento em Cana da Galileia, e a mãe de Jesus estava aí. (Jo 2, 1)

Outras sugestões de palavras-chave:

Pedra, pedreira, pedregulho ("Tu és Pedro")

Pobre, pobreza ("bem aventurados os pobres...")

Oração, oratório, templo, culto ("Jesus se afastava da multidão para rezar")

Criança ("deixai vir a mim os pequeninos").

Mulher ("tua fé te salvou")

Semente ("se tu tiver fé do tamanho de um grão de mostarda, serás salvo")

Ouvido ("as minhas orelhas ouvem a tua voz")

## 82. João Bobo

**Participantes:** Indefinido.

**Tempo Estimado:** 10 a 15 minutos.

**Material:** Pano para vendar os olhos de um menino

**Descrição:** Forma-se um círculo com todos os participantes. Um deles somente deve ficar de fora.

Nada deve ser explicado até nesse momento. Escolhe-se uma pessoa (ela será o João Bobo - de preferência um menino) e retira da sala. Enquanto isso se explica a brincadeira para todos os participantes que ficaram na sala.

A pessoa escolhida, e que foi retirada da sala, deve ser orientada para não ter medo e para se deixar levar durante a brincadeira. Certifique-a de que não irá se machucar.

Só então, traz-se a pessoa já vendada para dentro da sala, coloca-a no centro do círculo e a brincadeira começa! As pessoas devem empurrá-la devagar, de um lado para o outro, brincando realmente de "João Bobo".

**Objetivo:** O objetivo dessa dinâmica é atingido quando há empenho de toda a roda para que o amigo que está no centro não caia. A pessoa vendada deve comentar depois de terminada a dinâmica sobre a confiança que teve que depositar em todo o grupo.

Essa dinâmica além de muito divertida promove união, e confiança entre os membros do grupo. Deve-se refletir também sobre a amizade entre o grupo e com Deus, pois se há um amigo com quem podemos contar, é Deus!

### 83. Nome e significado

**Participantes:** Indefinido.

**Tempo Estimado:** 10 a 15 minutos.

**Material:** Livro com o significado dos nomes (veja no nosso site)

**Descrição:** Faça o download dos significados dos nomes que temos em nosso site. (ou então procure em algumas bancas de jornal algum livro com os significados dos nomes).

Pesquise os nomes de todas as pessoas do seu grupo, e os significados.

Prepare fichas, na forma de quebra-cabeça, uma parte é o nome, a outra é o significado.

Distribua duas partes para cada pessoa: pode ser dela mesma, ou outro nome, e sempre com o significado desencontrado.

Diga aos participantes que andem pela sala, procurando encontrar pares corretos de nome e significado, montando cada quebra-cabeça numa mesa ou no chão, a medida que encontram os pares; até que todos os nomes tenham sido montados.

Cada um deve então pegar o seu próprio nome com o significado correto e depois, um a um lê em voz alta o seu nome e o significado para os demais.

Você pode então promover uma conversa com os participantes:

Quem se surpreendeu com o significado do seu nome? Porque?

Quem passou a gostar mais do seu nome depois de saber o que significa?

Por que nosso nome é importante para nós?

Será que Deus sabe o nosso nome?

O que quer dizer o texto de Isaías "Chamei-te pelo teu nome, tu és meu!" e o que isso tem de importante na nossa vida?

Quais eram os nomes de Jesus (Emanuel, Cristo, Nazareno, etc.) - pesquisar na Bíblia os seus significados, etc.

### 84. Ser Igreja

**Participantes:** Indefinido.

**Tempo Estimado:** 10 a 15 minutos.

**Material:** Algumas bexigas (mais de 3 bexigas)

**Descrição:** Entregar as bexigas aos participantes e pedir que eles fiquem brincando com as bexigas um passando para o outro sem deixá-las cair no chão.

Ir aos poucos retirando cada pessoa do círculo, uma a uma e perceber como aumenta a dificuldade dos últimos para deixar tantas bexigas no ar.

Depois de terminada a dinâmica, incentivar o debate e explicar aos adolescentes que a Igreja está dentro de cada um, e que todos devem participar, pois cada um tem um lugar especial na Igreja. A Igreja, assim como as bexigas não podem se sustentar no ar, isto é, sozinha ou com poucas pessoas, ela precisa de todos nós.

### 85. Somos criação de Deus

**Participantes:** Indefinido.

**Tempo Estimado:** 30 minutos.

**Material:** Caneta e papel para todos os participantes

**Objetivo:** Na adolescência somos facilmente influenciados por nossos amigos. Nesta dinâmica, queremos mostrar que Deus deve ser a principal influência em nossa vida, e que nem sempre agir como o grupo age ou exige é saudável para cada um.

**Descrição:** Sentados em círculo, cada um recebe uma folha e uma caneta; escreve o nome e faz um desenho que represente a si mesmo (pode ser um boneco de "palitinhos" ou com detalhes), deixar uns 2 a 3 minutos, incentivar os preguiçosos e os tímidos. Observar o desenho: ele está pronto, mais ou menos, o que você gostaria de fazer?

Agora cada um passa o desenho para o colega do lado direito, pedir que ele acrescente uma coisa ao desenho, passar novamente para a direita, repetir o processo umas duas ou três vezes. Devolver o desenho ao dono.

Observar o que foi acrescentado. Conversar sobre Deus ter nos criado (e repetir essa pergunta: o desenho está pronto, mais ou menos, o que você gostaria de fazer?). O que Deus quer de nós? E as pessoas com quem convivemos, nos influenciam? (O que elas nos dizem pode nos influenciar, o que fazem professores, amigos, acrescentam algo a nós?)

Perguntar sobre a característica que nos diferencia das outras pessoas: que temos Cristo como Salvador; desenhar um coração e uma cruz dentro dele na nossa figura. Será que estamos prontos aos olhos de Deus, o que mais falta em nós? (Deixar um minuto de oração silenciosa onde cada um deve pedir que Deus termine de "desenhá-los")

### 86. Dois Círculos

**Participantes:** Indefinido, mas é importante que seja um número par de pessoas.

Se não for o caso, o coordenador da dinâmica pode requisitar um "auxiliar".

**Tempo Estimado:** 30 minutos.

**Material:** uma música animada, tocada ao violão ou com gravador.

**Objetivo:** motivar um conhecimento inicial, para que as pessoas aprendam aos menos o nome das outras antes de se iniciar uma atividade em comum.

**Descrição:** formam-se dois círculos, um dentro do outro, ambos com o mesmo número de pessoas. Quando começar a tocar a música, cada círculo gira para um lado. Quando a música para de tocar, as pessoas devem se apresentar para quem parar à sua frente, dizendo o nome e alguma outra informação que o coordenador da dinâmica achar interessante para o momento.

Repete-se até que todos tenham se apresentado. A certa altura, pode-se, também, misturar as pessoas dos dois círculos para que mais pessoas possam se conhecer.

### **87. A candidatura**

**Participantes:** grupos de cinco pessoas se houver mais de 10 participantes.

**Tempo Estimado:** 30 minutos.

**Material:** papel e caneta.

**Objetivo:** expressar de maneira simpática o valor que têm as pessoas que trabalham conosco.

**Descrição:** cada grupo deve escolher um candidato para determinada missão. Por exemplo, ser presidente da associação de moradores, ser dirigente de um clube esportivo, etc. Cada participante coloca no papel as virtudes que vê naquela pessoa indicada para o cargo e como deveria fazer a propaganda de sua candidatura. O grupo coloca em comum o que cada um escreveu sobre o candidato e faz uma síntese de suas virtudes. Prepara a campanha eleitoral e, dependendo do tempo disponível, faz uma experiência da campanha prevista.

O grupo avalia a dinâmica, o candidato diz como se sentiu, O grupo explica por que atribuiu determinadas virtudes e como se sentiram na campanha eleitoral.

## ***Dinâmicas para Crianças*** <sup>5</sup>

### **CACHORRO E GATO CEGO**

IDADE: 7 anos

OBJ. ESP.: Audição, atenção

MATERIAL: Lenços

LOCAL: Sala, quadra, pátio

Formação: círculos

Organização: alunos em círculos que irão dois para o centro; um será o cachorro e outro o gato. Veda-se os olhos de ambos

Execução: toda vez que o cachorro latir o gato miará e o cachorro tentará pega-lo. Se conseguir, irão outros ao centro.

### **QUAL O PERFUME?**

IDADE: 9 anos em diante

SEXO: Ambos

OBJ. ESP.: Desenvolver o olfato

MATERIAL: Frutas, perfumes, loções, etc

Formação: círculos

Organização: alunos em círculos, sendo que um irá para o centro com olhos vendados

Execução: o professor dará ao alunos do centro para cheirar o perfume e dirá: - deverás reconhecer este aroma entre outros que vou te dar. Em seguida dará alvejante, etc... Este deverá identificar, entre outros qual foi o primeiro, etc.

### **TOCAR O CEGO**

IDADE: Todas

OBJ. ESP.: Desenvolvimento-perspectivo

LOCAL: Ar-livre, salão

Formação: círculo

Organização: alunos sentados em círculo. Ao centro, um colega de olhos vendados

Execução: um colega do círculo se levantará, tocará o ceguinho e se sentará novamente. Pelos movimentos feitos, o cego tentará adivinhar quem o tocou.

### **COM QUEM ESTARÁ A BOLA?**

IDADE: 9 anos

OBJ. ESP.: Atenção, perspicácia

MATERIAL: Bola

LOCAL: Pátio, gramado

Formação: círculo

Organização: alunos em círculo, pernas cruzadas, um aluno sentado no centro com olhos vendados

Execução: os companheiros passam a bola entre si e ao sinal do professor coloca as mãos para trás escondendo a bola. O aluno que está no centro, abre os olhos e aponta aquele que imagina estar com a bola. Se errar repete o jogo.

### **GARRAFA MÁGICA**

IDADE: 8 anos em diante

OBJ. ESP.: Desenvolver a imaginação

MATERIAL: Uma garrafa

LOCAL: Sala, pátio

Formação: círculo

Organização: os alunos em círculo, o professor no centro

Execução: o professor gira a garrafa no solo e quando esta parar apontará na direção de um aluno. Este deverá ir para o centro e executar uma tarefa determinada pela turma ou professor.

### **COMER A MAÇÃ**

IDADE: 9 anos em diante

OBJ. ESP.: Controle Emocional

MATERIAL: Maçã

LOCAL: Quadra, pátio

Formação: fileiras

Organização: em fileiras, tendo na frente das mesmas, maçãs penduradas

Execução: ao sinal procurar morder a maçã que lhe corresponde, sem segura-la, dentro de um tempo determinado. Vencerá a fileira que obtiver maior número de pontos, por mordida, ou que morder a maçã primeiro, ou ainda o que comer a maçã primeiro.

### **O CACHORRO E O OSSO**

IDADE: 7 anos

OBJ. ESP.: Atenção, audição

MATERIAL: Qualquer objeto

LOCAL: pátio, gramado

Formação: círculo

Organização: os alunos em círculos. Um sentado ao centro tendo olhos vendados, que será o cachorro. Perto de si haverá um objeto “o osso”

Execução: dado o sinal, o professor indicará um dos alunos no círculo que tentará cautelosamente pegar o osso. Percebendo o ruído, o cachorro latirá e indicará o lado do ruído. Ao acertar a direção o professor indicará outro aluno. Se um conseguir e não for adivinhado se tira as vendas e tenta adivinhar.

### **O MICO**

IDADE: 7 anos em diante

OBJ. ESP.: Atenção, agilidade

MATERIAL: Bolas

LOCAL: Quadra, gramado, pátio

Formação: círculo

Organização: em círculo, ficando dois alunos que se defrontam, de posse de uma bola. Uma bola será designada “MICO”

Execução: ao sinal de início, os alunos que tem a bola passam-na ao colega da esquerda, o qual rapidamente faz o mesmo e assim sucessivamente. As bolas são passadas, o objetivo é fazer com que uma bola alcance a outra, isto é, que o “mico” seja apanhado sendo que todos evitam que isto aconteça em suas mãos. Quem deixar cair a bola deve recuperá-la sozinho e voltar ao seu lugar para recomeçar a passá-la. Cada vez que o mico é apanhado interrompes-se a brincadeira e o aluno que permitir ficará no centro até ser substituído.

### **ESTALINHO**

OBJ. ESP.: Coordenação motora, ritmo, atenção

LOCAL: Ar livre e sala

Formação: círculo

Organização: alunos numerados seguidamente formando um círculo na posição “sentados”. Todos iniciam o jogo batendo duas vezes e estalando os dedos uma vez na mão direita e outra esquerda.

Execução: um aluno ao estalar os dedos da mão direita diz seu número e ao estalar da mão esquerda, chama um número correspondente, a um companheiro. Aquele que for chamado continuará o jogo dizendo o seu número e chamando outro. Quem errar e quem chamar o número que já saiu, também irá sair.

### **ELEFANTE VOA?**

IDADE: 7 anos

OBJ. ESP.: Atenção

LOCAL: Sala, quadra

Formação: círculo

Organização: alunos em círculo

Execução: o professor pergunta se determinados bichos voam. Se voam, os alunos deverão responder: voa e fazerem gestos com os braços. Ex.: Galinha voa? Pássaro voa? Elefante voa? O aluno que cometer algum engano pagará prenda no final.

### **JOGO DO PUM**

IDADE: Todas

OBJ. ESP.: Atenção e pronta reação

LOCAL: Ar livre e sala

Formação: círculos

Organização: alunos em círculos na posição sentados

Execução: os alunos numerando-se seguidamente, mas chegando ao número 7 deverá dizer: PUM, substituindo-os. O aluno que demorar em falar ou não substituir o número por Pum deixará o jogo toda vez que errar. O jogo é renumerado pelo aluno colocado à sua direita.

### **DESCOBRIR O QUE ESTÁ MUDADO**

IDADE: Todas

OBJ. ESP.: Memória, perspicácia, observação

LOCAL: Ar livre e sala

Formação: círculos

Organização: pede-se a um aluno que deixe o local e faz-se algumas modificações

Execução: quando o aluno voltar o grupo começará a contar aumentando ou diminuindo a intensidade do canto à medida que ele se aproxima ou afasta do que mudou.

### **AI VAI O GANSO**

IDADE: 7 anos em diante

OBJ. ESP.: Desenvolver os sentidos, memória

LOCAL: Pátio e quadra

Formação: fileira

Execução: o primeiro virando para o seguinte e dizendo: “Ai vai o ganso”. O segundo dirá “Que ganso?” Ao que o primeiro responde: “O ganso”. O segundo fala: ... ah... o ganso. A pergunta será repetida e assim sucessivamente. Assim corre-se todas as fileiras.

---

### **JOGO DO LIMÃO**

IDADE: 6 anos em diante

OBJ. ESP.: Ritmo, Atenção

MATERIAL: Limão

LOCAL: Quadra, pátio, sala, gramado

Formação: círculo

Organização: alunos sentados em círculo, tendo um, posse de um limão

Execução: os alunos iniciarão a brincadeira cantando: Meu limão, meu limoeiro... ao mesmo tempo passando o limão aos colegas. Ao findar a canção, o aluno que estiver de posse do limão será eliminado.

### **JOGO DA MEMÓRIA**

IDADE: Todas

OBJ. ESP.: Memória, tato

MATERIAL: Lápis, grampos, moedas, giz, etc

Formação: em pé, formando um círculo, mãos para trás

Execução: o recreador entregará para um aluno um objeto após outro para ser passado adiante. Após serem passados todos os objetos, todos se sentarão e rapidamente escreverão o nome dos objetos que passaram pelas suas mãos. Vencerá quem escrever mais nomes dos objetos em um tempo determinado.

## **BOM DIA**

IDADE: 7 anos em diante

SEXO: Ambos

OBJ. ESP.: Educação dos sentidos

MATERIAL: Lenço

LOCAL: Quadra ou pátio

Formação: círculos

Organização: alunos em pé em círculo. Um no meio com os olhos vendados.

Execução: os alunos do círculo caminharão e sendo um apontado, dirá: Bom dia! Se o aluno de olhos vedados identificar a voz do colega, trocará de lugar com este.

## **CÍRCULOS UNIFICADORES**

IDADE: Ambos

OBJ. ESP.: Pronta reação e atenção

MATERIAL: Disco, toca-fitas

LOCAL: Ar livre e salão

Formação: em círculos de pé

Execução: a turma se desloca ao som da música. Quando esta parar devem formar grupos de 5 ou 3, anteriormente determinados. Os que sobraem ficam prisioneiros dentro do círculo. Termina quando fica somente um prisioneiro no círculo.

## **PERSEGUIR A BOLA**

IDADE: Todas

OBJ. ESP.: Astúcia, rapidez, agilidade

MATERIAL: Bolas

LOCAL: Ar livre

Formação: duas colunas em posição fundamental. O primeiro de cada equipe com uma bola.

Execução: o primeiro de cada coluna lança a bola o mais longe possível no terreno do fogo. Isto feito, todos deverão correr para reformar a coluna atrás da bola atirada pela coluna contrária. Vencerá a coluna que se reformar em primeiro lugar.

## **CORRER EM CIRCUITO**

IDADE: 9 anos

OBJ. ESP.: Iniciação desportiva (hand e basquete)

MATERIAL: Bola

LOCAL: Quadra

Formação: fileiras

Organização: 2 fileiras frente a frente formando 2 equipes A e B. Primeiro aluno de cada fileiras com uma bola.

Execução: ao sinal, o aluno de posse da bola corre em direção ao que está na outra extremidade da fileira. Neste momento há trocas de lugares. O primeiro fica último e inicia a passagem da bola ao outro. Quando chegar o 1º fica último e inicia a passagem da bola ao outro. Quando chegar o 1º, a 1º de posse da bola. Vencerá o que executar a tarefa primeiro.

## **PASSE PASSE**

IDADE: 10 anos

SEXO: Ambos

OBJ. ESP.: Habilidade ao passar a bola, destreza, iniciação desportiva (handball e basquete)

MATERIAL: Bolas, arcos

LOCAL: Quadra, pátio, gramado

Formação: fileiras (alunos em círculos demarcados ou dentro de arcos)

Organização: 2 fileiras frente a frente, separadas por uma certa distância, formando 2 equipes A e B. Dois alunos de cada equipe serão destacados para ocupar um lugar, pouco afastado das extremidades, na luta central que separa as fileiras.

Execução: ao sinal, o aluno nº 1 de cada equipe, passará a bola ao nº 2 e este ao 3; 3 ao 4... O último de posse da bola, correrá em direção ao nº 1. neste momento os demais trocam de lugar e o último ocupa o lugar do 1º. Reinicia-se o exercício, até chegar à posição inicial. ERROS: sair do lugar ao passar ou receber a bola, deixar cair a bola, abandonar seu lugar antes que o vizinho deixe o seu.

## **DÊ 5 PASSOS E FUJA**

IDADE: 7 anos

SEXO: Ambos

OBJ. ESP.: Orientar-se no espaço em relação a objetos e pessoas

LOCAL: Quadra, pátio

Formação: grupos de 3

Organização: três alunos sentados: 1 fugitivo e 2 pegadores

Execução: o fugitivo levantar-se-á, dará 5 passos e correrá sendo perseguido pelos outros que tentarão toca-lo. Tocando o perseguido, os 3 sentar-se-ão e reiniciarão a atividade trocando os papéis.

## **JACO E RAQUEL**

IDADE: 9 anos em diante

OBJ. ESP.: Senso de orientação, coragem, acuidade auditiva

MATERIAL: Lenço, sininho

LOCAL: Sala, quadra

Formação: círculo

Organização: alunos em círculo, mãos dadas para limitar o espaço onde 2 companheiros vão correr. Jacó com olhos vendados e Raquel com um sininho.

Execução: ao sinal de início, Raquel correrá dentro do círculo soando o sininho. Jacó (levantará) tentará pega-la. Quando for apanhada, os dois escolhem os substitutos.



### **BOLA DO CAÇADOR**

IDADE: 7 e 9 anos

SEXO: Ambos

OBJ. ESP.: Habilidade motora, rapidez, atenção

MATERIAL: Bola

LOCAL: Quadra

Formação: livres

Organização: livres na quadra, um aluno de posse da bola será o caçador vai sair para caça e começa a perseguir procurando tocar com a bola um colega. O que for pego, será o cão de caça e ajudará o caçador fazendo trocas de passes a fim de chegar mais perto da caça. O jogo prosseguirá até que todos sejam caçados.

### **REVEZAMENTO**

IDADE: Todas

OBJ. ESP.: Velocidade

MATERIAL: Bastão de 25m de comprimento

LOCAL: Ar livre

Formação: colunas

Organização: 2 colunas frente a frente com mais ou menos 10 de distância, sendo que o primeiro aluno segura um bastão.

Execução: ao sinal, correrão, descrevendo em círculos pelo campo ao chegar a sua coluna passarão ao companheiro o bastão e assim sucessivamente. Vencerá a coluna que concluir o exercício primeiro.

Obs.: os alunos poderão primeiramente fazer o mesmo em caminhada rápida.

### **CORRA SEU URSO**

IDADE: 7 e 9 anos

OBJ. ESP.: Atenção, rapidez, agilidade

LOCAL: Quadra

Formação: fileiras à frente de uma linha a 10 metros, a frente deve estar uma outra aluna de costas, será o “urso”.

Execução: os alunos da fileira gritarão “corra, seu urso”. O urso sairá do seu lugar e virá ao seu encalço (dos colegas). Estes procurarão correr para o lado em que o urso estava, sem entretanto, serem pegos. Os que o urso pegar, serão os ursinhos que auxiliarão o urso pegar.

### **BOLA AO CENTRO**

IDADE: 8 anos em diante

OBJ. ESP.: Agilidade, destreza, reflexo

MATERIAL: Bola

LOCAL: Quadra, gramado

Formação: 2 círculos concêntricos

Organização: os alunos do círculo central serão nº 1 e os de fora nº 2. Uma bola ao centro

Execução: ao sinal, os números 2 correrão em círculo, e ao chegarem no seu par, passa por entre as pernas do companheiro e tentam pegar a bola. O que conseguir receberá 5 pontos e trocará de lugar.

### **BOLA AOS 4 CANTOS**

IDADE: 7 a 9 anos

OBJ. ESP.: Habilidade motora, espírito de equipe, reflexo

MATERIAL: Bola de tênis - preferencialmente

LOCAL: Quadra

Formação: 2 colunas

Organização: 2 alunos de cada equipe nos cantos da quadra

Execução: ao sinal, o professor dará a partida do centro da quadra atirando bola ao alto; abre dois adversário. Trocarão de passes entre seus companheiros que estão espalhados na quadra. Contará pontos cada vez que a bola chegar as mãos dos companheiros.

### **DANÇA DAS CADEIRAS**

IDADE: Todas

OBJ. ESP.: Atenção, agilidade

MATERIAL: Cadeira, toca-fitas

LOCAL: Ar livre, salão

Formação: cadeiras em fileiras aos pares, umas de costas para as outras

Organização: o número de cadeiras será a menos do que o número de participantes

Execução: ao som da música, os alunos contornarão as cadeiras. Quando esta parar, todos procurarão sentar-se. O que sobrar sairá fora e retira-se uma cadeira. Vencerá o último a sentar.

### **CROQUETE**

IDADE: 8 anos em diante

OBJ. ESP.: Agilidade, destreza, atenção

LOCAL: Quadra, gramado

Formação: 2 colunas

Organização: duas colunas frente a frente nas extremidades da quadra sendo equipe A e B. entre as colunas estarão dispostos 8 alunos de grande afastamento lateral.

Execução: ao sinal, o 1º alunos de cada equipe deverá passar entre as pernas do companheiro descrevendo um zig-zag. Voltarão a coluna saindo o seguinte. Vencerá a equipe que completar a tarefa em primeiro lugar.

### **MUDANÇA TRÍPLICE**

IDADE: 7 anos em diante

OBJ. ESP.: Equilíbrio, destreza e reflexo

LOCAL: Quadra

Formação: círculo

Organização: os alunos numerados de 3 em 3, ficando um sozinho no centro do círculo.

Execução: ao sinal, ele dirá um dos três números (1, 2, 3) e todos os alunos correspondentes ao nº chamado deverão mudar rapidamente um ao outro. O aluno do centro durante essa mudança deverá ocupar um dos lugares. Aquele que não chegar ao lugar, sobra e irá ao centro.

### **NOME: FUTEBOL COM AS MÃO**

IDADE: 10 anos

SEXO: Ambos

OBJ. ESP.: Melhorar o trabalho de braço e o trabalho central do corpo-trabalho – respeitar regras e leis

MATERIAL: Bola

LOCAL: Quadra

Formação: livre – 2 equipes

Organização: livre – o professor ao centro fará, bola ao alto.

Execução: cada equipe procurará somente tocando, fazendo gol. Não poderão agarrar e nem conduzir. O jogo será sempre com o tronco flexionado. Vencerá a equipe que fizer o maior número de gols.

### **CORRER EM COLUNA**

IDADE: 7 anos em diante

OBJ. ESP.: Habilidade de correr em grupo, agilidade, rapidez

LOCAL: Quadra, pátio

Formação: colunas

Organização: 2 colunas à frente de uma linha de partida, na posição sentados

Execução: ao sinal “já” os alunos saem correndo até um lugar determinado. O último coloca-se em 4 apoios e os demais voltam pulando por cima do mesmo. Será vencedora a coluna que primeiro estiver na posição inicial sentada em silêncio.

### **APANHAR O LENÇO**

IDADE: 7 anos em diante

OBJ. ESP.: Agilidade, destreza

MATERIAL: Lenço

LOCAL: Quadra

Formação: fileiras

Organização: duas fileiras numeradas frente a frente, separadas mais ou menos 10 metros

Execução: o professor chamará um número. Os alunos correspondentes ao número chamado deverão correr ao centro, tentando levar o lenço consigo. Se o adversário não o tocar, sua equipe terá dois pontos, se for tocado, terão somente 1 ponto. Vencerá a equipe que obtiver maior número de pontos em determinado tempo ou quem chegar a um determinado no primeiro.

### **CORRIDA DE DUPLAS**

IDADE: Ambos

OBJ. ESP.: Rapidez, agilidade

MATERIAL: Bolas

LOCAL: Ar livre

Formação: colunas

Organização: uma bola colocada à frente de cada coluna distante 7 m, alunos atrás da linha de partida.

Execução: o 1º aluno de cada fila, ao sinal, corre em torno da bola, volta ao seu lugar, toma o 2º pela mão, correm ambos em redor da bola e retorna ao ponto de partida. O 1º se coloca à retaguarda de sua coluna enquanto o 2º toma o 3º pela mão repetindo o percurso. Até que todos tenham corrido 2 a 2. vencerá a equipe que completar o percurso em 1º lugar.

### **COMPANHEIROS ÁGEIS**

IDADE: 10 anos

OBJ. ESP.: Rapidez e agilidade

LOCAL: Quadra, gramado

Formação: círculos

Organização: círculo A e B a uns 3 a 5 metros de distância um do outro. Alunos de mãos dadas (de cada círculo). Os alunos do círculo A terão seu par no círculo B, e vice-versa.

Execução: os alunos de mãos dadas se deslocarão saltando. Ao sinal os dois círculos se dissolvem a cada aluno procura o seu par e ambos tomam posição de cócoras. O último par a se encontrar pagará prenda.

### **IDENTIFICAR OS GRUPOS**

IDADE: 6 anos em diante

OBJ. ESP.: Rapidez, percepção, rápida reação, atenção

LOCAL: Ar livre

Formação: livre

Organização: dizer ao ouvido de cada um, o nome de um animal

Execução: ao sinal, os do mesmo grupo se identificarão por meio de vozes do respectivo animal.

### **QUEM ANDARÁ MAIS DEPRESSA?**

IDADE: 10 anos

OBJ. ESP.: Destreza e rapidez

LOCAL: Pátio ou quadra

Formação: colunas

Organização: 2 colunas sentadas atrás de uma linha demarcada, a um metro de distancia uma da outra.

Execução: quando o professor disser o nome de um objeto ou local, os alunos se levantarão e caminharão rápido (marcha atlética) tocarão com a mão o que foi pedido e voltarão a posição inicial.

#### **CASA DO CACHORRO**

IDADE: 8 anos

OBJ. ESP.: Rapidez e atenção

Formação: círculos

Organização: alunos formando 2 círculos concêntricos, sendo o de fora com um aluno a mais. Os círculos andarão em sentido contrário.

Execução: ao sinal os dois círculos param, os alunos afastam as pernas e os de trás colocam a cabeça entre as pernas dos que estão à sua frente. O aluno que sobrar pagará prenda no final.

#### **CABEÇA PEGA RABO**

IDADE: 8 anos

OBJ. ESP.: Perspicácia

LOCAL: Pátio

Formação: colunas

Organização: de pé, 2 ou mais colunas, segurando na cintura do colega da frente

Execução: ao sinal os primeiros alunos das colunas tentarão pegar o último (rabo) e estes não permitirão se esquivando. Não poderão arrebentar as colunas.

Vencerá a coluna que conseguir pegar o rabo, por último.

#### **PISCAR**

IDADE: 9 anos em diante

OBJ. ESP.: Habilidade de comunicar-se através de sinais, atenção, rapidez de reação

MATERIAL: Cadeiras

Formação: círculo

Organização: dispõe-se várias cadeiras em círculos, em cada uma, senta-se um aluno. Atrás de cada cadeira fica outro colega, tendo as mãos no encosto da mesma

Execução: ao sinal, o aluno sem companheiro piscará a um dos sentados que tentarão mudar para a cadeira do que piscou, sendo que será impedida sua saída, se for tocada nos ombros. Se abandonar a cadeira, a brincadeira prosseguirá.

#### **COCADA**

IDADE: Todas

OBJ. ESP.: Habilidade manual, reflexo, espírito de equipe

MATERIAL: Faixas, bolas

LOCAL: Quadra, gramado

Formação: 2 círculos concêntricos

Organização: 2 a 2 frente, sendo 2 alunos de posse da bola

Execução: passar a bola em zig-zag aos companheiros de sua equipe. Ao chegar ao ponto de partida marca um ponto. (Numera-se os dois círculos, intercalam-se de forma que os nº pares fiquem dentro e os ímpares fora, passa-se a bola aos companheiros de equipe).

#### **BATATA QUENTE**

IDADE: 7 anos em diante

OBJ. ESP.: Rapidez de movimentos, visão

MATERIAL: Lenço

LOCAL: Quadra, pátio, sala

Formação: círculo

Organização: dá-se nó em um lenço que passa a ser a batata quente ao outro. Os alunos sentam-se em círculo, ficando um em pé ao centro.

Execução: ao sinal, o aluno do círculo atira a batata quente ao outro e assim sucessivamente. Enquanto o fazem com a maior rapidez possível, o do centro procurará apanhá-la. Se conseguir trocará de lugar com o aluno que arremessou.

#### **BOLA CRUZADA**

IDADE: 7 a 9 anos

OBJ. ESP.: Habilidade motora, espírito de equipe, reflexo.

MATERIAL: Faixas e Medicine Ball (bola pesada)

LOCAL: Pátio, quadra

Formação: fileiras

Organização: 2 a 2 frente a frente. Os adversários de uma fileira se intercalam na fileira do outro.

Execução: ao sinal passa a bola em zig-zag para os companheiros da outra fileira. A bola vai e volta. Ao chegar ao ponto de partida marca um ponto de partida.

Vencerá a equipe que tiver maior nº de pontos dentro de um tempo determinado.

#### **PROCURA UM PAR**

IDADE: 8 anos

OBJ. ESP.: Atenção e agilidade

LOCAL: Quadra e gramado

Formação: círculos concêntricos

Execução: dois círculos concêntricos sendo que os alunos do centro correrão para direita e os de fora correrão para a esquerda. O círculo do interior terá um aluno a menos que o círculo de fora e darão as mãos. O que sobrar pagará a prenda.

#### **ENGANAR, LANÇAR**

IDADE: Mais ou menos 9 anos

OBJ. ESP.: Atenção e concentração

MATERIAL: Bola

LOCAL: Quadra e pátio

Formação: semi-círculo

Organização: os alunos em semi-círculo com os braços cruzados um deles ocupa o centro e fica com a bola.

Execução: ao sinal, o aluno do centro atira a bola para um companheiro. Este deverá apanha-la, mas se for apenas engano, não poderá descruzar os braços. Segurando a bola, devolve-a ao centro, podendo também iludi-lo. O aluno que deixar cair a bola, ou descruzar os braços, ocupará o último lugar. Quando o aluno do centro errar, será substituído pelo primeiro do semi-círculo.

### **CARA COM CARA**

IDADE: 8 anos em diante

OBJ. ESP.: Sociabilidade entre os colegas, rapidez de reação, reflexão

LOCAL: Pátio, quadra

Formação: círculos concêntricos

Organização: alunos em círculos, 2 a 2 um no meio

Execução: o aluno do centro dirá: cara a cara, ombro com ombro, frente com frente, costa com costa... trocar. Os alunos aos pares executarão a ordem dada no momento que o do centro falar: “trocar”. Os do círculo do centro trocarão e o que deu a ordem procurará se colocar no lugar de um companheiro.

### **AVIÃO PEGADOR**

IDADE: 7 anos em diante

SEXO: Ambos

OBJ. ESP.: Equilíbrio, poder ativo, imitação

LOCAL: Quadra e gramado

Formação: livre

Organização: os alunos livremente na quadra. Um deles será o pegador e tomará a posição de braços elevados lateralmente imitando o avião.

Execução: ao sinal o aluno pegador deverá tocar os companheiros e estes para evitarem ser pegos, ficarão em um só pé com os braços elevados lateralmente.

### **A BOLA DO GUARDA**

IDADE: 8 anos em diante

OBJ. ESP.: Agilidade, rapidez

MATERIAL: Bola

LOCAL: Quadra

Formação: círculo

Organização: alunos em círculos um ao centro com a bola

Execução: ao sinal, o que está no centro, atira a bola para um do círculo que rapidamente deve colocar a bola no centro e sair ao seu encaixe. Se conseguir pegá-lo, passará ao centro e reiniciará o jogo. Correr apenas dentro do círculo.

### **JOGO DOS SÓCIOS**

IDADE: 9 em diante

OBJ. ESP.: Sincronização de movimentos, atenção, observação de ordens

MATERIAL: Saquinho de areia

LOCAL: Pátio, gramado

Formação: duas fileiras frente a frente, 2 m (em diante) de distância, todos munidos de saquinhos de areia. Os alunos que se defrontam são sócios.

Organização:

Execução: ao sinal, deverão trocar jogando os saquinhos, obedecendo as ordens dadas: com uma mão, com duas, direita e esquerda. Quando um dos sócios deixar cair no chão o objeto arremessado, os dois terão que sair do jogo. Ganhará os que estiverem na linha, no fim de um determinado tempo.

### **MARCHA DOS JORNAIS**

IDADE: 7 anos em diante

OBJ. ESP.: Flexibilidade, coordenação de movimentos

MATERIAL: Folhas de jornal

LOCAL: Quadra, pátio, gramado

Formação: fileiras

Organização: em fileiras sobre a linha de partida, munidos de 2 folhas de jornal, pisando sobre uma e segurando a outra. Paralela à linha de partida, troca-se a de chegada a 10 m aproximadamente da primeira.

Execução: ao sinal, os alunos colocam no chão à sua frente a fila de jornal que seguram e passam sobre ela. Em seguida apanham a folha que ficou atrás e colocam-na a sua frente e repetem a ação anterior. Assim prossegue o jogo passando alternadamente sobre uma folha e outra até o fim do percurso. Vencerá o aluno que atingir a linha de chegada em primeiro lugar.

### **BOLA FUGITIVA**

IDADE: 7 anos em diante

OBJ. ESP.: Rápida reação

MATERIAL: Bola

LOCAL: Gramado, pátio

Formação: círculo

Organização: em círculos de pernas afastadas e mãos nos joelhos, tendo posse de bola

Execução: ao sinal, o aluno do centro jogará a bola a um dos companheiros fazendo com que passe por entre as pernas. Este tentará impedir com as mãos a passagem da bola. Se a bola passar, este aluno sairá do círculo.

### **TRANSMITIR O RECADO**

IDADE: Todas

OBJ. ESP.: Decifrar enigmas, astúcia

Formação: 3 fileiras

Organização: 2 fileiras frente a frente, uma em cada extremidade do gramado, formando a equipe A. Entre as mesmas, no centro, em fileiras, a equipe B. O

professor dará um enigma a uma das fileiras da equipe A. Estes todos (A1) saberão o provérbio  
Execução: ao sinal a fileira A1 tentará transmitir à A2 o provérbio sendo impedida pela equipe B.

#### **BOLA AO CÍRCULO**

IDADE: 7 anos em diante

OBJ. ESP.: Agilidade, honestidade, rapidez de reação

MATERIAL: Bolas

LOCAL: Quadra e pátio

Formação: Círculos

Organização: dois círculos distantes 3 m um do outro. Será designado um aluno em cada círculo para serem os iniciantes do jogo, estando os mesmos com a bola na mão

Execução: ao sinal, os alunos iniciantes passarão a bola ao colega da esquerda que dará prosseguimento aos passos. Quando a bola chegar novamente ao iniciante será marcado um ponto: Vencerá o círculo que primeiro fizer 10 pontos.

---

## *Dinâmicas em Grupo* <sup>6</sup>

### 01- A PALAVRA DE DEUS QUE TRANSFORMA

**Objetivo:** Fazer o grupo refletir de que forma assimilamos a PALAVRA DE DEUS em nossas vidas.

**Material:** uma bolinha de isopor, um giz, um vidrinho de remédio vazio, uma esponja e uma vasilha com água.

**Descrição:** Primeiro se explica que a água é a palavra de Deus e que o objeto somos nós, depois se coloca a água na vasilha, e alguém mergulha o isopor, após ver o que ocorre com o isopor, mergulhar o giz, depois a vidro de remédio e por último a esponja. Explicar que a água é a Palavra de Deus e os objetos somos nós. Dê um objeto para cada pessoa.

Colocar 1º a bolinha de isopor na água. Refletir: o isopor não afunda e nem absorve a água. Como nós absorvemos a Palavra de Deus? Somos também impermeáveis?

Mergulhar o giz na água. Refletir: o giz retém a água só para si, sem repartir. E nós?

Encher de água o vidrinho de remédio. Despejar toda a água que ele se encheu. Refletir: o vidrinho tinha água só para passar para os outros, mas sem guardar nada para si mesmo. E nós ?

Mergulhar a esponja e espremer a água. Refletir: a esponja absorve bem a água e mesmo espremendo ela continua molhada.

### 02- A TROCA DE UM SEGREDO

**Participantes:** 15 a 30 pessoas

**Tempo Estimado:** 45 min.

**Modalidade:** Problemas Pessoais.

**Objetivo:** Fortalecer o espírito de amizade entre os membros do grupo.

**Material:** Lápis e papel para os integrantes.

**Descrição:** O coordenador distribui um pedaço de papel e um lápis para cada integrante que deverá escrever algum problema, angústia ou dificuldade por que está passando e não consegue expressar oralmente. Deve-se recomendar que os papéis não sejam identificados a não ser que o integrante assim desejar. Os papéis devem ser dobrados de modo semelhante e colocados em um recipiente no centro do grupo. O coordenador distribui os papéis aleatoriamente entre os integrantes. Neste ponto, cada integrante deve analisar o problema recebido como se fosse seu e procurar definir qual seria a sua solução para o mesmo. Após certo intervalo de tempo, definido pelo coordenador, cada integrante deve explicar para o grupo em primeira pessoa o problema recebido e solução que seria utilizada para o mesmo. Esta etapa deve ser realizada com bastante seriedade não sendo admitidos quaisquer comentários ou perguntas. Em seguida é aberto o debate com relação aos problemas colocados e as soluções apresentadas.

**Possíveis questionamentos:**

- Como você se sentiu ao descrever o problema?
- Como se sentiu ao explicar o problema de um outro?
- Como se sentiu quando o seu problema foi relatado por outro?
- No seu entender, o outro compreendeu seu problema?
- Conseguiu pôr-se na sua situação?
- Você sentiu que compreendeu o problema da outra pessoa?
- Como você se sentiu em relação aos outros membros do grupo?
- Mudaram seus sentimentos em relação aos outros, como consequência da dinâmica?

### 03- AFETO

**Participantes:** 7 a 30 pessoas

**Tempo Estimado:** 20 minutos

**Modalidade:** Demonstração de Afeto.

**Objetivo:** Exercitar manifestações de carinho e afeto.

**Material:** Um bichinho de pelúcia.

**Descrição:** Após explicar o objetivo, o coordenador pede para que todos formem um círculo e passa entre eles o bichinho de pelúcia, ao qual cada integrante deve demonstrar concretamente seu sentimento (carinho, afago, etc.). Deve-se ficar atento a manifestações verbais dos integrantes. Após a experiência, os integrantes são convidados a fazer o mesmo gesto de carinho no integrante da direita. Por último, deve-se debater sobre as reações dos integrantes com relação a sentimentos de carinho, medo e inibição que tiveram.

### 04- VARINHAS QUE NÃO QUEBRAM

**Material:** Um feixe de 16 varinhas (pode-se usar palitos de churrasco)

Utilidade pastoral: União do grupo. A fé como força que pode agregar, unir e dar resistência às pessoas.

1. Pedir que um dos participantes pegue uma das varinhas e a quebre. (o que fará facilmente).
2. Pedir que outro participante quebre cinco varinhas juntas num só feixe (será um pouco mais difícil).
3. Pedir que outro participante, quebre todas as varinhas que restaram, se não conseguir, poderá chamar uma outra pessoa para ajudá-lo.
4. Pedir que todos os participantes falem sobre o que observaram e concluíram.
5. Terminar com uma reflexão sobre a importância de estarmos unidos.

## 05- DINÂMICA DA BALA

**Participantes:** 7 a 15 pessoas

**Tempo Estimado:** 30 minutos

**Modalidade:** Avaliação dos Integrantes.

**Objetivo:** Abordar pontos positivos e negativos individuais dos integrantes do grupo.

**Material:** Balas de cereja (com sabor azedo) e bombons na proporção de uma de cada tipo para cada integrante do grupo.

**Observações:** Nada impede que o número de balas e bombons seja aumentado ou que os mesmos sejam novamente utilizados durante a dinâmica, opção do coordenador. Esta dinâmica é mais indicada para grupos homogêneos em termos de laços de amizade.

**Descrição:** O coordenador deve distribuir as balas e bombons para os integrantes do grupo. Cada integrante deve distribuí-los do seguinte modo:

- O bombom é dado a uma pessoa que tenha feito algo positivo que tenha chamado a atenção do integrante.

- A bala azeda é dado a uma pessoa que tenha agido de maneira que tenha entristecido a pessoa que deu a bala ou alguma outra pessoa.

A distribuição não deve apresentar nenhuma ordem em especial, sendo totalmente espontânea. Uma bala ou bombom pode ser dado a alguém que já tenha recebido outra do mesmo tipo. Os integrantes podem dar balas ou bombons para si próprios. A apresentação correspondente às balas azedas deve ser feita com sinceridade, mas também com muita sensibilidade para que a pessoa, sem ser ofendida, possa rever algumas de suas ações.

## 06- SEMEANDO A AMIZADE

**Participantes:** 7 a 15 pessoas

**Tempo Estimado:** 30 minutos

**Modalidade:** Amizade.

**Objetivo:** Lançar boas semente aos amigos.

**Material:** Três vasos, espinhos, pedras, flores e grãos de feijão.

**Descrição:** Antes da execução da dinâmica, deve-se realizar a leitura do Evangelho de São Mateus, capítulo 13, versículos de 1 a 9. Os espinhos, as pedras e as flores devem estar colocados cada qual em um vaso diferente. Os vasos devem estar colocados em um local visível a todos os integrantes. Nesta dinâmica, cada vaso representa um coração, enquanto que grãos de feijão, representam as sementes descritas na leitura preliminar. Então, cada integrante deve semear um vaso, que simboliza uma pessoa que deseje ajudar, devendo explicar o porquê de sua decisão. Pode-se definir que as pessoas citadas sejam outros integrantes ou qualquer pessoa. Além disso, se o tempo permitir, pode-se utilizar mais que uma semente por integrante.

## 07- PRESENTE DE AMIGO

**Participantes:** 10 a 30 pessoas

**Tempo Estimado:** 30 minutos

**Modalidade:** Avaliação dos Integrantes

**Objetivo:** Enaltecer qualidades dos integrantes do grupo.

**Material:** Lápis e papel para os integrantes

**Descrição:** O coordenador divide o grupo em subgrupos de quatro a seis integrantes e, em seguida, expõe o seguinte: "Muitas vezes apreciamos mais um presente pequeno do que um grande. Muitas vezes ficamos preocupados por não sermos capazes de realizar coisas grandes e negligenciamos de fazer coisas menores, embora de grande significado. Na experiência que segue, seremos capazes de dar um pequeno presente de alegria para alguns integrantes do grupo." Prosseguindo, o coordenador convida os integrantes para que escrevam mensagens para todos os integrantes de seu subgrupo. As mensagens devem ser da seguinte forma:

- Provocar sentimentos positivos no destinatário com relação a si mesmo;
- Ser mais específicas, descrevendo detalhes próprios da pessoa ao invés de características muito genéricas;
- Indicar os pontos positivos da pessoa dentro do contexto do grupo;
- Ser na primeira pessoa;
- Ser sinceras;
- Podem ser ou não assinadas, de acordo com a vontade do remetente.

As mensagens são dobradas e o nome do destinatário é colocado do lado de fora. Então elas são recolhidas e entregues aos destinatários. Depois que todos tiverem lido as mensagens, segue-se à conclusão da dinâmica com um debate sobre as reações dos integrantes

## 08- A VIAGEM

**Objetivo:** Definir as prioridades pessoais.

**Material:** Papel e caneta para cada integrante.

**Descrição:** O coordenador pede para que cada pessoa escreva cinco sonhos pessoais de cada um. E começa a dizer: Lembrando que esses sonhos serão nossa bagagem de uma viagem muito especial, a viagem da nossa vida, iremos para outro país, numa longa jornada.

Com nossos sonhos em mãos e saindo de casa temos nossa primeira dificuldade, nem todos os nossos sonhos cabem no carro que vai nos levar, assim temos que abandonar um. Qual deles seria?

Seguindo viagem, nosso carro quebra e temos que seguir a pé, mas devido ao peso das nossas bagagens temos que deixar outra de lado, ficando somente com três. Qual sonho foi abandonado?

Em nossa caminhada nos deparamos com um cachorro que começa a correr atrás de nós para nos atacar, e para podermos escapar de uma mordida temos que deixar outro sonho, ficando com dois sonhos. Qual sonho ficou para trás?

Após um caminho tortuoso até a entrada no outro país, encontramos uma alfândega onde somos barrados e temos que seguir somente com uma mala, qual sonho deixamos? Qual o nosso maior sonho que nunca abandonamos?

Para o plenário:

O carro cheio representa a nossa família e ou amigos que nos fazem desistir de alguns sonhos. O peso das malas representa o tempo no qual tentamos realizar esse sonho que pelo cansaço desistimos.

O cachorro tem conotação de perseguição, assim como Jesus disse que seus discípulos seriam perseguidos, isso é uma purificação e finalmente a alfândega que significa a porta dos céus, nossa última passagem antes de assumir um único sonho para nossa vida inteira.

Qual hora foi mais difícil para abandonar um sonho?  
O que me motivava durante as dificuldades?  
Que retribuição devo esperar se seguir corretamente todos os meus passos nesta viagem?  
Qual a retribuição que Deus deu para mim?

## 09- A MACA

**Objetivo:** Avaliar nossos laços de amizade

**Material:** papel e caneta para cada um

**Descrição:** Primeiro se lê o texto base do evangelho: a cura do paralítico que é levado pelos seus amigos. (Lc 5,17-26: Mc 2,1-12; Mt 9,1-8). Assim coordenador distribui a folha e caneta para todos, e pede para que cada um desenhe uma maca em sua folha. e na ponta de cada braço cada um deve escrever o nome de um amigo que nos levaria a Jesus. Depois pede-se para desenhar outra maca e no meio dela colocar o nome de quatro amigos que levaríamos para Jesus.

**Plenário:**

Assumimos nossa condição de amigo de levar nossos amigos até Jesus?

Existem quatro amigos verdadeiros que se tenham comprometido a suportar-me sempre?

Conto incondicionalmente com quatro pessoas para as quais eu sou mais importante de o que qualquer coisa?

Tenho quatro pessoas que me levantam, se caio, e corrigem, se erro, que me animam quando desanimo?

Tenho quatro confidentes, aos quais posso compartilhar minhas lutas, êxitos, fracassos e tentações?

Existem quatro pessoas com quem eu não divido um trabalho e sim uma vida?

Posso contar com quatro amigos verdadeiros, que não me abandonariam nos momentos difíceis, pois não me amam pelo que faço, mas, pelo que sou?

Sou incondicional de quatro pessoas?

Há quatro pessoas que podem tocar na porta da minha casa a qualquer hora?

Há quatro pessoas que, em dificuldades econômicas, recorreriam a mim?

Há quatro pessoas que sabem serem mais importantes para mim, que meu trabalho, descanso ou planos?

No trecho do evangelho observamos algumas coisas como?

- Lugar onde uns necessitam ajuda e outros prestam o serviço necessário.
- O ambiente de amor, onde os amigos carregam o mais necessitado que não pode caminhar por si mesmo.
- Os amigos se comprometem a ir juntos a Jesus, conduzindo o enfermo para que seja curado por ele.
- Deixar-se servir pelos irmãos
- Uma vez curado, carregar o peso da responsabilidade.

## 10- JUVENTUDE E COMUNICAÇÃO

**Objetivo:** Criar comunicação fraterna e madura.

**Desenvolvimento:** distribuir aos participantes papel e convidá-los a fazer um desenho de um homem e uma mulher.

**Anotar na figura:**

Diante dos olhos: as coisas que viu e mais o impressionaram.

Diante da boca: 3 expressões (palavras, atitudes) dos quais se arrependeu ao longo da sua vida.

Diante da cabeça: 3 ideias das quais não abre mão.

Diante do coração: 3 grandes amores.

Diante das mãos: ações inesquecíveis que realizou.

Diante dos pés: piores enroscadas em que se meteu.

**Colocar em plenário**

- Foi fácil ou difícil esta comunicação? Porque?
- Este exercício é uma ajuda? Em que sentido?
- Em qual anotação senti mais dificuldade? Por que?
- Este exercício pode favorecer o diálogo entre as pessoas e o conhecimento de si mesmo? Por que?

**Iluminação bíblica:** Marcos 7, 32-37

## 11- JOGO COMUNITÁRIO

**Objetivo:** Descontrair e ao mesmo tempo ajudar a memorizar o nome dos outros participantes.

**Material:** uma flor.

**Desenvolvimento:** os participantes sentam-se em círculo e o animador tem uma flor na mão. Diz para a pessoa que está à sua esquerda : senhor... (diz o nome da pessoa), receba esta flor que o senhor...(diz o nome da pessoa da direita) lhe enviou...

E entrega a flor. A pessoa seguinte deve fazer a mesma coisa. Quem trocar ou esquecer algum nome, passará a ser chamado pelo nome de um bicho. Por exemplo, gato. Quando tiverem que se referir a ele, os seus vizinhos, em vez de dizerem seu nome, devem chamá-lo pelo nome do bicho.

O animador deve ficar atento e não deixar os participantes entediados. Quanto mais rápido se faz a entrega da flor, mais engraçado fica o jogo.

## 12- JOGOS DE BILHETES

**Participantes:** 7 a 20 pessoas

**Tempo Estimado:** 20 minutos

**Modalidade:** Comunicação.

**Objetivo:** Exercitar a comunicação entre os integrantes e identificar seus fatores.

**Material:** Pedacos de papel com mensagens e fita adesiva.

**Descrição:** Os integrantes devem ser dispostos em um círculo, lado a lado, voltados para o lado de dentro do mesmo. O coordenador deve grudar nas costas de cada integrante um cartão com uma frase diferente. Terminado o processo inicial, os integrantes devem circular pela sala, ler os bilhetes dos colegas e atendê-



los, sem dizer o que está escrito no bilhete. Todos devem atender ao maior número possível de bilhetes. Após algum tempo, todos devem voltar a posição original, e cada integrante deve tentar adivinhar o que está escrito em seu bilhete. Então cada integrante deve dizer o que está escrito em suas costas e as razões por que chegou a esta conclusão. Caso não tenha descoberto, os outros integrantes devem auxiliá-lo com dicas. O que facilitou ou dificultou a descoberta das mensagens? Como esta dinâmica se reproduz no cotidiano? Sugestões de bilhetes:

- Em quem voto para presidente?
- Como se faz arroz?
- Sugira um nome para meu bebê?
- Sugira um filme para eu ver?
- Briguei com a sogra, o que fazer?
- Cante uma música para mim?
- Gosto quando me aplaudem.
- Sou muito carente. Me dê um apoio.
- Tenho piolhos. Me ajude!
- Estou com fome. Me console!
- Dance comigo.
- Estou com falta de ar. Me leve à janela.
- Me descreva um jacaré.
- Me ensine a pular.
- Tem uma barata em minhas costas!
- Dobre a minha manga.
- Leia a minha sorte.
- Quanto eu peso?
- Estou dormindo, me acorde!
- Me cumprimente.
- Meu sapato está apertado. Me ajude.
- Quantos anos você me dá?
- Quero um telefone. Que faço?
- Me elogie.
- O que faz o síndico de um prédio?
- Sou sócia de quem?
- Como conquistar um homem?
- Veja se estou com febre.
- Chore no meu ombro.
- Estou de aniversário, quero meu presente.
- Sorria para mim.
- Me faça uma careta?

### 13- EXPLOSÃO DO COORDENADOR

**Objetivo:** criar impacto nos participantes do grupo através de uma dramatização exagerada, a fim de sentir melhor as reações dos indivíduos.

**Tamanho:** 30 pessoas

**Tempo:** 10 minutos

**Descrição:** Escolhe-se qualquer tema que não será o principal da reunião e a uma certa altura do debate o coordenador para e diz "Vocês não estão se interessando suficientemente. Estou até doente e cansado em ver esse comportamento, esse desinteresse caso não tomem maior seriedade, interrompo, agora mesmo, este debate!", após esse comentário todos estarão desconcertado e terão reações diferentes principalmente reprovando a atitude do coordenador. Após o primeiro impacto o coordenador, em seu estado natural deverá explicar que era uma dramatização para ver as reações dos indivíduos do grupo, e nisso seguirá a discussão, sobre as reações das pessoas com reação a explosão do coordenador.

\* Indicado para grupos que já tenham uma certa maturidade.

### 14- DRAMATIZAÇÃO

**Objetivos:** demonstrar o comportamento grupal dos membros participantes; realizar um feedback de um participante com objetivo de melhor compreendê-lo.

**Tamanho:** 30 pessoas.

**Tempo:** 30 minutos.

**Descrição:**

1. O coordenador apresenta o assunto da discussão;
2. Após decorridos dez minutos, o coordenador orienta os participantes para que, nos próximos dez a quinze minutos, cada um procure identificar-se com o colega da direita, esforçando-se por imitá-lo na discussão;
3. Cada participante tentará agir exatamente como o seu colega da direita, imitando seu comportamento no grupo;
4. É da máxima importância que cada qual consiga identificar-se com seu colega;
5. O mesmo exercício poderá ser feito, deixando liberdade para que cada participante faça a escolha do colega a ser imitado, cabendo aos outros reconhecê-lo.

### 15- AULINHA

**Objetivo:** desenvolver nos participantes a capacidade de improvisação, síntese, clareza e de avaliação

**Tamanho:** 25 a 30 pessoas

**Tempo:** 35 minutos

**Material:** o mesmo numero de temas para o de participantes do grupo

**Descrição:** a AULINHA é dada quando o grupo tem dificuldade de expressão, é inibido e prolixo. Para isso o coordenador:

1. Entrega a cada participante o tema, sobre o qual deverá expor suas ideias, durante dois ou três minutos;
2. O membro participante anterior ou posterior dará uma nota ou conceito ao expositor, que será comunicada ao grupo no final do exercício;

3. A AULINHA permite diversas variações, tais como:

- O coordenador em vez de dar a cada participante um título de tema para dissertar em público, poderá utilizar somente um tema, ou então vários temas mas com uma introdução para auxiliar as pessoas, ou até mesmo um texto para ser lido
- Ou ainda pode-se utilizar uma folha em branco para que cada participante possa lançar nela no mínimo dois assuntos da atualidade, notícias recentes de jornais. A seguir recolherá os assuntos, que cada participante possa dar sua AULINHA, escolhendo um dos artigos constantes na papeleta.

## 16- EXERCÍCIO DA QUALIDADE

**Objetivos:** conscientizar os membros do grupo para observar as boas qualidades nas outras pessoas; despertar as pessoas para qualidades até então ignoradas por elas mesmas.

**Tamanho:** 30 pessoas

**Tempo:** 45 minutos

**Material:** lápis e papel

**Descrição:** o coordenador inicia dizendo que na vida as pessoas observam não as qualidades mas sim os defeitos dos outros. Nesse instante cada qual terá a oportunidade de realçar uma qualidade do colega.

1. O coordenador distribuirá uma papeleta para todos os participantes. Cada qual deverá escrever nela a qualidade que no seu entender caracteriza seu colega da direita;
2. A papeleta deverá ser completamente anônima, sem nenhuma identificação. Para isso não deve constar nem o nome da pessoa da direita, nem vir assinada;
3. A seguir o animador solicita que todos dobrem a papeleta para ser recolhida, embaralhada e redistribuída;
4. Feita a redistribuição começando pela direita do coordenador, um a um lerá em voz alta a qualidade que consta na papeleta, procurando entre os membros do grupo a pessoa que, no entender do leitor, é caracterizada com esta qualidade. Só poderá escolher uma pessoa entre os participantes.
5. Ao caracterizar a pessoa, deverá dizer porque tal qualidade a caracteriza;
6. Pode acontecer que a mesma pessoa do grupo seja apontada mais de uma vez como portadora de qualidades, porém, no final cada qual dirá em público a qualidade que escreveu para a pessoa da direita;
7. Ao término do exercício, o animador pede aos participantes depoimento sobre o mesmo.

## 17- DIAGRAMA DE INTEGRAÇÃO

**Objetivo:** apresentar uma ilustração gráfica do relacionamento dos membros de um grupo.

**Tamanho:** 25 pessoas.

**Tempo:** 15-20 minutos.

**Material:** lápis ou caneta, papel e cartolina

**Descrição:** o coordenador distribui um papel para todos, afim de que nele se escreva o nome da pessoa mais importante para o sucesso do grupo, ou ainda, da pessoa do grupo cujas ideias são mais aceitas; o papel deve ser assinado de forma legível; recolhido os papeis, será feito um diagrama no quadro-negro ou cartolina, marcando com um círculo o nome do participante escolhido, e com uma flecha, a iniciar-se com o nome da pessoa que escolheu, indo em direção à escolhida

## 18- UM TRABALHO EM EQUIPE

**Objetivo:** demonstrar a eficiência de um trabalho de equipe.

**Tamanho:** 5 a 7 pessoas

**Tempo:** 30 minutos

**Material:** uma cópia para cada membro da avenida complicada, caneta

**Descrição:**

1. A tarefa do grupo consiste em encontrar um método de trabalho que resolva com máxima rapidez o problema da avenida complicada;
2. O coordenador formará subgrupos de 5 a 7 pessoas, entregando a cada participante uma cópia da avenida complicada;
3. Todos os subgrupos procurarão resolver o problema da avenida complicada, com a ajuda de toda a equipe;
4. Obedecendo as informações constantes da cópia a solução final deverá apresentar cada uma das cinco casa caracterizadas quanto a cor, ao proprietário, a condução, a bebida e ao animal doméstico;
5. Será vencedor da tarefa o subgrupo que apresentar por primeiro a solução do problema;
6. Terminado o exercício, cada subgrupo fará uma avaliação acerca da participação dos membros da equipe na tarefa grupal;
7. O coordenador poderá formar um plenário com a participação de todos os membros dos subgrupos para comentários e depoimentos.

### A avenida complicada

A tarefa do grupo consiste em encontrar um método de trabalho que possa resolver, com a máxima brevidade possível, o problema da avenida complicada. Sobre a avenida complicada encontram-se cinco casas numeradas; 801, 803, 805, 807 e 809, da esquerda para a direita. Cada casa caracteriza-se pela cor diferente, pelo proprietário que é de nacionalidade diferente, pela condução que é de marca diferente, pela bebida diferente e pelo animal doméstico diferente. As informações que permitirão a solução da avenida complicada são:

- As cinco casas estão localizadas sobre a mesma avenida e no mesmo lado.
- O mexicano mora na casa vermelha,
- O peruano tem um carro Mercedes-benz,
- O argentino possui um cachorro,
- O chileno bebe coca-cola,
- Os coelhos estão a mesma distância do cadilac e da cerveja,
- O gato não bebe café e não mora na casa azul,
- Na casa verde bebe-se whisky,
- A vaca é vizinha da casa onde se bebe coca-cola,
- A casa verde é vizinha da casa direita, cinza,

- O peruano e o argentino são vizinhos,
- O proprietário do volkswagem cria coelhos,
- O chevrolet pertence a casa de cor rosa,
- Bebe-se pepsi-cola na 3 casa,
- O brasileiro é vizinho da casa azul,
- O proprietário do carro ford bebe cerveja,
- O proprietário da vaca é vizinho do dono do cadillac,
- O proprietário do carro chevrolet é vizinho do dono do cavalo.

## 19- TESTE DE RESISTÊNCIA À PRESSÃO SOCIAL

**Objetivo:** criar na pessoa a capacidade, o equilíbrio e a maturidade suficientes para aceitar críticas, superar impasses, pessimismos, desânimos, censuras sociais e outras.

**Tamanho:** 30 pessoas

**Tempo:** 40 minutos

**Descrição:** este exercício é muito válido, sendo aplicado depois que o grupo já atingiu um determinado grau de solidariedade e conhecimento mútuo, e sendo por todos aceito. Para sua realização:

- Dois ou três participantes, voluntários ou escolhidos pelo grupo, um de cada vez implacavelmente vai a passarela em frente de cada participante e diz-lhe tudo o que lhe parece saber, os aspectos positivos, negativos e reticências;
- Havendo tempo e interesse, é ótimo que todos o façam, constituindo, assim, tantas "fotos" de cada indivíduo, quantos forem os participantes;
- Este exercício permite, entre outras, a seguinte variação: o coordenador poderá pedir que cada participante aponte os aspectos positivos, negativos e reticências do seu colega sentado à direita.

## 20- A TEMPESTADE MENTAL

**Objetivos:** gerar grande número de ideias ou soluções acerca de um problema, evitando-se críticas e avaliações, até o momento oportuno; processar os resultados de uma sessão de tempestade mental;

**Tamanho:** 6 pessoas;

**Tempo:** 1 hora;

**Material:** papel, caneta, cartolina;

**Descrição:** o coordenador inicia dando um exemplo prático:

1. O coordenador forma subgrupos de aproximadamente seis pessoas. Cada subgrupo escolherá um secretário que anotará tudo;
2. Formados os subgrupos, o coordenador dirá as regras do exercício: não haverá crítica durante todo exercício, acerca do que for dito; quanto mais extremada a ideia, tanto melhor, deseja-se o maior número de ideias.

**1ª fase:**

- O coordenador apresenta o problema a ser resolvido. Por exemplo: um navio naufragou, e um dos sobrevivente nadou até alcançar uma ilha deserta. Como poderá salvar-se: o grupo terá 15 minutos para dar ideias.

**2ª fase:**

- Terminado, o coordenador avisa que terminou o tempo e que a crítica é proibida. Inicia-se a avaliação das ideias e a escolha das melhores.

**3ª fase:**

- No caso de haver mais subgrupos, o animador pede que seja organizada uma lista única das melhores ideias.

**4ª fase:**

- Forma-se o plenário. Processa-se a leitura das melhores ideias, e procura-se formar uma pirâmide cuja base serão as ideias mais válidas.

## 21- A DIFICULDADE DE UM CONSENSO

**Objetivos:** Esclarecer valores e conceitos morais. Provocar um exercício de consenso, a fim de demonstrar sua dificuldade, principalmente quando os valores e conceitos morais estão em jogo.

**Tamanho:** 30 pessoas

**Tempo:** 1 hora

**Descrição:** o coordenador explica os objetivos do exercício. A seguir distribuirá uma cópia do "abrigo subterrâneo" a todos os participantes, para que façam uma decisão individual, escolhendo as seis pessoas de sua preferência. Organizar, a seguir, subgrupos de 5 pessoas. Para realizar a decisão grupal, procurando-se alcançar um consenso. Forma-se novamente o grupo maior, para que cada subgrupo possa relatar o resultado da decisão grupal. Segue-se um debate sobre a experiência vivida.

### Abrigo subterrâneo

Imaginem que nossa cidade está sob ameaça de um bombardeio. Aproxima-se um homem e lhes solicita uma decisão imediata. Existe um abrigo subterrâneo que só pode acomodar seis pessoas. Há doze pessoas interessadas a entrar no abrigo. Faça sua escolha, destacando seis somente.

- Um violinista, com 40 anos de idade, narcótico viciado;
- Um advogado, com 25 anos de idade;
- A mulher do advogado, com 24 anos de idade, que acaba de sair do manicômio. Ambos preferem ou ficar juntos no abrigo, ou fora dele;
- Um sacerdote, com a idade de setenta e cinco anos;
- Uma prostituta, com 34 anos de idade;
- Um ateu, com 20 anos de idade, autor de vários assassinatos;
- Uma universitária que fez voto de castidade;
- Um físico, com 28 anos de idade, que só aceita entrar no abrigo se puder levar consigo sua arma;
- Um declamador fanático, com 21 anos de idade;
- Uma menina com 12 anos e baixo Q.I.;
- Um homossexual, com 47 anos de idade;
- Um débil mental, com 32 anos de idade, que sofre de ataques epiléticos

## 22- TÉCNICA DO ENCONTRO

**Objetivos:** Estabelecer um comunicação real. Auxiliar os participante a se tornarem conscientes de sua verdadeira reação uns em relação aos outros, através do uso dos sentimentos em todo o corpo.

**Tamanho:** 25 pessoas

**Tempo:** 1 hora

**Descrição:**

1. O coordenador convida dois voluntários para que fiquem de pé, uma em cada extremidade da sala, silenciosas, olhando-se nos olhos, e andando muito lentamente, uma em direção à outra.
2. Sem haverem nada planejado, quando as duas pessoas se encontrar bem próximas uma da outra, deverão fazer o que quer que sintam impelidas a fazer.
3. Poderão continuar o encontro durante o tempo que quiserem
4. Terminado o encontro, o exercício prossegue, com outros dois, caso seja necessário.
5. No final da experiência, seguem-se os comentários não só dos protagonistas, como dos observadores.

## 23- EXERCÍCIO DO BOMBARDEIO INTENSO

**Objetivo:** Expressar sentimentos positivos, de carinho e afeto com uma pessoa

**Tamanho:** 25 pessoas

**Tempo:** 2 minutos por pessoas

**Descrição:**

- O coordenador inicia, explicando ao grupo como a afeição se baseia na formação de ligações emocionais, é geralmente a última fase a emergir na evolução do relacionamento humano, após a inclusão e o controle, na inclusão, as pessoas têm de encontrar-se umas com as outras e decidir se continuam seu relacionamento. Os problemas de controle exigem que as pessoas se confrontem umas com as outras e descubram como desejam relacionar-se. Para prosseguir a relação, cumpre que se formem ligações afetivas, e elas têm então de abraçar-se, a fim de que se crie um vínculo duradouro.
- Feita a explicação o coordenador pede aos participantes que digam à uma pessoa todos os sentimentos positivos que têm por ela.
- A pessoa apenas ouve, podendo permanecer no círculo ou sair dele e ficar de costas para o grupo.
- O impacto é mais forte quando cada um se coloca diante da pessoa, toca-a, olha nos olhos e lhe fala diretamente, que é uma outra maneira de realizar a dinâmica.

## 24- TROCANDO CRACHÁS

**Participantes:** 15 a 30 pessoas

**Tempo Estimado:** 20 minutos

**Modalidade:** Apresentação e Memorização de Nomes.

**Objetivo:** Facilitar a memorização dos nomes e um melhor conhecimento entre os integrantes.

**Material:** Crachás com os nomes dos integrantes.

**Descrição:** O coordenador distribui os crachás aos respectivos integrantes. Após algum tempo recolhem-se os crachás e cada um recebe um crachá que não deve ser o seu. Os integrantes devem passear pela sala a procura do integrante que possui o seu crachá para recebê-lo de volta. Neste momento, ambos devem aproveitar para uma pequena conversa informal, onde procurem conhecer algo novo sobre o outro integrante. Após todos terem retomado seus crachás, o grupo deve debater sobre as diferentes reações durante a experiência.

## 25- RECORDAÇÕES DA INFÂNCIA

**Participantes:** 7 a 15 pessoas

**Tempo Estimado:** 30 minutos

**Modalidade:** Experiência de Vida.

**Objetivo:** Proporcionar o conhecimento recíproco da infância de cada integrante.

**Material:** Perguntas preparados pelo coordenador em número superior ao número de integrantes.

**Observação:** Deve-se evitar perguntas que levem a recordações tristes.

**Descrição:** Cada integrante recebe aleatoriamente uma pergunta e a lê em voz alta para os demais, respondendo-a em seguida. As perguntas podem ser reutilizadas. Propostas de perguntas:

- Como era seu melhor amigo(a)?
- Como seu pai gostaria que você fosse?
- O que você imaginava ser quando crescesse?
- Quais os seus sonhos de infância?
- Qual a melhor lembrança de seu padrinho?
- Qual a melhor lembrança de seu pai?
- Qual a melhor lembrança de sua infância?
- Qual a melhor lembrança de sua mãe?
- Qual a sua primeira grande alegria?
- Qual o seu primeiro contato com Deus?
- Quando você descobriu que Cristo morreu por nós?

## 26- TÉCNICA NÃO-VERBAL DE CONTROLE

**Objetivo:** experimentar os sentimento de domínio e de submissão

**Tempo:** depende de quantas vezes for feito

**Descrição:**

- O coordenador pede que uma ou duas pessoas fiquem de pé em cima de uma cadeira e continuem participando das atividades, naquela posição.
- É importante observar que as pessoas fiquem de pé sem maiores explicações.
- Decorridos cinco ou mais minutos, o animador poderá solicitar a reação das outras pessoas, a fim de observar se de fato tiveram a impressão de subordinação, como também notar como essas simples modificações espaciais fazem aflorar nítidas sensações de conforto ou desconforto

## 27- CONHECENDO MELHOR O GRUPO

**Participantes:** 7 a 15 pessoas

**Tempo Estimado:** 20 minutos

**Modalidade:** Objetivos Individuais.

**Objetivo:** Compreender os objetivos individuais e sua relação com o grupo.

**Material:** Lápis e papel para os integrantes.

**Observação:** O horizonte do desejo pode ser aumentado, como por exemplo, um sonho que se deseja realizar no decorrer da vida.

**Descrição:** O coordenador pede aos integrantes que pensem nas atividades que gostariam de fazer nos próximos dias ou semanas (viagens, ir bem numa prova, atividades profissionais, familiares, religiosas, etc.). Então, cada integrante deve iniciar um desenho que represente o seu desejo na folha de ofício. Após trinta segundos o coordenador pede para que todos parem e passem a folha para o vizinho da direita, e assim sucessivamente a cada trinta segundos até que as folhas voltem à origem. Então cada integrante descreve o que gostaria de ter desenhado e o que realmente foi desenhado. Dentre as conclusões a serem analisadas pelo coordenador pode-se citar:

- Importância de conhecermos bem nossos objetivos individuais e coletivos;
- Importância de sabermos expressar ao grupo nossos desejos e nossas dificuldades em alcançá-los;
- O interesse em sabermos quais os objetivos de cada participante do grupo e de que maneira podemos ajudá-los;
- Citar a importância do trabalho em grupo para a resolução de problemas;
- Outros

## 28- EVANGELHO EM PEDAÇOS

**Participantes:** 10 a 15 pessoas

**Tempo Estimado:** 30 minutos

**Modalidade:** Leitura da Bíblia e Debate.

**Objetivo:** Estimular a procura e análise de passagens da Bíblia.

**Material:** Papéis com pequenos trechos da Bíblia (partes de passagens) com indicação do livro, capítulo e versículos.

**Descrição:** Cada integrante recebe um trecho da Bíblia e procura compreendê-lo. Para melhorar a compreensão do trecho, deve consultar a passagem completa na Bíblia. Em seguida, os integrantes devem ler o seu trecho e comentá-lo para o grupo. Ao final, é aberto o debate sobre os trechos selecionados e as mensagens por eles transmitidas.

## 29- DINÂMICA DA PIZZA

**Participantes:** 7 a 15 pessoas

**Tempo Estimado:** 30 minutos

**Modalidade:** Preferências Individuais.

**Objetivo:** Descobrir a importância de diferentes temas para os integrantes do grupo.

**Material:** Lápis e papel para os integrantes.

**Descrição:** O coordenador propõe temas a serem debatidos pelo grupo. Cada integrante é motivado para que defina qual a importância dos diferentes temas para si mesmo. Dentre os temas propostos pode-se ter temas como: drogas, sexo, namoro, política, amizade, espiritualidade, liturgia, família, educação, saúde, segurança, esportes, etc. Os temas devem ser identificados por um número ou uma letra (de preferência a primeira letra do tema). Em seguida, cada integrante deve desenhar um círculo e dividi-lo de acordo com a proporção de importância que tem para com cada tema. As divisões devem ser identificadas pelos números ou letras definidos anteriormente para os temas. Temas se nenhuma importância para o integrante podem ser simplesmente desconsiderados pelo mesmo. Então, cada integrante apresenta seu desenho ao grupo comentando suas opções. Em contrapartida, o grupo pode opinar sobre estas opções e se as mesmas correspondem ao que o grupo esperava do integrante.

## 30- SALMO DA VIDA

**Participantes:** 10 a 20 pessoas

**Tempo Estimado:** 45 minutos

**Modalidade:** Experiência de Vida.

**Objetivo:** Definir a experiência de Deus na vida de cada integrante e agradecê-la.

**Material:** Lápis e papel para os integrantes.

**Descrição:** Cada integrante deve escrever a história de sua vida, destacando os acontecimentos marcantes. O coordenador deve alertar o grupo de que experiências de dor e sofrimento podem ser vistas como formas de crescimento e não simples acontecimentos negativos. Em seguida, os integrantes devem se perguntar qual foi a experiência de Deus que fizeram a partir dos acontecimentos descritos ou no decorrer de suas vidas. Depois devem escrever o salmo da vida, da sua vida, uma oração de louvor, agradecimento, pedido de perdão e/ou clamor. O desenvolvimento dos salmos deve-se realizar em um ambiente de paz e reflexão. Então, os integrantes devem ser divididos em subgrupos de três ou quatro pessoas onde cada integrante deve partilhar sua oração. Depois o grupo é reunido e quem quiser pode apresentar sua oração ao grupo. Por último é realizado um debate sobre os objetivos da dinâmica e a experiência que a mesma trouxe para os integrantes. Algumas questões que podem ser abordadas: Como se sentiu recordando o passado? O que mais chamou a atenção? Qual foi a reação para com acontecimentos tristes? Como tem sido a experiência com Deus? Qual a importância Dele em nossas vidas? Pode-se ainda comparar os salmos redigidos com os salmos bíblicos.

## 31- PALAVRA ILUMINADA

**Participantes:** 7 a 15 pessoas      **Tempo Estimado:** Indefinido

**Modalidade:** Debate e Apresentação (opcional).

**Objetivo:** Verificar a opinião do grupo com relação a algum tema baseado em passagens bíblicas.

**Material:** Uma vela e trechos selecionados da Bíblia que tratem do assunto a ser debatido.

**Observação:** Para grupos cujos integrantes já se conhecem, a parte relativa à apresentação pode ser eliminada da dinâmica.

**Descrição:** A iluminação do ambiente deve ser serena de modo a predominar a luz da vela, que simboliza Cristo iluminando os nossos gestos e palavras. Os

participantes devem estar sentados em círculo de modo que todos possam ver a todos. O coordenador deve ler o trecho bíblico inicial e comentá-lo, sendo que a pessoa a sua esquerda deve segurar a vela. Após o comentário do trecho, a pessoa que estava segurando a vela passa a mesma para o vizinho da esquerda e se apresenta ao grupo. Em seguida esta pessoa realiza a leitura de outro trecho da bíblia indicado pelo coordenador e faz seus comentários sobre o trecho. Este processo se realiza sucessivamente até que o coordenador venha a segurar a vela e se apresentar ao grupo. Então, o coordenador lê uma última passagem bíblica que resuma todo o conteúdo abordado nas passagens anteriores. Após a leitura desta passagem, os integrantes do grupo devem buscar a opinião do grupo como um todo, baseado nos depoimentos individuais, sobre o tema abordado. Quando o consenso é alcançado apaga-se a vela. Por último pode-se comentar a importância da Luz (Cristo) em todos os atos de nossas vidas.

### **32- O ESPELHO**

**Participantes:** 10 a 20 pessoas

**Tempo Estimado:** 30 minutos

**Modalidade:** Valorização Pessoal.

**Objetivo:** Despertar para a valorização de si. Encontrar-se consigo e com seus valores.

**Material:** Um espelho escondido dentro de uma caixa, de modo que ao abri-la o integrante veja seu próprio reflexo.

**Descrição:** O coordenador motiva o grupo: "Cada um pense em alguém que lhe seja de grande significado. Uma pessoa muito importante para você, a quem gostaria de dedicar a maior atenção em todos os momentos, alguém que você ama de verdade... com quem estabeleceu íntima comunhão... que merece todo seu cuidado, com quem está sintonizado permanentemente... Entre em contato com esta pessoa, com os motivos que a tornam tão amada por você, que fazem dela o grande sentido da sua vida..." Deve ser criado um ambiente que propicie momentos individuais de reflexão, inclusive com o auxílio de alguma música de meditação. Após estes momentos de reflexão, o coordenador deve continuar: "...Agora vocês vão encontrar-se aqui, frente a frente com esta pessoa que é o grande significado de sua vida." Em seguida, o coordenador orienta para que os integrantes se dirijam ao local onde está a caixa (um por vez). Todos devem olhar o conteúdo e voltar silenciosamente para seu lugar, continuando a reflexão sem se comunicar com os demais. Finalmente é aberto o debate para que todos partilhem seus sentimentos, suas reflexões e conclusões sobre esta pessoa tão especial. É importante debater sobre os objetivos da dinâmica.

### **33- MARQUE UM ENCONTRO E CONVERSE**

**Duração:** 20 minutos

**Material:** Um relógio de papel, conforme modelo e caneta ou lápis para cada participante.

Faça um relógio de papel, como o desenho ao lado, e escreva uma pergunta ou assunto para conversar em cada hora. Tire tantas cópias iguais, quantos forem os participantes.

Distribua os relógios, e um lápis ou caneta para cada pessoa. Peça que escrevam seu próprio nome no retângulo abaixo do relógio.

Agora todos devem caminhar e marcar um encontro para cada hora. Cada pessoa se apresenta a alguém e marca com ela um encontro - ambas devem então escrever o nome uma da outra, sobre o relógio no espaço da hora combinada. É necessário número par de participantes.

Quem já tiver preenchido todos os horários deve se sentar, para que fique mais fácil completar as agendas.

Quando todos tiverem marcado as horas, comece a brincadeira...

Diga as horas, por exemplo, "Uma hora". Cada um deve procurar o par com quem marcou o encontro da uma hora e conversar sobre a pergunta ou assunto marcado para aquele horário.

O relógio pode servir de crachá durante todo o encontro.

### **34- LEVAR AS CARGAS UNS DOS OUTROS**

**Material necessário:** pedaços de papel e lápis.

**Desenvolvimento:**

Cada um recebe um papel e deve escrever uma dificuldade que sente no relacionamento, um medo, problema, etc.. que não gostaria de expor oralmente.

A papeleta deve ser dobrada e colocada num saco.

Depois de bem misturadas as papeletas, cada pessoa pega uma qualquer dentro do saco e assume o problema que está na papeleta como se fosse seu, esforçando-se por compreendê-lo.

Cada pessoa, por sua vez, lerá em voz alta o problema que estiver na papeleta e usando a 1ª pessoa "eu", fazendo as adaptações necessárias, dirá sua solução para o problema apresentado.

Após este exercício ainda compartilhar e conversar sobre a importância de levarmos a cargas uns dos outros, de ajudarmos o nosso próximo, e de percebermos que, embora conselhos nem sempre sejam bons, ouvir as sugestões e visões de outros sobre o nosso problema, pode nos ajudar a encontrar uma outra saída.

### **35- GARRAFA DA GRAÇA**

**Material necessário:** Uma garrafa vazia (pode ser re refrigerante).

**Desenvolvimento:**

O grupo deve sentar, formando um círculo.

O professor coloca a garrafa deitada no chão no centro da sala e a faz girar rapidamente, quando ela parar estará apontando (gargalo) para alguém e, o professor dará uma palavra de encorajamento ou estímulo à essa pessoa.

A pessoa indicada pela garrafa terá então a tarefa de girá-la e falar palavras de encorajamento para quem ela apontar e assim sucessivamente.

**Textos para trabalhar após este exercício:** 1 Pe 4:10,11; Ef 4:29,30; Pv 12:25.

### 36- ENFRENTANDO DESAFIOS COM FÉ.

#### Objetivo:

Despertar no catequizando confiança em Deus para enfrentar e superar os problemas.

Mostrar que a nossa fé é a força para a caminhada cristã e só por ela venceremos os obstáculos que dificultam a nossa missão.

**Material:** Bola pequena, Dez vasilhames de refrigerante descartáveis, transparentes e com tampa; tinta guache (diversas cores) e onze etiquetas adesivas

Primeiramente, vamos encher as garrafas com água. Para dar um colorido a cada uma das garrafas é só misturar um pouco de guache na água.

Escreva nas etiquetas dez obstáculos que dificultam a missão de evangelizar e que nos afastam de Deus, como por exemplo: egoísmo, inveja, etc. Peça sugestões as crianças do grupo.

Na bola você irá afixar uma etiqueta com a palavra FÉ.

Começa o jogo, todos deverão mirar os obstáculos e jogar a bola para tentar derrubá-los. Ganha quem conseguir derrubar todos os obstáculos.

Termine fazendo uma reflexão, mostrando que aqueles que creem em Deus são capazes de superar esses obstáculos e realizar grandes obras em Seu nome.

### 37- DE QUEM SERÁ O PRESENTE?

**Material:** 1 Presente (pode ser bombons com mensagens, ou outra lembrancinha, mas que tenha uma para cada pessoa. Deve estar em uma caixa bonita de presente, que desperte a curiosidade de todos.)

**Desenvolvimento:** Pensar em pessoas que sejam organizadas, felizes, meigas, extrovertidas, corajosa, inteligente, simpáticas, dinâmicas, solidárias, alegres, elegantes, bonitas, transmite paz. (Se quiser pode acrescentar mais algum, de acordo com o grupo)

Comece fazendo o sorteio entre todos os participantes, sorteando uma pessoa.

Parabéns!! Você tem muita sorte, foi sorteado com este presente. Ele simboliza a compreensão, a confraternização e a amizade que temos e ampliaremos. Mas o presente não será seu. Observe os amigos e aquele que considera mais organizado será o ganhador dele.

A organização é algo de grande valor e você é possuidor desta virtude, irá levantar-se para entregar este presente ao amigo que você achar mais feliz.

Você é feliz, construa sempre a sua felicidade em bases sólidas. A felicidade não depende dos outros, mas de todos nós mesmos, mas o presente ainda não será seu. Entregue-o para uma pessoa que na sua opinião é muito meiga.

A meiguice é algo muito raro, e você a possui, parabéns. mas o presente ainda não será seu. E você com jeito amigo não vai fazer questão de entregá-lo a quem você acha mais extrovertida.

Por ter este jeito tão extrovertido é que você está sendo escolhido para receber este presente, mas infelizmente ele é seu, passe-o para quem você considera muito corajoso.

Você foi contemplada com este presente, e agora demonstrando a virtude da coragem pela qual você foi escolhida para recebe-lo, entregue-o para quem você acha mais inteligente.

A inteligência nos foi dada por Deus, parabéns por ter encontrado espaço para demonstrar este talento, pois muitos de nossos irmãos são inteligentes, mas a sociedade muitas vezes os impede que desenvolvam sua inteligência. Agora passe o presente para quem você acha mais simpático.

Para comemorar a escolha distribua largos sorrisos aos amigos, o mundo está tão amargo e para melhorar um pouco precisamos de pessoas simpáticas como você. Parabéns pela simpatia, não fique triste, o presente não será seu, passe-o a quem você acha mais dinâmica.

Dinamismo é a fortaleza, coragem, compromisso e energia. Seja sempre agente multiplicador de boas ideias e boas ações em seu meio. Precisamos de pessoas como você, parabéns, mas passe o presente a quem você acha mais solidário.

Solidariedade é a coisa rara no mundo em que vivemos, de pessoas egocêntricas. Você está de parabéns por ser solidário com seus colegas, mas o presente não será seu, passe-o a quem você acha mais alegre.

Alegria!!! Você nessa reunião poderá fazer renascer em muitos corações a alegria de viver, pessoas alegres como você transmitem otimismo e alto astral. Com sua alegria passe o presente a quem você acha mais elegante.

Parabéns a elegância completa a citação humana e sua presença se torna mais marcante, mas o presente não será seu, passe-o para aquele amigo que você acha mais bonito.

Que bom!!! Você foi escolhido o amigo mais bonito entre o grupo, por isso mostre desfilando para todos observarem o quanto você é bonito. Mas o presente não será seu, passe-o para quem lhe transmite paz.

O mundo inteiro clama por paz e você gratuitamente transmite esta tão riqueza, parabéns!!! Você está fazendo falta as grandes potências do mundo, responsáveis por tantos conflitos entre a humanidade. O presente é seu!!! Pode abri-lo. (espere a pessoa começar a abrir o presente e antes de completar, pede para esperar um pouco e continua lendo). Com muita paz, abra o presente e passe-o a todos os seus amigos e deseje-lhes em nome de todos nós, muita paz.

### 38- CÍRCULO FECHADO

#### Desenvolvimento:

O coordenador pede a duas ou três pessoas que saiam da sala por alguns instantes.

Com o grupo que fica combinará que eles formarão um círculo apertado com os braços entrelaçados e não deixarão de forma nenhuma os componentes que estão fora da sala entrar no círculo.

Enquanto o grupo se arruma o coordenador combina com os que estão fora que eles devem entrar e fazer parte do grupo.

Depois de algum tempo de tentativa será interessante discutir com o grupo como se sentiram não deixando ou não conseguindo entrar no grupo.

Compartilhar e discutir: Muitas vezes formamos verdadeiras "painéis" e não deixamos outras pessoas entrar e se sentir bem no nosso meio. Como temos agido com as pessoas novas na igreja ou no nosso grupo?

### 39- AMAR AO PRÓXIMO.

**Duração:** 30 min.

**Material:** papel, lápis.

Divida a turma em grupos ou times opostos.

Sugira preparar uma gincana ou concurso, em que cada grupo vai pensar em 5 perguntas e 1 tarefa para o outro grupo executar.

Deixe cerca de 15 minutos, para que cada grupo prepare as perguntas e tarefas para o outro grupo.

Após este tempo, veja se todos terminaram e diga que na verdade, as tarefas e perguntas serão executadas pelo mesmo grupo que as preparou.

Observe as reações. Peça que formem um círculo e proponha que conversem sobre:

Se você soubesse que o seu próprio grupo responderia às perguntas, as teria feito mais fáceis?

E a tarefa? Vocês dedicaram tempo a escolher a mais difícil de realizar?

Como isso se parece ou difere do mandamento de Jesus? "Amarás ao teu próximo como a ti mesmo".

Como nos comportamos no nosso dia a dia? Queremos que os outros executem as tarefas difíceis ou procuramos ajudá-los?

Encerre com uma oração.

Se houver tempo, cumpram as tarefas sugeridas, não numa forma competitiva, mas todos os grupos se ajudando.

### 40- ABRA O OLHO MEU IRMÃO.

**Material:** Dois panos para fechar os olhos e dois chinelos ou porretes feitos com jornais enrolados em forma de cassetete.

**Descrição:** Dois voluntários devem ter os rostos cobertos e devem receber um chinelo ou porrete. Depois devem iniciar uma briga de cegos, para ver quem acerta mais o outro no escuro. O restante do grupo apenas assiste.

Assim que inicia a "briga", o coordenador faz sinal para o grupo não dizer nada e desamarra a venda dos olhos de um dos voluntários e deixa a briga continuar.

Depois de tempo suficiente para que os resultados das duas situações sejam bem observados, o coordenador retira a venda do outro voluntário e encerra a experiência, abrindo um debate sobre o que se presenciou no contexto da sociedade atual.

A reação dos participantes pode ser muito variada. Por isso, é conveniente refletir algumas posturas como: indiferença x indignação; aplaudir o agressor x posicionar-se para defender o indefeso; lavar as mãos x envolver-se e solidarizar-se com o oprimido, etc.

Alguns questionamentos podem ajudar, primeiro perguntar aos voluntários como se sentiram e o porquê. Depois dar a palavra aos demais participantes. Qual foi a postura do grupo? Para quem torceram? O que isso tem a ver com nossa realidade? Quais as cegueiras que enfrentamos hoje? O que significa ter os olhos vendados? Quem estabelece as regras do jogo da vida social, política e econômica hoje? Como podemos contribuir para tirar as vendas dos olhos daqueles que não enxergam?

Sugestões de textos: Marcos 10, 46-52; Lucas 10 25 a 37 ou Lucas 24, 13-34.

### 41- RODA VIVA

#### Objetivos

1. Debater um tema e desenvolvê-lo de forma participativa.
2. Envolver a todos do grupo no debate.
3. Falar sobre o que cada um sabe a respeito de um assunto.
4. Saber expor e ouvir

#### Passos

1. Fazer dois círculos, um de frente para o outro, de pé ou sentado.
2. O círculo de dentro fica parado no lugar inicial e o círculo de fora gira para a esquerda, a cada sinal dado pelo animador ou coordenador do grupo.
3. Cada dupla fala sobre o assunto colocado para reflexão, durante dois minutos, sendo um minuto para cada pessoa.
4. O círculo de fora vai girando até chegar no par inicial.
5. Depois deste trabalho, realiza-se um plenário, onde as pessoas apresentam conclusões, tiram dúvidas, complementam ideias.
6. Complementação do assunto pelo coordenador.

#### Observações

1. O assunto deve ser preparado pelo coordenador com antecedência.
2. Os participantes do grupo devem pesquisar e fazer leituras prévias sobre o assunto.

#### Avaliação

1. O que descobrimos sobre o assunto?
2. Como nos sentimos durante a dinâmica?
3. O que foi positivo?
4. Que ensinamentos podemos tirar para o grupo?

### 42- ENTREVISTA

#### Objetivos

1. Obter conhecimentos, informações ou mesmo opiniões atuais a respeito de um tema.
2. Utilizar melhor os conhecimentos de um especialista.
3. Obter mais informações em menos tempo.
4. Tornar o estudo de um tema, mais dinâmico.



### **Passos**

1. Coordenador apresenta em breves palavras, um tema, deixando várias dúvidas sobre o mesmo(propositalmente).
2. Coordenador levanta com o grupo, a possibilidade de completar o conhecimento através de entrevista junto a pessoas que são estudiosas do assunto.
3. O grupo define o entrevistado.
4. O grupo, orientado pelo coordenador prepara as perguntas para a entrevista.
5. Convite ao entrevistado.
6. Representante do grupo faz as perguntas.
7. Auditório vai registrando as perguntas.
8. Coordenador possibilita comentários sobre as respostas dadas pelo entrevistado.
9. Coordenador faz uma síntese de todo o conteúdo.
10. Discussão sobre o assunto.
11. Grupo(auditório) apresenta, verbalmente, suas conclusões.

### **Avaliação**

1. Para que serviu a dinâmica?
2. O que descobrimos através da entrevista?
3. O que gostaríamos de aprofundar sobre o assunto?

## **43- JÚRI SIMULADO**

### **Objetivos**

1. Estudar e debater um tema, levando todos os participantes do grupo se envolverem e tomar uma posição.
2. Exercitar a expressão e o raciocínio.
3. Desenvolver o senso crítico.

### **Participantes (funções)**

**Juiz:** Dirige e coordena o andamento do júri.

**Advogado de acusação:** Formula as acusações contra o réu ou ré.

**Advogado de defesa:** Defende o réu ou ré e responde às acusações formuladas pelo advogado de acusação.

**Testemunhas:** Falam a favor ou contra o réu ou ré, de acordo com o que tiver sido combinado, pondo em evidência as contradições e enfatizando os argumentos fundamentais.

**Corpo de Jurados:** Ouve todo o processo e a seguir vota: Culpado ou inocente, definindo a pena. A quantidade do corpo de jurados deve ser constituído por número ímpar:(3,5 ou 7)

**Público:** Dividido em dois grupos da defesa e da acusação, ajudam seus advogados a prepararem os argumentos para acusação ou defesa. Durante o júri, acompanham em silêncio.

### **Passos**

1. Coordenador apresenta o assunto e a questão a ser trabalhada.
2. Orientação aos participantes.
3. Preparação para o júri.
4. Juiz abre a sessão.
5. Advogado de acusação(promotor) acusa o réu ou ré(a questão em pauta).
6. Advogado de defesa defende o réu ou a ré.
7. Advogado de acusação toma a palavra e continua a acusação.
8. Intervenção de testemunhas, uma de acusação.
9. Advogado de defesa, retoma a defesa.
10. Intervenção da testemunha de defesa.
11. Jurados decidem a sentença, junto com o juiz.
12. O público, avalia o debate entre os advogados, destacando o que foi bom, o que faltou.
13. Leitura e justificativa da sentença pelo juiz.

### **Avaliação**

1. Que proveito tiramos da dinâmica?
2. Como nos sentimos?
3. O que mais nos agradou?
4. O que podemos melhorar?

## **44- COCHICHO**

### **Objetivos**

1. Levar todos os integrantes do grupo a participar de uma discussão.
2. Colher opiniões e sugestões de um grupo, e sondar-lhes os interesses
3. Criar uma atmosfera informal e democrática durante um estudo, debate.
4. Dar oportunidade para a troca de ideias dentro de um grupo.
5. Ajudar as pessoas a se libertarem das suas inibições.
6. Obter rapidamente ideias, opiniões e posições dos participantes de um grupo

### **Componentes**

1. Coordenador: orientar e encaminhar o trabalho.
2. Secretário: anota no quadro ou ampelógrafo, as ideias dos participantes.
3. Público: participantes do grupo.

#### **Passos**

1. Coordenador expõe de forma clara uma questão, solicitando ideias do grupo.
2. Coordenador divide o grupo de 2 em 2 ou 3 em 3 (depende do número de participantes o grupo).
3. Formados os grupos, passam a trabalhar. Cada grupo tem 2, 3 ou 4 minutos para expor suas ideias, sendo um minuto para cada participante.
4. Uma pessoa de cada grupo expõe em plenário, a síntese das ideias do seu grupo.
5. O secretário procura anotar as principais ideias no quadro, ou num ampelógrafo.
6. O coordenador faz um comentário geral, esclarece dúvidas.
7. Alguém do grupo pode fazer uma conclusão.

#### **Avaliação**

1. O que aprendemos?
2. O que descobrimos em relação ao grupo?
3. O que precisamos aprofundar sobre este assunto?

### **45- QUEM SOU EU?**

#### **Objetivo**

Tornar os membros do grupo conhecidos rapidamente, num ambiente relativamente pouco inibidor.

#### **Passos**

- 1- Cada um recebe uma folha com o título: "Quem sou eu?"
- 2- Durante 10 minutos cada um escreve cinco itens em relação a si mesmo, que facilitem o conhecimento.
- 3- A folha escrita será fixada na blusa dos participantes.
- 4- Os componentes do grupo circulam livremente e em silêncio pela sala, ao som de uma música suave, enquanto leem a respeito do outro e deixa que os outros leiam o que escreveu a respeito de si.
- 5- Logo após reunir 2 a 3 colegas, com os quais gostariam de conversar para se conhecerem melhor. Nesse momento é possível lançar perguntas que ordinariamente não fariam.

#### **Avaliação**

- 1- Para que serviu o exercício?
- 2- Como nos sentimos?

### **46 - TEMPESTADE**

#### **Objetivo:**

Despertar no jovem o valor de sua pessoa no grupo. Mostrando como se deve ajudar mais na elaboração das reuniões, não deixando tudo nas mãos dos coordenadores, criando então uma integração maior no grupo, já que todos terão essa responsabilidade.

**Material:** Cadeiras.

**Participantes:** No máximo 9 participantes.

#### **Desenvolvimento:**

Pessoas sentadas e uma pessoa de pé coordenando. As cadeiras devem estar bem próximas não deixando nenhuma falha entre elas, aí que está o segredo. As cadeiras também devem estar arrumadas na forma de um círculo. Fazer com que os participantes se mexam nas cadeiras direcionando-os para a direita ou para a esquerda, por isso devem estar bem próximos.

E quando o coordenador falar a palavra tempestade todos se levantam e trocam de lugar aleatoriamente, e enquanto isso o coordenador senta-se. Fazendo que com isso outra pessoa assuma a coordenação da dinâmica. Repetir o processo apenas três vezes para não se tornar cansativo. Depois que terminar a dinâmica, poderão ser feitas algumas perguntas como:

Como você se sentiu quando estava coordenando o barco?

Como você se sentiu quando estava recebendo as ordens?

E com as respostas pode se fazer uma comparação com a vida cotidiana do grupo.

#### **Motivação:**

Estamos num navio em alto mar. Estamos atravessando uma tempestade e temos que equilibrar o navio (e o mexer) e a partir daí use a criatividade, pois Jesus estará com você.

### **47- GUIA DO CEGO**

- **Participantes:** 10 a 20 pessoas

- **Tempo Estimado:** 45 minutos

- **Modalidade:** Crescimento Individual.

- **Objetivo:** Compreender a importância dos outros no crescimento individual.

- **Material:** Alguns lenços, bastões (para servir de bengalas) e uma área com obstáculos, de preferência em campo aberto.

- **Descrição:** O coordenador venda os olhos de quatro ou mais pessoas e fornece uma bengala para cada um, enquanto os outros integrantes permanecem como

observadores para tomar nota da forma como os cegos se comportam. Os cegos devem caminhar desviando-se dos obstáculos durante determinado intervalo de tempo. Após este tempo deve-se realizar alguns questionamentos para os mesmos, tais como:

- \* Como vocês se sentiram sem poder enxergar?
- \* Tiveram medo? Por quê? De quê?
- \* Que acham da sorte dos cegos?

Em seguida, com os mesmos ou outros cegos é substituído o bastão por um guia dentre os integrantes observadores que conduzirá o cego por onde quiser.

Depois de algum tempo podem ser realizados os seguintes questionamentos:

- \* Como vocês se sentiram nas mãos dos guias?
- \* Tiveram confiança ou desconfiança? Por quê?
- \* É preferível um bastão ou um guia? Por quê?

Por último, dispõe-se dois voluntários de cego, sendo que um guiará o outro. Ao final, pode-se realizar os mesmos questionamentos do passo anterior. Dentre os questionamentos finais, a todos, pode-se citar:

- \* O que a dinâmica teve de parecido com a vida de cada um?
- \* Além da cegueira física, vocês conhecem outros tipos de cegueira? Quais? (ira, ignorância, inveja, apatia, soberba, etc.)
- \* Os homens tem necessidade de guias? Quem são os outros guias? (família, educadores, amigos, os exemplos, etc.)
- \* Costumamos confiar nestes guias? O que acontece com quem não aceita o serviço de um guia?
- \* Qual a pior cegueira: a física ou a de espírito? Por quê? O Evangelho relata várias curas de cegos (Mt 9,27-32; Lc 15, 35-43; Jo 9,1-39). Qual a semelhança que pode-se encontrar, por exemplo, entre o relato de São Lucas e a sociedade moderna? Qual a semelhança entre a cura da vista e a missão da igreja de conscientização?

#### 48- COMUNICAÇÃO POR GESTOS

- **Participantes:** 15 a 30 pessoas
- **Tempo Estimado:** 30 minutos
- **Modalidade:** Comunicação Gestual.
- **Objetivo:** Analisar o processo de comunicação gestual entre os integrantes do grupo.

- **Material:** Aproximadamente vinte fichas com fotografias ou desenhos para serem representados através de mímicas.
- **Descrição:** O coordenador auxiliado por outros integrantes deve encenar através de mímicas (sem qualquer som) o que está representado nas fichas, cada qual em um intervalo de aproximadamente um minuto. Os demais integrantes devem procurar adivinhar o que foi representado. Em seguida, deve-se comentar a importância da comunicação nos trabalhos e atividades do cotidiano, bem como do entrosamento dos integrantes do grupo para que juntos possam até mesmo sem se comunicar entender o que os outros pensam ou desejam fazer.

#### 49- BONECO

- **Objetivo:** União do grupo, trabalho em equipe
- **Material:** 2 folhas de papel para cada participante, canetas hidrocor, fita adesiva, cola e tesoura.
- **Descrição:** Cada membro do grupo deve desenhar em uma folha de papel uma parte do corpo humano, sem que os outros saibam. Após todos terem desenhado, pedir que tentem montar um boneco ( na certa não vão conseguir pois, Terão vários olhos e nenhuma boca... ). Em seguida, em outra folha de papel, pedir novamente que desenhem as partes do corpo humano (só que dessa vez em grupo) Eles devem se organizar, combinando qual parte cada um deve desenhar. Em seguida, após desenharem, devem montar o boneco. Terminada a montagem, cada membro deve refletir e falar sobre como foi montar o boneco. Quais as dificuldades, etc. ...

#### 50- TERREMOTO

- **Participantes:** Devem ser múltiplos de três e sobrar um. Ex: 22 (7x3 = 21, sobra um)
- **Material:** Para essa dinâmica só é necessário um espaço livre para que as pessoas possam se movimentar
- **Desenvolvimento:** Dividir em grupos de três pessoas, lembre-se que deverá sobrar um. Cada grupo terá 2 paredes e 1 morador. As paredes deverão ficar de frente uma para a outra e dar as mãos (como no túnel da quadrilha da Festa Junina), o morador deverá ficar entre as duas paredes. A pessoa que sobrar deverá gritar uma das três opções abaixo:  
**1 - MORADOR!!!** - Todos os moradores trocam de "paredes", devem sair de uma "casa" e ir para a outra. As paredes devem ficar no mesmo lugar e a pessoa do meio deve tentar entrar em alguma "casa", fazendo sobrar outra pessoa.  
**2 - PAREDE!!!** - Dessa vez só as paredes trocam de lugar, os moradores ficam parados. Obs: As paredes devem trocar os pares. Assim como no anterior, a pessoa do meio tenta tomar o lugar de alguém.  
**3 - TERREMOTO!!!** - Todos trocam de lugar, quem era parede pode virar morador e vice-versa. Obs: NUNCA dois moradores poderão ocupar a mesma casa, assim como uma casa também não pode ficar sem morador. Repetir isso até cansar...  
- **Conclusão:** Como se sentiram os que ficaram sem casa? Os que tinham casa pensaram em dar o lugar ao que estava no meio? Passar isso para a nossa vida: Nos sentimos excluídos no grupo? Na Escola? No Trabalho? Na Sociedade? Sugestão: Quanto menor o espaço melhor fica a dinâmica, já que isso propicia várias trombadas. É muito divertido!!!

#### 51- 30 SEGUNDOS

- Participantes:** 10 a 30 pessoas
- Tempo Estimado:** 30 minutos
- Modalidade:** Debate.
- Objetivo:** Estimular a participação de todos por igual nas reuniões e evitar interrupções paralelas.
- Material:** Nenhum.
- Descrição:** O coordenador apresenta um tema a ser discutido pelo grupo. Baseado neste tema, cada integrante tem trinta segundos para falar sobre o assunto apresentado, sendo que ninguém, em hipótese alguma, pode ultrapassar o tempo estipulado, ao mesmo tempo que os outros integrantes deve manter-se em completo silêncio. Se o comentário terminar antes do término do tempo, todos devem manter-se em silêncio até o final deste tempo. Ao final, a palavra o tema pode ser, então, debatido livremente. O coordenador também pode desviar, utilizando como tema, por exemplo, "saber escutar e falar", introduzir questões

como:

\* Sabemos respeitar e escutar (e não simplesmente ouvir) a opinião dos outros?

\* Conseguimos sintetizar nossas opiniões de maneira clara e objetiva?

## 52- COMPRIMIDO PARA A FÉ

**Material a ser usado :** Três copos com água. Três comprimidos efervescentes. (aqueles com envelope tipo sonrisal)

**Utilidade pastoral:** Nós, Templo do Espírito Santo. A graça de Deus na vida do cristão.

1. Colocar três copos com água sobre a mesa.
2. Pegar três comprimidos efervescentes, ainda dentro da embalagem.
3. Pedir para prestarem atenção e colocar o primeiro comprimido com a embalagem ao lado do primeiro copo com água.
4. Colocar o segundo comprimido dentro do segundo copo, mas com a embalagem.
5. Por fim, retirar o terceiro comprimido da embalagem e colocá-lo dentro do terceiro copo com água.
6. Pedir que os participantes digam o que observaram.

## 53- CONHECENDO MELHOR O GRUPO

- **Participantes:** 7 a 15 pessoas

- **Tempo Estimado:** 20 minutos

- **Modalidade:** Objetivos Individuais.

- **Objetivo:** Compreender os objetivos individuais e sua relação com o grupo.

- **Material:** Lápis e papel para os integrantes.

- **Observação:** O horizonte do desejo pode ser aumentado, como por exemplo, um sonho que se deseja realizar no decorrer da vida.

- **Descrição:** O coordenador pede aos integrantes que pensem nas atividades que gostariam de fazer nos próximos dias ou semanas (viagens, ir bem numa prova, atividades profissionais, familiares, religiosas, etc.). Então, cada integrante deve iniciar um desenho que represente o seu desejo na folha de ofício. Após trinta segundos o coordenador pede para que todos parem e passem a folha para o vizinho da direita, e assim sucessivamente a cada trinta segundos até que as folhas voltem à origem. Então cada integrante descreve o que gostaria de ter desenhado e o que realmente foi desenhado. Dentre as conclusões a serem analisadas pelo coordenador pode-se citar:

\* Importância de conhecermos bem nossos objetivos individuais e coletivos;

\* Importância de sabermos expressar ao grupo nossos desejos e nossas dificuldades em alcançá-los;

\* O interesse em sabermos quais os objetivos de cada participante do grupo e de que maneira podemos ajudá-los;

\* Citar a importância do trabalho em grupo para a resolução de problemas;

\* Outros

## 54- EVANGELHO EM PEDAÇOS

- **Participantes:** 10 a 15 pessoas

- **Tempo Estimado:** 30 minutos

- **Modalidade:** Leitura da Bíblia e Debate.

- **Objetivo:** Estimular a procura e análise de passagens da Bíblia.

- **Material:** Papéis com pequenos trechos da Bíblia (partes de passagens) com indicação do livro, capítulo e versículos.

- **Descrição:** Cada integrante recebe um trecho da Bíblia e procura compreendê-lo. Para melhorar a compreensão do trecho, deve consultar a passagem completa na Bíblia. Em seguida, os integrantes devem ler o seu trecho e comentá-lo para o grupo. Ao final, é aberto o debate sobre os trechos selecionados e as mensagens por eles transmitidas.

## 55- SALMO DA VIDA

- **Participantes:** 10 a 20 pessoas

- **Tempo Estimado:** 45 minutos

- **Modalidade:** Experiência de Vida.

- **Objetivo:** Definir a experiência de Deus na vida de cada integrante e agradecê-la.

- **Material:** Lápis e papel para os integrantes.

- **Descrição:** Cada integrante deve escrever a história de sua vida, destacando os acontecimentos marcantes. O coordenador deve alertar o grupo de que experiências de dor e sofrimento podem ser vistas como formas de crescimento e não simples acontecimentos negativos. Em seguida, os integrantes devem se perguntar qual foi a experiência de Deus que fizeram a partir dos acontecimentos descritos ou no decorrer de suas vidas. Depois devem escrever o salmo da vida, da sua vida, uma oração de louvor, agradecimento, pedido de perdão e/ou clamor. O desenvolvimento dos salmos deve-se realizar em um ambiente de paz e reflexão. Então, os integrantes devem ser divididos em subgrupos de três ou quatro pessoas onde cada integrante deve partilhar sua oração. Depois o grupo é reunido e quem quiser pode apresentar sua oração ao grupo. Por último é realizado um debate sobre os objetivos da dinâmica e a experiência que a mesma trouxe para os integrantes. Algumas questões que podem ser abordadas: Como se sentiu recordando o passado? O que mais chamou a atenção? Qual foi a reação para com acontecimentos tristes? Como tem sido a experiência com Deus? Qual a importância Dele em nossas vidas? Pode-se ainda comparar os salmos redigidos com os salmos bíblicos.

## 56- PALAVRA ILUMINADA

- **Participantes:** 7 a 15 pessoas

- **Tempo Estimado:** Indefinido

- **Modalidade:** Debate e Apresentação (opcional).

- **Objetivo:** Verificar a opinião do grupo com relação a algum tema baseado em passagens bíblicas.

- **Material:** Uma vela e trechos selecionados da Bíblia que tratem do assunto a ser debatido.

- **Observação:** Para grupos cujos integrantes já se conhecem, a parte relativa à apresentação pode ser eliminada da dinâmica.

- **Descrição:** A iluminação do ambiente deve ser serena de modo a predominar a luz da vela, que simboliza Cristo iluminando os nossos gestos e palavras. Os participantes devem estar sentados em círculo de modo que todos possam ver a todos. O coordenador deve ler o trecho bíblico inicial e comentá-lo, sendo que a pessoa a sua esquerda deve segurar a vela. Após o comentário do trecho, a pessoa que estava segurando a vela passa a mesma para o vizinho da esquerda e se

apresenta ao grupo. Em seguida esta pessoa realiza a leitura de outro trecho da bíblia indicado pelo coordenador e faz seus comentários sobre o trecho. Este processo se realiza sucessivamente até que o coordenador venha a segurar a vela e se apresentar ao grupo. Então, o coordenador lê uma última passagem bíblica que resuma todo o conteúdo abordado nas passagens anteriores. Após a leitura desta passagem, os integrantes do grupo devem buscar a opinião do grupo como um todo, baseado nos depoimentos individuais, sobre o tema abordado. Quando o consenso é alcançado apaga-se a vela. Por último pode-se comentar a importância da Luz (Cristo) em todos os atos de nossas vidas.

## 57- O ESPELHO

- **Participantes:** 10 a 20 pessoas
- **Tempo Estimado:** 30 minutos
- **Modalidade:** Valorização Pessoal.
- **Objetivo:** Despertar para a valorização de si. Encontrar-se consigo e com seus valores.
- **Material:** Um espelho escondido dentro de uma caixa, de modo que ao abri-la o integrante veja seu próprio reflexo.
- **Descrição:** O coordenador motiva o grupo: "Cada um pense em alguém que lhe seja de grande significado. Uma pessoa muito importante para você, a quem gostaria de dedicar a maior atenção em todos os momentos, alguém que você ama de verdade... com quem estabeleceu íntima comunhão... que merece todo seu cuidado, com quem está sintonizado permanentemente... Entre em contato com esta pessoa, com os motivos que a tornam tão amada por você, que fazem dela o grande sentido da sua vida..." Deve ser criado um ambiente que propicie momentos individuais de reflexão, inclusive com o auxílio de alguma música de meditação. Após estes momentos de reflexão, o coordenador deve continuar: "...Agora vocês vão encontrar-se aqui, frente a frente com esta pessoa que é o grande significado de sua vida." Em seguida, o coordenador orienta para que os integrantes se dirijam ao local onde está a caixa (um por vez). Todos devem olhar o conteúdo e voltar silenciosamente para seu lugar, continuando a reflexão sem se comunicar com os demais. Finalmente é aberto o debate para que todos partilhem seus sentimentos, suas reflexões e conclusões sobre esta pessoa tão especial. É importante debater sobre os objetivos da dinâmica.

## 58- A VELA E O BARBANTE

- **Participantes:** 7 a 15 pessoas
- **Tempo Estimado:** 20 minutos
- **Modalidade:** Evangelização.
- **Objetivo:** Tomar consciência da aliança entre si, o outro e Deus.
- **Material:** uma Bíblia, barbante, velas para todos os integrantes e mais uma para ser colocada no centro do grupo.
- **Descrição:** Todos deverem estar na forma de um círculo, e no centro do círculo, numa mesa, coloca-se a Bíblia, junto com uma vela acesa. A Bíblia deve estar amarrada com o barbante, e este, deve ter sobra suficiente para amarrar as velas de todos. Cada pessoa, com uma vela, vai ao centro do círculo, passa o barbante em volta de sua vela, acendendo-a, e em seguida, entrega a ponta do barbante para outra pessoa, que circulará sua vela, também acendendo-a, e assim sucessivamente. Quando todos estiverem enlaçados pelo barbante, lê-se a passagem do Evangelho de João, capítulo 8, versículo 12 - "Eu sou a luz do mundo, quem me segue não andará nas trevas, mas possuirá a luz da vida". Ao final, todos partilham o sentido da dinâmica, tentando relacioná-la com o texto bíblico proposto.

## 59- PAINEL INTEGRADO

**OBJETIVO:** Trabalhar no "grupão" em equipes de forma prática, desenvolvendo a comunicação e reflexão dispensando o plenário e a centralização do encontro numa só pessoa.

**DESENVOLVIMENTO:** Dividir o grupão em equipes da seguinte forma :

Num grupo com 16 pessoas, poderá dividir em 4 equipes de 4 pessoas.

Cada participante da equipe receberá uma letra: a, b, c, d

As equipes receberão o tema a ser debatido e perguntas propostas.

Após terem refletido sobre o tema serão formadas novas equipes.

Os que tiverem a letra "a" formarão uma nova equipe. O mesmo acontecerá com os que tiverem a letra b, c, d.

Agora todos partilharão o que foi debatido nas equipes anteriores.

No final da dinâmica todos os participantes deverão ter tomado conhecimento de todas as reflexões feitas.

## 60- EU E MEU GRUPO

**OBJETIVO :** Avaliar o grupo e a contribuição de cada um de seus membros.

**DESENVOLVIMENTO :** Cada um responde em particular às perguntas:

que me agrada no grupo?

que não me agrada?

que recebo dele? o que deixaria de ganhar se ele se acabasse?

que recebo de cada pessoa?

que ofereço ao grupo?

qual foi a maior tristeza?

Cada um responde o que escreveu. É importante ressaltar que não se trata de discutir em profundidade mas principalmente de se escutarem reciprocamente.

Depois de ouvir todo mundo, fazer uma discussão do que fazer para que o grupo melhore.

## 61- EXERCÍCIO DE CONSENSO

**Objetivos:** - Treinar a decisão por consenso.

- Desenvolver nos participantes a capacidade de participação, numa discussão de grupo.

**Tamanho:** 30

**Tempo:** 40 min

**Material:** uma cópia da história de Marlene para cada membro e lápis ou caneta.

**Descrição:**

1. Cada um receberá uma cópia da história de Marlene para uma decisão individual, levando para isso uns cinco minutos;
2. Organizam-se os subgrupos de cinco a sete membros cada para a decisão grupal;

3. O coordenador distribui a cada subgrupo uma folha da história de Marlene, para nela ser lançada a ordem preferencial do grupo;
4. Nos subgrupos cada integrante procurará defender seu ponto de vista, argumentando com as razões que o levaram a estabelecer a ordem de preferência da sua decisão individual.
5. Terminada a tarefa grupal, organiza-se o plenário.

#### **História de Marlene**

O exercício seguinte é um treinamento de consenso. A conclusão unânime é praticamente impossível de se conseguir. É preciso, pois, que os participantes tomem a consideração a subjetividade de cada qual, para que se torne possível uma decisão.

#### **Modo de proceder:**

O texto seguinte narra a história da jovem Marlene. Cinco personagens entram em cena. Cabe a você estabelecer uma ordem de preferência ou de simpatia para com estes cinco personagens.

Numa primeira fase, cada qual indicará o seu grau de simpatia para com cada um dos personagens, colocando-os em ordem de um a cinco, atribuindo o número 1 ao mais simpático seguindo até o 5.

Em seguida cada um dará as razões que o levaram a estabelecer esta preferência, e com a ajuda dessas informações, procede-se a nova ordem que, então, estabelece a ordem de preferência do grupo.

#### **Eis a história de Marlene:**

Cinco personagens fazem o elenco; Marlene, um barqueiro, um eremita, Pedro e Paulo. Marlene, Pedro e Paulo são amigos desde a infância. Conhecem-se há muito tempo. Paulo já quis casar com ela, mas recusou, alegando estar namorando Pedro. Certo dia, Marlene decide visitar Pedro, que morava no outro lado do rio. Chegando ao rio, Marlene solicita a um barqueiro que a transporte para o outro lado. O barqueiro, porém, explica a Marlene ser este trabalho seu único ganha-pão, e pede-lhe certa soma de dinheiro, importância de que Marlene não dispunha. Ela explica ao barqueiro o seu grande desejo de visitar Pedro, insistindo em que a transporte para o outro lado. Por fim o barqueiro aceita, com a condição de receber em troca um manto que usava. Marlene hesita e resolve ir consultar um eremita que morava perto. Conta-lhe a história, o seu grande desejo de ver Pedro e o pedido do barqueiro, solicitando, no final, um conselho. Respondeu: “Compreendo a situação, mas não posso, na atual circunstância, dar-lhe nenhum tipo de conselho. Se quiser, podemos dialogar a respeito, ficando a decisão final por sua conta”.

Marlene retorna ao riacho e decide aceitar a última proposta do barqueiro. Atravessa o rio e vai visitar Pedro, onde passa três dias bem feliz. Na manhã do quarto dia, Pedro recebe um telegrama. Era a oferta de um emprego muito bem remunerado no exterior, coisa que há muito tempo aguardava. Comunica imediatamente a notícia a Marlene, e na mesma hora a abandona.

Marlene cai numa tristeza profunda e resolve dar um passeio, encontrando-se com Paulo a quem conta a razão de sua tristeza. Paulo compadece-se dela, e procura consolá-la. Depois de certo tempo, Marlene diz a Paulo: “Sabe que tempos atrás você me pediu em casamento, e eu recusei, porque não o amava bastante, mas hoje penso amá-lo suficientemente para casar com você.”

Paulo retrucou: “É tarde demais; não estou interessado em tomar os restos de outro”.

## **62- SITUAÇÃO NO ESPAÇO**

**Objetivos:** procurar sentir o espaço, entrar em contato com os outros elementos do grupo; se relacionar com as outras pessoas do grupo

**Tamanho:** qualquer

**Tempo:** 15 min

#### **Descrição:**

- O coordenador pede a todos os participantes do grupo que se aproximem uns dos outros, ou sentando no chão, ou em cadeiras.
- Em seguida pede que todos fechem os olhos e estendendo os braços, procurem “sentir o espaço do grupo” - todo o espaço diante deles, por cima das cabeças, atrás das costas, por baixo – e em seguida tomar consciência do contato com os demais ao passar por cima uns dos outros e se tocarem.
- Depois disso se analisa as reações em plenário.

## **63- TÉCNICA DE SAÍDA**

**Objetivos:** - libertar de inibições pessoais contraídas.

- tirar o bloqueio das pessoas que se sentem imobilizadas, incapazes de mexer-se ou de fazer o que gostariam de fazer.

**Tamanho:** 25

**Tempo:** depende de cada pessoa.

#### **Descrição:**

1. O coordenador convida umas dez a doze pessoas para formar um círculo apertado, com os braços entrelaçados.
2. A seguir convida um participante, possivelmente uma pessoa contraída, para que fique de pé dentro do círculo.
3. Uma vez bem formado o círculo, a pessoa que está dentro recebe ordens para procurar sair do jeito que puder, por cima, por baixo ou arrebatando a corrente de braços. Os componentes do círculo tentam ao máximo contê-la e não deixá-la romper o cerco.
4. Após uma tentativa de uns quatro a cinco minutos, pode-se prosseguir o exercício, trocando a pessoa que se encontra no meio do círculo.
5. Finalmente, uma vez terminada esta vivência, prosseguem-se os comentários.
6. Esta técnica pode estender-se a uma situação em que a pessoa se sinta constrangida por outro indivíduo, como quando alguém se sente coagido por alguém. Nesse caso o que exerce coação fica de pé, atrás da pessoa que se presume esteja sendo coagida e coloca os braços em volta dela, apertando-lhe fortemente os braços. A pessoa coagida procura então libertar-se.

## **64- DRAMATIZAÇÃO**

#### **Objetivos**

- 1- Criar condições para a participação psicológica em uma discussão.
- 2- Pesquisa um assunto e apresentá-lo, simuladamente.
- 3- Libertar a discussão da centralização numa pessoa
- 4- Facilitar a comunicação mostrando ao invés de apenas falar.
- 5- Dar calor e vida aos fatos estudados.
- 6- Comprovar as diversas formas de encarar uma situação-problema.
- 7- Desenvolver a sensibilidade

#### **Componentes**

- 1- Diretor de cena: Promove discussão, esforçando-se para que todos participem dela.

- 2- Atores: Membros do grupo
- 3- Auditório: Outros membros da comunidade

#### **Passos**

- 1- Preparo
  - 1.1- Estudo do tema: pesquisa, debate, etc
  - 1.2- Prepara-se o assunto a ser dramatizado
  - 1.3- Define-se personagens e suas características
  - 1.4- Prepara-se os atores
  - 1.5- Prepara-se o cenário
  - 1.6- Prepara-se disfarces, etc.

#### **2- Representação**

#### **3- Discussão**

- 3.1 Atores avaliam a apresentação, destacando impressões, animação, envolvimento, relações, aprendizagem, dificuldades.

### **65- ESTUDO DO MEIO**

#### **Objetivos**

- 1- Entrar em contato com a realidade, através de seus múltiplos aspectos, de maneira objetiva, ordenada e positiva.
- 2- Descobrir aspectos particulares do meio, através de pesquisa e reflexão.
- 3- Compreender as causas de muitos fatos da vida individual e social.
- 4- Sensibilizar para o dever de prestar serviço à comunidade.
- 5- Incentivar o exercício da cidadania responsável.

#### **Passos**

##### **1- Planejamento:**

- Como conhecer nossa comunidade?

- a) Descobrindo a necessidades, os interesses, os problemas, as aspirações, as possibilidades, os hábitos, os costumes, como as pessoas se relacionam, os recursos que a comunidade oferece, etc...
- b) Para descobrir será necessário fazer visitas, observar, entrevistas, dialogar, levantar dados.

##### **Observação:**

- Planejar roteiros de visitas, entrevistas, observações, levantamentos.
- Formar grupos
- Fazer cronograma para realização das tarefas.
- Distribuir as tarefas.

##### **2- Execução/VER**

- Realização das tarefas pelos grupos.

##### **3- Apresentação**

- Grupos apresentam resultados das entrevistas, observações, levantamentos, etc.

##### **4- Análise/Julgar**

- a) confrontar os dados com a proposta de Jesus Cristo.
- b) Verificar o que não está de acordo.

##### **5- Ação**

- a) Discutir sobre o que precisa ser feito para melhorar o meio.
- b) Ver os recursos disponíveis
- c) Projetar a ação ou ações necessárias.

##### **6- Celebrar**

- Preparar para iniciar a ação.

##### **7- Realizar o projeto**

##### **8- Avaliar e celebrar os resultados.**

### **66- PAINEL**

- Reunião de várias pessoas que estudaram um assunto e vão expor suas ideias sobre ele, diante de um auditório, de maneira dialogada.

#### **Objetivos:**

- 1- Conhecer melhor um assunto.
- 2- Tornar mais compreensivo o estudo de um tema que tenha deixado dúvidas.
- 3- Apropriar-se de um conhecimento, com a ajuda de várias pessoas.

#### **Coordenador:**

- Coordenador do grupo com os componentes do painel organizam um roteiro de perguntas que cubra todo o tema em pauta.
- Coordenador abre o painel, apresenta os componentes do painel. Seu papel é lançar perguntas para que os componentes do painel, discutam sobre elas.
- Convida também o grupo (demais participantes do grupo) para participar, lançando perguntas de seus interesses ao final do tempo previsto, faz uma síntese dos trabalhos e encerra o painel.

#### **Componentes do painel**

- Podem ser de 3 a 6. Podem ser membros do grupo que queriam estudar (preparar) o assunto, ou pessoas convidadas. Sua função é discutir as questões propostas, primeiro pelo coordenador e, depois, as que forem propostas pelo grupo.

#### **Grupo (plateia)**

- Membros do grupo. Acompanha a discussão com atenção e preparam questão para lançarem aos componentes do painel, para também serem discutidas.

#### **Passos:**

- 1- Coordenador abre o painel, apresenta componentes, justifica a realização do mesmo e orienta a participação.
- 2- O coordenador lança perguntas, para serem discutidas, até esgotar o roteiro preparado anteriormente. Sempre que necessário, o coordenador poderá lançar outras perguntas fora do roteiro, para melhor esclarecer o assunto.

- 3- Ao terminar o roteiro, o coordenador pede a cada componente do painel que resuma suas ideias. Após, o coordenador pode ressaltar aspectos importantes do assunto.
- 4- Coordenador convida o grupo (plateia) para fazerem perguntas aos componentes do painel.
- 5- Quando não tiver mais perguntas, o coordenador agradece os componentes do painel e o grupo e encerra os trabalhos.

#### **Avaliação**

- 1- Que proveitos tiramos dessa dinâmica?
- 2- Como nos sentimos?
- 3- O que precisamos melhorar?

### **67- PESQUISA**

#### **Objetivos**

- 1- Obter conhecimentos, informações sobre problemas da realidade do lugar onde vive.
- 2- Desenvolver o senso crítico sobre a realidade
- 3- Obter vários informes em pouco tempo.

#### **Passos**

- 1- Preparar um roteiro de pesquisa, uma série de perguntas sobre algum aspecto da comunidade (educação, religião, política, desemprego, violência, etc)
- 2- Dividir o grupo em pequenos grupos. Cada pequeno grupo recebe uma cópia do roteiro da pesquisa, o qual deverá ser respondido durante a semana, através de entrevistas, jornais, revistas, TV, observações da realidade, fotografias, etc.
- 3- Equipe de Coordenação recolhe as respostas e prepara uma síntese, aproveitando ao máximo, os resultados trazidos pelos pequenos grupos.
- 4- Na reunião seguinte, apresenta a síntese para o grupo e abre-se um debate, enriquecendo-o com fatos e acontecimentos do lugar, com a finalidade de:
  - a) descobrir as causas dos problemas e pistas de solução.

#### **Avaliação:**

- 1- Que proveito nos trouxe o exercício?
- 2- Como nos sentimos depois de fazê-lo?

### **68- FOTO-LINGUAGEM**

#### **Objetivos :**

- 1- Estimular a observação, a participação e o debate dos componentes de um grupo.
- 2- Ampliar a visão da realidade
- 3- Confrontar o projeto social com o projeto de Deus
- 4- Interpretar fotos

#### **Passos:**

- 1- Selecionar fotos que expressem a realidade (de revistas ou jornais)
- 2- Preparar um mural com fotos que representem cenas de certas situações da vida.
- 3- Incentivar o grupo a observar as fotos.
- 4- Após observações colher as impressões do grupo.
- 5- Pedir a cada um que justifique as impressões sobre as fotos ou mural de fotos.
- 6- Confrontar o contido nas fotos com a realidade estimulando um debate sobre a mesma; através de perguntas como:
  - Existem cenas semelhantes perto de nós?
  - Por que isso está acontecendo?
  - O que nós temos a ver com tal realidade?
  - Qual é o apoio de Deus presente em cada situação?
- 7- Destacar atitudes não evangélicas e atitudes evangélicas nas fotos que observamos ou na realidade onde vivemos.
- 8- Pesquisar textos bíblicos que direta ou indiretamente se refira aos fatos.
- 9- Levantar propostas do que é possível fazer para mudar situações contrárias ao projeto de Deus.

#### **Avaliação**

- 1- Que proveito nos trouxe esta dinâmica (estudo/reflexão)?
- 2- Qual etapa (parte) que mais nos agradaram?
- 3- O que descobrimos?

### **69- GRUPO DE VERBALIZAÇÃO X GRUPO DE OBSERVAÇÃO**

#### **Objetivos**

- 1- Desenvolver a capacidade de ouvir o outro.
- 2- Desenvolver a capacidade de manifestar-se na vida.
- 3- Contribuir para a ampliação do conhecimento do outro.
- 4- Participar direta ou indiretamente de uma discussão.
- 5- Exercitar a elaboração de síntese.

#### **Passos**

- 1- Dividir a turma em dois sub-grupos, que formarão dois círculos. O círculo interno será o da verbalização, que tem como tarefa, a discussão de um tema proposto. O círculo externo será o de observação. À ele cabe a tarefa de observar o processo de discussão e o conteúdo da mesma.
- 2- o Coordenador lança uma pergunta sobre o tema (capaz de provocar uma discussão). Somente o grupo interno poderá responder, discutindo o assunto.
- 3- Durante a discussão, o grupo de observação, apenas registra ideias esquecidas pelo grupo de verbalização, anota dúvidas, e outros pontos que gostariam de falar.
- 4- Após 10 minutos de discussão, inverter os grupos.
- 5- Coordenador formula a mesma questão ou outra para que o grupo, de observação agora na posição de verbalização, possa expressar ideias, completar ideias do grupo anterior, exemplificar, etc.
- 6- Após 10 minutos formar um grande círculo:
  - a) Fazer uma síntese dos pontos discutidos;



- b) Tirar dúvidas;
- c) fazer uma avaliação.

**Observação:**

- É responsabilidade do coordenador cuidar de:

- 1- Formular bem as perguntas;
- 2- Ficar atento para que todos participem;
- 3- fazer com que o grupo de verbalização se expresse de maneira clara para que todos possam ouvir suas opiniões;
- 4- fazer com que o grupo de observação fique absolutamente calado durante a discussão do grupo de dentro;
- 5- Marcar o tempo e determinar a troca de posições;
- 6- Abrir o debate final no grupão;
- 7- Fazer a síntese final da discussão.

## **70- JORNAL FALADO**

**Objetivos**

- 1- Organizar informações sobre um determinado assunto
- 2- Desenvolver a expressão oral, o raciocínio, o espírito de cooperação e socialização.
- 3- Sintetizar ideias e fatos.
- 4- Transmitir ideias com pronúncia adequada e correta.

**Passos:**

- 1- Formar pequenos grupos.
- 2- O coordenador apresenta o tema para estudo, pesquisa.
- 3- Cada grupo pesquisa e estuda o tema.
- 4- Cada grupo sintetiza as ideias do tema.
- 5- Elaboração das notícias para apresentação, de forma bastante criativa.
- 6- Apresentação do jornal ao grupão.

**Avaliação**

- 1- Quais os momentos que mais nos agradaram?
- 2- Que ensinamentos podemos tirar para o grupo?

## **71- CHOQUE DE CULTURAS**

**Objetivos:**

- 1- Refletir as diferenças e riquezas culturais.
- 2- Valorizar e respeitar as diferentes culturas.
- 3- Perceber a cultura como dimensão de tudo o que se faz em cada grupo humano.
- 4- Perceber a cultura como a identidade de um povo.

**Passos**

- 1- Dividir o grupo em três sub-grupos. Um subgrupo vai encenar uma tribo indígena chegando a cidade. Outro subgrupo encena um grupo de operários chegando a uma tribo indígena. O terceiro subgrupo será observador e avaliador das encenações.
- 2- O coordenador orienta com antecedência o subgrupo “indígena” e o subgrupo “operários” para pesquisarem sobre os costumes, hábitos e relações sociais de cada do grupo humano que vai representar.
- 3- Enquanto os dois subgrupos se preparam, o coordenador orienta o subgrupo que vai observar e avaliar as encenações.
- 4- Em primeiro lugar, a tribo indígena encena sua chegada à cidade. Não conhecem as formas de nossas cidades, estranham tudo, até as coisas mais simples, e não percebem os riscos das mais perigosas.
- 5- Em segundo lugar, os operários chegam a uma tribo indígena, ignorando toda a sua realidade.
- 6- Debate
  - O que observamos?
  - O que pode ocorrer no confronto (choque) de duas culturas diferentes?
  - Como analisamos a colonização do Brasil, a partir da encenação?
  - Quais as consequências para nós, hoje?
  - refletir as encenações à luz dos textos: Mt. 7,1-15 e Is. 10,1-4.
- 7- Coordenador procura sintetizar o debate.
- 8- Avaliação:
  - O terceiro subgrupo avalia o trabalho, emitindo opiniões.

**Avaliação Geral**

- 1- O que aprendemos?
- 2- Como nos sentimos?

## **72- SOCIODRAMA**

**Objetivos**

- 1- Refletir e comunicar um problema.
- 2- Desenvolver a sensibilidade para problemas vitais.
- 3- Conscientizar-se sobre atitudes positivas ou negativas diante de problemas vitais.

**Passos**

- 1- Escolher um coordenador para dirigir o trabalho.
- 2- Escolher com o grupo um fato real, concreto, próximo à vida do grupo. Um fato atraente e que apresente algum conflito. Cada um pode contar um fato. Depois o grupo escolhe o mais atraente.
- 3- Definir o gênero (na arte dramática há dois gêneros básicos: a tragédia e a comédia)
- 4- Construir a história. O grupo já tem um fato inspirador. Agora é preciso construir uma história. Dependendo do tema do fato, pode-se fazer pesquisas.

- 5- Caracterizar os personagens: ao construir a história, é bom já ir definindo os personagens principais. É preciso deixar claro as características de cada personagem na representação (ex.: dominante, astuto, bobo, brincalhão, paternalista, etc). Observação: Não há necessidade de muitos personagens em um sociodrama.
- 6- Armar o roteiro: É preciso ordenar as cenas da história. Definir bem o que acontece em cada cena e os personagens que vão atuar nela. Cada personagem ensaia o seu papel.
- 7- Organizar a apresentação: Preparar o cenário, os disfarces para os personagens, o fundo musical..
- 8- Realizar o sociodrama, fazendo os espectadores participarem. Dialogar com os espectadores, reconstruindo a história, analisando a história, levantando propostas para mudar o quadro.

#### **Avaliação**

- 1- Como nos sentimos?
- 2- Que ensinamentos podemos tirar da experiência?
- 3- Do que mais gostamos?

#### **73- CARTÃO MUSICAL**

##### **Objetivo**

- 1- Facilitar o relacionamento entre os participantes de um grupo.

##### **Passos**

- 1- Coordenador distribui um cartão, um lápis e um alfinete para cada participante e pede que cada um escreva no cartão o nome e prenda-o na blusa. (Não pode ser apelido)
- 2- Os participantes sentam-se em círculo. O coordenador coloca-se no centro e convida os demais a cantar:  
"Quando vim para este grupo, um(a) amigo(a) eu encontrei (o coordenador escolhe uma pessoa) como estava ele(a) sem nome, de (nome da pessoa) eu o(a) chamei.  
Oh! amigo(a), que bom te encontrar, unidos na amizade iremos caminhar"(bis).  
(Melodia: Oh, Suzana!!)
- 3- O coordenador junta-se ao círculo e a pessoa escolhida, entoia a canção, ajudada pelo grupo, repetindo o mesmo que o coordenador fez antes. E assim prossegue o exercício até que todos tenham se apresentado.
- 4- A última pessoa entoia o canto da seguinte maneira:  
"Quando vim para este grupo, mais amigos encontrei, como eu não tinha nome, de ...(cada um grita seu nome) eu o chamei.  
Oh! amigos(as), que bom nos encontrar, unidos lutaremos para o mundo melhorar (bis)"

#### **Avaliação**

- 1- Para que serviu a dinâmica?
- 2- Como nos sentimos?

#### **74- EPITÁFIO**

##### **Objetivo**

- 1- Apresentar os participantes de um grupo que vão trabalhar juntos.

##### **Passos**

- 1- O coordenador distribui uma folha de sulfite para cada participante do grupo e explica que cada um deve escrever seu epitáfio (lápide de seu túmulo).
- 2- Os participantes preparam seu epitáfio. Todos devem fazê-lo.
- 3- Uma vez escrito, prendem o epitáfio junto ao peito e passeiam pela sala, a fim de que todos leiam o epitáfio de todos.
- 4- No passo seguinte, as pessoas se reúnem, aos pares, com aqueles cujo epitáfio tenha coincidências com o seu. Conversam durante seis minutos.
- 5- Feito isso, a critério do coordenador cada par poderá reunir-se a outro e conversar por 10 a 12 minutos.

#### **Avaliação**

- 1- O que aprendemos com esta dinâmica?
- 2- Como nos sentimos após essa experiência?

#### **75- APRESENTAÇÃO ATRAVÉS DE DESENHOS**

**Destinatários:** Grupos de jovens ou de adultos. Pode-se trabalhar em equipes.

**Material:** Uma folha para desenho e um lápis colorido ou caneta hidrocor para cada participante.

##### **Desenvolvimento:**

1. Distribuídos os materiais da dinâmica, o animador explica o exercício: Cada qual terá que responder, através de desenhos, à seguinte pergunta:  
Quem sou eu?
2. Dispõem de 15 minutos para preparar a resposta.
3. Os participantes desenharam sua resposta
3. A apresentação dos desenhos é feita em plenário ou nas respectivas equipes. O grupo procura interpretar as respostas. Feita essa interpretação, os interessados, por sua vez, comentam a própria resposta.
4. Avaliação da Dinâmica:  
- O que aprendemos com este exercício?

#### **76- PRIMEIROS NOMES, PRIMEIRAS IMPRESSÕES**

##### **Objetivos:**

- Conhecer os outros participantes do grupo.
- Descobrir o impacto inicial de alguém nos outros.
- Estudar fenômenos relacionados com primeiras impressões - sua precisão, seus efeitos, etc.

**Passos:**

- 1- O coordenador pede aos participantes sentados em círculo que se apresentem, dizendo seu nome e dois fatos marcantes de sua vida.
- 2- Coordenador pede que todos virem as costas (evitando que um veja os outros) e escrevam ao mesmo tempo, o primeiro nome de todos os participantes do grupo, à medida que deles se lembrem.
- 3- Voltando-se novamente para o grupo, procuram saber qual o nome, que ficou esquecido na lista. Podem pedir que as pessoas indiquem mais um fato a fim de melhor fazer a ligação com o nome.
- 4- O grupo discute os nomes, sentimentos ligados a eles, dificuldades que sentiram para lembrar de todos, suas reações em não ser lembrados, etc.
- 5- O coordenador distribui outra folha em branco, na qual devem fazer a lista dos nomes novamente, pedindo-lhes que acrescentem anotações em relação à primeira impressão que tiveram das pessoas, deixando a folha anônima.
- 6- As folhas anônimas serão recolhidas, e o coordenador irá lê-las em voz alta: Os membros poderão reagir sobre a precisão ou relatividade das impressões, sobre o que sentiram, o que lhes surpreendeu, etc.
- 7- O grupo discutirá a precisão dos dados da primeira impressão, os efeitos da mesma e suas reações sobre a experiência.

**Avaliação:**

- Como estamos nos sentindo?
- Do que mais gostamos?

**77- PERSONAGENS**

**Destinatários:** Grupos de jovens ou de adultos; caso haja muitos participantes, formam-se equipes.

**Material:** O animador deve preparar, previamente, um poster em que apareça uma figura humana sobre um ponto de interrogação. Um cartão para cada pessoa.

**Desenvolvimento:**

- Distribuído o cartão aos participantes, o animador passa à motivação do exercício.

*“Raramente encontramos um ser humano que não admire alguém: um herói, um santo, um cientista... ou mesmo pessoas comuns, mas cuja a vida lhe causou impacto. Hoje iremos apresentar ao grupo alguns comentários acerca dessa pessoa a quem admiramos, seja ela viva ou morta, não importa sua nacionalidade, nem tampouco seu prestígio junto a sociedade.”*

- Convidam-se os presentes a anotarem no cartão o nome da personagem e as razões de sua admiração.
- Logo após, reúnem-se em equipe e cada qual indica sua personagem e os motivos de sua admiração, após o que, os demais podem fazer perguntas. É preciso evitar que as preferências das pessoas sejam questionadas.
- 4- Avaliação da experiência:
  - Para que serviu o exercício?

**78- CARTÕES POSTAIS****Objetivos**

- Quebrar gelo e integrar os participantes do grupo.

**Passos**

- 1- O coordenador fixa cartões postais numerados num lugar visível ao grupo.
- 2- Coordenador convida os presentes a observarem em silêncio os postais, escolhendo cada qual o que mais lhe agrada e também aquele de que menos gosta. Cada um escreve no caderno, o porquê da escolha.
- 3- O grupo observa e escolhe os postais, de acordo com a orientação do coordenador.
- 4- No plenário, cada pessoa comenta sua escolha; em primeiro lugar, indicam os postais que não lhes agradaram e, a seguir, aqueles de que mais gostaram.

**Avaliação**

- O que descobrimos acerca dos demais, através desse exercício?
- Como nos sentimos?

**79- A FOTO PREFERIDA****1- Objetivos:**

- Começar a integração do grupo, partindo do conhecimento mútuo.
- Romper o gelo desde o princípio, a fim de desfazer tensões.

**2- Destinatários:** Grupos de jovens ou de adultos; se os participantes forem numerosos, convém organizar-se em equipes.

**3- Material:** Oito fotografias tamanho poster, numeradas, apresentando cenas diversas, colocadas em lugar visível.

**3- Desenvolvimento:**

- A motivação é feita pelo animador, com as seguintes palavras: “Em nossa comunicação diária, nós nos servimos de símbolos para expressar coisas, identificar pessoas, acontecimentos e instituições: neste momento, vamos fazer algo semelhante”.
- Convida os presentes a observarem as fotografias em silêncio e escolher aquela com que melhor se identificarem.
- A seguir, em equipe, cada qual indica a foto escolhida e faz seus comentários sobre ela. Os demais participantes podem intervir, fazendo perguntas.

**4- Avaliação:**

- Para que serviu o exercício? - Como nos sentimos durante a experiência?

## 80- A PALAVRA CHAVE

**1- Destinatários:** Grupos de jovens ou de adultos. Pode-se trabalhar em equipes.

**2- Material:** Oito Cartões para cada equipe. Cada um deles contém uma palavra: Amizade, liberdade, diálogo, justiça, verdade, companheirismo, bravura, ideal, etc. Os cartões são colocados em um envelope.

### 3- Desenvolvimento:

- O animador organiza as equipes e entrega o material de trabalho.
- Explica a maneira de executar a dinâmica. As pessoas retiram um dos cartões (do envelope); cada qual fala sobre o significado que atribui à palavra.
- A seguir, a equipe escolhe uma das palavras e prepara uma frase alusiva.
- No plenário, começa-se pela apresentação de cada equipe, dizendo o nome dos integrantes e, em seguida, a frase alusiva à palavra escolhida.

**4- Avaliação:** - Para que serviu o exercício? - Como estamos nos sentindo?

## 81- CONHECER PELAS FIGURAS

**1- Objetivo:** Conhecer pelas figuras e Quebrar gelo

### 2- Passos:

- Espalhar pela sala vários recortes de jornais, revistas, folhinhas, propagandas, etc (as figuras devem ser as mais variadas possível, com temas bem diferentes, para dar maiores possibilidades de escolha aos participantes).
- Os participantes passam diante das figuras, observando-as atentamente. Uma música de fundo para favorecer o clima.
- Dar tempo suficiente para conhecer todas as figuras, o coordenador dá um sinal e cada participante deverá apanhar a figura que mais lhe chamou a atenção.
- Formar pequenos grupos e cada participante vai dizer para seu grupo por que escolheu a figura.
- O grupo escolhe alguém para anotar a apresentação de cada um e expor em plenário.
- Faz-se um plenário onde o representante de cada grupo apresenta as anotações e a figura que representa o pensamento do grupo.
- O coordenador faz um comentário final, aproveitando tudo o que foi apresentado e chamando a atenção para aquelas figuras que estão mais relacionadas.

**3.Avaliação:** Como nos sentimos ?? Que proveito tiramos dessa dinâmica ??

## 82- BARALHO

**1.Destinatários:** Grupos de Jovens

**2.Material:** 12 Cartas gigantes

### 3.Desenvolvimento:

- O animador convida a observar as cartas em silêncio e, logo após, explica o exercício:
- Cada um deve selecionar aquelas cartas que apresentarem alguma característica sua, pessoal, e explicar ao grupo o porquê de sua escolha.
- Os participantes selecionam suas cartas.
  - No plenário, cada qual passa a comentar sua escolha e as razões da preferência.

### 4.Avaliação da experiência:

5. Que proveito tiramos do exercício?

## 83- LABIRINTO

**1. Destinatários:** Grupos de Jovens

**2. Material:** uma bandeja e um vaso ou copo com água

### 3. Desenvolvimento:

- O grupo se divide em duas equipes, com igual número de participantes. Tomando-se pelos braços, os integrantes de cada equipe formam um círculo. O animador pede um voluntário de cada equipe e entrega-lhes a bandeja com um vaso ou copo cheio de água. Ao ouvirem o sinal de partida, iniciam a corrida por entre os companheiros, entrando e saindo do círculo. Retornando ao ponto de partida, passarão a bandeja a outro companheiro que irá fazer o mesmo, e assim sucessivamente, até que todos tenham participado. A equipe vencedora será aquela que terminar primeiro, sem haver derramado água.

### 4- Avaliação:

- Para que serviu a dinâmica??

## 84- FAMÍLIAS DE PÁSSAROS

1-Passos:

- Participantes são divididos em duas equipes: a) A família dos Joões-de-barro; b) a família dos pardais
- Nos extremos opostos da sala, marcam-se dois ninhos: a) um dos Joões-de -barro; b) outro dos pardais.
- Os Joões-de-barro caminham agachados e os pardais brincam saltitantes, num pé só. Uns e outros brincam juntos num mesmo espaço.
- Enquanto estiverem andando todos misturados, mas cada qual em seu estilo, será dado um sinal e as famílias terão de voltar a seus ninhos. Cada qual o fará agachado ou saltitando, conforme se trate de João-de-barro ou pardal. A família vencedora será aquela, que, por primeiro, reunir todos os seus companheiros no ninho.

## 85- CONFUSÃO DE SAPATOS

### 1- Passos:

- Traçam-se 2 linhas paralelas a uma distância de 10m.
- Atrás de uma das linhas, a de partida, ficam alinhados os participantes
- atrás da outra linha, ficam os sapatos dos participantes, todos misturados, porém sem estarem amarrados ou abotoados.
- Ao sinal de partida, todos correm para a linha de chegada, e cada qual procura calçar o seu sapato. Este deve ser amarrado ou abotoado, conforme a necessidade. Em seguida, retorna-se à linha de partida.
- O primeiro que transpuser a linha de partida, devidamente calçado com o seu sapato, será o vencedor.

## 86- FESTIVAL DE MÁSCARA

**1- Destinatários:** Grupos de Jovens

**2- Material:** Um saco de papel bem grande e um número para cada pessoa (evite-se que o material seja plástico).

**3- Desenvolvimento:**

- O animador distribui um saco de papel para cada participante, pedindo que façam com ele uma máscara, deixando apenas dois buracos para olhar. O número deverá ser afixado na altura do peito. Uma vez prontas as máscaras, o animador apaga as luzes um momento, para que cada qual possa colocar a sua, assim como o número. Ao se reacenderem as luzes, cada um terá que adivinhar quem são os mascarados, anotando o nome e o número numa folha de papel. As pessoas não podem falar. O vencedor será aquele que obtiver a maior quantidade de acertos.

**4- Avaliação:**

- Para que serviu a dinâmica??

## 87- ADIVINHANDO OBJETOS.

**1- Destinatários:** Grupos de Jovens

**2- Material:** Giz e quadro negro.

**3- Desenvolvimento:**

- O animador divide o grupo em duas equipes, com igual número de participantes. Cada qual recebe um giz.

- A uma distância de aproximadamente 15 metros, coloca-se o quadro-negro. O exercício consiste no seguinte: As equipes têm que adivinhar o objeto cujo nome o animador esconde; para consegui-lo, recebem três pistas. Tão logo descubram do que se trata, escrevem seu nome no quadro. Ganha a equipe que o fizer Primeiro. O exercício pode ser repetido diversas vezes. O animador dá, por exemplo, as seguintes pistas: pode ser de cores diferentes, é sólido, usa-se para comer e tem quatro letras (mesa). As palavras propostas às equipes devem ser breves, exigindo a utilização de cada letra apenas uma vez. Exemplos: apito, sol disco, barco, livro, caderno, goma, lápis, pulseira, meia, trem, etc.

**4- Avaliação:** - Para que serviu a dinâmica??

## 88- VARRENDO BOLAS

**1- Destinatários:** Grupos de Jovens ou adultos

**2- Material:** 15 bolas e uma vassoura para cada equipe (sendo as bolas de cores diferentes para cada equipe).

**3- Desenvolvimento:**

- O animador divide o grupo em duas equipes, com igual número de integrantes. Colocam-se em filas paralelas, na linha de partida; em frente a elas, espalha-se uma quantidade de bolas. O primeiro representante de cada fila recebe uma vassoura. Dado o sinal, saem varrendo as bolas até à meta e depois passam a vassoura para a segunda pessoa, que deverá varrê-la da meta para a linha de partida, e assim sucessivamente. A equipe vencedora será aquela que primeiro terminar com a participação de todos os seus integrantes.

**4- Avaliação:** - Para que serviu a dinâmica ?

## 89- MISTER BALÃO

**1- Destinatários:** Grupos de jovens ou de adultos.

**2- Material:** 15 Balões por equipe.

**3- Desenvolvimento:**

- O animador divide o grupo em equipes. Cada uma delas escolhe um representante para o concurso de “Mister Balão”. A um sinal do animador, cada equipe procura “recheiar” seu candidato até que fique repleto de balões. Dispõem de três minutos para executá-lo. Ganha a equipe que conseguir “recheiar” seu representante com o maior número de balões. O exercício é repetido por diversas vezes.

**4- Avaliação:** - Para que serviu a dinâmica??

## 90- CORRIDA COM BOLAS

**1- Destinatários:** Grupos de jovens ou de adultos.

**2- Material:** uma bola para cada pessoa; uma bandeja e um saco para cada equipe.

**3- Desenvolvimento:**

- O animador divide o grupo em equipes, que se colocam em filas paralelas de partida. Os primeiros representantes de cada equipe recebem, no menor tempo possível, a bola sobre a bandeja até à meta. As bolas que chegam a seu destino são depositadas no saco. Logo a seguir, a segunda pessoa repete o mesmo procedimento, e assim sucessivamente, até que todos os integrantes tenham participado. Vence a equipe que terminar primeiro o transporte de suas bolas.

**4- Avaliação:** - Para que serviu a dinâmica ??

## 91- MEU VIZINHO

**Formação:** todos em círculo

**Desenvolvimento:**

O animador começa o jogo dizendo: “O meu vizinho é ...” ( aqui diz uma qualidade ). Conforme a letra que inicia a palavra dita, todos os outros jogadores devem dizer palavras que se iniciem com a mesma letra. Por ex., se o animador disser: “Meu vizinho é corajoso”, todos os demais jogadores dirão palavras com a letra “C”. Não podem repetir palavras. Terminada a primeira rodada, o animador escolhe outra letra e assim por diante prossegue o jogo.

## 92- A JAULA

**1- Objetivos:**

- Levar os participantes a analisar como se situam no mundo da família, da escola, e da sociedade (rua);
- Procurar, em comum, atitudes que respondam à realização do jovem ou da pessoa.

**2- Passos:**

- O desenho abaixo é entregue a todos, num folha de papel ofício e cada um, individualmente, tenta interpretar os quadros, e descobrir:

- O que significa cada um deles?
- O que tem, cada quadro, a ver comigo?
- A partir deles, como me situo no espaço da minha família, na escola e na sociedade?

**- Depois de 10 minutos:**

- fazer a partilha em pequenos grupos por aproximação;
- como conciliar casa, escola, sociedade, montando assim uma grande “aldeia fraterna”?

**- Plenário:**

- conclusões dos grupos e escrever no quadro-negro.
- Complementação por parte do coordenador.

### 93- INTEGRAÇÃO

**Destinatário :** grupos de jovens ou de adultos que convivem há algum tempo. Se o grupo for muito numeroso trabalha-se em equipes.

**Material:** uma folha de papel e um lápis para cada participante, flanelógrafo e percevejos.

**Desenvolvimento:**

1- O animador conta uma história, a partir de desenhos.

Numa pequena igreja da cidade, existe um grupo de jovens que se reúne, semanalmente, há um ano. realizam, constantemente, jornadas e encontros para convívio e gostam muito de cantar. Em suas reuniões, refletem sobre os temas da atualidade. A assistência, entretanto, não é muito boa e mesmo os que participam de maneira constante são muito desunidos. O animador, frequentemente, se pergunta: “Que fazer com o grupo”?

2- Após este relato, convida os participantes a procurarem identificar as prováveis causas que, a seu ver, geram a desunião no grupo, assim como as possíveis soluções. Um secretário toma nota. Pode-se trabalhar em equipes formadas por três ou quatro pessoas.

3- As equipes manifestam suas respostas em plenário. Os demais participantes podem questioná-los ou pedir esclarecimentos. As respostas coincidentes vão sendo afixadas num flanelógrafo: de um lado as causas e, de outro, as soluções. O importante é que se chegue a elaborar um programa de ação, que seja resultado da contribuição de todos.

4- Avaliação:

- . Qual o ensinamento extraído desta dinâmica para o grupo ?
- . A história tem alguma relação com o grupo ?
- . Que podemos fazer para aumentar a integração ?

### 94- BOAS NOTÍCIAS

**Destinatários:** Grupos de jovens ou de adultos

**Material:** uma folha de papel e lápis para cada pessoa.

**Desenvolvimento:**

1- O animador pode motivar o exercício da seguinte maneira: “*Diariamente, todos nós recebemos notícias, boas ou más. Algumas delas foram motivo de grande alegria e por isso as guardamos com perfeita nitidez. Vamos hoje recordar algumas dessas boas notícias*”.

2- Logo após, explica como fazer o exercício: os participantes dispõem de 15 minutos para anotar na folha as três notícias mais felizes de sua vida.

3- As pessoas comentam suas notícias em plenário, a começar pelo animador, seguido pelo vizinho da direita e, assim, sucessivamente, até que todos o façam. Em cada uma das vezes, os demais participantes podem dar seu parecer e fazer perguntas.

4- Avaliação

- . Para que serviu a dinâmica ?
- . O que descobrimos acerca dos demais ?

### 95- A FAMÍLIA IDEAL

**Destinatários:** grupos de jovens que se reúnem a algum tempo.

**Material:** oito corações de papel; em cada um deles estará escrito uma característica da família ideal: comunicação, respeito, cooperação, união, compreensão, fé, amizade, amor.

**Desenvolvimento:**

1- O animador convida os presentes a formarem, espontaneamente, equipes em número não inferior a cinco pessoas. Escolhem um nome de família e, colocando-se a uns cinco metros do animador, ouvem as regras da dinâmica.

A dinâmica consiste em descobrir a equipe que melhor reflete as características de uma *família ideal*. Para isso, todos devem enfrentar uma série de provas. Para algumas, são concedidos vários minutos de preparação. Outras, porém, devem ser realizadas de imediato. A família (equipe) que vence uma prova, recebe um coração. As últimas atividades realizam-se em conjunto (duas equipes se unem).

2- O animador vai propondo as equipes as diferentes provas:

- A família que chegar primeiro junto a ele, com a lista de todos os seus integrantes, recebe o coração da Comunicação.
- A família que melhor representar uma cena familiar, recebe o coração do Respeito. Dispõem de quatro minutos para a preparação desta prova.
- A família que conseguir formar primeiro uma roda de crianças, recebe o coração da Cooperação.
- A família que conseguir primeiro cinco cadernos e cinco lápis ou canetas, recebe o coração da Compreensão.
- A família que melhor representar, através da mímica, um ensinamento de Jesus, recebe o coração do Amor. As equipes dispõem de quatro minutos para preparar esta prova.
- As famílias (nesta prova, trabalha-se em conjunto com outra equipe) que apresentarem a *Miss* ou o *Mister* mais barrigudo (usam-se roupas), recebem o coração da União. As equipes dispõem de três minutos para se preparar.
- As famílias (as mesmas equipes em conjunto) que apresentarem o melhor conjunto vocal, recebem o coração da Amizade. As equipes dispõem de quatro minutos para se preparar.

- h) As famílias (as mesmas) que apresentarem o melhor “slogan” pela igreja, recebem o coração da Fé. Dispõem de quatro minutos para se preparar.
- 3- Em equipe avalia-se a experiência:
- . Para que serviu a dinâmica ?
  - . Como cada um se sentiu durante o exercício ?
  - . Como foi a participação de sua equipe ?
- 4- As respostas são comentadas em plenário e, a seguir, associa-se esta experiência à vida do grupo.
- . De que maneira pode associar a dinâmica à vida do grupo ?
  - . Que podemos fazer para que haja mais integração ?

## **96- CONSTRUÇÃO DA CASA**

**Objetivo:** Mostrar ao grupo o que é nucleação e quais seus passos.

**Destinatários:** grupos de jovens iniciantes

**Material:** canudos plásticos, durex, papel e caneta.

Divide-se o grupo em várias equipes, e escolhe-se um secretário para cada equipe. Entrega-se para cada equipe um pacote de canudinhos e ao secretário uma folha de papel e caneta. Pede-se que a equipe construa uma casa, e o secretário deverá escrever tudo o que for dito, todo o planejamento que a equipe fizer ou falar, e não deve dar palpite na construção da casa.

### **Desenvolvimento:**

- 1- O animador divide o grupo em equipes com igual número de pessoas, entrega o material e pede que construam uma casa. Define um tempo de 15 minutos.
- 2- O animador chama uma pessoa de cada equipe, entrega uma folha de papel e caneta e lhes pede para escrever tudo o que for dito pelos participantes da equipe durante a construção da casa.
- 3- Em plenário as casas serão expostas para que todos possam ver as casas construídas.
- 4- O secretário de cada equipe vai ler para o grupo o que sua equipe discutiu enquanto construía a casa.

### **Avaliação:**

- . Para que serviu esta dinâmica ?
- . Em que fase da construção nosso grupo está ?

## ***Dinâmicas Recreativas*** <sup>7</sup>

### **FRUTAS**

1. MATERIAIS: não há.

2. INSTRUÇÕES:

- grupo sentado, em círculo;
- cada participante deverá escolher o nome de uma fruta, que seja correspondente à pessoa à sua direita;
- depois, apresentará ao grupo, dizendo qual é a fruta e o porquê desta escolha (ex.: cor da pele, expressão facial, roupa, atitudes etc.);
- compete ao diretor permitir que a pessoa “eleita” concorde ou não com a descrição feita e o porquê;

Nota: É um jogo de apresentação pertinente a grupos desconhecidos, onde a única referência é o externo.

Variação: Pode-se substituir a consigna: fruta por qualquer outra (ex.: instrumento musical, carro, flor, artista, animal etc.).

### **UM BICHO**

1. MATERIAIS: não há.

2. INSTRUÇÕES:

- cada participante pensa em suas características pessoais e escolhe um bicho que o identifique;
  - cada um deverá representar, no contexto dramático, as características que lhe é apresentada;
  - cada elemento do grupo deverá descobrir e dizer qual a características que lhe é apresentada;
  - se acertar, o “bicho” deve acentuá-la e, em seguida, mostrará outra característica, passando a adivinhação a outra pessoa seguinte.
- Se errar, mantém a mesma característica e passa a palavra ao próximo, e assim por diante;
- depois, o grupo procura descobrir qual é o bicho escolhido;
  - no final, cada participante explica o porquê da escolha;
  - comentários.

### **UM CARRO, UMA FLOR, UM INSTRUMENTO MUSICAL**

1. MATERIAIS: papel e caneta para cada participante.

2. INSTRUÇÕES:

- cada participante escreve no papel o nome de um carro, uma flor e um instrumento musical com que se identifica;

Nota: Ao escrever, ninguém deve ver o que consta no papel do outro.

- juntar todos os papeis, misturar e redistribuir;
- cada pessoa do grupo tenta identificar quem é quem;
- se acertar, o autor da escolha explica o porquê;
- se errar, explica-se no final;
- comentários.

VARIAÇÃO: Pode-se alterar a consigna (ex.: uma fruta, um esporte e uma música).

### **QUALIDADES E MANIAS**

1. MATERIAIS: papeis e canetas.

2. INSTRUÇÕES:

- cada pessoa escreverá duas qualidades e duas manias suas num pedaço de papel, sem que os demais vejam;
- o Diretor recolhe os papeis, mistura e redistribui, de modo que ninguém fique com o seu;
- cada participante deverá, através de mímica, representar tais características para que o grupo as descubra. Em seguida, tenta-se acertar o autor das mesmas, que explicará o porquê de tais escolhas;
- comentários.

### **OBJETO ESPECIAL**

1. MATERIAIS: um objeto pessoal de cada participante.

2. INTRODUÇÕES:

- pede-se a pessoa que coloque um objeto seu à sua frente (ex.: anel, cinto, agenda etc), que considere especial;
- questiona-se o porquê de tal objeto e o que representa para si;
- após, solicita-se “empreste” a sua voz ao objeto na 1ª pessoa sobre o que se sente, pensa e percebe dele;
- comentários.

Nota: Este jogo dramático é de aplicação individual. Quando aplicado em grupo, solicita-se que cada participante expresse a impressão sobre o objeto escolhido pela pessoa. Pode-se solicitar, ainda, que os participantes falem o que acham (enquanto objeto), sendo que a pessoa, em si, confirma ou não as informações.

### **JOGO DO CONTORNO**

1. MATERIAIS: barbante, giz ou papel para marcação do contorno, canetas, revistas, tesoura, cola etc.

2. INSTRUÇÕES:

- solicitar aos participantes que se deem no chão (ou sobre o papel), para a demarcação do seu contorno, com barbante, giz ou caneta;
- cada pessoa deve preencher o seu contorno, com recortes, palavras, objetos, da forma que considerar melhor e que possa defini-la como pessoa;
- no final, comentar sobre o significado de cada coisa colocada;
- comentários.



## **EXPOSIÇÃO DE ARTES**

1. MATERIAIS: chapéus, bijuterias, chaves, acessórios em geral.
2. INSTRUÇÕES:
  - a. dispor os objetos sobre uma parte da sala, como uma exposição;
  - b. o grupo fica em círculo;
  - c. o Diretor convida todos a visitar uma “exposição de arte” e cada um deve escolher um objeto com o qual se identifique, que tem a ver consigo mesmo;
  - d. feitas as escolhas, retornam aos seus lugares (com o objeto) e comentam o significado da escolha;
  - e. comentários.

## **APRESENTAÇÃO EM DUPLAS**

1. MATERIAIS: não há.
2. INSTRUÇÕES:
  - a. solicita-se ao grupo para formar duplas, aleatoriamente;Nota: verifica-se se o número de participantes é par. Em caso de número ímpar, o Diretor (ou Ego – Auxiliar) pode participar.
  - b. cada dupla conversa durante dez minutos, aproximadamente, falando de si mesmo, apresentando-se;
  - c. após o tempo estipulado, o grupo reuni-se novamente;
  - d. o participante A apresenta o participante B e vice-versa;
  - e. repete-se o processo com todos os integrantes;
  - f. comentários.

## **JOGO DO NOVELO**

1. MATERIAIS: um novelo de lã ou barbante.
2. INSTRUÇÕES:

Nota: As pessoas ficam em pé, distribuídas aleatoriamente na sala, mantendo uma certa distância entre si.

  - a. inicia-se jogando o novelo para um participante, que se apresenta para o grupo, após dar uma volta de lã/barbante em seu dedo indicador, isto é, este joga o novelo para outra pessoa, mantendo o fio esticado;
  - b. quando a Segunda pessoa se apresenta, enrola uma volta do novelo em seu dedo e joga-o para uma terceira pessoa, que repete o mesmo processo;
  - c. o jogo prossegue até o último participante;
  - d. depois, no movimento inverso, ou seja, do último participante ao primeiro, cada participante tenta apresentar o anterior a ele, seguindo até o final. Aquele que foi o primeiro tentará apresentar o último, “fechando”, desta forma, o grupo.Obs.: Geralmente as pessoas não prestam a devida atenção, por isso solicita-se que cada um fale do que se “lembre”.

## **JOGO DOS BICHOS**

1. MATERIAIS: etiquetas auto-adesivas, caneta hidrográfica.
2. INSTRUÇÕES:
  - a. grupo em círculo, sentados. Distribui-se etiquetas com o nome de cada um, para ser fixado;
  - b. solicita-se a cada participante que pense no nome de um bicho. Em seguida, cada um fala o seu, em voz alta, podendo repetir três vezes, no máximo. O grupo deverá memorizá-lo;
  - c. o Diretor chama duas pessoas pelo nome e estas deverão falar o nome do bicho da *outra*. Quem chamar por último, sai do jogo. Em caso de dúvida, não se exclui ninguém;
  - d. após um determinado tempo, cada pessoa escolhe o som/ruído que o bicho produz. Repete-se o mesmo processo, desta vez emitindo o som da outra;
  - e. comentáriosVARIAÇÃO: apesar de estar classificado na 1ª fase, em função de seu aspecto lúdico, esse jogo pode ser adaptado e aplicado as três fases da matriz de identidade. Pode-se, por ex., trocar o nome por números; solicitar que cada um represente o bicho do outro sem ser concomitante: inverte os papéis, ou seja cada dupla representa o próprio bicho e, em seguida, o da outro, estabelecendo uma relação complementar etc.

## **PÁSSAROS NO AR**

1. MATERIAIS: não há.
2. INSTRUÇÕES:
  - a. grupo em círculo, sentados;
  - b. *senha do Diretor*: Cada vez que mencionar o nome de um pássaro, todos devem erguer a mão direita e fazê-la flutuar, imitando um pássaro em voo. Se mencionar um grupo de pássaros, abas as mãos deverão flutuar. Se mencionar um animal que não voe, deverão ficar em moveis, “com as mãos sobre o joelhos;
  - c. quem errar, permanece no grupo, sem participar diretamente, mas colabora com a fiscalização;
  - d. comentários.

Exemplo:

“Esta manhã levantei-me cedo. O dia estava magnífico. O sol da primavera animava a natureza e os pássaros (duas mãos) cantavam sem cessar.

Ao abrir a janela do quarto, um pardal (mão direita), sem cerimônia, invadiu a casa, pondo o gato (mãos no joelho) em polvorosa.

O papagaio(mãos direita) que estava no jardim do inverno onde se irritou-se com a correria do gato (mãos nos joelhos) e pôs-se a berrar, assustando os canários (duas mãos), que tranquilamente cantavam em suas gaiolas...”

## **PERSONAGENS CÉLEBRES**

1. MATERIAIS: tiras de papel, pincel atômico, fita adesiva.
2. INSTRUÇÕES:
  - a. escrever nome de personagens com o número compatível dos participantes, sem o conhecimentos dos mesmos;
  - b. fixar nas costas de cada um;

- c. o grupo, através de mímica (sem verbalização), procura fazer com que cada participante identifique o “personagem” que está fixado em suas costas;
- d. comentário sobre a experiência.

Nota: Embora classificado na primeira fase, este jogo pode ser adaptado para a Segunda ou terceira.

### **LÁ VAI...**

1. MATERIAIS: não há.

2. INSTRUÇÕES:

- a. grupo em círculo, todos sentados. O Diretor inicia o jogo com uma frase e todos a repetem (ex.: “lá vai a banda.”), um a um, no sentido horário;
- b. reinicia incluindo mais uma frase e o grupo repete o mesmo procedimento, e assim por diante;
- c. sai do jogo aquele que errar;
- d. pode-se interromper o jogo, quando se tornar difícil para o grupo dizer as frases completas;
- e. comentários.

Ex.:

(1) Lá vai a banda.

(2) Lá vai o maestro, que régia a banda.

(3) Lá vai o carro, que levava o maestro, que régia a banda.

(4) Lá vai o mecânico, que consertou o carro, que levava o maestro...

(5) Lá vai a mulher, que casou com o mecânico, que consertou o carro, que levava o maestro...

(6) Lá vai a vizinha, que conversou com a mulher, que casou com o mecânico, que consertou...

(7) Lá vai o açougueiro, que cobrou da vizinha, que conversou com a mulher, que casou...

(8) Lá vai o cachorro, que mordeu o açougueiro, que cobrou a vizinha que conversou com a mulher, que casou com o mecânico, que consertou o carro, que levava o maestro, que régia a banda.

### **A CHUVA**

1. MATERIAIS: não há.

2. INSTRUÇÕES:

- a. cada participante procura um lugar confortável da sala para se deitar. De olhos fechados, seguira as consignas do Diretor;
- b. consigna: Procure relaxar seu corpo, libertando suas tensões... pouco a pouco, seu corpo começara a ficar leve... muito leve, transformando-se numa nuvem... Você começa a levitar, atravessando a sala, de encontro ao céu... Procure explorar-se enquanto nuvem... Veja como é a sua forma, sua cor, sua textura... (respeitar o ritmo e o tempo inteiro de cada um).

Você pode abrir os olhos: verifique como desliza pelo céu, avistando o terra lá em baixo... Você se encontra com outras nuvens, com a junção, formam-se nuvens de chuva...

Os pingos começaram a cair, vagarosamente, ao estalar os dedos de uma das mãos. Depois, com as duas mãos, intensificando os pingos...

Aproximam-se das árvores, caindo sobre as folhas, simbolizando pelos esfregar das mãos... Delicadamente no início, intensificando-se em seguida...

De repente, a chuva fica mais forte e você deve respeitá-la batendo as mãos nas pernas. Ela aumenta mais e mais... e aos poucos vai diminuindo...;

c. comentários.

Nota: A partir daí, inverte-se a ordem das consignas até cessar a chuva. A nuvem se desfaz vagarosamente, transformando-se em pessoas novamente.

### **PERCEPÇÃO DE OBJETOS**

1. MATERIAIS: venda para os olhos (opcional), objetos diversos para pesquisa (cortiça, isopor, metal, borracha, vidro, papel, pedra, tecido etc.) Para cada dupla de participantes.

2. INSTRUÇÕES:

- a. formar-se duplas. Distribui-se materiais diferentes para cada dupla. Um fecha os olhos (ou coloca a venda) e o outro apresenta os objetos, que deverão ser descritos pelo primeiro em relação a forma, textura, temperatura etc. e depois tenta identificá-los. Solicita-se ainda que “visualizem”, mentalmente, o tamanho de cada objeto;
- b. após a apresentação, verifica-se *in loco*, comparando-os com suas percepção interna;
- c. em seguida, aquele que apresentou os objetos deverá fechar os olhos (ou colocar a venda) e trocar de dupla. Repete-se o mesmo procedimentos;
- d. comentários.

Nota: A troca de duplas deve-se ao fato de impedir o conhecimento prévio dos objetos a serem apresentados, evitando, assim, contaminação do jogo.

### **DESCOBERTA DE SI MESMO**

1. MATERIAIS: não há.

2. INSTRUÇÕES:

- a. o grupo caminha pela sala, liberando as tensões do corpo e diminuindo o ritmo do andar, sem verbalização;
- b. cada um escolhe um local para se deitar confortavelmente, com espaço à sua volta;
- c. fecha os olhos e “descobrem” as próprias mãos através do tato, explorando a forma, tamanho, textura, temperatura etc;
- d. depois, com as mãos, exploram o rosto, detalhadamente, seguindo o mesmo procedimento anterior. Após a descoberta, exploram a cabeça, o pescoço, o tórax, abdome, as pernas e os pés;
- e. comentários

Nota: O Diretor deve dar as consignas respeitando o ritmo de cada um, e dar preferência por ambiente com pouca claridade, evitando, assim, possíveis exposições.

### **FLEXÃO E EXTENSÃO**

***(Relaxamento indutivo)***

1. MATERIAIS: não há.

2. INSTRUÇÕES:

- a. os participantes devem ficar deitados, de forma confortável, com espaço adequado a sua volta;

b. ao comando de voz do Diretor, cada um deverá cumprir a risca do que for solicitado;

Nota: Neste relaxamento, trabalha-se com todo o corpo (dos pés a cabeça), principalmente as articulações. São dois movimentos básicos: expansão (três vezes) dos músculos.

c. inicia-se com o pé direito. Pede-se para contrair o pé, depois, relaxá-lo, voltando a posição natural (três vezes). Em seguida, com o pé esquerdo, repete-se o mesmo processo;

d. retorna-se ao pé direito e pede-se para estica-lo (expansão) e depois, relaxá-lo. Repete-se o processo anterior;

e. comentários

Sequencia: pés, joelhos, quadris, respiração (abdome), tórax, braços e mãos, ombros, pescoço e cabeça.

f. no final, pode-se acrescentar almofadas, para trabalhar cada indivíduos soltando-os, como se estivessem sobre uma nuvem. Retornam ao contexto grupal, repetindo-se o ritmo de cada um.

## **VIAGEM A UM BOSQUE**

### ***(Relaxamento Indutivo)***

1. MATERIAIS: não há.

2. INSTRUÇÕES:

a. cada participante procura um local da sala para se deitar, de forma confortável, procura soltar as tensões do corpo;

b. a partir deste momento, o Diretor dará as consignas (ao comando de sua voz), e cada um deverá imaginar (tentar visualizar) cada comando;

c. “seu corpo começa a ficar leve (...), cada vez mais leve (...) e você começa a levitar, saindo da sala (atravessando o teto).

Levita sobre a cidade (...) afastando-se dela até se aproximar de um bosque (...). Procure ver este bosque (deixar aflorar a imaginação de cada um). Veja as árvores, a mata, os pássaros, os bichos (...).

Você ouve o barulho de água (...) parece um riacho com águas cristalinas, produzindo uma sensação agradável (...), mais ao fundo, uma cachoeira (...) etc.”

Nota: após um determinado tempo, solicitar a cada participante que se despeça deste bosque e, lentamente, o Diretor deve conduzi-los ao caminho de volta (repetindo o processo de forma inversa), respeitando o ritmo de cada um.

d. no final, cada participante comenta a experiência vivida.

## **RENASCIMENTO**

### ***(Da Crisálida a Borboleta)***

1. MATERIAIS: não há (variação: pode-se utilizar tules ou similares para a construção do casulo e, posteriormente, das asas).

2. INSTRUÇÕES:

a. cada participante deita-se no chão, de forma confortável e de olhos fechados;

b. após um breve aquecimento, deve imaginar que esta dentro de um casulo (cor, tamanho, textura, temperatura, forma etc.), explorando-o ao máximo;

c. as estações do ano passam e, aos poucos, cada um vai percebendo que está se transformando numa linda borboleta (v, tamanho, asas etc.) dentro do casulo;

d. no momento exato, começa a romper o casulo, pois a transformação está completa;

Nota: Ao sair do casulo, devem abrir os olhos, para verificar sua transformação (cor das asas, forma etc.).

e. ao sair do casulo, percebe que está com fome (ainda não percebe os outros) e o alimento encontra-se à sua disposição;

f. aos poucos, percebe o ambiente que o cerca, iniciando um processo de reconhecimento da área e, em seguida, percebe os outros seres à sua volta, estabelecendo contato com eles.

Nota: deve-se respeitar o ritmo e o tempo interno de cada um. Este jogo pode ser adaptado e aplicado às três fases da matriz, propiciando deste a Identidade do Eu até o Reconhecimento do Tu.

## **RENASCER**

### ***(Relaxamento Indutivo)***

1. MATERIAL: música: Bolero (Tavel, M.)

2. INSTRUÇÕES:

a. os participantes devem deitar-se no chão, de forma confortável, com espaço à sua volta;

b. ao comando da voz do Diretor, deverão seguir as instruções solicitadas, como segue:

“Imagine-se como matéria inerte no fundo do mar (...) Existe por água pro todos os lados (...) Sinta a água escorrendo pela sua superfície inerte (...) Enquanto a vida se desenvolve, você se transforma em algum tipo de erva ou planta marinha (...) Escute o tambor e deixe o som penetrar nos seus movimentos, enquanto as corrente o arrastam (...) Olhe à sua volta (...) Aos poucos, transformam-se em um animal simples, que se arrasta pelo fundo do mar (...) Deixe o tambor fluir através do seu corpo e dos seus movimentos, como o animal marinho (...) Agora, mova-se vagarosamente em direção à terra (...) E quando a alcançar, faça crescer quatro pernas e comece a se arrastar pela terra (...) Explore a sua existência como animal terrestre (...) Agora fique, aos poucos, ereto sobre duas pernas e explore a sua existência e seu movimentos como bípede (...) Continua-se movendo e abra os olhos e interaja com os outros, através do movimentos (...)”;

c. no final, comentar sobre a vivência, verificando que animal cada um vivenciou.

Nota: Pode ser adaptado e aplicado às três fases da Matriz

## **BOLA NO PAINEL**

1. MATERIAIS: não há.

2. INSTRUÇÕES:

a. grupo deitado de costas no chão, confortavelmente, e de olhos fechados;

b. “imagine um imenso painel colorido tomando todo o seu campo de visão (...) Aos poucos, surgiu nesse painel um pequenino ponto, como uma cabeça de alfinete, que vai aumentando de tamanho, lentamente (...) Você percebe sua aproximação e, gradativamente transforma-se numa bola colorida (...) Ela aumenta de tamanho e se aproxima cada vez mais (...) Torna-se uma bola imensa, que toca numa parte de seu corpo e arrebenta, saindo dela um líquido colorido. Esse líquido começa a colorir todo o corpo, lentamente (...) Aos poucos, o líquido vai escorrendo pelo chão e desaparece, deixando uma agradável sensação em seu corpo. Experimente-a (...) Vagarosamente você vai despertando seu corpo, apalpando-o através das mãos (...), espreguiçando-se (...) e, finalmente, abrindo os olhos;

c. comentários.

## **BOLA IMAGINÁRIA**

1. MATERIAIS: não há

2. INSTRUÇÕES:

- o grupo em círculo (roda), voltado para dentro, em pé;
  - cada participante (individualmente) no “como se” brincar com uma bola que, ao comando do Diretor, mudará de forma, tamanho, cor e textura (ex.: bola de plástico, isopor, chumbo, couro, tênis, basquete etc.);
  - cada um deve “brincar” reagindo às mudanças, com a maior fidelidade possível;
  - após um determinado tempo, eliminam-se todas as bolas, criando apenas uma, para ser jogada entre todos os participantes, repetindo as mesmas consignas dadas pelo Direto;
  - comentários sobre a experiência.
- Nota: este jogo pode ser aplicado às fases da matriz.

## **DANÇA DAS DOBRADIÇAS**

1. MATERIAL: musica (ritmo marcado e de relaxamento).

2. INSTRUÇÕES:

- o grupo fica em pé e em círculo;
  - devem “dançar” com o corpo todo, de acordo com o ritmo da musica, alternando com as consignas dadas pelo Diretor;
- Consignas: dançar somente com os pés e tornozelos,  
Somente com as pernas,  
Somente com os quadris,  
Somente com o tórax,  
Somente com o pescoço e a cabeça,  
Somente com os olhos e a boca (rosto).
- no final, todos caminham pela sala e escolhem um local para se deitar e relaxar (introduzir música de relaxamento);
  - comentários.

## **JOGO DO ANDAR**

1. MATERIAIS: não há.

2. INSTRUÇÕES:

- pede-se aos participantes que andem pela sala, relaxando o corpo, livrando-se das tensões do dia;
  - devem prestar atenção na sua forma de andar e imprimir o seu ritmo diário. (...);
  - verificar como cada um pisa no chão (...): a distribuição do peso (...): a temperatura (...): o ritmo (...): o equilíbrio (...) etc.;
  - depois de um determinado tempo, o Diretor dá as consignas de diferentes formas de andar (com as pontas dos dedos, com os calcanhares, com a borda de fora, de dentro, com um pé etc.), intercaladas com andar normal (forma de andar de cada um).
- Obs.: pode-se incluir formas diferentes como: marchar, correr, pular etc.

## **CRIAÇÃO COLETIVA DE UMA MÁSCARA**

1. MATERIAIS: não há.

2. INSTRUÇÕES:

- todos circulam pela sala;
- cada participante (um por vez) apresenta uma característica pessoal de sua personalidade (livre escolha);
- o grupo observa e reproduz (ex.: esfregar as mãos, piscar os olhos etc.);
- repete-se o processo com os seguintes. Compete ao reproduzir a primeira característica e a Segunda, isto é, vão se acumulando as mímicas, de acordo com a apresentação de cada um;
- seguir-se o mesmo procedimento até que o grupo consiga “incorporar”, na consequência, as características de todos;
- comentários.

Nota: pode-se adaptar este jogo para a apresentação de cada um.

## **JOGO DAS PALMAS**

1. MATERIAIS: um apito (opcional).

2. INSTRUÇÕES:

- grupo em pé, andando pela sala, aleatoriamente;
- ao comando do Diretor (através de palmas ou apito) deverão formar subgrupos, de acordo com o número de palmas. Ex.: quatro palmas (ou quatro apitos)=formar subgrupos de quatro pessoas;
- sai do jogo aquele que não conseguir entrar nos subgrupos;
- comentários.

Nota: O Diretor deve formar subgrupos inicialmente, sem que ninguém saia (aquecimento).

## **ESCRAVOS DE JÓ**

1. MATERIAIS: caixinhas ou bolinhas etc.

Senha: “Escravos de Jó, jogavam Caxangá

Tira, põe, deixa ficar

Guerreiros com guerreiros

Fazem zig-zig-za

Guerreiros com guerreiros

Fazem zig-zig-za”.

## 2. INSTRUÇÕES:

- a. os participantes em círculo, sentados, com o “objeto” à sua frente;
- b. o “objeto” é passado para o participante da direita, ao cantarolar a música, seguindo a sequência abaixo:

### 1. CANTANDO

### 2. ASSOVIANDO

### 3. LÁ, LÁ, LÁ

### 4. EM SILÊNCIO

- c. a cada “rodada”, acelera-se o ritmo da música.

Nota: As palavras assinaladas da senha devem ser dramatizadas durante o jogo, ou seja, “tira”: cada participante deve levantar o objeto; “põe”: coloca o objeto à sua frente; “deixa ficar”: aponta-se o objeto com o dedo indicador; “zig-zig-za”: faz-se movimentos de vai e vem com o objeto e, na palavra “zá”, entrega o objeto à pessoa da direita.

Em outros trechos passa-se o objeto, normalmente. Deve-se repetir o mesmo procedimento em toda a sequência.

## PARTES DO CORPO

### 1. MATERIAIS: não há.

### 2. INSTRUÇÕES:

- a. o grupo, em pé, caminha de forma relaxada, mantendo um espaço na centro da sala;
- b. o Diretor dará consignas que envolverão partes do corpo e deverão ser seguidas à risca, com rapidez e prontidão. Ex.: se num grupo de dez participantes forem solicitadas quatro cabeças, apenas quatro cabeças se projetam no centro. Tipos de senhas: Dez mãos, seis braços, oito cotovelos, nove pés etc.;
- c. após um determinado tempo de jogo, explica-se que quem era, sai;
- d. comentários:

## PASSA OU REPASSA

### 1. MATERIAIS: não há.

### 2. INSTRUÇÕES:

- a. o grupo dispõe-se em círculo e em pé.
- b. O Ego-Auxiliar (ou Diretor) inicia com o movimento (ex.: bate o pé direito), que “passa” à pessoa da direita. Este repete e repassa ao seguinte à sua direita até que todos repitam o movimento;
- c. O último repassa ao E-A, que recebe e acrescenta outro movimento (ex.: bate o pé direito e mexe com os ombros). Repete o processo anterior, ou seja, todos repassam o movimento ao participante à sua direita;
- d. os participantes que errarem sai do jogo e colaboram na finalização. Pode-se repetir enquanto houver motivação e interesse;
- e. o jogo prossegue até com três participantes (embora esse critério possa ser definido pelo grupo);
- f. Comentário sobre a experiência.

## JOGO DAS ALMOFADAS

### 1. MATERIAL: almofadas.

### 2. INSTRUÇÕES:

- a. distribuir almofadas pelo chão, permitindo que todos observem.
- b. Os participantes caminham somente sobre elas e sem verbalização;
- c. Após um determinado tempo, todos devem fechar os olhos e continuar a se movimentar (não podem ficar parados);
- d. O Diretor retira algumas almofadas, sem que os participantes percebam;
- e. Após um tempo, explica que pode sair, desde que não coloquem os dois pés no chão (pode-se, por ex., sair pulando com um só pé, dando cambalhota etc.);
- f. Comentários.

## ESCULTURA

### 1. MATERIAIS: não há.

### 2. INSTRUÇÕES:

- a. o grupo em círculo, sentados;
- b. inicia com voluntário “esculpindo” com as próprias mãos algo que considera *significativo* (ou alguma característica que o identifique) e “entrega” para o participante à sua direita e assim por diante;
- c. cada pessoa recebe e repassa a “escultura” ao seguinte prosseguindo até passar pelo último participante;
- d. comentário breve sobre o que cada um considera que recebeu, sendo que o “escuto” confirma ou não;
- e. repete-se o mesmo procedimento a partir do segundo participante, e assim por diante, até todos passarem pela experiência ;
- f. comentários.

## SIGA O CHEFE

### 1. MATERIAIS: não há.

### 2. INSTRUÇÕES:

- a. grupo sentado em círculo, voltados para dentro;
- b. elege-se um voluntário para sair da sala, enquanto o grupo escolhe um chefe (ou líder), que deve produzir movimentos diversificando-os durante o jogo;
- c. a pessoa é chamada de volta e fica do lado de dentro do círculo, movimentando-se sem parar e tentando descobrir quem está comandando os movimentos;
- d. as regras podem ser definidas pelo grupo (ex.: quantas tentativas de acerto, o que ocorre quando erra etc.);
- e. comentários:

Nota: Apesar de este jogo ser muito conhecido sua aplicação não implica contaminações. Pode ser repetido várias vezes, modificando-se a escolha do chefe.

Em grupos na terceira fase da matriz de Identidade pode-se avaliar a capacidade de invasão de papéis dos participantes.

## **JOGO DO TIBITÁ**

1. MATERIAIS: não há.

2. INSTRUÇÕES:

- elege-se um voluntário, que sai da sala, enquanto as regras são explicadas para o grupo.
- o grupo deve escolher um verbo e responderá às perguntas do voluntário, trocando o verbo pela palavra *tibitá*;
- os participantes formulará perguntas, um a um, com os objetivos de descobrir o verbo escolhido pelo grupo (ex.: Você tibia sempre? Você já tibiou com alguém? Você pretende Tibitar amanhã? Etc.);
- o grupo pode determinar quantas voltas são necessárias para adivinhar o verbo, ou o Diretor pode especificar. Neste caso, se não acertar escolhe outra pessoa e reinicia o jogo com outro verbo.

Variação: O voluntário faz a mesma pergunta para todos os participantes e estes podem responder apenas sim ou não ou dar respostas livres. Após determinado o número de perguntas, este deve adivinhar o verbo.

## **PISCADA FATAL**

1. MATERIAIS: cadeiras (metade do número de participantes).

2. INSTRUÇÕES:

- forma-se um círculo de cadeiras (voltadas para dentro) e cada participante deve sentar-se deixando uma cadeira vazia;
- atrás de cada cadeira fica outra pessoa;
- elege-se um voluntário que ficará atrás da cadeira vazia, com o objetivo de atrair uma pessoa para a sua cadeira, através de uma “piscada”, de modo disfarçado;
- a piscada dirige-se à pessoa que está sentada, que deverá correr imediatamente em direção à cadeira vazia. Entre tanto, a pessoa que estiver atrás da cadeira tem por objetivo tentar impedi-la, segurando-a pelos braços;
- inverter o papel após um determinado tempo;
- comentários:

Nota: Normalmente não é possível identificar claramente a quem se destina a piscada. Isso faz com que várias pessoas se levantem. Aos que tentam segura-las, exige-se agilidade e leitura correta da intenção de sair do outro.

## **RITMO E BOLAS**

1. MATERIAIS: não há.

2. INSTRUÇÕES:

- cada participante imagina uma bola de um determinado tamanho e textura (pingue-pongue, futebol, feltro, plástico, acrílico etc.);
  - cada um brinca com sua bola (15’), explorando seu peso, textura, cor etc.;
  - após um determinado tempo, procuram um parceiro e apresenta sua bola, da forma que lhe convier (menos a verbal) e vice-versa;
  - cada dupla pode brincar com as bolas, da forma que quiser.
- Nota: Verificar se as pessoas “respeitam” a bola do outro com relação ao tamanho, peso etc.;
- comentar sobre a experiência.

Variação: Pode-se iniciar em duplas, formando, posteriormente, trios, quartetos, e até grupos como um todo.

## **PERGUNTAS E RESPOSTA TROCADAS**

1. MATERIAIS: não há.

2. INTRODUÇÕES:

- dispor o grupo em duas linhas paralelas, em pares, um frente ao outro, formando um corredor;
- o Diretor fará perguntas à pessoa que se encontra à sua frente e aquele que estiver às suas costas é quem responderá para ela. Exemplo: qual a cor da sua camisa? O outro responde a cor da camisa do “parceiro”;
- a pessoa a quem for dirigida a pergunta deve manter-se impassível, ou seja, não pode responder ou demonstrar qualquer reação;
- sai do jogo a dupla que errar (exemplo: quando o elemento a quem for dirigido a pergunta responder, ou quando seu “parceiro” [às suas costas] deixar de responder);
- pode-se trocar as duplas;
- comentários.

## **PIU-PIU**

1. MATERIAIS: não há

2. INTRODUÇÕES:

Nota: O Diretor identifica algo em comum nos participantes (ou apenas em alguns), que será a senha do “piu-piu”. Exemplo: letra do nome, cinto, cabelo, roupa etc.

- grupo em círculo, sentado;
- compete aos participantes descobrir “quem tem piu-piu”. Para isso, cada pessoa será avaliada pelo grupo se tem ou não;
- no decorrer do jogo, o Diretor dá dicas para auxiliar a descoberta (exemplo: tem no meio, é grande, é pequeno etc.);
- termina o jogo quando descobrirem o que é o “piu-piu”.

VARIAÇÃO: Após a saída de um voluntário, características físicas: boca, cabelo, pés, barriga etc.). Ao retornar, o participante faz perguntas a cada um, com o objetivo de descobrir a senha.

Pode-se combinar o número de tentativas de acerto. Quem errar, sai da sala e o grupo repete o mesmo processo.

## **ADIVINHAÇÃO DOS BICHOS**

1. MATERIAIS: papéis, canetas e fita adesiva.

2. INSTRUÇÕES:

- cada pessoa escreve o nome de um bicho, sem que os demais vejam;
- o Diretor pede que dobre o papel. Junta-os e embaralha-os;
- o grupo em pé, em círculo, um atrás do outro, recebe os papéis novamente. Cada um cola nas costas da pessoa que está a sua frente;
- a seguir, todos podem se movimentar, tentando adivinhar qual é o “bicho” que está em suas costas. Para isso, fará perguntas a respeito do bicho e compete aos outros responderem somente “sim” ou “não”. Ex.: Tem patas? É grande?;
- se alguém achar que descobriu, comentar com o Diretor. Se acertar, continua respondendo para os outros;
- comentários.

Nota: se gerar campo tenso, o Diretor poderá permitir que as pessoas ajudem com respostas mais completas, não se limitando apenas ao SIM ou NÃO.

Pode-se alterar a consigna. Ex.: adivinhação de frutas, flores, legumes etc. Pode-se, ainda, aplicar em dois subgrupos (com consignas diferentes), promovendo competição, ou seja, vence aquele que adivinhar primeiro.

## **TELEFONE SEM FIO**

1. MATERIAIS: não há.

2. INSTRUÇÕES:

- grupo em círculo, sentado;
- Diretor passa uma senha para um participante e este deveria repassar para o colega à sua direita. Em seguida, cria e passa uma mímica dessa mensagem;
- a pessoa ouve, e repete à outra, faz a mímica e assim por diante;
- no final, cada um comenta o que recebeu. Posteriormente, cada um comenta o que passou;
- comentários.

Nota: pode-se repetir várias senhas diferentes, iniciando com pessoas diferentes.

## **PAPEL – UM OBJETO INTERMEDIÁRIO**

1. MATERIAIS: papel sulfite.

2. INSTRUÇÕES:

- cada pessoa recebe uma folha de sulfite (em branco);
- o Diretor explica que cada um deverá expressar da forma que quiser, como vê.... (ex.: relação chefe versus subordinado, liderança, autoritarismo, papel profissional etc.), através do papel;

Nota: Há muitos recursos frente a papel (recortar, amassar, dobrar etc.), mas é preferível que cada pessoa utilize seu potencial criativo, sem que o Diretor precise dar ex..

- cada um apresenta o seu “papel” frente ao grupo;
- em seguida, o grupo se reúne para discutir e montar uma imagem única a cerca da temática, utilizando-se dos papéis de cada um. No final, dá um título ao trabalho;
- um dos integrantes explica o que foi feito;
- comentários.

Nota: O Diretor pode acrescentar outros materiais, como cola, tesoura, durex ou papéis de diferentes texturas. Pode-se adaptar como um jogo de apresentação se a consigna for “como você se vê”.

## **JOGOS DAS ATIVIDADES COMPLEMENTARES**

1. MATERIAIS: não há.

2. INTRODUÇÕES:

- o Ego-Auxiliar, através de mímica, representa um papel. O grupo tenta descobrir, para depois realizar a atividade complementar;
- depois de algumas mímica, pode-se introduzir a verbalização, se as pessoas “acertarem” o papel dramatizado. (ex.: uma cozinheira frente ao fogão: alguém lava as louças outra arruma a mesa outra prepara bebidas etc.);
- comentários.

VARIAÇÃO: Para trabalhos com Orientação Vocacional, por ex., cada um representa um Hobby, a fim de avaliar as características dos participantes. Em um segundo momento, o Ego-Auxiliar cria um papel social e os próprios participantes dão nome, sexo, idade, profissão etc., através dos contra-papéis, ou seja, durante a dramatização.

Nota: Se adaptado, pode-se utilizar como um Jogo de Apresentação, Personagens ou Inversão de Papéis.

Embora necessite da construção de personagem do texto dramático, a ênfase se dá no pré-inversão, por isso não foi classificado num jogo para a 3ª fase.

## **APONTE O QUE OUVIU**

1. MATERIAIS: não há.

2. INTRODUÇÕES:

- grupo sentado, em círculo, voltado para dentro;
- inicia com um participante que deve apontar para uma parte do corpo, afirmando-se outra (ex.: aponta para a cabeça e diz que é um umbigo);
- à pessoa a sua direita deverá apontar para a parte que ouviu (umbigo) e diz outra parte (por ex.: braço);
- o seguinte segue o mesmo processo e assim por diante, até completar todas as pessoas;
- após uma rodada completa, o participante que errou sai do jogo e colabora como juiz.

VARIAÇÃO: Ao invés de sair quem errou, o Diretor apenas denuncia e começa com o participante seguinte.

Pode-se também solicitar maior velocidade nas respostas.

## **APITO OCULTO**

1. MATERIAIS: apito.

2. INSTRUÇÕES:

- um dos participantes sai da sala enquanto as regras são dadas ao grupo;
- para o grupo: Escolhe uma pessoa que ficará com o apito. Todos podem “apitar”, inclusive a pessoa que fica com o mesmo, sem que o participante que saiu da sala descubra. Devem movimentar-se para confundi-lo;
- para o participante fora da sala: Uma das pessoas do grupo detém um apito. O objetivo é descobrir quem é. Para facilitar, em alguns momentos o apito soará. Devem movimentar-se continuamente sem parar;
- a pessoa tem duas chances para acertar. Se descobrir, sai a pessoa descoberta e prossegue o jogo. Se errar, escolhe-se outro participante;
- Comentários.

## **HIPINOSE COM AS MÃOS**

1. MATERIAIS: apito.

2. INSTRUÇÕES:

- O grupo divide-se em duplas;
- Cada dupla apoia mão com mão (D x D), de forma espalmada, sendo que um comanda os movimentos e o outro acompanha como se estivesse hipnotizado;
- Quem comanda pode criar quaisquer movimentos; quem acompanha deve segui-lo, sem que as mãos se separem durante o jogo;

Nota: aquele que acompanha o comando deve apenas garantir que a mão fique colada.

- Após um determinado tempo, inverter os papéis, repetindo o processo;
- Trocar de duplas e prosseguir até o final;
- Comentários sobre a experiência.

N. A.: Embora este jogo envolva a inversão de papéis entre os participantes foi classificado na 2ª fase, pois permite avaliar até que ponto o participante tem a percepção de si mesmo antes de inverter o papel com o outro.

## **HIPNOTISMO**

1. MATERIAIS: não há.

2. INSTRUÇÕES:

- em duplas, frente a frente;
- uma pessoa sobrepõe a mão a poucos centímetros da outra pessoa e esta, como que hipnotizada, deverá seguir os movimentos, mantendo sempre a mesma distância;
- o que comanda deverá criar uma série de movimentos;
- o comando deve reproduzi-los com fidelidade ( como um reflexo de espelho);
- após um determinado tempo, invertem-se os papéis;
- trocar as duplas até que todos passem pela mesma experiência;
- comentários sobre a experiência.

## **TIC-TAC POF-POF**

1. MATÉRIAS: não há.

2. INSTRUÇÕES:

- grupo em círculo, em pé;
- um participante (ou E-A / D) inicia o jogo criando um movimento (ex.: bater palmas quatro vezes) e, em seguida, cria outro movimento (ex.: bate a mão direita na perna direita, quatro vezes) e assim por diante;
- a pessoa a sua direita reproduz os movimentos do “guia”, no mesmo ritmo e cadência, repassando os a outro participante da sua direita, e assim por diante;
- todos falam a senha conjuntamente, repetindo sempre a sequencia do guia, ou seja: tic tic-tac, tic-tac, pof-pof... tic tic-tac, tic-tac, pof-pof etc.;
- após um tempo de aquecimento, aquele que errar sai do jogo.

Exemplo de sequencia de movimento:

· bater palmas, mão direita na perna direita, mão esquerda na perna esquerda, mão esquerda no cotovelo direito, mão direita no cotovelo esquerdo, pisar no chão com o pé direito etc.

Nota: Este é o tipo de jogo que exige treino e uma boa coordenação motora do Diretor (eu Ego - Auxiliar).

## **O EMBRULHO**

1. MATERIAIS: música (gravador e fitas) , um objeto que represente a “batata quente”( pedaço de espuma, isopor etc.), papéis de vários tipos e tamanhos, fitas, cordas, fitinhas, jornal, durex, barbante, tesoura e fita adesiva.

2. INSTRUÇÕES:

- grupo em círculo, sentados. Inicialmente o diretor explica o jogo da Batata Quente, isto é, ao som da música, todos deverão passa-la para o colega da esquerda, por exemplo. Não podem “jogar”. Devem colocar na mão do outro. Quando a música para, aquele que estiver com a “Batata” sai do jogo. Repete algumas vezes no início, sem que ninguém saia, para o aquecimento do grupo;
- depois, o Diretor apresenta ao grupo vários materiais, que deverão formar um embrulho. Ele inicia com uma folha de jornal, por exemplo formando uma bola. A seguir, cada um fará um embrulho mostrando-o ao grupo;
- no término dos “embrulhos”, o Diretor explica que recomeçará o jogo, mas desta vez, em quanto a música parar, a pessoa que estiver com o embrulho deverá abri-lo, retirando sempre a parte mais externa;
- reinicia o jogo com a música, repetindo o mesmo processo até o final;
- aquele que desembrulhar por último será o “vencedor”;
- comentários.



### **LIMITE DE SI MESMO**

1. MATERIAIS: giz.

2. INSTRUÇÕES:

a. solicitar ao participante que formem uma fila, como se estivessem num ponto de ônibus ou numa fila de banco fazendo de conta que não se conhecem;

Nota: Normalmente existe uma distância física (limite), que varia de pessoa para pessoa.

b. mostra-se aos participantes o “espaço-limite” de cada um e o quanto diferencia de pessoa para pessoa, através da Invenção de papéis. Desfaz-se a fila;

c. em seguida, o Diretor solicita que um participante fique a sua frente (aproximadamente 5 metros) e que use todos os sentidos para perceber a aproximação do Diretor. Antes de sentir-se “inválido”, deve pedir para parar;

Nota: Demarcar com giz até onde o participante permite a aproximação.

d. na sequência, pede-se que feche os olhos e o Diretor repete o mesmo processo. Nesse caso, pode-se introduzir sons através de palmas, bater com os pés etc.;

e. repetir o mesmo jogo para cada participante;

f. comentários.

Nota: Normalmente, a distância modificar-se-á, ampliando-se, em função do campo tenso gerado. O Diretor deve caminhar, vagarosamente, em direção ao participante nas duas vezes, sem alterar o ritmo. Esse é um jogo dramático que demonstra claramente a diferença entre campo tenso e campo relaxado, avaliando a percepção e os limites de cada um.

### **SENSIBILIZAÇÃO DE UM CEGO**

1. MATERIAIS: Venda para os olhos, sucata, algodão, cortiça, folha, madeira, borracha, isopor etc.

2. INSTRUÇÕES:

a. em duplas. Um é cego (não pode ver) e outro deve “mostrar” objetos fazendo com que o cego possa descobrir cada objeto e /ou material apresentado, utilizando seus outros sentidos, da melhor forma possível (não há necessidade de definir os objetos);

b. após a experiência inverter os papéis;

c. pode-se trocar as duplas;

d. comentar sobre a experiência de cada um.

### **CORRIDA EM CÂMERA LENTA**

1. MATERIAIS: não há.

2. INSTRUÇÕES:

a. dispor o grupo em duas filas paralelas;

b. o Diretor dá um sinal para que os primeiros de cada fila apostem uma corrida. Ao retornarem, tocam na mão do parceiro seguinte e este continuará a corrida até que todos passem pelo processo;

c. vencerá aquele que chegar primeiro;

d. em seguida, a mesma corrida, modificando-se a consigna, ou seja, devem correr em câmera lenta, sendo que o vencedor será aquele que chegar por último.

Nota: Durante a corrida, não podem parar quando um estiver no chão, o outro, automaticamente, deverá ser levantado.

O Diretor atua como juiz.

### **DANÇA DE COSTAS**

1. MATERIAIS: música com marcação rítmica.

2. INSTRUÇÕES:

a. formam-se duplas, e estas juntam-se pelas costas;

b. com a introdução da música, cada dupla deverá dançar de acordo com o ritmo, sendo que um deles comandará o movimento e o outro acompanhará;

c. após um determinado tempo, inverte-se o comando;

d. cada um deverá criar movimentos diferentes, da forma que quiser;

e. trocar as duplas e repetir o processo;

f. comentários.

### **CABO DE GUERRA**

1. MATERIAIS: não há.

2. INSTRUÇÕES:

a. cada participante deverá disputar um cabo de guerra com uma pessoa imaginária à sua frente;

b. o Diretor fornecerá consignas para o papel da pessoa imaginária, que deverá ser complementada pelo participante. Ex.: pessoa muito forte, fraca, agressiva etc.;

c. formar duplas e repetir o procedimento. Após um determinado tempo, aumentar o número de participantes (trios, quartetos etc) até formar dois subgrupos distintos;

d. comentários.

### **JOGO DA MÍMICA (Telefone sem fio)**

1. MATERIAIS: não há.

2. INSTRUÇÕES:

a. pede-se que um participante fique na sala, enquanto todos se retiram;

- b. o Ego – Auxiliar faz uma mímica a essa pessoa, que deve observar atentamente, pois seu objetivo é reproduzi-la à pessoa seguinte. Além disso, deve tentar descobrir o que está sendo passado;
- c. pode-se movimentar, desde que não atrapalhe quem está fazendo a mímica, e sem verbalização;
- d. as regras são dadas para cada participante que entra-se e repete o processo até o último, que deverá fazer a mímica para o grupo;
- e. comentários gerais sobre o que cada um recebeu e produziu e, no final, o Ego – Auxiliar reproduzirá a mímica original para o grupo.

Nota: O Ego – Auxiliar deverá estar treinando para a mímica, pois deve repeti-la com precisão, no final do jogo (ex.: dar banho num elefante, construção de uma parede, plantar hortaliças etc.).

### **JOGO DE EQUILÍBRIO**

- 1. MATERIAIS: não há.
- 2. INSTRUÇÕES:
  - a. em duplas, frente a frente;
  - b. devem juntar os pés (ponta com ponta) e dar as mãos (um segura no pulso do outro);
  - c. devem afastar-se gradualmente, sem perder o equilíbrio ou cair;
  - d. procurar relaxar o corpo ao máximo, criando uma unidade de equilíbrio. A partir daí, podem criar movimentos, mantendo-se unidos;
  - e. inverter os papéis com todos;
  - f. comentários.

### **JOGO DA CAIXINHA**

- 1. MATERIAIS: uma caixinha de papelão com tampa (com um objeto ou não)
- 2. INSTRUÇÕES
  - a. o Diretor explica que mostrará uma caixinha (um a um) e cada participante deverá ver o que contém e “traduzir” através de mímica, para o grupo;
  - b. repete-se o mesmo procedimento para cada pessoa;
  - c. comentários sobre a experiência.

Nota: pode-se introduzir o material, de preferência abstrato.

### **JOGO DAS CANETAS**

- 1. MATERIAIS: cinco canetas (pode ser iguais ou diferentes entre si), uma mesinha.
  - 2. INSTRUÇÕES:
    - a. o Diretor explica aos participantes que vai “escrever” números de zero a dez com as cinco canetas sobre a mesinha. Compete ao grupo descobrir como está sendo feito;
    - b. à medida que cada um for descobrindo, comenta com o Diretor sem que os demais ouçam, a fim de não “contaminar” o jogo, podendo colaborar indiretamente;
- Nota: Distribuir as canetas sobre a mesinha utilizando-se quaisquer formas (geométricas, assimétricas ou não), desde que não repetitivas. O segredo estará nos dedos da mão, ou seja, é o número de dedos sobre a mesa (0 a 10) que irá determinar. Ex.: Se o Diretor puser três dedos sobre a mesa, independente da distribuição das canetas, o número será três. Esse é um jogo que deve ser muito bem treinado pelo Diretor devendo estar em campo e relaxado, a fim de obter resultados eficazes;
- c. durante o jogo pode-se incluir “dicas” ao grupo (ex.: não é um jogo de inteligência, não usa raciocínio, lógica ou pensamento; olhar o todo; o Diretor faz parte deste todo etc.), levando-os a perceber o “segredo”;
  - d. comentário sobre a experiência, principalmente as emoções.

Nota: Este jogo suscita sentimentos como raiva, ódio, impotência, frustração, perda etc. e o Diretor deve ser hábil para o processamento desses materiais. Embora pode ser classificado também como um jogo de Sensibilização, recomenda-se sua aplicação somente em grupos que se encontram na Segunda ou terceira fase da Matriz.

### **PERCEPÇÃO DE SI E DO OUTRO**

- 1. MATERIAIS: não há.
- 2. INSTRUÇÕES:
  - a. em dupla, frente a frente;
  - b. senha: cada um vai perceber o outro da forma que quiser, mas sem verbalização;
  - c. após um determinado tempo, pede-se que fiquem de costas (um para o outro) e cada um vai descrever o que percebeu do outro;
  - d. em seguida, pede-se que se escreva a indumentária (vestimentas e acessórios) do outro. Ao término, viram-se de frente e verificam o que acertaram e o que não.

Nota: É um jogo que permite avaliar, em nível de diagnose, qual o nível de percepção de cada um e o que prevalece na psicodinâmica: perceber, pensar ou sentir, nos comentários.

### **ALFÂNDEGA**

- 1. MATERIAIS: não há.
- 2. INSTRUÇÕES:
  - a. o objetivo de todos é passar pela alfândega. O Diretor explica que para isso, todos levarão “algo”, e é através disso que poderão passar ou não;
  - b. o grupo em círculo, sentados, iniciando pelo Diretor, em sentido horário;
  - c. o grupo responderão sim ou não, de acordo com a percepção correta da senha escolhida. Por ex.: se for determinado que só “passa” ao citar coisas que comecem com a inicial do nome de cada um, compete os participantes descobrirem a senha. Ex. de consignas: última letra do nome, objetos de couro, peças do vestuário do colega à direita, uma peça feminina, derivados do leite etc.;
  - d. os que descobrem, não revelam ao grupo, mas podem participar ativamente, facilitando nas respostas, através de dicas;

- e. término do jogo, quando todos descobre a senha;
- f. comentários.

Nota: É importante verificar se os participantes conhecem esse jogo, evitando possíveis contaminações.

O Diretor, após um determinado tempo de jogo, deve facilitar as respostas, procurando imprimir uma dinâmica ágil, visto que a produção de campo tenso é comum.

Pode-se alterar o tema do jogo, mantendo-se as mesmas características: Vou a Roma, posso?, Viagem à lua, cruzeiro marítimo etc.

### **JOGO DA TESOURA**

1. MATERIAIS: uma tesoura.

2. INSTRUÇÕES:

- a. os participantes ficam sentados em círculo, voltados para dentro;
- b. mostra-se uma tesoura e explica-se que pode passa-la de três formas: aberta, fechada ou cruzada, os participante da direita (e assim por diante);
- c. o Diretor dirá se a forma que está sendo passado é certo ou não;
- d. o jogo prossegue até que todos descubram qual é a senha.

Nota: Os participantes que descobrem não podem denunciar ao grupo, devendo ajudar o Diretor.

Senha: O segredo esta no movimento das pernas, ou seja, se estiver abertas, fechadas ou cruzadas, é a forma que a tesoura deve ser passada.

N.B.: Pode-se utilizar de quaisquer objetos que possam reproduzir o movimento da tesoura (ex.: canetas, palitos de churrasco etc.).

Obs.: Esse é um jogo muito conhecido e sua aplicação só é interessante se a maioria dos participantes o desconhece.

### **DIÁLOGO GEOMÉTRICO**

1. MATERIAIS: pranchas com desenhos geométricos, papel sulfite e canetas.

2. INSTRUÇÕES:

- a. o grupo elege uma pessoa que recebera uma prancha, onde deverá ditar o que ela contem da melhor forma possível, sem repetir as instruções e sem gesticular;
- b. cada participante ouve o ditado e reproduz graficamente na folha de sulfite, como entendeu. Não pode questionar nada;
- c. no final, a pessoa escolhida mostra a prancha ao grupo, para comparar o ditado.
- d. Elege-se outra pessoa (com prancha diferente) e repete-se o mesmo processo.

Nota: Quem dita não pode repetir a instrução, mas pode complementá-la.

Não á respostas totalmente certa, pelo fato de depender da percepção e comunicação do emissor e receptor. As pranchas podem ser feitas em grau crescente de dificuldade, podendo incluir varias notas geométricas.

### **JOGO DA BERLINDA**

1. MATERIAIS: não há.

2. INSTRUÇÕES:

- a. o grupo elege um voluntário para sair da sala;
- b. o grupo, o Diretor da a seguinte senha: “Vocês farão um círculo bem fechado, utilizando-se o próprio corpo. A pessoa que saiu poderá entrar nesse círculo. Veja o que vocês podem fazer”;
- c. ao voluntário: “você pode entrar naquele grupo, da forma que quiser”;

Nota: O Diretor deve ter o cuidado para que o grupo não ouça a instrução do voluntário e vice e versa, uma vez que a senha é pode entrar, então necessariamente pode entrar.

Deve-se verificar a conduta do grupo e da pessoa (agressividade, intolerância, permissividade etc.). vale lembrar que os núcleos doentios de um grupo podem se observados neste jogo (ameaça, peremptoriedade, onipotência, problemas de comunicação etc.).

- d. pode-se eleger outro voluntário e repetir o processo;
- e. comentários.

### **RÓTULO**

1. MATERIAIS: etiquetas adesivas e pincel atômico.

2. INSTRUÇÕES:

- a. propor ao grupo a discussão de um tema (ex.: a educação dos dias de hoje, Pena de morte: Sim ou Não?, a questão do poder nas relações humanas etc.) em que, ao final, deverão apresentar uma ou mais soluções para o problema. Terão 15 minutos para isso;
- b. essa discussão, no entanto, será realizada de acordo com a consigna que a pessoa levará na testa;

Nota: As consignas deverão ser preparadas antes de iniciar o jogo, preferencialmente com letras grandes para facilitar a leitura.

- c. consignas: concorde comigo, agrida-me, discorde de mim, desconfie de mim ignore-me etc., ou: sou sensato, mentiroso, superficial, agressivo, sensível etc.;
- d. após o tempo estipulado, verificar se o grupo apresentou soluções para o tema proposto;
- e. comentários. Nessa etapa, verificar se todos sabem qual a sua consigna.

Nota: Geralmente, o grupo centraliza a atenção nas consignas, esquecendo-se da proposta inicial.

### **BAZAR DE TROCAS**

1. MATERIAIS: não há.

2. INSTRUÇÕES:

- a. o Ego – Auxiliar ( o Diretor) montam um bazar (contexto dramático), onde vende-se de tudo. Esses artigos não são vendidos. Só podem ser obtidos mediante troca, isto é, o participante deve deixar coisas suas, de que queira se livrar;
- b. compete ao E-A ou D verificar que tipo de coisas são pedidas ou deixadas;
- c. comentários.

Nota: O dono do bazar deve ser bem treinado, tornando-se incisivo e objetivo, quando necessário.

### **BAZAR DE EMOÇÕES**

1. MATERIAIS: não há.

2. INSTRUÇÕES:

- a. iguais à do Bazar de trocas, sendo que o bazar é mágico, como segue a senha.

“como você sabe, este é um bazar mágico. Vendo tudo o que se possa imaginar, e até o que não se imagina. O que você gostaria de comprar?”

Nota: O Ego – Auxiliar (ou Diretor) deve oferecer o maior número de coisas, para Ter melhor efeito na investigação da psicodinâmica de cada participante. “Como sabe, não aceito dinheiro. O que você pode me dar em troca?”

O Ego – Auxiliar ( ou Diretor) deve estar atento para pedir uma quantidade de coisas, que julgar compatível do indivíduo. Se, por ex., for muito racional, pede-se emoções etc.

- b. Comentários sobre a experiência.

N.B.: este jogo dramático oferece uma série de recursos e riquezas de conteúdos, podendo produzir insights e oferecer dados insignificativos da dinâmica individual e grupal, mas depende do desempenho adequado do dono do bazar.

### **JOGO DO ESPELHO**

1. MATERIAIS: música com ritmos marcados.

2. INSTRUÇÕES:

- a. em duplas, frente a frente;
- b. um “comanda” os movimentos e outro reproduz com a maior facilidade possível, como se estivesse frente a um espelho;
- c. após determinado tempo, invertem-se os papéis;
- d. O Diretor pode solicitar que altere as duplas permitindo que todos invertam com todos;
- e. Comentários.

Nota: Neste jogo há a possibilidade de se averiguar a capacidade de inversão de papéis entre outros participante, embora esteja classificado como um jogo para a segunda fase da Matriz.

### **JOGO DA CONFIANÇA**

1. MATERIAIS: não há.

2. INSTRUÇÕES:

- a. dois participantes, frente a frente, com uma distância física adequada para inclusão de outra pessoa entre eles;
- b. a pessoa a ser incluída deverá deixar o corpo retesado, sem dobrar as pernas e mantendo os pés firmes no chão. A partir daí, poder-se-á “jogar” para a frente e para trás, sendo que os dois deverão apoiar-lo com firmeza, sem deixá-lo cair;
- c. permitir que cada participante passe pela experiência;
- d. comentários.

Nota: É adequado aplicar este jogo somente em grupos que se encontra na segunda fase e se dispõe a um contato maior entre os participantes, para se trabalhar valores como confiança, responsabilidade e limites.

A aplicação indevida pode acarretar sentimentos como insegurança, medo etc.

### **DANÇA COM A BOLA**

1. MATERIAIS: bola, musica com ritmos variados.

2. INSTRUÇÕES:

- a. dividir os grupos em subgrupos de quatro a cinco elementos cada um;
- b. os elementos de cada subgrupos, sentados em círculo e voltados para dentro, receberão uma bola. Esta deverá ser movimentada de acordo com a música e as consignas dadas pelo Diretor;
- c. consignas:  
Sentados: com as mãos; com os pés; com os pés, mas sem deixar a bola cair; com o pescoço ( entre o queixo e o tórax), embaixo do braço;

Nota: Em alguns momentos, o Diretor podem solicitar que passem a bola de olhos fechados.

- d. após a experiência, repetir o mesmo processo com todo o grupo, podendo passar a bola alternando as pessoas, ou seja, o 1º entrega ao 3º, que entrega ao 5º e assim por diante;
- e. comentários.

### **JOGO DOS ANIMAIS**

1. MATERIAIS: papel e canetas.

2. INSTRUÇÕES:

- a. cada pessoa escreve o nome de um animal, entrega ao Diretor e os mistura e redistribui entre os integrantes do grupo;
- b. cada um deverá adotar o comportamento (atitudes) ou a personalidade do animal (impressão humanizada que cada pessoa tem);

- c. o Diretor cria um espaço vivencial (contexto dramático). Ex.: floresta com clareira, rio, cachoeiras etc.;
- d. compete a cada participante descobrir o animal incorporado em cada um, através da própria dramatização;
- e. comentários.

VARIAÇÃO: Pode ser feito com dois animais, ou seja, macho e fêmea, sendo que após a identificação cada um procura o seu parceiro.

### **AUTO-MECÂNICA**

- 1. MATERIAIS: cadeiras ou almofadas (igual ao número de participantes), papéis com senhas (peças de carro).
- 2. INSTRUÇÕES:
  - a. o grupo em círculo, sentados em cadeiras ou almofadas. Ao iniciar o jogo, retira-se uma cadeira;
  - b. entregar senhas com nome de peças de um carro compatível com o número de participantes;
  - c. o Diretor vai relatar um passeio de carro durante o qual cita peças do mesmo;
  - d. a primeira peça (ao ser solicitada) entra no meio do círculo, caminhando. As outras “peças” vão se juntando para formar o carro;
  - e. quando o Diretor disser: “fon-fon”, o carro deve “desmanchar-se” e todos voltam para a oficina auto-mecânica, procurando uma cadeira para sentar-se;
  - f. quem “sobrar” deve continuar o relato e assim por diante;
  - g. comentários.

### **CRIAÇÃO versus DESTRUIÇÃO**

- 1. MATERIAIS: almofadas de vários tamanhos ou material semelhante.
- 2. INSTRUÇÕES:
  - a. dividir em dois subgrupos (número igual de participantes): A e B;
  - b. subgrupo A: “o objetivo de vocês é construir uma pirâmide, utilizando-se das almofadas que estão na sala. Vocês não poderão falar e nem utilizar de violência ou agressão física”;
  - c. subgrupo B: “o objetivo de vocês é destruir tudo o que o outro subgrupo fizer. Não podem verbalizar nada durante o jogo”;

Nota: O Diretor deve dar as consignas aos subgrupos, separadamente, evitando qualquer tipo de contaminação.

- d. após um determinado tempo, parar o jogo e repetir as instruções aos subgrupos, invertendo-se os papéis, ou seja, o subgrupo B construirá e o subgrupo A destruirá. Devem seguir o mesmo procedimento anterior;
- e. comentários.

Nota: Neste jogo o Diretor deve estar atento para evitar situações que envolvam a agressividade ou violência física, lembrando as regras e / ou parando o jogo, se necessário. Convém solicitar a retirada de sapatos e acessórios.

VARIAÇÃO: Pode-se dividir o grupo em números desiguais (sete de um lado e três, do outro, por ex.).

### **GATO E RATO**

- 1. MATERIAIS: não há.
- 2. INSTRUÇÕES:
  - a. elege-se dois voluntários para ser o gato e o rato;
  - b. o grupo, em pé, forma um círculo fechado (mas não estático), onde permanecerá o rato. Do lado de fora, o gato, que tem por objetivo caçar o rato;
  - c. o rato pode sair do círculo desde que se mantenha a sua volta; O gato pode tentar entrar por baixo dos braços dos participantes, desde que estes permitam;
  - d. o jogo termina quando o gato caça o rato;
  - e. inverter os papéis (gato versus rato) e repetir o jogo;
  - f. repete-se a experiência com outros voluntários;
  - g. comentários.

VARIAÇÃO: O grupo forma um corredor, sendo que o gato não pode entrar no meio o rato tem toda a liberdade para se movimentar. Basta tocar no rato, que este já será considerado capturado.

### **JOGO DOS PAPÉIS COMPLEMENTARES**

- 1. MATERIAIS: papel e canetas.
- 2. INSTRUÇÕES:
  - a. o Diretor prepara previamente papéis que contenham o nome de um papel profissional e / ou social e, em outros, ou seu complementar (ex. médico versus paciente; policial versus ladrão; mãe versus filho; professor versus alunos etc.), de modo que forme pares. Por ex.: um grupo de dez pessoas, deverá Ter cinco papéis profissionais e cinco papéis complementares a estes;

Nota: Deve-se averiguar antecipadamente seu grupo forma duplas (números par).

- b. distribui-se os papéis aos participantes, aleatoriamente;
- c. através de mímica, cada participante deverá dramatizar o papel sorteado;
- d. em seguida, cada um deverá procurar seu papel complementar formando duplas. Após uma breve discussão, cada dupla deverá criar uma cena que será dramatizada e apresentada ao grupo;
- e. se quiser, pode-se apresentar os papéis;
- f. comentários.

Nota: Este jogo dramático pode ser adaptado e / ou simplificado, verificando-se em que fase da Matriz o grupo e / ou o indivíduo se encontra.

## **JOGO DE MARIONETES**

1. MATERIAIS: não há.
2. INSTRUÇÕES:
  - a. em duplas, frente a frente;
  - b. escolhe-se aquele que comandará os movimentos, inicialmente. Este deve conduzir o outro como uma marionete, ou seja, como se tivesse fios.

Nota: O condutor deverá manter a mesma distância de suas mãos e as partes do corpo da marionete durante todo o jogo;

- c. a pessoa que apresenta a marionete deverá realizar os movimentos com a maior facilidade possível. Ex.: movimentar braços, pernas, caminhar, sentar etc.;
- d. após um determinado tempo, inverter os papéis;
- e. trocam-se as duplas e repete-se o mesmo procedimento;
- f. comentários.

## **O JULGAMENTO**

1. MATERIAIS: não há.
2. INSTRUÇÕES:
  - a. dividir o grupo em dois subgrupos, explicar sobre a ação dramática em um tribunal. Um subgrupo representa os promotores, e o outro, os advogados de defesa;

Nota: Pode-se introduzir o Ego – Auxiliar para apresentar o papel do juiz ou da ré.

- b. “estamos neste tribunal para julgarmos a ré, dona Maria, que na noite de anteontem foi flagrada com quatro pacotes de leite, um pote de margarina e um vidro de champinhom em sua sacola, ao sair de um supermercado. Ela ofereceu resistência à prisão. Esta sessão terá dez minutos. Pode começar”;
- c. após o tempo estipulado, solicitam-se que invertam os papéis, ou seja, os promotores tornam-se advogados de defesa ou vice e versa. Tempo dez minutos;
- d. comentários.

Nota: Neste jogo, o objetivo não é sentença ou resolução do conflito. Verifica-se características como: Percepção, comunicação, valores morais, capacidade de se colocar no lugar do outro (inversão de papéis)., de cada participante.

## **ESCULTOR versus ESCULTURA**

1. MATERIAIS: não há.
2. INSTRUÇÕES:
  - a. dividir o grupo em dois: subgrupo A e B, com o mesmo número de participantes. Dispor em filas paralelas, um frente ao outro;
  - b. subgrupo A: “você representará o papel dos escultores. Por isso, poderão esculpir (modelar) o outro, da forma que quiserem”;
  - c. subgrupo B: “você, no contra papel, devem permitir a modelação, enquanto esculturas”;
  - d. após escultura, inverte-se o comando dos subgrupos e repete-se o processo; e, depois, retomam-se a forma original, ou seja, o subgrupo A desempenha o papel de escultor e o B, de escultura, sendo que este último, após o comando do Diretor (através de uma piscada ou um toque), deverá imobilizar uma parte do corpo (a perna direita, por ex.), oferecendo resistência;

Nota: O Diretor, ao dar a consigna, deve ser rápida e discreta para que outro subgrupo não perceba.

- e. inverte-se o comando e, desta vez, permite-se ao subgrupo imobilizar a parte do corpo que quiser; neste momento, pode-se dar a consigna na frente do outro subgrupo, desde que não possa ouvi-lo;
- f. comentários.

## **O CONSTRUTOR CEGO**

1. MATERIAIS: cartolina cortada em vários tamanhos e formatos, papel sulfite e papel alumínio, tesoura, durex, cola e grampeador para cada dupla. Venda para os olhos e barbante para amarrar as mãos.
2. INSTRUÇÕES:
  - a. formar duplas, onde um representará o papel de um cego (com a venda nos olhos) e o outro ficará com as mãos atadas (amarram as mãos para trás);
  - b. cada dupla deverá confeccionar um recipiente para armazenar água da chuva, imaginando-se que estão numa ilha deserta e árida e o preâmbulo de um temporal se aproxima. Para isso, terão 15 minutos para a construção;
  - c. após o tempo estipulado, invertem-se os papéis da dupla e reinicia-se a confecção de outro recipiente;

Nota: Pode-se permitir ou não a construção completa do recipiente. Fica a critério do Diretor.

- d. comentários.

VARIAÇÃO: Para verificar o nível de colaboração de cada participante, dispor o grupo em forma circular e em duplas, apenas com a introdução de uma tesoura, um tubo de cola e durex, para uso comum, no centro do círculo.

## **O CARRO E O MOTORISTA**

1. MATERIAIS: venda para os olhos.
2. INSTRUÇÕES:
  - a. dividir o grupo em duplas;
  - b. cada dupla escolhe um papel: de carro ou de motorista;
  - c. para o carro: coloca-se a venda nos olhos. Enquanto carro, agirá de acordo com os sinais convencionados pelo Diretor e dirigidos pelo motorista;

- d. para o motorista: dirija o carro, de acordo com as consignas:
- \* Dedo indicador no meio das cortas, faz com que o carro ande para frente.
  - \* Retire o dedo indicador faz com que o carro pare.
  - \* A mão direita sobre o ombro direito faz com que o carro vire à direita.
  - \* A mão sobre o ombro esquerdo, faz com que o carro vire à esquerda.
  - \* As duas mãos nos ombros faz com que o carro vá para trás (ré).

- e. após um determinado tempo, inverte-se os papeis;  
f. depois, trocam-se as duplas;  
g. comentários.

### **CEGO versos SURDO-MUDO**

1. MATERIAIS: não há.  
2. INSTRUÇÕES:
- a. em duplas. Cada um escolhe um papel ( um cego e outro surdo-mudo);
  - b. cada um deve vivência o seu papel com a maior facilidade possível; Por ex.: O cego pode falar, mas o surdo-mudo não pode ouvir ou falar;
  - c. o objetivo do surdo mudo é guiar o cego;

Nota: Podem-se criar obstáculos usando objetos ou pessoas.

- d. inverte os papéis. Caso queira, podem-se trocar as duplas posteriormente;  
e. comentários.

### **GUIA DO CEGO**

1. MATERIAIS: almofadas, cadeiras etc.  
2. INSTRUÇÕES:
- a. notifica-se ao grupo que deverá entrar na sala, um a um;

Nota: O Diretor ou o Ego – Auxiliar conduz os participantes, especificados as regras, individualmente.

- b. senha: “nós vamos fazer o jogo do guia do cego. Para isso, a três regras básicas:
- 1. Você ficará de olhos fechados;
  - 2. Vou conduzi-lo por este espaço, (mostra o contexto dramático); não se preocupe, pois não deixarei que se machuque em hipótese alguma;
  - 3. A partir do momento em que começarmos andar, você pode fazer o que quiser”;
- c. verificar se o participante compreendeu as regras e, em seguida, iniciar o jogo;
- d. conduzir vagarosamente, para que a pessoa se “localize”, permitindo que explore, através do tato, objetos e partes da sala. No decorrer, “acelera” os passos. Verificar a reação da pessoa. Ao termino, permitir que o participante conduza o Diretor (ou E-A), repetindo todas as regras;
- e. o Diretor ou E-A ao ser conduzido pode criar interpolações de resistências (visto que pode fazer o que quiser – 3ª regra – inclusive abrir os olhos). Repetir o processo com todos;
- f. comentários.

### **JOGO DAS PROFISSÕES**

1. MATERIAIS: papel e canetas.  
2. INSTRUÇÕES:
- a. cada participante escreve uma profissão em um papel, mistura todos e redistribui;
  - b. as pessoas devem-se “aquecer” no papel, construindo as características que fazem parte desta profissão;
  - c. o Diretor explica que criará alguns ambientes, onde cada um desempenhará o papel, de acordo com o mesmo. Ex.: dentro de uma cela de prisão; em um hall de hotel, em uma fila de ônibus; em uma festa, em um consultório etc.;
  - d. cada pessoa tentará descobrir a profissão da outra;
  - e. quem acertar, faz com que a pessoa saia do jogo.

Nota: Após a descoberta das profissões de todos, podem-se inverter os papeis, mantendo ou não as mesmas características apresentadas.  
f. comentários.

### **JOGO DOS BALÕES**

1. MATERIAIS: balões coloridos.  
2. INSTRUÇÕES:
- a. cada pessoa escolhe um balão, enche-o e depois deve explora-lo livremente(...);
  - b. formam-se duplas e cada um apresenta o seu balão, através de mímica, de um modo criativo. Em seguida, a dupla “brinca” com seus balões. Após um determinado tempo, solicita-se que se despeçam do parceiro e procurem outra pessoa para formar nova dupla, repetindo o mesmo processo anterior;
  - c. após a troca de duplas, pede-se para formar trios, quartetos, até o grupo todo. A partir daí, todos devem jogar os balões para o alto, sem deixa-los cair. Caso ocorra, deve levanta-los imediatamente;
  - d. o Diretor vai retirando as pessoas, uma a uma, no decorrer do jogo (deve-se deixar o mínimo de pessoas, que consigam jogar os balões para cima);
  - e. em seguida, chama-as novamente;
  - f. posteriormente, retiram-se os balões, um a um, repetindo o mesmo processo anterior. No final, deixa-se apenas um balão. Nesse momento, introduz-se nova consigna: Todos deve tocar no balão.

Nota: O movimento ideal é que formem um círculo e o balão passe para cada pessoa.

## **A ORQUESTRA**

1. MATERIAIS: não há.

2. INSTRUÇÕES:

- após um breve relaxamento, pede-se aos participantes que concentre sua atenção e evoquem uma música de sua preferência;
- cada um deverá “ouvi-la” com precisão, até que consiga identificar o som de um instrumento musical que essa música contem, procurando intensificá-lo;
- depois, deve visualizá-lo e, pouco a pouco, incorpora-lo, ou seja, através do próprio corpo, “ser” o próprio instrumento musical.
- Em seguida, emitir o som desse instrumento;

Nota: Até o presente momento não há contato entre eles.

- cada um apresenta o “som” do seu instrumento e, em seguida, quem sentir-se a vontade vai juntando-se com os outros até que o grupo todo forme uma orquestra;
- se quiser, pode-se solicitar ao grupo que escolha uma música e procure executá-la, enquanto instrumentos de uma orquestra.

Nota: Se não houver uma coesão grupal, assinalar aos participantes, fazendo com que consigam obtê-la através do conjunto de instrumentos.

g. comentários.

## **JOGO DO NAUFRÁGIO**

1. MATERIAIS: não há.

2. INSTRUÇÕES:

- cada pessoa deve criar uma personagem e escrevê-la sucintamente ao grupo (sexo, idade, nome, profissão etc.);
- o Diretor explica que todos vão participar de um pequeno cruzeiro marítimo. obs.: Dependendo do número de participantes pode-se dizer que o navio não tem tripulação, pois é tudo automatizado;
- feito o aquecimento específico, as pessoas partem para a viagem. Após um determinado tempo, o Diretor explica que um temporal se aproxima e o navio vai de encontro aos recifes. Antes de afundar, entretanto, todos conseguem vestir o colete salva-vidas e dirigir-se para uma ilha, sem dificuldades;
- começa a escurecer e devem providenciar um abrigo. Alguns estão com sede, outros com fome. A temperatura caiu. Percebem que não há possibilidade de serem salvos;
- no dia seguinte, por exemplo, pode-se providenciar o resgate dos participantes;
- comentários.

Nota: O Diretor introduz consignas de acordo com a dinâmica do grupo, avaliando o comportamento de cada um frente ao inusitado. Características como liderança, passividade, controle, campo tenso, ansiedade etc. podem ser observadas.

## **COLAGEM COLETIVA**

1. MATERIAIS: sucata em geral e materiais diversos: papéis de diversos tipos e tamanhos, cola, tesoura, durex, fita adesiva, algodão, fios de barbante, tampinhas de garrafas, cortiça, isopor, macarrão, botões etc.

2. INSTRUÇÕES:

- Apresentar os materiais numa caixa, explicando ao grupo que deverão montar uma paisagem, de forma coletiva;

Nota: A consigna paisagem pode ser modificada, com a necessidade do Diretor.

- compete ao Diretor observar a dinâmica do grupo durante o trabalho;
- ao término do trabalho, deverão escolher um título;
- comentários.

Nota: Neste jogo podem-se avaliar as características individuais, envolvendo todo grupo, como por ex.: competição, passividade, altruísmo, egoísmo, trabalho em conjunto, liderança etc., assim como perceber em que nível se encontram.

## **CONFRONTO**

1. MATERIAIS: papel sulfite, canetas e fitas adesiva.

2. INSTRUÇÕES:

- o grupo em círculo, sentado;
- cada pessoa vai dizer ao colega à sua direita o que não gosta nela. A outra não deve responder nada, limitando-se apenas a ouvir. Segue-se até o último participante;
- em seguida, repete-se o mesmo processo, no sentido inverso, ou seja, ao colega da esquerda, até que todos falem;
- inicia-se novamente, só que dessa vez cada um diz o que gosta (primeiro no sentido anti-horário, depois no sentido horário);
- comentários breves de cada um;
- afixa-se uma folha de papel de cada participante, sendo que cada um deverá escrever uma mensagem positiva nas costas de todos;
- no final, cada um lê as suas e tenta descobrir os autores.

Nota: é um jogo que permite avaliar as relações intragrupais, com o objetivo de reintegração do grupo. Avalia ainda a capacidade de tolerância à crítica e às diferenças individuais. Por isso, sua aplicação é aconselhável em grupos que se encontram na 3ª fase da Matriz de Identidade. Além disso, requer habilidade do Diretor para não resvalar em contexto terapêutico.



## **CABRA CEGA**

1. MATERIAIS: não há.

### **2. INSTRUÇÕES:**

- a. em duplas, frente a frente, com os braços estendidos;
- b. um coloca as mãos sobre as do outro parceiro. O objetivo daquele que está com as mãos acima é descobrir, de olhos fechados, que tipo de emoção / sentimento que o outro lhe passa. Para isso, podem movimentar-se a vontade, desde que não haja verbalização;
- c. após um determinado tempo, a pessoa procurará acertar a resposta. O outro deverá confiar ou não, verbalmente;
- d. inverte os papéis, trocando a posição das mãos e repetindo o mesmo processo;
- e. troca as duplas, permitindo que todos passem pelo grupo;
- f. comentários.

VARIAÇÃO: Grupo em círculo, inicia-se com um voluntário, que “passa” uma emoção ao colega da direita e este repassa ao seguinte, até a última pessoa. Depois, cada um comenta o que recebeu. O emissor confirma ou não. Repete-se o mesmo processo com todos os participantes.

## **JOGO DOS LENÇOS**

1. MATERIAIS: não há.

### **2. INSTRUÇÕES:**

- a. “existem lenços muito bonitos dentro desta sala. Procure o seu. Você vai saber qual é, pois tem uma cor, um tamanho e uma textura que é seu perfil, a sua cada. Quem encontrar, poderá brincar com ele da forma que quiser”;

Nota: Na verdade, não existem lenços. Esta proposta permite avaliar o nível de imaginação e criatividade de cada participante.

- b. após um determinado tempo, observar se as pessoas brincam entre si, naturalmente. Caso contrário, propor a formação de duplas. Depois, trios, quartetos até juntar o grupo todo. Neste momento, solicitar ao grupo a montagem de um lenço único, grupal, continuando a brincar com ele;
- c. em seguida, pede-se para cada um resgatar o próprio “lenço”, verificando o que quer fazer com ele;

Nota: Cada um se “despede” da forma que quiser (guardar, oferecer a outro, jogar etc.).

- d. comentários.

## **O CARACOL HUMANO**

1. MATERIAIS: não há.

### **2. INSTRUÇÕES:**

- a. grupo em pé e em círculo, pede-se que deem as mãos;
- b. o diretor entra no jogo segurando a mão de um participante, solicitando-se que este o acompanhe para a formação de um grande caracol humano;
- c. todos os outros o seguirão, mas deve acompanhar o movimento quando se sentirem puxados;
- d. o Diretor vai formando o caracol, lentamente. Ao término, “abre” um túnel, passando por baixo das mãos entrelaçadas, sendo que os participantes o acompanhe até à forma inicial, ou seja, em círculo.
- e. Após um breve comentário das pessoas, de como se sentiram, propõe-se que um voluntário reinicie o processo todo, desta vez de olhos fechados;
- f. Comentários.

## **SENTAR EM GRUPO**

1. MATERIAIS: não há.

### **2. INSTRUÇÕES:**

- a. grupo em círculo, em pé, voltado para dentro;
- b. pede-se que todos virem para a direita, de modo que cada um fique de frente para as costas do colega, como em uma fila circular;
- c. cada um deve juntar a ponta dos pés nos calcanhares do colega à sua frente, colocando as mãos na cintura dele;
- d. o Diretor contará até três, pausadamente, e as pessoas devem sentar-se nos joelhos de quem está atrás, vagarosamente. Todos ao mesmo tempo;
- e. se alguém perceber que vai perder o equilíbrio, deve comunicar ao grupo, imediatamente. Tentar várias vezes até que consigam atingir o objetivo;
- f. quando houver um equilíbrio, uma coesão no grupo, o Diretor solicitará que todos soltem a mão direita e a levanten para o alto. Em seguida, a mão esquerda;

Nota: O grupo perceberá que o equilíbrio conjunto impede que alguém caia ao chão.

- g. finalmente, pede-se a todos que coloquem a mão na cintura do colega a sua frente e, após a contagem até três, por parte do Diretor, levanten-se todos juntos, vagarosamente;
- h. repete-se então o mesmo processo, porém, de olhos fechados;
- i. comentários

Nota: Esta jogo atinge bons resultados acima de 15 pessoas. Deve-se, ainda, distribuir as pessoas de acordo com o peso e altura proporcionais, para que possam sentar-se com tranquilidade.

## **CRUZEIRO MARÍTIMO**

1. MATERIAIS: papel sulfite, caneta.

### **2. INSTRUÇÕES:**

- a. cada participante deve criar um personagem de sua escolha. Depois, apresenta ao grupo as características principais: Nome, idade, sexo, estado civil, profissão

- etc.;
- b. após a caracterização, o Diretor avisa que todos farão parte de um cruzeiro marítimo, em um navio ultramoderno, todo automatizado e computadorizado (não há tripulação);
  - c. inicia-se a dramatização e, em determinados momentos, introduzem-se senhas (interpolação de resistência), através do Ego – Auxiliar, em forma de mensagem vinda da terra;
  - d. pode-se solicitar a inversão de papéis entre os personagens.

Nota: A interpolação pode ser parecida com um papel em branco ou com garranchos ilegíveis, permitindo-se avaliar a conduta dos participantes frente ao inusitado.

### **CENAS DO COTIDIANO**

1. MATERIAIS: papel sulfite e canetas.

2. INSTRUÇÕES:

- a. dividir o grupo em três subgrupos (com o número igual de participantes), que aqui denominamos de: A, B e C;
- b. cada subgrupo escreve uma história contendo uma cena do cotidiano com início, meio e fim (com o número de personagens iguais ao de participantes);
- c. o subgrupo A montará uma cena da sua história, de forma estática. O subgrupo B entra nos papéis de cada um e da movimentos (dinâmico) sem verbalização. O subgrupo C entra nos papéis, da os movimentos e verbalização aos personagens;
- d. este processo se repete nos três subgrupos, ou seja,

A > cena estática

B > cena com movimentos

C > cena com verbalização e movimento

B > estática

C > movimento

A > verbalização e movimento

C > estática

A > movimento

B > verbalização e movimento

e. verificar o que foi alterado da cena original. Se quiser, pede-se a demonstração da imagem de cada subgrupo;

f. comentários acerca da experiência.

### **O CORPO DE GAYA**

1. MATERIAIS: almofadas, papel celofane, papelão, lenços coloridos, música, etc.

2. INSTRUÇÕES:

- a. o Diretor relata ao grupo: “Os antigos gregos chamavam o nosso planeta de Gaya. Este era uma entidade viva e atuante. Era o princípio da grande Deusa-mãe a doadora da vida. Para isso, imaginem o nosso planeta como um grande corpo vivo.”

Nota: Introduzir uma música suave, de relaxamento.

“caminhe pela sala e, aos poucos, criem uma imagem... pensem na relação deste planeta como o sistema a qual pertence (sistema solar, satélite, tamanho, forma, cor etc.).”

Após o aquecimento, retirar a música.

- b. a partir deste momento, o Diretor solicita que o grupo crie uma única imagem, através do próprio corpo de cada um, que represente o corpo de Gaya. Esta imagem poderá Ter sons e movimentos e podem-se utilizar os recursos materiais disponíveis;
- c. após a construção da imagem, solicitar que alguém do grupo explique. Repete-se interpolações de resistência para avaliar a conduta do grupo. Por ex.: chuva de meteoritos, terremotos, calor, um líder tirano etc.;

Nota: Neste jogo convém a introdução de um Ego – Auxiliar.

d. pode-se seguir a inversão de papéis entre eles;

e. comentários.

### **QUALIDADES DE UM LÍDER**

1. MATERIAIS: papéis e canetas.

2. INSTRUÇÕES:

- a. os participantes deve discutir e levantar as qualidades que acreditam ser inerentes a um verdadeiro líder. Essas deverão ser registradas numa folha de papel;

Nota: A quantidade dessas características deve ser igual a metade do número de participante (ex.: se tiver 12 pessoas, deverão ser apresentadas seis características);

b. após a discussão, cada participante escolherá alguém para formar uma dupla e uma característica a ser representada;

c. cada dupla criará uma imagem, utilizando-se do próprio corpo para demonstrar o atributo escolhido. Após a apresentação de todos, permite-se que as duplas experienciem a imagem de cada uma, podendo contribuir com sugestões para mudanças, desde que aprovadas pela dupla original;

d. ao final, o grupo deverá construir uma imagem única com todas as características apresentadas, podendo definir, então, o conceito e as qualidades de um verdadeiro líder;

e. comentários.

Nota: O Diretor deve verificar, na imagem grupal, se há ligação entre as características, já que são inerentes ao papel do líder.

A seguir, algumas características: seguro de si, sincero, eficaz, disponível catalisador, juízo maduro, otimista, acolhedor, corajoso, sociável, confia nos outros, responsável e democrático.

Nota: Após a construção da imagem grupal, o diretor pode levantar as características consideradas relevante e que não foram questionadas. Com isto, pode-se acrescenta-las ou destruí-las ao final do jogo.

### **CONSTRUÇÃO DE UMA CIDADE**

1. MATERIAIS: não há.

2. INSTRUÇÕES:

a. cada participante deverá escolher um personagem que faça parte de uma comunidade (ex.: juiz, médico, comerciante, policial etc.);

Nota: O Diretor deve aquecer cada participante com o personagem escolhido.

b. pede-se que “construam” a cidade, sendo que cada um deverá atuar no papel escolhido;

c. no decorrer da dramatização, pode-se utilizar a interpolação de resistência, seja através dos Egos – Auxiliares ou Egos – Naturais e inversão de papéis;

d. comentários.

Nota: Neste jogo dramático podem-se avaliar os valores normais e sociais e as reservas culturais dos participantes.

### **JOGO DO DETETIVE**

1. MATERIAIS: papéis para sorteio (assassino e vítimas- detetive).

2. INSTRUÇÕES:

a. o grupo escolhe um local onde todos possam estar juntos (ex.: saguão de um hotel, festa de aniversário, salão de danças, coquetel etc.);

b. cada participante deverá escolher e criar um personagem para representar, dentro desse contexto. O Diretor deverá “entrevistar” cada um, a fim de que todos possam se “identificar”;

c. distribuem-se os papéis (vítimas ou assassinos);

d. assassinos: mata as pessoas por meio de uma piscada, de forma discreta. Seu objetivo é matar sem ser descoberto e eliminar o maior número de pessoas;

e. vítima – detetive: enquanto vítima está potencialmente exposto a morrer. Enquanto detetive, deve descobrir quem é o assassino.

Se a vítima – detetive descobrir o assassino deve dar um leve toque em seu ombro ou braço (se for descoberto, o assassino deve se entregar, levantando a mão).

Se a vítima recebe a piscada, deve circular e, após um determinado tempo, morrer. Após alguns minutos, levanta e sai do jogo, “confirmando” sua morte;

f. inicia-se a dramatização, após as explicações das regras. Termina o jogo quando o assassino for descoberto.

Nota: extremamente enriquecedor se o jogo poder ser repetido outras vezes, com “assassinos” diferentes.

### **CONSTRUÇÃO DE UMA MÁQUINA**

1. MATERIAIS: não há.

2. INSTRUÇÕES:

a. o grupo, de como um acordo, escolhe uma máquina ( que existe e funcione) e cada participante deverá ser uma peça ou parte desta máquina;

b. inicialmente, deverão monta-la utilizando o próprio corpo, de modo estático. Com o auxílio de um Ego, cada participante poderá se “ver” de fora (técnica do espelho). O grupo poderá modificar a “máquina” até satisfazer a todos;

c. depois de pronta, deverão fazê-la funcionar. Após um determinado tempo, pode-se repetir o procedimento anterior, ou seja, solicitar que o Ego se coloque no lugar de cada um;

N.B.: Após a montagem, o Diretor deve observar o nível de entrosamento entre os participantes, isto é, se a máquina está realmente completa ( desde tomadas, por exemplo, conexões entre as peças, até o seu funcionamento).

d. podem-se inverter os papéis, ou seja, permitir que as pessoas troquem de lugar (peças);

e. comentários sobre a experiência.

### **ENGRENAGEM**

1. MATERIAIS: não há.

2. INSTRUÇÕES:

a. o Diretor dá a seguinte consigna ao grupo: “Todos foram parte de uma engrenagem. Este espaço (contexto Dramático) será o espaço desta engrenagem. Cada um vai ocupa-lo da forma que achar melhor e sem verbalização”;

b. após um determinado tempo, acrescenta: “vão formando o que será a sua engrenagem”;

Nota: O Diretor pode solicitar o grupo outras características durante o jogo, caso haja necessidade (ex.: sons, música, movimentos etc.).

c. ao termino da montagem, propor a inversão de papéis entre o grupo;

d. comentários.

### **JOGO DO CÍRCULO**

1. MATERIAIS: não há

2. INSTRUÇÕES:

a. todos em pé, em círculo (voltados para dentro), de mãos dadas;

b. o Diretor dá seguinte consigna: “vocês devem ficar de costas para o círculo, sem soltar as mãos e nem ficar com os braços cruzados. Durante as tentativas podem passar por cima dos braços”

- Num primeiro momento, tentaram ser verbalização;  
c. após um determinado tempo, permitir a verbalização;  
d. termino do jogo, quando a solução for encontrada;  
e. comentários.

Nota: aos participantes que conhece o jogo solicita-se a participação indireta, ou seja, podem criar “resistências” ou acompanhar o grupo em busca da solução: pode-se iniciar o jogo, com as pessoas dando-se as mãos, de forma cruzadas, isto é, cruzam-se os braços desde que ao final o grupo termine com as mãos dadas, voltados para dentro.

Solução: uns do participantes devera passar por baixo das mãos de seu colega à direita, sendo que o grupo o acompanhará ate que o “circulo” seja formado.

### **SUBGRUPO EM GRUPO**

1. MATERIAIS: não há.

2. INSTRUÇÕES:

- a. o grupo em pé e em círculo. O diretor solicita que caracterizem o grupo, nesse momento. (ex.: um grupo de gerentes, de ambas os sexo, na sala de treinamento, da empresa tal...);
- b. a partir daí, o Diretor sugere que podem dirigir-se em dois subgrupos e espera as sugestões do próprio grupo. (ex.: fumantes versos não fumantes, homem verso mulher, casados versos solteiros etc.);
- c. o Diretor solicita então que dividam os subgrupos (um para cada lado da sala ) e da a seguinte senha “vocês deverão mandar uma mensagem para o outro subgrupo: dramatização, mímica, cantado, enfim, usem e abusem da criatividade ligados ao tema”;
- d. após a apresentação de cada subgrupo, reúne-se o grupo todo novamente e forma-se mais dois subgrupo e assim por diante.

Nota: no decorrer do jogo, pode-se subdividir o grupo em três, quatro ou mais subgrupos, podendo-se incluir características pertinentes aos objetivos propostos.

## ***Dinâmicas Divertidas***<sup>8</sup>

### **75- QUEM SOU EU?**

**Objetivos:** Tornar os membros do grupo conhecidos rapidamente, num ambiente relativamente pouco inibidor.

**Como Fazer:**

- 1- Cada um recebe uma folha com o título: "Quem sou eu?"
- 2- Durante 10 minutos cada um escreve cinco itens em relação a si mesmo, que facilitem o conhecimento.
- 3- A folha escrita será fixada na blusa dos participantes.
- 4- Os componentes do grupo circulam livremente e em silêncio pela sala, ao som de uma música suave, enquanto leem a respeito do outro e deixa que os outros leiam o que escreveu a respeito de si.
- 5- Logo após reunir 2 a 3 colegas, com os quais gostariam de conversar para se conhecerem melhor. Nesse momento é possível lançar perguntas que ordinariamente não fariam.

**Avaliação:**

- 1- Para que serviu o exercício?
- 2- Como nos sentimos?

### **74- TROCANDO CRACHÁS**

**Objetivos:** Facilitar a memorização dos nomes e um melhor conhecimento entre os integrantes.

**Material:** Crachás com os nomes dos integrantes.

**Como Fazer:**

1. O coordenador distribui os crachás aos respectivos integrantes.
2. Após algum tempo recolhem-se os crachás e cada um recebe um crachá que não deve ser o seu.
3. Os integrantes devem passear pela sala a procura do integrante que possui o seu crachá para recebê-lo de volta.
4. Neste momento, ambos devem aproveitar para uma pequena conversa informal, onde procurem conhecer algo novo sobre o outro integrante.
5. Após todos terem retomado seus crachás, o grupo deve debater sobre as diferentes reações durante a experiência.

### **73- TRENZINHO**

**Objetivos:** Fazer com que as pessoas memorizem os nomes umas das outras.

**Como Fazer:**

1. Durante um curto tempo as pessoas podem andar pela sala lembrando o nome de todos os participantes do grupo e reparando em pelo menos uma qualidade de cada um.
2. Passado esse tempo, um dos coordenadores, identificado como locomotiva, sai correndo em volta da sala e diz o nome e qualidade de alguém, que se prende a locomotiva chamando outra pessoa pelo nome e destacando uma qualidade.
3. Segue-se até formar o trem com todos participantes.

### **72- FAZENDO COMPRAS**

**Objetivos:** Para descontração e memorização de nomes de todos do grupo.

**Como Fazer:**

1. Todos estão sentados em círculos e o coordenador, em pé, diz: Fui fazer compras com... (e diz o nome de várias pessoas do grupo).
2. De repente, acrescenta: Não tenho mais dinheiro.
3. Quem teve o nome citado deve trocar de lugar rapidamente e o coordenador se senta entre eles.
4. Alguém ficará sem lugar, em pé. Este será o próximo a fazer compras e assim continua.
5. Se alguém não perceber que seu nome foi citado e por isso não se levantar, será o que vai fazer compras.

### **71- ANÚNCIOS CLASSIFICADOS**

**Objetivos:** Apresentar pessoas que quase não se conhecem.

**Material:** Papel e cante para cada um.

**Como Fazer:**

1. Cada participante recebe uma folha em branco e nela escreve um anúncio classificado sobre ele mesmo, se oferecendo para um serviço, curso ou outra coisa.
2. A folha não pode conter nome.
3. Os classificados são afixados na parede e os participantes devem ler os anúncios e durante 20 minutos tentar descobrir quem são as pessoas anunciadas.
4. Em seguida o coordenador deve perguntar:
  - a) quem se reconheceu através dos anúncios classificados,
  - b) quantas pessoas pensavam se conhecer e descobriram que não se conheciam direito,
  - c) como cada um se sentiu ao ver seu anúncio sendo lido pelos outros,
  - d) o que falta para que o grupo se conheça melhor.

### **70- ESTOURANDO BALÕES**

**Objetivos:** É um exercício de competição.

**Material:** Dois balões para cada pessoa e barbante.

**Como Fazer:**

1. Distribuir dois balões para cada participante.
2. Distribuir, também, um pedaço de barbante suficientemente grande para amarrá-lo à cintura, junto com os balões.
3. Encher os dois balões e prendê-los ao barbante, um de cada lado da cintura.
4. Cada pessoa deve tentar estourar os balões da outra, protegendo, ao mesmo tempo, os seus balões.
5. Deve-se utilizar, apenas, as mãos - evitar, portanto, objetos que possam provocar acidentes (palitos, unhas, alfinetes, etc).

### **69- BALÕES NO AR**

**Objetivos:** Excelente momento para integração do grupo, processo de reencontro, celebração.

**Material:** Um balão para cada pessoa e durex.

**Como Fazer:**

1. Distribuir um balão para cada pessoa (sendo possível, o facilitador, com uma boa ajuda, poderá prender, com um minúsculo pedaço de durex, os balões sob as

cadeiras).

2. Orientar para que todos encham, do tamanho que quiserem, os seus balões.

3. O exercício consiste:

#### Opção 1

a) Jogar os balões para cima, não os deixando cair, APENAS utilizando a cabeça.

b) Efetuar troca de balões com outras pessoas, tantas quantas forem possível.

#### Opção 2

a) Jogar os balões para cima, não os deixando cair, utilizando UMA das mãos.

b) Efetuar troca de balões com outras pessoas, tantas quantas forem possível.

4. Ao final, realizar um momento de "celebração", estourando todos os balões ao mesmo tempo.

### **68- AS TRÊS GARRAFAS**

**Material:** Três garrafas descartáveis e uma venda para os olhos.

**Como Fazer:**

1. Colocar as três garrafas no chão, numa distância, entre si, de, aproximadamente, um passo "forçado".

2. Solicitar três voluntários e dois assessores.

3. Certificar-se de que nenhum dos três conhece a brincadeira.

4. Orientar para que um dos assessores encaminhe-se para uma sala isolada, para "tomar conta" de dois dos voluntários - apenas um fica para a primeira etapa da brincadeira.

5. Desafiar o primeiro voluntário, perguntando-lhe se é capaz de passar por cima das três garrafas, sem tocar nelas (*normalmente a resposta é positiva*).

6. Pedir que treine uma vez.

7. Instigar-lhe a, se ele for capaz, passar sobre as garrafas, de olhos fechados.

8. Pedir, também, que ele treine uma vez.

9. Colocar a venda e posicioná-lo diante das garrafas.

10. Estimular o grupo a torcer por ele.

11. Sinalizar para o segundo assessor, para que retire as garrafas do chão, cuidadosamente.

12. Orientar a "largada".

13. Colocá-las de volta no chão, rapidamente, à proporção que ele for pisando no "vazio", sem que ele perceba que estava esticando e levantando as pernas desnecessariamente... e que fez um grande papel de bobo.

14. Chamar o segundo e o terceiro voluntário, respectivamente, repetindo o procedimento.

15. Quem participou, cai na real (*sempre espera-se que ele entre no espírito da brincadeira e não se irrite*).

### **67- A DANÇA DA LARANJA**

**Objetivos:** Exercício de equilíbrio.

**Material:** Uma laranja (fruta) para cada dupla.

**Como Fazer:**

1. Formar duplas ou sugerir que os casais presentes fiquem juntos e sejam os participantes.

2. Entregar a cada dupla uma laranja.

3. Orientar que a laranja ficará presa entre as testas deles e cada pessoa deverá ficar com as mãos para trás.

4. O facilitador colocará uma música (preferencialmente agitada, ritmada) e todos dançarão, de acordo com o ritmo.

5. Quem derrubar a laranja vai sendo eliminado.

6. A dupla ganhará um prêmio: a laranja.

### **66- O QUARTEL**

**Objetivos:** Este exercício é, ao mesmo tempo, de descontração, de atenção e de percepção. Têm os participantes e a torcida organizada.

**Como Fazer:**

1. O facilitador desempenha a patente de "marechal".

2. Convidar uma quantidade de participantes, conforme as patentes a seguir: faxineiro, cozinheiro, motorista, corneteiro, soldado, cabo, sargento, tenente, capitão, major, coronel e general.

3. Todos deverão sentar-se, lado a lado, iniciando pelo faxineiro, da esquerda para a direita (cadeiras ou calçada - no chão não é muito bom, por conta do excesso de movimentos que a brincadeira exige).

4. O facilitador inicia: "Passei revisão no meu batalhão e faltou... Cano!".

5. Imediatamente, o cabo deve responder: "Cabo não... Tenente!".

6. Com a mesma rapidez, o tenente responde: "Tenente não... Coronel!" E assim, sucessivamente.

7. Se alguém demorar a responder ou responder errado, é rebaixada a sua patente.

8. Sempre que ocorrer rebaixamento de patente, é importante o marechal recordar para os participantes a sequência do batalhão: "faxineiro, cozinheiro, motorista...".

9. Em seguida, recomeça: "Passei revisão no meu batalhão e faltou...!"

10. Prosseguir com a brincadeira durante o tempo que achar conveniente.

### **65- O VIÚVO**

**Objetivos:** Excelente para grupos formados por casais, uma vez que favorece à descontração e leva a uma reflexão (sutil) sobre o valor, a importância... o quanto "eu te quero comigo!".

**Como Fazer:**

1. Formar um círculo com cadeiras.

2. Solicitar que todas as mulheres fiquem sentadas e que os respectivos "maridos" fiquem de pé, por trás delas.

3. Uma das cadeiras ficará vazia, caracterizando que a pessoa que está atrás, em pé (na primeira rodada, os homens), está "viúva".

4. Os homens devem ficar com as mãos para trás.

5. O exercício consiste em... "os homens em pé, devem - sutilmente - piscar para alguma das mulheres que estão sentadas, seduzindo-a, convidando-a a mudar de parceiro".

6. Bastante rápido, o homem - que estava com as mãos para trás - deve tentar impedir que a companheira (esposa, namorada, amiga) corra para o outro.

7. Não é necessário segurar fortemente; basta um toque e a parceira já entende que não deve ceder à sedução do outro.

8. O exercício segue durante algum tempo, conforme disponibilidade e interesse do grupo, ou orientação do facilitador.
9. Inverte o processo e as mulheres, então, passam a ser as guardiãs, consequentemente, viúvas.

#### 64- O PRESENTE

**Objetivos:** Esta dinâmica é boa para ser aplicada após intervalos longos (depois do almoço ou após uma sequência de atividades que venham a provocar cansaço mental).

**Como Fazer:**

1. Formar um círculo, bem amplo, o mais espaçado possível, com cadeiras.
2. Sugerir que todos guardem o seu material, tudo o que estiver sobre as cadeiras ou no colo, não esquecer de colocar os nomes nas suas pastas ou apostilas, porque "isso aqui vai virar uma grande confusão".
3. Solicitar um voluntário e orientar que ele fique no centro do grupo, em pé.
4. Retirar do círculo a cadeira que ele (o voluntário) estava sentado.
5. Proceder o início do exercício dizendo que "sempre ficará alguém sobrando, uma vez que foi retirada uma cadeira".
6. "Quem ficar no centro, deverá dizer - sem demora, agilmente -, bem alto (todos devem ouvir) o seguinte": "- *Eu trouxe um presente para uma pessoa que...*

Exemplos de opções:

... *estiver de óculos.*"

... *tem olhos.*"

... *estiver de jeans.*"

... *tem mãos, ou boca, olhos, cabelos ou brincos*" e, assim, sucessivamente, usando toda a criatividade.

7. "Todas as pessoas que se enquadrarem no que for dito, devem trocar de lugar, rapidamente, inclusive a que estiver no centro; sobrá sempre alguém, que deverá continuar a brincadeira".
8. "As pessoas que sobrarem no centro, a partir de duas vezes, pagarão uma prenda especial, ao final, a critério do grupo"

#### 63- O TREM

**Objetivos:** Esta dinâmica é adequada, também, para apresentação ou conhecimento interpessoal, além de ter características e sentido de recreação e confraternização.

**Material:** Cadeiras para todos os participantes, água e cafezinho.

**Como Fazer:**

1. Formar duas fileiras de cadeiras, paralelas, de modo a comportar todos os participantes sentados, dois a dois.
2. O facilitador fará o papel de "maquinista" do trem e dará os comandos.
3. Colocar uma música (se conseguir uma com ritmo ou barulho de trem, melhor ainda).
4. Todos ficam atentos: na parada da música, o maquinista diz:  
"A fila da minha direita pula dois vagões para trás!"  
"O trem virou e os vagões se descarrilaram!" (todos trocam totalmente)  
"Nesta estação vamos todos descer, tomar um cafezinho e beber água!"
5. O facilitador pode criar as mais diversas formas de "paradas do trem".

#### 62- LARANJA NO PÉ

**Objetivos:** Esta dinâmica é agradável, aguça o nível de atenção nas pessoas e estimula o espírito de solidariedade.

**Material:** Duas laranjas (fruta) para cada dupla, cadeiras para todos, fita ou barbante.

**Como Fazer:**

1. Organizar os participantes, sentados em duas alas de cadeiras.
2. Uma laranja é colocada sobre os pés (que estão unidos - pode amarrá-los com fita ou barbante) da primeira pessoa de cada ala, que procurará passar a laranja sem a deixar cair, para os pés da segunda pessoa e assim por diante.
3. Se a laranja cair, a brincadeira prosseguirá, do ponto em que caiu, utilizando o tempo que for preciso.
4. Será vencedor o grupo que terminar primeiro.

#### 61- TUDO COM A MESMA LETRA

**Objetivos:** Aquecer o raciocínio. Estimular a criatividade. É uma dinâmica que exercita o nível de agilidade mental, para grupos pequenos ou até trinta pessoas.

**Como Fazer:**

1. Todos em círculo, o facilitador pede um voluntário, que fica em pé e que irá responder às perguntas com palavras que comecem com a letra que ele pedir.  
Exemplo.: *João com a letra R.*  
- Seu nome: *Ricardo*  
- Profissão: *Radialista*  
- Cidade onde nasceu: *Rio*  
- Onde vai morar: *Ribeirão*  
- Nome de três irmãos: *Rafael, Rebeca, Rodolfo...*
2. Qualquer hesitação na resposta, erro, procura-se outro voluntário, até onde for interessante continuar a brincadeira.

#### 60- BRIGA DE GALO

**Objetivos:** Ótima brincadeira para estimular competição no grupo. Não pode deixar de ter uma boa torcida.

**Material:** Papel, caneta, alfinete de bebê ou duxex, fita ou barbante.

**Como Fazer:**

1. Pedir dois voluntários. Colocar nas costas de um deles um papel com a expressão "Galo 1" e nas costas do outro "Galo 2", sem que eles saibam o que está escrito.
2. Ambos deverão descobrir o que está escrito nas costas do outro, sem utilizarem as mãos, que deverão estar cruzadas para trás.
3. É interessante e divertido perceber que os movimentos dos dois lembram, realmente, uma briga de galo.

#### 59- TÉCNICA DE SAÍDA

**Objetivos:** Libertar de inibições pessoais contraídas; tirar o bloqueio das pessoas que se sentem imobilizadas, incapazes de mexer-se ou de fazer o que gostariam de fazer.

**Como Fazer:**

1. O coordenador convida umas dez a doze pessoas para formar um círculo apertado, com os braços entrelaçados.
2. A seguir convida um participante, possivelmente uma pessoa contraída, para que fique de pé dentro do círculo.
3. Uma vez bem formado o círculo, a pessoa que está dentro recebe ordens para procurar sair do jeito que puder, por cima, por baixo ou arrebentando a corrente de braços. Os componentes do círculo tentam ao máximo contê-la e não deixá-la romper o cerco.
4. Após uma tentativa de uns quatro a cinco minutos, pode-se prosseguir o exercício, trocando a pessoa que se encontra no meio do círculo.
5. Finalmente, uma vez terminada esta vivência, prosseguem-se os comentários.
6. Esta técnica pode estender-se a uma situação em que a pessoa se sinta constrangida por outro indivíduo, como quando alguém se sente coagido por alguém. Nesse caso o que exerce coação fica de pé, atrás da pessoa que se presume esteja sendo coagida e coloca os braços em volta dela, apertando-lhe fortemente os braços. A pessoa coagida procura então libertar-se.

#### **58- UMA PEÇA A MAIS**

**Objetivos:** Ajudar a descontrair o grupo durante uma reunião.

**Material:** Um voluntário e um cobertor.

**Como Fazer:**

1. O coordenador solicita ao voluntário que se retire da sala e explica a brincadeira para todo o grupo.
2. O voluntário volta para a sala, é coberto com o cobertor e o coordenador vai orientado o voluntário:
- a) Você está com uma peça de roupa a mais, você deve tirá-la e jogar para fora.
3. A cada peça que ele tira, o coordenador solicita ao grupo que diga se é ou não a peça que está sobrando.
4. O jogo vai seguindo até que o voluntário descubra qual a peça que está sobrando (o cobertor).
5. Deve-se ter cuidado de para a brincadeira antes que o voluntário fique sem roupa, para não criar constrangimentos para ele nem para o grupo.

#### **57- PASSAR AMOR**

**Objetivos:** A brincadeira do Passa Amor pode ser utilizada nos encontros que falem sobre partilha, valorização da pessoa humana, sobre o Sagrado Coração de Jesus etc.

**Material:** Confeccione um coração de cartolina em um tamanho que fique escondido no meio de nossas mãos (pode se escrever Jesus no centro do coração).

**Como Fazer:**

1. Essa brincadeira na verdade é o conhecido Passa Anel, só que em vez de passarmos um anel iremos passar um coração.
2. Sorteia-se a pessoa que via passar o coração.
3. As outras sentam-se lado a lado, com as mãos fechadas (como para rezar) no colo.
4. A que está com o coração entre as palmas das mãos começa a passá-lo, ou seja, finge que põe o coração na mão de cada um dos participantes, na verdade, só deixa cair na mão de um.
5. Quando acaba, abre as mãos mostrando que já não está mais com o coração.
6. Ao terminar, a pessoa pergunta a um dos participantes: quem está com Jesus no coração?
7. Se a pessoa acertar, vai passá-lo na vez seguinte.
8. Dessa forma os integrantes aprendem brincando que Jesus está em todas as pessoas e que é necessário enxergarmos sua presença no irmão, todas as pessoas podem partilhar amor.

#### **56- ROMANCE**

**Objetivos:** Oferecer um momento de descontração e, ao mesmo tempo, trabalhar a criatividade dos participantes.

**Material:** Lápis e papel para cada um e a lista de perguntas para o coordenador da dinâmica.

**Como Fazer:**

- a) Cada participante receberá um pedaço de papel e lápis.
- b) A todos se pedirá que escrevam, em ordem, o seguinte (é bom que se escreva o número de cada pergunta):
  1. um nome
  2. um lugar diferente
  3. uma ideia
  4. um espaço determinado
  5. um desejo
  6. um número
  7. sim ou não
  8. uma cor qualquer
  9. uma medida
  10. um hábito
  11. uma certa soma de dinheiro
  12. uma virtude
  13. uma canção
  14. nome de uma cidade
- c) Assim que todos tiverem terminado esta parte, o líder começará a fazer as seguintes perguntas a cada participante.
- d) À pergunta 1, vai equivaler o que estiver escrito na primeira linha da parte do exercício.
- e) Perguntas:
  1. qual é o nome do seu noivo(a)
  2. onde se encontraram pela primeira vez?
  3. que idade ele(a) tem?
  4. quanto tempo namoraram?
  5. quais são os seus propósitos?
  6. quantas declaração de amor você recebeu?
  7. é convencido(a)?
  8. qual a cor dos seus olhos?
  9. que número de sapato calça?
  10. qual é o seu pior defeito?
  11. quanto dinheiro tem para gastar com ele?
  12. qual é a sua maior virtude?



13. que canção você gostaria de escutar no seu casamento?
14. onde vocês vão passar a lua de mel?

**Observações:** Esta lista pode ser aumentada ou modificada, dependendo do tipo de participantes.

#### 55- COSTA COM COSTA

**Objetivo:** Desencadear no grupo o processo de descontração, facilitar o entrosamento e alongar o corpo, despertando-o e criando maior disposição para os trabalhos grupais.

**Como Fazer:**

1. Formar duplas.
2. Cada dupla deve ficar posicionada costa com costa, bem juntinha.
3. Pegar as mãos um do outro, por cima, de modo a ficarem bem esticados os braços.
4. Segurando as mãos, dobrar bem devagar para a frente, ficando com o corpo do parceiro sobre as costas.
5. Dobrar para a direita e para a esquerda, também.
6. Efetuar cada movimento ais de uma vez (pelo menos três).
7. Soltar as mãos, sem descolar os corpos.
8. Começar a virar, lentamente, sem descolar, de forma que os dois de cada dupla fiquem frente a frente, bem juntinhos.
9. Juntar as mãos, palma com palma.
10. Ir abrindo os braços, cm as mãos coladas, bem devagar, forçando para a frente (forças opostas), ficando em forma de cruz (braços abertos).
11. Deslizar as mãos e fechar os braços em torno do corpo do companheiro, abraçando-o.

**Conclusão:** Todo esse ritual... só para um abraço. Que bom! "Aproveite e abrace tantas pessoas quantas você queira e possa."

#### 54- PASSANDO AVISO

**Como Fazer:**

1. Escolhe-se cinco ou seis pessoas para saírem da sala, distante o suficiente para não ouvirem o que será tratado.
2. Aos que ficam é contado uma estória e passado um recado (vide exemplo abaixo).
3. Chama-se a primeira pessoa que estava lá fora.
4. Conta-se a ela o recado e pede-se que repasse à próxima pessoa que irá entrar na sala (não vale repetir o recado).
5. E assim por diante. Todos irão notar as distorções que ocorrem...

**Recado:** "Todos estão em uma escola. O Diretor da escola VAIKEMKÉ, avisa que hoje a noite, às 20:30h, todos deverão ir ao pátio da escola, de óculos escuros, para ver o Cometa Haley que irá passar. Caso chova, todos deverão ir ao auditório, pois será apresentado um filme em 3D sobre estrelas cadentes, todos deverão levar óculos especiais."

#### 53- DESCUBRA A SENHA

**Como Fazer:**

1. Dá-se um tema (exemplo: Pic-nic).
2. O líder pede aos participantes que citem palavras relacionadas ao tema, mas que ao mesmo tempo deverá obedecer aos critérios de uma senha conhecida apenas pelo líder.
3. O líder deverá limitar-se a dizer se a palavra tem ou não relação com o tema/senha, até que os participantes descubram qual a senha (por exemplo: palavras trissílabas).

#### 52- BÍBLIA EM MUTIRÃO

**Objetivos:** Manusear a bíblia e ter mais contato com os ensinamentos da palavra de Deus.

**Material:** Duas Bíblias.

**Como Fazer:**

1. Sente os catequizando no chão, formando um círculo. solicite a eles o nome de um personagem, bíblico ( João Batista, Pedro etc...).
2. Cante com os catequizando o refrão de uma música que fale sobre a bíblia.
3. Enquanto estiverem cantando, todos deverão passar a Bíblia de mão em mão.
4. Quando o refrão acabar, o catequizando que estiver com a Bíblia na mão deverá abri-la e encontrar uma citação que fale sobre o personagem escolhido.
5. Caso a pessoa não encontre, esta deverá sair do círculo e, com a ajuda do catequista, procurar o texto. só retornará á brincadeira quando encontrar a citação.
6. A brincadeira continua até que todos consigam encontrar os textos referentes aos personagens solicitados.

#### 51- CAÇA TESOURO

**Objetivo:** Ajudar as pessoas a memorizarem os nomes uma das outra, desinibir, facilitar a identificação entre pessoas parecidas.

**Para quantas pessoas:** Cerca de 20 pessoas. Se for um grupo maior, é necessário aumentar o número de questões propostas.

**Material necessário:** Uma folha com o questionário e um lápis ou caneta para cada um.

**Descrição para dinâmica:** O coordenador explica aos participantes que agora se inicia um momento em que todos terão a grande chance de se conhecerem. A partir da lista de descrições, cada um deve encontrar uma pessoa que se encaixe em cada item e pedir a ela que assine o nome na lacuna.

- 1- Alguém com a mesma cor de olhos que os seus: \_\_\_\_\_
- 2- Alguém que viva numa casa sem fumantes \_\_\_\_\_
- 3- Alguém que já tenha morado em outra cidade \_\_\_\_\_
- 4- Alguém cujo primeiro nome tenha mais de seis letras \_\_\_\_\_
- 5- Alguém que use óculos \_\_\_\_\_
- 6- Alguém que esteja com a camiseta da mesma cor que a sua \_\_\_\_\_
- 7- Alguém que goste de verde-abacate \_\_\_\_\_
- 8- Alguém que tenha a mesma idade que você \_\_\_\_\_
- 9- Alguém que esteja de meias azuis \_\_\_\_\_
- 10- Alguém que tenha um animal de estimação (Qual?) \_\_\_\_\_.

Obs: Pode-se aumentar a quantidade de questões ou reformular estas, depende do tipo ou do tamanho do grupo.

## 50- LOTERIA DE APRESENTAÇÃO

**Objetivo:** Favorecer o conhecimento entre os participantes de um grupo.

**Passos:**

- 1- O coordenador entrega uma ficha e um lápis a cada participante, pedindo que escrevam seu nome e a devolvam à ele.
- 2- Entrega a seguir, o cartão de loteria, como o modelo abaixo:

|  |  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|--|
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |

e pede aos presentes que anotem o nome de seus companheiros à medida que forem lidos pelo coordenador, de acordo com as fichas entregues pelo grupo. Cada qual escreve no espaço que desejar.

3- Quando todos estiverem com o seu cartão pronto, o coordenador explica como jogar: conforme forem sendo repetidos os nomes dos participantes, cada um vai assinalando o cartão, no lugar onde consta o nome citado, como em uma cartela de bingo. A primeira pessoa que completar uma fileira, ganhará dez pontos. O exercício poderá ser repetido várias vezes.

### Avaliação

- 1- Para que serviu a dinâmica?

## 49- EPITÁFIO

**Objetivo:** Apresentar os participantes de um grupo que vão trabalhar juntos.

**Passos:**

- 1- O coordenador distribui uma folha de sulfite para cada participante do grupo e explica que cada um deve escrever seu epitáfio (lápide de seu túmulo).
- 2- Os participantes preparam seu epitáfio. Todos devem fazê-lo.
- 3- Uma vez escrito, prendem o epitáfio junto ao peito e passeiam pela sala, a fim de que todos leiam o epitáfio de todos.
- 4- No passo seguinte, as pessoas se reúnem, aos pares, com aqueles cujo epitáfio tenha coincidências com o seu. Conversam durante seis minutos.
- 5- Feito isso, a critério do coordenador cada par poderá reunir-se a outro e conversar por 10 a 12 minutos.

### Avaliação

- 1- O que aprendemos com esta dinâmica?
- 2- Como nos sentimos após essa experiência?

## 47- APRESENTAÇÃO ATRAVÉS DE DESENHOS

**Destinatários:** Grupos de jovens ou de adultos. Pode-se trabalhar em equipes.

**Material:** Uma folha para desenho e um lápis colorido ou caneta hidrocor para cada participante.

**Desenvolvimento:**

1. Distribuídos os materiais da dinâmica, o animador explica o exercício: Cada qual terá que responder, através de desenhos, à seguinte pergunta: Quem sou eu?

Dispõem de 15 minutos para preparar a resposta.

2. Os participantes desenharam sua resposta

3. A apresentação dos desenhos é feita em plenário ou nas respectivas equipes. O grupo procura interpretar as respostas. Feita essa interpretação, os interessados, por sua vez, comentam a própria resposta.

4. Avaliação da Dinâmica:

- O que aprendemos com este exercício?

## 46- PRIMEIROS NOMES, PRIMEIRAS IMPRESSÕES

**Objetivos:**

- Conhecer os outros participantes do grupo.
- Descobrir o impacto inicial de alguém nos outros.
- Estudar fenômenos relacionados com primeiras impressões - sua precisão, seus efeitos, etc.

**Passos:**

- 1- O coordenador pede aos participantes sentados em círculo que se apresentem, dizendo seu nome e dois fatos marcantes de sua vida.
- 2- Coordenador pede que todos virem as costas (evitando que um veja os outros) e escrevam ao mesmo tempo, o primeiro nome de todos os participantes do grupo, à medida que deles se lembrem.
- 3- Voltando-se novamente para o grupo, procuram saber qual o nome, que ficou esquecido na lista. Podem pedir que as pessoas indiquem mais um fato a fim de melhor fazer a ligação com o nome.
- 4- O grupo discute os nomes, sentimentos ligados a eles, dificuldades que sentiram para lembrar de todos, suas reações em não ser lembrados, etc.
- 5- O coordenador distribui outra folha em branco, na qual devem fazer a lista dos nomes novamente, pedindo-lhes que acrescentem anotações em relação à primeira impressão que tiveram das pessoas, deixando a folha anônima.
- 6- As folhas anônimas serão recolhidas, e o coordenador irá lê-las em voz alta: Os membros poderão reagir sobre a precisão ou relatividade das impressões, sobre

o que sentiram, o que lhes surpreendeu, etc.

7- O grupo discutirá a precisão dos dados da primeira impressão, os efeitos da mesma e suas reações sobre a experiência.

Avaliação:

- Como estamos nos sentindo?

- Do que mais gostamos?

#### 45- PERSONAGENS

**Destinatários:** Grupos de jovens ou de adultos; caso haja muitos participantes, formam-se equipes.

**Material:** O animador deve preparar, previamente, um poster em que apareça uma figura humana sobre um ponto de interrogação. Um cartão para cada pessoa.

**Desenvolvimento:** - Distribuído o cartão aos participantes, o animador passa à motivação do exercício.

*“Raramente encontramos um ser humano que não admire alguém: um herói, um santo, um cientista... ou mesmo pessoas comuns, mas cuja a vida lhe causou impacto. Hoje iremos apresentar ao grupo alguns comentários acerca dessa pessoa a quem admiramos, seja ela viva ou morta, não importa sua nacionalidade, nem tampouco seu prestígio junto a sociedade.”*

- Convidam-se os presentes a anotarem no cartão o nome da personagem e as razões de sua admiração.

- Logo após, reúnem-se em equipe e cada qual indica sua personagem e os motivos de sua admiração, após o que, os demais podem fazer perguntas. É preciso evitar que as preferências das pessoas sejam questionadas.

4- Avaliação da experiência:

- Para que serviu o exercício?

#### 44- CARTÕES POSTAIS

**Objetivos:** Quebrar gelo e integrar os participantes do grupo.

**Passos:**

1- O coordenador fixa cartões postais numerados num lugar visível ao grupo.

2- Coordenador convida os presentes a observarem em silêncio os postais, escolhendo cada qual o que mais lhe agrada e também aquele de que menos gosta. Cada um escreve no caderno, o porquê da escolha.

3- O grupo observa e escolhe os postais, de acordo com a orientação do coordenador.

4- No plenário, cada pessoa comenta sua escolha; em primeiro lugar, indicam os postais que não lhes agradaram e, a seguir, aqueles de que mais gostaram.

**Avaliação:**

- O que descobrimos acerca dos demais, através desse exercício?

- Como nos sentimos?

#### 43- A FOTO PREFERIDA

**1- Objetivos:** - Começar a integração do grupo, partindo do conhecimento mútuo. - Romper o gelo desde o princípio, a fim de desfazer tensões.

**2- Destinatários:** Grupos de jovens ou de adultos; se os participantes forem numerosos, convém organizar-se em equipes.

**3- Material:** Oito fotografias tamanho poster, numeradas, apresentando cenas diversas, colocadas em lugar visível.

**3- Desenvolvimento:** - A motivação é feita pelo animador, com as seguintes palavras: “Em nossa comunicação diária, nós nos servimos de símbolos para expressar coisas, identificar pessoas, acontecimentos e instituições: neste momento, vamos fazer algo semelhante”.

- Convida os presentes a observarem as fotografias em silêncio e escolher aquela com que melhor se identificarem.

- A seguir, em equipe, cada qual indica a foto escolhida e faz seus comentários sobre ela. Os demais participantes podem interferir, fazendo perguntas.

**4- Avaliação:**

- Para que serviu o exercício? - Como nos sentimos durante a experiência?

#### 42- A PALAVRA CHAVE

**1- Destinatários:** Grupos de jovens ou de adultos. Pode-se trabalhar em equipes.

**2- Material:** Oito Cartões para cada equipe. Cada um deles contém uma palavra: Amizade, liberdade, diálogo, justiça, verdade, companheirismo, bravura, ideal, etc. Os cartões são colocados em um envelope.

**3- Desenvolvimento:**

- O animador organiza as equipes e entrega o material de trabalho.

- Explica a maneira de executar a dinâmica. As pessoas retiram um dos cartões (do envelope); cada qual fala sobre o significado que atribui à palavra.

- A seguir, a equipe escolhe uma das palavras e prepara uma frase alusiva.

- No plenário, começa-se pela apresentação de cada equipe, dizendo o nome dos integrantes e, em seguida, a frase alusiva à palavra escolhida.

**5- Avaliação:** - Para que serviu o exercício? - Como estamos nos sentindo?

#### 41- CONHECER PELAS FIGURAS

**1- Objetivo:** Conhecer pelas figuras e Quebrar gelo

**2- Passos:**

- Espalhar pela sala vários recortes de jornais, revistas, folhinhas, propagandas, etc (as figuras devem ser as mais variadas possível, com temas bem diferentes, para dar maiores possibilidades de escolha aos participantes).

- Os participantes passam diante das figuras, observando-as atentamente. Uma música de fundo para favorecer o clima.

- Dar tempo suficiente para conhecer todas as figuras, o coordenador dá um sinal e cada participante deverá apanhar a figura que mais lhe chamou a atenção.

- Formar pequenos grupos e cada participante vai dizer para seu grupo por que escolheu a figura.

- O grupo escolhe alguém para anotar a apresentação de cada um e expor em plenário.

- Faz-se um plenário onde o representante de cada grupo apresenta as anotações e a figura que representa o pensamento do grupo.

- O coordenador faz um comentário final, aproveitando tudo o que foi apresentado e chamando a atenção para aquelas figuras que estão mais relacionadas.

**3-Avaliação:** Como nos sentimos ?? Que proveito tiramos dessa dinâmica ??

#### 40- BARALHO

**1.Destinatários:** Grupos de Jovens

**2.Material:** 12 Cartas gigantes

**3.Desenvolvimento:**

- O animador convida a observar as cartas m silêncio e, logo após, explica o exercício:

Cada um deve selecionar aquelas cartas que apresentarem alguma característica sua, pessoal, e explicar ao grupo o porquê de sua escolha.

- Os participantes selecionam suas cartas.

- No plenário, cada qual passa a comentar sua escolha e as razões da preferência.

#### **4.Avaliação da experiência:**

- Que proveito tiramos do exercício?

### **39- MOISÉS NO DESERTO**

#### **1.Passos**

- O coordenador diz para o grupo, que ele representa Moisés no deserto.

- começa a andar no meio do grupo e diz para uns quatro ou cinco participantes: “siga-me”.

- A pessoa convidada acompanha o Moisés.

- Feita a escolha, dirige-se ao meio do grupo e diz: “apresento-lhes os camelos de Moisés.”

### **38- FAMÍLIAS DE PÁSSAROS**

#### **1-Passos:**

- Participantes são divididos em duas equipes: a) A família dos Joões-de-barro; b) a família dos pardais

Nos extremos opostos da sala, marcam-se dois ninhos: a) um dos Joões-de -barro; b) outro dos pardais.

Os Joões-de-barro caminham agachados e os pardais brincam saltitantes, num pé só. Uns e outros brincam juntos num mesmo espaço.

- Enquanto estiverem andando todos misturados, mas cada qual em seu estilo, será dado um sinal e as famílias terão de voltar a seus ninhos. Cada qual o fará agachado ou saltitando, conforme se trate de João-de-barro ou pardal. A família vencedora será aquela, que, por primeiro, reunir todos os seus companheiros no ninho.

### **37- CONFUSÃO DE SAPATOS**

#### **1- Passos:**

- Traçam-se 2 linhas paralelas a uma distância de 10m.

- Atrás de uma das linhas, a de partida, ficam alinhados os participantes

- atrás da outra linha, ficam os sapatos dos participantes, todos misturados, porém sem estarem amarrados ou abotoados.

- Ao sinal de partida, todos correm para a linha de chegada, e cada qual procura calçar o seu sapato. Este deve ser amarrado ou abotoado, conforme a necessidade. Em seguida, retorna-se à linha de partida.

- O primeiro que transpuser a linha de partida, devidamente calçado com o seu sapato, será o vencedor.

### **36- FESTIVAL DE MÁSCARAS**

#### **1- Destinatários:** Grupos de Jovens

#### **2- Material:** Um saco de papel bem grande e um número para cada pessoa (evite-se que o material seja plástico).

#### **3- Desenvolvimento:**

- O animador distribui um saco de papel para cada participante, pedindo que façam com ele uma máscara, deixando apenas dois buracos para olhar. O número deverá ser afixado na altura do peito. Uma vez prontas as máscaras, o animador apaga as luzes um momento, para que cada qual possa colocar a sua, assim como o número. Ao se reacenderem as luzes, cada um terá que adivinhar quem são os mascarados, anotando o nome e o número numa folha de papel. As pessoas não podem falar. O vencedor será aquele que obtiver a maior quantidade de acertos.

#### **4- Avaliação:**

- Para que serviu a dinâmica??

### **35- SALVAR DA BRUXA**

#### **1- Passos:**

- A bruxa traça vários círculos dentro de seus domínios, como no esquema abaixo (no chão). No domínio da bruxa só ela pode entrar. Os outros jogadores ficam dispersos.

Montar exemplo do Domínio \*\*\*\*\*

- A bruxa sai em perseguição dos jogadores. Cada um que ela apanhar, será colocado num dos círculos. Os companheiros poderão salvar os colegas prisioneiros sem, penetrar nos domínios da bruxa, mas estendendo a mão para os mais próximos, e este, por sua vez, para os dos outros círculos, sem saírem dos próprios círculos.

- Se a bruxa colocar mais de um prisioneiro num só círculo estes não poderão ser salvos.

- Os jogadores, que forem aprisionados mais de uma vez, serão auxiliares da bruxa.

- Será vencedor o jogador que não se deixar aprisionar.

### **34- ADIVINHANDO OBJETOS**

#### **1- Destinatários:** Grupos de Jovens

#### **2- Material:** Giz e quadro negro.

#### **3- Desenvolvimento:**

- O animador divide o grupo em duas equipes, com igual número de participantes. Cada qual recebe um giz.

- A uma distância de aproximadamente 15 metros, coloca-se o quadro-negro. O exercício consiste no seguinte: As equipes têm que adivinhar o objeto cujo nome o animador esconde; para consegui-lo, recebem três pistas. Tão logo descubram do que se trata, escrevem seu nome no quadro. Ganha a equipe que o fizer primeiro. O exercício pode ser repetido diversas vezes. O animador dá, por exemplo, as seguintes pistas: pode ser de cores diferentes, é sólido, usa-se para comer e tem quatro letras (mesa). As palavras propostas às equipes devem ser breves, exigindo a utilização de cada letra apenas uma vez. Exemplos: apito, sol disco, barco, livro, caderno, goma, lápis, pulseira, meia, trem, etc.

#### **4- Avaliação:** - Para que serviu a dinâmica??

### **33- VARRENDO BOLAS**

#### **1- Destinatários:** Grupos de Jovens ou adultos

#### **2- Material:** 15 bolas e uma vassoura para cada equipe (sendo as bolas de cores diferentes para cada equipe).

#### **3- Desenvolvimento:**

- O animador divide o grupo em duas equipes, com igual número de integrantes. Colocam-se em filas paralelas, na linha de partida; em frente a elas, espalha-se uma quantidade de bolas. O primeiro representante de cada fila recebe uma vassoura. Dado o sinal, saem varrendo as bolas até à meta e depois passam a

vassoura para a segunda pessoa, que deverá varrê-la da meta para a linha de partida, e assim sucessivamente. A equipe vencedora será aquela que primeiro terminar com a participação de todos os seus integrantes.

**4- Avaliação:** - Para que serviu a dinâmica ?

### 32- MISTER BALÃO

**1- Destinatários:** Grupos de jovens ou de adultos.

**2- Material:** 15 Balões por equipe.

**3- Desenvolvimento:**

- O animador divide o grupo em equipes. Cada uma delas escolhe um representante para o concurso de “Mister Balão”. A um sinal do animador, cada equipe procura “recheiar” seu candidato até que fique repleto de balões. Dispõem de três minutos para executá-lo. Ganha a equipe que conseguir “recheiar” seu representante com o maior número de balões. O exercício é repetido por diversas vezes.

**4- Avaliação:** - Para que serviu a dinâmica??

### 31- CORRIDA COM BOLAS

**1- Destinatários:** Grupos de jovens ou de adultos.

**2- Material:** uma bola para cada pessoa; uma bandeja e um saco para cada equipe.

**3- Desenvolvimento:**

- O animador divide o grupo em equipes, que se colocam em filas paralelas de partida. Os primeiros representantes de cada equipe recebem, no menor tempo possível, a bola sobre a bandeja até à meta. As bolas que chegam a seu destino são depositadas no saco. Logo a seguir, a segunda pessoa repete o mesmo procedimento, e assim sucessivamente, até que todos os integrantes tenham participado. Vence a equipe que terminar primeiro o transporte de suas bolas.

**4- Avaliação:** - Para que serviu a dinâmica??

### 30- INFLANDO BALÕES

**1- Destinatários:** Grupos de jovens.

**2- Material:** 15 balões para cada equipe e barbante ou linha para amarrar a boca dos balões.

**3- Desenvolvimento:**

- O animador divide o grupo em equipes. Cada qual recebe uma quantidade de balões, sem ar. A um sinal do animador, e no espaço de dois minutos, as equipes procuram inflar todos os seus balões. Ganha a equipe que conseguir a maior quantidade.

**4- Avaliação:** - Para que serviu a dinâmica??

### 29- MEU VIZINHO

**Formação:** todos em círculo

**Desenvolvimento:** O animador começa o jogo dizendo: “O meu vizinho é ...” ( aqui diz uma qualidade ). Conforme a letra que inicia a palavra dita, todos os outros jogadores devem dizer palavras que se iniciem com a mesma letra. Por ex., se o animador disser: “Meu vizinho é corajoso”, todos os demais jogadores dirão palavras com a letra “C”. Não podem repetir palavras. Terminada a primeira rodada, o animador escolhe outra letra e assim por diante prossegue o jogo.

### 28- JOGO COMUNITÁRIO

**Objetivo:** Descontrair e ao mesmo tempo ajudar a memorizar o nome dos outros participantes.

**Material:** uma flor.

**Desenvolvimento:** Os participantes sentam-se em círculo e o animador tem uma flor na mão. Diz para a pessoa que está à sua esquerda : senhor... ( diz o nome da pessoa), receba esta flor que o senhor...(diz o nome da pessoa da direita) lhe enviou... E entrega a flor. A pessoa seguinte deve fazer a mesma coisa. Quem trocar ou esquecer algum nome, passará a ser chamado pelo nome de um bicho. Por exemplo, gato. Quando tiverem que se referir a ele, os seus vizinhos, em vez de dizerem seu nome, devem chamá-lo pelo nome do bicho. O animador deve ficar atento e não deixar os participantes entediados. Quanto mais rápido se faz a entrega da flor, mais engraçado fica o jogo.

### 27- PIQUE COMUNIDADE

**Objetivo:** Na catequese podemos utilizar essa brincadeira para trabalhar o Mês Vocacional, o mês Missionário, a pessoa do sacerdote, do catequista e também dos leigos que trabalham pela evangelização e que por meio de seus serviços buscam acolher às pessoas para a comunidade. Pode-se mostrar a importância da Corrente (símbolo de união) entre os participantes, já que a mesma facilita a evangelização de outra pessoa. Lembrar os textos bíblicos: "Onde dois ou mais estiverem reunidos em meu nome..." (Mt 18, 20) "Ide por todo o mundo e pregai o evangelho..." (Mc 16, 15)

**Como brincar:** Essa brincadeira é conhecida pelas crianças como pega-pega ou pegador. O pique-comunidade começa com uma criança (o pegador) correndo para pegar as demais. O participante que é tocado transforma-se também em pegador. De mãos dadas, eles passam a correr juntos para pegar os outros. Cada nova criança é agregada à corrente que vai crescendo. A brincadeira só termina quando a comunidade estiver formada e todos os participantes estiverem de mãos dadas. Nesse momento poderá ser feita uma oração pela união de todos. Não existe limite de participantes.

### 26- FAZENDO FEIRA

**Objetivo:** Essa brincadeira visa integração, ao contar uma história, a criança se desinibe diante do grupo, além de desenvolver criatividade, coordenação motora e rapidez de raciocínio.

**Material:** Com antecedência, o catequista deve preparar crachás coloridos com cores de frutas (amarela, laranja, roxa, vermelha, verde etc.), escrever o nome dos catequizando e entregar no início do encontro.

**Como brincar:** Os catequizandos devem estar sentados em círculo. O catequista em pé, no meio da roda, explica a brincadeira: a história que vou contar é sobre uma feira. Mas atenção! Quando eu disser o nome da fruta, aquele que estiver com o crachá da cor dessa fruta deve levantar-se, rodopiar em volta de sua cadeira e voltar a sentar. Quando eu disser a palavra SACOLA, todos fazem a feira e mudam de cadeira. O catequista senta-se numa das cadeiras, para que um dos catequizandos fique sobrando e tenha que continuar a história.

### 25- LOCOMOTIVA

**Objetivo:** De forma divertida, podemos memorizar os cinco Mandamentos da Igreja. Cada vagão da locomotiva representará um mandamento, e a locomotiva será o cristão. A locomotiva só poderá partir assim que todos os vagões estiverem ligados a ela. O catequizando só será capaz de percorrer os trilhos da evangelização se transportar com a sua vida os cinco Mandamentos, ou seja, as cinco dicas que o tornarão um verdadeiro cristão.

**Como brincar:** Trace duas linhas paralelas à distância de 10m, uma partida outra para chegada. Divida seu grupo de catequizandos e forme duas fileiras distantes uma da outra. Um dos jogadores de cada equipe ficará atrás da linha de chegada, ele será a locomotiva. Os demais jogadores representarão os vagões e ficarão em posição.

## 24- AMARELINHA

**Objetivo:** Assimilar os Dez Mandamentos da lei de Deus. Conscientizar o catequizando de que seguir os Dez Mandamentos o aproximará ainda mais de Deus.

**Material:** Giz de lousa para riscar a amarelinha no chão. Tampinha de garrafa ou um objeto com que se possa marcar a casa da amarelinha.

**Como Brincar:** Chame sua turma para brincar. Com um giz, risque no chão os desenhos da amarelinha. tire a sorte para ver quem começa. De fora da amarelinha, jogue uma tampinha, que deverá cair na casa de número 1. Antes de pular diga o Primeiro Mandamento e depois, com um pé, comece a pular, seguindo a ordem dos números. Não pise a casa onde está a tampinha. Só coloque os dois pés no chão quando houver uma casa ao lado da outra. Vá pulando até chegar ao número 2, abaixe-se, mantendo-se num pé só, pegue a tampinha e pule por cima da casa de número 1. Faça o mesmo com as outras casas. OBS: a brincadeira da amarelinha poderá ser usada para trabalhar os sacramentos também, nesse caso deve-se riscar o desenho com apenas sete casas.

## 23- FORMAÇÃO DE GRUPOS

**Objetivo:** Esta dinâmica visa a formar grupos, envolvendo e movimentando os participantes.

**Material:** Prever crachás, ou pequenos papéis com certos nomes, bichos...

**Primeiro passo:** Encaminhar

1- Num lado do crachá colocar o nome do participante e no verso colocar o nome de um bicho, de uma máquina, ou barulho, tais como:

### Sugestões:

|                    |             |              |                       |
|--------------------|-------------|--------------|-----------------------|
| 1- Buzina          | 2- Volante  | 3- Motor     | 4- Alarme             |
| 5- Rezando         | 6- Cantando | 7- Comendo   | 8- Escrever a máquina |
| 9- Varrendo        | 10- Gato    | 11- Cachorro | 12- Cavalo            |
| 13- Porco          | 14- Galinha | 15- Galo     | 16- Boi               |
| 17- Tocando violão | 18- Sapo    |              |                       |

2- Estas realidades são colocadas tantas vezes quantas pessoas se quiser em cada grupo.

Segundo passo: Formação dos grupos

3- O assessor motiva a dinâmica e convida todos a imitar o seu bicho ou a fazer o barulho ou movimentos correspondentes à realidade.

Terceiro passo: Encaminhar o trabalho em grupo

4- Formados os grupos,

5- Encaminham-se os trabalhos nos grupos.

“Sinto-me com o direito a um nome próprio que, ao ser pronunciado uma só vez por Deus, se torna imortal e eterno.”

## 22- CAÇA AO TESOURO

**Objetivo:** Esta dinâmica ajuda a memorizar os nomes dos participantes. Cria um clima mais aconchegante. Desinibe. Facilita a identificação entre pessoas parecidas... De acordo com o número de participantes, pode-se aumentar as questões.

**Material:** Prever uma folha com questionário e uma caneta para cada participante.

**Primeiro passo:** Encaminhamento e procura do outro

1- Os participantes vão se movimentando pela sala.

2- A partir da lista, cada um procura alguém que se encaixe em cada item.

3- Este, por sua vez, deve assinar ou rubricar o nome na lacuna ( após a questão).

4- Propiciar um bom tempo onde cada um vai ao encontro dos outros.

**Segundo passo:** Partilhar

5- Favorecer um tempo de partilha:

- para reações diante da dinâmica;

- o que chamou atenção e foi marcante;

- surpresas, dificuldades, descobertas...

6- Pode-se fazer um momento de oração em forma de agradecimentos, pedidos, preces.

### A seguir algumas sugestões para movimentar o grupo.

1- Alguém com a mesma cor de olhos que os seus.

3- Alguém que já tenha morado em outra cidade.

5- Alguém que use óculos ou lentes de contato

7- Que goste de comer frutas.

9- Que tenha um animal de estimação.

11- Que já trabalhou na roça.

13- Que já teve mais do que três namorados(as).

15- Que esteve na missa no último final de semana.

17- Que tem 2 ou mais avós vivos.

19- Alguém que esteja lendo um bom livro.

21- Alguém que ganhe menos de dois salários.

23- Que nunca foi reprovado no colégio.

25- Que costuma rezar todos os dias

27- Que torce para um time de outro estado.

29- Alguém que está um pouco ou muito apaixonado.

31- Que já viajou para fora do estado onde nasceu.

33- Que não gosta de cerveja.

35- Alguém que tenha medo de rato, morcego, barata...

37- Alguém que está seriamente preocupado com a pobreza no Brasil.

2- Alguém que viva numa casa sem fumantes.

4- Alguém cujo nome tenha mais de seis letras.

6- Com uma camiseta da mesma cor que a sua.

8- Que tenha a mesma idade que a sua.

10- Que use um tênis ou sapato parecido com o seu.

12- Que já sofreu um acidente: carro, moto, bicicleta ou casa.

14- Que está estudando.

16- Alguém que participe de algum grupo ( jovens, liturgia)

18- Alguém que tenha mais de 3 irmãos.

20- Que goste de jogar futebol ou vôlei.

22- Alguém que tenha menos de 17 anos.

24- Alguém que fazia muita arte (escola, em casa, na rua...).

26- Alguém que não goste de comer churrasco.

28- Que está com problemas no emprego.

30- Que goste de participar de encontros de formação.

32- Que goste de passear

34- Alguém que já tentou vestibular.

36- Alguém que nunca namorou seriamente.

38- Que veio com medo para este encontro.

(Cf. “Dinâmicas em Fichas”, organizado pelo pé. Onivaldo Dyna, do Centro de Capacitação da Juventude, SP.) A dinâmica foi ampliada em suas questões e na sua conclusão.

“Ter muitos amigos é importante, mas mais importante é ser amigo de muitos.”

## 21- DINÂMICA DA GEOGRAFIA

**Objetivo:** Apresentação por grupo, paróquias, comunidades, bairros ou cidades.

**Material :** Não necessita

**Desenvolvimento:**

O animador pede para as pessoas se agruparem por um parâmetro geográfico (ex. grupo, paróquia, cidade, etc. ), propõe agora que cada grupo crie uma música (usando músicas conhecidas ou não) falando de seu ambiente (grupo, cidade, etc., de acordo com a divisão). Passado alguns minutos para criação e ensaio da música, reúne - se o grupo organizando agora pela localização geográfica, a partir do animador que representará a localidade onde estão. Depois de todos estarem situados cada grupo cantará sua música e dirá o seu grupo ou cidade.

**Comentários:** Esta dinâmica poderá ser seguida da dinâmica do pião, por exemplo, para uma apresentação individual.

## 20- PIÃO

**Objetivo:** Momento de apresentação de forma descontraída

**Material:** Não necessita

**Desenvolvimento:** Reunir os participantes em círculo e iniciar a brincadeira cantando e batendo palmas a música: O “nome da pessoa” não é capaz de botar o pião no chão (repetir) (enquanto canta este pedaço da música a pessoa vai ao centro do círculo), iá vai, ía vai, ía vai, oh..., ía vai o pião no chão (a pessoa com a mão na cintura rebola agachando até o chão) (repetir). Recomeçar a música, agora com outra pessoa.

**Comentários:** Esta dinâmica oferece um bom momento de descontração. Pode ser utilizada para apresentação individual ou de subgrupos.

## 19- BINGO HUMANO

**Objetivo:** Motivar e dinamizar a apresentação em um grupo grande.

**Materiais:**

- crachás (que podem ser de acordo com a “dinâmica dos crachás”)
- alfinetes
- folhas do bingo (conforme modelo abaixo), sendo um para cada participante
- canetas – uma para cada participante
- saquinho (para colocar os crachás no momento do sorteio)
- Prêmio (para o vencedor do bingo)

**Desenvolvimento:** Conforme vão chegando os participantes, faz-se os respectivos crachás, mas não os entrega, guarda-os em um saquinho.

Depois de todos já estarem reunidos para o início o apresentador distribui para cada um uma folha de bingo e uma caneta e dá um tempo, por exemplo, três minutos para que todos saiam perguntando o nome de quem encontrar (se existirem nomes iguais colocar o sobrenome ou algo que identifique exemplo: grupo, cidade, etc.) e marcando nos quadrados da folha. Quando o tempo estiver encerrado, o apresentador pega os crachás e começa o Bingo sorteando os crachás, e quem tiver o nome sorteado marca na cartela, o primeiro a encher a cartela ganha o prêmio.

Obs. : Conforme vão sendo sorteados os crachás o apresentador vai entregando-o ao participante para não tumultuar ao final.

|  |  |           |  |  |
|--|--|-----------|--|--|
|  |  |           |  |  |
|  |  |           |  |  |
|  |  | JUVENTUDE |  |  |
|  |  |           |  |  |
|  |  |           |  |  |

## 18- MEXE MEXE

**Objetivo:** Lazer e descontração

**Material:** Não necessário

**Desenvolvimento:** Reúne-se os participantes em círculo com o animador ao centro, explicando a música e a brincadeira. O animador começa andando ou correndo pelo círculo cantando acompanhado por todos: Da abóbora faz melão, do melão faz melancia (repetir), faz doce Sinhá, faz doce Sinhá, faz doce Sinhá Maria (enquanto canta esta parte as meninas vão para a frente dos rapazes que fazem os gestos estendendo o braço em forma de panela, e as meninas o gesto de misturar o doce. Terminado esta parte todos voltam ao seu lugar.), Quem quiser aprender tocar vai na casa do “nome da pessoa”, quem quiser aprender dançar vai na casa do “nome da pessoa” ( o animador vai dançando e para na frente da pessoa cujo o nome ele disse) ele pula, ele roda, ele faz requebradinha. (repetir) (o animador juntamente com todos fazem os gestos cantados). (agora o animador troca de lugar com a pessoa cujo nome foi dito recomeçando a brincadeira).

## 17- FALAR ATÉ QUEIMAR

**Objetivo:** Forma de apresentação rápida (todos têm o mesmo tempo).

**Materiais:** Uma caixa de fósforo com fósforos

**Desenvolvimento:** Dispostos em círculo um participante recebe a caixa de fósforo e é convidado a riscar um palito enquanto o palito permanecer aceso deve falar de si apresentando-se (não pode ficar sem falar enquanto o palito estiver aceso e não pode falar mais quando o palito apagar). Quando o palito apagar passa a caixa ao próximo, recomeçando; até que todos tenham se apresentado.

## 16- BRINCADEIRA DE RODA

**Objetivo:** Fazer a divisão em subgrupos de forma criativa.

**Materiais:** - nenhum

**Desenvolvimento:** Convida-se alguns participantes para fazerem uma brincadeira de roda(o número de participantes será de acordo com o número de subgrupos que se quer formar). Canta-se uma cantiga de roda e os participantes convidados fazem a brincadeira. Terminada a música o animador pede que cada um chame mais duas pessoas e formem novas rodas. Canta-se outra cantiga de roda repete-se a brincadeira. Terminada a música, o animador convida novamente os participantes para convidarem outras pessoas para participarem da brincadeira, cantando-se outra cantiga. E assim a brincadeira prossegue até que todos estiverem nas rodas. Neste momento estarão formados os subgrupos para os trabalhos.

## 15- EU SOU O OUTRO

**Objeto:** Motivar e dinamizar a apresentação em um grupo.

**Materiais:** Não necessita.

**Desenvolvimento:** Dividir o grupo em duplas (preferencialmente em duplas que não se conheçam) e pedir que conversem a respeito de si, seus gostos, seus desejos, suas esperanças, sua família, sua casa, seu trabalho, etc. **Depois de alguns minutos reúne-se todos e cada um vai se apresentar, mas dizendo as coisas do outro (exemplo: você se chama Paulo e gosta de arroz...etc).**

## 14- O BAILE DA MAMADEIRA

**Objetivo:** Lazer e descontração

**Material:** 3 cadeiras; 1 mamadeira; música (fita ou ao vivo)

**Desenvolvimento:** O animador (com a mamadeira na mão) senta-se numa das cadeiras deixando as outras vazias uma de cada lado. Supondo que o animador seja homem, então duas mulheres sentam-se ao seu lado, ele escolhe uma delas e sai dançando com a mesma ao som da música enquanto deixa a mamadeira com a outra. Então toma a cadeira do meio e aguarda que outros depois homens sentem-se ao seu lado, procedendo da mesma maneira. A brincadeira prossegue até que se descubra quem sobra com a mamadeira.

## 13- BICHO DE NOÉ

**Objetivo:** Lazer e descontração.

**Materiais:** 1 cadeira; 1 cobertor; 1 espelho

**Desenvolvimento:** O animador pede que dois voluntários se retirem da sala enquanto a brincadeira é explicada para o grupo. Coloca-se uma outra pessoa na cadeira, coberta com o cobertor, e com o espelho na mão colocada um pouco acima dos pés, escondido debaixo do cobertor. A pessoa sentada na cadeira chama-se Noé. Um a um entram os dois voluntários. O primeiro a se apresentar deverá ajoelhar-se diante de Noé e implorar-lhe em atos brados que lhe mostre um animal feio e asqueroso. Depois de implorar-lhe três vezes, o animador abaixa a cabeça deste voluntário que se encontra ajoelhado diante de Noé e levanta um pouco o cobertor até a altura do espelho. Olhando no espelho, Noé atendeu a prece.

## 12- O ACIDENTADO

**Objetivo:** Descontração

**Materiais:** Uma batata cozida, um tomate, ou qualquer objeto mole; Uma venda para os olhos; Uma cadeira.

**Desenvolvimento:** Pede-se para duas ou três pessoas deixarem a sala. Escolher uma pessoa do grupo para ser o acidentado, após a escolha venda-se os olhos de uma das pessoas que saíram da sala e a traz para dentro da sala contando a ela que “nome da pessoa escolhida para ser o acidentado” sofreu um acidente grave e colocando a mão dele no pé de uma cadeira, diz: olha a perna “dele” (acidentado) Como esta fina, esta no osso. Em seguida põe a mão dele nas costas do acidentado, dizendo: Olha como está em carne viva (o acidentado deve estar sentado em cadeira segurando o objeto ou uma batata) neste momento o acidentado grita “ai ai”, aproximando a mão da cabeça o acidentado, diz: Olha os miolos, estão saindo e pede para que a pessoa de olhos vendados ajude a colocar o olho do acidentado para dentro, pois esta caindo, pede para esticar o dedo e dizendo: “devagar, devagar, para não machucar” segure o dedo indicador dele e enfia-o na batata ou outro objeto. A reação da pessoa será um grande susto.

## 11- PARCEIRA INFIEL

**Objetivo:** Descontração

**Materiais:** 1 cadeira para cada dois participantes

**Desenvolvimento:** Faz-se um círculo de cadeiras sentando-se as meninas nas cadeiras, deixando uma cadeira vaga. Os meninos ficam em pé atrás das meninas inclusive na cadeira vaga (um menino atrás de cada cadeira, caso seja desigual o número de participantes meninos e meninas o grupo que for maior sêde elementos ao outro). A finalidade da brincadeira é o menino que está sem par conseguir roubar uma parceira deixando outro sem. Quando a brincadeira começa os meninos ficam com as mãos sobre os ombros das meninas, mas sem encostar (uns 20 cm acima) e o menino que está sem par vai piscar para uma das meninas, a menina tem que se levantar sem que o seu parceiro a segure (se conseguir vai ser parceira do outro e o seu antigo parceiro é que vai tentar arranjar outra parceira) se não conseguir sair então o menino que está sem parceira tenta novamente, com outra menina.

**Comentários:** O animador deve observar para que os meninos não usem de força evitando assim que machuquem as meninas. Deve observar também o momento de encerrar evitando que ela se torne cansativa.

## 10- MUDANÇA DE GESTO

**Objetivo:** Lazer e descontração

**Materiais:** 1 batom

**Desenvolvimento:** Pede-se que um voluntário saia da sala. Na sua ausência prepara-se um círculo de cadeiras onde todos se sentam deixando uma cadeira vaga para o voluntário. A pessoa que ficará com o batom, deve se sentar ao lado onde se sentará o voluntário. Quando todos estiverem sentados, chama-se o voluntário e deve-se desafiá-lo a descobrir quem está comandando a mudança de gesto da brincadeira. Estes gestos podem ser passar a mão no rosto, na testa, no queixo, no pescoço, etc. A brincadeira começa então com os participantes fazendo os gestos. Depois de ocorrida alguma mudança, pergunta-se ao voluntário se ele sabe quem está comandando a mudança. Certamente não descobrirá pois em cada mudança de gesto ocorrida, a pessoa que estiver com o batom, sentado ao lado do voluntário, deverá marcá-lo com o batom sem que ele perceba. A brincadeira termina quando o voluntário percebe que está com o rosto marcado de batom.

## 09- CARGA ELÉTRICA

**Objetivo:** Lazer e descontração

**Materiais:** Nenhum

**Desenvolvimento:** O animador pede que alguns voluntários se retirem da sala. Enquanto isso, combina com o grupo quem será o eletrizado, que deverá ser descoberto colocando a mão sobre a cabeça. Em seguida chama-se o primeiro voluntário. O animador solicita, então, que o mesmo descubra o eletrizado colocando as mãos sobre a cabeça dos participantes. Ao encostar as mãos na cabeça do escolhido, todo grupo dá um grito.

A brincadeira prossegue com os outros voluntários, podendo-se trocar a pessoa eletrizada.

## 08- BRIGA DE GALO

**Objetivo:** Lazer e descontração

**Materiais:** Fita crepe; 1 tira de papel escrita a palavra “briga”; 1 tira de papel escrita a expressão “de Galo”

**Desenvolvimento:** O animador pede que dois voluntários se retirem da sala enquanto explica a brincadeira ao grupo. Chama-se logo após os voluntários e coloca-se nas costas de cada um uma tira de papel sem que saibam o que está escrito nas costas um do outro.

Os voluntários deverão esforçar-se para descobrir o que está escrito nas costas do companheiro, sem deixar que eles vejam que está escrito nas suas costas, e



sem utilizar as mãos que deverão estar cruzadas para trás.

**Comentários:** Observa-se que os efeitos da brincadeira são semelhantes a uma briga de galo. Deve-se deixar a brincadeira transcorrer por algum tempo, caso ninguém consiga ler as tiras de papel, para-se a brincadeira e revela-se os escritos das tiras.

## 07- PERGUNTAS INDISCRETAS

**Objetivo:** Descontração

**Materiais:** folha de sulfite; canetas

**Desenvolvimento:** O animador deverá distribuir a cada participante meia folha de sulfite, de um lado “perguntas” do outro “respostas”. No lado das perguntas, cada participante deverá completar a frase: O que você faria se ... obviamente uma pergunta. Depois que todos escreverem o animador recolherá as folhas, e irá embaralha-las e distribui-las de forma que cada participante receba uma folha, mas que não seja a dele para que ele possa responder a pergunta certamente, no lado das respostas. Depois que todos terminarem de responder o animador recolherá as folhas novamente, e irá embaralha-las novamente e distribuí-las para iniciar a leitura das perguntas e respostas, só que, de uma forma diferente: um dos participantes começará lendo sua pergunta enquanto sua resposta será lida pelo participante que está a sua esquerda. Esse por sua vez, irá ler sua pergunta e o participante da sua esquerda, sua resposta, e assim sucessivamente até que todos leiam suas perguntas e respostas.]

## 07- A VIAGEM DO VOVÔ

**Objetivo:** Descontração

**Material:** Não necessita

**Desenvolvimento:** O animador orienta para que todos cantem e participem: O vovô foi para a Bahia visitar a minha vó e lá ele aprendeu a dançar o ché-p-chép. (enquanto canta o animador vai para frente de um dos participantes e faz o gesto cantando) ché-p-chép-chép (recomeça a cantar: “o vovô foi...” e vai para frente de outra pessoa sendo que a pessoa que estava na frente vai agora atrás dele fazendo o trenzinho) ché-p-chép-chép (faz um novo gesto) ché-p-chép-chép (faz o gesto anterior) (até que todos façam parte do trenzinho ).

## 06- DEBAIXO DA SAIA DE D. MARIA

**Objetivo:** Descontração

**Material:** Não necessita

**Desenvolvimento:** O animador não diz o nome da brincadeira, reúne o pessoal em círculo e pede para cada um cantar um pedaço de uma música, gesticulando (pode ser um comercial de televisão ou música qualquer).

Depois de todos terem cantado um pedaço da música, o animador diz o nome da brincadeira e pede para que se repita a música cantada, mas ao final da música a pessoa no ritmo dirá: debaixo da saia de D. Maria.

## 05- FAIXA DE HOMENAGEM

**Objetivo:** Criar um momento de descontração ao final de um encontro ou reunião.

**Materiais:** Papel higiênico; Canetinhas; Grampeador

**Desenvolvimento:** Um pequeno grupo se reúne depois de observar os participantes, confecciona faixas (como as de miss ou presidente) de acordo com a característica de cada um, exemplos: “bonito”, “simpático”, “amigo”, “quieto”, “bagunceiro”, “introvertido”, “magro”, etc. Ao final do encontro ou reunião, reúne-se todos e realiza a entrega de faixas (não esquecer de criar um clima de premiação, fazendo por exemplo, que a pessoa ao receber a faixa, suba em uma cadeira).

**Comentários:** Se for um encontro o trabalho de observação para identificar as características podem ser realizadas durante todo encontro.

## 04- ORAÇÃO ÁRABE

**Objetivo:** Descontração

**Materiais:** Espaço para que façam um círculo ajoelhados no chão.

**Desenvolvimento:** Fazer uma introdução aproveitando a situação do momento, dizendo que os árabes viajam longas distâncias para irem ao templo orar e que hoje um jovem quando ia ao templo, no meio do caminho o seu camelo morreu e então ele nos pediu para que oremos juntos com ele para que ele mande um camelo para que ele possa chegar ao templo. Terminado a introdução convida a todos para fazerem um círculo, se ajoelhar e sentar no calcanhar, pedindo para que tenham fé explica como deve ser feita a oração árabe: sentados nos calcanhares bater todos juntos as mãos nas cochas e dizer “Aram-sam-sam” repetir o “Aram-sam-sam”, continuando de joelhos, levanta-se o corpo e batendo nas nádegas dizer “guli-guli-guli”, voltar na posição anterior (sentados nos calcanhares e repetir só uma vez batendo com as mãos nas cochas “Aram-sam-sam”, agora de joelhos curvar o corpo a frente colocando as mãos no chão e dizer: “Alá” voltar à posição anterior sentados nos calcanhares e repetir o gesto de curvar o corpo e dizer “Alá”, agora levantando os braços ao alto, dizendo “Alá me mande um camelo”. O apresentador pergunta agora se veio o camelo (todos responderão que não) então conclui que o pedido está fraco e que ala não está ouvindo então pede para que se repita a oração, mas agora mais forte. (recomeçar a brincadeira). O apresentador pergunta novamente se o camelo veio.....pede que se tenha mais fé e se ore com mais força (recomeçar a brincadeira). O apresentador agora dizendo que ala nunca decepçiona seus seguidores diz que ala não mandou um camelo, mas mandou um monte de burros e aponta para todos da roda.

**Comentários:** Esta brincadeira pode ser utilizada para uma simples descontração, ou ainda se adaptada, poderá se transformar em uma dinâmica para análise da manipulação religiosa.

## 03- BONECO DE LATA

**Objetivo:** Descontração, trabalho com o corpo.

**Materiais:** Não necessita.

**Desenvolvimento:** A brincadeira consiste em cantar a musica e gesticular de acordo com ela. O animador vai a frente e puxa a brincadeira: meu boneco de lata caiu com “parte do corpo” no chão (todos levam ao chão a parte do corpo cantada), levou mais de “uma hora”(todos mostram com os dedos a quantidade de horas, a cada parte do corpo aumenta-se uma hora), para fazer arrumação (ir mexendo como se estivesse desamassando as partes do corpo e dizer) “desamassa aqui”, “desamassa aqui”(desde a primeira parte até a última ir fazendo uma sequencia) pra ficar bom (repete-se a música aumentando uma parte do corpo).

**Comentários:** É importante a criatividade do animador. É importante também observar o momento para terminar, não permitindo assim, que se torne cansativo.

## **02- NOITE DE NÚPCIAS**

**Objetivo:** Descontração

**Material:** Não necessita

**Desenvolvimento:** Formar um círculo de pessoas e pedir que três voluntários retirem-se da sala. Após a ausência dos três, o animador orienta o restante do grupo, para que todos fiquem quietos e calados no momento em que um dos voluntários entrarem, esperando o voluntário dizer algo que, representará a primeira palavra que dirá na noite de núpcias o grupo por sua vez, começa a dar gargalhadas, deixando o indivíduo surpreso e sem entender o motivo da mesma. Após cada voluntário, explica-se a ele o motivo das risadas, pois a palavra que ele disse seria a primeira palavra de sua noite de núpcias.

## **01- TIRO AO ALVO**

**Objetivo:** Lazer e descontração

**Materiais:** 1 desenho de um alvo; 1 pequeno copo (café) com pó de café usado ou massa de farinha; 1 venda para os olhos

**Desenvolvimento:** O animador pede que dois voluntários se retirem da sala. Na ausência dos mesmos coloca-se o alvo em uma parede. A seguir chama-se um de cada vez os voluntários e pede-se a eles que observem bem o ponto central do alvo que deverá depois acertar com os olhos vendados. O voluntário deve ficar a uma certa distância do alvo, seus olhos são então, vendados e ele terá que percorrer a distância de braço estendido e apontando com o indicador o alvo. Enquanto isto, alguém do grupo com o copo se colocará em frente do desenho, à altura do alvo, de sorte que o jogador coloque o dedo dentro.

## *Dinâmicas para Jovens* <sup>9</sup>

### 1. Eu sou alguém

**Finalidade:** Perceber os valores pessoais; perceber-se como ser único e diferente dos demais.

**Material:** Folhas de papel e lápis.

**Descrição:**

- 1 - Em círculo, sentados.
- 2 - Distribuir uma folha para cada um, pedindo que liste no mínimo dez características próprias. Dar tempo.
- 3 - Solicitar que virem a folha, dividam-na ao meio e classifiquem as características listadas, colocando de um lado as que facilitam sua vida e do outro as que dificultam. Dar tempo.
- 4 - Em subgrupos, partilhar as próprias conclusões.
- 5 - Em plenário: - Qual o lado que pesou mais? - O que descobriu sobre você mesmo, realizando a atividade?

**Comentários:**

- 1 - A consciência de si mesmo constitui-se no ponto inicial para cada um se conscientizar do que lhe é próprio e das suas características. Com este trabalho é possível ajudar aos participantes a se perceberem, permitindo-lhes a reflexão e a expressão dos sentimentos referentes a si próprios.
- 2 - Deve ser utilizada em grupos menores, cerca de vinte participantes.

### 2. Júri simulado

**Objetivos:** Debater o tema, levando os participantes a tomar um posicionamento; exercitar a expressão e o raciocínio; amadurecer o senso crítico.

**Participantes:**

**Juiz:** dirige e coordena as intervenções e o andamento do júri.

**Jurados:** ouvirão todo o processo e no final das exposições, declaram o vencedor, estabelecendo a pena ou indenização a se cumprir.

**Advogados de defesa:** defendem o “réu” (ou assunto) e respondem às acusações feitas pelos promotores.

**Promotores (advogados de acusação):** devem acusar o “réu” (ou assunto), a fim de condená-lo.

**Testemunhas:** falam a favor ou contra o acusado, pondo em evidência as contradições e argumentando junto com os promotores ou advogados de defesa.

**Passos metodológicos:**

1. Divide-se os participantes, ficando em números iguais os dois grupos - todos os participantes (exceto o juiz e os jurados) podem ser testemunhas.
2. Os promotores devem acusar o Neoliberalismo, a partir da realidade concreta da comunidade/bairro - município. Definir o Neoliberalismo como causa do desemprego, da fome, da violência e da miséria em que vive a maioria da população.
3. Os advogados defendem o Neoliberalismo. Defini-lo como sistema que respeita a liberdade individual, que promove a livre iniciativa e que desperta a criatividade e o espírito de competição em favor do bem de todos.
4. As testemunhas devem colaborar nas discussões, havendo um revezamento entre a acusação e a defesa, sendo que os advogados podem interrogar a testemunha “adversária”.
5. Terminado o tempo das discussões e argumentações dos dois lados, os jurados devem decidir sobre a sentença. Cada jurado deve argumentar, justificando sua decisão.
6. Avaliação e comentários de todos sobre o assunto discutido.

**\*Obs.:** é importante fixar bem o tema, bem como os fatos que serão matéria do julgamento. Para isso poderá haver uma combinação anterior com todas as partes, preparando com antecedência, os argumentos a serem apresentados.

### 3. Caminhos profissionais

O caminho da escolha profissional tem, pelo menos, dois lados: o lado da pessoa (adolescente/jovem) que escolhe, e o lado da profissão (ou profissões) que serão escolhidas. Para que a escolha seja a mais acertada possível, é preciso “conversar” e conhecer estes dois lados da, talvez, decisão mais importante de nossas vidas. Primeiro é preciso conhecer-se, ou seja, saber das próprias habilidades, interesses e valores, possibilidades e limites. Depois, é preciso saber das características da outra parte: o que será que ela (a profissão) vai exigir e oferecer para mim?

### O louco

No pátio de um manicômio encontrei um jovem com rosto pálido, bonito e transtornado.

Sentei-me junto a ele sobre a banquetta e lhe perguntei: - “Por que você está aqui?”

Olhou-me com olhar atônito e me disse:

- “É uma pergunta pouco oportuna a tua, mas vou respondê-la.

Meu pai queria fazer de mim um retrato dele mesmo, e assim também meu tio.

Minha mãe via em mim a imagem de seu ilustre genitor.

Minha irmã me apontava o marido, marinheiro, como o modelo perfeito para ser seguido.

Meu irmão pensava que eu devia ser idêntico a ele: um vitorioso atleta.

E mesmo meus mestres, o doutor em filosofia, o maestro de música e o orador, eram bem convictos:

cada um queria que eu fosse o reflexo

de seu vulto em um espelho.

Por isso vim para cá.

Acho o ambiente mais sadio.

Aqui pelo menos posso ser eu mesmo”.

(Kahlil Gibran. Para além das palavras)

## **Fábrica**

(Renato Russo)

Nosso dia vai chegar

Teremos nossa vez

Não é pedir demais:

Quero justiça,

Quero trabalhar em paz

Não é muito o que lhe peço

Eu quero trabalho honesto

Em vez de escravidão

Deve haver algum lugar

Onde o mais forte

Não consegue escravizar

Quem não tem chance

De onde vem a indiferença

Temperada a ferro e fogo?

Quem guarda os portões da fábrica?

O céu já foi azul, mas agora é cinza

E o que era verde aqui já não existe

Mas quem me dera acreditar

Que não acontece nada de tanto brincar

com fogo

Que venha o fogo então

Esse ar deixou minha vista cansada

Nada demais

Nada demais.

**1** - Escutar (se possível) e/ou ler a música “Fábrica”, de Renato Russo. Depois, conversar sobre as expectativas de cada um(a) em relação ao ingresso no mercado de trabalho. O que espero? Quais caminhos profissionais “eu espero trilhar?”

*Observação:* se alguma(s) pessoa(s) do grupo já trabalha(m), pode(m) contar a sua experiência de ingresso e realização no trabalho (como se sente, problemas, vitórias).

**2** - Cada participante fala sobre a profissão ou profissões que gostaria de ter. Depois, o grupo busca informações sobre as profissões citadas. Além disso, o grupo pode buscar mais informações sobre as “profissões do futuro”, citadas na entrevista (pags. 12 e 13) da edição de Agosto de 2003 do jornal Mundo Jovem.

*Observação:* este trabalho de busca de informações sobre as profissões (o que é, os requisitos que exige, localização, salário etc.) pode se prolongar por vários encontros, dependendo do grau de aprofundamento que os participantes quiserem ter sobre o tema.

**3** - A partir da leitura da crônica “O louco”, de Kahlil Gibran, conversar sobre a influência dos adultos, sobretudo, os pais, na sua escolha profissional. Em que ajuda? Em que atrapalha?

*Observação:* quem coordena o encontro pode preparar com antecedência uma encenação da crônica: “O louco”.

## **4. Dinâmica de Integração**

**Objetivo:** Oportunizar um maior conhecimento de si mesmo e facilitar melhor relacionamento e integração interpessoal.

**Material necessário:** Lápis e uma folha de papel em branco para todos os participantes.

**Tamanho do grupo:** Trinta a quarenta pessoas, aproximadamente.

**Tempo exigido:** Uma hora, aproximadamente.

**Ambiente físico:** Uma sala, com carteiras, suficientemente ampla, para acomodar todos os participantes.

**Descrição da dinâmica:**

1. O facilitador explicita o objetivo e a dinâmica do exercício.
2. Em continuação, pede que cada um escreva, na folha em branco, alguns dados de sua vida, fazendo isso anonimamente e com letra de fôrma, levando para isso seis a sete minutos.
3. A seguir, o facilitador recolhe as folhas, redistribuindo-as, cabendo a cada qual ler em voz alta a folha que recebeu, uma por uma.
4. Caberá ao grupo descobrir de quem é, ou a quem se refere o conteúdo que acaba de ser lido, justificando a indicação da pessoa.
5. Após um espaço de discussão sobre alguns aspectos da autobiografia de cada um, seguem-se os comentários e a avaliação do exercício.

## **5. Foto-linguagem - Comunicação**

**Objetivo:** Olhando para as fotos sobre a realidade que se vive, aprender a ligar dois ou mais fatos e ter uma opinião sobre eles.

**Material necessário:** Fotos de jornais e revistas espalhadas por toda a sala.

**Número de participantes:** Se houver mais de oito pessoas, deve-se subdividir em grupos de cinco.

**Descrição da dinâmica:** Os participantes passeiam pela sala, olhando as fotos e escolhem duas fotos que tenham ligação entre si. Depois, durante 7 minutos, pensam nas seguintes questões:

- a) Que realidade me revelam?
- b) Qual a ligação entre elas?
- c) Por que me identifiquei com elas?

Cada um apresenta as fotos e as conclusões às quais chegou. O restante do grupo pode questionar a ligação dos fatos entre si e fazer uma duas perguntas para clarear melhor as afirmações.

## **6. Minha bandeira pessoal**

*Esta dinâmica toca num assunto vital para os jovens. Pode ser trabalhada na escola ou nos grupos, podendo ser adaptada à realidade específica.*

**Finalidade:** Possibilitar aos participantes a identificação das suas habilidades e limitações.

**Material Necessário:** Fichas de trabalho, lápis preto, lápis de cor, borrachas.

**Descrição:**

1. Grupo espalhado pela sala. Sentados. Dar a cada participante uma ficha de trabalho. Distribuir o material de desenho pela sala.
2. Explicar ao grupo que a bandeira geralmente representa um país e significa algo da história desse país. Nesta atividade cada um vai construir sua própria bandeira a partir de seis perguntas feitas pelo coordenador.
3. Pedir que respondam a cada pergunta por intermédio de um desenho ou de um símbolo na área adequada. Os que não quiserem desenhar poderão escrever uma frase ou algumas palavras, mas o coordenador deve procurar incentivar a expressão pelo desenho.
4. O coordenador faz as seguintes perguntas, indicando a área onde devem ser respondidas:
  - Qual o seu maior sucesso individual?
  - O que gostaria de mudar em você?
  - Qual a pessoa que você mais admira?
  - Em que atividade você se considera muito bom?
  - O que mais valoriza na vida?
  - Quais as dificuldades ou facilidades para se trabalhar em grupo?Dar cerca de vinte minutos para que a bandeira seja confeccionada.
5. Quando todos tiverem terminado, dividir o grupo em subgrupos e pedir que compartilhem suas bandeiras.
6. Abrir o plenário para comentar o que mais chamou a atenção de cada um em sua própria bandeira e na dos companheiros. Contar o que descobriu sobre si mesmo e sobre o grupo.
7. No fechamento do encontro, cada participante diz como se sente após ter compartilhado com o grupo sua história pessoal.

**Comentários:**

1. Tomar consciência das suas habilidades e limitações propicia um conhecimento mais aprofundado sobre si mesmo, suas habilidades, facilitando as escolhas que precisa fazer na vida.
2. Feita dessa forma, a reflexão torna-se prazerosa, evitando resistências. É um trabalho leve e ao mesmo tempo profundo. Permite que o grupo possa entrar em reflexões como a escolha profissional.  
Fonte: Adolescência - Época de Planejar a Vida (AEPV), publicada no livro "Dinâmica de Grupos na Formação de Lideranças", Ana Maria Gonçalves e Susan Chiode Perpétuo, DP & A Editora, Belo Horizonte, MG.

**7. Constelação de amigos**

*Esta dinâmica toca num assunto vital para os jovens. Pode ser trabalhada na escola ou nos grupos, podendo ser adaptada à realidade específica.*

**Objetivo:** Conhecer mais nossas relações com as pessoas e perceber qual a influência delas sobre nossa vida.

**Material Necessário:** Papel em branco e caneta para todos os participantes.

**Passos Metodológicos:**

1. Todos recebem uma folha em branco e marcam um ponto bem no centro dela. Este ponto representa o desenhista.
2. Desenhar diversos pontos nas extremidades da folha, significando cada pessoa com que você tenha relação, seja boa ou má; pessoas que você influencia ou que influenciam você (pode-se escrever junto o nome ou as iniciais).
3. Traçar flechas do ponto central, você, para os pontos periféricos, as pessoas que estão em sua volta, segundo o código que segue:
  - a) --> Flecha com a ponta para fora: pessoas que influencio ou que aprecio.
  - b) <-- Flecha com a ponta para dentro: pessoas que me influenciam, ou que gostam de mim.
  - c) <--> Flecha em duplo sentido: a relação com esta pessoa é mutuamente respondida.
  - d) <- -> Flecha interrompida: relação cortada.
  - e) <-/-> Flecha interrompida por uma barra: relação através de intermediários.
  - f) <-#-> Flecha interrompida por muro: relação com um bloqueio que impede o seu pleno êxito.
4. Em grupos de três ou quatro pessoas, partilhar sobre o que tentou expressar com o seu desenho. Responder:
  - a) Ficou fora do meu desenho algum parente mais próximo?
  - b) As relações que me influenciam estão me ajudando?
  - c) As relações que possuem barreiras ou que estão interrompidas podem ser restauradas? Seria importante?
  - d) Nosso grupo está nestes desenhos?
5. Fazer um grande painel afixando os desenhos e abrindo para que todos possam comentar.
6. Avaliar se a dinâmica acrescentou algo de bem em minha vida e na vida do grupo. Descobri algo?

**8. Escala de valores**

*Esta dinâmica toca num assunto vital para os jovens. Pode ser trabalhada na escola ou nos grupos, podendo ser adaptada à realidade específica.*

**Objetivo:** Colocar o adolescente em contato com seus próprios valores, levando-o a refletir sobre o que ele considera mais importante em sua vida.

**Tempo de Duração:** aproximadamente 60 minutos.

**Material Necessário:** Papel manilha ou quadro negro; caneta hidrográfica ou giz; papel-ofício, canetas ou lápis.

**Descrição:**

**1** - Escrever no papel manilha ou no quadro negro, com letras grandes (de maneira que todos possam ler) algumas frases que expressem uma atitude diante da vida ou um valor.

Ex.:

- Para ir a uma festa Carlos não hesitou em gastar as economias que tinha para comprar uma calça nova. (valor subentendido - a importância do Ter)

- Stefane ofereceu-se para cuidar da irmã caçula para sua mãe ir ao supermercado, mesmo tendo que adiar o encontro com o namorado. (valor subentendido - solidariedade, o que é mais importante para todos).

Podem ser frases mais diretas e objetivas. Com valores explícitos e não subentendidos.

**Estabeleça o que é mais importante:**

- Ir a uma festa
- Sair com o(a) namorado(a)
- Cuidar da irmã caçula (ou irmão)
- Almoçar em família
- Ir visitar parentes
- Sair com amigos
- Estudar para uma prova
- Ter o CD mais recente do grupo do momento
- Ir ao ponto de encontro dos amigos
- Fazer o trabalho de escola

**2** - Distribua as folhas de papel-ofício entre os participantes e peça que eles a dobrem ao meio, de maneira que eles terão um lado direito e outro esquerdo.

**3** - Peça que leiam com atenção as frases escritas pelo facilitador.

**4** - Em seguida, que escrevam do lado direito da folha, em ordem de importância as atitudes que fazem parte da sua maneira de agir no cotidiano.

**5** - Assim o participante deverá colocar em primeiro lugar o que para ele é o valor mais importante de todos e assim sucessivamente, até que tenha escolhido pelo menos cinco valores.

**6** - Após todos terem terminado, o facilitador pede que, do lado esquerdo da folha, o participante escreva: quando eu era criança, para mim as coisas mais importantes eram...

**7** - Depois peça que ele leia as frases comparando, estabelecendo a diferença entre a escala de valores que tem hoje e a que tinha quando era criança.

**8** - Em seguida o facilitador pede aos participantes que discutam com seus colegas mais próximos sua lista de valores atuais (lado direito da folha).

**9** - Todos os participantes devem discutir, em pequenos grupos, sua ordenação de valores, estabelecendo a comparação com a dos colegas.

**10** - Depois todos devem voltar para o grupão onde o facilitador coordenará a discussão definindo:

- A escala de valores do grupo (através da verificação de quais valores aparecem mais em primeiro lugar, em segundo etc.).

- A escala de valores de quando eram crianças.

- A diferença entre uma escala e outra.

- Que tipo de sociedade e vida em grupos os valores apresentados tendem a construir.

**Comentários:**

1 - É uma oportunidade para os adolescentes se perceberem enquanto uma pessoa em mudança, com questionamentos sobre os valores que tinham em sua infância, uma vez que, geralmente, os valores da infância refletem o comportamento que os pais esperavam deles.

2 - É possível que se encontre uma verdadeira inversão de valores entre a infância e o momento atual.

3 - É importante que nestes casos o facilitador, sem criticar, aponte a necessidade que o adolescente tem de contestação, sua busca permanente de auto-afirmação e diferenciação da família ou dos pais.

4 - É importante que seja aplicada em um grupo que já tenha alguma convivência entre si e com o facilitador.

5 - O facilitador tem que ter segurança da sua capacidade de interferência no grupo caso haja uma tendência de conflito entre os participantes (se sentirem pessoas vazias, superficiais etc., por causa dos valores que descobrem ter).

## **9. Técnica - " Dentro e fora do coração"**

### **Primeiro momento**

Colocar o cartaz com o desenho do coração no centro da sala

Cada pessoa escreve, fora do coração, uma palavra que expresse o que vê e ouve das pessoas da comunidade a respeito do mundo das drogas e das vítimas da dependência.

### **Segundo momento**

Escreve dentro do coração uma palavra que expresse o que esta sendo feito para mudar a problemática das drogas em nossa comunidade e na sociedade de modo geral.

### **Terceiro momento**

Pedir aos jovens que comparem o que está escrito dentro e fora do coração

### **Quarto momento**

Nossa comunidade tem agido com misericórdia para com as vítimas das drogas?

## **10. Caça ao Tesouro**

**Objetivo:** ajudar as pessoas a memorizarem os nomes umas das outras, desinibir, facilitar a identificação entre pessoas parecidas.

**Para quantas pessoas:** cerca de 20 pessoas. Se for um grupo maior, é interessante aumentar o número de questões propostas.

**Material necessário:** uma folha com o questionário e um lápis ou caneta para cada um.

**Descrição da dinâmica:** o coordenador explica aos participantes que agora se inicia um momento em que todos terão a grande chance de se conhecerem. A partir da lista de descrições, cada um deve encontrar uma pessoa que se encaixe em cada item e pedir a ela que assine o nome na lacuna.

1. Alguém com a mesma cor de olhos que os seus:

2. Alguém que viva numa casa sem fumantes:

3. Alguém que já tenha morado em outra cidade:

4. Alguém cujo primeiro nome tenha mais de seis letras:

5. Alguém que use óculos:

6. Alguém que esteja com uma camiseta da mesma cor que a sua:

7. Alguém que goste de verde-abacate:

8. Alguém que tenha a mesma idade que você:

9. Alguém que esteja de meias azuis:

10. Alguém que tenha um animal de estimação (qual?):

Pode-se aumentar a quantidade de questões ou reformular estas, dependendo do tipo e do tamanho do grupo.

## 11. Líder ou lideranças?

*O grupo de jovens é um espaço de exercício da cidadania. A construção de uma sociedade mais participativa e solidária passa por uma nova relação nas tarefas desenvolvidas pelo grupo. Com criatividade e o uso de dinâmicas adequadas, o grupo vai crescer em cidadania.*

Todo grupo deve favorecer a participação individual e o sentido de corresponsabilidade entre os participantes. Todos têm possibilidades de servir em alguma coisa, de oferecer diferentes dons.

Quando o grupo assume conjuntamente os trabalhos, existe maior participação. As diferentes lideranças ou funções são um compromisso para o funcionamento do conjunto. O que cada um faz individualmente pode parecer objetivamente pouco, mas subjetivamente pode significar o início de um processo de descoberta de si mesmo, de se sentir útil, de aproveitar suas próprias qualidades. Significa libertar-se do medo, do complexo de inferioridade, do anonimato passivo, do sentimento de inutilidade e da dominação por parte de alguém.

São muitas as funções que se exercem em um trabalho de grupo, dependendo da atividade proposta, se é de estudo, integração, avaliação etc... Algumas são básicas para todos os grupos e atividades:

**O coordenador(a):** aquele que se responsabiliza de modo geral pela reunião, ajudando para que todos os papéis se integrem para o bem de todos.

**O secretário(a):** aquele que faz a síntese do que foi tratado de mais importante no grupo e registra as questões que permanecem.

**O perguntador(a):** é a pessoa que se preocupa com o aprofundamento do tema.

O grupo, ao planejar determinada atividade, define quais são as responsabilidades. Os participantes podem se oferecer livremente ou serem indicados pelo grupo.

As dinâmicas que seguem se utilizam ao iniciar um encontro ou reunião com pessoas que não se conhecem ou que tenham um conhecimento superficial. Ajudam a romper barreiras e criar um clima de amizade entre os participantes, possibilitando conhecer cada um do grupo e seus valores. Ajudam a descobrir as lideranças.

### Dois círculos

**Objetivo:** motivar um conhecimento inicial, para que as pessoas aprendam ao menos o nome umas das outras antes de se iniciar uma atividade em comum.

**Para quantas pessoas:** é importante que seja um número par de pessoas. Se não for o caso, o coordenador da dinâmica pode requisitar um “auxiliar”.

**Material necessário:** uma música animada, tocada ao violão ou com gravador.

**Descrição da dinâmica:** formam-se dois círculos, um dentro do outro, ambos com o mesmo número de pessoas. Quando começar a tocar a música, cada círculo gira para um lado. Quando a música para de tocar, as pessoas devem se apresentar para quem parar à sua frente, dizendo o nome e alguma outra informação que o coordenador da dinâmica achar interessante para o momento.

Repete-se até que todos tenham se apresentado. A certa altura, pode-se, também, misturar as pessoas dos dois círculos para que mais pessoas possam se conhecer.

### A candidatura

**Objetivo:** expressar de maneira simpática o valor que têm as pessoas que trabalham conosco.

**Para quantas pessoas:** grupos de cinco pessoas, se houver mais de 10 participantes.

**Descrição da dinâmica:** cada grupo deve escolher um candidato para determinada missão. Por exemplo, ser presidente da associação de moradores, ser dirigente de um clube esportivo etc. Cada participante coloca no papel as virtudes que vê naquela pessoa indicada para o cargo e como deveria fazer a propaganda de sua candidatura.

O grupo coloca em comum o que cada um escreveu sobre o candidato e faz uma síntese de suas virtudes. Prepara a campanha eleitoral e, dependendo do tempo disponível, faz uma experiência da campanha prevista.

O grupo avalia a dinâmica, o candidato diz como se sentiu. O grupo explica por que atribuiu determinadas virtudes e como se sentiram na campanha eleitoral.

### QUESTÕES PARA DEBATE

1 - O que você conclui, a partir da leitura do texto?

2 - Como é exercida a liderança no seu grupo? Há corresponsabilidade e divisão de tarefas?

3 - O que o grupo pode fazer para despertar as lideranças?

## **1. APRESENTAÇÃO**

### **1.1 - Aprendendo**

Objetivos: Facilita a apresentação das pessoas de um grupo através da auto revelação e repetição.

Nº de Participantes: Não há limites

Material: Um objeto pequeno.

Desenrolar: Forma-se um círculo com os participantes e explica-se que será dada aos participantes a oportunidade de aprenderem alguma coisa sobre os demais. Quem estiver com a bola deve passá-la a uma outra pessoa, a qual deverá dizer seu nome e revelar alguma coisa sobre si mesma que ainda não se saiba.

Deve-se utilizar exemplos bem inocentes tais como: "estou usando lentes".

Quando todos tiverem tido a sua vez, o facilitador explica que, na segunda rodada eles terão de passar a bola a alguém, dizer o nome daquela pessoa e o que ela disse sobre si mesma. A pessoa poderá ajudar, se for preciso.

Variação: Na segunda rodada, pode-se pedir aos participantes para repetirem tudo o que já tiver sido dito até aquele ponto.

### **1.2 - Apresentação**

Objetivos: Facilitar a apresentação de um grupo que não se conhece ao mesmo tempo em que permite-se uma descontração inicial.

Nº de Participantes: Não há limites

Material: Uma cópia do formulário com as questões de apresentação e caneta para cada participante.

Desenrolar:

O facilitador pede aos participantes para preencher o formulário com as questões abaixo. Após todos preencherem solicita que troquem os formulários entre si de forma que nenhum fique com o seu próprio. A seguir cada participante deverá fazer a apresentação do outro participante valendo-se do questionário que tem em mãos.

Questões para o formulário:

01. Nome
02. Apelido
03. Idade
04. Estado civil
05. Composição familiar
06. Graduação/Escola
07. Um esporte
08. Um lazer
09. Uma qualidade
10. Um defeito
11. Uma alegria
12. Uma tristeza
13. Um sonho
14. Um medo
15. Uma esperança

Um variante desta dinâmica pode ser obtida pedindo-se que os participantes adivinhem quem é a pessoa que está sendo descrita naquele momento.

### **1.3 - Apresentação através de gravuras**

Objetivos: Permitir a apresentação individual de valores pessoais e o exercício da comunicação.

Nº de Participantes: Não há limites

Material: Diversas gravuras, fotos ou desenhos recortados de revistas usadas; aparelho de som com uma musica adequada para fundo.

Desenrolar:

Colocar todo o material no centro da sala.

Em círculo solicita-se aos participantes, que observem as gravuras espalhadas.

Enquanto a música de fundo é tocada pedir aos participantes que escolham duas gravuras: uma que lhe transmita tranquilidade e uma que transmita algo negativo.

Ao cessar a música solicitar que cada um que se apresente, individualmente, da forma que melhor convier e, na sequencia, explique o porquê escolheu as gravuras e como se identifica com elas.

### **1.4 - Auto retrato desenhado**

Objetivos: Permitir a apresentação de um grupo e promover uma auto-reflexão individual de quem se apresenta.

Nº de Participantes: Não há limites

Material: Diferentes bonecos desenhados em folhas ou cartolinas, papel sulfite, lápis de cor, canetas hidrocor, giz de cera.

Desenrolar:

O facilitador pede a cada participante que escolha um dos bonecos com o qual mais se identifica.

Pede-se para colorirem o boneco de uma forma que se auto-retratam.

Ao término, o facilitador que todos (cada um no seu desenho) respondam por escrito as solicitações que serão



feitas:

- Saindo da boca fazer uma balão com uma frase que represente seu lema de vida;
- Saindo do coração fazer uma seta indicando 3 dos seus valores;
- Na mão esquerda escrever algo que gostaria de receber;
- Na mão direita, escrever uma meta que deseja alcançar.

Para finalizar o facilitador pede a cada um que faça a apresentação de seu "eu" representado no boneco.

### 1.5 - Bazar

Objetivos: Conhecer uns aos outros, apresentação.

Nº de Participantes: de 5 a 20 participantes

Material: Uma mesa com diversos objetos que possam ser vistos em um bazar doméstico ou em uma loja de artigos de segunda mão. O número de itens tem de ser maior do que número de participantes. Uma folha de papel ou um pano grande deve cobrir todos os artigos antes do exercício começar.

Desenrolar:

Antes de o grupo entrar na sala, o facilitador coloca os objetos sobre a mesa cobrindo-os com um pano.

Informa-se aos participantes que, quando o pano for retirado, eles devem aproximar-se, escolher e pegar um artigo da mesa que por alguma razão os atraia.

Após todos tiverem selecionado os objetos, cada um deve apresentar-se ao grupo e dizer por que aquele item o atraiu especialmente.

Variações:

O facilitador pede que cada participante se apresente ao grupo. Em seguida solicita que algum outro membro selecione um item da mesa que ache que combine com a pessoa que acabou de se apresentar. O facilitador também solicita uma explicação da razão que a levou a associar o artigo àquela pessoa. Repete-se o processo com todos os membros do grupo.

Pontos de discussão:

- Alguém acha que algum item selecionado combina com a pessoa que o escolheu?
- Alguém acha que algum artigo específico parece combinar com outros participantes? Por quê?

### 1.6 - Busca do autógrafo

Objetivos: Promover a integração e desinibir as pessoas que compõem o grupo.

Nº de Participantes: Não há limites

Material: Folhas com itens a serem pesquisados.

Desenrolar:

O facilitador solicita aos participantes que formem um círculo.

Distribuem-se folhas com os itens a serem pesquisados (serão 26 itens) dos quais cada um deverá selecionar apenas 13 colocando um "X" em cada uma das suas escolhas. O facilitador orienta aos participantes que escolham os itens de acordo com a sua percepção sobre os outros componentes do grupo.

Em seguida você deverá entrevistar as pessoas para descobrir aquelas que correspondem a cada um dos itens que foram selecionados, obtendo os autógrafos nos espaços apropriados. Para cada item deverá obter um autógrafo diferente.

### 1.7 - Caça ao tesouro

Objetivos: Ajudar os participantes a memorizarem os nomes uns dos outros, desinibir e facilitar a identificação entre pessoas parecidas.

Nº de Participantes: até 20 participantes

Material: Uma folha com o questionário e um lápis ou caneta para cada um.

Desenrolar:

O facilitador explica aos participantes que agora se inicia um momento em que todos terão a grande chance de se conhecerem.

Cada participante recebe uma lista de descrições (abaixo) e uma caneta.

A partir da lista de descrições, cada um deve encontrar uma pessoa que se encaixe em cada item e pedir a ela que assine o nome na frente (ou abaixo) do item da lista.

1. Alguém com a mesma cor de olhos que os seus
2. Alguém que viva numa casa sem fumantes
3. Alguém que já tenha morado em outra cidade
4. Alguém cujo primeiro nome tenha mais de seis letras
5. Alguém que use óculos
6. Alguém que esteja com a camiseta da mesma cor que a sua
7. Alguém que goste de verde-abacate
8. Alguém que tenha a mesma idade que você
9. Alguém que esteja de meias azuis
10. Alguém que tenha um animal de estimação (Qual?)

Obs: Pode-se aumentar a quantidade de questões ou reformular estas, depende do tipo ou do tamanho do grupo.

"Esta atividade dinâmica é muito interessante por que no primeiro momento de contato com pessoas diferentes você poderá perceber quais as características pessoais são mais percebidas por pessoas que vamos conviver no ambiente de trabalho."

"Já utilizei esta dinâmica e, no lugar de lista, fiz como se fosse um bingo. Todos andavam pela sala entrevistando as pessoas de acordo com as perguntas. Quem preenchesse todos os quadrados, gritava Bingo! A dinâmica fica

bem animada!"

"Pode-se acrescentar outras coisas tipo: Pessoas do mesmo signo, da mesma idade ou gosto musical. Quando trabalhei essa dinâmica foi em grupo de 30 alunos de preparação para Crisma. Então aproveitei no início para que pudessem se conhecer melhor. Assim coloquei questões ligadas às metas do curso, como por exemplo: "o que levou-o a matricular-se no curso?" Então as respostas semelhantes formavam pares."

"É possível perceber se o profissional é realmente atencioso no que faz e se é uma pessoa comunicativa e agradável a fim de preencher os requisitos exigidos pela empresa. "

"Esta dinâmica expressa a ideia de um perceber ao outro e também, caso as questões sejam modificadas, poderemos avaliar outras competências, entre elas a avaliação crítica do outro e percepção."

### **1.8 - Caso verdade**

Objetivos: Os participantes respondem a perguntas sobre suas crenças e sentimentos.

Nº de Participantes: Não há limites

Material: Cartões preparados, cada um com uma pergunta.

Desenrolar:

O facilitador forma um círculo com os participantes e coloca os cartões no centro deste e virados para baixo.

Explica que cada cartão tem uma pergunta no verso, e convida aos participantes a pegarem um cartão cada um, e responderem a pergunta nele contida tão sinceramente quanto puderem.

Sugere-se que, se alguém não se sentir em condições de responder a pergunta, poderá trocá-la por outra.

Perguntas:

- O que você sabe fazer de melhor?
- Se você ganhasse na loteria o que faria com o dinheiro?
- Qual foi o momento mais feliz da sua vida?
- O que você acha que seria um programa perfeito para um casal?
- Onde você mais gostaria de estar agora?
- SE avisassem que o mundo iria acabar daqui a 10 minutos, o que você faria?
- O que faz você dar mais risada?
- Se você pudesse ser qualquer outra pessoa quem você gostaria de ser?
- O que você mais gostaria de poder fazer, mas não pode?

### **1.9 - Pausa para o café**

Objetivos: Permitir a apresentação dos participantes no início de um treinamento e quebrar o gelo.

Nº de Participantes: Não há limites

Material: Lista de perguntas sugeridas (pode ser uma para cada participante ou apenas uma exibida em um flip-chart ou transparência).

Desenrolar:

O facilitador pede aos participantes que formem duplas aleatoriamente. Diz então que todos vão começar a se apresentar, porém de uma forma descontraída. Os participantes irão se conhecer como se estivessem participando de um coffee break. O facilitador deve informar uma lista das principais perguntas para facilitar o quebra gelo inicial. Informar que cada um terá 2 minutos para conhecer o outro colega.

Após 2 minutos o facilitador se aproxima de cada dupla no "coffee break" solicitando que o candidato A apresente o B e vice versa.

Sugestões de perguntas:

Além das informações pessoais e profissionais básicas que você deseja saber coloque também perguntas do tipo:

1. Qual característica sua que só é reconhecida pelos outros depois de algum tempo de convivência?
2. Relate uma situação que lhe remeta a um momento de grande aprendizado,
3. Se você fosse para uma ilha deserta o que e quem seria indispensável levar?
4. Qual a personalidade que você mais se identifica e porque?
5. Qual característica sua você venderia por R\$ 1,00?
6. Que característica sua as pessoas daqui vão ficar sem conhecer/ saber logo após saírem?
7. Relate algo que você não curte, mas faz por algum motivo.
8. Relate algo que você curte, mas não faz?
9. Qual é sua característica marcante de acordo com a opinião dos seus amigos e conhecidos?
10. Se você encontrasse a Lâmpada de Aladin que pedido você faria?

### **1.10 - Conhecendo lugares e pessoas**

Objetivos: Conhecer as pessoas com as quais se vai trabalhar e integrar-se também no espaço onde se vai passar alguns dias.

Nº de Participantes: até 20 participantes

Material: Flip-chart

Desenrolar: O facilitador convida as pessoas a conhecerem (cada um por si) o lugar e buscar algo que chame a atenção (uma árvore, uma sala, um capela, um objeto...). Passados 15 minutos, as pessoas voltam a se reunir e o facilitador pede a cada uma delas que se apresente, dizendo o nome, o que escolheu e porque fez esta escolha.

O facilitador deve estar atento e ir anotando as motivações. Se for caso, para entender melhor a motivação, pode fazer algumas perguntas mais. Depois que todos tiverem apresentado o que gostaram no local, o facilitador faz uma análise das motivações do grupo: se é um grupo afetivo, artístico, esportivo, voltado para a natureza, religioso, etc. Se houver interesse por parte do grupo, estes poderão fazer comentários a respeito do que se realizou.

### 1.11 - Corrida de balões

Objetivos: Atividade dinâmica para quebrar o gelo e facilitar a apresentação dos elementos do grupo.

Nº de Participantes: no mínimo 15 participantes

Material: 1 balão para cada participante, giz para marcar o chão, apito para iniciar o jogo, papeizinhos com o nome de cada participante, fita adesiva para colar os nomes nos balões

Desenrolar:

Uma linha de saída é determinada e cada equipe se posiciona atrás desta. À frente de cada uma das equipes e a uma distância de cerca de 5 metros, um círculo será desenhado com a letra A.

Antes de iniciar o jogo cada participante escreve seu nome em um balão, colocando-o no círculo A de sua equipe.

Todos posicionam-se antes da linha de saída agrupados por equipe.

Ao sinal do condutor do jogo, cada equipe começa enviando seu primeiro integrante até onde se encontram os balões de sua própria equipe.

O integrante pega um dos balões, lê o nome do companheiro que está escrito no mesmo e o estoura.

Regressa então correndo até sua equipe gritando bem alto o nome do companheiro que estava escrito no balão.

O jogador cujo nome é falado se prepara para correr assim que o seu companheiro retorna e lhe dá um tapa em sua mão.

O jogo se repete então com este segundo jogador e assim sucessivamente até que todos os balões tenham sido arrebentados.

### 1.12 - Crachá criativo

Objetivos: Apresentação, integração, criatividade, expectativas, descontração, aquecimento, percepção de si e do outro, identificação, sensibilização, vitalizador, relacionamento interpessoal.

Nº de Participantes: até 15 participantes

Material: Cartolina, canetas coloridas, lápis, cola, tesoura, revistas, jornais, papel sulfite, fita adesiva.

Desenrolar:

Utilizando diversos materiais cada participante constrói o crachá mais bonito que puder fazer, naquele momento.

Pede-se deixem um espaço em branco para colocação do nome, porém não devem escrevê-lo ainda.

Após o término, o facilitador recolhe os crachás e os distribui aleatoriamente. Neste momento os participantes escrevem os nomes nos crachás que receberam.

Cada participante tenta descobrir quem fez o crachá e o porque acredita ser aquela pessoa.

Quem executou se apresenta e tenta, então, descobrir quem fez o seu crachá. Assim sucessivamente até o término.

Variação:

O Facilitador pode incluir o levantamento das expectativas do grupo (o tempo de duração do exercício aumentará).

### 1.13 - Amigo secreto

Objetivos: Permitir a apresentação de um grupo e/ou introduzir o tema da Comunicação Corporal.

Nº de Participantes: de 10 a 20 participantes

Material: Estrelas (de papel, papelão, cartolina ou similar) com os nomes dos participantes, aparelho de som com música tranquila, folhas em branco, canetas e lápis coloridos, crachás para identificação dos participantes.

Desenrolar:

O facilitador distribui aos participantes estrelas (o formato pode ser outro também) com o nome de outro participante, solicitando aos mesmos para guardar sigilo quanto ao nome recebido e se for o próprio nome devolver a estrela e, tirar outra.

Coloca-se uma música tranquila de fundo e pede-se ao grupo que caminhe calmamente pela sala, observando disfarçadamente a pessoa cujo nome está com ele. e pensando de que forma poderia representar a pessoa.

Após um minuto solicita-se a todos que se sentem e desenhem como imaginam ser a pessoa que estavam observando quanto à:

- O que ela gosta de comer;
- Qual a cor preferida;
- Que presente você daria a esta pessoa.

Quando todos tiverem terminado cada um irá apresentar a pessoa cujo nome está com ele. Àquele que foi apresentado pode argumentar, concordando ou discordando e citando os porquês.

Cabe o facilitador conduzir a discussão e comentar a dinâmica de acordo com seus objetivos.

"Sugiro a complementação de, após de ter sido representado pelo colega, o integrante foco da apresentação tome a palavra mostrando as coincidências da percepção do interlocutor e acrescentando dados para que o grupo o conheça melhor."

"Permite refletir como devemos ter cuidado com o "pecado" da primeira impressão, e trabalhar-mos com o que temos de real em relação às pessoas."

"Podemos avaliar nesta dinâmica a imagem ideal: o quanto tudo que pensamos ou percebemos da pessoa existe de fato em nós mesmos."

"Esta dinâmica permite trabalhar conceitos, pré-conceitos e inferências, facilitando a convivência, o desenvolvimento das relações interpessoais e garantindo um trabalho em equipe de sucesso."

### 1.14 - Escolha o tema e se apresente

Objetivos: Promover aprendizagem, apresentação dos participantes, integração e formação de grupos de trabalho.

Nº de Participantes: de 8 a 20 participantes

Material: Lista de temas previamente escolhidos, expostos em transparências ou flip-chart, bem como todos os recursos de apresentação solicitados pelos participantes (ou propostos pelos facilitadores): transparências, retro projetor, quadro branco, flip-chart, pincéis hidrográficos, cartolinas, fita gomada, etc.

Desenrolar:

Esta dinâmica destina-se a grupos em geral em que se queira treinar técnicas de apresentação ou formação de equipes.

Para o bom andamento da dinâmica é importante que o facilitador coloque à disposição do grupo o material e recursos adequados, além de incentivar e apoiar motivando os participantes. O mais importante é comunicar os aspectos principais da maneira mais simples e objetiva possível. Na verdade não se estarão avaliando as técnicas de apresentação e, sim, o conteúdo apresentado.

Previamente o facilitador prepara uma lista de temas que serão desenvolvidos pelos participantes (vide lista de sugestões ao final).

Solicita-se que cada participante escolha o seu tema, lembrando que cada um terá dois minutos para discorrer sobre o tema.

Deve-se, constantemente, estimular a todos para que ninguém deixe de participar por timidez ou por outra razão.

O facilitador concede-se um tempo de quinze minutos para preparação e coloca-se à disposição para as orientações e dúvidas necessárias durante o processo de elaboração.

Ao final das apresentações, efetuam-se comentários avaliativos, bem como ouvem-se as opiniões dos participantes sobre os demais:

- O que cada um sentiu ao se apresentar?
- Quais as expectativas?
- Foi difícil escolher o tema?
- Como foi a elaboração? Precisou de ajuda?
- Qual a sensação de ter realizado a "proeza"?

Sugestões de temas para as apresentações:

- Movimento dos Sem-Terra
- Aborto
- Implante de Silicone
- Cirurgia Plástica
- Vestibular
- Virgindade (masculina e feminina)
- Casamento
- Receber ou oferecer "propina" (suborno)
- Deus
- Ecologia
- Dinheiro
- Família
- Sexo
- Internet
- Qualidade de Vida
- Saudade
- Tristeza
- Morte
- Céu x Inferno

### 1.15 - Eu sou eu

Objetivos: Revelar aspectos e características pessoais dos membros do grupo, bem como possibilitar a cada um a oportunidade para um melhor autoconhecimento, conhecimento das outras pessoas, além de facilitar a desinibição.

Nº de Participantes: de 8 a 30 participantes

Material: Equipamento de som (CD, cassete ou similar), papel e lápis.

Desenrolar:

O facilitador deve deixar o ambiente livre e sem cadeiras.

Entregam-se papel e lápis para cada participante. Em seguida o facilitador diz: "Nessa folha de papel, escreva, lá no alto, EU SOU... e deixe fluir TUDO o que você acha que é. Sem censura. Esse papel é seu... pode escrever à vontade".

Coloca-se uma música suave, em volume baixo, durante o tempo em que os participantes estiverem escrevendo.

Quando o facilitador sentir que todos já escreveram, orientará a etapa seguinte: "Agora, nós vamos nos apresentar: cada pessoa, no momento em que quiser, deverá sair do seu lugar, circular pela sala e falar e falar sobre o seu EU SOU. Poderá utilizar o papel que está escrito ou falar livremente".

Quando TODOS tiverem se "apresentado" o facilitador irá promover uma discussão dirigida com perguntas como:

- Como você se sentiu ao se revelar por inteiro na presença de todos?
- Como você está se sentindo agora?
- Alguém identificou algo que ainda não conhecia a respeito de alguém do grupo?

Observações:

Se destina a qualquer grupo de pessoas, principalmente para favorecer o conhecimento inter pessoal.

"A dinâmica facilita o entrosamento entre os participantes. No primeiro dia de aula, eu a apliquei em uma turma do 2º ano do Ensino Médio. Apesar da maioria já ter convivido em um período escolar, muitos não tinham conhecimento dos valores e sentimentos dos colegas. Muitas surpresas surgiram com tudo que os alunos disseram. Na avaliação deles, o momento foi bom porque lhes foi dada a chance de falar um pouco sobre cada um."

#### **1.16 - Exercício de confiança**

Objetivos: Acelerar o processo de conhecimento mútuo no grupo; estudar as experiências própria descoberta; desenvolver a autenticidade no grupo; dar a todos a oportunidade de falar e de escutar.

Nº de Participantes: de 3 a 25 participantes

Material: Um número suficiente de papeletas com uma pergunta a ser respondida em público por cada membro participante.

Desenrolar:

O facilitador faz uma breve introdução do exercício, falando sobre a descoberta pessoal e a importância do exercício. Em seguida distribuirá uma papeleta para cada participante.

Um a um, os participantes lerão a pergunta que estiver na papeleta, procurando responder com toda sinceridade.

Ao final, segue-se um debate sobre o exercício feito.

Perguntas para o Exercício (estas perguntas servem de sugestões para o exercício)

- Qual o seu "hobby" predileto ou como você preenche o seu tempo de lazer?
- Que importância tem a religião na sua vida?
- O que mais o aborrece?
- Como você encara o divórcio?
- Qual emoção é mais difícil de se controlar?
- Qual a pessoa do grupo que lhe é mais atraente?
- Qual a comida que você menos gosta?
- Qual o traço de personalidade que lhe é mais marcante?
- Qual é, no momento, o seu maior problema?
- Na sua infância, quais foram os maiores castigos ou críticas recebidas?
- Como estudante, quais as atividades em que participou?
- Quais são seus maiores receios em relação a este grupo?
- Qual é a sua queixa em relação à vivência grupal?
- Você gosta do seu nome?
- Quem do grupo você escolheria para seu líder?
- Quem do grupo você escolheria para com ele passar suas férias?
- Você gosta mais de viver numa casa ou apartamento?
- Qual o país que você gostaria de visitar?
- Quais são algumas das causas da falta de relacionamento entre alguns pais e filhos?
- Se você fosse presidente da República, qual seria sua meta prioritária?

Variações

A pessoa que sorteia poderá ler a pergunta e escolher outro participante para responder.

#### **1.17 - Galeria de artes**

Objetivos: Apresentação, comunicação e valores pessoais.

Nº de Participantes: Não há limites

Material: Revistas usadas, folhas de flip chart, pincéis atômicos, tesouras, cola, papel crepom

Desenrolar:

Coloca-se todo o material no centro da sala.

O facilitador explica ao grupo que estará numa galeria de artes, onde seus quadros serão expostos.

Cada participante deverá compor seu quadro utilizando somente de figuras, desenhos e palavras.

Cada participante fará seu quadro pessoal de valores.

#### **1.18 - Imagem e ação**

Objetivos: Trabalhar a integração e descontração, sendo indicado também para processos seletivos.

Nº de Participantes: de 10 a 20 participantes

Material: Um envelope para cada participante, contendo uma papeleta onde estará escrita uma palavra composta.

Desenrolar:

O facilitador distribui para cada participante um envelope contendo um papel onde se encontra um par de palavras compostas, informando que o mesmo só poderá ser aberto após sua autorização.

A seguir o facilitador informa que todos receberam palavras compostas e que eles devem identificar uma outra pessoa que tenha uma palavra que seja igual a sua, formando um par e sentando ao lado desta pessoa.

Após formarem os pares informa-se que cada dupla terá que criar uma maneira de expressar, de forma não verbal, a palavra que eles possuem em mãos, dentro de um tempo máximo de 1 minuto. Os dois participantes devem estar envolvidos de alguma forma nesta apresentação. Só poderão sentar assim que a palavra for identificada pelo grupo.

Comentários:

Por esta atividade ser estimulante e divertida, é indicada para ser utilizada antes mesmo da entrevista em grupo,

facilitando assim que os candidatos se sintam mais à vontade para iniciar uma apresentação individual. No caso do número de participantes ser ímpar um assistente ou mesmo um outro participante que já se apresentou poderá formar a dupla com quem sobrar. Muitas vezes dentro de uma organização não temos disponíveis todos os recursos que consideramos importantes para se desenvolver uma determinada atividade, contudo, utilizando-se de criatividade e flexibilidade os resultados podem ser surpreendentes.

### **1.19 - Jogando objetos fora**

Objetivos: Promover a integração, desinibindo as pessoas que compõem o grupo.

Nº de Participantes: Não há limites

Material: Papel e caneta.

Desenrolar:

O facilitador solicita aos participante que formem um grande círculo, orientando que escrevam em uma folha de papel seu nome, o que gostariam de jogar fora e porque estão jogando fora aquele objeto.

Exemplo: "vou jogar fora minha caneta porque está sem tinta; vou jogar fora minha bola porque está furada".

Informa-se aos participantes que todos devem escrever o nome do objeto que estão jogando fora e o porquê.

Em seguida o facilitador recolhe os papéis, embaralhando-os e redistribuindo-os novamente.

Solicita-se então aos participantes, individualmente, que leiam o papel que se encontra em suas mãos, da seguinte forma: "vou jogar fora..." (ler o nome da pessoa ao invés de ler o nome do objeto) "...porque..." (ler o motivo pelo qual está jogando fora o objeto).

E assim sucessivamente até que todos leiam o seu papel.

### **1.20 - Jogo da bola**

Objetivos: Apresentação, descontração, integração, aquecimento, levantamento de expectativas, vitalizador.

Nº de Participantes: até 15 participantes

Material: Bola.

Desenrolar:

Todos os participantes ficam em pé, inclusive o facilitador, formando um círculo.

Em posse da bola, cada participante deve dizer: NOME, APELIDO e um "HOBBY".

Iniciando pelo facilitador, todos se apresentam.

Aquele que deixar cair a bola, passar para um participante que já se apresentou ou esquecer algum item da apresentação, recebe um "castigo" imposto pelo grupo (imitar, cantar, declamar, etc.).

Variação:

Ao invés do apelido ou "hobby", pode-se questionar: estado civil, número de filhos, expectativa diante do trabalho (com uma palavra), o que tem de melhor de si para dar ao grupo (em uma palavra). É importante haver, no mínimo, três questões.

### **1.21 - Minha bandeira pessoal**

Objetivos: Permitir o auto-conhecimento ao mesmo tempo que permite a apresentação individual dos participantes de um grupo.

Nº de Participantes: Não há limites

Material: Folhas de flip chart (1 para cada participante), lápis de cor, giz de cera, cola, revistas, tesouras, papel crepom, cola colorida e sucata.

Desenrolar:

O facilitador distribui uma folha de flip chart para cada participante e coloca o material disponível (cola, sucata, lápis, etc) no centro da sala.

Explica-se que a bandeira geralmente representa um país e significa algo da história desse país. Nesta atividade cada um vai construir sua própria bandeira a partir de seis perguntas feitas pelo coordenador.

Pede-se que respondam a cada pergunta ( ver lista abaixo) por intermédio de um desenho ou de um símbolo na área adequada.

Os que não quiserem desenhar poderão escrever uma frase ou algumas palavras ou ainda utilizar-se de recortes de revistas.

Perguntas:

01. Qual o seu maior sucesso?

02. O que gostaria de mudar em você?

03. Qual a pessoa que você mais admira?

04. Em que atividade você se considera muito bom?

05. O que mais valoriza na vida?

06. Quais as dificuldades e facilidades para você trabalhar em grupo?

Ao final o facilitador solicita que cada participante apresente o seu trabalho.

### **1.22 - Minha vida pelas figuras**

Objetivos: Integração, apresentação, aquecimento, sensibilização, percepção de si, reflexão, comunicação, conhecimento de si.

Nº de Participantes: de 10 a 15 participantes

Material: Figuras diversas (pessoas, formas, animais) de jornais, revistas, em branco e preto ou colorido.

Desenrolar: Individualmente, solicitar que os participantes pensem (ou escrevam) a estória da sua vida (familiar, afetiva, profissional), por aproximadamente 10 minutos.

Espalhar figuras pelo chão (ou mesa grande) para que cada um procure aquela que mais se identifica.  
É importante, nesta técnica, ter disponível um número muito maior de figuras do que de participantes para que estes fiquem à vontade na escolha.  
Após todos terem escolhido suas figuras o facilitador solicita-se que cada participante conte, sucintamente, a história de sua vida através da figura, dizendo o que chamou sua atenção sobre ela.  
VARIAÇÃO: pode-se eliminar a fase de reflexão individual.

### 1.23 - Nome e qualidade

Objetivos: Aprender o nome dos participantes do grupo de forma lúdica; facilitar a integração.

Nº de Participantes: Não há limites

Material: Não necessita material

Desenrolar:

1. Grupo em círculo, sentado.
2. O facilitador inicia dizendo alto seu nome, seguido de uma qualidade que julga possuir.
3. Cada participante, na sequência a partir do facilitador, repete os nomes e qualidades ditas anteriormente, na ordem, acrescentando ao final seu próprio nome e qualidade.

Comentários:

O desafio desta dinâmica é aprender de forma lúdica como chamar os participantes do grupo, repetindo na sequência todos os nomes e qualidades ditas anteriormente no círculo, antes de dizer o seu próprio nome. Havendo dificuldade na memorização da sequência, o facilitador e/ou o grupo auxiliam a quem estiver falando, pois o importante nesta dinâmica é que, ao finalizá-la, todos tenham aprendido o nome dos companheiros. Nesta atividade, trabalha-se também a identidade - Como me chamam? Quem sou eu? - podendo surgir apelidos carinhosos ou depreciativos. É importante que o facilitador esteja atento no sentido de perceber e explorar o sentimento subjacente ao modo como cada indivíduo se apresenta. É uma dinâmica que pode ser usada no início do trabalho, quando o grupo ainda não se conhece ou após um tempo de convivência, enfatizando as qualidades pessoais e/ou englobando outras questões, como: algo de que se goste muito, o nome de um amigo, divertimento preferido etc.

### 1.24 - Nomes e adjetivos

Objetivos: Permitir a apresentação dos participantes de um grupo, destacando as características individuais de cada um.

Nº de Participantes: Não há limites

Material: Questionário e caneta para cada participante.

Desenrolar:

O facilitador distribui o Questionário de Autodefinição as pessoas presentes, solicitando que estas o respondam. Concedem-se dez minutos para responderem.

Em seguida distribuem-se as folhas de Adjetivos. Em seguida um por um se apresenta.

Enquanto cada um se apresenta, cada um do grupo deve dar cinco adjetivos à pessoa que está se apresentando, preenchendo a folha Adjetivos com o nome da pessoa e os adjetivos adequados à ela.

Após todas se apresentarem, recolher as folhas Adjetivos, procedendo a compilação individual dos adjetivos e dando retorno. O facilitador lê os referidos adjetivos atribuídos a cada uma das pessoas e fazendo um comentário sobre a forma pela qual as pessoas foram percebidas, se reais ou não.

Obs.: Passar uma outra atividade ao grupo enquanto faz a compilação ou trazer na próxima sessão. O facilitador deverá participar do processo.

Questionário de Autodefinição

1. Quem sou eu (nome, profissão)?
2. Onde eu estudo, onde eu trabalho, o que faço no trabalho, qual o meu objetivo nos estudos?
3. O que faço além de trabalhar e estudar?
4. Sou comunicativo? Porque?
5. Sou uma pessoa observadora?
6. É importante para mim o que os outros pensam a meu respeito? Porque?
7. Quais são os meus objetivos de vida?
8. Quando eu solto a imaginação, o que costumo fazer?
9. O que mais me emociona na vida?

Formulário de Adjetivos

Nome da pessoa que está se apresentando:

---

Adjetivos:

---

---

---

---

---

### 1.25 - O nome

Objetivos: Esta dinâmica propõe um Quebra-Gelo entre os participantes. Ela pode ser proposta no primeiro dia em que um grupo se encontra. É ótima para a memorização dos nomes de cada um.

Nº de Participantes: Não há limites

Material: Não necessita material

Desenrolar:

Em círculo, assentados ou de pé, os participantes vão um a um ao centro da roda (ou no próprio lugar) falam seu nome completo, juntamente com um gesto qualquer. Em seguida todos devem dizer o nome da pessoa e repetir o gesto feito por ela.

Variação:

Essa dinâmica pode ser feita apenas com o primeiro nome e o gesto da peça, sendo que todos devem repetir em somatória, ou seja, o primeiro diz seu nome, com seu gesto e o segundo diz o nome do anterior e gesto dele e seu nome e seu gesto... e assim por diante. Geralmente feito com grupos pequenos, para facilitar a memorização. Mas poderá ser estipulado um número máximo acumulativo, por exemplo após o 8º deve começar um outro ciclo de 1-8 pessoas.

### 1.26 - Oito papéis

Objetivos: Quebrar o gelo e facilitar o conhecimento inicial dos participantes de um grupo.

Nº de Participantes: Não há limites

Material: Papel e pincel atômico.

Desenrolar:

Cada participante irá receber uma folha de papel, a qual irão dividir em 8 partes. Em cada parte, deverá escrever seu nome, e após isso, recortar os 8 pedaços.

O facilitador deverá recolher os papéis, misturá-los e jogá-los no centro da roda. Cada participante, deverá então recolher 8 papéis, sem se importar se é o seu ou não.

Após isso, cada participante deverá trocar com os demais participantes, afim de recuperar os seus oito papeizinhos, perguntando o nome de cada participante.

### 1.27 - Pendurando no varal

Objetivos: Permitir a integração, descontração, apresentação, percepção de si e do outro, reflexão e auto-avaliação.

Nº de Participantes: de 10 a 15 participantes

Material: Sulfite, caneta, barbante para o "varal", cliques para papel.

Desenrolar:

Individualmente solicita-se que cada participante escreva em uma folha de 6 a 8 características próprias, pedindo que os mesmos não se identifiquem.

Cada participante que termina deverá pendurar sua folha num "varal" previamente colocado na parede ou entre paredes.

Quando todos terminarem o facilitador pede aos participantes que observem cada sulfite, procurando verificar com qual se identifica mais (que não seja o seu próprio).

Após cada participante ter escolhido um dos papéis, solicita-se que sentem segundo a escolha de uma pessoa da dupla. Neste momento ocorre a apresentação.

Posteriormente solicita-se que sentem segundo a escolha do outro parceiro da dupla, também para apresentação.

Ao final, apresentar seus pares em grupo aberto, salientando o porquê da escolha / identificação com aquelas características.

### 1.28 - Piquenique

Objetivos: Desinibir as pessoas do grupo e promover a integração.

Nº de Participantes: Não há limites

Material: Não necessita material

Desenrolar:

O facilitador solicita aos participantes que formem um círculo, explicando que cada um deverá afixar à frente de sua carteira um papel com o seu nome.

Em seguida o facilitador inicia a dinâmica dizendo: eu vou ao pique-nique e vou levar a Alcione (exemplo).

Alcione, o que você vai levar?.

A pessoa questionada deverá responder que levará coisas iniciadas com a primeira letra de seu próprio nome (arroz, ata, alface, etc). Se acertar sai da brincadeira, se errar permanece. Geralmente na primeira rodada ninguém acerta pois o facilitador não explica a regra na primeira letra do nome, dizendo apenas quem acertou ou errou.

Segue-se percorrendo o círculo, começando pela esquerda, até convidar todos para o pique-nique.

Ao final o facilitador começa novamente. Chegará o momento em que as pessoas começam a perceber, por observação e dedução, o que podem levar para o pique-nique.

Continua-se a dinâmica até que restem apenas uma ou duas pessoas, as quais poderão pagar uma prenda estipulada pelo colega que descobriu primeiro o que deveria levar para o pique-nique.



### 1.29 - Quem falta?

Objetivos: Promover integração e descontração entre os componentes do grupo.

Nº de Participantes: Não há limites

Material: Não necessita material

Desenrolar:

O facilitador solicita aos participantes que formem um círculo, explicando em seguida que cada um deverá pegar o crachá do colega da direita, assumindo o seu nome.

Em seguida, quando todos estiverem prontos, com os crachás afixados, o facilitador deverá dizer: verificando a lista de presença, percebi que fulano não veio (cita o nome de um dos componentes do grupo).

A pessoa que estiver com o crachá, ou seja, aquela pessoa que assumiu o nome do participante citado, dará um passo à frente, respondendo: fulano não falta, quem falta é sicrano, e retorna ao seu lugar.

Aquele que errar deve sair do círculo.

Considera-se erro quando o nome citado demora a ser respondido.

### 1.30 - Quem sou eu?

Objetivos: Quebra Gelo que facilita o entrosamento e descontração de um grupo em seu primeiro contato.

Nº de Participantes: de 10 a 30 participantes

Material: Um quadrado de papel (1/4 de um A4) com o nome de um personagem (desenho, novela, história, ficção, etc) para cada participante. Fita crepe ou similar para prender os papéis às costas de cada participante.

Desenrolar:

Esta dinâmica pode ser aplicada por subgrupos caso o número de participantes seja excessivo e possa vir a prejudicar a duração.

O facilitador explica que serão presos às costas de cada elemento um papel contendo um nome e que não devem pronunciar estes nomes pois o colega que o tem preso às costas não pode sabê-lo.

O facilitador irá então fixar às costas (logo abaixo da gola da camisa) de cada participante um papel contendo o nome de um personagem. Se necessário poderá pedir ajuda a um dos elementos do grupo em cujas costas já tenha sido afixado um dos papéis.

Tendo terminado de fixar os papéis em todos os elementos o facilitador explica as regras da dinâmica:

1. Cada elemento tem por objetivo descobrir "quem ele é".
2. Para tal o elemento irá procurar um parceiro e a ele poderá fazer apenas 3 perguntas quaisquer a respeito de seu personagem. O seu parceiro só poderá responder com as palavras "sim" ou "não", nem uma palavra a mais.
3. Em seguida invertem-se as funções e o parceiro é quem faz três perguntas ao seu colega, o qual também só poderá responder com "sim" ou "não".
4. Se, com base nas respostas do outro colega, um dos dois descobrir "quem ele é", deverá ir ao facilitador e dizer que personagem ele representa naquele momento.
5. Caso não descubra a dupla se desfaz e vai procurar outro parceiro para reiniciar a sessão de 3 perguntas cada um. E assim sucessivamente.

A dinâmica termina quando:

- Uma boa parte do grupo tenha conseguido descobrir "quem é";
- Quando a dinâmica exceda o prazo estabelecido; ou
- Quando o entusiasmo do grupo pela dinâmica comece a declinar.

Uma variante desta dinâmica pode ser feita usando-se fotos, desenhos ou caricaturas dos personagens propostos.

A fim de facilitar a dinâmica pode-se também restringir o universo de personagens, como por exemplo: desenho animado. Neste caso informa-se ao grupo em que universo seus personagens se encontram.

Outra adaptação, quando o tempo e o grupo permitem fazê-lo, é o de pedir àqueles que não conseguiram descobrir seu personagem que façam uma imitação do mesmo para o restante do grupo.

### 1.31 - Rolo de jornal

Objetivos: Dinâmica para apresentação dos elementos de um grupo num primeiro contato.

Nº de Participantes: no mínimo 20 participantes

Material: Um rolo de jornal.

Desenrolar:

Esta é uma dinâmica para conhecer-se, pela primeira vez, os companheiros de um grupo.

Forma-se um círculo de 20 elementos ou mais sentados. Cada qual dirá seu nome uma única vez e em voz alta.

Uma pessoa ao centro do círculo irá segurar um rolo de jornal (largo e grosso).

Se inicia da seguinte forma: um elemento qualquer do círculo dirá o nome de um dos que se anunciaram, por exemplo: Carla. Imediatamente a pessoa que está no centro do círculo tratará de identificá-la para dar-lhe uma jornalada (sem muita força), entretanto Carla ao escutar seu nome terá que lembrar-se rapidamente de outro nome que fora mencionado e dizê-lo apontando para a respectiva pessoa. Se não o fizer em tempo levará uma jornalada e ocupará o lugar daquele que estava ao centro do círculo. Se conseguir dizer o nome a tempo o que está no centro do círculo irá atrás deste último que foi mencionado para dar-lhe a jornalada. O jogo é no estilo batata-quente pois quem é chamado deve rapidamente chamar e apontar outro sem vacilar ou errar, sob o risco de levar a jornalada e ficar no centro do círculo.

### 1.32 - Toca, para e cria

Objetivos: Facilitar a aprendizagem de algum assunto ou tema, descontrair, possibilitar afinação de trabalho em equipe, exercitar a criatividade, entrosar o grupo.

Nº de Participantes: de 8 a 40 participantes

Material: Equipamento de som (CD, cassete ou similar), cartolinas, flip-chart, pincéis coloridos, fita gomada.

Desenrolar:

O facilitador informa que irá ser trabalhado ou desenvolvido um tema específico, utilizando música, dança, bate-papo, e muita criatividade.

Escolhem-se, previamente, de cinco a sete palavras-chaves do tema ou assunto que irá ser desenvolvido com o grupo. Estas palavras serão escritas no flip-chart.

Selecionam-se também, previamente, algumas músicas que possam ser tocadas para dançar, adequadas ao estilo do grupo.

As cadeiras podem ser afastadas a fim de que se tenha um ambiente mais livre para movimentos.

O facilitador solicita que se formem duplas informando: "Vocês vão conversar livremente, durante, aproximadamente, dois minutos, sobre a palavra que vou escrever no flip-chart (ou quadro). Ao final dos dois minutos, colocarei uma música e, cada dupla, começará a dançar. Quando a música parar, as duplas se desfazem e cada pessoa procurará uma outra pessoa e formará uma nova dupla. Nesse momento, eu já terei colocado no flip-chart (ou quadro) uma nova palavra, para uma nova conversa de mais dois minutos".

Em seguida pode-se sugerir grupos de três pessoas, para a terceira palavra, grupos de quatro pessoas, para a quarta palavra e assim sucessivamente.

Ao concluir todas as palavras, orienta-se cada equipe para formar uma frase, com sentido lógico, utilizando, na forma e ordem que quiser, as palavras relacionadas, que foram colocadas no flip-chart. Concede-se dez minutos para essa conversa grupal, de formação da frase.

Cada grupo deverá escrever a sua frase em uma cartolina (ou papel de flip-chart) e fixar em local estabelecido pelo facilitador.

O facilitador efetua a leitura das frases, destacando as semelhanças, explanando sobre o tema ou assunto, distribuindo um texto (se houver) para leitura, destacando tópicos de interesse.

Por consenso escolhe-se a frase mais bonita ou mais adequada ao assunto-tema e premia-se o grupo (se desejável) que formulou a frase escolhida.

### 1.33 - Um carro, uma flor, um instrumento

Objetivos: Permitir a apresentação dos integrantes de um grupo de forma descontraída.

Nº de Participantes: de 10 a 30 participantes

Material: Papel e caneta para cada participante.

Desenrolar:

O facilitador pede que cada participante escreva no papel o nome de um carro, de uma flor e de um instrumento musical com que se identifica.

Após todos escreverem o facilitador junta todos os papéis em uma caixa, misturando-os e redistribuindo-os entre os participantes.

Solicita-se então que cada pessoa, pela ordem, tente identificar quem é que o dono do papel que tirou. Se acertar deverá explicar como chegou a esta conclusão. Se errar continuará com o papel em suas mãos e passará a vez ao próximo participante que tentará adivinhar também.

Variações:

Pode-se alterar os objetos. Por exemplo: uma fruta, um esporte e uma música.

### 1.34 - Vou viajar

Objetivos: Quebra Gelo que ajuda a conhecer os nomes dos elementos do grupo.

Nº de Participantes: de 6 a 20 participantes

Material: Não necessita material

Desenrolar:

Nesta dinâmica não existem vencedores ou vencidos. A equipe poderá ajudar quanto alguém se sentir com dificuldades. O líder deve usar de perspicácia para induzir o grupo, quando necessário, à auto-ajuda.

A dinâmica pode ser aplicada de duas formas:

1a Variante :

Esta forma necessita de um líder para cada equipe.

Cada equipe se posicionará na forma de um círculo e afastada das demais equipes.

O líder por sua vez irá até equipe de sua responsabilidade, fazendo parte do círculo e dirá a frase: "Eu vou viajar e vou levar...", e diz qualquer coisa que lhe ocorra como por exemplo: "...um óculos".

O seguinte à sua esquerda irá dizer então: "Eu vou viajar e vou levar o óculos do...", repete o nome do líder, e continua dizendo "e também...", daí acrescenta outro objeto a sua escolha como por exemplo: "... um cãozinho".

A dinâmica prossegue com cada um mencionando os itens e respectivos donos de cada um que já tenha falado e assim por diante até o final do jogo.

Veja como ficaria o diálogo acima de forma contínua:

Marcelo (líder): "Eu vou viajar e vou levar um óculos."

Diana: "Eu vou viajar e vou levar: o óculos do Marcelo e um cãozinho."

Bruno: "Eu vou viajar e vou levar: o óculos do Marcelo, o cãozinho da Diana e um par de meias."

Cícero: "Eu vou viajar e vou levar: o óculos do Marcelo, o cãozinho da Diana, o par de meias do Bruno e mais uma caixa de bombons."

2a Variante:

Procede-se exatamente igual a 1ª variante da dinâmica mas sem separar em equipes, de forma que todo o grupo interaja.

Aqui existe a vantagem de que um único líder é o suficiente, entretanto esta variante se torna mais difícil para os participantes. Quanto o número for muito grande (acima de 10 participantes) é melhor considerar a 1ª variante da dinâmica (apesar de que determinados grupos conseguem ultrapassar facilmente este limite).

## 2. ASSERTIVIDADE

### 2.1 - Até que ponto sou assertivo

Objetivos: Rever na própria vida experiências de assertividade, agressividade e de não assertividade.

Nº de Participantes: Não há limites

Material: Não necessita material Desenrolar:

I. O facilitador lerá o texto abaixo, deixando um intervalo de tempo depois de cada história, para que os participantes identifiquem se o personagem foi assertivo, não assertivo ou agressivo; assim como, comentar experiências próprias que tenham recordado e qual resposta assertiva encontraram para o exemplo de não assertividade e de agressividade:

OCASIÃO EM QUE NÃO FUI ASSERTIVO:

Na semana passada meu irmão pegou R\$ 500,00 de minha carteira sem pedir-me; em consequência não pude ir ao cinema ver o filme que queria esta noite. Ele costuma fazer coisas como estas, mas nunca lhe digo nada.

OCASIÃO EM QUE FUI AGRESSIVO:

Uma amiga discutia comigo na oficina. Eu tinha dor de cabeça, assim lhe disse gritando que ela era uma pessoa sem consideração, imatura, e me fui deixando-a falando sozinha.

OCASIÃO EM QUE FUI ASSERTIVO:

Outro dia, ia eu com um amigo no carro e este me pediu um cigarro; lhe disse que fumar em um espaço tão reduzido e fechado não me agradava e pedi por favor, que não fumasse enquanto estivéssemos dentro do carro. Ele então apagou o cigarro.

II. O facilitador solicita aos participantes que façam uma autoanálise sobre os comportamentos (agressivo, assertivo e não assertivo) que demonstram em cada uma das áreas da vida:

- Saúde
- Trabalho
- Economia
- Família
- Sociedade
- Estudos (atuais)
- Valores

III. O facilitador divide subgrupos para que comentem suas respostas.

IV. O facilitador conduz um processo para que o grupo analise como se pode aplicar o que foi aprendido em sua vida.

### 2.2 - Concorde, discorde

Objetivos: Exercitar a capacidade de persuasão, formas de comunicação, bem como proporcionar aprendizagem.

Nº de Participantes: de 8 a 20 participantes

Material: Cartelas previamente elaboradas, contendo frases, expressões ou palavras que possam gerar polêmica ou elucidação.

Desenrolar:

Esta dinâmica é indicada para grupos de estudo ou treinamento formado por pessoas que já convivam juntas e que precisem exercitar sua comunicação e o "colocar-se no lugar do outro".

Previamente o facilitador espalha as cartelas no chão ou sobre uma mesa.

Cada uma das duplas deverá discutir sobre um tema (frase, expressão ou palavra), onde, um dos dois coloca todos os prós, e o outro, todos os contras, ou seja, um concorda com o que está escrito na cartela, o outro discorda.

O facilitador orienta que cada dupla, antes de pegar sua cartela escolha de quem vai concordar e quem vai discordar.

Solicita-se finalmente que UM dos membros de cada dupla vá até as cartelas e pegue uma.

Cada dupla terá cinco minutos para sua discussão, persuasão, aceitação ou, quem sabe, consenso.

Após cinco minutos invertem-se os papéis. Quem concordou passa a discordar vice-versa.

Ao final, o facilitador abre para comentários tais como:

- Quais os sentimentos ou dificuldades de concordar ou discordar?
- Como foi colocar-se no lugar do outro?
- Nossas opiniões foram baseadas em preconceitos?
- Temos ou não temos preconceitos?

Sugestões de frases ou palavras para as cartelas:

1. Componentes nucleares.
2. Aborto.
3. "Manda quem pode, obedece quem tem juízo".
4. Quem tem competência se estabelece.
5. A conquista é uma questão de sorte.
6. Habilitação no trânsito aos 16 anos.
7. Bater nos filhos.

8. Globalização.
9. Desmatamento na Amazônia.
10. Salário (altíssimo) de jogador de futebol.
11. Mulher no comando de empresas.
12. Homem cozinhando, fazendo supermercado, participando de reuniões de pais na escola, etc..
13. Distribuição das finanças no lar: cada um deve ser dono do seu salário.
14. TV por assinatura.
15. Sexo na Internet.
16. Infidelidade: os direitos são iguais?

### 2.3 - Consenso

Objetivos: Desenvolver o trabalho em equipe, assertividade e comunicação.

Nº de Participantes: Não há limites

Material: Um cópia do checklist para cada participante.

Desenrolar:

O facilitador distribui uma cópia do checklist para cada participante. Cada um deve selecionar as dez qualidades que consideram mais importantes em ordem decrescente de importância.

Quando tiverem terminado, pede-se para riscarem as cinco menos importantes.

Dão-se 10 minutos para o grupo chegar ao consenso sobre quais são as qualidades mais importantes para um profissional.

Checklist de qualidades pessoais:

Para mim é importante que uma outra pessoa:

tenha senso de humor seja sábia  
seja bondosa diga o que pretende  
seja divertida seja lógica  
seja compreensiva seja receptiva  
seja amigável tenha conhecimento  
seja ultrajante saiba escutar  
seja digna de confiança seja cínica  
seja extrovertida seja generosa  
tenha espírito esportivo seja confiante  
seja honesta seja atraente  
seja crítica seja calma  
seja capaz de entender os outros me compreenda  
seja falante seja correta  
escute com atenção seja agressiva  
seja criativa mantenha o controle  
seja elegante faça o melhor possível  
seja espontânea seja ativa  
seja madura seja previsível  
tenha espírito infantil seja consistente

### 2.4 - Direitos assertivos

Objetivos: Desenvolver o auto-conhecimento e a assertividade. Exploração da auto-afirmação, suas ligações e seus limites.

Material: Para cada participante: Folhas e lápis, Folha "Direitos Assertivos: Eu tenho direito", Folha "Direitos Assertivos: Os outros têm direito de receber de mim".

Desenrolar:

I. Solicita-se aos participantes que identifiquem individualmente os direitos que creem ter na família, no trabalho e na sociedade.

II. Formam-se subgrupos e se pede que destaquem, com as contribuições de cada participante, pelo menos cinco direitos que o subgrupo crê ter no ambiente familiar, do trabalho e social.

III. Quanto terminarem, cada subgrupo lerá suas conclusões pedindo-se que se expliquem separadamente cada um dos pontos solicitados.

IV. O facilitador pede então que, dado que foram determinados estes direitos, passem a determinar aqueles direitos os membros de sua família, os colegas de trabalho e a sociedade têm direito de receber de cada participante.

V. O facilitador conduz um processo para que o grupo analise como se pode aplicar o aprendizado obtido em sua própria vida.

DIREITOS ASSERTIVOS (folha para o participante)

EU TENHO DIREITO:

Em minha casa a...

Em meu trabalho a...

Em meu grupo de amizades a...

(folha para o participante)

OS OUTROS TÊM O DIREITO DE RECEBER DE MIM:

Em minha casa a...

Em meu trabalho a...

Em meu grupo de amizades a...

## 2.5 - Escalada

Objetivos: Permitir que os participantes experimentem êxito na comunicação em situações de tensão. Capacitar os participantes para a comunicação em situações de tensão.

Nº de Participantes: Não há limites

Material: Folhas de papel e lápis para cada participante.

Desenrolar:

O grupo deve ser dividido em subgrupos de 6 a 8 participantes.

I. O facilitador introduz a dinâmica e apresenta os objetivos.

II. Conduz-se uma chuva de ideias para formar uma lista de situações típicas de tensão (aproximadamente 10 minutos).

III. Conversa-se um pouco a fim de definir assertividade e apresentam-se algumas orientações específicas para a formulação de respostas assertivas.

IV. Distribui-se lápis e papel para que cada participante registre uma situação real ou hipotética que produza tensão e que eles gostaria de praticar para obter uma resposta adequada. Acrescenta-se que cada participante também deverá anotar uma resposta assertiva que gostaria que fosse capaz de obter na situação que descreveu. Dá-se um tempo de 10 minutos.

V. Os participantes formam pares para compartilhar o que cada um escreveu.

VI. Pede-se que os pares formem então grupos de 4 a 6 participantes

VII. O facilitador diz que cada um dos participantes de cada grupo vai voluntariamente compartilhar sua situação e lhe será pedido que responda aos membros de seu grupo.

VIII. O facilitador diz aos membros de cada grupo que se formem em uma fila e em frente ao voluntário e seu respectivo par. Explica que essas pessoas atuarão como "disputadores" para criar uma situação tensa. A pessoa da esquerda é designada como o "disputador suave" e os papéis vão aumentando da esquerda para a direita de tal forma que o membro da direita servirá como o "disputador mais severo".

IX. O facilitador explica os papéis (voluntário, companheiro e disputadores) que vão ser representados pelos membros do grupo:

1. O voluntário vai relatar a situação de tensão que havia descrito. Logo responderá a cada disputador por vez. Deverá fazê-lo com a resposta assertiva que havia exposto e que gostaria de ser capaz de dar.

2. O companheiro do voluntário vai se assegurar de que o voluntário entende a situação e apoiá-lo em sugerir respostas específicas e assertivas como seja possível. Ele acompanha o voluntário no seguinte: a) assegura-se de que os disputadores se apeguem as orientações que lhe foram dadas; b) oferece apoio, por meio de sua presença, ao voluntário; c) solicita retroalimentação positiva por parte dos membros do grupo ou sobre execução dos voluntários depois de cada novo disputador que lhes tenha enfrentado; d) consulta-se com o voluntário seguindo cada solicitação de retroalimentação, para uma melhor resposta até o seguinte disputador, o voluntário poderá ou não improvisar sua resposta.

3. Cada disputador vai desempenhar um papel de antagonista na situação descrita pelo voluntário e vai permanecer fiel àquela situação sem aumentá-la ou adaptá-la. Cada disputador vai caracterizar o papel com o grau de intensidade que lhe foi passado (suave ou severo). Os disputadores "suaves" podem fazer uma pergunta ou declaração, e aí se continua. (Os disputadores que se encontram na posição mais à direita são advertidos que não disputem de forma definitiva.) Finalmente, todos os disputadores têm que assegurar uma boa experiência para o voluntário, permitindo-o perseguir e desejar cada encontro.

X. Leva-se a fim então toda a caracterização (aproximadamente vinte minutos).

XI. Os membros de cada grupo discutem a atividade focando nos pontos que ajudaram ou bloquearam o voluntário no momento de dar respostas assertivas e em que grau as experiências fizeram com fossem aplicadas a sua confiança e suas aptidões para comunicar respostas.

XIII. Os passos X a XII se repetem com os outros voluntários, se puder-se contar com tempo suficiente.

XIII. O facilitador guia um processo para que o grupo analise como se pode aplicar o que foi aprendido em sua vida.

## 2.6 - Exercícios de assertividade

Objetivos: Verificar a assertividade dos participantes de um grupo.

Nº de Participantes: Não há limites

Material: Não necessita material

Desenrolar:

Cada participante irá, por sua vez, responder ao grupo como se comportaria diante de uma das situações abaixo.

O facilitador pode sortear ou escolher a situação de acordo com o participante, sendo que mais de um participante pode utilizar a mesma situação pois, provavelmente, eles irão apresentar soluções diferentes para um mesmo caso:

1. Você cometeu um erro em algum aspecto do seu trabalho. O seu superior lhe diz asperamente que isso não é admissível num cargo como o seu. A aspereza do seu chefe tem sido muito frequente em qualquer situação. Você tem se sentido muito mal com isso. Você...

2. Um dos seus colegas de trabalho na empresa tem feito críticas sobre você e seu trabalho, até para o seu chefe. Você...

3. Um amigo pede emprestado o seu carro novo para sair com a namorada. Você...

4. Um colega de faculdade que você não gosta muito, costuma ligar para sua casa na hora do jantar, que é o único momento que você tem para ficar com sua família. Você...

5. Sua namorada (a) engordou um pouco nos últimos tempos, e isso te incomoda. Você...

6. Um dos seus clientes costuma te ligar quando você está se preparando para encerrar o expediente.

Você...

## 2.7 - Foto-proteção

Objetivos: Permitir a cada um expressar sua maneira de ser. Descrever como cada pessoa se expressa segundo sua experiência.

Nº de Participantes: Não há limites

Material: Uma fotografia por equipe que manifeste uma situação humana de forma um pouco "camuflada" para que seu significado não seja evidente, mas não de forma tão velada que seu significado seja totalmente vago, quer dizer, uma fotografia que ajuda a imaginação e a projeção pessoal.

Desenrolar:

Para esta dinâmica dividi-se o grupo em equipes de 4 a 6 participantes.

I. O facilitador mostra uma fotografia (cada equipe receberá uma foto). Cada participante terá 5 minutos para descrever o que se aconteceu antes desta foto, que está acontecendo nela e o que vai acontecer depois.

II. Cada equipe vai passando a foto de mão para os participantes da mesma.

III. Quando cada participante tenha escrito sua narração, comentará de forma verbal, pelo menos durante 3 minutos, com os companheiros de sua equipe, a sua percepção do antes, durante e depois da cena da foto.

IV. Quando cada um dos participantes da equipe tenha exposto sua percepção da cena, o facilitador pedirá a cada equipe que escolha um voluntário para participar de um breve plenário.

V. O facilitador conduz uma discussão dirigida para que o grupo analise como se pode aplicar o que foi aprendido em sua vida.

## 2.8 - Laranjas Ugli

Objetivos: Colocar os participantes em situação de negociação a fim de se observar a negociação, persuasão, criatividade, foco no objetivo, fluência verbal, produtividade sob tensão e saber ouvir.

Nº de Participantes: de 15 a 25 participantes

Material: Cópia do texto para cada participante.

Desenrolar:

Escolher de um a três voluntários que representarão o produtor de laranjas ugli e dividir o restante da turma em dois grupos.

Texto para os produtores:

Vocês são os únicos produtores de laranjas ugli no País, uma qualidade rara de laranjas, uma verdadeira descoberta, com sementes importadas do Oriente Médio que segundo as últimas descobertas, tem um grande poder curativo e poderá ser usado na composição de drogas poderosas no combate a doenças graves. Trata-se de uma produção modesta.

Em breve estarão recebendo algumas propostas de grandes laboratórios.

Cada um dos laboratórios que estão interessados na produção de Laranjas Ugli precisam de um componente específico da Laranja. Um está interessado na casca, outro do bagaço, e assim por diante. Entretanto este detalhe não será abordado pelos produtores, esperando-se que os representantes dos Laboratórios percebam e entrem num acordo ganha-ganha. Ainda sobram o suco e a semente. As sementes interessam aos produtores para replantio. Os produtores investiram no plantio desta qualidade de Laranja com objetivo de lucro e a procura dos Laboratórios valorizam ainda mais esta qualidade de laranjas.

Texto do grupo 1:

Vocês fazem parte do quadro de cientistas de um grande Laboratório multinacional, Labo-saúde, que está prestes a descobrir uma droga que será a solução definitiva para a cura da Aids. Estão dependendo apenas de uma matéria prima rara, a casca da laranja ugli, muito difícil de ser encontrada no mercado, porém acabaram de descobrir um produtor de laranjas Ugli, que tem uma produção abaixo das necessidades do Labo-saúde, mas devido a grande dificuldade de se conseguir esta espécie rara de laranjas, é uma grande descoberta e o Laboratório empenhará todos os seus esforços para que esta produção seja integralmente fornecida para este grandioso projeto. Fechar negócios com esse produtor será a solução para que o Labo-saúde resolva todos os seus problemas financeiros e assuma expressão no mercado mundial pela grande descoberta...

Texto do grupo 2:

Vocês fazem parte do quadro de cientistas de um grande laboratório: Labormed, que acaba de descobrir uma droga que previne e cura de qualquer tipo de câncer. O grande drama está sendo em relação a matéria prima que é o bagaço da laranja ugli, para confecção da droga. Acabaram de ter notícias de um produtor cuja produção inteira viria atender a necessidade do laboratório para colocar no mercado uma droga que iria prevenir e aliviar o sofrimento de muitas pessoas. O grande desafio do Labormed é convencer esse produtor de laranjas tão raras e valorizadas, a fornecer toda sua produção em benefício deste projeto que será um grande benefício para a humanidade além de lançar o Labormed entre os maiores Laboratórios do mundo.

Cada equipe terá a missão de convencer o produtor a fornecer toda a sua produção de laranjas ugli. O facilitador solicitará as duas equipes que leiam suas informações e dará 10 minutos para escolherem um negociador que representará a empresa em reunião com produtores de laranja. A reunião deverá durar 20 minutos, ao fim da qual deverão ter chegado a alguma conclusão.

Após chegarem à conclusão final, os participantes fazem avaliação da sua participação e do resultado da reunião.

## 2.9 - O que é você?

Objetivos: Facilitar a apresentação, identificação, levantamento de expectativas, análise, analogias, reflexão, avaliação e comunicação.

Nº de Participantes: até 10 participantes

Material: Objetos pessoais, objetos de escritório, sucata.

Desenrolar:

Colocam-se vários objetos dos participantes no chão da sala de modo que todos possam ver (brincos, relógio, pulseira, anel, caneta, etc.).

O grupo, sentado em círculo, observa os objetos e, ao comando do facilitador, escolhe aquele que mais lhe agrada.

Um a um, os participantes vão se apresentando através do objeto, como se fosse ele, verbalizando em primeira pessoa.

- O que sou eu?
- Quais minhas características?
- Quais são meus sonhos?
- Quais são minhas expectativas?
- O que eu pretendo no evento?

## **2.10 - Submissão, agressão, assertividade**

Objetivos: Experimentar e diferenciar os comportamentos não verbais assertivos, dos agressivos ou de submissão. Aumentar a consciência do nosso comportamento assertivo.

Nº de Participantes: Não há limites

Material: Flip-chart e pincéis atômicos.

Desenrolar:

I. O facilitador pede aos participantes que façam uma lista do que associam com a palavra "assertivo" e registrem suas respostas no flip-chart.

II. Pede-se a eles que pensem no indivíduo mais submisso que conheçam, (quer dizer, não assertivo).

Individualmente imaginem as características de conduta que associam com essas pessoas. Posteriormente, o facilitador pede a todos que andem de um lado para o outro, tomando atitudes submissas, sem utilizar-se de palavras.

III. Depois de 5 minutos, pede-se aos participantes que permaneçam como "estatuas", em uma posição que demonstre comportamento submisso e olha as pessoas ao ser redor, identificando similaridades em seus comportamentos.

IV. O facilitador solicita comentários sobre as manifestações não-verbais de submissão (ou não assertivas). Faz um alista com elas no flip-chart. Normalmente os comentários incluirão componentes tais como um contato visual, posturas, expressões faciais e interação à distância.

V. Depois que todas as respostas são registradas pelo facilitador, os participantes trocam de seu comportamento de submissão para um de agressividade. Novamente, pede-se que pensem no comportamento da pessoa mais agressiva que tenham visto, utilizando o espaço do local da forma que desejaram para desempenhar seu papel agressivo com atitudes não-verbais. A única restrição que existe é que não existam abusos físicos ou destruição de propriedade.

VI. Ao final dos 5 minutos, o facilitador orienta aos participantes que permaneçam como "estatuas", mostrando um comportamento agressivo e olhando ao seu redor para observar similaridades no comportamento dos outros participantes.

VII. Posteriormente se solicita comentários sobre as similaridades dos comportamentos não-verbais que foram observados e que estão relacionados com a agressividade, anotando os comentários no flip-chart.

VIII. O facilitador descreve as características do comportamento de uma pessoa assertiva, enfocando os componentes não-verbais. "A pessoa assertiva estabelece bom contato visual, para confortavelmente mas firme sobre seus pés, com seus braços estendidos naturalmente. A pessoa assertiva defende seus direitos ao mesmo tempo que respeita aos demais; está consciente de seus sentimentos e os trabalha tão logo estes se manifestem, cuida de suas tensões e reorienta-as de forma construtiva". Se pode resumir: "A pessoa assertiva usa frases com "EU", usa palavras cooperativas, controla orações que enfatizam seu interesse e busca equilíbrio em seu poder".

IX. O facilitador solicita aos participantes que pensem em uma pessoa que tenham observado e que se adaptem, da melhor forma possível, a sua descrição de uma pessoa assertiva e representem o comportamento dessa pessoa de forma não-verbal.

X. Depois de 5 minutos, o facilitador pede que aos participantes que permaneçam como "estatuas", como feito anteriormente e que observem e comparem a conduta dos demais.

XI. O facilitador conduz então uma discussão dirigida sobre as diferenças entre os comportamentos: submisso, agressivo e assertivo, fazendo uma lista no flip-chart. Pode-se fazer uma comparação desta lista com as respostas originais que foram anotadas no passo I.

XII. O facilitador conduz uma discussão sobre a aplicação do comportamento assertivo nas situações cotidianas. Orienta os participantes a discutirem situações em que eles são geralmente assertivos e outras em que eles gostariam de ser mais assertivos.

XIII. O facilitador conduz um processo para que o grupo analise como se poderia aplicar o aprendizado em sua vida.

## **2.11 - Vamos praticar**

Objetivos: Identificar as características de personalidade dos participantes com base no esquema da Teoria da Assertividade.

Nº de Participantes: Não há limites

Material: Folhas de papel e lápis para cada observador.

Desenrolar:

I. Com antecedência o facilitador prepara um tema para discussão.

II. O facilitador divide o grupo em equipes de 4 participantes e seleciona um dos integrantes de cada equipe para que desempenhe o papel de observador.

III. O facilitador reúne-se em local separado com os observadores e explica-lhes que cada equipe terá 20 minutos para discutir o tema e seu trabalho será o de observar o papel que cada pessoa do grupo adota durante a discussão.

IV. O facilitador explica à equipes que terão 20 minutos para discutir sobre o tema.

V. As equipes começam a discutir sobre o tema.

VI. O facilitador reúne o grupo em uma plenária e explica que o tema e a discussão em si não eram tão importante nesta atividade, o que se pretendia era identificar o papel que cada um tomou na discussão (quem foi liderado, quem permaneceu calado, etc). Solicita-se aos observadores que apresentem suas anotações.

VII. O facilitador expõe, de maneira breve, a Teoria da Assertividade e conduz um processo para que cada indivíduo se identifique como assertivo, agressivo ou não assertivo.

VIII. O facilitador conduz um processo para que o grupo analise como se pode aplicar o que foi aprendido em sua vida.

### 3. COLETIVOS

#### 3.1 - A linha

Objetivos: Promover o conhecimento do grupo. Fortalecer o senso de colaboração entre os participantes.

Nº de Participantes: no mínimo 8 participantes

Material: Um banco, borda de jardim ou tronco de árvore, de uns 25cm de largura por 30cm de altura (o suficiente para colocar-se os participantes postados em cima deste, e lado a lado, de forma que não se consiga passar facilmente por outro companheiro sem forçá-lo a cair).

Desenrolar:

Sobre o banco ou tronco, coloca-se o grupo (se este for de 8 a 15 participantes) ou as equipes formadas de 8 integrantes cada uma (se o local não permitir acomodar-se todas as equipes ao mesmo tempo dever-se-á conduzir a dinâmica por turnos, alternando com outras atividades para as demais equipes, se for o caso). Os participantes estarão em linha, lado a lado, e voltados para o facilitador.

O facilitador pedirá então que as equipes se organizem em ordem alfabética de nome, dando 10 segundos para que executem a tarefa. A regra é que não se pode colocar o pé no chão ou apoiar-se em parede ou outro objeto que esteja próximo ao local.

Este jogo é colaborativo e depende de um perfeito sincronismo da equipe para que consigam êxito. As falhas não necessariamente precisam ser anotadas pois o principal é a colaboração e a participação de todos.

Passados os 10 segundos o facilitador pode pedir outras formas de organização às equipes, tais como: por altura, mulheres à esquerda e homens à direita, por tempo de profissão, por signo, time de futebol, mês de aniversário, etc.

"Nesta dinâmica pode-se perceber possíveis líderes de grupo, pois para que a organização seja realizada, naturalmente, alguém terá que tomar a frente do grupo."

#### 3.2 - Corrida louca

Objetivos: Atividade dinâmica para realizar em grupo. Permite descontrair a equipe pois geralmente provoca muitos risos e gritaria.

Nº de Participantes: Não há limites

Material: Vários papezinhos com ordens. Uma cadeira.

Desenrolar:

Cada equipe forma uma fila indiana com os componentes. Distante alguns metros está uma caixa em cima de uma cadeira contendo vários papezinhos com ordens a serem cumpridas. Ao sinal do facilitador, a primeira pessoa de cada equipe corre até a caixa e pega um dos papezinhos, lê o que está escrito e cumpre a ordem o mais rápido que pode. Antes de voltar a sua equipe, o jogador deve tocar na cadeira e em seguida regressar rapidamente, batendo na palma da mão do próximo da fila de sua equipe.

Eis algumas ordens como modelo:

1. Correr ao redor da cadeira 5 vezes enquanto grita continuamente: "estou louco, estou louco!".
2. Correr até uma pessoa de outra equipe e fazer-lhe uma reverência, curvando o corpo adiante e baixando a cabeça.
3. Ficar em um pé só enquanto segura o outro pé com uma das mãos, inclinar a cabeça para trás e contar: "10, 9 8, 7, 6, 5, 4, 3, 2, 1, ZERO".
4. Tirar os sapatos e recolocá-los trocando os pés.
5. Sentar-se no chão, cruzar as pernas e cantar o seguinte: "tenho uma mão vestida de azul, sapatinho brancos, vindo lá do sul".
6. Ir até a última pessoa de sua equipe e fazer três caretas diferentes, voltar até a cadeira para tocá-la.
7. Sentar em uma cadeira, ou no chão, cruzar os braços e rir bem forte e alto durante 5 segundos.

#### 3.3 - Grupos de consenso

Objetivos: Desenvolver a conduta individual na busca de um consenso coletivo.

Nº de Participantes: Não há limites

Material: Não necessita material

Desenrolar:

O grupo receberá uma situação e deverá chegar a um consenso. O facilitador também pode fazer com que cada um chegue a seu consenso, e depois podem chegar em consenso em grupo.

Situação:

"Você assumiu a gerência de um departamento de uma firma terrivelmente desorganizada. A sua missão objetiva



é exatamente corrigir as irregularidades existentes. Para isso você tem plenos poderes. Você terá como primeira função, demitir metade dos seus funcionários. Portanto, dos funcionários abaixo, escolha 5 que deverão permanecer com você na empresa e 5 que deverão ir embora".

1. O Sr "A" tem cinquenta anos de idade, sendo vinte no emprego. É rabugento, mal humorado e lento.
2. A senhorita "B" é secretária, muito bonita, mas de baixíssimo QI. Tem vinte e três anos, é assídua e pontual. É péssima em datilografia.
3. O Sr "C" é jovem de dezenove anos, de bom potencial, mas bastante indisciplinado e impontual. Já sofreu várias punições, mas comenta-se que é apadrinhado de um diretor.
4. O Sr "D" é um sujeito muito competente, apesar de muito nervoso e violento. Tem o mal habito de gritar com as pessoas.
5. A Sra. "E" é excelente datilógrafa, mas muito fofoqueira. Ocupa o telefone o dia inteiro batendo papo e fazendo fofocas. Além disso, tem saúde fraca, o que a faz ausentar-se com frequência.
6. O Sr "F" é economista, exímio na área econômico-financeira. Contudo, tem o vício da embriaguez, o que faz ausentar-se muito e ser grosseiro com as pessoas. Anda sempre armado.
7. O Sr "G" é ex-toxicômano, recém saído de um tratamento. Admitido há menos de um mês, ainda não mostrou suas qualidades.
8. A senhorita "H", escriturária bilingue. Não leva o trabalho muito a sério, pois seu sonho é ser atriz, de cinema. Nos últimos doze meses, já mudou de emprego 4 vezes.
9. A Sra. "I" viúva de cinquenta e nove anos. Exímia arquivista, mas de péssimo relacionamento. É a mais antiga na firma. Tem sérios problemas cardíacos, em razão não pode ser contrariada.
10. O Sr "J" passa o dia contando piadas, ou fazendo brincadeiras de mau gosto. Sua única vantagem é a força física descomunal que possui, útil para trabalhos pesados. É muito preguiçoso.

### 3.4 - Romance

Objetivos: Oferecer um momento de descontração e, ao mesmo tempo, trabalhar a criatividade dos participantes.

Nº de Participantes: até 15 participantes

Material: Lápis e papel para cada um e a lista de perguntas para o coordenador da dinâmica.

Desenrolar:

Cada participante receberá um pedaço de papel e lápis. A todos se pedirá que escrevam, em ordem, o seguinte (é bom que se escreva o número de cada pergunta):

1. Um nome
2. Um lugar distante
3. Uma ideia
4. Um espaço determinado de tempo
5. Um desejo
6. Um número
7. Sim ou não?
8. Uma cor qualquer
9. Uma medida
10. Um hábito
11. Uma certa soma de dinheiro
12. Uma atitude
13. Uma canção
14. Nome de uma cidade

Assim que todos tiverem terminado esta parte, o facilitador começará a fazer as seguintes perguntas a cada participante. À pergunta 1ª, equivale o que estiver escrito na primeira linha da parte anterior do exercício.

Perguntas:

1. Qual é o nome do seu noivo(a)?
2. Onde se encontraram pela primeira vez?
3. Que idade ele(a) tem?
4. Quanto tempo namoraram?
5. Quais são os seus propósitos?
6. Quantas declarações de amor você recebeu?
7. É pretensioso(a), é convencido(a)?
8. Qual a cor dos seus olhos?
9. Que número de sapato calça?
10. Qual é seu pior defeito?
11. Quanto dinheiro tem para gastar com ele(a)?
12. Qual é a sua maior virtude?
13. Que canção gostaria de escutar no seu casamento?
14. Onde vocês vão passar a lua de mel?

Esta lista pode ser aumentada ou modificada, dependendo do tipo de participantes. Apresentamos apenas como sugestão.

### 3.5 - Técnica do jornal

Objetivos: Trabalhar o equilíbrio, o ato de acolher e ser acolhido, e o sentimento em relação ao próximo.

Nº de Participantes: Não há limites

Material: Uma folha de jornal para cada participante do grupo.

Desenrolar:

Cada pessoa recebe uma folha de jornal, abre e coloca no chão à sua frente.

O facilitador fala: DENTRO - a pessoa pisa sobre o jornal. Depois fala FORA - a pessoa sai de cima do jornal.

Depois fala: TROCANDO DE LUGAR - a pessoa pisa sobre o jornal do colega ao lado.

Após alguns comandos, o facilitador retira um jornal e quem sobrar, fica junto a outro colega no jornal dele.

E assim sucessivamente vai tirando outros jornais, até que não caiba mais todos no mesmo jornal.

#### 4. COMUNICAÇÃO

##### 4.1 - 5 bolas

Objetivos: Trabalho em equipe e avaliação de processos focando em resultados.

Nº de Participantes: Não há limites

Material: 5 bolas.

Desenrolar:

O facilitador solicita que o grupo fique em círculo, contando quantos são os participantes.

Regras:

1. A bola inicia-se na contagem 1 e deve sair do jogo no número referente à quantidade de participantes (por exemplo, 38);
2. A bola deve fazer esse caminho (1 ao 38), passando na mão de todos;
3. A bola não pode ser passada em ponte aérea, devendo ser passada com, no mínimo, duas pessoas de distância no círculo;
4. se a bola cair no chão, deve voltar na contagem 1;
5. Serão colocadas no jogo 5 bolas e poderão existir várias bolas passando ao mesmo tempo. O facilitador é quem coloca as bolas no jogo;
6. O tempo para a realização da tarefa dado pelo facilitador vai de um minuto e meio dois minutos e meio, dependendo do tamanho da equipe;
7. São dados 20 minutos para que as pessoas possam se planejar, antes do início do desafio.

Nota: No momento do CAV (Ciclo de Aprendizagem Vivencial) ou processamento da vivência, pode-se avaliar a equipe em três aspectos:

- Resultado
- Comprometimento
- Processo

Possíveis temas a discutir:

- Passar e receber a bola (informação X comunicação).
- Saber ouvir e fazer-se entender.
- Planejamento eficaz X planejamento ineficaz.
- Estratégia compartilhada.
- Importância de se ter foco individual, mas uma visão sistêmica para a aquisição de resultados.

##### 4.2 - A colagem

Objetivos: Comunicar uma mensagem de maneira criativa, usando instrumentos simples e material impresso disponível (revistas, jornais, etc).

Nº de Participantes: Não há limites

Material: Papelógrafo para todos os grupos, revistas, jornais, tesoura, cola, pincel atômico.

Desenrolar:

Divide-se o grupo em equipes de 5 a 8 pessoas.

O facilitador da dinâmica explica em que consiste a colagem: é um cartaz feito por diversas pessoas, com recortes, fotos, ou outros, para comunicar o que pensam estas pessoas sobre determinado tema. (O coordenador pode relembrar o tema que está sendo discutido).

As equipes, de 5 a 8 pessoas discutem o tema. Buscam fotos, recortes, letras de jornais e outros para expressar o que discutiram. Colam tudo num papelógrafo. As diferentes colagens são apresentadas em plenária e discute-se o que cada colagem quis dizer.

As pessoas que fizeram a colagem podem complementar as interpretações, se for preciso.

"Esta dinâmica pode ser usada para avaliar um grupo. Existe sempre um ponto em comum, ou seja, o ponto onde as diferenças se integram. Refletir e buscar qual é o ponto de comum união (comunhão)."

##### 4.3 - A copa do mundo

Objetivos: Desenvolver e/ou permitir a detecção das capacidades de: comunicação e expressão, análise e síntese, senso de realidade e trabalho em equipe.

Nº de Participantes: de 10 a 20 participantes

Material: Cópia do texto para cada equipe.

Desenrolar:

O facilitador divide o grupo em equipes, dando 10 minutos para discussão do texto A Copa do Mundo.

Abre-se a discussão informando ao grupo que devem chegar a um consenso sobre a situação.

Comentários:

O facilitador poderá intervir durante a discussão questionando colocações (a fim de averiguar qual a linha de pensamento utilizada pelo participante) ou mesmo perguntando a um participante menos ativo qual a posição dele sobre o que um determinado colega acabou de falar. Esta estratégia é essencial principalmente em grupos com um grande número de pessoas.

Em muitas organizações o processo decisório é algo que envolve não só escutar o outro, mas, principalmente,

identificar os prós e os contras de cada situação para, somente depois, tomar uma posição baseada em argumentos coerentes e nas opiniões dos membros da equipe.

#### A COPA DO MUNDO

A Copa do Mundo é um dos eventos mais esperados pelos apaixonados por futebol no mundo todo. Apesar de ainda faltar alguns anos, a Seleção Brasileira já está se preparando para mais esse grande espetáculo do esporte.

A Telez foi convidada para ser um dos fornecedores de tecnologia para viabilizar a execução de um dos maiores eventos de interação via Internet já ocorridos no País - um chat com o Técnico da Seleção e a Equipe de Jogadores antes da entrada no campo, durante os intervalos e após o jogo.

A participação nesse evento propiciará uma visibilidade internacional para sua empresa, além de um faturamento comparável a 20% de sua receita do ano passado. Não há dúvidas de que estrategicamente e financeiramente é muito importante ser escolhido como fornecedor desse evento.

Os dilemas:

A Telez é uma empresa de transmissão de dados e voz via cabo. Sua rede vem sendo modernizada nos últimos 4 anos, mas ainda existem áreas nos grandes centros cuja qualidade da operação está limitada em função da antiguidade da rede.

No evento da Copa está previsto o volume de 6 milhões de pessoas utilizando o acesso discado para participar do chat a cada jogo. Em algumas regiões importantes, como por exemplo, o interior de São Paulo, a rede de cabos ainda não foi restaurada para assegurar qualidade de serviço no volume de acessos que está sendo esperado.

A Equipe de Planejamento de Rede realizou estudos e já indicou que, em 40% das regiões onde o volume de acesso deve ser alto, a qualidade da rede não será capaz de suportar e viabilizar o serviço de qualidade.

Alternativas:

1. Aceitar o convite e fornecer o serviço de acesso via internet ao chat com a equipe da seleção, sabendo que, nesta alternativa, existe o risco de comprometer a imagem da Telez em algumas regiões onde o serviço pode ser interrompido.

2. Declinar ao convite, assumindo o prejuízo à imagem e à lucratividade, se ocorrerem problemas no serviço.

Observações:

Você não tem orçamento para restaurar a rede nessas áreas. Qualquer utilização de verba extra para esse projeto implicará em não atendimento do cronograma de manutenção preventiva e corretiva em outras áreas com grande concentração de usuários e com longo tempo de espera.

A Telez passa por um momento financeiro de queda de lucratividade em função da perda de faturamento, especialmente após a entrada de um novo concorrente.

#### 4.4 - A peça que faltava

Objetivos: Observar o trabalho em equipe, comunicação, liderança e comportamento sob pressão.

Nº de Participantes: até 25 participantes

Material: 8 quebra cabeças de 20 peças cada, 1 envelope para cada participante contendo peças variadas e misturadas dos 8 quebra-cabeças, cartaz informando as regras do jogo.

Desenrolar:

O facilitador expõe ao grupo:

"Vocês vão receber um envelope contendo peças de alguns quebra-cabeças que só deverão ser abertos quando for sinalizado o início do jogo.

A tarefa será montar os quebra-cabeças. O trabalho é em equipe e não individual."

Regras do Jogo:

Todos deverão trabalhar em silêncio total (não será permitida a comunicação verbal).

As peças que você não quiser poderão ser passadas somente para seu companheiro da direita.

Você não pode tomar peças, apenas ceder as que você não quiser.

Fase I

Não informar o tempo (15 minutos).

Pode-se dar dicas: algumas pessoas estão segurando peças e ferramentas necessárias para a entrega do serviço.

Fase II

Informar o grupo que dispõem de 10 minutos para acertarem o processo e procedimentos para a obtenção do resultado necessário.

Fase III

Disponibilizar mais 10 minutos para o fim das atividades.

#### 4.5 - Anúncio classificados

Objetivos: Apresentação, indicado para início de curso, ajudando a romper o gelo e despertando interesse de uns pelos outros.

Nº de Participantes: Não há limites

Material: Papel e canetas coloridas para todos, fita adesiva para prender os anúncios na parede ou quadro.

Desenrolar:

O facilitador entrega a cada participante uma folha em branco, solicitando que, em dez minutos, cada um deve escrever um Anúncio Classificado, como os que se veem nos jornais, oferecendo algum serviço, curso ou outra coisa. O anúncio terá o objetivo de anunciar a própria pessoa por intermédio de um produto ou serviço com o qual ela se identifica.

O facilitador informa que ninguém deve escrever o próprio nome no anúncio.

Os classificados deverão ser afixados na parede e os participantes poderão lê-los durante alguns minutos,

tentando descobrir quem são as pessoas anunciadas.

Ao final o facilitador conduz uma discussão dirigida perguntando inicialmente:

- Quem se reconheceu através do anúncio classificado?
- Quantas pessoas pensavam se conhecer e descobriram que não se conheciam direito?
- Como cada um se sentiu, vendo seu anúncio classificado sendo lido pelos outros?

"Podemos trocar os anúncios entre os participantes, sem necessariamente colocar na parede ou no quadro."

#### **4.6 – Argolas**

Objetivos: Propiciar um momento de feed-back ao grupo, facilitando a manutenção ou mudança de comportamentos e atitudes.

Nº de Participantes: Não há limites

Material: Argolas verdes e amarelas, em número proporcional aos participantes do grupo.

Desenrolar:

Pede-se que os participantes formem um círculo único.

O facilitador entrega duas argolas a cada participante, sendo uma verde e outra amarela. O verde vale por um reforço positivo a alguma qualidade percebida. O amarelo vale como um ligeiro toque, ou um sinal de alerta, quanto a algum aspecto observado.

Ao som de música instrumental suave, o facilitador pede que cada colega vá oferecendo as argolas aos demais, de acordo com as seguintes regras:

- Cada participante só poderá entregar uma argola se comunicar ao colega a qualidade observada, se verde, ou o significado do alerta, se amarela.
- Cada participante só poderá entregar uma argola para um mesmo colega.
- Uma argola só pode ser entregue se o colega ainda não recebeu uma daquela cor.
- Cada participante só poderá receber duas argolas, sendo uma de cada cor

Ao final o facilitador permite que todos comentem livremente o exercício. É importante dar um tempo suficiente para que todos possam se expressar, uma vez que este exercício revolve em profundidade a auto-imagem da pessoa.

#### **4.7 – As cadeiras**

Objetivos: Desenvolver o poder comunicação e negociação de conflitos.

Nº de Participantes: Não há limites

Material: Uma cadeira.

Desenrolar:

O facilitador separa os participantes em pares e define um voluntário, o qual se que sentará na cadeira.

O outro voluntário terá a tarefa de persuadir o primeiro a levantar-se da cadeira.

Cada dupla ao seu tempo vem à frente para a representação.

Para a representação o facilitador irá, a cada dupla, dizer que a cena se passará em um "pano de fundo"

Situações para o "pano de fundo":

- Encontrar alguém sentado no seu lugar no teatro.
- Voltar do toalete e encontrar alguém no seu lugar, no cinema.
- Encontrar o seu lugar ocupado no segundo dia de um programa de treinamento.
- Um garçom desastrado.
- Um maitre tentando fechar o restaurante.
- O operador de uma cadeira elétrica.
- Estar sentado num avião caindo.
- A mãe chamando o filho para o jantar.
- Um dentista.
- Um oficial evacuando o Titanic.
- Um enfermeiro querendo levar o paciente para a cama.
- Uma pessoa idosa querendo se sentar no ônibus.

#### **4.8 – Aulinha**

Objetivos: Verificar grau de conhecimento técnico; cultura (geral); comunicação e expressão; capacidade de síntese; clareza e linguagem clara, correta e expressiva.

Nº de Participantes: Não há limites

Material: Papel e caneta para cada participante, flip-chart.

Desenrolar:

O facilitador fornece a cada participante o título de um tema para dissertação, podendo ser utilizado somente um tema para o grupo ou vários temas com uma introdução para auxiliar os participantes.

Entrega-se uma folha em branco para que cada participante possa lançar nela, no mínimo, dois assuntos da atualidade ou de notícias recentes de jornais. Em seguida o facilitador irá recolher os assuntos propostos, expondo-os (através de flip-chart ou lendo-os) aos participantes para que escolham um deles. Alguns vão preferir seus próprios temas enquanto que outros vão decidir mudar para um tema mais atraente e relevante à sua personalidade ou preferência pessoal.

O facilitador ainda pode fornecer, à sua escolha, cada participante um assunto da lista ou sortear os artigos entre os participantes.

A seguir passa-se as seguintes informações:

- Com base no artigo, cada participante terá que preparar uma aula;
- O candidato deverá planejar a aula e poderá se valer dos recursos disponíveis (retroprojetor; quadro branco; flip-chart; multimídia, etc) e das técnicas mais convenientes para o desenvolvimento da aula;

- O tempo de apresentação deverá ser, no mínimo de 5 minutos e, no máximo, 10 minutos;
- O candidato terá 45 minutos para preparar/planejar a apresentação;
- Na sua apresentação, será sinalizado o tempo para o candidato da seguinte maneira: no 8º minuto, cartão amarelo, indicando que faltam 02 minutos para acabar o tempo, e, no 10º minuto, cartão vermelho, sinalizando que o tempo acabou, quando então encerra-se a exposição;
- A "plateia" não poderá interromper o palestrante. Alternativa: Se alguém tiver pergunta, fará por escrito, durante a exposição;
- Ao final de cada apresentação as perguntas serão entregues ao facilitador, que as repassará aos participantes. Ao final de todas as apresentações haverá uma rodada final que será de 1 minuto para cada palestrante responder às perguntas;
- Será sorteada na hora a ordem de apresentação dos temas;

Indicadores de qualidade quanto à apresentação:

- O palestrante demonstrou compreensão do conteúdo?
- O conteúdo foi apresentado com argumentação consistente?
- O conteúdo foi apresentado com objetividade?
- O "palestrante" agregou informações à matéria proposta?
- O "palestrante" fugiu do tema?
- O palestrante utilizou bem o tempo estimado?

Indicadores de qualidade quanto ao apresentador:

O palestrante "chamou a atenção" por:

- Sua empatia?
- Sua dicção?
- Sua voz e seu vocabulário? (voz vibrante? Convincente? Sem vida? Fraca?)
- Domínio da plateia?
- Sua ansiedade?
- Vícios de linguagem?
- Gesticular demais?
- Falar como um robô?
- Demonstrar segurança?
- Apresentar suas ideias de forma clara e objetiva?
- Fazer uma apresentação motivadora?
- Interagir com a plateia?
- Ser criativo?
- Utilizar adequadamente os recursos disponíveis?

Indicadores de qualidade quanto à didática:

- Perfeito domínio e segurança do conhecimento que é objeto da exposição;
- Exatidão e objetividade dos dados apresentados;
- Discriminação clara entre o que é essencial ou básico e o que é acidental ou secundário;
- Organicidade, ou seja, boa concatenação das partes e subordinação dos itens de cada parte;
- Correção, clareza e sobriedade do estilo empregado;
- Linguagem clara, correta e expressiva;
- Conclusões, aplicações ou arremate definido.

Sobre o planejamento:

- Definir os objetivos com clareza e precisão;
- Selecionar as informações que pretende transmitir e organizar a sequência de ideias em função do tempo disponível;
- Escolher os materiais e os recursos dos conteúdos essenciais a serem transmitidos, sob a forma de resumo ou sinótico, para usar no decorrer da aula como material de apoio;
- Distribuir os assuntos a serem transmitidos pelo tempo disponível.

Durante a exposição:

- Apresenta inicialmente à "plateia" o assunto que vai ser abordado no decorrer da exposição e mostra suas ligações com temas já estudados e conhecidos;
- Introduz o conteúdo partindo dos conhecimentos e experiências anteriores (o que o "aluno" já conhece);
- Estabelece clima adequado entre os participantes e mantém a atenção dos alunos, relacionando conteúdo apresentado aos objetivos, interesses e motivos dos "alunos";
- É objetivo e preciso na exposição do tema, dando-lhe um tratamento ordenado e lógico.
- Utiliza linguagem simples e coloquial, etc.

#### **4.9 – Blocos de construção**

Objetivos: Permitir que os participantes observem que a comunicação em um só sentido não funciona e como seria a situação se a comunicação se estabelecesse nos dois sentidos.

Nº de Participantes: Não há limites

Material: Mesa com algum tipo de divisória (pode ser um pedaço de tecido) que impeça que dois participantes, sentados frente à frente, se vejam; Dois jogos idênticos de blocos de construção, mas com alguns blocos de cores diferentes para provocar maior confusão.

Desenrolar:

O facilitador solicita dois voluntários: um que acredite ser bom comunicador e outro que acredite ser bom ouvinte.

Os voluntários dirigem-se à frente do grupo e sentam-se em uma mesa que tenha sido previamente preparada.

Essa mesa deve ter uma cadeira em cada extremidade e uma divisão no centro, de forma que nenhum dos voluntários consiga ver o outro lado. Os demais membros do grupo devem ficar em pé ao redor da mesa, de

modo que possam ver o que ocorre em cada uma das divisões.

Todos devem permanecer em silêncio durante as fases de comunicação.

O facilitador dá a cada voluntário um jogo de blocos de construção, informando que o jogo de cada um deles tem peças de formato idêntico às do outro.

Inicialmente pede-se "comunicador" que construa alguma coisa com seu jogo de blocos. Quando ele tiver terminado, pede-se que dê instruções verbais ao "ouvinte" sobre como construir exatamente a mesma coisa. O "ouvinte" deve seguir as instruções recebidas sem falar ou perguntar nada ao "comunicador".

Quando as instruções tiverem acabado o facilitador permite que cada um dos voluntários veja o modelo construído pelo outro.

Deve-se promover, então, uma discussão que aborde e enfatize o fato de que os dois sentidos são essenciais para haver boa comunicação.

O facilitador solicita que os voluntários troquem de papéis e repitam o exercício. Desta vez, o "ouvinte" pode questionar qualquer instrução que não tenha entendido claramente. O "comunicador" também deve procurar obter feedback sobre como as instruções foram executadas.

Ao final o facilitador permite que cada um dos voluntários olhe o modelo construído pelo outro. Desta vez eles devem ser muito semelhantes.

Nota: Durante a discussão, o facilitador deve assegurar-se de que os voluntários não sejam vistos como pouco habilidosos em razão do desempenho no exercício.

Pontos para discussão

- É possível conseguir-se uma boa comunicação em um só sentido?
- O que é essencial para se estabelecer uma comunicação de boa qualidade?
- De quem é o papel mais importante? Do comunicador ou do ouvinte?

Variações

Os blocos de construção podem ser substituídos por 2 conjuntos de papéis cortados em formatos especiais. Os formatos devem ser idênticos, mas o conjunto de cores deve ser diferente.

#### **4.10 - Caneta na garrafa**

Objetivos: Trabalhar integração, interdependência e sinergia nas atividades em equipe.

Nº de Participantes: de 10 a 30 participantes

Material: Um barbante e uma caneta e uma garrafa plástica para cada equipe

Desenrolar:

O facilitador divide o grupo em pequenas equipes (no mínimo três participantes em cada uma), propondo a cada uma delas o desafio de colocar uma caneta dentro da garrafa obedecendo as seguintes regras:

Cada equipe irá eleger um representante, ao qual será amarrado, em sua cintura, um barbante por onde ficará suspensa uma caneta. A altura que a caneta ficará suspensa será mais ou menos acima da altura do joelho.

A equipe terá um minuto para planejar como colocar a caneta na garrafa o mais rápido possível, sendo que apenas o representante poderá fazê-lo. Os demais poderão instruí-lo verbalmente apenas e à distância.

À frente de cada representante de equipe (já com suas canetas devidamente atadas à cintura) estará, no chão, uma garrafa plástica em pé e sem tampa.

Ao sinal do facilitador cada representante tentará, sem utilizar-se das mãos, orientar a caneta até a boca da garrafa deixando-a cair para dentro desta.

Vence a equipe cujo representante primeiro colocar a caneta na garrafa.

Nota: por se tratar de uma dinâmica em que podem surgir brincadeiras desagradáveis, convém orientar os participantes e manter a ordem a fim de que não hajam brincadeiras de mau gosto ou acidentadas.

Ao final o facilitador pode indagar ao grupo:

- Como foi desenvolvida a experiência?
- Quais critérios foram utilizados?
- Qual o sentimento gerado na equipe quando a caneta passava resvalando e não entrava na garrafa?

Variações:

- Fornecer uma caneta e garrafa a cada participante de cada equipe, vencendo a equipe que primeiro colocar suas canetas nas garrafas.
- Vendar os olhos do representante da equipe, o qual terá dois auxiliares segurando-o e orientando-o, verbalmente, para o cumprimento da tarefa.
- Não permitir que a equipe interaja verbalmente com o representante, admitindo apenas gestos e mímicas como forma de comunicação.

#### **4.11 – Casamento em alto mar**

Objetivos: Desenvolver a flexibilidade, liderança e a capacidade de comunicação através do consenso.

Nº de Participantes: Não há limites

Material: Cópia do texto para cada participante

Desenrolar:

O facilitador irá entregar o texto abaixo a cada participante, pedindo que, após a leitura, classifique os personagens conforme orientado ao final do texto:

Um casal de noivos marcou seu casamento e decidiu realizar a cerimônia em alto mar. Eles tomaram um barco conduzido por um experiente marinheiro, uma senhora e um amigo do noivo.

Durante a viagem, veio uma tempestade muito forte, e o noivo foi tragado pela água, perdendo-se no mar. A noiva procurou o marinheiro e implorou para que ele resgatasse seu noivo. O marinheiro propôs, levando em conta que ela não tinha dinheiro suficiente para pagar por um serviço tão perigoso, que pelo menos cortasse um dedo de sua mão esquerda como prova de amor.

A noiva, sem saber que decisão tomar, pensou que a velha senhora pudesse ajudá-la com sua sabedoria. A

senhora disse: "Faça o que quiser, não posso decidir por você."

Depois de pensar muito, decidiu aceitar a proposta do marinheiro, pedindo ao amigo de seu noivo que a ajudasse a cortar o dedo. O marinheiro então, cumprindo sua promessa, resgatou o jovem noivo do mar. Logo que recobrou os sentidos e soube do acontecido, virou-se para a noiva e disse que não casaria mais com ela, pois não conseguiria vê-la sem um dos dedos da mão.

O amigo do noivo, ao ouvir sua decisão, imediatamente propôs à jovem casar-se com ela. A jovem não só aceitou a proposta como pediu ao marinheiro que jogasse novamente seu antigo noivo ao mar.

Individualmente, classifique os personagens da história de 01 a 05, sendo:

1 = Pior

5 = Melhor

( ) Noiva

( ) Noivo

( ) Amigo do noivo

( ) Marinheiro

( ) Velha senhora

Após todos preencherem suas folhas o facilitador pedirá que o grupo chegue a um consenso, observando durante a discussão as atitudes de liderança, comunicação, flexibilidade e consenso.

#### **4.12 – Círculo para fora**

Objetivos: Refletir sobre nossa tendência de sempre nos voltarmos para dentro, sobre nós mesmos, ao invés de para fora, para o ambiente externo.

Nº de Participantes: de 15 a 30 participantes

Material: Não necessita material

Desenrolar:

O facilitador pede que se forme um círculo. Com o círculo formado, chama a atenção do grupo para o fato de que todos estão voltados para dentro, discutindo isso com o grupo e relacionando com a introspecção humana.

Em seguida, o facilitador um desafio: sem soltar as mãos, ou seja, com a mesma formação, criar uma forma de que todos se voltem para fora, de modo que todos estejam olhando para o ambiente externo.

O facilitador deve propiciar ao grupo a manifestação dos seus sentimentos, buscando, em seguida, analisar o desenvolvimento da atividade e, por último, correlacionar com o nosso contexto de trabalho.

#### **4.13 – Círculo refeito**

Objetivos: Quebrar o Gelo e também permitir a introdução do tema Comunicação.

Nº de Participantes: no mínimo 8 participantes

Material: Vendas para os olhos.

Desenrolar:

O facilitador pede aos participantes que formem um círculo, em pé.

Pede então que, um por vez, cada participante faça um som (com a boca, pé, mão, etc) característico de forma que todo o grupo ouça. Nenhum participante poderá fazer um som igual a outro que já tenha sido feito.

O facilitador pergunta se todos ouviram os ruídos da esquerda e direita e, se necessário, pode pedir que repitam, pela ordem, os sons.

Pede-se então que os participantes andem pela sala misturando-se. Ao pararem o facilitador distribui vendas e pede que um auxilie o outro a colocar a venda.

Após todos estarem devidamente vendados o facilitador pede que os participantes reconstruam o círculo, na posição em que se encontravam, localizando os ruídos certos e indo na direção deles.

#### **4.14 – Concorde, discordo**

Objetivos: Exercitar a capacidade de persuasão, formas de comunicação, bem como proporcionar aprendizagem.

Nº de Participantes: de 8 a 20 participantes

Material: Cartelas previamente elaboradas, contendo frases, expressões ou palavras que possam gerar polêmica ou elucidação.

Desenrolar:

Esta dinâmica é indicada para grupos de estudo ou treinamento formado por pessoas que já convivam juntas e que precisem exercitar sua comunicação e o "colocar-se no lugar do outro".

Previamente o facilitador espalha as cartelas no chão ou sobre uma mesa.

Cada uma das duplas deverá discutir sobre um tema (frase, expressão ou palavra), onde, um dos dois coloca todos os prós, e o outro, todos os contras, ou seja, um concorda com o que está escrito na cartela, o outro discorda.

O facilitador orienta que cada dupla, antes de pegar sua cartela escolha de quem vai concordar e quem vai discordar.

Solicita-se finalmente que UM dos membros de cada dupla vá até as cartelas e pegue uma.

Cada dupla terá cinco minutos para sua discussão, persuasão, aceitação ou, quem sabe, consenso.

Após cinco minutos invertem-se os papéis. Quem concordou passa a discordar vice-versa.

Ao final, o facilitador abre para comentários tais como:

- Quais os sentimentos ou dificuldades de concordar ou discordar?
- Como foi colocar-se no lugar do outro?
- Nossas opiniões foram baseadas em preconceitos?
- Temos ou não temos preconceitos?

Sugestões de frases ou palavras para as cartelas:

1. Componentes nucleares.
2. Aborto.
3. "Manda quem pode, obedece quem tem juízo".
4. Quem tem competência se estabelece.
5. A conquista é uma questão de sorte.
6. Habilitação no trânsito aos 16 anos.
7. Bater nos filhos.
8. Globalização.
9. Desmatamento na Amazônia.
10. Salário (altíssimo) de jogador de futebol.
11. Mulher no comando de empresas.
12. Homem cozinhando, fazendo supermercado, participando de reuniões de pais na escola, etc..
13. Distribuição das finanças no lar: cada um deve ser dono do seu salário.
14. TV por assinatura.
15. Sexo na Internet.
16. Infidelidade: os direitos são iguais?

#### **4.15 – Continue minha ideia**

Objetivos: Trabalhar criatividade, capacidade de sincronia, complementaridade grupal, fluência verbal, etc.

Nº de Participantes: no mínimo 8 participantes

Material: Não necessita material

Desenrolar:

Esta dinâmica é destinada a grupos de trabalho ou treinamento formados por pessoas que já convivem.

Trata-se de uma atividade na qual poderá ser observado um variado estilo nas pessoas: criatividade, diferenças de valores, flexibilidade para aceitação ou não desses valores, capacidade de continuidade do que o outro iniciou bem como a fidelidade ao roteiro original.

As etapas são as seguintes:

Efetua-se a divisão dos participantes em subgrupos de até cinco pessoas informando:

"Vocês terão, cada subgrupo, dez minutos para desenvolver, verbalmente, uma história bonita, criativa e interessante. Usem sua imaginação e procurem colocar o melhor nível de detalhamento possível".

Pode-se fornecer um tema ou título da história ou deixá-lo para ser definido pelos componentes do subgrupo.

Pede-se que, em cada subgrupo, um participante comece a história dissertando sobre ela durante um minuto (um participante do próprio grupo pode cronometrar o tempo para quem está falando). Imediatamente após o primeiro minuto, o vizinho deverá continuar a sua história, procurando manter a lógica e o sentido da história inicial. Mais um minuto e outro participante continuará e, assim, sucessivamente, até chegar, outra vez, à pessoa que iniciou a história, a qual deverá fazer o desfecho.

Ao final os subgrupos retornam ao grupo inicial, e as pessoas poderão falar:

- Como foi a escolha da história?
- A história teve algum sentido?
- Como foi perceber sua história totalmente modificada, ao longo do processo?
- Como podemos avaliar o nível de sincronização dos grupos?

#### **4.16 – Conversando a gente se entende**

Objetivos: Promover o exame de vários tópicos referentes ao processo de comunicação bem como propiciar o desenvolvimento de habilidades de observação e diálogo.

Nº de Participantes: no mínimo 9 participantes

Material: Cartaz explicativo.

Desenrolar:

Divide-se o grupo em trios instruindo-os sobre os 3 papéis que cada um exercerá sucessivamente: informante, ouvinte, observador.

A atividade consiste em abordar um assunto polêmico, de preferência do momento, em três rodadas de aproximadamente 10 minutos (conforme demonstra o quadro).

Após cada rodada os participantes devem fazer, no trio, uma avaliação do processo posicionando-se sobre:

- Como se sentiu;
- Como sentiu a participação do outro e como decorreu a comunicação.;
- Ao final o grupo deve fazer um relato de sua experiência para os demais.

Papéis:

- Informante: seu objetivo é expor as ideias de maneira clara e convincente. O ouvinte deverá ser capaz de saber exatamente qual opinião que você tem acerca do assunto.
- Ouvinte: seu objetivo é captar exatamente o que o informante pensa sobre o assunto. Procurar não interrompê-lo. Ajude-o com perguntas esclarecedoras e verificações de entendimento. Você não pode discutir o que é dito. Muito menos contra-argumentar ou criticar.
- Observador: seu objetivo é observar o que se passa entre informante e ouvinte. Não participe, em hipótese alguma, da conversa. Anote o que considerar importante para futuro feedback.

Questões para discussão em plenária:

1. O que aprendemos com a atividade?
2. Que papel foi mais difícil desempenhar? Quais os motivos?

Modelo do cartaz:



#### RODADA

PAPEL 1a 2a 3a

Informante A C B

Ouvinte B A C

Observador C B A

#### 4.17 – Correio elegante

Objetivos: Analisar problemas de comunicação durante as transmissões de mensagens.

Nº de Participantes: Não há limites

Material: Papel, caneta para cada participante.

Desenrolar:

O facilitador pede que cada um redija uma mensagem para um dos colegas, orientando que cada um deve pedir ao companheiro do lado (que não deve ser o destinatário) que transmita a mensagem para o destinatário (não entregar a redação, só falar).

Pode ser feita uma segunda rodada, usando mais de um intermediário para passar a mensagem.

Conclusão: Enfatizar as distorções na transmissão da mensagem, uso de palavras que não foram ditas por quem mandou a informação, aumento ou redução da mensagem, entonação distinta da intencionada (transformar uma mensagem séria em gracejo, por exemplo).

#### 4.18 – Criando com limites

Objetivos: Verificar a criatividade do grupo ou do participante.

Nº de Participantes: Não há limites

Material: Não necessita material

Desenrolar:

O facilitador explicará aos participantes que eles terão que criar uma propaganda de rádio, a qual será apresentada posteriormente aos demais.

A propaganda será sobre os seguintes produtos:

- Cigarro
- Sabonete
- Pasta de dentes

O facilitador explica que a única regra é que, para cada produto, não poderão dizer algumas palavras:

Para o cigarro não poderão dizer:

- Fumar
- Cigarro
- Hálito
- Prazer
- Maço
- Tragada
- Sabor
- Nicotina
- Acender

Para o sabonete não poderão dizer:

- Banho
- Suave
- Higiene
- Sabonete
- Beleza
- Espuma
- Perfume
- Limpeza
- Corpo

Para a pasta de dentes não poderão dizer:

- Dentes
- Hálito
- Pasta
- Refrescante
- Cáries
- Dentífrício
- Sabor
- Flúor
- Escova

#### 4.19 – Dentro e fora

Objetivos: Conseguir uma comunicação profunda entre os participantes.

Nº de Participantes: Não há limites

Material: Crachás com escritos: de dentro e de fora para repartir nos grupos.

Desenrolar:

O facilitador começa com uma motivação sobre a importância da comunicação, os níveis de manifestação da personalidade, etc.

Em seguida, formam-se grupos de 8 a 10 pessoas. A metade do grupo recebe o número 1 e a outra metade, o número 2. Os números 1 serão os de dentro e os 2 serão os de fora. Durante 45 minutos os de dentro falarão sobre “que imagem tenho de mim mesmo?”. Enquanto isso, os de fora devem escutar com atenção. Depois, dá-se 45 minutos para que os de fora falam sobre “que imagem creio que os demais têm de mim?” e os de dentro escutem com carinho. Depois, separa-se os de dentro dos de fora e nestes subgrupos e, durante 20 minutos, analisem as dificuldades que tiveram para falar e como perceberam a manifestação do outro sub-grupo e de cada uma das pessoas. Reúnem-se novamente os de dentro e os de fora para comentar o que conversaram nos sub-grupos. Em plenária, todos os grupos falam sobre a experiência como um todo, mas não sobre as manifestações pessoais realizadas em grupo. "Essa dinâmica objetiva também trabalhar a relação interpessoal, dependendo da situação estabelecida."

#### **4.20 – Dizendo por dizer**

Objetivos: A partir de uma frase pronta, a pessoa desenvolva ideias coerentes e aprenda a manifestar sua opinião.  
Nº de Participantes: Não há limites  
Material: Uma frase escrita em um papel para cada participante.  
Desenrolar:  
Divide-se o grupo em equipes de 5 pessoas.  
Cada participante recebe uma frase (ou escolhe). O facilitador dá 15 minutos para que cada um, em silêncio, organize as ideias para, em 5 minutos, explicar o significado da frase e elabore um discurso que convença o grupo de que a afirmação é verdadeira.  
A equipe deve ter alguém para cronometrar o tempo e todos os participantes devem anotar o que pensam do discurso de cada um dos companheiros da equipe.  
O facilitador deve estar atento para que não seja um debate de ideias, mas análise da lógica e da capacidade de convencimento de quem está falando.  
Sugestões de frases:  
1. A bomba está perto de explodir.  
2. O circo vale mais do que o pão.  
3. Um por todos, todos por um.  
4. A causa verde dá dinheiro.

#### **4.21 – Emoções**

Objetivos: Introduzir o tema "Comunicação no Atendimento"  
Nº de Participantes: Não há limites  
Material: 2 baralhos, Flip Chart, pincel.  
Desenrolar:  
Enumerar todas as cartas do baralho no flip chart.  
Solicitar que sejam atribuídas emoções a cada carta do baralho (do Ás ao Rei).  
Embaralhar as cartas e distribuir de 7 a 11 cartas para cada participante (dependerá do tamanho do grupo)  
Regras do jogo:  
· Um voluntário deve escolher uma emoção e separar a(s) carta(s) correspondente(s), atentando para que o restante do grupo não descubra a carta escolhida.  
· Dirigir-se à frente da sala e expressar a emoção sem verbalizá-la (duas no mínimo).  
· Os outros participantes separam a(s) carta(s) relativa(s) à emoção apresentada (sem mostrar a figura ou comentar em voz alta).  
· Ao sinal do facilitador, todos viram as cartas.  
· Quem acertou, tira as cartas em questão do jogo.  
· Quem errou, recebe duas novas cartas por carta que tinha separado.  
· O participante que terminar as cartas pode optar por sair do jogo ou solicitar mais cartas ao facilitador.  
Nota:  
Todos devem representar emoções. Se mais de 50% do grupo errar a emoção apresentada por um participante, este recebe carta, porque provavelmente não soube expressar a emoção adequadamente.  
Fechamento:  
O facilitador deve reforçar que a comunicação seja ela verbal (entonação de voz por exemplo) ou não verbal (movimentos faciais e corporais, gestos, olhares, etc.) é muito importante nas relações com as pessoas. Como estamos nos relacionando o tempo todo com nossos clientes, devemos utilizar e saber interpretar essas reações.  
Ao praticar a gerência por circulação (acompanhamento) é possível identificar através da observação da postura do funcionário diante do cliente, bem como através das reações expressadas pelos clientes, obter indicativos para avaliar se o atendimento está adequado ou não.  
Não é possível acompanhar todos os funcionários individualmente, durante o tempo todo. Porém pode-se ficar atento ao movimento dos negócios e avaliar o desempenho dos funcionários e satisfação dos clientes, através da observação de posturas e atitudes.  
Ao praticar este tipo de acompanhamento, deve-se ter o cuidado de agir com naturalidade e espontaneidade, a fim de não propiciar um clima de tensão e insegurança por parte dos funcionários.  
Comentar a importância da comunicação no processo de gerenciamento de pessoas e desenvolver o tema com base no conteúdo da apostila e material de apoio

#### 4.22 – Encontrei uma nova profissão

Objetivos: Explorar a comunicação, criatividade, flexibilidade e iniciativa dos participantes.

Nº de Participantes: Não há limites

Material: Papéis com as profissões

Desenrolar:

Cada participante, por sua vez, irá pegar um papel com uma profissão inovadora.

O participante deverá então realizar uma apresentação de 2 minutos sobre sua profissão inovadora, de acordo com o papel que pegar. Ele poderá descrever como é sua profissão, origem, mercado de atuação, metas de expansão ou simplesmente vender o peixe fazendo propaganda para os presentes.

Os demais participantes poderão realizar perguntas sobre a profissão durante ou após a apresentação.

Lista de Profissões Inovadoras:

ENVERNIZADOR DE ESCADAS

PEDICURE DE ELEFANTES

DESIGNER DE TÚMULOS

REDATOR DE CARTÕES DE BOAS-FESTAS

AFIADOR DE AGULHAS DE TRICÔ

DIGITADOR DE FAXES

CHOFER DE CARRUAGEM

PINTOR DE RODAPÉ

DENTISTA DE CANÁRIOS

SOLDADOR DE TROMBONE

#### 4.23 – Escolha cuidadosamente suas palavras

Objetivos: Expressar os sentimentos e pensamentos através do uso de frases que permitam uma boa comunicação.

Nº de Participantes: Não há limites

Material: Papel e lápis (ou caneta) para cada participante.

Desenrolar:

Os participantes se colocam em duplas e sentados.

O facilitador distribui lápis e papel para todos e pede que, individualmente, listem todas as frases que ouvem frequentemente no seu dia-a-dia e que consideram agressivas, ofensivas ou que causam desconforto.

Depois de alguns minutos pede-se a cada dupla que escolha a frase mais forte e que encontrem uma forma clara e gentil de dizer a mesma coisa.

Pode-se pedir às duplas que encenem a frase de forma gentil e depois apresente a turma qual era a frase considerada agressiva ou ofensiva.

O facilitador pode ao final conduzir uma discussão sobre a forma de se chegar às pessoas, a forma de como se dirigir a cada um, etc.

#### 4.24 – Exercício da confiança

Objetivos: Acelerar o processo de conhecimento mútuo no grupo; estudar as experiências própria descoberta; desenvolver a autenticidade no grupo; dar a todos a oportunidade de falar e de escutar.

Nº de Participantes: de 3 a 25 participantes

Material: Um número suficiente de papeletas com uma pergunta a ser respondida em público por cada membro participante.

Desenrolar:

O facilitador faz uma breve introdução do exercício, falando sobre a descoberta pessoal e a importância do exercício. Em seguida distribuirá uma papeleta para cada participante.

Um a um, os participantes lerão a pergunta que estiver na papeleta, procurando responder com toda sinceridade.

Ao final, segue-se um debate sobre o exercício feito.

Perguntas para o Exercício (estas perguntas servem de sugestões para o exercício)

- Qual o seu “hobby” predileto ou como você preenche o seu tempo de lazer?
- Que importância tem a religião na sua vida?
- O que mais o aborrece?
- Como você encara o divórcio?
- Qual emoção é mais difícil de se controlar?
- Qual a pessoa do grupo que lhe é mais atraente?
- Qual a comida que você menos gosta?
- Qual o traço de personalidade que lhe é mais marcante?
- Qual é, no momento, o seu maior problema?
- Na sua infância, quais foram os maiores castigos ou críticas recebidas?
- Como estudante, quais as atividades em que participou?
- Quais são seus maiores receios em relação a este grupo?
- Qual é a sua queixa em relação à vivência grupal?
- Você gosta do seu nome?
- Quem do grupo você escolheria para seu líder?
- Quem do grupo você escolheria para com ele passar suas férias?
- Você gosta mais de viver numa casa ou apartamento?
- Qual o país que você gostaria de visitar?

- Quais são algumas das causas da falta de relacionamento entre alguns pais e filhos?
- Se você fosse presidente da República, qual seria sua meta prioritária?

Variações

A pessoa que sorteia poderá ler a pergunta e escolher outro participante para responder.

#### 4.25 – Fábrica de brinquedos

Objetivos: Desenvolver a capacidade de planejamento, comunicação, tomada de decisão, liderança e negociação.

Nº de Participantes: Não há limites

Material: Sucata, papéis coloridos, cola, tesoura, barbante e pincel atômico.

Desenrolar:

Cenário: Nossa empresa quer reaproveitar sucatas e lançar novos brinquedos no mercado. Cada filial terá a chance de sugerir produtos para comercialização. O objetivo deste jogo é apresentar o maior número de produtos dentro de critérios de qualidade?

Critérios de qualidade: Os brinquedos devem ser inovadores e criativos; bonitos, coloridos e resistentes; dentro dos padrões de altura mínima de 5 cm e máxima de 30 cm, seguidos de cartão de identificação com atributos e instrução de uso.

#### 4.26 – Galeria de artes

Objetivos: Apresentação, comunicação e valores pessoais.

Nº de Participantes: Não há limites

Material: Revistas usadas, folhas de flip chart, pincéis atômicos, tesouras, cola, papel crepom

Desenrolar:

Coloca-se todo o material no centro da sala.

O facilitador explicar ao grupo que estará numa galeria de artes, onde seus quadros serão expostos.

Cada participante deverá compor seu quadro utilizando somente de figuras, desenhos e palavras.

Cada participante fará seu quadro pessoal de valores.

#### 4.27 – Guias e cegos

Objetivos: Compreender o próprio estilo de prestar ajuda e seu efeito sobre as outras pessoas; vivenciar uma situação de dependência de outrem e os sentimentos que essa situação provoca; discutir a relação entre administração eficiente e auxílio eficiente.

Nº de Participantes: de 6 a 30 participantes

Material: Vendas para os olhos na proporção de uma para cada três participantes.

Desenrolar:

O facilitador informa ao grupo; "Vamos fazer um passeio de reconhecimento no prédio (limitar ao andar, ou ao nível do ambiente que não cause transtornos com o público externo ou com outras áreas). Só que existe uma condição: Alguns estarão cegos. Para cada cego teremos um guia, e para dupla, um observador".

Regras:

- Orientar o grupo para se dividir entre os três papéis;
- Delimitar o ambiente para o passeio; combinar por quanto tempo cada um viverá cada papel;
- Todos deverão vivenciar os três papéis e, em seguida, reunirem-se na sala.

O facilitador dá alguns minutos para que os trios se preparem, vendando o colega que será conduzido. Após fazer o giro com todos pelo prédio e, retornando à sala, inicia-se o relato dos sentimentos, perguntando, por exemplo:

- Como vocês se sentiram quando na posição de cegos?
- Como se sentiram enquanto guia?

Deixa-se que o grupo extravase seus sentimentos em cada fase da vivência. De forma natural, o facilitador começa a abordar como se desenvolveu a experiência questionando, por exemplo:

- O que vocês puderam perceber na condição de observadores?
- Que incidentes ocorreram que mais chamaram a atenção?
- Houve algum momento em que você, como cego, ficou com receio de seguir o seu guia?
- Houve algum momento em que você, como guia, sentiu que seu parceiro não queria segui-lo?

Na medida em que o grupo tenha extravasado todos os sentimentos e relatado todo o desenvolvimento da experiência, o facilitador inicia uma correlação com a realidade do trabalho, perguntando, por exemplo:

- Quais as implicações da nossa conduta, enquanto líderes, sobre o comportamento dos nossos colegas?
- Que relações existem entre a liderança e o sentimento da equipe?

Deve-se lembrar ao grupo que as conclusões que terão valor são somente aquelas que o grupo mesmo elabore.

O importante é valorizar as conclusões do grupo, até porque todos estarão tão envolvidos na experiência vivida que terão pouco espaço mental para analisarem as conclusões do facilitador.

#### 4.28 – História substantivada

Objetivos: É um momento de descontração no meio ou no começo de um dia de trabalho, além disso, ajuda a desenvolver a criatividade e a capacidade de se trabalhar em grupo.

Nº de Participantes: Não há limites

Material: Uma folha com 20 substantivos, 10 adjetivos e 5 verbos para cada equipe. Papel e caneta para que possam anotar a história que tiverem inventado.

Desenrolar:

Divide-se o grupo em equipes de 3 a 4 participantes.

Cada equipe deverá que inventar uma história em que entrem as palavras anotadas na folha de papel que receberam, e na sequência em que estão anotadas na mesma.

Os substantivos e adjetivos devem ter os mais diferentes significados para que a história se torne bem interessante. O facilitador explica o que terá que ser feito e as equipes terão cinco minutos para prepararem sua história.

Cada equipe lê sua história em voz alta para os demais.

Ganha a equipe que respeitar melhor a sequência dada na folha, que usar todas as palavras, que tiver feito a história dentro do prazo.

---

#### Fontes

<sup>1</sup> <http://www.pjmaringa.com.br/canais/dinamicas.htm> (Acesso em Fev 2010)

<sup>2,3</sup> <http://www.pucrs.br/mj/subsidios-dinamicas-02.php> (Acesso em Fev 2010)

<sup>4</sup> <http://www.idagospel.com/2009/11/dinamica.html> (Acesso em Fev. 2010)

<sup>5,6</sup> <http://cid-186ca53f43833e1e.skydrive.live.com/self.aspx/Público/Dinamicas> e [Quebra Gelo para Celulas.zip](#) (Acesso/baixado em em Fev. 2010) Arquivos utilizados: “53 BRINCADEIRAS E DINÂMICAS INFANTIS.doc” e “Apostila de Dinamicas (97).doc”.

<sup>7</sup> <http://www.pjmaringa.com.br/canais/dinamicas/01jogos.htm>  
<http://www.pjmaringa.com.br/canais/dinamicas/02jogos.htm>  
<http://www.pjmaringa.com.br/canais/dinamicas/03jogos.htm> (acessos em Fev 2010)

<sup>8</sup> <http://www.pjmaringa.com.br/canais/dinamicas/03descontracao.htm>  
<http://www.pjmaringa.com.br/canais/dinamicas/02descontracao.htm>  
<http://www.pjmaringa.com.br/canais/dinamicas/01descontracao.htm> (acessos em Fev 2010)

<sup>9</sup> [http://www.4shared.com/get/18569148/674fc014/Dinmicas\\_para\\_grupos\\_de\\_jovens.html](http://www.4shared.com/get/18569148/674fc014/Dinmicas_para_grupos_de_jovens.html) (acesso/baixado em Fev 2010) utilizando o arquivo “Dinmicas para grupos de jovens.doc”

<sup>10</sup> [http://www.4shared.com/file/47674804/f2728ffa/Dinmicas\\_de\\_Grupo\\_-\\_verso\\_03.html?s=1](http://www.4shared.com/file/47674804/f2728ffa/Dinmicas_de_Grupo_-_verso_03.html?s=1) (acesso/baixado em Fev 2010) utilizando o arquivo “- versão 03.pdf”