

## Esclarecimento necessário

Nossa experiência como expositores e dirigentes de Escola de Aprendizes do Evangelho, mostrou ao longo desses anos, a necessidade de um material de consulta para aplicação de dinâmicas em aulas de vida plena, reciclagens e encontros que fosse de fácil acesso. Como a aquisição do mesmo, às vezes se torna difícil pelo custo, resolvemos através da pesquisa em diversas fontes (listadas no final), escrever esta apostila. Esperamos assim dar a nossa contribuição a todos aqueles que possam vir a utilizá-la para o crescimento do nosso movimento, levando nossos alunos a aprendizagem e reflexão dos ensinamentos do Cristo, tornando assim nosso planeta um pouco melhor.

**Celso Paulo Leite**  
**Milton Domingues Junior**

## O que é dinâmica de grupo?

A expressão **Dinâmica de Grupo** surgiu pela primeira vez num artigo publicado por Kurt Lewin, em 1944, onde tratava da relação entre teoria e prática em Psicologia Social.

**Dynamis** é uma palavra grega que significa força, energia, ação. Quando Kurt Lewin utilizou essa expressão e começou a pesquisar os grupos, seu objetivo era o de ensinar às pessoas comportamentos novos através de **Dinâmica de Grupo**, ou seja, através da discussão e de decisão em grupo, em substituição ao método tradicional de transmissão sistemática de conhecimentos.

## Por que trabalhar com dinâmicas de grupo?

As dinâmicas possibilitam vivências, que ao serem refletidas e partilhadas gestam um parentizado pessoal e grupal libertador, possibilitando, dentre outras coisas:

- Autoconhecimento com ser único e social;
- Exercício de escuta e acolhida do outro como ser diferente;
- Experiência de abertura ao outro e participação grupal;
- Percepção do todo e das partes, tanto da vida como da realidade que nos cerca;
- Desenvolvimento da consciência crítica;
- Confronto e avaliação da vida e da prática;
- Tomada de decisão de modo consciente e crítico;
- Sistematização de conteúdos, sentimentos e experiências;
- Construção coletiva do saber.

## Para quem vai orientar a dinâmica

É fundamental:

- Conhecer todos os passos da dinâmica para aplicá-la com segurança;
- Ter clareza de aonde se quer chegar, qual o objetivo e a função da dinâmica dentro do processo a ser desenvolvido, entendendo-a como um instrumento;
- Possibilitar um clima de espontaneidade em que os participantes sintam-se livres e à vontade para participar da experiência feita;
- Perceber o nível de relações e entendimento do grupo, pois nem toda dinâmica se adapta bem a qualquer grupo. Ela pode ser um instrumento enriquecedor se for bem utilizada e se o grupo estiver em condições de vivenciá-la;
- Observar as expressões corporais, sobretudo as expressões faciais dos participantes no decorrer da dinâmica, para valorizar os sentimentos e reações de cada um;
- Qualquer que seja o resultado alcançado com uma dinâmica, ele é o objeto da reflexão e da aprendizagem, pois dinâmica não tem resultado errado;
- As dinâmicas podem ser adaptadas de acordo com a realidade e o tamanho do grupo. E não se esqueça de que a preparação da dinâmica já é uma dinâmica a ser refletida e avaliada.

## MEMORIZAR NOMES (APRESENTAÇÃO)

**OBJETIVOS:** Memorizar os nomes dos membros de um grupo. Integrar melhor o grupo favorecendo o conhecimento mútuo.

**PROCEDIMENTOS:** É bom que todos estejam em círculo.

Cada um dirá seu próprio nome acrescentando um adjetivo que tenha a mesma inicial seu nome. Por exemplo: Ricardo risonho.

O seguinte repete o nome do companheiro com o adjetivo e apresenta-se acrescentando um adjetivo ao próprio nome. E assim sucessivamente. Por exemplo: Ricardo risonho, Ana alegre, Mário moreno ....

Ao final partilha-se a experiência: como cada um se sentiu ao dizer o próprio nome, o adjetivos, etc..

## **AS FOTOGRAFIAS**

**OBJETIVOS:** Ampliar o conhecimento de si e interpessoal. Promover a participação de todos com maior espontaneidade.

**MATERIAL:** Fotografias que sejam realistas, não sejam personagens conhecidos, sejam grandes, todas em preto e branco ou todas coloridas.

**PROCEDIMENTOS:** Espalhar as fotografias no chão e convidar as pessoas a circular em volta das figuras fazendo com que cada uma se fixe numa delas, a qual tenha com que se identifique.

Definida a fotografia, cada pessoa pega sua foto e volta ao seu lugar de origem.

Depois cada participante falará sobre sua escolha espontaneamente, sobre como a fotografia se identifica com ele.

Finalmente, avaliar como cada um se sentiu e o que descobriu de novo com a dinâmica conversando um pouco mais sobre o que foi vivenciado:

Houve alguma revelação que surpreendeu alguém (ou que foi dito pela pessoa que se apresentou)?

O que você sentiu no momento de escolher sua gravura?

Gostaria de ter escolhido alguma que outra pessoa pegou?

## CONHECIMENTO PESSOAL: A COR DO SENTIMENTO

**OBJETIVOS:** Identificar os próprios sentimentos e expressá-los, partilhando-os com o grupo.

**MATERIAL:** Guardanapos ou tiras de papel crepom de cores variadas.

**PROCEDIMENTOS:** Durante os primeiros cinco minutos o animador solicita às pessoas participantes que se concentrem, fechando os olhos, procurando uma interiorização e uma conscientização acerca dos próprios sentimentos no momento.

Decorridos os cinco minutos, e abrindo os olhos, o animador pede que cada pessoa, em silêncio, escolha um guardanapo, relacionado a cor dele com os sentimentos do momento.

Prosseguindo, formam-se subgrupos obedecendo às cores do guardanapo, resultando daí grupos numericamente variados.

Cada membro desses grupos irá explicar para o seu grupo o relacionamento encontrado entre a escolha da cor do guardanapo e os seus sentimentos do momento, levando para este exercício de 15 a 20 minutos.

Terminada esta etapa do exercício, todos se despedem uns dos outros, e o animador solicita que todos procurem expressar seus sentimentos do momento, através de uma forma dada ao guardanapo. O importante não é tanto se a forma dada ao guardanapo seja muito exata, mas o que esta forma representa.

A seguir formam-se novos subgrupos, ajuntando os membros pela semelhança das formas dadas ao guardanapo, e durante alguns minutos cada irá expor ao grupo o significado do formato dado.

Desfeitos os subgrupos, seguem-se, em plenário, os comentários acerca da vivência deste exercício.

## O ESPELHO

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

**MATERIAL:** Um espelho escondido dentro de uma caixa. O ambiente deve ser de silêncio e interiorização.

**PROCEDIMENTO:** O coordenador motiva o grupo: "Vocês devem pensar em alguém que lhes seja de grande significado. Uma pessoa muito importante para você, a quem você gostaria de dedicar maior atenção em todos os momentos, alguém que você ama da 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 pôr você, que fazem dela o grande sentido da sua vida..." (Deixar um tempo para esta interiorização)

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 todos se dirijam ao local onde está a caixa (uma pôr vez). Todos deverão olhar o conteúdo e voltar silenciosamente para seu lugar, continuando a reflexão sem se comunicar com os demais.

Finalmente, faz-se a partilha dos próprios sentimentos, das reflexões e conclusões de cada um. É muito importante conversar sobre os objetivos da dinâmica.

## VALORES

**OBJETIVOS:** Reconhecer seus próprios valores e os valores dos outros. Partilha.

**MATERIAL:** Cartões onde devem estar escritos valores, os mais diversos possíveis.

**PROCEDIMENTOS:** Cada participante recebe um cartão com um determinado valor (de preferência, um valor que ele possa ter); por exemplo: otimismo, alegria, esperança, solidariedade, justiça, gratuidade, partilha, sinceridade, honestidade, etc.. Alguns instantes de reflexão pessoal.

Cada participante vai dizer então se possui ou não este valor apresentado pelo cartão, justificando-se.

Ao final da dinâmica, é bom que cada um compartilhe como se sentiu no correr da dinâmica, com como os valores que descobriu em si e nos outros companheiros.

## AUTOCONFIANÇA

**OBJETIVO:** Avaliar a autoconfiança e a sensibilidade dos diversos sentidos.

**MATERIAL:** Vendas ou pedaços de tecido para vender os olhos.

**PROCEDIMENTOS:** Formam-se duplas com todo o grupo.

Em cada dupla, uma pessoa fecha os olhos e a outra a conduz para dar um passeio fazendo-a tomar contato com a realidade e objetos que a cercam, sem serem vistos. Se possível passar por situações diversas, como escada, gramado, no meio de cadeiras, tocarem objetos, flores com cheiro, etc..

Depois de 5 a 7 minutos, invertem-se os papéis.

No final avalia-se a experiência, descobertas e sentimentos.

Questões que podem ajudar: Como se sentiu ? Por que ? Como foi conduzido ? Foi capaz de identificar algo ? Que importância deu aos diversos sentidos ? Quando caminhamos no dia-a-dia deixamos nos tocar pela realidade que nos cerca ? Como reagimos diante de situações diversas como por exemplo diante de um policial, de um grupo de meninos de rua, num ambiente escuro, quando acaba a energia, etc.? O que achou da dinâmica ?

## AUTO - RETRATO

**OBJETIVOS:** Confrontar-se com a auto - imagem. Proporcionar maior conhecimento e aceitação de si mesmo/a.

**MATERIAL:** Papel e caneta ou pincel para todos.

**PROCEDIMENTOS:** Pedir para cada pessoa desenhar a si mesma. Recusar desculpas de que não se sabe desenhar direito ou qualquer outra que seja. O importante é que cada um desenhe como sabe, mesmo que pareça engraçado. Inicialmente reagirão com risadas, mas aos poucos cada um deverá expressar no papel como se vê.

Quando todos tiverem concluído seu desenho, partilhar em grupos a experiência e o desenho.

No final avaliar como se sentiram fazendo a experiência. Como é a aceitação do próprio corpo ? De que tem vergonha e por quê ? Como se sente agora, após mostrar o desenho para os outros e partilhado os sentimentos ?

## O DESEJO MÁGICO

**OBJETIVOS:** Identificar as preocupações e os interesses mais importantes do grupo, como base para uma maior compreensão e programação.

**MATERIAL:** Papel e caneta. Quadro-negro e cartolinas.

**PROCEDIMENTOS:** O coordenador formulará a seguinte pergunta : "Escreva três coisas que são mais importantes em relação a este grupo". Em outras palavras: "Quais as três últimas coisas que você deixaria em relação a este grupo?"

Durante cinco a oito minutos todos responderão, por escrito, a esta pergunta. A seguir o coordenador perguntará: "Se tivessem um desejo mágico e pudessem mudar três coisas em relação a este grupo, o que mudariam?"

As respostas devem ser colocadas no verso da folha, usando para isso mais cinco a oito minutos. Na discussão que seguir, todos poderão pronunciar-se, em primeiro lugar, sobre os aspectos que não podem mudar, que já são positivos e é importante conservar em relação ao grupo. E, logo após, sobre o desejo mágico.

Discute-se, a seguir, sobre as coisas que precisam e poder ser mudadas imediatamente no grupo.

No final avaliam-se os sentimentos e encaminhamentos feitos para melhorar a vida do grupo.

## TROCANDO OS CRACHÁS

**OBJETIVOS:** Conhecer os integrantes do grupo, "quebrar o gelo", chamar à participação e ao movimento.

**MATERIAL:** Crachás para todos, contendo os nomes de cada um.

**PROCESSO:** No início do encontro, distribuem-se os crachás normalmente, de forma que cada um receba o seu próprio nome.

Após algum tempo, recolher novamente os crachás e colocá-los no chão, com os nomes voltados para baixo. Cada um pega um para si; caso pegue o próprio nome, deve trocar.

Colocar o crachá com outro nome e usá-lo enquanto passeia pela sala.

Enfim procurar o verdadeiro dono do nome (crachá) e entregar a ele seu crachá.

Aproveitar para uma pequena conversa informal; procurar se conhecer algo que ainda não conhece do colega.

Partilhar a experiência no grande grupo.

## RÓTULOS

**OBJETIVOS:** Questionar a facilidade com que rotulamos as pessoas, tentando julgá-las menos por seu conteúdo intrínseco e pessoal do que pela eventual " embalagem " simbolizada por seus trajés, hábitos, família, situação intelectual ou social, etc.

**MATERIAL:** Crachás que sejam como rótulos para os participantes, com os dizeres:

- a) Sou engraçado: ria
- b) Sou tímido: ajude-me
- c) Sou mentiroso: desconfie
- d) Sou surdo: grite
- e) Sou criativo: ouça-me
- f) Sou pouco inteligente: ignore-me
- g) Sou muito poderoso: bajule-me

**PROCESSO:** Os participantes são divididos em grupos de cinco ou seis elementos.

Cada participante receberá seu rótulo já colado na testa (de modo que ele não leia antes e nem durante a dinâmica).

Motivar todos a discutir soluções possíveis para algum problema determinado, contando que, durante a discussão levem em consideração o rótulo que cada um está usando.

Discutir o tema proposto, considerando o outro a partir do rótulo.

Concluir a experiência avaliando e compartilhando os sentimentos vividos e o que isso tem a ver com nossa vida, como rotulamos as pessoas e como melhorar nossa comunicação.

## VIRAR PELO AVESSE

**OBJETIVOS:** Despertar o grupo para a importância da organização, pois eficiência não é questão de força, e não há problema sem solução.

**MATERIAL:** Não é necessário.

**PROCESSO:** Forma-se um círculo. Todos de mãos dadas.

O animador propõe para o grupo um desafio: o grupo deverá ficar voltado para fora e de costas para o centro do círculo sem soltar as mãos. Este detalhe é importante: ninguém pode soltar as mãos em hora nenhuma. Se alguém já conhece a dinâmica, deve ficar de fora observando ou então não tomar iniciativa no grupo.

O grupo deverá buscar alternativas até atingir o objetivo.

Nota: O grupo todo deve passar por baixo dos braços, entre duas pessoas. Como? Alguém toma a iniciativa e vai entrando no círculo até passar debaixo dos braços da pessoa que está do outro lado do círculo. E leva consigo as outras pessoas sem soltar as mãos. Quando todo mundo passar, basta os dois últimos virarem também, que todos ficarão de costas formando um novo círculo ainda de mãos dadas.

Se for o caso pedir para desvirar o círculo sem soltar as mãos. Só dará certo se repetir o mesmo processo. Serve para verificar se o grupo assimilou o aprendizado.

Analisar a dinâmica. As questões abaixo poderão ajudar:

- a) O que viram?
- b) Como se sentiram?
- c) Foi fácil encontrar a saída?
- d) Alguém desanimou?
- e) O que isso tem a ver com o nosso dia-a-dia?
- f) Nossa sociedade precisa ser transformada?
- g) O que podemos fazer? Como?

## DINÂMICA DO NÓ

**OBJETIVOS:** Ajudar o grupo a compreender o processo vivido na solução de um determinado problema. Criar novas expectativas com relação a algum problema de difícil solução.

**MATERIAL:** Toca-fitas e música a vontade.

**PROCESSO:** Os participantes formam um círculo e se dão as mãos. É importante lembrar que, sempre que for pedido para dar novamente as mãos, deverão repetir exatamente com estão: a mão esquerda para quem segura a mão esquerda e a direita para quem segura a direita.

Após esta observação, o grupo deverá, ao som de uma música, caminhar um pouco, livremente.

A um sinal do animador, o grupo forma um único bloco no centro do círculo e, sem sair do lugar, cada participante deverá dar novamente a mão direita para quem segurava a mão direita e a mão esquerda para quem segurava a mão esquerda (como no início). Com certeza, ficará um pouco difícil à distância entre aqueles que estavam próximos no início, mas o animador tenta motivar para que ninguém mude de lugar ou troque o companheiro com o qual estava de mãos dadas.

Assim que todos já estiverem ligados aos mesmos companheiros, o animador pede que voltem à posição natural, porém sem soltarem as mãos em silêncio. ( O grupo deverá desamarrar o nó feito e voltar ao círculo inicial, movimentando-se silenciosamente).

Após algum tempo, se não conseguirem voltar à posição inicial, o animador "libera a comunicação" entre as pessoas e deixa mais alguns minutos. Caso ainda seja muito difícil, o animador poderá subir numa cadeira e "assessorar o desamarramento" dando sugestões e mostrando os possíveis caminhos.

Enfim, partilha-se a experiência vivenciada. Destacar as dificuldades, os sentimentos experimentados no início, no momento do nó e ao final, após desatá-lo.

Nota: Sempre é possível desatar o nó completamente. Porém, se o grupo for muito numeroso, pode se mais difícil. Portanto, sugerimos: se o grupo ultrapassar trinta participantes, poderão ser feitos dois círculos.

## O SALTO

**OBJETIVOS:** Reforçar a memorização dos nomes dos membros do grupo. Energizar e alongar, fisicamente, descontrair e desinibir .

**MATERIAL:** Não é necessário.

**PROCESSO:** Forma-se um grande círculo, todos em pé.

Cada participante deve dar um impulso, correndo até o centro do círculo, saltar, dando um soco no ar e gritar o seu nome.

Pode-se fazer repetidas vezes, em tons e formas diferentes, cada participante.

No final, após todos terem se apresentado, saltam, juntos, gritando (cada um), o seu nome, ao mesmo tempo.

## **CARTAZ**

**OBJETIVOS:** Favorecer a desinibição, aprofundar o conhecimento entre os membros do grupo e estimular a criatividade.

**MATERIAL:** Papel e lápis (podem ser lápis coloridos).

**PROCESSO:** Distribuir papel e lápis para cada participante do grupo, que estará posicionado em círculo.

Orientar que cada pessoa deverá fazer um desenho - qualquer desenho - que represente algo de si. Não importa que não se saiba desenhar; deve ser bastante espontâneo.

Marcar um tempo de dez minutos para cada um confeccionar o seu cartaz

Uma vez concluídos os cartazes, cada pessoa deve sair do seu lugar, mostrar o cartaz, de forma visível, aos demais membros do grupo e proceder a sua apresentação, nome e explicação do desenho.

## MINHA OUTRA METADE ESTÁ EM VOCÊ

**OBJETIVOS:** Promover a aproximação das pessoas do grupo, incentivar o diálogo e novas amizades.

**MATERIAL:** Cartelas de cores variadas, tamanho aproximadamente de 10 x 15 cm, em número suficiente, de modo a não faltar pra ninguém.

Escrever em cada cartela, uma frase significativa (pode ser parte de uma música, versículo bíblico, um pensamento, uma palavra apenas, etc.)

Exemplos:

"Eu sem você, só sou desamor."

"Você é especial para mim."

"Nada se compara à nossa amizade."

"Amigo é coisa pra se guardar..."

Cortar as cartelas ao meio, de modo que a frase fique dividida.

**PROCESSO:** Inicia-se com a distribuição das duas metades das cartelas, tendo o cuidado para que todos recebam.

Estabelecer um tempo para as pessoas procurarem suas metades.

À proporção que cada dupla se encontrar, procurará um lugar para conversar: o ponto de partida é a frase escrita na cartela.

Após dez minutos, mais ou menos, o facilitador solicita que algumas duplas falem sobre a experiência (o que sentiram como foi o encontro, etc.).

## MINHA CARACTERÍSTICA MAIOR

**OBJETIVOS:** Favorecer a comunicação verbal, criar um clima de empatia e estimular o processo de conhecimento do outro.

**MATERIAL:** Papel e lápis.

**PROCESSO:** O facilitador explica que "todos nós temos características são mais marcantes e visíveis aos outros".

Distribuir papel e lápis, onde cada pessoa, escreverá uma frase que resume aquilo que ela é e o que faz de melhor.

Exemplo:

(José) " Sou um batalhador incansável pela justiça."

(Roberta) " Sou sensível à miséria e não me canso de ajudar os pobres."

Fixar os papéis no peito, e todos, ao som de uma música (suave) passeiam pela sala, lendo as frases dos demais.

Solicitar que formem pares ou tríades com as pessoas cujas frases lhes chamaram a atenção.

Retornar após (mais ou menos) quinze minutos para o grupo maior, onde os membros de cada dupla (ou tríade) apresentam um ao outro, salientando os aspectos positivos do encontro.

## ROMPENDO O CERCO

**OBJETIVOS:** Constatar as dificuldades existentes quando queremos ultrapassar alguma dificuldade, enquanto as pessoas ao nosso redor dificultam ainda mais ou não ajudam.

Observar a perseverança e resistência dos participantes, diante de uma situação de pressão.

Trabalhar um relacionamento.

**MATERIAL:** Não é necessário.

**PROCESSO:** Formar um círculo, de modo que os membros fiquem com os braços entrelaçados e firmes.

Pedir um voluntário, sem dar explicações.

Explicar que a dinâmica tem duas orientações básicas:

- O voluntário deverá tentar, por todos os meios, sair do círculo;
- Cabe aos demais, que estão firmemente no círculo, impedir que o voluntário saia.

Pedir que o de dentro troque com outra pessoa, repetindo o procedimento mais algumas vezes.

Ao final, seguem-se alguns comentários para reflexão do grupo:

1. O que você sentiu ao ser voluntário, tentando sair do círculo e enfrentando tamanha dificuldade?
2. Qual o sentimento do grupo? Houve vontade de ceder? Surgiu sensação de sadismo? Compaixão?
3. O que significa romper o cerco?
4. O que isso tem a ver com a realidade do nosso dia-a-dia?
5. Quais as palavras "mágicas" do relacionamento humano?

Licença  
Desculpe  
Por favor  
Obrigado  
Amo você  
Volte sempre  
Disponha

## POSSO ENTRAR?

**OBJETIVOS:** Promover o entrosamento dos membros do grupo que estiverem mais "deslocados" e levar os participantes a refletirem sobre as razões que levam um grupo a ser "fechado", de difícil acesso.

**MATERIAL:** Não é necessário.

**PROCESSO:** Uma vez percebido quem está deslocado no grupo, o facilitador orienta a formação de um círculo ( ou mais de um, se for o caso), onde os participantes ficam com os braços entrelaçados fortemente.

As pessoas que irão formar o círculo deverão ser convidadas uma a uma, justamente para deixar de fora aquelas que irão tentar entrar no círculo.

Após a formação do círculo, cada pessoa que estiver fora vai tentar entrar.

A função dos que estiverem formando o círculo é não permitir, sob hipótese nenhuma, a entrada do "intruso" no círculo.

Tendo conseguido ou não, o facilitador deve substituir a pessoa que tentou entrar no círculo (se for mais de uma que ficou sentada), até que todas tenham participado.

Ao final, todos sentam no chão e é aberto espaço para o questionamento:

Quais os sentimentos experimentados durante o exercício?

Qual a sensação de não ser escolhido para participar do círculo?

O que você sentiu ao não conseguir entrar no grupo?

O que você sentiu ao conseguir?

Durante o questionamento, o facilitador deve (se não tiver acontecido) promover o entrosamento, de forma calorosa, dessa(s) pessoa(s) ao grupo.

## O PRESENTE DA ALEGRIA

**OBJETIVOS:** Exercitar a verbalização das qualidades do outro, num clima de confiança pessoal e mostrar que um presente não tem que ser, necessariamente, algo material.

**MATERIAL:** Papel e lápis.

**PROCESSO:** estando o grupo sentado em círculo, inicia-se uma exposição sobre a importância de dar e receber presentes: *Queremos, com esta dinâmica, mostrar que um presente pode ser uma palavra, um gesto, um carinho, um incentivo, um beijo, enfim. Coisas do nosso comportamento para com os outros e que têm um valor incalculável.*

*De modo que vamos dizer para a pessoa que está aqui conosco quais as qualidades. Quais os aspectos do seu comportamento, da sua maneira de ser que nós admiramos. Portanto, agora, cada pessoa escreverá na sua papeleta, de uma a três qualidades - algo que você percebe do seu nível de relacionamento ou que percebeu aqui no grupo - para a pessoa da sua direita.*

Orientar, também, que a papeleta não deverá ter destinatário nem remetente, ou seja, nem escrever o seu nome, nem o nome da pessoa para a qual você está escrevendo.

É importante escrever uma mensagem que se enquadre bem na pessoa, ao invés de um comentário generalizado.

O facilitador deverá recolher as papeletas, dobradas.

Redistribuir as papeletas, de modo que nenhuma pessoa pegue a sua própria (todos deverão ficar, nessa etapa, com as papeletas trocadas).

Desse momento em diante, cada pessoa deverá ler o que está escrito na papeleta da sua mão, oferecendo como presente, a qualquer pessoa do grupo.

Deve sair do lugar e dar um abraço nessa pessoa.

Todas as pessoas do grupo oferecerão os seus "presentes" às demais.

Uma pessoa poderá ter vários "presentes".

Alguém poderá não receber nada.

Ao final, quando todos tiverem verbalizados o que escreveram, poderão ser feitos alguns comentários adicionais, sobre quais os sentimentos de cada um, em relação ao que aconteceu.

## ABRIGO SUBTERRÂNEO

**OBJETIVOS:** Questionar sobre conceitos e valores morais, trabalhar a questão do preconceito no grupo e exercitar uma atividade de consenso.

**MATERIAL:** Caneta ou lápis e uma cópia do "abrigo subterrâneo" para cada participante.

**PROCESSO:** Dividir o grupo em subgrupos de cinco pessoas.

Distribuir uma cópia do "abrigo subterrâneo" para cada participante.

Orientar que cada pessoa deverá proceder a sua decisão individual, escolhendo até seis pessoas (da lista do abrigo) de sua preferência.

Em seguida, , cada subgrupo deverá tentar estabelecer o seu consenso, escolhendo, também, as suas seis pessoas.

Ao final, o facilitador sugere retornar ao grupão, para que cada subgrupo possa relatar os seus resultados.

Proceder os seguintes questionamentos:

Quais as pessoas escolhidas de cada subgrupo?

Qual o critério de escolha/eliminação?

Qual(is) o(s) sentimentos que vocês vivenciaram durante o exercício?

**Solução:** Uma escolha livre de preconceitos seria promover um sorteio.

## ABRIGO SUBTERRÂNEO

Você está correndo um sério perigo de vida. Sua cidade está sendo ameaçada de um bombardeio. Você recebe a ordem de que deverá acomodar em um abrigo subterrâneo apenas seis pessoas , entretanto há doze precisando entrar no abrigo. Abaixo, estão quais as pessoas e suas características. Faça a sua escolha. Apenas seis poderão entrar no abrigo:

- ( ) Um violinista, 40 anos, viciado
- ( ) Um advogado, 25 anos.
- ( ) A mulher do advogado, 24 anos, que acaba de sair do manicômio. Ambos preferem ou ficar juntos no abrigo, ou fora dele.
- ( ) Um sacerdote, 75 anos.
- ( ) Uma prostituta, com 37 anos.
- ( ) Um ateu, 20 anos, autor de vários assassinatos.
- ( ) Uma universitária, 19 anos, que fez voto de castidade.
- ( ) Um físico, 28 anos, que só aceita entrar no abrigo se puder levar consigo sua arma.
- ( ) Um declamador fanático, 21 anos , baixo QI.
- ( ) Um homossexual, 47 anos, geólogo.
- ( ) Um débil mental, 32 anos, que sofre de ataques epiléticos.
- ( ) Uma menina, 12 anos, baixo QI.

## CÍRCULO E BEIJO

**OBJETIVOS:** Promover a aproximação entre os participantes, quebrar preconceitos, estimular o toque e o afeto e exercitar a motricidade.

**MATERIAL:** Não é necessário.

**PROCESSO:** Formar um círculo de mãos dadas.

Cada pessoa dirige-se, sem soltar as mãos, a uma outra pessoa do grupo, no sentido oposto e beija-a no rosto (ou não).

As pessoas com as quais ela está de mãos dadas resistem em acompanhá-la, puxando-a para trás, porém vão cedendo aos poucos (sensação de resistência e, ao mesmo tempo, alongamento muscular).

A pessoa escolhida dá continuidade à dinâmica, obedecendo ao mesmo procedimento, até que todos tenham repetido o exercício.

Ao final, sempre é bom o facilitador sugerir uma boa sessão de abraços.

## **ESPELHO**

**OBJETIVOS:** Exercitar a percepção do outro, através do olhar, estabelecer empatia e quebrar a resistência de proximidade.

**MATERIAL:** Aparelho de som e cd ou fita de música instrumental.

**PROCESSO:** Formar duplas, cujos membros devem se colocar frente a frente, e cada um unirá a palma da sua mão à palma da mão do outro.

Colocar uma música suave, instrumental.

Orientar os participantes, dizendo-lhes que eles estão diante de um espelho e que irão passar suas mãos ao longo de todo espelho.

Fazer movimentos circulares bem alongados e abrangentes.

Ficar olhando nos olhos do outro.

Após alguns segundos, o facilitador sugere que cada dupla se despeça com um abraço.

Procure outra pessoa e formar nova dupla, repetindo o exercício.

### **Variação de procedimentos:**

Depois do período de várias trocas, o facilitador pode sugerir juntar duas duplas e estas farão o exercício a quatro; depois, um grupo de quatro se junta a outro grupo de quatro; os oito se juntarão a outro grupo de oito; até que, ao final, forme-se um círculo único, criando uma sincronia nos movimentos. Na finalização, o facilitador sugere que todos aplaudam, utilizando a mão do outro.

## RELÂMPAGO

**OBJETIVOS:** Desfazer as "panelinhas" , formar novas parcerias e amizades e descontrair e "acordar" o grupo.

**MATERIAL:** Não é necessário.

**PROCESSO:** O facilitador solicita que peguem suas "bagagens" ( bolsas, material, pastas, etc.).

*"Observe e grave quem é a pessoa que está à sua direita e à sua esquerda.*

*Vou contar, até cinco e todos deverão trocar de lugar, de modo que ninguém fique perto de quem estava antes.*

*Quem se sentar por último paga uma prenda."*

Quando estiverem novamente acomodados:

*" Cumprimente e dê boas vindas ao seu novo vizinho."*

## COSTA COM COSTA

**OBJETIVOS:** Desencadear no grupo o processo de descontração.

Facilitar o entrosamento e alongar o corpo, despertando-o e criando maior disposição para os trabalhos grupais.

**MATERIAL:** Não é necessário.

**PROCESSO:** Formar duplas que devem ficar posicionadas costa com costa, bem juntinha.

Pegar as mãos um do outro, por cima, de modo a ficarem bem esticados os braços.

Segurando as mãos, dobrar bem devagar para a frente, ficando com o corpo do parceiro sobre as costas.

" Ter cuidado com os limites e a idade do outro."

Dobrar para a direita e para a esquerda, também.

Efetuar cada movimento mais de uma vez( pelo menos três).

Soltar as mãos, sem descolar os corpos.

Começar a virar, lentamente, sem descolar, de forma que os dois de cada dupla fiquem frente a frente, bem juntinhos.

Juntar as mãos, palma com palma.

Ir abrindo os braços, com as mãos coladas, bem devagar, forçando para frente (forças opostas), ficando em forma de cruz (braços abertos).

Deslizar as mãos e fechar os braços em torno do corpo do companheiro, abraçando-o.

Todo esse ritual... só para um abraço. Que bom! *"aproveite e abrace tantas pessoas quantas você queira e possa."*

## O MELHOR DE MIM

**OBJETIVOS:** Proporcionar aos participantes uma auto-avaliação.  
Projetar a auto-imagem, utilizando criatividade e recursos lúdicos.  
Oferecer aos demais companheiros um pouco de si.  
Estabelecer empatia.

**MATERIAL:** Cartolinas de cores variadas e suaves, revistas usadas, cola, tesouras, fita crepe, pincéis coloridos.

**PROCESSO:** Etapa um ( início do evento)

Colocar o material à disposição dos participantes e dizer-lhes que devem construir um cartaz, utilizando esses recursos e que retrate ou represente o melhor de cada um.  
Usar a criatividade e elaborar, com frases, figuras, aquilo - em forma de cartaz - que diga ou sintetize o melhor de vocês.

Ao ser concluído, o facilitador orienta que cada participante deve fixar o seu cartaz na parede.

Os cartazes deverão ficar fixados até o final do evento.

Etapa dois (final do evento)

O dono de cada cartaz deverá retirá-lo da parede e dizer para o grupo o que significa.  
Em seguida, deve oferecer o seu "melhor de mim" a um dos participantes do grupo, ressaltando o quanto aquela pessoa é especial, por isso merece o seu cartaz.

Escolher uma boa música de fundo para o momento de entrega de cartazes.

Se for possível, comentar sobre o sentimento de ter sido escolhido e/ou de estar preparando algo para alguém.

## EM BUSCA DO OLHAR

**OBJETIVOS:** Trabalhar o aprofundamento da integração do grupo.  
Incentivar o toque e exercitar a comunicação não-verbal.

**MATERIAL:** Não é necessário.

**PROCESSO:** O facilitador solicita ao grupo que todos fiquem de pé em círculo a uma distância razoável. Em seguida, pede-se que as pessoas se concentrem e busquem olhar para todos no círculo.

O facilitador poderá escolher uma música sentimental, leve, que favoreça o encontro não-verbal, até sintonizar numa pessoa cujo olhar lhe foi significativo.

Ao encontro desses olhares, as pessoas se deslocam lentamente umas para as outras, indo se encontrar no centro do grupo. Abraçam-se, tocam-se e cada uma irá se colocar no lugar da outra.

O exercício prossegue, até que todos tenham se deslocado em busca de alguém, podendo, ainda cada pessoa fazer seus encontros com quantas pessoas sintam vontade.

Normalmente, essa experiência é de uma riqueza extraordinária. Barreiras são quebradas, pedidos de perdão são feitos, tudo isso sem que se diga uma palavra. Cabe ao facilitador ter sensibilidade para a condução de troca de experiências não verbais. Essa dinâmica também é excelente para encerramentos de atividades grupais em que pessoas passaram algum tempo juntas.

## PAPEL AMASSADO

**OBJETIVOS:** Levar os participantes a refletir sobre o seu aprendizado e avaliar a experiência vivenciada - o quanto foi válida e o quanto agregou de novo ao nível dos seus conhecimentos anteriores.

**MATERIAL:** Uma folha de papel em branco, som com CD ou tape-deck e a gravação da música "Como uma onda" ( Lulu Santos ou Leila Pinheiro).

**PROCESSO:** Informar que todos se preparem, pois *"iremos realizar a prova final, de mensuração do nível de aprendizado do grupo"*.

Distribuir uma folha de papel em branco para cada participante.

Pedir-lhes que deixem todo o material sobre as cadeiras, inclusive as canetas ou lápis, e *"venham para formarmos um grande círculo"*.

Orientar para que amassem, o máximo que puderem, a folha de papel.

Iniciar a música e , em seguida, solicitar que *"voltem as suas folhas ao que eram antes, ou seja, desamassem-nas"*.

Deixar a música tocar um bom pedaço.

Diz o facilitador: **" Ninguém, jamais, consegue tomar um banho num mesmo rio duas vezes... isso significa que, por mais simples, elementar ou superficial que uma experiência possa nos parecer, sempre é possível aprender-se algo novo com ela. Espero que vocês tenham aprendido algo diferente aqui e que a folha de papel das suas vidas nunca mais sejam as mesmas de quando vocês entraram aqui, no início desse evento. Que saiam modificados por algum aprendizado."**

Criar oportunidade para abraços e despedidas.

## TERRA, CÉU E MAR

**OBJETIVOS:** Aquecer e exercitar o senso de direção, percepção de espaço e, naturalmente, descontrair.

**MATERIAL:** Não é necessário.

**PROCESSO:** O facilitador convida o grupo a formar uma fila única, uma atrás da outra, alinhadas da menor para a maior.

A fila deverá formar-se a partir de uma distância de, mais ou menos, um metro de onde está o facilitador.

Começa a orientação: "a fila onde vocês estão é denominada *TERRA*, à sua direita é o *CÉU* e à sua esquerda é o *MAR*".

Quando eu disser: *TERRA!* Todos irão para a terra... *CÉU!* Todos irão para o céu... *MAR!* Todos irão para o mar. Aqueles que "titubearem" ou deixarem de ir, vão sendo excluídos".

Aos vencedores (ou aos três finalistas) oferecer um prêmio.

## ESTOURANDO BALÕES

**OBJETIVOS:** Este é um exercício de competição, onde vencer[á aquele que conseguir manter-se, até o final, com os balões cheios, presos à cintura (ou pelo menos um).

**MATERIAL:** Balões coloridos, barbante.

**PROCESSO:** Distribuir dois balões (bexigas) para cada participante.

Distribuir, também, um pedaço de barbante suficientemente grande para amarrá-lo à cintura, junto com os balões.

Encher os dois balões e prendê-los ao barbante, um de cada lado da cintura.

Cada pessoa deve tentar estourar os balões da outra, protegendo ao mesmo tempo, os seus balões.

Deve-se utilizar, apenas, as mãos - evitar, portanto, objetos que possam provocar acidentes (palitos, unhas, alfinetes, etc.).

## **BALÕES NO AR**

**OBJETIVOS:** Excelente momento para integração do grupo, processo de reencontro , conagraçamento, celebração. É ideal para grandes auditórios.

**MATERIAL:** Balões coloridos.

**PROCESSO:** Distribuir um balão para cada pessoa (se possível prender cada balão com um pedaço de durex sobre cada cadeira).

Orientar para que todos encham os seus balões.

O exercício consiste:

**Opção 1:** Jogar os balões para cima, não os deixando cair, apenas utilizando a cabeça. Efetuar a troca de balões com outras pessoas, tantas quantas forem possível.

**Opção 2:** Jogar os balões para cima, não os deixando cair, utilizando uma das mãos. Efetuar a troca de balões com outras pessoas, tantas quantas forem possível.

Ao final, realizar um momento de celebração, estourando os balões ao mesmo tempo.

## O FEITIÇO CAIU EM MIM

**OBJETIVOS:** Exercício de integração do grupo, podendo no entanto, ser utilizada em grupos já conhecidos, objetivando o lazer e a descontração.

**MATERIAL:** Tiras de papel e lápis para cada participante.

**PROCESSO:** Orientar para que todos fiquem sentados em círculo.

Distribuir papeletas e lápis para cada participante.

*"Cada pessoa escreverá na sua papeleta alguma coisa que gostaria que o vizinho da direita fizesse. Pode ser qualquer coisa : imitar alguém, cantar uma música, imitar um animal, etc."*

*"Você deve escrever o seu nome"*

Recolher todas as papeletas, dar o mote: *"Aquilo que você não quer para si, não deve desejar para os outros... portanto, o que você escreveu na sua papeleta, quem vai executar é você!"*

Iniciar por voluntários, até que todos tenham concluído.

## **RETIRANDO AS CADEIRAS**

**OBJETIVOS:** Exercitar a agilidade, percepção e, quem sabe, até o preconceito (sentar um no colo do outro?!... isso não vai dar certo!).

**MATERIAL:** Não é necessário.

**PROCESSO:** Formar um círculo com cadeiras, todas voltadas para fora.

A quantidade de cadeiras deve ser o equivalente ao número de participantes menos uma.

Sugerir que todas as pessoas fiquem circulando ao redor das cadeiras, ao som de uma música bem ritmada.

Quando a música parar, todos procuram sentar; sobrar alguém, que deverá assentar-se, de alguma forma - ninguém pode ficar em pé fora do círculo.

Volta a música, o grupo reinicia a caminhada circular e o facilitador tira mais uma cadeira... pára a música e todos procuram sentar de novo.

A cada etapa repete-se o procedimento, até que só exista uma cadeira.

Afinal, este é o desafio: um objetivo único para todos. Criatividade, companheirismo e determinação são ingredientes imprescindíveis para aplicação desta técnica.

## O PRESENTE/ EU GOSTO DO FULANO PORQUE....

**OBJETIVOS:** Excelente para ser aplicada após intervalos longos (depois do almoço ou após uma seqüência de atividades que venham a provocar cansaço mental).

**MATERIAL:** Não é necessário.

**PROCESSO:** Formar um círculo, bem amplo, o mais espaçado possível, com cadeiras. 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.

Solicitar um voluntário e orientar que ele fique no centro do grupo, em pé.

Retirar do círculo a cadeira que ele (o voluntário) estava sentado.

Proceder o início do exercício dizendo que "sempre ficará alguém sobrando, uma vez que foi retirada uma cadeira".

"Quem ficar no centro, deverá dizer - sem demora, agilmente - bem alto, o seguinte:

**"Eu trouxe um presente para pessoa que...." ou "Eu gosto de (Nome da pessoa) porque está usando..."**

Exemplos de opções:

...estiver de jeans.

...usa óculos.

...tem duas orelhas.

...usa brincos.

Usar de toda criatividade possível.

Todas as pessoas que se enquadrarem no que for dito, devem trocar de lugar, rapidamente, inclusive a que estiver no centro ; sempre sobrar alguém, que deverá continuar a brincadeira.

As pessoas que sobrem no centro, a partir de duas vezes, pagarão uma prenda especial (imitar um animal, dançar uma música), ao final ao critério do grupo.

## CAIXINHA DE SURPRESAS

**OBJETIVOS:** Despertar e exercitar a criatividade do grupo.

**MATERIAL:** Caixa com tiras de papel onde se deve escrever previamente algumas tarefas engraçadas, som com cd ou gravador.

**PROCESSO:** Formar um círculo. A caixa deverá circular de mão em mão, até que o som da música pára simultaneamente.

Aquele que estiver com a caixa no momento em que a música parar, deverá tirar de dentro da caixa uma papeleta com tarefa e executá-la.

Continuar a brincadeira até enquanto estiver interessante.

## **LARANJA NO PÉ**

**OBJETIVOS:** Agradável, aguça o nível de atenção nas pessoas e estimula o espírito de solidariedade.

**MATERIAL:** 2 laranjas.

**PROCESSO:** Assentar os participantes, em duas filas de cadeiras.

Uma laranja é colocada sobre os pés (que estão unidos) da primeira pessoa de cada fila, que procurará passar a laranja sem a deixar cair, para os pés da segunda pessoa e assim por diante.

Se a laranja cair, a brincadeira prosseguirá, do ponto em que caiu, utilizando o tempo que for preciso.

Será vencedor o grupo que terminar primeiro.

## VOCÊ ME AMA ?

**OBJETIVOS:** Outra técnica boa para ser aplicada após intervalos longos, utilizando-se do mesmo princípio da técnica O presente.

**MATERIAL:** Não é necessário.

**PROCESSO:** Formar um círculo, bem amplo, o mais espaçado possível, com cadeiras.

Solicitar um voluntário e orientar que ele fique no centro do grupo, em pé.

Retirar do círculo a cadeira que ele (o voluntário) estava sentado.

*"Quem ficar no centro, deverá dizer - sem demora, agilmente - bem alto, o seguinte:*

*Você me ama? A pessoa interrogada responderá: Sim, amo. O voluntário perguntará:*

*Por quê ? O outro responderá alegando alguma coisa que o voluntário usa. Ex: Porque você usa tênis.*

No momento em que disser que ele sua tal coisa, todos do círculo que estiverem usando também, deverão mudar de lugar, inclusive o voluntário.

O participante que ficar sem cadeira reinicia a brincadeira, dirigindo-se a outra pessoa: "Você me ama?" "Sim, amo você." "Por quê?" "Porque você usa óculos".... e assim por diante

## VOU PRÁ ILHA

**OBJETIVOS:** Exercitar a percepção do grupo.

**MATERIAL:** Não é necessário.

**PROCESSO:** Iniciar com o seguinte mote - *"Eu vou prá ilha e vou levar comigo uma bicicleta... o que é que você leva?"*

Cada participante terá que descobrir que só entra na ilha quem levar algo ou alguém que comece com a letra "b". O facilitador pode repetir a mesma regra, ou seja, utilizando palavras que comecem com "c" ou "f". Aqueles que forem acertando, não devem revelar para o vizinho. É importante que cada um "saque" e perceba.

Variações:

*"Eu vou prá ilha e vou levar um óculos... o que é que você leva?"* A regra agora é algo que o vizinho da direita esteja usando (se estiver sendo usada a ordem da esquerda para a direita).

*"Eu vou prá ilha e vou levar um caqui ... o que é que você leva?"* A regra agora é qualquer palavra que comece com a primeira letra do nome da pessoa (**C** de Celso, **M** de Milton).

Ao final, faz-se a revelação e conversa-se sobre o exercício, tirando-se as conclusões que forem convenientes para o momento. As pessoas que não conseguiram acertar não significa, necessariamente, que não têm percepção ou que têm menos que as demais.

Basta botar a mente para criar e poderão surgir as melhores idéias: palavras com a mesma inicial, algum objeto que esteja na sala, etc.

## CRUZADA OU DESCRUZADA

**OBJETIVOS:** Outra técnica para exercitar a percepção do grupo.

**MATERIAL:** Uma tesoura.

**PROCESSO:** Formar um círculo, com o grupo assentado em cadeiras.

O facilitador mostra uma tesoura e diz que irá passá-la para o vizinho, que passará para o outro vizinho e, assim, até chegar ao último.

Ao passar a tesoura, cada pessoa deve verbalizar a palavra "**CRUZADA**" ou "**DESCRUZADA**".

A tesoura pode estar aberta (descruzada) ou fechada (cruzada).

O segredo, na verdade, está na posição das pernas do vizinho:

Quando for dito cruzada, mesmo que a tesoura esteja fechada, se as pernas do vizinho, para quem estiver sendo passada a tesoura, estiverem descruzadas, será dita a palavra "descruzada" e, assim por diante.

## O REPOLHO

**OBJETIVOS:** Esta é uma forma bem criativa para mensurar o nível de conhecimento das pessoas, em relação a determinado assunto ou tema.

**MATERIAL:** Elaborar previamente , questionamentos (perguntas, afirmativas, para as pessoas concordarem ou discordarem, etc.) em folhas de papel - um em cada folha. Enrolar cada folha, uma pós outra, de modo que todas fiquem como que envolvendo uma a outra, formando uma bola, assemelhada a um "repolho".

**PROCESSO:** Formar um círculo, e começar a passar o "repolho".

Colocar uma música bem ritmada e ficar de costas para o grupo.

Parando a música, quem estiver com o "repolho" na mão deverá retirar a primeira folha, ler o que está escrito e responder.

Senão souber a resposta, passa para o próximo.

E, assim. Sucessivamente, até que a última folha seja respondida.

Variação desta dinâmica:

Pode-se dividir em dois grupos e ao invés de passar para o vizinho, passa-se para o grupo oponente.

## **FORMANDO GRUPOS**

**OBJETIVOS:** Esta é uma forma aquecida para preparar e, até mesmo, estimular os participantes - principalmente os mais sonolentos - para o estudo de algum tema ou tópicos de alguma apostila. Pode-se utilizar esta dinâmica para formação de subgrupos de projetos, de modo que sejam evitadas as "panelinhas".

**MATERIAL:** Não é necessário.

### **PROCESSO:**

#### **(opção 1)**

Formar um círculo, numerar os participantes, supondo que se queira formar cinco grupos: 1,2,3,4,5...1,2,3,4,5....1,2,3,4,5....

Ao final, com todas as pessoas tendo recebido um número, orientar que sejam formados os grupos: " Todas as pessoas que tem o número um, ficam neste canto.... as que têm o número dois, ficam naquele canto... etc.

#### **(opção 2)**

O facilitador coloca no chão (ou numa mesa ou cadeira) cartelas com cores variadas, de modo que seja na quantidade de participantes do grupo.

As cartelas devem ser em quantidades iguais ( ou quase iguais, considerando quando o grupo for ímpar).

Todas as cartelas deverão estar viradas para baixo, não permitindo que os participantes vejam as cores.

Sugerir que cada pessoa pegue uma cartela e fique com ela.

As pessoas que estiverem com as cartelas vermelhas formarão um grupo, as que estiverem com as cartelas amarelas outro, e assim por diante.

Orientar que cada grupo nomeie um relator para a apresentação do resultado do grupo (se for o caso).

## MURAL

**OBJETIVOS:** Esta é uma dinâmica baseada nos fundamentos da Andragogia (educação de adultos). É uma forma bem dinâmica e eficaz para assimilação de determinados conteúdos e conceitos.

**MATERIAL:** Texto para leitura, cola, tesoura, cartolinas, lápis coloridos, revistas, pincéis atômicos, etc.

**PROCESSO:** Inicialmente, distribuir o texto ou material de leitura, onde será embasada a elaboração do mural.

Separar a turma em pequenos grupos, de até seis participantes.

Orientar para que cada pessoa faça uma leitura bem geral, destacando os aspectos mais significativos do texto (ou material recebido).

Em seguida, fazer os destaques junto com o grupo, de modo a estabelecer um consenso.

Utilizando o material recebido e toda a criatividade possível, elaborar um "Cartaz Andragógico", representando a idéia central estabelecida pelo grupo.

Podem ser acrescentados títulos, frases de legenda, desenhos à mão livre, etc.

Cada grupo, ao final, elegerá um relator e fará sua apresentação.

## **BRAINSTORMING**

**OBJETIVOS:** Esta é uma forma andragógico-construtivista (educação de adultos), onde o facilitador procura explorar o máximo a experiência acumulada e o interesse dos participantes. Tem por objetivos estimular o interesse pela novidade, pela aventura de criar algo, criar clima esportivo, agradável e provocante, de expectativa. Criar diretrizes e normas e aglutinar as melhores idéias.

**MATERIAL:** Flip-chart e pincéis coloridos, lápis e papel.

**PROCESSO:** Definir o tema-assunto.

Escolher alguém ou solicitar um voluntário (ou o próprio facilitador) para fazer as anotações no flip-chart.

Instigar os participantes a falarem sobre o assunto ou questionamento proposto.

Efetuar, em voz alta, com o grupo, a leitura do que foi gerado.

### **Normas do exercício:**

**Ninguém julga ninguém. Ninguém critica ninguém.**

**Elimine a autocrítica: todos podem errar.**

**Vale mais errar do que omitir-se e calar.**

**Quanto mais idéias melhor.**

**Seja breve.**

### **Variação da dinâmica:**

Ao invés da atividade falada, proposto o problema, cada um escreve numa folha durante dois ou três minutos, todas as soluções que lhe ocorrem. Depois as folhas começam a circular. Cada um lê as soluções de cada folha, e acrescenta outras.

## O AVESTRUZ

**OBJETIVOS:** Ilustrar formas de comunicação - estilo autoritário ou participativo. É realizada em duas etapas.

**MATERIAL:** Papel em branco e caneta.

**PROCESSO:** O exercício é desenvolvido em duas etapas, na primeira, o facilitador demonstra muito autoritarismo. Na segunda etapa, já demonstra flexibilidade, fluidez na comunicação e bom relacionamento com as pessoas.

### Primeira etapa:

Iniciar de forma autoritária: *"Estou trazendo uma recomendação da Diretoria, para ser realizado um projeto dentro das diretrizes que passarei a colocar para todos, a partir de agora... todas as orientações estão muito claras, foram feitas com a mais criteriosa segurança, portanto não aceito questionamentos, nem perguntas... tudo está muito claro!"*

*"Vamos portanto, às orientações do projeto:*

1. No centro da sua folha de papel, desenhe um elipse, com, aproximadamente 5 cm de diâmetro.
2. Na parte interna, superior, à direita, desenhe o sinal matemático "maior que", tendo, aproximadamente, 0,5 cm (meio centímetro) de raio.
3. Tocando a linha externa, direita, do elipse, iniciar duas retas paralelas, ascendentes, levemente inclinadas para a direita, com uma distância entre si de 0,7 cm (zero, vírgula sete centímetros) e 2,5 cm de comprimento.
4. Ligada (ou tocando) a parte superior das duas retas, desenhe um círculo com -mais ou menos - 1 cm de diâmetro.
5. Dentro do círculo, desenhe um outro círculo, bem menor com - mais ou menos - 3mm de diâmetro.
6. Inicie na parte inferior externa, um pouco à direita, do círculo maior duas retas de 0,5 cm (meio centímetro), cada que se juntarão formando um vértice.
7. Tendo como vértice a parte externa, esquerda, do elipse, inicie três retas de 0,7 cm (zero, vírgula sete centímetros), de modo que uma fique reta, uma inclinada para cima e a outra inclinada para baixo.
8. Iniciando na parte inferior, externa, do elipse, tocando-o, desenhe duas retas descendentes, paralelas entre si em 2 cm e comprimento de 3 cm.
9. Tendo como vértices as extremidades inferiores das retas, inicie em cada um dos vértices, três retas de 0,5 cm - a primeira é extensão da reta maior e as outras duas, uma inclinada para a direita e a outra inclinada para a esquerda.

### Segunda etapa:

Iniciar de forma bem descontraída, dizendo que " Vamos realizar um projeto e preciso da ajuda de todos vocês. Portanto, vou transmitir algumas diretrizes que recebi da Diretoria, mas que poderemos fazer os ajustes que forem necessários para que o projeto seja um sucesso. Daí, gostaria de ter a participação e a crítica de todos vocês. Vamos lá?"

"No centro de sua folha de papel, desenhe um elipse, com, aproximadamente 5 cm de diâmetro".

Com certeza surgirá a pergunta: " O que é um elipse? " "É um círculo oval, meio inclinado".

A partir daí, todas as etapas, de 1 a 9 serão repetidas, porém sendo demonstradas e tiradas todas as dúvidas.

Com certeza, a construção do "projeto" será bem mais participativa e mais fácil, surgindo assim. A figura do avestruz.

## O JOGO DOS QUADRADOS

**OBJETIVOS:** Levar os participantes a refletirem sobre a necessidade de cooperação, comunicação clara, formas de tratamento, flexibilidade e negociação.

**MATERIAL:** Envelopes com os jogos do quadrado.

**PROCESSO:** Formar cinco grupos.

Preparar os envelopes, previamente, de modo que o de número 5 fique normal (todas as peças juntas) e que nos outros quatro as peças sejam embaralhadas, misturadas entre os envelopes.

Distribuir os envelopes, aleatoriamente, pedindo que *"não abram, ainda."*

*"Da atenção de vocês, dependerá quase 100% da eficácia desse exercício."*

*"Se alguém já conhece o método ou o resultado desta atividade, por favor, não revele... deixe que as pessoas descubram."*

O facilitador pode utilizar as pessoas que, porventura, conheçam a dinâmica, para fazerem o papel de observadores.

Proceder as instruções: *"Quaisquer outros aspectos que não estiverem enquadrados nas regras que vamos lhes passar serão permitidos."*

Regra nº1: *"Não pode falar! Qualquer outra forma de comunicação, que não seja verbal é permitida."*

Regra nº 2: *"Não pode rasgar, dobrar, amassar, quebrar ou riscar nenhuma das peças nem o envelope."*

Regra nº3: *"Vocês vão construir, cada grupo, um quadrado, com o material que está dentro do envelope de vocês."*

Se os grupos não perceberem que terão de efetuar a troca, o facilitador pode dizer depois de algum tempo: *"Nem sempre a solução para os nossos problemas está em nossas mãos!"* ... até que todos se movimentem, em silêncio, e concluam o exercício, formando cinco quadrados.

Os quatro grupos que estão trocados ficam intrigados porque um grupo terminou tão rápido (justamente o grupo que não estava com as peças trocadas).

Depois que todos tiverem terminado, voltar ao grupão original e proceder os comentários, sentimentos e aprendizado.

## O GRÁFICO DA MINHA VIDA

**OBJETIVOS:** Dar a todos os participantes uma oportunidade de fazer um feedback de sua vida. Todos poderão expressar suas vivências e sentimentos ao grupo.

**MATERIAL:** Folhas de papel em branco, lápis ou caneta.

**PROCESSO:** O animador do grupo inicia explicando os objetivos do exercício. A seguir, distribuirá uma folha em branco para cada participante. Todos procurarão traçar uma linha que, através de ângulos e curvas, represente fatos da própria vida. Os fatos podem limitar-se a um determinado período da vida: por exemplo, os últimos três meses ou o último ano.

O gráfico pode expressar vivências e sentimentos do tipo religioso, familiar, grupal ou social.

A seguir, um a um irá expor ao grupo seu próprio gráfico, explicando os pontos mais importantes.

Terminado o exercício, seguem-se os comentários e depoimentos dos participantes.

## **OUTRAS FORMAS**

1. Descrever cinco acontecimentos mais marcantes da própria vida, e apresentá-los ao grupo, em ordem de sua importância.
2. Descrever com dez palavras os traços da própria personalidade que mais marcam a vida.
3. Que epítáfio você gostaria para seu túmulo?

## EFICIÊNCIA DE UM TRABALHO DE EQUIPE

**OBJETIVOS:** Demonstrar rapidez num trabalho de equipe. Desenvolver agilidade mental e capacidade de raciocínio e desenvolver a imaginação e a criatividade.

**MATERIAL:** Uma cópia da "corrida de carros", lápis ou caneta.

**PROCESSO:** Dividir os participantes em diversos grupos de cinco a sete membros cada.

A tarefa de cada grupo consiste em resolver na maior brevidade possível, o problema da "corrida de carros" , conforme explicação na folha, que será entregue a cada grupo.

A seguir, lê-se, em voz alta, o conteúdo da folha e inicia-se o exercício.

Todos os grupos procurarão resolver o problema, com a ajuda da equipe.

Obedecendo às informações constantes da própria "corrida de carros", a solução final deverá apresentar a ordem em que os mesmos carros estão dispostos com a respectiva cor, conforme chave anexa.

Será vencedor da tarefa o grupo que apresentar por primeiro a solução do problema.

Terminado o exercício, cada grupo fará uma avaliação acerca da participação dos membros da equipe, na tarefa grupal.

O animador poderá formar o plenário com a participação de todos os membros dos grupos, para comentários e depoimentos.

## CORRIDA DE CARROS

Oito carros, de marcas e cores diferentes, estão alinhados, lado a lado, para uma corrida. Estabeleça a ordem em que os carros estão dispostos, baseando-se nas seguintes informações:

1. O *Ferrari* está entre os carros vermelhos e cinza.
2. O carro cinza está a esquerda do *Lotus*.
3. O *Mclaren* é o segundo carro à esquerda do *Ferrari* e o primeiro à direita do carro azul.
4. O *Tyrrell* não tem carro à sua direita e está logo depois do carro preto.
5. O carro preto está entre o *Tyrrell* e o carro amarelo.
6. O *Shadow* não tem carro à esquerda: está à esquerda do carro verde.
7. À direita do carro verde está o *March*.
8. O *Lotus* é o segundo carro à direita do carro creme e o segundo à esquerda do carro marrom.
9. O *Lola* é o segundo carro à esquerda do *Iso*.

## SOLUÇÃO DA CORRIDA DE CARROS

1. *Shadow*, cor azul.
2. O *Mclaren*, cor verde.
3. O *March*, cor vermelha.
4. O *Ferrari*, cor creme.
5. O *Lola*, cor cinza.
6. O *Lotus*, cor amarela.
7. O *Iso*, cor preta.
8. O *Tyrrell*, cor marrom.

## SOLUÇÃO CRIADORA DE UM PROBLEMA

**OBJETIVOS:** Observar atitudes grupais na solução de um problema e explorar influências interpessoais na solução dos mesmos.

**MATERIAL:** Papel, lápis ou caneta.

**PROCESSO:** O animador esclarece que se trata da solução criadora de um problema, para o qual deve ser procurado um consenso. Todos deverão prestar atenção acerca do processo da discussão, pois no final será analisado pelo grupo.

A seguir, o animador expõe o problema a ser solucionado pelos grupos, durante dez minutos: "Anos atrás, um mercador londrino teve o azar de ficar devendo uma grande soma de dinheiro a outra pessoa, que lhe fez um empréstimo. Este se encantou pela jovem e linda filha do mercador. Propôs-lhe então um acordo. Disse que cancelaria a dívida do mercador, se pudesse desposar-lhe a filha. Tanto o mercador quanto sua filha ficaram apavorados. Aí a pessoa que havia emprestado o dinheiro propôs que se deixasse a solução do caso à Providência. Para tal, sugeriu colocarem um seixo preto e outro branco dentro de uma bolsa de dinheiro vazia, e a moça deveria então retirar um dos seixos. Se retirasse o seixo preto tornar-se-ia sua esposa e a dívida de seu pai seria perdoada. Se retirasse o seixo branco, permaneceria como pai e mesmo assim a dívida seria perdoada. Mas, recusando-se a retirar o seixo, o pai seria atirado na prisão e ela morreria de fome. O mercador concordou, embora constrangido. Eles estavam num caminho cheio de seixos, no jardim do mercador. O credor abaixou-se para apanhar os dois seixos e ao fazê-lo apanhou dois pretos e colocou-os na bolsa do dinheiro, que foi visto pela moça. Pediu então à moça que retirasse o seixo que indicaria não só a sua sorte, como também a de seu pai." Cabe então ao grupo encontrar a solução que a moça encontrou para poder continuar em companhia de seu pai e Ter a dívida perdoada.

**Solução:** *A moça do conto meteu a mão na bolsa e retirou um seixo. Porém, antes de olhá-lo, desajeitada, deixou-o cair no caminho onde ele logo se perdeu no meio dos outros.*

Após dez minutos, o animador pede aos grupos a solução encontrada e solicita que expliquem o processo usado para chegar a conclusão.

Enquanto todos não tiverem encontrado a solução, pode-se continuar o trabalho, ficando os grupos, que terminarem como observadores, sem interferir nos debates.

A seguir, forma-se o plenário para comentários acerca do comportamento dos membros do grupo de discussão, focalizando as atitudes de:

- a) membros que pouco participaram;
- b) pessoas que dificilmente aceitaram as idéias dos outros;
- c) elementos que ficaram nervosos, inseguros durante o debate;
- d) demonstração de inibição, etc.

## CARACTERÍSTICAS DE UM LÍDER

**OBJETIVOS:** Comparar os resultados de uma decisão individual com uma decisão grupal e explorar valores que caracterizam um líder.

**MATERIAL:** Uma cópia das características de um líder, para cada participante, lápis ou caneta.

**PROCESSO:** O animador, caso o número de participantes for acima de doze, formará grupos para facilitar o trabalho, distribuirá uma cópia das características de um líder. Durante um tempo, todos procurarão fazer a seleção das características, colocando-as em ordem de prioridade.

Uma vez terminado o trabalho individual, o animador determina que se faça uma decisão grupal. Em cada grupo se fará a indicação de um relator, a quem cabe anotar a decisão do grupo, para posteriormente ser relatado no plenário.

Numa discussão final, todos os relatores dos grupos apresentam em plenário o resultado da decisão grupal.

### RELAÇÃO DAS CARACTERÍSTICAS DE UM LÍDER

Abaixo há uma lista de doze características de um líder. Seu trabalho será de enumerar essas características, colocando nº 1, para aquela característica que no seu entender é a mais importante, nº 2, para a segunda característica mais importante, até o nº 12, para aquela que no seu entender é menos importante para um líder.

- a. Mantém a ordem durante todo o tempo da reunião.
- b. É amigo e social.
- c. Tem idéias novas e interessantes: é criativo.
- d. Sabe escutar e procura compreender as outras pessoas.
- e. Procura fazer entender a todos.
- f. É firme decidido.
- g. Admite abertamente seus erros.
- h. Promove oportunidade para que todos membros ajudem na solução dos problemas.
- i. Sabe elogiar com freqüência e raras vezes critica negativamente.
- j. Gosta de conciliar.
- k. Segue rigorosamente as regras e procedimentos.
- l. Nunca manifesta rancor e insatisfação.

## NECESSIDADES INDIVIDUAIS NO TRABALHO NA CASA ESPÍRITA

**OBJETIVOS:** Conscientizar os indivíduos acerca de suas necessidades pessoais e com estas variam em intensidade, permitir que os participantes do grupo descubram o relacionamento existente entre as suas necessidades e suas oportunidades de encontrá-las e valorizar a teoria que relaciona as necessidades pessoais com as da casa espírita.

**MATERIAL:** Folha de papel em branco, lápis, quadro negro ou folhas de cartolina.

**PROCESSO:** O animador solicita a todos os participantes para que façam uma relação, respondendo, com frases curtas, à seguinte pergunta: " O que você espera com seu trabalho na Casa Espírita?"

Após, alguns minutos organiza-se no quadro negro ou em uma cartolina, uma lista que contém as respostas individuais dos participantes.

Uma vez terminada esta lista, pede-se que a mesma seja copiada por todos os presentes, colocando-se em primeiro lugar aquela frase que no entender de cada um é mais importante, e assim por diante, até a última da relação, para aquela que no seu entender é a menos importante, no momento.

A seguir, formam-se grupos para que os participantes possam trocar idéias acerca dessas necessidades.

Depois do debate, o animador pede que a lista seja guardada, e cada qual, numa nova folha, fará outra relação, colocando em primeiro lugar aquela necessidade que ele sente ter a maior oportunidade de satisfazer no trabalho espírita, e assim por diante até a última que ele sente ter menos oportunidade de satisfazer.

Terminada esta relação, a pedido do animador, todos podem comparar esta lista com a primeira, e formar grupos de dois, para a troca de idéias, acerca do paralelo estabelecido.

## EXERCÍCIO DO EXAME PESSOAL

**OBJETIVOS:** Conscientizar-se acerca das estratégias usadas nas situações de conflito, examinar os métodos usados para resolver os conflitos e introduzir estratégias para negociar e apresentar habilidade nas negociações.

**MATERIAL:** Lápis e papel para todos os participantes.

**PROCESSO:** Os participantes são convidados, pelo animador, a fazer um exercício de fantasia, com o objetivo de examinar suas estratégias na solução de conflitos individuais. Durante aproximadamente cinco minutos, o animador conduzirá o grupo através da fantasia que se segue.

O animador convida para que todos tomem uma posição confortável, fechem os olhos, procurando recolher-se, desligando-se do resto, relaxando completamente.

Em continuação, o animador começa dizendo: "Todos estão agora caminhando pela rua, e de repente observam, a certa distância, que se aproxima uma pessoa familiar a eles. Eis que a reconhecem.

È uma pessoa com a qual estão em conflito. Todos sentem que devem decidir rapidamente como enfrentar a pessoa. À medida que esta se aproxima, uma infinidade de alternativas se estabelece na mente de todos. Decidem agora mesmo o que fazer e o que irá acontecer. E o animador para a fantasia. Aguarda um pouco. A seguir dirá: " A pessoa passou. Como se sentem? Qual o nível de satisfação que estão sentindo agora?" Continuando, o animador pede às pessoas que voltem à posição normal e abram os olhos.

Assim que o grupo retorna da fantasia, durante cinco minutos todos responderão por escrito às seguintes perguntas: a) Em que alternativas pensou? b) Qual a alternativa que escolheu? c) Que nível de satisfação sentiu ao final?

Cada participante deverá a seguir comentar com outros dois colegas as respostas dadas às perguntas anteriores, ficando um encarregado de fazer uma síntese escrita.

Ainda em continuação, o animador conduzirá os debates em plenário onde serão relatadas as sínteses dos grupos. Observa-se, em geral, que as estratégias mais empregadas se resumem em evitar, adiar e confrontar os conflitos.

Por último através da verbalização, cada participante expõe suas reações ao exercício realizado, e o animador fará um comentário sobre o problema dos conflitos.

## PÔR-SE NA PELE DO OUTRO: O ESPELHO

**OBJETIVOS:** Conscientizar as pessoas acerca da dificuldade que existe em compreender os outros e mostrar que a falta de comunicação é muitas vezes um problema de falta de compreensão.

**MATERIAL:** Lápis ou caneta e papel branco.

**PROCESSO:** O animador explica inicialmente o que se entende pela expressão: "Pôr-se na pele do outro." Como é o outro, na própria pele? Como compreendê-lo para melhor comunicar? Etc.

Em continuação, o animador pede que formem grupos a dois, para poderem vivenciar a situação de "espelho" como parceiro. Este exercício tem três fases:

**1ª fase:** O parceiro "A" procura executar uma ação (tomar um café, trabalhar no escritório, escrever uma carta, etc.) e o colega "B" o imitará em todos os gestos, com o seu ritmo, suas emoções e com toda a precisão.

**2ª fase:** Invertem-se os papéis. O parceiro "B" começa a ação e o "A" o imita em tudo.

**3ª fase:** Nessa fase, é sempre a situação do espelho. Após algum tempo de concentração de um sobre o outro, cada um procurará ser, ao mesmo tempo, aquele que inicia o gesto e fará a vez do espelho, imitando os gestos do outro. Ninguém saberá o que irá acontecer. Observa-se que as duas pessoas farão ao mesmo tempo as duas coisas.

Finalmente as duas pessoas comentarão a experiência vivida, pondo em comum as seguintes observações:

- a) A dificuldade de estar atento durante todo o tempo.
- b) A concentração sobre o outro.
- c) O gesto externo, revelando o movimento interno.
- d) Quem toma a iniciativa de um gesto? Quem o imitará?

## O BONECO

**OBJETIVOS:** União do grupo, trabalho em equipe e sentido de equipe.

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

**PROCESSO:** 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. ...

**Variação desta dinâmica:** Construção de um castelo, dividir os participantes em 03 grupos, pedir que um grupo construa a base ( os alicerces) do castelo, o outro as paredes e o último as torres.

## COMPRIMIDO PARA A FÉ

**OBJETIVOS:** Reflexão sobre o isolamento em relação aos outros, o fato de não estar "imerso" no mundo, ter medo de se entregar as mesquinhas e com se dá a graça de Deus nas nossas vidas.

**MATERIAL:** Três copos com água. Três comprimidos efervescentes. (aqueles com envelope).

**PROCESSO:**

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.

## A TROCA DE UM SEGREDO

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

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

**PROCESSO:** 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 por-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?

## VARINHAS QUE NÃO QUEBRAM

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

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

**PROCESSO:** 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.

## TEIA DA AMIZADE

**OBJETIVOS:** Apresentação do grupo, trabalhos em equipe, mútuo conhecimento, descontração e a importância de cada um assumir a sua parte na vida.

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

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

O coordenador toma nas mãos um novelo de linha ou lã e, 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 apresentar-se brevemente, dizendo quem é, de onde vem, o que faz etc., joga o novelo para uma dessas à sua frente.

Essa pessoa, apanha o novelo e, após enrolar a linha em um dos dedos, irá repetir o que lembra sobre a pessoa que acabou de se apresentar e lhe atirou o novelo. Após fazê-lo, essa segunda pessoa irá se apresentar e assim se dará sucessivamente, até que todos digam ao grupo seus dados pessoais e se conheçam.

Pedir para as pessoas dizerem o que observaram, o que sentiram, o que significa aquela teia, o que aconteceria se alguém soltasse um dos fios.

## A PALAVRA IMÃ

**OBJETIVOS:** Incentivar a participação de todos, descontração, colocar sentimentos escondidos para fora e libertar a parcela de verdade que todos temos em nossa mente.

**MATERIAL:** Cartolina e pincéis atômicos.

**PROCESSO:** Dispor os participantes sentados em círculo. O coordenador deverá escrever no centro de uma cartolina a palavra-chave, o tema do encontro: Amor.

Pedir para cada participante escrever em torno da palavra-chave, aquilo que lhe vier à cabeça.

No final da dinâmica, todos conversarão sobre o que escreveram, o que sentiram.

## **BRINCADEIRA DE PEGA-PEGA**

**OBJETIVOS:** Levar os parceiros ao mútuo conhecimento, dinamizar uma reunião quando a atenção dos participantes estiver decaindo e recreação em diversos grupos.

**MATERIAL:** Papel (folhas), pincel atômico, relação de "palavras secretas" e fita adesiva.

**PROCESSO:** Dividir o grupo em duplas e pedir que os pares fiquem de frente um para o outro.

Colar, nas costas de cada um, uma folha com uma palavra e cada um deverá procurar ler nas costas do companheiro a palavra secreta escrita, sem deixar que ele leia a sua antes.

A brincadeira termina quando todos souberem as palavras secretas de seus parceiros.

**Importante:** fazer tudo para ler a palavra do companheiro, mas também fazer tudo para esconder a sua palavra dos olhos dele.

## O DESABROCHAR DA VIDA

**OBJETIVOS:** A necessidade de abertura, a demonstração dos sentimentos, o desabrochar para a vida em grupo.

**MATERIAL:** Flores de papel conforme modelo, e copos com água.

**PROCESSO:** Colocar os copos com água no chão da sala ou sobre uma mesa, em número correspondente ao número de flores distribuídas fechadas. Pedir que cada participante coloque sua flor - previamente entregue - dentro do copo com água, mantendo-a fechada. Pedir para que observe o que acontece.

Aos poucos as flores irão se abrindo. Umas mais rapidamente que as outras.

Pedir para dizerem o que sentiram, comparando o que está escrito dentro da flor.

## A QUEIMA DOS VÍCIOS

**OBJETIVOS:** Afirmação da proposta de reforma íntima, encerramento de encontros.

**MATERIAL:** Papel, canetas, recipiente para colocar fogo e fósforos.

**PROCESSO:** Distribuir papéizinhos entre os participantes, pedindo que cada um coloque neles seus vícios ou defeitos a serem vencidos.

Após uma oração, acender o fogo no recipiente e pedir que cada um queime seu papel com o propósito de reforma íntima.

Pode-se também ao final cantar uma música.

## O LIXO E A CRUZ

**OBJETIVOS:** Revisão de vida, importância da aceitação das dificuldades da vida e aulas sobre vícios e defeitos.

**MATERIAL:** Folhas de papel ou jornal para dobraduras conforme modelo.

**PROCESSO:** Distribuir uma folha para cada participante, pedir que repitam as mesmas dobras que o organizador via fazendo na folha.

Pedir que todos façam o recorte na parte menor da dobra.

Colocar o pedaço maior no bolso sem abrir e o pedaço menor jogar no lixo.

Pedir a todos que falem dos lixos que precisam ser "jogados fora".

No final, solicitar que abram o pedaço do bolso. Para surpresa teremos ali o desenho de uma cruz.

Falar sobre o esforço para conseguirmos vencer os vícios e defeitos da nossa vida.

## A LIÇÃO DA PEDRA

**OBJETIVOS:** A importância de enxergarmos as coisas como são realmente, discorrer sobre a superficialidade de nossos julgamentos, o perigo dos preconceitos e como podemos enxergar a beleza interior

**MATERIAL:** Uma pedra cortada e uma folha de jornal amassado.

**PROCESSO:** Arranjar uma pedra de tamanho médio, brilhante de um lado e áspera e feia na maior parte.

Colocar a parte lisa, bonita, para baixo, sobre uma folha de jornal amassado. Perguntar a todos o que estão vendo? Descrever o objeto, como é e que impressão causa?

Virar a pedra para cima e mostrar o lado bonito. Perguntar novamente.

## AS TRÊS MISTURAS

**OBJETIVOS:** Demonstrar os diferentes modos de participação, o modo como as pessoas do grupo se posicionam frente ao outro e a necessidade de se "dissolver" sem perder a identidade.

**MATERIAL:** Três copos com água, um punhado de areia, um pouco de óleo de cozinha e um pouco de vinho ou refresco vermelho.

**PROCESSO:** Colocar os três copos com água no chão da sala ou sobre uma mesa. No primeiro misturar algumas gotas de óleo, no segundo misturar um pouco de areia e no terceiro um pouco de vinho ou suco.

Pedir para os participantes dizerem o que observam. Pedir para comparar os copos com o grupo e as misturas com os diferentes tipos de pessoa.

## A LIÇÃO DA PLANTA

**OBJETIVOS:** Dinâmica para casais em crise, alicerçar amizades e fortalecer vínculos do grupo.

**MATERIAL:** Uma plantinha meio murcha num vaso ou um galho enterrado e um copo com água.

**PROCESSO:** Contar para os participantes a seguinte estória, enquanto molha o vaso com o copo de água.

*" Em uma localidade, um casal estava prestes a separar-se. Já dormiam em camas separadas.*

*Resolveram dar-se mais uma chance, procurando a ajuda de um homem sábio do lugar onde viviam.*

*Este lhes deu uma pequena plantinha e lhes disse que a plantassem no jardim de sua casa. Caso a plantinha não morresse, vivesse, o casamento estaria salvo.*

*O problema é que na região havia uma grande seca.*

*Com medo que a plantinha não vingasse, a esposa levantou-se de madrugada com uma caneca de água para molhá-la; afinal, ela queria salvar seu casamento. Saiu em silêncio para que seu esposo não a visse molhar a planta. Para sua surpresa, lá chegando, o marido já estava molhando a plantinha em plena madrugada. Os dois se abraçaram diante da planta e se reconciliaram."*

Deixar que o grupo comente a estória, o que acharam...

## CÍRCULOS CONCÊNTRICOS

**OBJETIVOS:** Observar atentamente o comportamento do grupo para posteriores observações.

**MATERIAL:** Papel e caneta para os participantes.

**PROCESSO:** O animador divide o grupo em dois, para que metade represente o grupo de ação e a outra, o grupo de observação.

O grupo de ação permanece sentado em círculo concêntrico interno e o de observadores, em círculo concêntrico externo.

O grupo de ação inicia um debate sobre algum tema (poderão ser demonstradas situações de trabalhos na Casa Espírita).

O animador orientará o grupo de observadores acerca daquilo que deverão observar nos membros do grupo de ação. Assim o observador poderá anotar quem não participa, quem monopoliza, quem deseja participar e não tem oportunidade, etc.

No final o grupo de observadores, apresentará suas observações, e prossegue-se trocando de posição os participantes, quem for do grupo de ação passará para o de observadores, e vice-versa.

## EXERCÍCIO DA QUALIDADE

**OBJETIVOS:** Conscientizar os membros do grupo para observar as boas qualidades nas outras pessoas e despertar as pessoas para qualidades até então ignoradas por elas mesmas.

**MATERIAL:** Lápis e papeletas.

**PROCESSO:** O animador iniciará dizendo, que na vida diária, na maioria das vezes as pessoas observam não as qualidades, porém os defeitos do próximo. Nesse instante, cada qual terá a oportunidade de realçar uma qualidade do colega.

O animador distribuirá uma papeleta e uma caneta para cada participante, cada qual deverá escrever na papeleta a qualidade que no seu entender caracteriza seu colega da direita.

A papeleta deverá ser anônima, sem nenhuma identificação. A seguir o animador solicita que todos dobrem a papeleta para ser recolhida, embaralhada e redistribuída.

Feita a redistribuição, começando pela direita do animador, um a um lerá em voz alta a qualidade que consta na papeleta, procurando entre os membros do grupo, a pessoa que no seu entender é caracterizada por esta qualidade. Cada participante só poderá escolher uma pessoa.

Ao escolher a pessoa deverá dizer porque tal qualidade a caracteriza.

Pode ser que uma pessoa seja apontada mais de uma vez como portadora de qualidades, porém no final cada um dirá que qualidade escreveu para o companheiro da direita. Poderão ser feitos depoimentos.

## A TEMPESTADE MENTAL

**OBJETIVOS:** Gerar grande número de idéias ou soluções acerca de um problema, evitando-se críticas e avaliações, até o momento oportuno.

**MATERIAL:** Papel, caneta, quadro negro ou cartolina.

**PROCESSO:** O animador iniciará, dando um exemplo prático. Formar subgrupos de aproximadamente seis pessoas. Cada subgrupo escolherá um secretário que anotarà tudo.

Formados o subgrupos, a animador dirá as regras do exercício: não haverá crítica durante o exercício, acerca do que foi dito; quanto mais extremada a idéia melhor, deseja-se o maior número de idéias.

**1ª Fase:** O animador apresenta o problema a ser resolvido. Por exemplo: um navio naufragou, e um dos sobreviventes nadou até alcançar uma ilha deserta. Como poderá salvar-se? O grupo terá 15 minutos para dar idéias.

**2ª Fase:** Terminado, o animador avisa que terminou o tempo e que a crítica é proibida. Inicia-se a avaliação das idéias e a escolha das melhores.

**3ª Fase:** No caso de haver mais subgrupos, o animador pede que seja organizada uma lista única das melhores idéias.

**4ª Fase:** Forma-se o plenário. Processa-se a leitura das melhores idéias, e procura-se formar uma pirâmide cuja base serão as idéias mais válidas.

## REUNIÃO NÃO VERBAL

**OBJETIVOS:** Incentivar o uso de outra forma de comunicação que não a verbal.

**MATERIAL:** Não será necessário.

**PROCESSO:** O animador inicia, explicando que os pensamentos e sentimentos devem ser expressos segundo um estilo.

As descobertas científicas são escritas em linguagem técnica; a música é escrita e executada; outros sentimentos criativos são pintados, cantados, dançados, falados, representados. Seja de que modo for, a pessoa comunica sua experiência através do uso ou postura de seu corpo ou de alguma parte do mesmo.

A seguir os participantes são avisados pelo animador de que não podem expressar-se com palavras escritas ou faladas.

Os membros do grupo são orientados para que se amontoem na sala, procurando relacionar-se entre si durante quinze minutos, sem palavras.

Decorrido o tempo, seguem-se os comentários acerca da experiência vivenciada, podendo cada qual expressar em palavras suas descobertas e os seus sentimentos.

## QUALIDADE DO LÍDER DEMOCRÁTICO

**OBJETIVOS:** Conscientizar os membros do grupo sobre as qualidades que são básicas de um líder democrático. Possibilitar os participantes a uma tarefa grupal, no sentido de conseguir uma unanimidade em relação a definições que caracterizam o líder democrático.

**MATERIAL:** Lápis ou caneta e uma cópia da relação das definições e das qualidades (anexa).

**PROCESSO:** O animador inicia falando sobre os três tipos de líderes, o autocrático, o anárquico e o democrático. Procurará enfatizar as características do líder Democrático. Formará grupos de cinco a sete elementos, distribuirá uma cópia das **DEFINIÇÕES E QUALIDADES DO LÍDER DEMOCRÁTICO**, para cada participante. Solicita a seguir que cada grupo consiga chegar a uma unanimidade em relação à definição e à qualidade correspondente, colocando o número da definição ao lado da qualidade.

Volta-se para o grupo maior, onde os grupos apresentarão as conclusões do exercício. O animador poderá escrever no quadro negro ou cartolina a ordem correta da qualidade com a devida definição.

Finaliza-se o exercício com uma avaliação e depoimentos.

### **Chave:**

- |                   |                          |
|-------------------|--------------------------|
| 1. Seguro         | 9. Previsor              |
| 2. Acolhedor      | 10. Confiança nos outros |
| 3. Desinteressado | 11. Dá apoio             |
| 4. Disponível     | 12. Eficaz               |
| 5. Firme e suave  | 13. Sociável             |
| 6. Juízo e maduro | 14. Sincero              |
| 7. Catalisador    | 15. Corajoso             |
| 8. Otimista       | 16. Democrático          |

## **QUALIDADES DO LÍDER DEMOCRÁTICO**

### **(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. Interessa-se pelo bem do grupo. Não usa o grupo para interesses pessoais.
4. Sempre pronto a atender.
5. Mantém-se calmo 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 vêem perigo, sombra e fracassos.
9. Sabe prever, evita 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 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

Coloque o número das definições acima, nas qualidades que seguem de acordo com a sua descrição:

	Otimista
	Democrático
	Seguro
	Eficaz
	Corajoso
	Disponível
	Acolhedor
	Sociável

	Desinteressado
	Sincero
	Firme e suave
	Catalisador
	Juízo maduro
	Confiança nos outros
	Dá apoio
	Previsor

## CARTA A SI PRÓPRIO

**OBJETIVOS:** Levantamento de expectativas individuais, compromisso consigo próprio, percepção de si, auto conhecimento, sensibilização, reflexão, motivação e absorção teórica.

**MATERIAL:** Envelopes, papel e caneta para cada participante.

**PROCESSO:** Individualmente, cada participante escreve uma carta para si próprio, como se estivesse escrevendo para seu melhor amigo.

Dentre os assuntos, abordar, como se sente no momento, o que espera da reunião, como espera estar daqui a 30 dias.

O facilitador distribui envelopes e pede para que cada participante enderece a si próprio. Recolhe os envelopes colando-os perante o grupo e após 30 trinta dias remete ao participante.

## QUEM SOU EU

**OBJETIVO:** Tornar os membros do grupo conhecidos rapidamente, num ambiente relativamente pouco inibido.

**MATERIAL:** Papel escrito com o título quem sou eu?, caneta para cada participante e fita adesiva.

**PROCESSO:** Durante dez minutos cada um escreve cinco itens em relação a si mesmo, que facilitem o conhecimento. A folha escrita será fixada na blusa dos participantes. Os componentes do grupo circulam livremente pela sala, ao som de uma música suave, enquanto lêem a respeito do outro e deixa que os outros leiam o que escreveu a respeito de si.

Logo após reunir 2 ou 3 colegas, com quais gostariam de conversar para se conhecerem melhor. Nesse momento é possível lançar perguntas que ordinariamente não fariam. No final avaliar como se sentiram e para que serviu o exercício.

## DINÂMICAS DE RECREAÇÃO E INTEGRAÇÃO

**OBJETIVOS:** As dinâmicas de recreação e integração se encaixam no campo das relações humanas e servem para:

- Integrar a pessoa no meio social;
- Desenvolver o conhecimento mútuo e a participação grupal;
- A busca da convivência com colegas da mesma idade;
- Desenvolver ocupação para o tempo ocioso;
- Adquirir hábitos de relações interpessoais;
- Desinibir e desbloquear;
- Desenvolver a comunicação verbal e não verbal;
- Descobrir habilidades lúdicas;
- Desenvolver adaptação emocional;
- Descobrir sistemas de valores;
- Dar evasão ao excesso de energia e aumentar a capacidade mental.

**MATERIAL:** Quando for necessário está especificado na própria dinâmica.

## A MÁQUINA

1. Todos os participantes permanecem em pé, formando um círculo.
2. O animador solicita que todos construam uma máquina em movimento, usando somente seus próprios corpos.
3. A seguir orienta, dizendo que um dos participantes irá dar início, fazendo movimentos repetitivos, com os braços, um no alto outro para baixo, ritmando, acompanhando o movimento com um som de boca.
4. Os outros participantes ajuntam-se um a um, procurando imitar os movimentos do colega, com parte da máquina, acrescentando seus próprios movimentos e sons de boca.
5. O exercício continua até que todos se tenham integrado, imitando os diferentes movimentos e sons.

## UMA CARGA ELÉTRICA

1. O animador solicita que um voluntário se retire da sala, onde todos estão sentados em forma circular.
2. Na ausência do voluntário, o animador explica que durante o jogo todos devem permanecer em silêncio, e que um do grupo "terá uma carga elétrica".
3. Quando o voluntário colocar sua mão sobre a cabeça do participante "com carga elétrica", todos darão um grito.
4. O ausente é chamado e o animador lhe dará a seguinte explicação: " Um dos presentes tem uma carga elétrica. Fique pois bem concentrado, e vá tocando cabeça por cabeça dos participantes, para descobrir quem está com a carga elétrica. Assim que encontrar a pessoa avise.

## A MENSAGEM DE SILVA

**MATERIAL:** Duas canetas e duas folhas de papel.

1. Todos os participantes estão sentados, formando duas colunas. A uns cinco metros de distância umas da outra.
2. O animador lerá, à parte, uma mesma mensagem, para os dois participantes que encabeçam as colunas.
3. A mesma mensagem é lida três vezes, e devagar.
4. Os dois jogadores voltam para sua respectiva coluna e retransmitem oralmente a mensagem recebida, no ouvido do segundo jogador da fileira, e este para o ouvido do terceiro, e assim por diante.
5. Finalmente, o último de cada fileira deverá entregar por escrito a mensagem recebida.

## O ENCONTRO FATAL

**MATERIAL:** Dois objetos da própria sala onde se realiza o jogo.

1. Todos os participantes estão sentados, formando um círculo.
2. Por indicação do animador, dois colegas vizinhos escolhem algum objeto.
3. A um sinal dado, cada objeto passa de mão em mão, mas em direção inversa.
4. A certa altura, o animador pede que sejam devolvidos, em direção contrária, os dois objetos.
5. Caso algum dos jogadores ficar com os dois objetos na sua mão, o mesmo é eliminado do jogo.

## O ANEL

**MATERIAL:** Varetas para cada participante e dois anéis.

1. organizam-se no início duas equipes iguais de participantes.
2. As duas equipes são formadas em duas filas, alternando se possível, homem com mulher.
3. Cada jogador terá um palito (ou vareta) na sua boca.
4. O animador dará um anel para cada jogador que encabeça a fileira e com o anel no palito procura passar o mesmo para o palito do colega seguinte, sem a ajuda das mãos, mas unicamente com a boca.
5. Será vencedora a equipe que terminar primeiro.

## A CAÇA

1. O animador organiza os participantes sentados em círculo, sem espaço vazio.
2. O jogo consiste em contar a caça feita em algum lugar. Todas as vezes que o animador disser que caçou um pássaro, dando o mesmo nome do pássaro (pomba, periquito, papagaio...) todos devem levantar-se e girar sobre si mesmos, retomando a seguir o seu assento.
3. Mas assim que o narrador disser que caçou um animal quadrúpede, todos devem levantar-se e mudar de lugar. Nesse ínterim, e aproveitando a confusão, o animador procura ocupar um assento, e quem ficar sem cadeira, continua a narração, como acima.

## UMA HISTÓRIA SEM FIM

1. Todos os participantes estão sentados em forma de círculo.
2. O animador inicia a narração de uma história, assim por exemplo: " O homem para sobreviver precisa comer..."
3. Quem encabeçar o círculo deverá repetir o que foi dito pelo animador e acrescentar mais uma coisa.
4. E assim sucessivamente, quem não souber continuar, sai fora do jogo.

## EXERCÍCIO DE MEMÓRIA

1. Todos os jogadores estão sentados, possivelmente no chão, em forma circular.
2. O animador indica um primeiro jogador, que sai de seu lugar e toca qualquer objeto da sala e, ao mesmo tempo, diz-lhe o nome.
3. Retorna para o seu lugar e toca no seu vizinho, e este por sua vez irá tocar no objeto que seu colega tocou, diz-lhe o nome e toca um segundo objeto, também dizendo o nome.
4. Volta para seu lugar e toca no seu colega seguinte que se dirige para o objeto do primeiro, ao tocá-lo diz o nome, toca no objeto do segundo
5. colega, diz o nome e toca um terceiro objeto, dizendo igualmente o nome, e retorna para o seu lugar, continuando assim o jogo.
6. O jogador que lembrar e tocar o maior número de objetos será vencedor.

## A CORRESPONDÊNCIA

1. O animador organiza os participantes, ou sentados ou em pé, em forma circular.
2. À certa altura, o animador dirá: "Chegou correspondência para quem estiver de chinelo... de óculos... de sapatos pretos... de blusa azul... de calça comprida..."
3. Quem for assim caracterizado, deve mudar imediatamente de lugar.

## NÚMEROS

1. Os participantes se encontram nomeio da sala, ou numa área ao ar livre, caminhando desordenadamente, batendo palmas ao mesmo tempo.
2. Em dado momento, o animador dará ordem para parar formando simultaneamente subgrupos de duas, três ou cinco pessoas, devendo todos ficar atentos ao número indicado pelo animador.
3. Os jogadores, ao escutar a ordem, formam os subgrupos solicitados , colocando as mãos por cima dos ombros dos colegas.
4. As pessoas que sobrarem, que não conseguiram formar os subgrupos indicados, saem do jogo.
5. Desfazem-se os subgrupos e recomeçam todos a caminhada, batendo palmas, até nova ordem dada pelo animador.

## A TEMPESTADE

1. Organiza-se um círculo, todos sentados, não devendo sobrar cadeira vazia.
2. O animador se coloca no centro do círculo e diz: "Estamos em um barco, que se encontra no alto mar, rumo desconhecido". Quando disser: "Olá a direita" , todos deverão mudar de lugar sentando na cadeira do vizinho da direita. Quando disser: "Olá à esquerda", todos se sentarão na cadeira do vizinho da esquerda.
3. O animador dará várias ordens, ora para a direita, ora para a esquerda. A certa altura exclamará: "Tempestade". Nesse momento todos deverão mudar de lugar, indistintamente, procurando ocupar uma cadeira qualquer.
4. Após uma terceira ou quarta ordem, o animador aproveitará a confusão, ocupando uma das cadeiras, e quem ficar sem assento, continuará a coordenação do jogo.

## AS FRUTAS

**MATERIAL:** Algumas frutas que podem ser de plástico.

1. Os jogadores estão todos sentados, em forma circular.
2. No centro do círculo, colocam-se algumas frutas, tais como: laranjas, mamão, limões, caquis e só uma tangerina.
3. O animador sopra no ouvido de cada participante o nome de uma fruta diferente, mas nome de uma das frutas, soprará no ouvido de vários participantes.
4. Depois o animador dirá, em voz alta, o nome de uma fruta, e a pessoa com este nome corre em busca da mesma.
5. Finalmente o animador dirá o nome da tangerina, e todos com este nome correrão buscá-la.

## EXPRESSÃO DE AMIZADE

1. O animador organiza os participantes sentados em forma circular.
2. Quem inicia o jogo dirá: "Amo meu amigo (amiga) com A porque é atencioso". O seguinte deve dizer "Amo meu amigo com B porque é bondoso", ou qualquer adjetivo que comece pela letra B.
3. O terceiro começa a frase com a letra "C" e assim sucessivamente.
4. Quem não souber continuar, sai do jogo.

## O SALTO DO CANGURU

**MATERIAL:** Duas bolas.

1. Organizam-se duas equipes, com número igual de participantes, e ambas se colocam por detrás de uma linha de partida, formando fila.
2. Todos os jogadores formam um túnel com as pernas bem abertas.
3. O jogador que encabeça a fila de cada equipe, a um sinal dado, lança a bola pelo "túnel" até alcançar o último jogador, que a recolhe e prende por entre os joelhos, saltando procurando entregá-la para o segundo jogador da fila.
4. Este segundo jogador da fila lança a bola novamente pelo "túnel", e o jogo prossegue.
5. Será vencedora a equipe que terminar por primeiro.

## OS TRÍPEDES

1. Organizam-se subgrupos de três jogadores.
2. O jogador do meio se coloca na direção oposta de seus dois colegas, amarrando-se sua perna esquerda com a perna esquerda do colega da esquerda, e a direita. Com a perna direita, do colega da direita.
3. A um sinal dado pelo animador, os subgrupos de três procuram correr assim, até alcançar a linha de marcação, que fica a certa distância, voltando a seguir até a linha de partida. Quem chegar por último perde.

## O JOGO DAS GARRAFAS

**MATERIAL:** 20 garrafas ou caixas de papelão.

1. Organizam-se duas equipes de jogadores que se colocam em coluna, atrás de uma linha de partida.
2. As duas colunas se colocam à distância de uns três a quatro metros, uma da outra, na mesma direção da linha de partida.
3. A uma distância de 10 metros, o animador coloca, na mesma direção das duas colunas, umas oito a dez garrafas vazias, ou caixas, em pé.
4. A um sinal do animador, o primeiro jogador de cada coluna corre ao encontro das garrafas ou das caixas, e coloca deitada uma a uma as garrafas ou caixas, e retorna imediatamente para a sua coluna, tocando a mão do segundo jogador da mesma coluna.
5. Este por sua vez corre na direção das garrafas ou caixas, colocando-as em pé, novamente, retornando imediatamente para sua coluna correspondente, batendo na mão do terceiro jogador que continua o jogo.
6. A coluna de jogadores que terminar por primeiro será a vencedora do jogo.

## A CORRIDA DA BOLINHA

**MATERIAL:** Duas raquetes e duas bolinhas de pingue pongue.

1. Organizam-se duas equipes de jogadores que se colocam em fila, atrás de uma linha de partida.
2. A uma distância de seis metros se marca uma linha de chegada.
3. Cada equipe terá uma raquete e uma bola de pingue pongue ou bolinha de papel.
4. A um sinal dado, o primeiro jogador de cada equipe movimenta a raquete, procurando empurrar a bolinha até a linha de chegada.
5. Assim que alcançar a linha de chegada, sem tocar a bola com a mão, levanta a bolinha e corre de volta, entregando a bola e a raquete para o segundo jogador da fila, que recomeça o jogo, e assim sucessivamente até que todos tenham jogado.
6. É vencedora a equipe que terminar por primeiro.

## OS TRÊS CEGOS

1. Organizam-se filas de 6 a 7 pessoas, de acordo com o número de participantes.
2. Ao primeiro jogador de cada fila vendam-se os olhos, e o segundo coloca suas mãos por cima do ombro do primeiro, e os seguintes se seguram pela cintura.
3. A um sinal dado, inicia-se a marcha, sendo conduzidos pelo jogador que encabeça a fileira, com os olhos vendados.
4. A meta de cada fila é alcançar a linha de chegada, marcada anteriormente pelo animador.
5. É interessante escutar o diálogo que se estabelece ao serem guiados por um cego.

## AS BOLAS CIRCULANTES

**MATERIAL:** Duas bolas.

1. os participantes são divididos em duas equipes, sendo importante assinalar bem quem é de uma equipe quem é de outra.
2. Os jogadores forma um círculo único, e a um sinal dado, no encontro das duas equipes, o animador solta duas bolas, em sentido inverso.
3. As bolas são passadas, de mão em mão, até que cheguem no outro cruzamento das duas equipes.
4. O jogador que receber as duas bolas não pode deixá-las cair, mas devolvê-las novamente em sentido inverso.
5. Ganha pontos quem não deixar cair a bola. Se algum jogador se atrapalhar e deixar cair a bola, perde a equipe q quem o jogador pertence.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

- ALCÂNTARA, Alcides de (1972) *Dinâmica de grupo e sua importância no ensino*, SENAI, Rio de Janeiro.
- ALICE (1974) *Negotiating for group and trainers - Vol. IV*, Social Change, Ideas e applications NTL institute.
- ALMEIDA, Paulo Nunes de. (1973) *O ensino globalizante em dinâmica de grupo*, Saraiva, São Paulo.
- ALMEIDA, Paulo Nunes de. (1987) *Educação Lúdica. Técnicas e jogos pedagógicos*, 5ª edição, Loyola, São Paulo.
- ANTUNES, Celso, *Manual de técnicas de dinâmicas de grupo de sensibilização de ludopedagogia*, Voz 9.
- ANDREOLA, Balbuíno A. (1982) *Dinâmica de grupo: Jogo da vida e Dinâmica do futuro*, 2ª edição, Editora Vozes, Petrópolis.
- BENNET, Willian J. (1995) *O livro das virtudes - Vol. I*, Editora Nova Fronteira, 8ª impressão, Rio de Janeiro.
- BERNE, Eric (1964) *Juegos en que participamos*, Diana , México.
- BERSCHED, Ellen e WALSTER, Elaine H. (1973) *Atração interpessoal*, Editora Edgard Bluscher Ltda, São Paulo.
- CARVALHO, Esly Regina Souza de. (1984) *Jogos dramáticos para cristãos*, Companheiro de jugo, Brasília.
- CAVIEDES, Miguel. (1990) *Dinâmicas de grupos*, Ediciones Paulinas, Santiago, Chile.
- CARTWRIGHT, Dorwin and ZANDER, Alvin (1968) *Group dynamic*, Harper & Row Publishers, Nova Iorque.
- FRITZEN, Silvino José. (1973) *Exercícios práticos de dinâmicas de grupo e de relações humanas*, Editora Vozes, Petrópolis.
- FRITZEN, Silvino José. (1992) *Janela de Jhoari*, Editora Vozes, 8ª edição, Petrópolis.
- FRITZEN, Silvino José. (1993) *Jogos dirigidos para grupos, recreação de aulas de educação física*, Editora Vozes, 17ª edição, Petrópolis.
- GEURTS, Pedro, (1989) *Curso de dinâmica cristã*, Vozes, Petrópolis.
- GRETZ, J.R. (1996) *É obvio! Qualidade real ao alcance de todos*, 4ª edição, Florianópolis.
- HANSEN, Mark Victor & CANFIELD, Jack (1995) *Canja de galinha para a alma*, Ediouro, Rio de Janeiro.
- IPJ/Leste II, *Curso de dinâmica de grupo* ( apostila).
- KEATING, Kathleen (1986) *A terapia do abraço 1*, Editora Pensamento, São Paulo.
- KEATING, Kathleen (1987) *A terapia do abraço 2*, Editora Pensamento, São Paulo.
- KEATING, Kathleen (1992) *A terapia do amor*, Editora Pensamento, São Paulo.
- MINICUCCI, Agostinho (1970) *A dinâmica de grupo na escola*, Edições Melhoramentos, São Paulo.
- MONTEIRO, Regina Fourneaut (1994) *Jogos dramáticos*, 3ª edição, Editora Ágora, São Paulo.
- MOSCOVICI, Fela (1985) *Desenvolvimento interpessoal*, Livros técnicos e científicos editora S.A., Rio de Janeiro.
- MOTA, Evandro (1992) *Algumas maneiras de fazer alguém feliz*, 2ª edição, Editora Luz, Curitiba.

- PEREIRA, Gilberto da Silva (1974) *Análise transacional*, SESC, Rio de Janeiro.
- POWELL, John S. J. (1989) *Por que tenho medo de lhe dizer quem sou?* 6ª edição, Editora Crescer, Belo Horizonte.
- RIOS, José Arthur (1962) *A educação dos grupos*, serviço Nacional de Educação Sanitária, Rio de Janeiro.
- ROBERTO, José, e outros. *Caderninho de dinâmicas* (apostila xerox).
- ROGERS, Carl R. (1994) *Grupos de encontro*, 7ª edição, Editora Martins Fontes, São Paulo.
- SDB-FMA. (1991) *Crer-sendo: crescimento pessoal*, Elaborado pela Comissão Interinspetorial (sdb-fma) de Pastoral Juvenil, Belo Horizonte.
- SHINYASHIKI, Roberto (1994) *Revolução dos campeões*, Editora Gente, São Paulo.
- SILVA, Jr., Edegard. *O povo com vez e voz. Dinâmicas para grupos populares*, Vozes, Petrópolis.
- VELA, Jesus Andrés. *Técnicas y prácticas de las relaciones humanas*, Indo-American Press Service, Bogotá.
- WEIL, Pierre (1967) *Dinâmica de grupo e desenvolvimento em relações humanas*, Editora Itatitaia Ltda., Belo Horizonte.
- WEIL, Pierre (1971) *Relações humanas na família e no trabalho*, Editora Vozes, Petrópolis.

## **BIBLIOGRAFIA CONSULTADA:**

- ALBIGENOR & MILITÃO, R. (2000) *SOS dinâmica de grupo*, 1ª reimpressão, Editora Dunya, Rio de Janeiro.
- BITTENCOURT, J. E.; SOUZA, S. J.( 1998) *Como fazer dinâmicas*, 6ª edição, Editora Ave Maria, Embu, São Paulo
- IPJ/Leste II. (1997) *Recriando experiências. Técnicas e dinâmicas para grupos*, 6ª edição, Paulus, São Paulo.
- FRITZEN, Silvino José. (1981) *Exercícios práticos de dinâmicas de grupo - Vol I*, 28ª Edição, Editora Vozes, Petrópolis, Rio de Janeiro.
- FRITZEN, Silvino José. (1981) *Exercícios práticos de dinâmicas de grupo - Vol II*, 28ª Edição, Editora Vozes, Petrópolis, Rio de Janeiro.
- FRITZEN, Silvino José. (1998) *Dinâmicas de recreação e jogos*, 17ª edição, Editora Vozes, Petrópolis, Rio de Janeiro.
- LEITE, C. P.; DOMINGUES JR., M. (1998) *Apostilas para aulas de vida plena* , C.E. Aprendizes do Evangelho, Araraquara, São Paulo.