

## Kit Pedagógico - GenderABC

### Autores/as

Isma Benboulbakh (End FGM European Network)  
Sónia Breda (APF)  
Sónia Duarte Lopes (APF)  
Valentina Fanelli (AIDOS)  
Monica Pasquino (AIDOS)  
Susana Vicente Andueza (Médicos del Mundo)  
TERRE DES FEMMES e.V., Human Rights for Women

### Tradução

Helena Isabel Vieira

### Revisão

Sónia Breda  
Sara Duarte

### Coordenação e edição final

Isma Benboulbakh (End FGM European Network)

### Produzido por

End FGM European Network

### Em cooperação com

AIDOS – Associazione Italiana Donne per lo Sviluppo (Itália)  
APF – Associação para o Planeamento da Família (Portugal)  
Médicos del Mundo (Espanha)  
TERRE DES FEMMES (Alemanha)

### Consultoria

Barbara Chiavarino (The Project Player)  
Alessandra Petronio (The Project Player)

### Contributos específicos

Cianán B. Russell (ILGA-Europe)

### Coordenação gráfica

Ophélie Masson (End FGM European Network)

### Design gráfico

Ana Mingatos

### Cofinanciado por

União Europeia, Direção-Geral de Justiça e Consumidores da Comissão Europeia, Programa “Direitos, Igualdade e Cidadania 2014-2020” – no âmbito do Projeto “Gender ABC”, REC-AG-2017/REC-RDAP-GBV-AG-2017.



Cofinanciado pelo  
Programa Direitos,  
Igualdade e Cidadania  
da União Europeia

**Primeira edição, 2019**  
**Bélgica, Bruxelas**

Os direitos de autor desta publicação são detidos pela End FGM European Network. Nenhuma parte desta publicação pode ser reproduzida ou transmitida para fins comerciais de qualquer forma ou por qualquer meio, sem a permissão por escrito da End FGM European Network. A reprodução dos conteúdos desta publicação está autorizada apenas para fins educativos não comerciais e na condição de que a fonte seja devidamente citada.



Programa Pedagógico  
para Escolas do Ensino  
Básico e Secundário

## Metodologia Geral

Metodologia Geral para a  
implementação do projeto GenderABC.

*O conteúdo desta publicação reflete a opinião dos/as autores/as e é de sua exclusiva responsabilidade. A Comissão Europeia declina qualquer responsabilidade pela utilização que possa ser feita da informação contida nesta publicação.*  
Projeto nº 810148



A **End FGM European Network** (Rede Europeia END FGM) é uma rede de 21 organizações nacionais que trabalham em 12 países europeus e são especialistas em Mutilação Genital Feminina (MGF). A End FGM UE funciona como um ponto de encontro para comunidades, organizações da sociedade civil, responsáveis pelas tomadas de decisão e outros agentes relevantes a nível europeu para interagir, cooperar e unir forças para pôr fim a todas as formas de MGF na Europa e no mundo. Colocamos no centro do nosso trabalho vozes de base para influenciar os governos europeus e responsáveis pelas decisões políticas a trabalhar para a eliminação da MGF. Trabalhamos desenvolvendo a capacidade das nossas organizações-membro, abrindo espaço à partilha de conhecimentos e desenvolvimento de parcerias.



Itália

A **AIDOS** trabalha para construir, promover e proteger os direitos, dignidade, bem-estar, liberdade de escolha e empoderamento de mulheres e raparigas/meninas através de programas em quatro áreas específicas: saúde e direitos sexuais e reprodutivos; empoderamento económico; direito à educação; e capacitação. A associação tem vindo a implementar projetos de educação e formação há décadas na Europa (Itália), África, Ásia e América Latina com uma abordagem participativa sensível ao género e à cultura de cada local, que permite envolver todas as pessoas e organismos relevantes (alunos/as, famílias, professores/as, instituições).



Portugal

A **APF (Associação para o Planeamento da Família)** promove a saúde, as escolhas e os direitos para a igualdade de oportunidades em Portugal, desde 1967. Tem como missão: “ajudar as pessoas a fazer escolhas livres e responsáveis na sua vida sexual e reprodutiva”. A APF é uma organização voluntária composta por membros individuais e coletivos. A APF é membro da IPPF – International Planned Parenthood Federation, a maior agência internacional na área da Saúde e Direitos Sexuais e Reprodutivos. A APF é também membro da EuroNGOs e da Euronet FGM.



Espanha

**Médicos Del Mundo (Mdm)** é uma ONG nacional que se foca no papel do acesso à saúde para todos/as. Colabora a nível nacional e regional com outras organizações que atuam em estreita ligação com comunidades migrantes, em 14 das 17 regiões de Espanha, com programas sobre MGF em 6 dessas regiões. Enquanto organização de saúde, a Mdm articula com os serviços nacionais e regionais de saúde e desenvolve um trabalho relevante com as comunidades migrantes, através de equipas de mediadores/as interculturais.



Alemanha

**TERRE DES FEMMES (TDF)** é a maior organização de direitos das mulheres da Alemanha. A sua intervenção incide principalmente em questões de direitos de mulheres e raparigas em áreas de violência de género, como tráfico de mulheres, casamentos forçados, crimes de honra, violência doméstica e sexual e mutilação genital feminina, entre outras.

## INTRODUÇÃO

O programa pedagógico **GenderABC** inclui: 12 módulos para Escolas do 3º Ciclo/ Ensino Secundário; 6 módulos para Escolas do 1º e 2º Ciclo; e 1 módulo sobre avaliação de risco para os/as profissionais das Escolas.

O programa foi desenvolvido e promovido pela End FGM EU Network em 2018/2019, no âmbito do projeto “**GenderABC**” e implementado pela AIDOS (Itália), APF (Portugal), Médicos del Mundo (Espanha) e Terre des Femmes (Alemanha), sendo co-financiado pela União Europeia no âmbito do Programa “Direitos, Igualdade e Cidadania 2014-2020”.

Ao desenvolver e implementar módulos de educação em escolas na Alemanha, Espanha, Itália e Portugal, o projeto visa estabelecer a confiança entre os/as colegas de turma, promovendo relacionamentos saudáveis dentro e fora da sala de aula. Simultaneamente, visa fomentar a compreensão dos/as jovens sobre os estereótipos de género e as normas sociais, esclarecê-los/as sobre o tema da violência de género e, desta forma, influenciar as suas escolhas para o futuro, ao nível educacional, privado e profissional. Além disso, o projeto visa melhorar as competências de análise dos/as alunos/as e o pensamento crítico sobre a desigualdade de género, sobre estereótipos e papéis de género e causas profundas da violência de género; pretende-se, no fundo, aumentar a confiança dos/as jovens em falar sobre estas questões.

Além de atuar nas escolas, o projeto também estabelece uma ponte com as famílias, as comunidades e os serviços locais de apoio, com o intuito de desenvolver um ambiente contentor, securizante e potencializador das aprendizagens.

Os módulos propõem ao/à participante percorrer uma jornada através de temas que são relevantes para **compreender e prevenir a violência de género**, em conjunto com as organizações parceiras, todas com amplo conhecimento e experiência no combate à violência de género, nas suas mais diversas formas.

O presente documento destaca alguns princípios gerais que são semelhantes em todos os módulos e que guiam a ação das entidades parceiras durante a implementação do programa.

Os conteúdos são **apresentados e analisados pelos/as participantes, adolescentes e crianças**; assim, eles/elas podem perceber como as questões de género funcionam em diferentes contextos, na família, no seu meio social e na escola. Sempre com uma abordagem participativa, os/as participantes aprendem a reconhecer as desigualdades de género (e/ou questões de género), a encontrar modelos positivos, a usar as ferramentas de TIC e os canais sociais, a empoderar a sua liderança pessoal para prevenir e combater a violência de género, tornando-se, assim, agentes de mudança positiva.

A abordagem proposta pelo programa pretende ser um treino flexível, interativo e centrado nos/as alunos/as. Prevê o envolvimento dos/as participantes num processo de mudança de atitudes, de aprendizagem em grupo e de aquisição ativa de competências, abrangendo uma variedade de métodos interativos de aprendizagem, tais como apresentações em plenário, exercícios, dramatizações/role plays e estudos de casos concretos (por vezes baseados nas experiências individuais dos/as alunos/as), tornando os conteúdos relevantes para os mais diversos contextos e colmatando necessidades.

Para garantir o uso do vocabulário adequado, os/as educadores/as são convidados/as a ler o **glossário** do programa e a consultá-lo sempre que necessário.



## Como atuar como educador/a

O programa inclui **dois módulos obrigatórios**: um sobre “Normas Sociais e Estereótipos de Género”; e outro sobre “Violência de Género”. Estes dois módulos devem integrar o programa pedagógico de toda e qualquer turma. Os outros módulos são complementares: os/as educadores/as são livres de escolher o que querem implementar – respeitando a decisão da equipa de projeto e das escolas – e de acordo com o tempo e recursos que têm à disposição, o contexto específico em que estão a atuar, as suas atividades e a avaliação das necessidades dos/as participantes.

De notar que todos os módulos estão intimamente relacionados entre si, pelo que importa relacionar cada atividade com os conteúdos previamente trabalhados ou com aqueles que serão trabalhados no futuro.

Se possível, os/as educadores/as devem implementar em primeiro lugar o módulo “Dinâmicas de Grupo” a fim de promover a conexão e cooperação entre os/as participantes.



Cada módulo inclui uma série de atividades. Os/as educadores/as podem selecionar as atividades que consideram mais relevantes para o grupo, de forma a alcançarem os objetivos de aprendizagem do módulo. Para orientar os/as educadores/as na seleção, as atividades são classificadas de uma a três estrelas (sendo que três “estrelas” designam as atividades mais recomendadas).

Ao implementar os módulos obrigatórios (i.e., “Normas Sociais e Estereótipos de Género” e “Violência de Género”), os/as educadores/as têm também atividades obrigatórias (identificadas por 3 estrelas) nestes módulos. Podem escolher outras atividades, desde que as atividades de 3 estrelas dos módulos obrigatórios sejam implementadas.

Todas as atividades propostas neste programa pedagógico, devem ser implementadas com uma abordagem participativa, interativa, não-confrontativa e centrada no/a aluno/a. Como tal, deve ser dada especial atenção à criação de um ambiente colaborativo entre os/as participantes; em que as experiências tenham impacto e a diversidade seja um recurso impulsionador de todo o grupo para novas consciências, competências, padrões cognitivos e comportamentais – visando, sempre, interiorizar os temas e alcançar, pelo envolvimento, o conceito de igualdade de género, promovendo a prevenção e resposta à violência de género.

O papel do/a educador/a é atuar como facilitador/a, encorajar a introspeção, a partilha e a discussão entre o grupo num lugar seguro. É sugerido que **os/as educadores/as contactem com os/as participantes de forma empática e sem censura ou julgamento**. Como figura adulta, devem adotar, sempre, uma atitude positiva e aberta em relação ao diálogo.

Desta forma, os/as educadores/as são encorajados/as a **fazer uso de linguagem inclusiva** – i.e., a falar e a escrever de uma forma que não discrimine sexo, género social, identidade de género, etnia ou religião e não perpetue estereótipos de género ou racismo. Por exemplo, a forma masculina não deve ser usada para incluir homens e mulheres em línguas onde substantivos e adjetivos não são neutros; devem ser evitadas também palavras como “Homem” (em vez de ser humano), ou “políticos” (em vez de classe política), quando usadas para descrever um grupo que também incluía mulheres ou raparigas. Para **evitar o binário de género**, sempre que possível, os/as educadores/as são encorajados/as a absterem-se de assumir o género das pessoas e fazer uso de substantivos neutros (como “pessoa”, “indivíduo”, “ser humano”).

Os/as **educadores/as** devem **garantir que cada participante se sinta à vontade** e não tenha a impressão de estar a ser forçado/a a revelar sentimentos, emoções ou informações pessoais que não esteja disposto/a a partilhar.



## Como organizar a sala

Para criar um ambiente participativo e interativo, sugere-se organizar a sala sem mesas, com as cadeiras dispostas em círculo.



## Como iniciar a atividade

Antes do início da atividade, encorajamos fortemente o uso de uma ou mais atividades energizantes (*energisers*) para começar com um ambiente descontraído e humor (veja “atividades energizantes” no final desta secção).

É importante redigir um **“acordo de confiança”** com o grupo (ver o módulo “Dinâmicas de Grupo”) e convém que esta seja a primeira atividade (ou uma das primeiras atividades) do grupo. O objetivo deste “acordo de confiança” é fornecer informações aos/às participantes sobre o programa em que irão estar envolvidos/as, mas também escrever as regras a serem seguidas: respeitar a opinião do/a outro/a; não divulgar as informações privadas partilhadas durante as atividades; reconhecer e valorizar que todos/as somos diferentes, valiosos/as e talentosos/as; escutar um/a ao/à outro/a e falar só quando é a nossa vez. Dar espaço a todos/as para expressar a sua opinião e não interromper os/as outros/as é essencial. Às vezes, pode ser útil usar um *“talking stick”* (i.e., um objeto “totem da palavra”, tal como uma vara, pau ou outro objeto que dá o poder exclusivo da palavra a quem o detenha no momento); assim, o/a participante só pode falar quando tem o objeto designado na mão, o que ajuda a respeitar a palavra de todos/as.

Se as regras acordadas forem escritas num cartaz (folha de *flipchart*) e afixadas na parede, torna-se mais fácil para os/as educadores/as lembrar ao grupo que todos/as são responsáveis por cumpri-las, na eventualidade de, ao longo do programa, haver alguém que não o esteja a fazer.

Se uma **metodologia específica** for necessária para a implementação de alguma atividade, isso é detalhado no módulo em que se insere – como é o caso do “Teatro do Oprimido” no módulo de “Empoderamento e Comunicação Eficaz”.



## Como promover a aprendizagem




As atividades são baseadas num ciclo de aprendizagem com cinco fases, destinadas a promover a compreensão e a empatia nos/as participantes:

- 1) Vivenciar (experiências pessoais, partilha de ideias).
- 2) Relatar (avaliar e falar sobre as atividades).
- 3) Refletir (sobre conceitos abordados nas atividades).
- 4) Generalizar (conectar atividades ao “mundo real” e à vida quotidiana).
- 5) Aplicar (os/as participantes agem e reforçam novos conhecimentos, competências e atitudes).

Esta metodologia de aprendizagem à base da experiência permite que os/as participantes desenvolvam e modifiquem conhecimentos, competências, atitudes e valores num ambiente seguro, desafiante e divertido.

É possível que nem todas as fases sejam abordadas durante a implementação de cada atividade, porém a maioria das atividades incluem reflexão (em pares ou em pequenos grupos), **construção coletiva de conhecimento e um debate em plenário**.

Além disso, os/as educadores/as devem ter em mente que existem diferentes estilos de pensamento e de aprendizagem:

-  **Os/as alunos/as visuais** tendem a representar o mundo em imagens, lembram-se mais daquilo que veem.
-  **Os/as alunos/as auditivos/as** lembram-se mais daquilo que ouvem.
-  **Os/as alunos/as cinestésicos/as** tendem a lembrar-se das coisas através de sentimentos, físicos e emocionais.

Na prática, todos/as nós usamos uma combinação de diferentes formas de aprender e pensar. Cada participante, e cada grupo de participantes, é diferente e apresenta diferentes necessidades e diferentes estilos de aprendizagem.

Se a atividade abordar uma temática em que há compilação de **informação específica no país** (ex. ciberviolência, mutilação genital feminina, etc.), é importante que os/as educadores/as estejam a par dos dados estatísticos e informações recentes para partilhar com o grupo.



## Como concluir a atividade (atividade de *follow-up*)

É crucial que, no final de cada atividade, seja dedicado tempo suficiente para a **sistematização/conclusões**. Nesta fase, os/as educadores/as devem incentivar a reflexão dos/as participantes sobre a atividade realizada e, se necessário, completar e esclarecer informações em falta, de forma a conduzir a conclusões. Nessa altura, será um bom momento para perguntar aos/às participantes como a atividade os/as fez sentir, perceber se correu bem e, possivelmente, entender se a atividade ajudou a produzir algumas mudanças positivas no grupo.

Assim, para cada atividade descrita nos módulos, deverá ser reservado, pelo menos, um tempo de reflexão (*follow-up*), para concluir a atividade. Sempre que haja tempo extra, recomenda-se que o/a educador/a o utilize em momentos de reflexão adicionais.



## Monitorização e avaliação

### Questionários para os/as Participantes:

Antes do início das atividades, todos/as os/as participantes devem preencher o Pré-Questionário de Avaliação de Conhecimentos (certifique-se que utiliza a versão correta – há uma versão para o 1º/2º Ciclo e outra para o 3º Ciclo/Ensino Secundário). O preenchimento do questionário pode ser previamente organizado em colaboração com o/a Diretor/a da turma ou, se não for possível, pode ser preenchido no início da primeira sessão. Se o questionário for preenchido no início da primeira sessão, dinamize um exercício rápido de quebra-gelo após o questionário, para ajudar a facilitar a transição para a primeira atividade.

Certifique-se de que os/as participantes não escrevem os seus nomes nas folhas.

Explique aos/às participantes que não há respostas certas, mas que devem responder da forma mais honesta possível.

Os/as participantes têm ao seu dispor um máximo de 20 minutos para completar o questionário.

O questionário deve ser preenchido individualmente, sem falar.

Se necessário, os/as participantes podem ter ajuda para ler as perguntas, mas não explique as perguntas.

Não discuta nem as perguntas nem as respostas após os/as participantes terem completado o questionário.

Se os/as participantes tiverem perguntas, explique que estão prestes a realizar algumas atividades, que fazem parte do projeto **Gender ABC**, e que novos conceitos irão ser debatidos e clarificados.

Após 20 minutos, recolha os questionários e guarde-os de forma segura e confidencial. Os questionários devem ser devolvidos à instituição responsável pelo projeto no seu país (i.e., a APF, no caso de Portugal).

Após a conclusão de todas as atividades do programa, todos/as os/as participantes devem preencher o Pós-Questionário de Avaliação de Conhecimentos (como referido anteriormente, certifique-se que utiliza a versão correta – há uma versão para o 1º/2º Ciclo e outra para o 3º Ciclo/Ensino Secundário). **Siga as mesmas instruções, referidas no pré-questionário, e aplique o pós-questionário.**

### Questionários para os Pontos Focais da Escola:

Ao aproximar-se o final do projeto em cada escola os/as Pontos Focais da Escola preenchem os Questionários Pós-Atividade. Por favor, guarde os questionários preenchidos de forma segura e confidencial e devolva-os à instituição responsável pelo projeto no seu país (i.e., a APF, no caso de Portugal).

### Registo de Atividades:

O registo de atividade é realizado no final de cada atividade, seja esta uma reunião com autoridades locais e serviços de apoio, um evento de sensibilização ou uma sessão com jovens. Os/as educadores/as podem preencher o questionário do Relatório de Atividades em versão digital ou versão impressa. Para aceder à versão digital, use um smartphone ou portátil. Se não tiver acesso à versão digital, use a versão impressa e insira os detalhes na versão digital, posteriormente, quando tiver acesso online. É sempre melhor preencher o Relatório de Atividades o mais rápido possível após cada atividade, enquanto ainda está fresca na sua mente. O relatório de atividades consiste numa lista de verificação rápida e nunca deve levar muito tempo para ser concluído.



Anexo à Metodologia:

## Atividades Energizantes

## Secção I





### INTRODUÇÃO

#### 1. Objetivo

As atividades energizantes - *energisers* - ajudam a quebrar o gelo, ajudam a construir o grupo em si e a promover a comunicação. Seguem alguns exemplos.

Estes dois primeiros *energisers* são particularmente adequados para trabalhar a capacitação individual e a assertividade perante um grupo (inclusive se houver pressão de grupo).

#### 2. Lista de atividades

	 Nome da atividade	 Duração total	 Materiais	 Módulo mais adequado <sup>1</sup>
1	<b>Sim Sim Não</b>	10 minutos	• Espaço amplo	Empoderamento e Comunicação Eficaz
2	<b>Ande &amp; Pare</b>	20 minutos	• Espaço amplo (que permita os/as participantes deslocarem-se livremente)	Empoderamento e Comunicação Eficaz
3	<b>O vento sopra</b>	10 minutos	• Espaço amplo (que permita os/as participantes sentarem-se em círculo)	Todos os módulos

<sup>1</sup> O nome do/s módulo/s em que a atividade energizante contribui para alcançar os objetivos de aprendizagem.

## Secção II

### ATIVIDADES

#### Atividade I Sim Sim Não



##### Tempo total da atividade

10 minutos

Preparação: 4

Realização: 5

Follow-up: 1



##### Materiais

Espaço amplo

#### → CONTEXTO

Esta atividade faz parte do conjunto de exercícios do Teatro do Oprimido. Os/as participantes são convidados/as a **ver o mundo de cabeça para baixo** – a treinar o cérebro para a “desmecanização” – para que vislumbrem **diferentes percepções da realidade**. Destina-se a treinar a capacidade de pensar fora da caixa, a capacidade de questionar normas/comportamentos sociais pré-estabelecidos e prever diferentes opções/caminhos na vida.

Por exemplo, este *energiser* é adequado para preceder a atividade “As duas Revelações” do módulo “Empoderamento e Comunicação Eficaz”.

#### → INSTRUÇÕES

Dê as seguintes **instruções**:

“Esta sessão é sobre comunicação e capacitação. Vamos realizar alguns exercícios, e em cada exercício haverá regras. Por enquanto, a regra mais importante é: ninguém aqui é espetador/a, todos/as são atores/atrizes; todos/as seremos chamados/as a agir. Nesta sessão, assim como na vida, somos todos/as ativos/as, ninguém é passivo/a.

Então, vamos começar por aquecer a nossa voz! E preparem-se, pois entretanto, vai surgir uma reviravolta que nos ajuda a ver o mundo de cabeça para baixo; como ter diferentes percepções da realidade, para nos livrarmos de estereótipos – de ideias pré-estabelecidas – e mecanizações diárias.

#### Estão prontos/as?

*Quando eu disser “Rosa”, vocês dizem “Azul”.*

- Rosa Rosa Rosa (os/as participantes respondem: Azul Azul Azul)

(O/a educador/a procede com algumas variações, por exemplo, “Azul Rosa Azul”)

*Agora quando eu disser “Sim” vocês dizem “Não”.*

- Sim Sim Sim (os/as participantes respondem: Não Não Não)

(O/a educador/a procede com algumas variações, por exemplo, “Não Sim Não”)

*Agora vai ser mais difícil. Estão prontos/as?*

- Sim Rosa Não (os/as participantes respondem: Não Azul Sim)

(O/a educador/a procede com algumas variações com Sim/Não + Rosa/Azul)

*Fantástico! Agora ainda mais difícil, o desafio final: Quando eu disser “Masculino”, vocês dizem “Feminino”. Estão prontos/as?*

- Masculino Feminino Masculino (os/as participantes respondem: Feminino Masculino Feminino)

(O/a educador/a procede com algumas variações com Sim/Não + Rosa/Azul + Masculino/Feminino)

**“Fantástico! Uma salva de palmas para todos/as!”**

#### → REFLEXÃO

- Pode resumir, destacando a importância de desmecanizar o cérebro e permanecer aberto/a a novas formas de perceber o mundo.
- Se tiver tempo extra, introduza a dimensão da comunicação não verbal e proceda para o exercício “Ande & Pare”.



## Atividade 2 Ande & Pare



### Tempo total da atividade

20 minutos  
Preparação: 5  
Realização: 10  
Follow-up: 5



### Materiais

- Espaço amplo (que permita os/as participantes deslocarem-se livremente)

### → CONTEXTO

Esta atividade **treina ainda mais o cérebro para a desmecanização**, adicionando respostas não verbais.

### → INSTRUÇÕES

Peça aos/às participantes para se espalharem pela sala e dê as seguintes **instruções**:

- “Quando eu digo **ANDA**, vocês andam; quando eu digo **PARA**, vocês param. Lembrem-se de que ao parar, devem ‘congelar’, não se mexer, até nova ordem” (execute o exercício algumas vezes)
- A seguir, troque os comandos: “Agora o **ANDA** vai significar parar de andar e o **PARA** vai significar caminhar, ou seja, quando disser **PARA**, vocês andam; quando disser **ANDA**, vocês param” (execute o exercício algumas vezes)
- Em seguida, insira dois novos comandos: **NOME** e **PALMAS**. “Quando eu disser **NOME**, vocês dizem o vosso nome próprio; quando eu disser **PALMAS**, vocês batem palmas” (execute o exercício algumas vezes adicionando **ANDA/PARA**).
- Troque os últimos comandos de **NOME/PALMA**: “Agora, quando eu disser **NOME**, vocês batem palmas; quando disser **PALMAS**, vocês chamam o vosso nome” (execute o exercício algumas vezes)
- Eventualmente, pode inserir mais dois comandos: **SALTA** e **DANÇA**. “Quando disser **SALTA**, vocês saltam (dão um pulo); quando disser **DANÇA**, vocês dançam, sem sair do lugar onde estão” (execute o exercício algumas vezes fazendo uso de todos os comandos: **ANDA/PARA**, **NOME/PALMAS** e **SALTA/DANÇA**).

### → REFLEXÃO

No final do exercício, os/as educadores/as perguntam ao grupo:



- Como foi? Foi fácil/difícil?
- Porquê?
- Esclareça que este exercício expõe, curiosamente, o fato de que cada pessoa é influenciada por mecanizações e estereótipos relativos a uma determinada sociedade; e que o pensamento crítico (consciente e construtivo) é um meio de sair da caixa, superar as barreiras pré-estabelecidas e capacitar a si mesmo/a e aos/às outros/as.



### Atividade 3 O vento sopra



#### Tempo total da atividade

10 minutos  
Preparação: 2  
Realização: 6  
Follow-up: 2



#### Materiais

- Espaço amplo (que permita os/as participantes sentarem-se em círculo)

#### → CONTEXTO

Esta atividade é um quebra-gelo eficaz, que **ajuda as pessoas a conhecerem-se melhor**. Pode ser alegre e divertido, especialmente quando se descobrem factos interessantes sobre as outras pessoas, que não se esperava.

Prepare a sala colocando várias cadeiras em círculo, voltadas para dentro. Assegure que há uma cadeira para cada jogador/a, menos uma.

#### → INSTRUÇÕES

**Comece por liderar o exercício**, assumindo o papel de “Vento Grande que Sopra”. A partir do centro do círculo, com todos/as sentados/as, diga o seguinte:

“O Vento Grande sopra para todos/as que... \_\_\_\_\_”.

O espaço em branco deve ser preenchido com uma declaração. E qualquer um/a dos/as participantes que partilhe essa característica (incluindo a pessoa que lidera) deve levantar-se e encontrar rapidamente uma nova cadeira para se sentar. De cada vez que é lida uma declaração, todos/as têm de mudar de cadeira e não se podem sentar na cadeira imediatamente adjacente à sua cadeira. Na primeira parte do exercício, o educador faz de Vento e uma pessoa participante fica sempre sem cadeira, de pé.

**Na segunda parte do exercício**, quem fica no papel do Vento são os/as participantes e o educador entra no jogo como membro do grupo.

Este jogo é especialmente interessante quando os/as participantes usam declarações inesperadas ou engraçadas. Seguem algumas sugestões para declarações:

- O jogo pode começar com **declarações sobre factos simples**:
  - › quem tem cabelo comprido.
  - › quem já, alguma vez, vestiu calças de ganga.
  - › quem tem ténis calçados.
- O jogo continua com **declarações inesperadas ou engraçadas**:
  - › quem apanhou o autocarro para chegar até aqui.
  - › quem escovou os dentes esta manhã.
  - › quem adora comer pizza.
- No final (antes de deixar os/as participantes assumirem o papel do “vento sopra”), podem ser escolhidas **declarações sobre emoções, hábitos ou conhecimento mútuo**:
  - › quem tem cão.
  - › quem está feliz hoje.
  - › quem discutiu com algum membro da família na última semana.

#### → REFLEXÃO

- No fim, resuma e destaque o facto de termos muitos aspetos individuais comuns que podemos partilhar com pessoas diferentes.



