

MANUAL TUM TUM TUM



FUNDAÇÃO
CALOUSTE GULBENKIAN
DESENVOLVIMENTO HUMANO



MANUAL DE MONITORES
TUM TUM TUM

CC BY-NC-SA 4.0
2017, Artur Carvalho e Susana Lage
projeto.tumtumtum@gmail.com

Revisão:
Mariana Miguel e Mariana Eugénio

Paginação e Capa:
Rodabiba

1ªEdição: Abril 2017
Impressão:

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>

Este trabalho está licenciado com uma Licença Creative Commons - Atribuição-NãoComercial-DistribuiçãoLícita 4.0 Internacional estando disponível para cópia e redistribuição em qualquer meio ou formato implicando para tal os devidos créditos aos autores, bem como, a atribuição de um link para a mesma licença, indicando se foram feitas alterações.

Este trabalho não pode ser usado para fins comerciais.

MANUAL MONITORES TUM TUM TUM

Porto, 2017

<u>NOTA INTRODUTÓRIA</u>	<u>10</u>
1 ESTRUTURA	14
2 METODOLOGIA GERAL	18
3 PAPEL DO MONITOR	34
4 FASES DE DESENVOLVIMENTO	36
4.1 <u>GRUPO</u>	<u>37</u>
<i>Jogos de Dinâmicas de grupo</i>	<u>38</u>
4.2 <u>PRÁTICA</u>	<u>39</u>
<i>Jogos Rítmicos de Diagnóstico</i>	<u>40</u>
<i>Instrumentos</i>	<u>40</u>
4.3 <u>REPORTÓRIO</u>	<u>41</u>
<i>Jogos Musicais</i>	<u>41</u>
4.4 <u>APRESENTAÇÃO</u>	<u>42</u>
5 CURSO DE MONITORES	44
6 GRUPO PERFORMATIVO	46
7 AVALIAÇÃO E ACOMPANHAMENTO	50
<u>JOGOS DE DINÂMICAS DE GRUPO</u>	<u>59</u>



O TUM TUM TUM é um projeto de inclusão pela arte que utiliza a música como ferramenta de capacitação e motivação para a participação e surgiu da necessidade de encontrar respostas diferenciadas para o combate ao desemprego jovem. Este projeto apresenta-se enquanto instrumento de capacitação pessoal e social, facilitador da empregabilidade dos jovens, pretendendo atingir resultados duradouros e visíveis, isto é, permitir que os jovens mantenham o seu posto de trabalho a médio e longo prazo.

A intervenção levada a cabo no TUM TUM TUM não se fecha nas suas ações e procura constantemente novas respostas complementares no seu território de intervenção, bem como em novos territórios e novos públicos, de forma a testar os seus resultados em diferentes contextos. Em resultado desta estratégia de alargamento da intervenção do projeto a novos territórios e a novos públicos, foi criado o curso de Animação e Ação Educativa, em parceria com o Instituto de Emprego e Formação Profissional, com o objetivo de capacitar um conjunto de 28 jovens entre os 18 e os 30 anos para as questões da animação sociocultural e da ação educativa e, em simultâneo, transmitir a estes jovens a metodologia TUM TUM TUM, dotando-os de uma ferramenta de trabalho diferenciada.

A metodologia adoptada pelo projeto, aqui designada como metodologia TUM TUM TUM, é resultado dos contributos que cada técnico tem desenvolvido no projeto, conseqüente das suas experiências profissionais e vivências pessoais e de um trabalho regular, ao longo de vários anos, na área social e artística. Sendo, como tal, um conjunto de diferentes abordagens, técnicas e práticas e seus instrumentos, anteriores ao surgimento deste projeto e que aqui se pretendem apenas sintetizadas.

A criação desta ação de formação veio assim responder a três objetivos distintos: 1. alterar o perfil de empregabilidade dos jovens que frequentaram a ação de formação, proporcionando-lhes uma metodologia diferenciada; 2. capacitar profissionalmente para responder às necessidades das instituições locais (relativamente a este tipo de técnicos); 3. formar um conjunto de monitores capazes de replicar a intervenção TUM TUM TUM noutros contextos.

O Manual TUM TUM TUM surge como forma de dar suporte à futura replicação da ação do projeto, onde é descrita a metodologia seguida pela equipa técnica e os princípios orientadores da ação. Desta forma, pretende servir de apoio na acção destes monitores, garantindo o cumprimento dos pressupostos da intervenção. Pretende também ser um instrumento de sustentabilidade futura da ação do projeto, descrevendo, para isso, todo o processo de trabalho, as suas diferentes etapas e os seus instrumentos de trabalho, apresentando ainda um conjunto de jogos de dinâmicas de animação e dinamização de grupos, organizado segundo quatro etapas de intervenção (grupo, prática, reportório e apresentação).

*Hélder Nogueira
Coordenação*



1

ESTRUTURA. O Projeto Tum Tum Tum tem como base a metodologia de intervenção pela arte, trabalhando a empregabilidade jovem através da dinamização de oficinas artísticas. É desenvolvido inicialmente no Território do Concelho de Gondomar, no âmbito da segunda edição do programa de Práticas Artísticas para a Inclusão Social (PARTIS) da Fundação Calouste Gulbenkian, no ano de 2016, promovido pelo Centro Social de Soutelo em parceria com a Associação de Tuberculosos do Norte de Portugal, Associação Juvenil Relata Talentos e Associação Cultural Estrelas Silveirinhos. Alargou a sua acção, no ano lectivo de 2016/2017, para o Concelho do Porto e de Matosinhos, com o apoio, respetivamente da Junta de Freguesia do Bonfim e da Câmara Municipal de Matosinhos.

O projeto TUM TUM TUM incide a sua ação na dinamização de oficinas de música, utilizando instrumentos formais e informais, movimento e expressão corporal, através de uma metodologia participativa e inclusiva, que parte da premissa de que o desenvolvimento artístico anda lado a lado com o desenvolvimento pessoal. Tem como objetivo a promoção da inclusão social de públicos socialmente desfavorecidos e a potenciação do desenvolvimento de competências pessoais, sociais, sócio-emocionais, escolares e para a empregabilidade. Utiliza para este efeito estratégias de intervenção artísticas, procurando promover a igualdade de oportunidades e o acesso à cultura, bem como a auto-estima e o sentimento de pertença à comunidade (dos participantes) contribuindo assim para a coesão social.

No primeiro ano e meio de execução teve em atividade dez grupos: três grupos abertos à comunidade (Bonfim, Areosa e Rio Tinto) para jovens dos 15 aos 30 anos, cujo objetivo principal foi trabalhar as competências de empregabilidade dos participantes; quatro grupos em contexto escolar, em diferentes agrupamentos do Concelho de Matosinhos,⁽²⁾ e um grupo na Casa da Juventude de Matosinhos, abrangendo um público mais novo e trabalhando sobre questões preventivas, nomeadamente sobre o insu-

⁽²⁾ Agrupamento Irmãos Passos, Agrupamento Professor Óscar Lopes e Agrupamento do Padrão da Légua.

cesso e o abandono escolar; um grupo performativo, aglutinador de participantes oriundos das diferentes oficinas e ainda um grupo de técnicos especificamente orientado para trabalhadores da área social e educativa.

Este manual procura apresentar de forma sistémica, a estrutura, metodologia e pressupostos de desenvolvimento do Projeto TUM TUM TUM, fornecendo também um conjunto de jogos de dinâmicas e pautas gráficas que poderão auxiliar na implementação e replicação da ação a outros públicos, territórios e contextos.



2

METODOLOGIA GERAL. O Projeto TUM TUM TUM foi inicialmente desenhado para dar resposta a uma necessidade local, identificada em diagnóstico no concelho de Gondomar⁽¹⁾. No ano de 2015, registava-se, para a faixa etária dos 18 aos 30 anos, uma taxa de desemprego que atingia cerca de 24% desta população. Designados por jovens NEET⁽²⁾, esta terminologia vem a abarcar um vasto conjunto de jovens e adultos que frequentemente apresentam quadros cumulativos de falta de acesso a oportunidades, quadros de desvantagem que sujeitam estes jovens a uma maior vulnerabilidade social e que quando atingem dimensões exponenciais conduzem a situações de exclusão social.

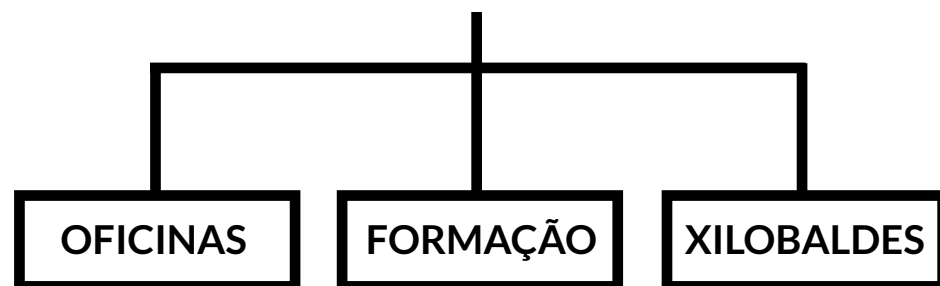
Os percursos complexos, resultado da acumulação de diferentes pressões externas, que estes jovens apresentam contribuem para que identifiquem e manifestem de forma frequente dificuldades de adaptação à maioria das atuais ofertas educativas e formativas, sendo que muitas destas ofertas também não conseguem apresentar uma resposta adaptativa e inclusiva para estes jovens, contribuindo para percursos pouco estáveis de desenvolvimento académico ou profissional e algumas dificuldades no desenvolvimento efetivo de competências pessoais e sociais. Aliados a um mercado de trabalho sem suporte para a construção de percursos de autonomia e independência, estes jovens são muitas vezes conduzidos a trajetos de isolamento social que por vezes, acentuam diagnósticos instáveis ao nível da saúde mental.

A atividade do Projeto desenvolve-se segundo três eixos: as OFICINAS TUM TUM TUM, a FORMAÇÃO e o grupo performativo (XILOBALDES). Paralelamente, procura desenvolver-se um acompanhamento psicossocial destes jovens participantes de modo a refletir, pensar, desenhar e desenvolver projetos de vida em conjunto.

⁽¹⁾ dados do Centro de Emprego de Gondomar (2015).

⁽²⁾ do inglês *Neither in employment nor education and training*. COM (2010b). *Youth neither in employment nor education and training (NEET)*. Presentation of data for the 27 Member States, Brussels.

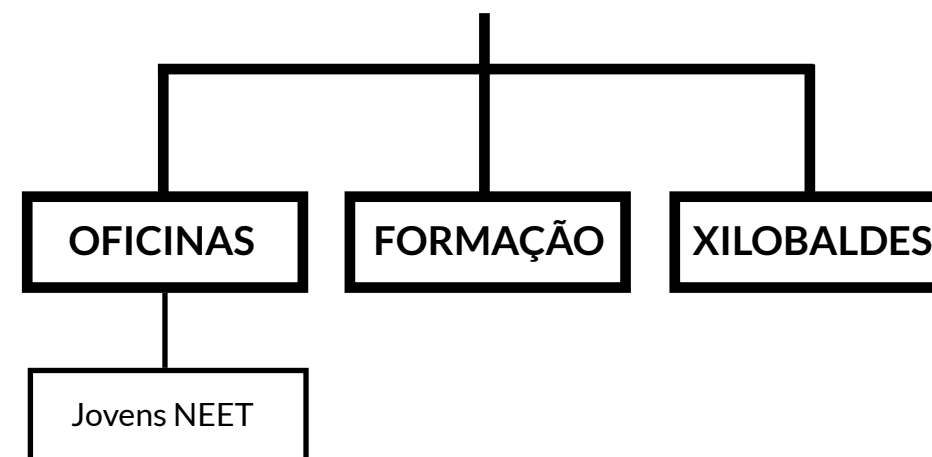
TUM TUM TUM



Os momentos de OFICINA TUM TUM TUM, são momentos de encontro de carácter regular (preferencialmente semanais) cujo objetivo é trabalhar, em paralelo, o desenvolvimento pessoal, social e artístico dos participantes. Com estas oficinas de música pretende-se, pela utilização de instrumentos e objetos - formais e informais, pelo exercício da prática e criação musical, pelo movimento e pela expressão corporal, dar expressão a uma metodologia mais participativa e mais inclusiva, compreendendo a premissa de que o desenvolvimento artístico ocorre em conjunto com o desenvolvimento pessoal dos sujeitos e acreditando que a prática artística coletiva, neste caso em particular da música, pode ser, quando mobilizada conscientemente, um fator impulsionador do desenvolvimento de competências para a empregabilidade.



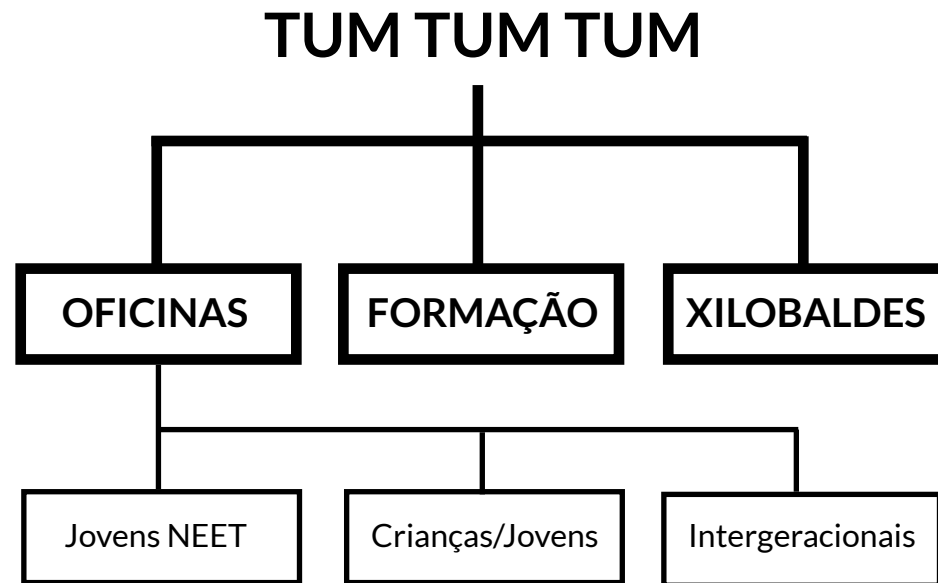
TUM TUM TUM



As OFICINAS JOVENS NEET têm como objetivo tornar consciente o desenvolvimento de competências pessoais e sociais para a empregabilidade, pela procura do desenvolvimento artístico de cada um. São orientadas especificamente para jovens adultos dos 18 aos 30 anos, propostos em diagnóstico inicial. Nestas oficinas estão presentes vozes e relatos de jovens que não terminam a escolaridade obrigatória; que por diferentes motivos não conseguem dar continuidade à sua formação; não encontram trabalho; jovens que já tiveram diversas experiências de trabalho mas não encontram atualmente respostas capazes de os integrar; situações que contribuem para a estagnação, o isolamento ou a falta de estímulos para o desenvolvimento saudável de competências, de entre outros... A atenção perante este público em específico torna-se um dos principais eixos de atividade do projeto, sendo um dos seus propósitos iniciais.

A inclusão de um conjunto maior de públicos, de outras faixas etárias, na atividade regular do projeto surge não só pela procura de respostas diferenciadas a necessidades emergentes identificadas nos territórios e nos diferentes contextos de intervenção mas também pela necessidade de atuar em manifestações mais iniciais do problema, no sentido preventivo. Porque acreditamos que numa intervenção mais alargada, de forma direta ou indireta, públicos com diferentes necessidades e experiências, confe-

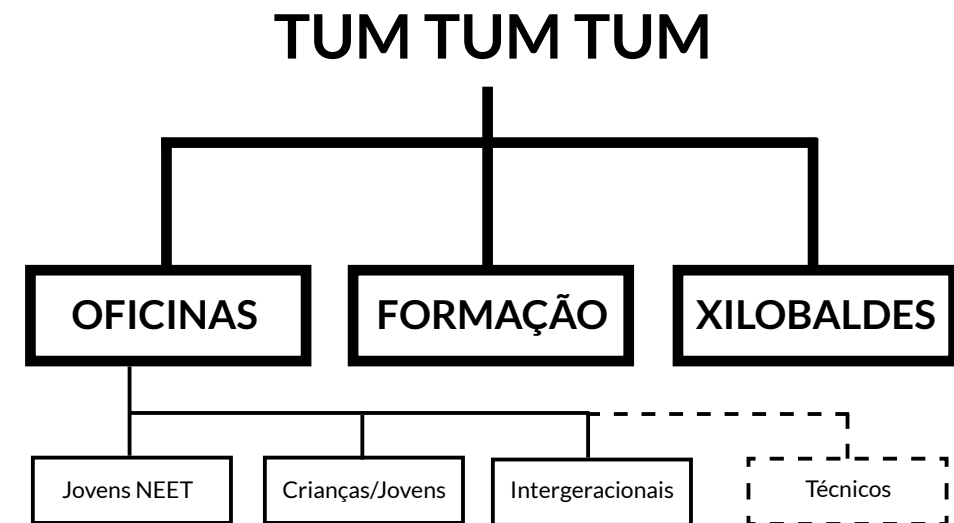
rem à ação do projeto uma heterogeneidade social e uma dimensão intergeracional que acreditamos promover de forma exponencial as relações de aprendizagem.



As OFICINAS CRIANÇAS E JOVENS procuram, através de uma proposta de prática artística, o desenvolvimento de competências pessoais, sociais e escolares. A inclusão social de públicos socialmente desfavorecidos é um dos propósitos destas atividades, pelo que a formação de um grupo de crianças/jovens em contexto de oficina deve procurar ser um espaço informal que incentiva a heterogeneidade de percursos, de experiências e de contextos.

São ainda desenvolvidas OFICINAS INTERGERACIONAIS, com a possibilidade de serem desenvolvidas em centros de dia, lares de idosos e universidades sénior ou em contextos comunitários têm como objetivo promover o desenvolvimento das capacidades comunicativas e empáticas, bem como a criatividade e a valorização das experiências de vida das pessoas idosas.

Dando continuidade a uma intenção de trabalhar com grupos profissionais, as OFICINAS DE TÉCNICOS são especificamente orientadas para profissionais e técnicos implicados na área social: educadores, professores, assistentes sociais, educadores sociais, sociólogos, psicólogos, entre outros; cujos objetivos pretendem alcançar momentos diferenciadores, de carácter informal, pela partilha e reflexão sobre problemáticas, domínios e experiências do quotidiano de trabalho de cada um, dando também a conhecer a atividade do projeto. Neste sentido, pretende-se contribuir para a manutenção de uma rede de atores de intervenção local, estabelecendo pontes entre instituições, serviços e profissionais em atividade no território.



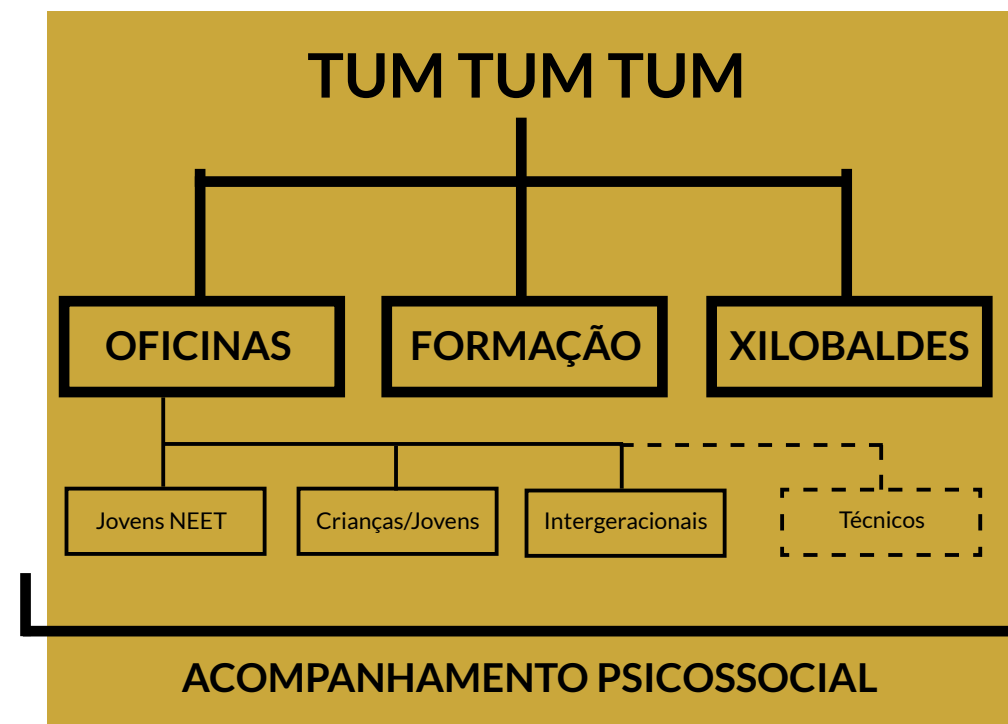
Em paralelo com a atividade regular das oficinas o projeto propõe-se a trabalhar a vertente profissionalizante, através do desenvolvimento de uma formação, certificada e financiada pelo Instituto de Emprego e Formação Profissional (IEFP). Desenhou-se um curso de FORMAÇÃO em “Animação e Acção Educativa” com o intuito de formar Animadores Socioculturais e Agentes Educativos, capacitando jovens para desenvolver atividades de animação sociocultural com crianças, jovens e idosos, segundo a metodologia TUM TUM TUM.

O Grupo Performativo XILOBALDES reúne participantes, oriundos das diferentes oficinas TUM TUM TUM que assumem o compromisso com o

grupo e com o objetivo da realização de apresentações públicas, concertos e parcerias artísticas. É a partir da criação deste grupo performativo (oriundo de uma oficina inicial de música) que se reconhece a necessidade de continuidade e surge a necessidade de lhe dar continuidade com este novo projeto. É um grupo destinado a todos os participantes que, tendo frequentado as oficinas, pretendam desenvolver de forma mais aprofundada as suas competências musicais. Os ensaios são feitos em horário pós-laboral, permitindo que todos os participantes que encontrem respostas de ocupação no horário laboral, possam manter uma continuidade no acompanhamento após o período de integração profissional ou formativa. Este grupo foca-se mais na dimensão do compromisso, exigindo maior disponibilidade e responsabilidade, sendo que é um dos grupos representantes do TUM TUM TUM em ações cuja dimensão não seja possível implicar todos os participantes diretos do projeto.

De forma regular, procura-se também reunir e cruzar estes diferentes eixos e grupos em atividade para momentos formais e informais de contacto com diferentes contextos. Momentos de apresentação pública (MOSTRA) que procuram dar um sentido coletivo, transversal e intergeracional a atividade do projeto. Promovidos semestralmente, têm como objetivo reunir os diferentes grupos em atividade no projeto, apresentado publicamente o trabalho desenvolvido. Estes momentos adquirem maior pertinência na medida em que, pelo envolvimento dos participantes em torno de um objetivo de exposição, se torna possível trabalhar determinadas dimensões como a auto-estima, a motivação ou a responsabilidade e ainda o sentimento de pertença, a relação ou conhecimento entre os diferentes grupos TUM TUM TUM, as famílias, os amigos e as comunidades.

No desenvolvimento regular das oficinas, estão também enquadrados momentos de apresentação que marcam o trabalho desenvolvido ao longo dos ciclos do desenvolvimento do grupo e que se relacionam com as atividades promovidas pela comunidade em que se enquadra. Ao longo de todo o processo de frequência das oficinas, os jovens vão sendo acompanhados, nomeadamente através das OFICINAS PROJETO. O objetivo deste acompanhamento psicossocial será, em conjunto com o jovem, desenhar o seu projeto de vida, procurando a consciencialização das suas verdadeiras motivações e interesses e procurando a sua integração profissional ou em contexto formativo que permitam, de forma mais consciente, potencializar mudanças ou alterações positivas, nos seus percursos de vida.



Para além destas atividades regulares do projeto, os WORKSHOPS E ATIVIDADES TUM TUM TUM são momentos de carácter pontual que não têm uma permanência ou intenção de continuidade imediata no tempo, e são adaptados a objetivos mais concretos ou de carácter mais lúdico ou divulgação e extensão da ação do projeto com a experimentação da sua metodologia.

Adicionalmente surge também “Um, dois, três, era uma vez...”(*) uma hora do conto musicada que procura, através da articulação entre diferentes expressões artísticas, ilustrar um conto infantil original, refletindo sobre uma problemática contemporânea. Esta atividade, elaborada também se-

(*)Resultado de trabalho de projeto desenvolvido com o grupo de formandos do curso de Animação e Ação Educativa,

gundo a metodologia do projeto, permitiu integrar num mesmo momento a apresentação de uma performance e dois momentos de workshop (musical e plástico) que dinamizados em diferentes locais para públicos intergeracionais, podendo ser adaptados a diferentes contextos comunicativos.

O isolamento e conseqüente exclusão social dos jovens NEET ou NEM/NEM (Nem estudam, nem trabalham), resultado em grande medida pelo insucesso e o abandono escolar precoce bem como pelo pouco estímulo ao desenvolvimento de determinadas competências pessoais e sociais, foram problemas de base identificados no levantamento das necessidades desta população e para os quais o Projeto TUM TUM TUM propõe uma metodologia de intervenção diferenciada. Com o reconhecimento positivo de que a música pode funcionar enquanto fator motivacional para ativação de determinadas competências, o projeto propõe trabalhar um conjunto de competências sociais e pessoais, ativadas através da prática musical. A metodologia adotada pelo projeto procura ser inclusiva e participativa. Tendo por base a Educação Informal(*), a valorização da experiência e das vivências pessoais de cada participante, pretende-se potenciar o desenvolvimento de maiores e mais aprofundadas competências pessoais, sociais, socioemocionais e artísticas, tendo também como objetivo contribuir para a empregabilidade destes jovens, compreendendo estas competências como transversais para o desenvolvimento integral do sujeito.

Tocar um instrumento em grupo e estar implicado na produção e execução musical implica o desenvolvimento de uma série de competências que facilmente se aplicam a uma série de outros domínios da vida em sociedade, nomeadamente no domínio profissional. A capacidade de saber ouvir e de saber trabalhar em equipa, por exemplo, são competências essenciais desenvolvidas durante toda a prática musical em grupo, neste sentido, a prática e a criação musical, são entendidas enquanto processos facilitadores de aprendizagens e do desenvolvimento pessoal e social – a música torna-se um meio e não apenas, o fim em si mesmo. O resultado final do processo artístico não advém de uma ideia pré-definida do artista mas sim como reflexo de um processo metodológico cujas ferramentas e instrumentos pretendem estar de acordo com as necessidades sociais identificadas. O enquadramento metodológico do projeto nasce de um trabalho em

paralelo da equipa técnica, na sua dupla vertente social e artística. Neste sentido, a partir do reconhecimento das necessidades sociais desta população, pretende-se desenvolver uma metodologia artística capaz de respeitar um conjunto de premissas sociais identificadas como basilares para esta metodologia de trabalho.



Apresentamos de seguida um quadro comparativo entre as necessidades sociais identificadas e as premissas artísticas que orientam a metodologia de trabalho TUM TUM TUM.

NECESSIDADES SOCIAIS	PRESSUPOSTOS ARTÍSTICOS
Inclusão	- Não são necessários conhecimentos musicais de base
Participação	- Criação musical coletiva (música e letras)
Educação Informal	- Música como veículo de expressão pessoal e artística
Valorização da Experiência Pessoal	- Contribuição para a criação coletiva - Integração de instrumentos formais e informais
Desenvolvimento de Competências Pessoais, sociais, socioemocionais e/ou para a empregabilidade	- Jogos de dinâmicas de Grupo - Exercícios e jogos musicais - Prática musical em conjunto - Apresentações públicas - Construção de Instrumentos

quadro 1 - Correlação das necessidades sociais e os pressupostos artísticos adoptados pela metodologia.



Compreendendo que a prática musical pode abarcar um vasto conjunto de competências artísticas, pessoais, sociais e socioemocionais, foi identificado um conjunto mais restrito de competências, orientadas para a empregabilidade e relacionados com as necessidades identificadas, para que desta forma possam ser mobilizadas de forma conscientemente ao longo da prática musical.

COMPETÊNCIAS	TRANSPosição PARA A PRÁTICA MUSICAL
<p>Auto-estima</p> <p>Desenvolver e alimentar uma imagem positiva de si mesmo, sabendo identificar potencialidades e dificuldades acerca de si próprio</p>	<p>Proporcionar momentos performativos de qualidade técnica em locais e momentos privilegiados</p>
<p>Concentração</p> <p>Ser capaz de executar tarefas ou actividades autónomas mantendo um nível de atenção eficaz</p>	<p>Exercícios de produção e prática musical</p>
<p>Trabalho em Equipa</p> <p>Saber cooperar com os outros, desenvolver ferramentas que lhe permitam levar a cabo uma acção conjunta ou negociar e gerir conflitos comuns, trabalhar em função de um objetivo comum</p>	<p>Prática musical em conjunto</p>
<p>Autonomia</p> <p>Assumir a iniciativa na concretização de determinadas actividades, sendo capaz de as executar sozinho; ser capaz de se organizar, identificar e superar problemas sem coação externa</p>	<p>Prática musical individual</p>

<p>Responsabilidade</p> <p>Ser capaz de se implicar com os compromissos com os quais se identifica, assumir as consequências das suas decisões.</p>	<p>Assumir compromissos perante o grupo durante os momentos de prática ou de performance</p>
<p>Gestão de Conflitos</p> <p>Ser capaz de identificar e mediar alguns conflitos nos grupos e na sua relação com os outros</p>	<p>Mediar conflitos e perspectivas divergentes durante as diferentes fases, mais acentuadas na criação de repertório</p>
<p>Relacionamento Interpessoal</p> <p>Comunica de forma ajustada com os outros, comunicação verbal e não-verbal</p>	<p>Mantem relacionamentos saudáveis e diversificados, propõe ideias e promove a reflexão e o crescimento grupal, manifesta sentimentos de pertença, comunica e reconhece emoções, sentimentos e ideias de forma não verbal</p>
<p>Criatividade</p> <p>Capacidade de gerar ou responder a determinado desafio com ideias novas, executar tarefas propondo formas diferentes e novos métodos de concretização</p>	<p>Proporcionar momentos e espaços de abertura para a expressão individual, no momento de criação de reportório musical</p>
<p>Saber ouvir</p> <p>Capacidade empática, saber colocar-se no lugar do outro e procurar ativamente compreender aquilo que é transmitido</p>	<p>Essencial para um resultado coeso musical, também estimulado nos momentos de reflexão conjunta</p>

Motivação Manter um nível de empenho e dedicação saudável no desenvolvimento de uma actividade	Sentido de pertença perante o resultado final de forma a potenciar a dedicação saudável
Auto-gestão Capacidade de expressar emoções, pensamentos e comportamentos de forma eficaz e socialmente ajustada; saber adaptar-se a situações de stress, controlar impulsos, ser capaz de se auto-motivar; ser capaz de trabalhar para alcançar objetivos auto-propostos.	Prática musical de preparação para as apresentações públicas, momentos de auto-regulação e de necessidade de gestão de sentimentos

A organização das sessões deve, portanto, estar implicada no trabalho de consciencialização e ativação do desenvolvimento das competências anteriormente descritas a desenvolver ao longo das sessões com o progressivo envolvimento do grupo,

Por exigência da própria prática musical coletiva e também pela introdução de jogos de dinâmicas que, quando devidamente refletidos e analisados, podem ser importantes momentos de aprendizagem potenciados pela vivência da situação práticas, estas competências vão sendo progressivamente mobilizadas de forma consciente. Neste sentido, trata-se de um trabalho de ativação do desenvolvimento de competências que estes jovens já têm mas que identificam como pouco desenvolvidas.

A introdução de instrumentos formais (guitarra, baixo, etc...) prende-se com a necessidade de valorização de competências pessoais já adquiridas. Por vezes encontramos jovens que já aprenderam ou já tocaram um instrumento em particular e que aqui podem ver aprofundada a sua experiência prática, trazendo contributos para o grupo.

O desenvolvimento do grupo, segundo a metodologia proposta, é assim, apresentado enquanto uma sequência de quatro etapas: Grupo, Prática, Repertório e Apresentação. Em cada uma destas fases podem ser enquadradas diferentes abordagens a este trabalho de desenvolvimento de competências. Pretende-se que, respeitando os diferentes ritmos de desenvolvimento individuais, sejam exploradas e adquiridas um conjunto de competências transversais.

Ao longo do desenvolvimento das sessões de prática musical surge, em paralelo, o trabalho de desenho do projeto de vida. Através de uma metodologia de trabalho em grupo pretende-se que estes jovens materializem um conjunto de objetivos e planos concretos que lhes permitam ir mensurando pequenas conquistas no seu percurso pessoal.

Esta construção determina-se por um processo individual e em grupo, no qual cada participante poderá obter maior auto-conhecimento e desenvolvimento pessoal, nomeadamente pelo reconhecimento de capacidades e competências e/ou pela valorização de características e potencialidades que estavam esquecidas, sendo o grupo e a expressão artística (corporal, plástica, dramática, musical, jogos de dinâmicas) mediadores dessas mesmas conquistas ou mudanças. É através da construção do projeto de vida que os participantes clarificam o presente e se permitem pensar no futuro, numa lógica de aproximação ao que gostam ou gostariam de fazer, ou de estudar ou conhecer, partindo de uma relação interpessoal na qual se favoreça a expressão de emoções e sentimentos e a experimentação autónoma, mediando expectativas e motivações.

3

PAPEL DO MONITOR. O monitor TUM TUM TUM deve ter em conta um conjunto de fatores que interferem diretamente no desenvolvimento da dinâmica do grupo. É importante que ao longo da sessão o monitor mantenha uma comunicação clara, adaptada ao grupo com o qual está a trabalhar. Deve sempre procurar ser muito claro nos gestos e nas indicações, do que pretende e quando pretende. Devendo também procurar estar atento aos vários elementos do grupo e ter uma capacidade empática perspicaz que lhe permita reconhecer os diferentes sentimentos que podem estar inerentes a determinados comportamentos dos participantes e que poderão vir a exigir pequenas adaptações ou desvios ao planeamento inicial da sessão. Esta flexibilidade e capacidade empática com o grupo, deve procurar alimentar um clima descontraído que ao longo da sessão enfatiza o carácter diferenciador de uma atividade informal, respeitando os tempos de cada participante. O humor, quando regulado, pode ser um forte instrumento para fomentar este ambiente mais descontraído e essencial para a dimensão do trabalho de coesão do grupo.

O monitor deve procurar clarificar, desde início, estratégias, conteúdos e resultados fazendo compreender que o objetivo não se limita apenas no trabalho de competências por si só, mas também não é meramente artístico, p.e. criar uma banda ou ter um projeto artístico (regulação entre objetivos artísticos e sociais). É esta clarificação dos propósitos da atividade (consciencialização para o trabalho de competências) através da constante efetivação dos resultados da prática musical que, consideramos, ser essencial para trabalhar de forma sólida e integral o desenvolvimento de cada um, gerindo expectativas e vontades.

Para além da importância da clareza das indicações e das informações transmitidas, é também essencial que o monitor procure ser verdadeiro e genuíno, na prática musical que desenvolve. Querendo isto dizer que deve ser capaz de reconhecer e assumir os erros ou os resultados menos positi-

vos que possam vir a surgir. Quando, por diferentes motivos, os resultados não correspondem às expectativas do grupo, o dinamizador não pode limitar-se a centrar a tónica do problema no grupo mas deve procurar refletir sobre o que aconteceu e porque não aconteceu da forma expectável, demonstrando compreender a sua parte de responsabilidade nesse mesmo erro, procurando outras estratégias de atuação mais implicadas com o grupo. O monitor melhora o seu desempenho quando constantemente avalia a sua prática e procura que a sua ação se adapte a cada grupo com o qual trabalha, tendo consciência que cada grupo será diferente e, como tal, exigirá diferentes adaptações.

No fundo, comunicação, diálogo, avaliação contínua e feedback, são pautas de avaliação do desempenho do monitor. O monitor deve ainda: - procurar conhecer o percurso da pessoa, os seus interesses, motivações, etc, - estar disponível e aberto para falar e para ouvir, para dar um acompanhamento mais individualizado nos momentos informais das sessões, - dar espaço de reflexão aos participantes, não querendo impor leituras ou ideias mas levantando dúvidas e tópicos que podem ou não, ser apropriados por cada um, - não falar na certeza mas garantir espaço ao questionamento, focando-se em tornar consciente aquilo que as pessoas já sabem, as suas experiências e perspetivas, valorizando o contributo de cada um e retirando daí possibilidades de aprendizagem, reconhecendo os processos de avaliação contínua e o que tal implica, - deve ainda procurar ser uma ponte com outros profissionais e instituições, porque o seu papel não termina na prática artística, ele deve procurar ser um veículo de troca de informação com outras estruturas de acompanhamento.

Uma ação significativa implica uma continuidade temporal. Por isso, quando falamos em oficinas TUM TUM TUM, falamos em sessões regulares, com uma duração variável entre, 1h e 1h30, que permita aos participantes implicarem-se nas diferentes fases de desenvolvimento da oficina. As oficinas são organizadas num ciclo de etapas que, não sendo rígidas são ajustáveis de acordo com o tempo disponível e definido para cada oficina, respeitando a forma como cada grupo responde às diferentes fases. Na metodologia do projeto definimos quatro momentos vitais no trabalho e na prática musical em grupo - Grupo, Prática, Reportório e criação, Apresentação.

4

FASES DE DESENVOLVIMENTO DAS OFICINAS. Conforme referido anteriormente, o planeamento da intervenção (oficina), bem como, o planeamento individual de cada sessão obedece a uma organização de quatro etapas ou ciclos. Para tal, identificamos o planeamento geral da oficina (sequência de várias sessões) enquanto macrociclo e o planeamento particular de cada sessão enquanto microciclo. Ambos os ciclos, macro e micro, devem procurar guiar-se segundo uma sequência de quatro etapas: Grupo, Prática, Reportório/Criação e Apresentação. Ou seja, em cada sessão ou microciclo, estão incluídas as quatro etapas do macrociclo, sendo que, deve ser trabalhada de forma mais intensa a etapa correspondente ao macrociclo em que se encontra o grupo (consultar infografia).



Se o grupo se encontra na fase de Prática, cujas relações de comunicação e confiança estão consolidadas, a sessão, passando pelas diferentes fases, deverá ter maior enfoque na prática do instrumento. Pretende-se que para cada etapa sejam definidos objetivos claros e específicos, de acordo com a fase de desenvolvimento do grupo. Debruçamo-nos sobre as especificidades de cada fase de seguida

4.1

GRUPO. Numa primeira fase é essencial estimular o envolvimento dos participantes e iniciar o processo de coesão do grupo. Sendo a fase do “Grupo” a 1ª fase do ciclo, é essencial aplicar um conjunto de jogos de dinâmicas de grupo e de reflexão, com o objetivo de estimular a relação interpessoal e o estabelecimento de laços, entre participantes e entre monitor e participantes, procurando criar um espaço informal de partilha e diálogo. Deve também, sempre que possível, procurar-se uma reflexão do grupo sobre as atividades, tentando sempre aproximá-la das competências previstas trabalhar para aquela sessão e fase de desenvolvimento do grupo.

O objetivo desta fase é conhecer os participantes, fazer com que os participantes percebam que aquele é um espaço diferente para estar, bem como, dar a conhecer um pouco da metodologia que deverá garantir um espaço para o diálogo. Convém que, nesta fase, as dinâmicas tenham também uma forte componente lúdica, de forma a motivar e envolver o grupo. Esta fase tem assim como grande objetivo criar laços no grupo, importantes enquanto base sólida para o desenvolvimento do trabalho artístico.

Nesta fase as dinâmicas adquirem por vezes contornos mais complexos, que poderão promover reflexões/conclusões mais ricas, daí ser de facto importante o espaço de diálogo e de reflexão nesta fase do Grupo. Sendo a 1ª etapa dos ciclos, o peso desta componente no planeamento da sessão deve estar de acordo com a fase de desenvolvimento do grupo, ou seja, se o grupo se encontra numa fase inicial, o peso dos jogos e das dinâmicas no planeamento da sessão deve incidir sobre esta componente, em concordância com a fase em que se encontra, ajustando progressivamente o planeamento da sessão (microciclo) ao desenvolvimento do grupo (macrociclo). Nesta fase, ganham especial pertinência os jogos de quebra-gelo e de comunicação, bem como, os jogos de reflexão sobre as competências propostas a trabalhar, sendo que, nesta fase deverá ser dado maior enfoque ao **trabalho de relações interpessoais e gestão de conflitos**.

Jogos de Dinâmicas de grupo

Os jogos de dinâmicas, pelo seu carácter vivencial e prático, são uma ferramenta essencial para a implicação dos participantes na atividade. Com diferentes propósitos, estes jogos podem promover momentos de quebra-gelo, estimulando um ambiente mais descontraído ou de aquecimento, trabalhando de forma mais particular a relação entre participantes. Podem também, quando devidamente enquadrados, mobilizar diferentes conceitos abstratos que permitem trabalhar a dimensão consciencializadora do desenvolvimento de competências pessoais e sociais.

No final deste manual está disponível um conjunto de jogos de dinâmicas, organizados segundo as diferentes fases do grupo, compreendendo de uma forma genérica os que melhor se adequam aos objetivos de cada estágio, havendo também uma referência ao tipo de jogo (aquecimento, quebra-gelo, comunicação...). Compete ao monitor a leitura do grupo, compreendendo os exercícios que melhor se adequam ao próprio desenvolvimento do grupo e ao momento/fase em que se encontra. Os jogos apresentados são reproduções e adaptações de jogos já existentes.



4.2

PRÁTICA. Nesta fase é trabalhado o repertório rítmico base do TUM TUM TUM para que todos os grupos comecem a prática com uma base comum e todos possam tocar em conjunto. Nesta fase adquirem especial pertinência os jogos “follow the leader” onde são transmitidos novos ritmos e melodias, seja em esquema de “pergunta/resposta” seja por criação de subgrupos para que possam ser praticados exercícios mais curtos, com os contributos dos grupos mais pequenos.

A expressão corporal é um fator importante na prática musical em grupo, não só enquanto forte elemento de comunicação, de indicações, orientações e transmissão de sinais ao longo da performance musical como também, ao longo de toda a prática, enquanto veículo de transmissão de informação. A aprendizagem de um ritmo é feita em três fases: voz, corpo e, posteriormente, transposição para o instrumento. Estas fases devem ser respeitadas na prática mantendo a sua sequência, desta forma atinge-se maior eficácia na transmissão dos ritmos. A percussão corporal serve não só o propósito de transmissão de novos ritmos, como também servir enquanto meio de diagnóstico para averiguar a percepção rítmica dos elementos do grupo, de modo a garantir uma adaptação e adequação da complexidade dos jogos e da prática. É também através da percussão que se pretende trabalhar a noção de tempo e pulsação e a coordenação motora.

Nesta fase deve também ser abordada a técnica dos instrumentos, percepção tímbrica e as diferentes possibilidades de exploração sonora. Como tal, procura-se desenvolver competências musicais como o sentido de tempo e pulsação, a coordenação motora e a interpretação rítmica.

Ao nível das competências pessoais identificadas, nesta fase, a Prática, deve estar conscientemente relacionada com a **concentração** e o **saber-ouvir** (escuta ativa) e **autogestão** e devem, como tal, ser devidamente abordadas e trabalhadas estas questões com o grupo.

Os ritmos adotados e transmitidos aos participantes devem sempre estar de acordo com a experiência do grupo, iniciando a prática musical com ritmos mais simples e progressivamente complexificando os enunciados, de acordo com o ritmo de aquisição de conhecimentos do grupo. Em grupos mais heterogêneos, com diferentes níveis de conhecimentos, devem sempre ter-se em conta estas disparidades, adaptando composições que permitam compreender ritmos mais complexos com composições mais simples, incluindo sempre os diferentes participantes de forma equitativa. A prática musical deve sempre estar atenta tanto ao desenvolvimento do coletivo, grupo, como também aos diferentes ritmos de desenvolvimento individual.

Jogos Rítmicos de Diagnóstico

São jogos que permitem ao formador identificar o nível de competências e percepção musical pré-adquiridas pelos participantes. Nos jogos de diagnóstico pretende-se observar e recolher informação ao nível da coordenação motora, da coordenação rítmica, da criatividade, da expressão e da performance, para depois se adequar a fase de desenvolvimento do grupo à prática a adotar. Alguns exemplos de jogos rítmicos são; pergunta-resposta, partindo de ritmos mais simples para ritmos mais complexos; Repetição de um ritmo sugerido pelo grupo, estímulo à criatividade; Jogos de repetição de notas a um determinado tempo (tempo e pulsação); reprodução de um ritmo durante um determinado tempo, para averiguar a capacidade do grupo manter o ritmo.

Instrumentos

A utilização de instrumentos informais ou de objetos que produzem som permite, através da combinação de recursos reutilizados, produzir instrumentos de baixo custo que facilitam a sua reprodução, manutenção e transporte pelos diferentes grupos, sendo também, à partida, instrumentos com uma aprendizagem prática mais acessível. O recurso a instrumentos informais e a objetos permite também estimular a criatividade e a curiosidade pela procura de novas sonoridades. A introdução de instrumentos formais não é uma obrigatoriedade, mas surge enquanto uma necessidade

de valorização dos conhecimentos prévios dos participantes, integrando aquilo que são já as suas experiências e motivações pessoais manifestadas.

4.3

REPORTÓRIO. Na fase de Reportório deve procurar-se implementar jogos de dinâmicas que estimulem a expressão individual dos diferentes participantes, permitindo que cada um dê contributos para a criação coletiva de peças musicais. Estes jogos não devem ser demasiado intrusivos ou introduzidos enquanto obrigatórios, evitando criar demasiada ansiedade pedindo ao grupo que “crie uma música”. O monitor não deve chegar com a proposta de que o grupo crie uma música. Mas sim facilitar a criação de momentos de expressão. São esses momentos que o monitor deve recolher e (é da sua responsabilidade) com esses contributos construir a peça musical. A criação musical, deve refletir os interesses e motivações do grupo, sendo assim resultado dos seus contributos. Numa segunda fase, depois de recolhidos os contributos, deve proceder-se a uma fase de avaliação, também ela coletiva, em que se convoca a opinião dos participantes sobre as peças produzidas, o que está bem e o que está menos bem, o que poderá ser alterado. As competências sociais e pessoais com maior enfoque nesta fase são a **responsabilidade**, o **trabalho de grupo** e a **criatividade**.

Jogos Musicais

São jogos que potenciam a criatividade e a criação de repertório, permitindo recolher junto dos participantes contributos para a produção coletiva. São, por isso, pertinentes no estímulo ao sentimento de pertença ao grupo, através da criação musical, permitindo também um diagnóstico das motivações e do desenvolvimento da prática de cada participante.

Possibilitam que cada participante individualmente e o grupo em conjunto, tome pequenas decisões que definam o desenvolvimento do reportório do grupo, orientando a composição musical.

4.4

APRESENTAÇÃO. Logo desde o início da atividade do grupo, paralelamente à fase de diagnóstico e de planeamento deve procurar-se definir momentos de apresentação pública (mais ou menos informais) que devem estar de acordo com a avaliação feita do grupo. Os momentos de apresentação adquirem especial importância nesta metodologia, por serem assumidos enquanto momentos com carácter “especial”, onde os participantes podem ver concretizado o trabalho que vão desenvolvendo. Este momento acaba por adquirir outra importância que não seria possível, se não fosse partilhado com o exterior. Permitem também experimentar e trabalhar dimensões da **responsabilidade** e **autonomia**, com contributos para uma maior **auto-estima** com forte contributo para a **empatia** entre os participantes, pela ligação afetiva e emocional ao processo resultando também em maior envolvimento, onde os participantes, veem reconhecido o trabalho desenvolvido (tanto pelo grupo de pares, pela família, como pelo público em geral). No entanto, a introdução destes momentos não deve ser tida enquanto fator de stress ou ansiedade, mas sim como algo prazeroso, sendo também importante estar atento e lidar com questões relacionadas com as expectativas, as questões do medo da exposição, procurando adaptar a dimensão da apresentação à vontade do grupo.

À semelhança do processo desenvolvido no macrociclo da metodologia, ao nível micro (de cada sessão) o momento final de apresentação é também uma fase importante a ter em consideração no planeamento da atividade. Estes momentos podem ser incentivados com um vídeo ou gravação, por exemplo, ou a inclusão de espectadores “pontuais”.

Estes momentos permitem que os participantes sintam que estão a trabalhar, ao longo da sessão, para objetivos concretizáveis e pequenos fins que não pretendem ficar pela experiência em si só (que sendo obviamente válida enquanto momentânea) quando mobilizada e concretizada, acaba também por exigir dos participantes maior concentração. Podem materializar o resultado, vê-lo e avaliá-lo, sendo críticos sobre o resultado do mesmo.

5

CURSO DE MONITORES. O curso de Animação e Ação Educativa, realizado pelo projeto TUM TUM TUM, surge com o objetivo de promover uma formação diferenciada para jovens dos 18 aos 30 nas áreas de Animação Sociocultural e Ação Educativa. Pretende-se que os formandos adquiram conhecimentos que lhes permitam exercer uma atividade profissional enquadrada numa destas áreas, vivenciando a própria metodologia do projeto, através da prática musical coletiva que se propõe enquanto uma mais-valia para o trabalho de competências pessoais e sociais. Desta forma, pretende-se não só que estes formandos estejam mais habilitados a integrar o mercado de trabalho como também transportem consigo a possibilidade de dar continuidade e replicar a ação do projeto, levando-a a novos públicos e outras realidades.

Compreendendo 300h de formação teórico-prática e 400h de formação em contexto de trabalho, este curso foi desenhado sobre uma metodologia de aprendizagem de vertente informal, na qual os formandos são convidados a participar ativamente no desenvolvimento de atividades de caráter prático, nomeadamente através do acompanhamento de oficinas, workshops e espetáculos dinamizados no âmbito do projeto. Esta vivência da prática contribui para uma aquisição de conhecimentos contextualizada, consolidada através do exercício de observação/experimentação. O desenho do currículo do projeto pretende abordar de forma transversal e interdisciplinar diferentes áreas desde a animação e desenvolvimento sociocultural e comunitário, até diferentes vertentes artísticas de expressão plástica e musical.

Ao longo das 300h de formação os formandos foram desafiados para a realização de um projeto coletivo que mobilizasse os conhecimentos adquiridos nos diferentes módulos, desde as expressões artísticas (plástica e musical) até à cenografia, sonoplastia e organização de eventos de animação. Neste sentido, surgiu o projeto “um, dois, três, era uma vez...”, a dinamização de uma hora do conto, em que todo o trabalho, desde a concepção da história, até ao momento performativo é resultado do trabalho conjunto deste grupo.

6

GRUPO PERFORMATIVO XILOBALDES. O grupo performativo nasce com o objetivo de acolher participantes que, tendo frequentado as oficinas, pretendem evoluir mais musicalmente e manter contacto com a atividade regular do projeto. É um grupo que mantém um horário que permite àqueles que vão encontrando ocupação no horário-laboral, possam manter-se relacionados com o projeto, através de um acompanhamento após integração profissional ou formativa. Este grupo implica maior compromisso, responsabilidade e disponibilidade para representar o projeto, nomeadamente em atividades onde não é possível reunir todos os participantes ou atuações, para entidades externas, para além dos parceiros com os quais participamos.

É já um grupo mais direcionado para a parte da prática e da criação musicais, atendendo a que se espera que a dimensão do grupo esteja já devidamente desenvolvida, sendo convocada mais pontualmente em momentos-chave, como por exemplo com a entrada de novos elementos. Sendo que, desta forma os ensaios seguem já mais para uma prática de instrumentos e para as dinâmicas da criação/prática musical.

Neste grupo pretende-se que o papel do líder, esteja mais diluído pelo grupo, promovendo um contexto de autonomia, em que cada elemento age de forma mais autónoma porque já sabe o que tem de tocar, quando tem de tocar, o que revela outro nível de auto-confiança. Pretende-se que estes participantes possam, pela frequência no grupo, manter um percurso de vida acompanhado e o trabalho contínuo de competências pessoais, sociais e artísticas.



7

AVALIAÇÃO E ACOMPANHAMENTO. Com a prática musical inicia-se também um processo de acompanhamento psicossocial dos jovens cujo objetivo passa por procurar, em conjunto, clarificar e definir novos percursos de vida e possíveis mudanças a alcançar. Este processo, pela sua complexidade, exige um trabalho de continuidade e aprofundamento ao longo do tempo. Um trabalho de procura por conhecer os percursos, experiências, contextos e motivações destes jovens mas também, para a exploração das suas dificuldades e dos seus principais obstáculos, procurando desenhar trajetos de mudança.

Este trabalho parte de um acompanhamento individual e em grupo que permite orientar a intervenção para dimensões específicas do desenvolvimento de competências. Através de etapas concretizáveis e objetivos faseados que permitem potencializar o desenvolvimento de forma mais estruturada e consciente.

A ação de intervenção, artística e psicossocial, deve estar em constante avaliação num processo contínuo. A avaliação deve estar presente ao longo de todo o processo de ação do projeto, em cada ciclo de desenvolvimento e em cada sessão. Deve ser um processo auto-dirigido pelo monitor/dinamizador, permitindo-lhe avaliar a sua prestação e desempenho ao longo das sessões de forma a ajustar da melhor forma a sua prática, refletindo não só acerca de si próprio mas convocando a perspetiva dos participantes.

Esta avaliação deve ser feita tanto ao desempenho do monitor, como à prestação dos participantes e aos resultados produzidos. Para tal deve, sempre que possível, criar-se condições para convocar a voz de todos os participantes envolvidos. Quer seja através de jogos de dinâmicas, facilitadores da reflexão ou, através de contributos livres diretos.

Para diagnóstico, avaliação e comparação de momentos de avaliação foram estabelecidos três momentos de avaliação formal, com recurso à utilização de um conjunto de instrumentos de registo. Estes momentos formais não invalidam no entanto, o processo de avaliação contínua presente em cada sessão e ao longo das várias sessões.

Trimestralmente é feita pela equipa técnica do projeto uma avaliação do desempenho e do desenvolvimento de cada participante. Segundo uma escala que permite identificar a progressão do jovem ao longo das oficinas. Esta escala está centrada nos dois domínios, social e artístico, com enfoque no conjunto de competências identificadas.

O 1º Momento de avaliação, deve ser orientado para o Diagnóstico, presumindo a aplicação de um conjunto de instrumentos; - o Guião de Entrevista - que pretende recolher alguns tópicos de informação sobre o participante e que o monitor deve procurar conhecer ao longo do seu contacto; - o questionário de Auto-avaliação diagnóstica sobre as Competências pessoais e sociais - um instrumento de auto-avaliação orientado para o participante que permite quando aplicado no início e no fim do seu percurso na actividade do projeto, comparar a sua percepção e consciencialização sobre o o desenvolvimento das competências identificadas; - o guião de observação - que permitirá ao monitor observar e avaliar o desenvolvimento das competências pessoais e sociais trabalhadas. Esta observação é orientada segundo os critérios de validação e indicadores de avaliação que se apresentam de seguida. É ainda recolhido junto dos técnicos de acompanhamento/orientação dos participantes a sua percepção e leitura do jovem/grupo que acompanha. A recolha destes diferentes instrumentos permite-nos construir um documento de reporte inicial, registo individual e do grupo a quando da sua entrada no projeto.

Neste momento inicial é também definido entre os elementos da equipa técnica um guião de monitorização e avaliação que permite ao monitor avaliar o seu desempenho, bem como, o desenvolvimento gradual da atividade do projeto.

COMPETÊNCIAS	CRITÉRIOS DE VALIDAÇÃO	INDICADORES DE AVALIAÇÃO
Autonomia	Pro-actividade/ Identificação de competências necessárias a desenvolver/ Tomar decisões/ Realizar tarefas de forma independente	Consegue identificar competências que gostaria de desenvolver/ Demonstra capacidade de iniciativa e proactividade no estabelecimento de objetivos pessoais /Assume a iniciativa de execução de determinadas tarefas/ Supera desafios sem ajuda/Procura ativamente emprego
Responsabilidade	Assiduidade e compromisso	Completa tarefas dentro dos prazos definidos/ É assíduo nas atividades/Demonstra compromisso nas atividades e nos objetivos pessoais/ Assume as suas dificuldades/ Segue instruções/ Assume a responsabilidade das suas decisões
Gestão de Conflitos	Flexibilidade perante os problemas/Resolver problemas	Consegue gerir situações de stress/ Responde de forma assertiva (e não violenta) a situações de conflito/ Responde de forma criativa e flexível a situações difíceis/ Faz cedências e negociações, perante possibilidades
Relações Interpessoais	Comunicação de forma ajustada com os outros/ Comunicação verbal e não-verbal	Mantém relacionamentos saudáveis e diversificados / Propõe ideias e promove a reflexão e o crescimento grupal/ Manifesta sentimentos de pertença/Comunica e reconhece emoções, sentimentos e ideias de forma não verbal
Trabalho em Grupo	Competências de colaboração e trabalho em equipa/Cooperação	É capaz de executar tarefas de forma autónoma/Mantem a concentração e a atenção nas tarefas e desafios

COMPETÊNCIAS	CRITÉRIOS DE VALIDAÇÃO	INDICADORES DE AVALIAÇÃO
Concentração	Concentrar a atenção/ Realizar tarefas múltiplas em simultâneo	É capaz de executar tarefas de forma autónoma/Mantem a concentração e a atenção nas tarefas e desafios
Auto-estima	Confiança/Identifica as suas potencialidades e dificuldades/Capacidade de se valorizar	Consegue obter e alimentar uma imagem positiva de si mesmo, no que consegue e gosta de fazer/Demonstra confiança e segurança em si tendo consciência do que necessita de melhorar/Expressa-se de forma espontânea/Dá a sua opinião/ Tem uma postura crítica e reflexiva sobre si e sobre o mundo
Criatividade	Imaginação e respostas diversificadas	Manifesta curiosidade/Dá respostas diferenciadas a situações de desafio/Produz ideias novas/Não demonstra apego a nenhum método ou fórmula de ver e interagir com o mundo mas abertura e liberdade no processo criativo/ Tem pensamento crítico
Saber-ouvir e capacidade empática	Capacidade empática e competências de escuta ativa.	É capaz de ouvir o outro sem fazer interrupções desadequadas ou fugir do tema/Procura ativamente compreender o que lhe foi transmitido/Saber colocar-se no lugar do outro não tecendo juízos de valor/É capaz de compreender os sentimentos dos outros através da sua vivência pessoal

COMPETÊNCIAS	CRITÉRIOS DE VALIDAÇÃO	INDICADORES DE AVALIAÇÃO
Motivação	Empenho e dedicação a uma tarefa ou atividade.	Faz perguntas demonstrativas de interesse/ Motiva os outros através da partilha de ideias e sentimentos/ Demonstra interesse e paixão pela tarefa ou atividade/Coloca dedicação nas tarefas que desempenha/ Procura realizar tarefas com as quais se identifica/ É capaz de se auto-motivar perante situações desafiantes
Auto-gestão	Adaptação a situações de stress.	É capaz de identificar e gerir sentimentos e emoções/ Adapta-se a momentos de stress demonstrando resiliência

O 2º momento de avaliação ou, avaliação intermédia, permitirá identificar e re-avaliar o desenvolvimento das competências pessoais e sociais para a empregabilidade a partir dos indicadores estabelecidos, de forma a observar a evolução das mesmas pela frequência nas actividades dos projetos. Permite desta forma avaliar e ajustar possíveis planos de intervenção bem como, o estabelecimento de um plano de intervenção individual que poderá conduzir ao desenho do projeto de vida em conjunto com o participante. Os instrumentos do dossier de avaliação voltam a ser preenchidos. Sendo também preenchida a grelha de avaliação/monitorização do monitor que lhe permite avaliar o seu próprio desempenho. Re-definindo-se ou ajustando-se a intervenção em curso. Este reporte intermédio do grupo permite ter uma avaliação do desenvolvimento dos seus diferentes elementos.

O 3º momento de avaliação Final pressupõem a aplicação do questionário de auto-avaliação de competências pessoais e sociais de forma a comparar os momentos de avaliação. Bem como a re-avaliação partindo da perspetiva dos participantes e da equipa das competências pessoais e sociais para a empregabilidade avaliando desta forma o impacto da intervenção efetuada a partir dos projetos, estabelecendo um novo plano de intervenção se necessário. É ainda convocada a voz do participante para a avaliação qualitativa do projeto pela utilização de um questionário de respostas abertas. Neste momento final é também requerida a participação dos familiares e técnicos de acompanhamento no que é a sua perspetiva do impacto do projeto nos participantes.

Esta avaliação regular permite monitorizar o desenvolvimento de cada participante nas atividades propostas. Em paralelo com o acompanhamento psicossocial regular destes jovens, é possível identificar de necessidades de intervenção, contribuindo para um acompanhamento mais individualizado de cada um.

Mariana Eugénio e Susana Lage
Psicóloga e Educadora Social





JOGOS DE DINÂMICAS DE GRUPO

1. ATIVAÇÃO FÍSICA

Competências
Concentração

Público-alvo e N° de Participantes
Min. 5/Máx. 20

Materiais e Recursos Físicos
Sala ampla.

Desenvolvimento
Grupo disposto em círculo. O líder executa movimentos físicos enquanto o grupo replica. Exemplos, abanar membros, bater com as mãos em diversas partes do corpo. Adaptar a exigência física dos movimentos ao grupo. Pretende-se que de forma gradual os movimentos se tornem menos comuns de forma a colocar todo o grupo no mesmo nível de exposição. Evitar o uso da palavra e evitar o diálogo entre os participantes, de forma a tentar aumentar o nível de concentração do grupo.

2. PALMA EM UNÍSSONO

Competências
Concentração

Público-alvo e N° de Participantes
Min. 5/Máx. 20

Materiais e Recursos Físicos
Sala ampla.

Desenvolvimento
Grupo disposto em círculo. Colocar todo o grupo de mãos e braços abertos preparado para bater uma palma. Tentar que todo o grupo reproduza em uníssonos a palma executada pelo líder. Gradualmente, de forma a dificultar o jogo o líder poderá trocar a posição das mãos e braços e pode também simular a execução da palma. Evitar o uso da palavra e evitar o diálogo entre os participantes de forma a tentar aumentar o nível de concentração do grupo.

3. NÚMERO/GESTO

Competências
Concentração

Público-alvo e N° de Participantes
Min. 5/Máx. 20

Materiais e Recursos Físicos
Sala ampla.

Desenvolvimento
Grupo disposto em círculo. Atribuir um número a um gesto. Exemplo, número 1 - palma, 2 - simulação de palma (troca apenas as posições das mãos). O líder diz o número e todos devem fazer o gesto correspondente ao número. Assim que o exercício for assimilado pelo grupo, a taxa de sucesso do grupo perante o desafio for elevada, poderá atribuir mais números. Exemplo, 3 - bater pé no chão e 4 - salto.

4. PASSA

Competências
Concentração, trabalho de equipa.

Público-alvo e N° de Participantes
Min. 5/Máx. 20

Materiais e Recursos Físicos
Sala ampla

Desenvolvimento
Grupo disposto em círculo. O líder começa por lançar uma palma para o participante à sua direita (ou à sua esquerda) esta palma deve ser passada por cada elemento do grupo, dando a volta ao círculo. O grupo deve conseguir passar a palma de forma fluída e sem interrupções, atingindo um ritmo regular. Pode desafiar-se o grupo para tentar fazer um exercício num espaço de tempo definido. Exemplo, 10 segundos. Numa segunda variante, de maior dificuldade pode começar-se com uma palma para um lado e um estalar de dedos, para o outro. O mesmo jogo pode ser executado com sons ou com outros gestos.

5. DE UM A DEZ**Competências**

Concentração, trabalho de equipa.

Público-alvo e N° de Participantes

Min. 5/Máx. 20

Materiais e Recursos Físicos

Sala ampla

Desenvolvimento

Em círculo, os participante, terão de contar a sequência de 1 a 10. Cada um, de forma aleatória, deve dizer um número da sequência.. Sempre que dois ou mais participantes disserem o mesmo número a contagem recomeça. O Objetivo é que respeitando o tempo do grupo, consigam dizer a sequência de 1 a 10, sem interrupções e de uma forma fluída. Para grupos com mais de 10 dividir o grupo em 2 e jogar alternadamente. Os participantes não podem combinar uma sequência. Variante: os participantes devem fazer o mesmo exercício dispersos pela sala. Podem também fazê-lo a andar.

6. REPETE O NOME**Competências**

Concentração

Público-alvo e N° de Participantes

Min. 5

Materiais e Recursos Físicos

--

Desenvolvimento

Dispostos em círculo, cada elemento na sua vez deve dizer o seu nome, o grupo todo deve repetir o nome em voz alta.

7. REPETE O NOME COM GESTO**Competências**

Concentração, trabalho de equipa

Público-alvo e N° de Participantes

Min. 5/Máx. 20

Materiais e Recursos Físicos

Sala ampla

Desenvolvimento

Dispostos em círculo, cada elemento na sua vez deve dizer o seu nome e fazer simultaneamente um gesto, o grupo todo deve repetir o nome em voz alta e reproduzir o gesto.

8. DIZ O NOME DE ALGUÉM E ANDA**Competências**

Concentração, trabalho de equipa

Público-alvo e N° de Participantes

Min. 5/Máx. 20

Materiais e Recursos Físicos

Sala ampla

Desenvolvimento

Em círculo, um elemento diz o nome de um colega começando, simultaneamente a dirigir-se para ele e assumindo o seu lugar. Para tal, o elemento convocado deve chamar outro elemento do grupo deixando o seu lugar livre e começando a dirigir-se para o lugar do outro e assim consecutivamente. Os participantes podem ter de ser convocados para refletir sobre as “estratégias” para facilitar o jogo, por exemplo, fazer o exercício de forma mais lenta no início, pode dar tempo para que o elemento convocado esteja preparado para iniciar a sequência. Pensar antecipadamente nos nomes das pessoas também pode facilitar o tempo de reacção, etc. Variante: quando o grupo estiver confortável, podem ser chamados dois colegas em simultâneo.

9. PERDE QUEM ESTÁ NO MEIO**Competências**

Concentração, trabalho de equipa

Público-alvo e Nº de Participantes

Min. 5/Máx. 20

Materiais e Recursos Físicos

Sala ampla

Desenvolvimento

Dispostos em círculo, o líder começa no centro dando as instruções do jogo. O objetivo é chamar três vezes pelo nome do colega, por exemplo, “José, José, José”. O colega chamado, neste caso, o José, terá de dizer o seu nome antes do colega no centro terminar de dizer três vezes o nome. Se o conseguir fazer mantém-se a pessoa no centro. Caso contrário, vai ao centro quem perder.

10. DIZ O CONTRÁRIO**Competências**

Concentração

Público-alvo e Nº de Participantes

Min. 5/Máx. 20

Materiais e Recursos Físicos

Sala ampla

Desenvolvimento

O líder indica nomes de frutos, pessoas ou cores. De seguida pede para o grupo repetir uma sequência. Exemplo, “maçã, maçã, maçã”. Posteriormente aumenta o nível de dificuldade. Exemplo, “maçã, pêra, maçã”. Por fim assume-se que a resposta terá de ser sempre inversa. Exemplo à frase do líder “maçã, pêra, maçã” o grupo teria de responder “pêra, maçã, pêra”.

11. RITMO AO CONTRÁRIO**Competências**

Concentração, saber-ouvir

Público-alvo e Nº de Participantes

Min. 5/Máx. 20

Materiais e Recursos Físicos

Sala ampla

Desenvolvimento

O líder indica dois sons executados pela percussão corporal. Exemplo palma e mão no peito. De seguida executa um ritmo usando os dois sons ao qual o grupo responderá replicado o mesmo ritmo em uníssono. Por fim assume-se que a resposta será inversa, ou seja durante a execução do ritmo o grupo responderá com a mão no peito quando o líder bate uma palma e responde com uma palma quando o líder bate mão no peito.

12. SEM PESCOÇO**Competências**

Concentração

Público-alvo e Nº de Participantes

Min. 5

Materiais e Recursos Físicos

Sala ampla

Desenvolvimento

O líder vai dando indicações que o grupo tem de seguir por exemplo “sem pescoço”, os ombros devem ser “puxados” para cima, de forma a tapar o pescoço; “com pescoço”, ombros para baixo. Pode-se ir variando o ritmo das indicações, mais depressa ou mais devagar, testando a atenção do grupo.

13. APRESENTA ALGUÉM**Competências**

Relações Interpessoais, saber-ouvir, auto-gestão

Público-alvo e N° de Participantes

Min 5

Materiais e Recursos Físicos

--

Desenvolvimento

O líder promove a distribuição aleatória de grupos de dois, procurando juntar pessoas que ainda não se conheçam ou que não convivam regularmente. Durante 8 a 10 minutos cada grupo de dois irá interagir de forma a cada elemento conseguir fazer uma apresentação do seu companheiro jogo. A apresentação será feita em grande grupo.

14. DUAS VERDADES UMA MENTIRA**Competências**

Relações Interpessoais

Público-alvo e N° de Participantes

Min. 5

Materiais e Recursos Físicos

--

Desenvolvimento

Cada participante, na sua vez, deve apresentar-se ao grupo dizendo duas verdades e uma mentira acerca de si mesmo. Os elementos do grupo devem adivinhar qual é a mentira.

15. CADEIRA VAZIA**Competências**

Concentração

Público-alvo e N° de Participantes

Min. 5

Materiais e Recursos Físicos

N° de cadeiras correspondente ao n° de participantes, mais uma ou duas cadeiras livres.

Desenvolvimento

Em círculo, todos os participantes devem estar sentados numa cadeira, deve também ser colocada no círculo uma cadeira vazia. Começa quem está sentado à direita da cadeira vazia, chamando pelo nome de um outro colega que se deve vir sentar nessa cadeira. Ao deixar a sua cadeira inicial vazia, o participante que ficar com a cadeira à esquerda vazia, deve chamar outro colega e assim sucessivamente. Quando o jogo se tornar confortável para todos, pode ser acrescentada mais uma cadeira repetindo-se o exercício em simultâneo.

16. ÀS ESCURAS**Competências**

Concentração

Público-alvo e N° de Participantes

Min. 5

Materiais e Recursos Físicos

Vendas e um objeto pequeno.

Desenvolvimento

Este jogo pode ser feito com um objeto ou com um colega/par. À vez, cada participante é vendado. O objetivo é que, de olhos vendados, alcancem o objeto ou o colega/par, posicionado no outro lado da sala. O participante terá de agarrar o objeto com a mão ou chegar ao colega/par. Pode variar-se a velocidade muito rápido, rápido ou devagar.

17. DESCOBRE O LÍDER *

Competências
Concentração

Público-alvo e N° de Participantes
Min. 6

Materiais e Recursos Físicos
--

Desenvolvimento

Disposto em círculo, deve ser encontrado um voluntário que sairá da sala. Sem esse elemento estar presente, deve decidir-se no grupo, quem será o líder que irá comandar os restantes. O líder terá de fazer uma sequência de movimentos que os restantes elementos terão de reproduzir em simultâneo. O objetivo é que o voluntário quando voltar para o centro do círculo descubra quem é o líder que está a comandar os movimentos. A transição de movimentos deve ser discreta, de forma a dificultar a tarefa de descoberta.

18. À CONFIANÇA *

Competências
Relações Interpessoais, Concentração

Público-alvo e N° de Participantes
Min. 4

Materiais e Recursos Físicos
Vendas, espaço amplo que pode ter alguns obstáculos.

Desenvolvimento

Os participantes devem organizar-se em pares. Enquanto um dos elementos está de olhos vendados o segundo elemento deverá guiá-lo pelo espaço. A orientação pode ser dada através do toque, por exemplo, mão no ombro, ou toque entre os dedos indicadores de uma mão, podendo também ser feito através do som. Sendo que nunca, neste processo, poderão usar a palavra. Devem começar de forma lenta, e progressivamente ir aumentando o ritmo da marcha, tendo em atenção a confiança que o elemento vendado vai depositando no elemento guia. Os participantes devem inverter papéis e jogar novamente. Podem ser colocados obstáculos no percurso.

19. COMBOIO CEGO

Competências
Trabalho em equipa

Público-alvo e N° de Participantes
Min.5

Materiais e Recursos Físicos
Vendas

Desenvolvimento

Os elementos do grupo devem colocar-se em fila indiana, com as mãos sobre os ombros do colega da frente. Todos os elementos do grupo devem estar de olhos vendados excepto o último elemento do grupo. É colocado um objeto alheio na sala e o elemento não vendado deve guiar o “comboio” até chegar ao objeto. Para tal, não poderá usar a palavra ou qualquer outro som, tendo de definir com o restante grupo um sistema de comunicação que lhe permita ir dando as indicações de para onde se deve dirigir o comboio.

20. DESCOBRE QUEM É

Competências
Relações Interpessoais

Público-alvo e N° de Participantes
Min. 5

Materiais e Recursos Físicos
Vendas

Desenvolvimento

São seleccionados dois voluntários que serão vendados. O restante grupo de dispersar-se pela sala trocando de posições. Os elementos vendados terão de procurar os colegas e adivinhar através do toque quem são os elementos que vão encontrando.

21. INQUILINO**Competências**

Relações Interpessoais, Concentração

Público-alvo e N° de Participantes

Min. 7

Materiais e Recursos Físicos

Sala ampla

Desenvolvimento

Os participantes organizam-se em grupos de três. Dois elementos devem dar as mãos, formando um retângulo. Um terceiro elemento, o inquilino, deve ficar no centro do rectângulo, colocando-se numa posição que lhe permita definir que o colega à sua direita será “a parede direita” e o colega à sua esquerda será “a parede esquerda”. Um elemento do grupo deve ficar de fora, será ele quem começar por dar a primeira indicação dizendo alto uma das três hipóteses: “parede direita”, “parede esquerda” ou “inquilino”. Quando o líder der a ordem todos os elementos correspondentes (p.e. todas as “paredes direitas”) devem procurar dois outros colegas para fazer a mesma formação inicial. O elemento que ficar de fora será quem dará nova indicação.

22. ISTO É**Competências**

Gestão de Conflitos

Público-alvo e N° de Participantes

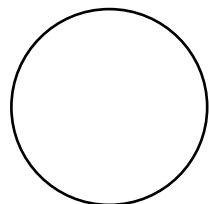
Min. 4

Materiais e Recursos Físicos

Papéis e canetas.

Desenvolvimento

É desenhado um gráfico num papel;



Pergunta-se a um elemento o que representa para ele esse desenho. Consoante a sua resposta. Cada participante terá de pensar em 10 outras possibilidades do que poderá representar aquele gráfico, registrando-as no papel.

23. REDES E TEIAS**Competências**

Relações Interpessoais

Público-alvo e N° de Participantes

Min. 5

Materiais e Recursos Físicos

Novelo de lã.

Desenvolvimento

Todos os elementos do grupo devem estar posicionados de forma a manter contacto visual entre si. O primeiro elemento deve apresentar-se agarrando no fio do novelo. Terminada a apresentação deve lançar o novelo a outro elemento mantendo a ponta do fio agarrada até ao final. As apresentações prosseguem sendo que, todos os elementos devem manter o contacto com o fio. No final, surge definida uma teia (ou rede), entre os diferentes participantes.

Este jogo pode também ser utilizado num momento de reflexão ou balanço de expectativas.

24. ESPELHO**Competências**

Concentração, Relações Interpessoais.

Público-alvo e N° de Participantes

Min. 4

Materiais e Recursos Físicos

--

Desenvolvimento

A pares, frente a frente, um participante será o líder comandando uma sequência de movimentos que o outro participante da dupla deve reproduzir simetricamente, como se fosse o reflexo num espelho. Os movimentos devem ser feitos a ritmo que permita a ambos os participantes acompanhar. No final da sequência os participantes invertem os papeis.

O jogo pode ser feito com todo o grupo e um líder, em vez de ser a pares. Sendo o papel do líder rotativo.

25. PARA ANDA

Competências
Concentração

Público-alvo e Nº de Participantes
Min. 5

Materiais e Recursos Físicos
Sala Ampla

Desenvolvimento

Dispersos pela sala, os participantes terão de seguir as ordens do líder. Os comandos serão “andar” e “parar”, depois do grupo estar confortável com as ordens deve ser invertido o sentido. Quando o líder diz “parar” todos devem andar, quando o líder diz “andar” todos devem parar.

Podem ser acrescentados conjuntos de ordens, por exemplo, “mãos na barriga” e “mãos na cabeça”.

26. O GATO E O RATO

Competências
Relações Interpessoais

Público-alvo e Nº de Participantes
Min. 8

Materiais e Recursos Físicos
Espaço Amplo

Desenvolvimento

É escolhido um elemento que será o rato e um outro se será o gato. O gato de correr atrás do rato para o apanhar. Os restantes elementos do grupo devem estar dispersos pela sala os participantes de cócoras ou de joelhos no chão (serão a toca). Se o grupo tiver muitos elementos estes podem organizar-se em pares, de braço dado. O rato pode a qualquer altura trocar de lugar com uma toca. Tocando-lhe no ombro ou, no caso de estarem organizados a pares, juntando-se ao de braço dado ao par e invertendo o seu papel com o elemento que ficar na outra ponta.

27. JANGADA

Competências
Trabalho em equipa

Público-alvo e Nº de Participantes
Min. 7 (número ímpar)

Materiais e Recursos Físicos
Cadeiras

Desenvolvimento

Os participantes devem organizar as cadeiras formando uma jangada. Cada elemento coloca-se sobre uma cadeira. O grupo terá de deslocar a jangada até um ponto definido antecipadamente. A jangada tem de chegar inteira e com a formação igual à inicial sem que nenhum elemento “caia à água”, sem descer das cadeiras.

Podem ser selecionados um ou dois elementos que ficam como observadores, registrando o comportamento e a forma de organização do grupo.

28. MANEQUIM

Competências
Relacionamento Interpessoal

Público-alvo e Nº de Participantes
Min. 5

Materiais e Recursos Físicos
Um objeto selecionado por cada participante

Desenvolvimento

Cada participante terá de escolher um objeto que considere que o caracteriza. Deve depois apresentá-lo ao grupo descrevendo as características desse objeto, sem nunca falar sobre si diretamente.

29. SALTOS DE MÃO DADA**Competências**

Relacionamento Interpessoal, concentração

Público-alvo e N° de Participantes

Min. 6

Materiais e Recursos Físicos

Sala ampla

Desenvolvimento

Dispostos em círculo e todos de mãos dadas. O grupo terá de seguir as indicações dadas pelo líder. “Todos para a direita”, todo o grupo, sem nunca largar as mãos dos colegas, deve saltar em simultâneo para a direita. “Todos para a esquerda” e todos devem saltar para a esquerda. Podem ainda saltar para a frente e saltar para trás. À semelhança do jogo “para e anda”, quando o grupo estiver confortável poderá inverter-se o sentido das indicações “saltar para a direita/saltar para a esquerda”, “saltar para a frente/saltar para trás”.

30. ZIP ZAP BOING**Competências**

Concentração

Público-alvo e N° de Participantes

Min. 6

Materiais e Recursos Físicos

Sala ampla

Desenvolvimento

Jogo de passar a palma. Dispostos em círculo os participantes devem passar uma palma, se passarem para a direita, devem simultaneamente dizer, zap, se a passarem para a esquerda devem dizer zip. Se o participante que recebe a palma reagir com boing (simultaneamente, levantando ambos os braços) é invertido o sentido. Se um participante quiser passar a palma para um outro elemento que não esteja ao seu lado, deve dizer zau, certificando-se que estabelece claramente contacto visual com essa pessoa. As variantes devem ser introduzidas gradualmente.

31. JUNTA-TE**Competências**

Relacionamento Interpessoal

Público-alvo e N° de Participantes

Min.7

Materiais e Recursos Físicos

--

Desenvolvimento

O elementos do grupo estão dispersos pela sala. O líder dá indicação de como os participantes se devem agrupar, por exemplo, “calças azuis”, todos os elementos que estiverem de calças azuis reúnem-se. O grupo volta depois a dispersar-se pela sala, continuando a seguir as instruções dadas. Por exemplo, cor do cabelo, letras dos nomes, etc.

32. COSTAS COM COSTAS**Competências**

Relacionamento Interpessoal, Responsabilidade

Público-alvo e N° de Participantes

Min. 2/4

Materiais e Recursos Físicos

--

Desenvolvimento

Formam-se pares, de preferência pares que não se conheçam muito bem. Cada par deve juntar costas com costas. O líder deve dar início a uma contagem (até dez) neste período de contagem cada par deve procurar sentar-se no chão, sem nunca perder o contacto costas com costas, com o colega. Numa segunda fase terão de fazer o mesmo para se levantar. Nunca poderão procurar outro apoio que não as costas do colega. Para tal, cada par terá de encontrar o seu ponto de equilíbrio.

33. ONDE ANDAS**Competências**

Trabalho equipa, responsabilidade

Público-alvo e Nº de Participantes

Min. 7

Materiais e Recursos Físicos

Sala ampla.

Desenvolvimento

São escolhidos dois voluntários. Os dois são vendados devendo combinar um som pelo qual se identificam e com o qual irão comunicar. Devem posteriormente dispersar-se pela sala, por entre os restantes elementos do grupo. O par terá de se encontrar novamente, apenas orientando-se pelo som que definiram. O restante grupo tem como papel dificultar a tarefa do par vendado.

34. ESTÁTUA**Competências**

Criatividade, Relacionamento Interpessoal

Público-alvo e Nº de Participantes

Min. 7

Materiais e Recursos Físicos

Sala ampla.

Desenvolvimento

Um elemento do grupo é convocado para fisicamente representar alguma ideia ou tema, a este devem-se ir juntado os restantes elementos de forma a completar a estátua, construindo um quadro coletivo.

O líder pode pontualmente, convocar um elemento da estátua para “sair” e vir observar o conjunto, propondo possíveis leituras ou alterações.

35. ESCULTOR**Competências**

Criatividade, Relacionamento Interpessoal.

Público-alvo e Nº de Participantes

Min. 5

Materiais e Recursos Físicos

Sala ampla

Desenvolvimento

O grupo é dividido em pequenos grupos de cerca de 4 a 5 elementos. Em cada grupo é definido um líder/escultor que terá de recorrendo a corpo dos colegas enquanto matéria “modelar” uma escultura. Poderá ser definido um tema para as esculturas.

36. FAZ DE CONTA QUE A CADEIRA É...**Competências**

Criatividade

Público-alvo e Nº de Participantes

Min. 5

Materiais e Recursos Físicos

Uma cadeira

Desenvolvimento

O grupo é disposto em círculo. No centro está colocada uma cadeira vazia. O líder começa por escolher um objeto (sem revelar ao grupo) fazendo uso e agindo como se essa cadeira fosse o objeto selecionado. O grupo terá de adivinhar de que objeto se trata. Todos os participantes deveram executar o exercício escolhendo diferentes objectos.

37. POLÍCIA E LADRÃO

Competências
Concentração

Público-alvo e N° de Participantes
Min. 5

Materiais e Recursos Físicos
--

Desenvolvimento

O líder começa por distribuir os papéis no grupo. Em segredo é eleito um polícia, um ladrão e as vítimas. O objetivo é que com um sinal, piscar de olhos, o ladrão vá eliminando as vítimas. O polícia terá de descobrir quem é o ladrão. Sempre que uma vítima é eliminada terá de dizer em voz alta “morri”. Quem ganha distribui os papéis na ronda seguinte.

38. MIMICA

Competências
Criatividade.

Público-alvo e N° de Participantes
Min. 5

Materiais e Recursos Físicos
--

Desenvolvimento

Segundo um tema, por exemplo, universo de filmes, um voluntário começa por mimetizar o título escolhido de forma a que o restante grupo adivinhe. Quem adivinhar vai ao centro e o jogo continua. A temática deve ser adaptada ao grupo.

39. MIMICA O TEU DIA

Competências
Criatividade.

Público-alvo e N° de Participantes
Min. 7

Materiais e Recursos Físicos
Sala ampla.

Desenvolvimento

Em simultâneo, cada elemento do grupo terá de representar, através do movimento, a rotina de um dia da sua semana. Não pode para tal usar a palavra e deve evitar fazer sons. O líder vai dando as indicações das horas do dia, para que cada um representa o que habitualmente faz por essa hora.

Pode posteriormente pedir-se para que cada um faça o mesmo exercício mas representando o que gostaria de fazer. Pode ainda condicionar-se o exercício, delimitando o espaço onde os participantes se podem mover, confrontando as actividades de cada um mas limitando o contacto entre cada participante. .

40. OBJECTO IMAGINÁRIO

Competências
Criatividade

Público-alvo e N° de Participantes
Min.7

Materiais e Recursos Físicos
--

Desenvolvimento

Em círculo, os participantes passam entre si um objeto, por exemplo, uma cadeira ou uma mochila. Numa segunda ronda devem repetir o exercício mas agora sem o objeto real, imaginando apenas a sua forma, o seu peso, etc. Nas rondas seguintes, podem introduzir-se outros objetos. Variando formas, pesos, utilizações, etc.

41. BOMBORDO ESTIBORDO

Competências

Concentração, trabalho de equipa

Público-alvo e Nº de Participantes

Min. 5/Máx. 20

Materiais e Recursos Físicos

Sala ampla

Desenvolvimento

Um participante irá para o centro da sala e os restantes estarão sentados em círculo, numa cadeira. O jogo começa com elemento no centro do círculo a dar indicações, “bombordo”, todos os participantes passam para a cadeira à sua esquerda. “Estibordo” todos os participantes devem passar para a cadeira à direita. Enquanto o grupo troca de lugares o participante no centro deve procurar um lugar para se sentar, deixando outra pessoa sem lugar ir ao centro, se não conseguir mantém-se no centro a dar indicações. Pode ainda introduzir-se a indicação “tempestade” e todos terão de trocar de lugares aleatoriamente.

42. FAZ O QUE EU DIGO

Competências

Concentração, trabalho de equipa

Público-alvo e Nº de Participantes

Min. 5/Máx. 20

Materiais e Recursos Físicos

Sala ampla

Desenvolvimento

O líder dá instruções para grupo fazer o que ele diz e não o que ele faz. Posteriormente começa a colocar as mão em diferentes parte do corpo repetindo em voz alta o gesto que executa. Exemplo “mãos na barriga”. A ideia é aleatoriamente executar um gesto diferente da ordem vocal de forma a tentar confundir os participantes.

O mesmo jogo poderá ser jogado de forma inversa “FAZ O QUE EU FAÇO”



GRUPO PRÁTICA REPORTÓ- RIO APRE- SENTAÇÃO

1. PERGUNTA RESPOSTA

Competências
Saber-ouvir

Público-alvo e Nº de Participantes
Min. 5/Máx. 20

Materiais e Recursos Físicos
Sala ampla.

Desenvolvimento

Grupo disposto em círculo. O líder executa um ritmo de percussão corporal esperando que o grupo repita. O nível de complexidade rítmica e de dificuldade de execução deverá aumentar com o desenrolar do exercício.

2. PASSA A PALMA A TEMPO

Competências
Concentração

Público-alvo e Nº de Participantes
Min. 5/Máx. 20

Materiais e Recursos Físicos
Sala ampla.

Desenvolvimento

Grupo disposto em círculo. Todo o grupo terá de manter um tempo (pulsção). O líder começa por lançar uma palma para o participante à sua direita (ou à sua esquerda) esta palma deve ser passada por cada elemento do grupo, batida sempre a tempo. O grupo deve conseguir passar a palma de forma fluída e sem interrupções, atingindo um ritmo regular. Assim que o grupo dominar essa fase do jogo o líder poderá complexificar o jogo atribuindo novas regras. Exemplo, duas palmas seguidas pelo mesmo participante trocaria o sentido do jogo.

3. PERCUSSÃO CORPORAL VÁRIOS SONS

Competências
Concentração, Saber-ouvir

Público-alvo e Nº de Participantes
Min. 5/Máx. 20

Materiais e Recursos Físicos
Sala ampla.

Desenvolvimento

Grupo disposto em círculo. Pretende que sejam explorados vários sons de percussão corporal de forma demonstrativa, sugerindo e incentivando a experimentação pelos participantes. Palma agudas, palmas graves, palmas de dois dedos, mão no peito, mão na perna, perna no chão, estalar de dedos, fricção, etc.... Numa segunda fase criar texturas com todos estes sons e pedir as participantes para imaginar cenários ou momentos onde se podiam ouvir sons semelhantes.

4. RITMO TUM TUM TUM

Competências
Concentração, trabalho de equipa

Público-alvo e Nº de Participantes
Min. 5/Máx. 20

Materiais e Recursos Físicos
Sala ampla, instrumentos formais

Desenvolvimento

Com o objetivo de potenciar a prática musical e criar uma unidade entre os vários grupos/oficinas criaram-se juntamente com os participantes, durante o primeiro ano de projeto um conjunto de 5 ritmos. A sua aprendizagem passa numa primeira fase pela vocalização do ritmo, de forma a ser compreendida por todos. Na segunda fase passa pela sua execução na forma de percussão corporal, de forma a apreender o ritmo e exercitar a coordenação motora. Terceira etapa a percussão em instrumentos informais com o uso de baquetas. São também ritmos usados nos momentos de reunião dos vários grupos, por exemplo, nas mostras TUMTUMTUM ou paradas.

5. TEXTURAS E DINÂMICAS

Competências

Concentração, saber-ouvir, criatividade

Público-alvo e N° de Participantes

Min. 5/Máx. 20

Materiais e Recursos Físicos

Sala ampla, instrumentos formais e informais

Desenvolvimento

Assumindo uma disposição em que cada participante dispõe de um instrumento e que o líder está visível para todos. O líder explora sons individuais de cada participante com seu instrumento, de seguida junta todo o grupo com o objectivo de criar várias “massas” sonoras diferentes, estabelecendo um código de sinais que permita orquestrar todas as “massas” de som. Código de sinais será aplicado inicialmente pelo líder que poderá controlar por exemplo, identificar os diferentes sons ou “massas”, início, fim, dinâmica, intensidade etc. Numa segunda fase será possível propor aos participantes assumirem o papel de líderes.

6. SINAIS MUSICAIS

Competências

Concentração, saber-ouvir, criatividade

Público-alvo e N° de Participantes

Min. 5/Máx. 20

Materiais e Recursos Físicos

Sala ampla, instrumentos formais e informais

Desenvolvimento

Assumindo uma disposição em que cada participante dispõe de um instrumento e que o líder está visível para todos. O líder explora sons individuais de cada participante com seu instrumento, explora esses sons separadamente ou em unísono, estabelecendo um código de sinais. Código de sinais será aplicado inicialmente pelo líder que poderá controlar por exemplo, identificar os diferentes sons ou, ataque, sequência, intensidade etc. Numa segunda fase será possível propor aos participantes assumirem o papel de líderes.



GRUPO PRÁTICA REPORTÓ- RIO APRE- SENTAÇÃO

1. INVENTA UM RITMO, TODOS REPETEM

Competências
Concentração

Público-alvo e Nº de Participantes
Min. 5/Máx. 20

Materiais e Recursos Físicos
Sala ampla, instrumentos formais e informais.

Desenvolvimento

Este jogo pode ser executado utilizando a percussão corporal ou utilizando instrumentos.

O líder estabelece uma ordem onde um participante executa um ritmo e todos os outros repetem de seguida o mesmo ritmo em uníssono. Na sequência da mesma dinâmica o líder deverá propor dois ou mais pequenos grupos para replicarem os diferentes ritmos executados inicialmente pelos participantes de forma a construir um peça musical.

2. ERA UMA VEZ UM RITMO

Competências
Concentração

Público-alvo e Nº de Participantes
Min. 5/Máx. 20

Materiais e Recursos Físicos
Sala ampla, instrumentos formais e informais.

Desenvolvimento

À semelhança do jogo “Era uma vez...” (Fase de Grupo) O objetivo do jogo será compor frases rítmicas. Deste modo, um participante começa por produzir uma nota ou executar um ritmo simples, o participante seguinte, dando continuidade, reproduz a nota ou ritmo anterior acrescentando algo e por aí sucessivamente. Este jogo pode ser executado utilizando a percussão corporal ou utilizando instrumentos. Em grupos de maior dimensão é importante reforçar a produção de ritmos simples para que não se torne demasiado complexo reproduzir a frase completa.

3. ACRESCENTA ALGO

Competências
Concentração

Público-alvo e Nº de Participantes
Min. 5/Máx. 20

Materiais e Recursos Físicos
Sala ampla, instrumentos formais e informais.

Desenvolvimento

Este jogo pode ser executado utilizando a percussão corporal ou utilizando instrumentos. O líder estabelece uma ordem onde um participante executa um ritmo, de seguida o próximo participante acrescenta algo de forma a completar anterior, a dinâmica segue até todos os elementos participarem no ritmo com os seus acrescentos. Com grupos com mais de 5 participantes explorar a ideia de simplicidade, menos é mais.

4. SORTEIO

Competências
Concentração, trabalho de equipa

Público-alvo e Nº de Participantes
Min. 5/Máx. 20

Materiais e Recursos Físicos
Sala ampla, instrumentos formais e informais.

Desenvolvimento

Distribuir os diferentes instrumentos pela sala. Atribuir a cada participante um instrumentos de forma aleatória (sorteio). Atribuir um período (10 min) de tempo para que com aquela distribuição se concretize uma textura musical ou peça. Após registro do resultado o líder realiza um novo sorteio de forma a concretizar uma nova textura musical ou peça.

5. MELODIAS E RITMOS

Competências

Concentração, trabalho de equipa

Público-alvo e N° de Participantes

Min. 5/Máx. 20

Materiais e Recursos Físicos

Sala ampla, instrumentos formais e informais.

Desenvolvimento

No caso de grupos maiores aconselha-se um trabalho em dois grupos menores. A cada grupo é pedido que escolham ou criem uma melodia e/ou um ritmo. Antecipadamente devem ser explicados ambos os conceitos. É dado algum tempo para praticarem em conjunto o ritmo escolhido.. Após o tempo definido para o ensaio, cada grupo apresenta a sua composição. Por fim, poderão ser reproduzidas as duas músicas em conjunto.

6. PAUTA HUMANA

Competências

Concentração, trabalho em equipa.

Público-alvo e N° de Participantes

Min. 5/Máx. 20

Materiais e Recursos Físicos

Sala ampla, instrumentos formais e informais.

Desenvolvimento

Grupo disposto em círculo. Selecionar entre 5 a 10 voluntários. Cada voluntário é convidado a criar/executar um ritmo simples. De forma o todos os participantes decorarem o ritmo de cada voluntário criamos uma dinâmica de pergunta resposta, até os ritmos estarem bem consolidados. Numa segunda fase, assume-se que os voluntários são uma “pauta” onde o ritmos de cada voluntário é tocado uma vez. De seguida pode-se trocar a ordem dos voluntários e criar uma novas sequências rítmicas. Numa fase inicial esta dinâmica deverá ser feita com percussão corporal e numa segunda com instrumentos

7. PENSA RÁPIDO

Competências

Concentração, trabalho de equipa

Público-alvo e N° de Participantes

Min. 5/Máx. 20

Materiais e Recursos Físicos

Sala ampla, instrumentos formais e informais.

Desenvolvimento

Em roda, um elemento começa por fazer um ritmo, da sua escolha, o restante grupo depois de ouvir o ritmo, deve acompanhá-lo, reproduzindo o mesmo ritmo. O maestro deve então escolher uma outra pessoa para escolher um novo ritmo que o restante grupo deve seguir. Se um elemento for escolhido, tendo já sido maestro anteriormente, deve reproduzir o mesmo ritmo que fez antes.

No final, o líder poderá, se assim fizer sentido, sugerir uma composição combinando diferentes ritmos executados. Numa fase inicial esta dinâmica deverá ser feita com percussão corporal e numa segunda com instrumentos

8. PRETO E BRANCO

Competências

Concentração, trabalho de equipa

Público-alvo e N° de Participantes

Min. 5/Máx. 20

Materiais e Recursos Físicos

Baldes médios ou agudos e baldes graves.

Desenvolvimento

O grupo apresenta-se dividido em dois naipes, um com instrumentos agudos e um de instrumentos graves um de baldes pretos . A cada grupo é solicitado que crie um ritmo, sendo que, os graves deverão produzir um ritmo mais lento e os baldes brancos um ritmo mais rápido. Depois de ensaiados os ritmos em cada grupo, juntam-se os grupos de forma a ensaiar em conjunto.

