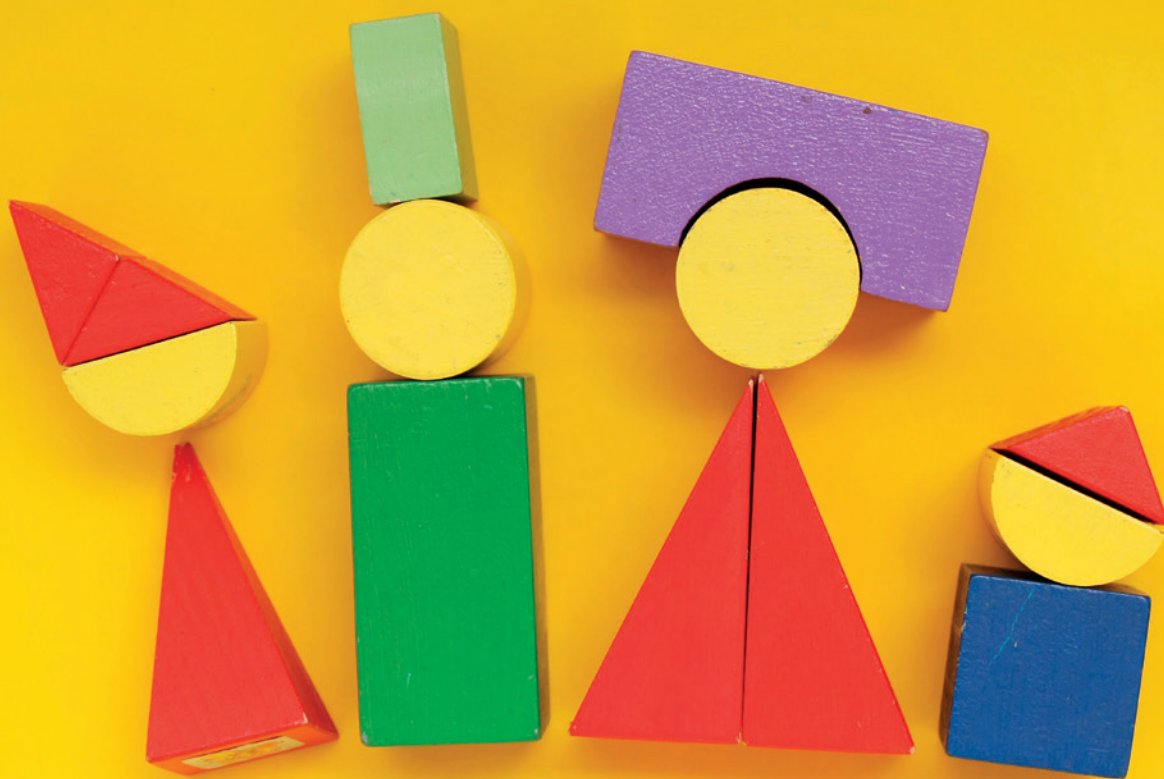


GRUPOS
aprender
brincar
crescer

DESAFIOS SEMANAIS



GRUPOS
aprender
brincar
crescer

DESAFIOS
SEMANAIS

MARÇO-JUNHO 2016

FICHA TÉCNICA

CONSÓRCIO

Playgroups for Inclusion – DGE, FCG, FBB, ISCTE-IUL, FPCEUC, ACM

Project supported by the European Union Programme
for Employment and Social Solidarity – PROGRESS (2007-2013)
under the grant agreement VP/2013/012/0577.

TÍTULO

Desafios Semanais. Grupos Aprender, Brincar, Crescer.
Playgroups for Inclusion

COORDENAÇÃO

Joana de Freitas-Luís, Lúcia Santos, Liliana Marques

AUTORIA

Vânia Fardilha, Sara Fernandes, Sónia Azevedo, Joana Moura,
Sandra Loureiro, Joana de Freitas-Luís

DESIGN

TVM Designers

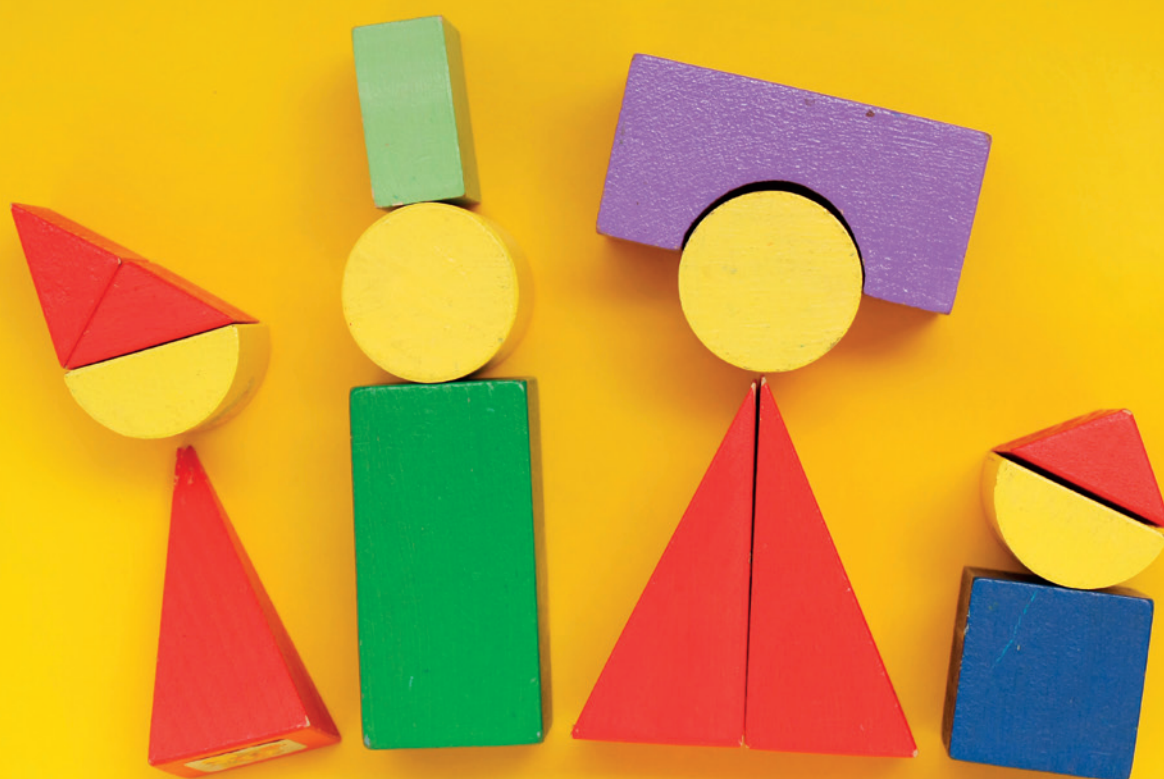
DATA: Maio 2018



Apoiado pela União Europeia
Programa para Emprego
e Solidariedade Social
PROGRESS (2007-2013)

NOTA INTRODUTÓRIA

Os desafios semanais apresentados foram realizados no âmbito da implementação do projeto-piloto *Playgroups for Inclusion* / Grupos Aprender, Brincar, Crescer (GABC) e tiveram como finalidade enriquecer o trabalho de intervenção dos monitores junto das crianças e cuidadores, participantes dos GABC.





ÍNDICE

I. EMAIL DE MOTIVAÇÃO	8
II. INÍCIO DOS DESAFIOS	9
Dinâmica do espelho	9
Dança das cadeiras	10
Canção: “As rodas do autocarro”	12
Dramatização história: “Os três porquinhos”	13
Jogo “Cumprimento”	14
Rima: “Arre burrinho!”	15
Canção: “Voa joaninha!”	16
Relaxamento ao som de um poema	17
Observa e conta	18
Mostra e conta	19
Jogo: A viagem de (...)	20
Contar história: “A lagarta comilona”	21
Dança da laranja	22
O lencinho	22
Bichinha gata	23
Lengalenga do vento	24
Três porquinhos pequeninos	26
Segue o chefe	27
Teatro de sombras	28
O escorrega	29
A flor amarela	30
O retrato	30
Dança Joana	31
História: “Corre, corre cabacinha”	32
Dinâmica do espelho	34
Cavalga com uma rima	35
Relaxar ao som de Mozart	36
Conta a história do teu GABC!	37
Pictionary do brincar	38
Bate as mãos comigo	39
Nomes a rimar	40
Quem conta um conto acrescenta um ponto	41
Usa o paraquedas	42
Dá vida à sessão	43
Comboio das canções	44
Anexo	45

I. EMAIL DE MOTIVAÇÃO

Este email inicial, na sua forma original, foi enviado pela equipa de coordenação, em consonância com a equipa de supervisão, para toda a equipa de monitores do projeto.

08.03.16 – DESAFIOS SEMANAIS

Preparadas? 3, 2, 1... Começou o Jogo!

Olá Equipa de Implementação dos Grupos Aprender, Brincar, Crescer!

Esperamos encontrar-vos a todos bem e motivados para, em companhia, darmos continuidade e levarmos mais além o projeto GABC – Grupos Aprender, Brincar, Crescer. Preparados para mais um desafio? Procurando dar continuidade às partilhas e reflexões vividas nos Encontros Regionais de Monitores e enquanto forma de dar resposta a algumas reflexões que têm vindo a surgir nas reuniões que têm estabelecido com as supervisoras, colocamos-vos um desafio.

Qual o desafio proposto?

Partilharemos convosco semanalmente propostas de dinâmicas de grupo/jogos/quebra-gelo (ver exemplo de *newsletter* em anexo I). Cada díade de monitores seleciona pelo menos duas dinâmicas e introduz as mesmas nas planificações semanais de cada Grupo, como um complemento daquilo que já se planeava fazer. A introdução destas propostas no Grupo necessita ser cuidada e refletida, ou seja, importa que seja feita de forma adaptada e considerando as especificidades dos diversos participantes.

Qual o nosso objetivo?

Pretendemos estar mais presentes e partilhar com a Equipa ferramentas que possam ser um contributo positivo para os nossos Grupos Aprender Brincar Crescer. Pretendemos dar resposta às necessidades e preocupações que muitas de vós já nos têm feito chegar. Algumas das propostas que partilharemos pretendem particularmente favorecer o envolvimento dos cuidadores nas sessões, na medida em que sabemos que nem sempre tem havido êxito nessa abordagem (apesar do esforço que todas temos vindo a fazer).

Como decorrerá o jogo?

A cada segunda-feira, cairá na caixa de correio um email com o desafio que a díade de monitores poderá ler e adequar a cada grupo específico.

Inspirem-se ...

Ficamos a aguardar com expectativa os vossos relatos sobre o Jogo.

Quebrar o gelo é o nosso apelo!

Preparadas?

3, 2, 1... Começou o Jogo!

AS VOZES DOS MONITORES FACE AO DESAFIO:

- **Contem connosco :)**
Diana Dono, GABC Aveiro, 8.03.2016
- **Desafio aceite, será ótimo!!! (...)**
Vera Varela, GABC Lisboa, 9.03.2016
- **Parece-me uma boa ideia que pode ajudar na prática!**
Sara Silva, GABC Lisboa, 9.03.2016
- **Boa ideia, a díade da Moita aguarda então por sugestões. obrigada pela partilha.**
Fátima Cardoso, GABC Setúbal, 10.03.2016

II. INÍCIO DOS DESAFIOS

A partir desta data os emails foram enviados pela equipa de supervisão, com CC à coordenação.

14.03.16 - DESAFIOS SEMANAIS

Olá Equipa de Implementação dos Grupos Aprender, Brincar, Crescer!

O jogo vai iniciar...

Preparadas?

DINÂMICA DO ESPELHO

Este desafio visa promover o sentido de pertença do grupo.

OBJETIVOS

- Estimular a observação e a concentração;
 - Estimular a criatividade.
-

O QUE SE SUGERE/VAMOS FAZER?

- Encoraja-se os cuidadores a darem asas à imaginação e a fazerem alguns gestos que serão imitados por outro cuidador ou outra criança.
-

PARA QUEM?

- Cuidador-Criança, Cuidador-Cuidador.

QUANDO?

- Introduzido no início da sessão.

QUANTO TEMPO?

- Dez minutos.
-

DANÇA DAS CADEIRAS

Este desafio favorece o envolvimento e a participação de todo o grupo na proposta.

OBJETIVOS

- Promover a cooperação entre todos os participantes;
 - Proporcionar momentos de descontração e prazerosos;
 - Estimular a criatividade.
-

MATERIAIS

- Cadeiras;
 - Autocolantes «Eu sou vencedor»
-

O QUE SE SUGERE/VAMOS FAZER?

- Colocar em forma de círculo um número de cadeiras inferior ao número de participantes.
 - Em seguida propõe-se um “objetivo comum”:
TERMINAR O JOGO COM TODOS OS PARTICIPANTES SENTADOS.
 - Coloca-se música e encoraja-se todos a dançar.
 - Quando a música é interrompida, todos devem sentar-se.
 - Os participantes podem sentar-se nas cadeiras, nos colos uns dos outros, ou de alguma outra maneira criada por eles.
 - Em seguida retira-se uma cadeira.
 - Ninguém sai do jogo e a dança continua.
 - As monitoras podem preparar previamente um selo a dizer «Sou um vencedor» para entregar a todos os participantes porque são todos vencedores.
 - As crianças mais pequenas e os bebés de colo, podem jogar permanecendo ao colo dos pais/cuidadores.
-

PARA QUEM?

- Cuidadores e crianças.

QUANDO?

- Introduzido no desenvolvimento da sessão.

QUANTO TEMPO?

- Quinze minutos.
-

CANÇÃO: “AS RODAS DO AUTOCARRO”

Este desafio procura favorecer o desenvolvimento da linguagem e a introdução de novo vocabulário.

OBJETIVOS

- Promover o desenvolvimento da linguagem;
 - Motivar a realização dos movimentos associados a cada ação.
-

MATERIAIS

- Imagens reais da roda, porta, autocarro, moedas, para-brisas, ou levar os objetos reais como uma buzina, moedas (dentro de um saco transparente), um pneu.
-

O QUE SE SUGERE/VAMOS FAZER?

- A monitora canta a canção acompanhada com gestos.
- Encoraja-se os participantes a cantarem e a imitarem os gestos.
- Como alternativa o monitor pode apresentar antes imagens ou objetos relacionados com a canção.

Letra:

*As rodas andam sempre à volta,
sempre à volta, sempre à volta
(girar o punho em volta um do outro)
As rodas andam sempre à volta
(girar o punho em volta um do outro)
No autocarro
O para-brisas limpa os vidros,
limpa os vidros, limpa os vidros
(balançar os braços de um lado
para o outro)
O para-brisas limpa os vidros
(balançar os braços de um lado
para o outro)
No autocarro
E a porta abre e fecha,
abre e fecha, abre e fecha
(abrir e fechar braços)
E a porta abre e fecha
(abrir e fechar braços)*

*No autocarro
As moedas fazem plim, plim, plim,
plim, plim, plim, plim, plim, plim
(fingir dar a moeda)
As moedas fazem plim, plim, plim
(fingir dar a moeda)
No autocarro
A buzina faz pi, pi, pi, pi, pi, pi, pi, pi
(fingir que toca na buzina)
A buzina faz pi, pi, pi,
(fingir que toca na buzina)
No autocarro
A gasolina faz glu, glu, glu, glu, glu,
glu, glu, glu, glu
(fingir que está a encher o depósito)
A gasolina faz glu, glu, glu
(fingir que está a encher o depósito)
No autocarro*

Link: <https://www.youtube.com/watch?v=GA0MxsOuPLo>

PARA QUEM?

- Cuidadores e crianças.

QUANDO?

- Introduzido no desenvolvimento da sessão.

QUANTO TEMPO?

- Vinte minutos.
-

DRAMATIZAÇÃO HISTÓRIA: “OS TRÊS PORQUINHOS”

OBJETIVOS

- Envolver ativamente os cuidadores na dinâmica da sessão;
 - Proporcionar um momento prazeroso e participativo na hora do conto às crianças.
-

MATERIAIS

- Um cesto;
 - Palha, paus, pedras;
 - Outros elementos para dar asas imaginação na construção de figuras (rolhas ou colheres de pau, tecidos diversos, tintas ...)
-

O QUE SE SUGERE/VAMOS FAZER?

- A monitora apresenta um cesto, com materiais relacionados com a história dos “Três porquinhos”, para incentivar os cuidadores e as crianças a realizarem uma dramatização da história.
 - Um cuidador narra a história, enquanto os restantes participantes dramatizam, usando os materiais do cesto.
 - Esta história pode ser substituída por uma outra que faça sentido para o grupo.
-

PARA QUEM?

- Cuidadores e crianças.

QUANDO?

- Introduzido no início da sessão.

QUANTO TEMPO?

- Vinte minutos.
-

Prontas? 3,2,1...

Partida!

Saudações GABC!

28.03.16 - DESAFIOS SEMANAIS

Olá Equipa de Implementação dos Grupos Aprender, Brincar, Crescer!
Preparados para mais uma semana de desafios?

JOGO: “CUMPRIMENTO”

Este desafio é um quebra-gelo.

OBJETIVOS

- Promover um momento de descontração entre os cuidadores;
 - Promover o conhecimento e diálogo entre cuidadores.
-

O QUE SE SUGERE/VAMOS FAZER?

- Ao som de uma música, encorajam-se os cuidadores a circularem livremente pela sala.
 - Sempre que a música parar, solicita-se a cada cuidador que se dirija a outro cuidador e nesse momento cumprimentar, dizendo um elogio, nomeando uma característica,
-

PARA QUEM?

- Cuidadores.

QUANDO?

- Por exemplo, introduzido no início da sessão.

QUANTO TEMPO?

- Dez minutos.
-

RIMA: “ARRE BURRINHO”

OBJETIVOS

- Promover a interação entre criança e cuidador;
 - Explorar diferentes através do movimento corporal.
-

O QUE SE SUGERE/VAMOS FAZER?

- Encoraja-se os cuidadores a sentarem-se no chão e a sentar a criança sobre os seus joelhos ou no seu regaço.
- Pede-se os cuidadores para segurar a criança pelas mãos ou encostada a si e balancear o corpo para cima e para baixo como se ela fosse a trote em cima do burrinho.
- Solicita-se aos cuidadores que experimentem diferentes ritmos como acelerar ou retardar o movimento corporal.

Rima:

<i>Arre burrinho</i>	<i>Arre burrinho</i>	<i>Arre burrinho</i>	<i>Arre burrinho</i>
<i>Para Azeitão,</i>	<i>Para São Martinho,</i>	<i>Para Loulé,</i>	<i>para Azeitão,</i>
<i>Carregadinho</i>	<i>Carregadinho,</i>	<i>Carregadinho</i>	<i>Que os meninos</i>
<i>De Feijão.</i>	<i>De pão e vinho.</i>	<i>De café.</i>	<i>já lá vão.</i>

(rima popular)

PARA QUEM?

- Cuidador-criança.

QUANDO?

- Por exemplo, introduzido no desenvolvimento da sessão.

QUANTO TEMPO?

- Dez minutos.
-

CANÇÃO: “VOA JOANINHA!”

OBJETIVOS

- Introduzir uma nova canção no grupo;
 - Encorajar a imitação dos movimentos.
-

O QUE SE SUGERE/VAMOS FAZER?

- Partilha-se com os participantes a letra da canção “Voa Joaninha” e incentiva-se a imitarem os movimentos enquanto se canta.

Letra:

<i>Olha a Joaninha</i>	<i>Eu tanto gostava</i>	<i>Olha a Joaninha</i>
<i>Vermelha pretinha</i>	<i>Poder apanhá-la</i>	<i>Vermelha pretinha</i>
<i>Que passa a vidinha</i>	<i>Mas ela é marota</i>	<i>Que passa a vidinha</i>
<i>A pousar na Flor.</i>	<i>E foge a voar!!!</i>	<i>A pousar na Flor.</i>

(canção popular)

VERTENTES

- Pode-se entregar aos participantes a letra numa pequena folha
 - Pode-se cantar a canção e depois acompanhar a letra com gestos.
 - Pode-se ensinar a canção acompanhando a letra com imagens.
-

PARA QUEM?

- Cuidadores e crianças.

QUANDO?

- or exemplo, introduzida no desenvolvimento da sessão.

QUANTO TEMPO?

- Cinco minutos.
-

RELAXAMENTO AO SOM DE UM POEMA

OBJETIVOS

- Proporcionar um momento de relaxamento aos participantes da sessão;
 - Sensibilizar os participantes para a diversidade musical e literária.
-

O QUE SE SUGERE/VAMOS FAZER?

- Encoraja-se os cuidadores e as crianças a se instalarem confortavelmente (deitados, sentados, recostados) e a relaxar.
- Coloca-se uma música clássica calma sem letra (Vivaldi, Tchaikovsky).
- Em jeito de rima, recita-se o poema.

Poema:

A BAILARINA

Esta menina

tão pequenina

quer ser bailarina.

Não conhece nem dó nem ré

mas sabe ficar na ponta do pé.

Não conhece nem mi nem fá

Mas inclina o corpo para cá e para lá

Não conhece nem lá nem si,

mas fecha os olhos e sorri.

Roda, roda, roda, com os bracinhos no ar

e não fica tonta nem sai do lugar.

Põe no cabelo uma estrela e um véu

e diz que caiu do céu.

Esta menina

tão pequenina

quer ser bailarina.

Mas depois esquece todas as danças,

também quer dormir como as outras crianças.

(Autora: Cecília Meireles)

Votos de uma semana repleta de sorrisos!

Saudações GABC!

04.04.16 - DESAFIOS SEMANAIS

Olá Equipa de Implementação dos Grupos Aprender, Brincar, Crescer!
Preparados para mais uma semana de desafios?

OBSERVA E CONTA

OBJETIVOS

- Criar momentos de observação intencional;
- Criar momentos de diálogos entre os cuidadores.

MATERIAIS

- Papel;
- Canetas.

O QUE SE SUGERE/VAMOS FAZER?

- Sugere-se que cada cuidador observe e registe a ação do seu filho/a.
- Depois de feito o registo pode dar-se algum tempo aos cuidadores para organizarem as suas notas, cada cuidador partilha com o grupo o que observou e o que considerou mais significativo e porque.

PARA QUEM?

- Cuidadores.

QUANDO?

- Durante a sessão.

QUANTO TEMPO?

- Dez minutos de observação; dez minutos de partilha.
-

MOSTRA E CONTA

OBJETIVOS

- Proporcionar momentos de partilha de algo significativo para as crianças;
 - Desenvolver sentimentos de pertença.
-

MATERIAIS

- Fotografias ou objetos (pedir previamente às famílias que tragam um objeto ou fotografia escolhida pela criança para a sessão, no caso dos bebés, pedir ao cuidador que escolha um objeto ou fotografia significativa).
-

O QUE SE SUGERE/VAMOS FAZER?

- Pede-se às crianças que mostrem ao grupo o objeto que trouxeram e pede-se que falem sobre ele (o que gostam/se pode fazer com ele, o que retrata a fotografia, etc).
 - No caso dos bebés os cuidadores partilham com o grupo o significado daquele objeto/fotografia em particular.
-

PARA QUEM?

- Crianças / Criança-cuidador.

QUANDO?

- No início da sessão.

QUANTO TEMPO?

- Dez minutos.
-

JOGO: A VIAGEM DE (...)

OBJETIVOS

- Proporcionar momentos de prazer;
- Desenvolver motricidade grossa.

MATERIAIS

- Giz ou fita adesiva;
- Imagens reais;
- Fantoche

O QUE SE SUGERE/VAMOS FAZER?

- No chão desenham-se duas linhas paralelas de 2 m (se possível) com sensivelmente 1 m de distância (se possível), ficando a sala dividida em 3 partes.
 - Denominam-se os três espaços por “mar, terra, céu” (pode-se colar no chão imagens reais para identificação dos espaços).
 - Todo o grupo inicia o jogo no espaço “terra”.
 - O monitor (ou cuidador num segundo momento) conta a história de um menino/animal (pode usar-se um fantoche) que vai navegando de barco pelo mar, de carro pela terra e de avião pelo céu (exemplo).
 - De cada vez que diz uma das três palavras-chave, os participantes têm de se deslocar para a parte mencionada que está desenhada no chão.
 - O monitor/cuidador vai alternando a ordem pela qual viaja o menino/animal.
-
- No início do jogo explicam-se as regras aos participantes.

EXEMPLO HISTÓRIA

O Bigodes é um gato muito especial, às vezes é um gato marinheiro e adora navegar no seu barco azul às riscas laranja pelas ondas cintilantes do mar que fica mesmo perto de sua casa. Outras vezes é um gato piloto que voa pelo céu no seu grande avião para ir visitar o Caudas, o cão, o seu melhor amigo. Juntos, e porque o Caudas não gosta muito de navegar no mar, fica muito enjoado e com a barriga a doer, vão dar um passeio pela terra e visitar as paisagens maravilhosas que o Bigodes consegue ver quando anda lá no céu bem alto a voar. Quando anoitece voltam os dois para casa, mas não sem antes desenterrarem o jantar que está escondido num enorme monte de terra.

ALTERNATIVA PARA BEBÉS

- Colocam-se os bebés dentro de uma caixa pedindo ao cuidador que a desloque de espaço em espaço conforme a palavra dita pelo monitor (ou cuidador).

PARA QUEM?

- Participantes GABC

QUANDO?

- Durante a sessão.

QUANTO TEMPO?

- Dez minutos.
-

14.04.16 - DESAFIOS SEMANAIS

Preparados para mais uma semana de desafios?

CONTAR HISTÓRIA: “A LAGARTA COMILONA”

OBJETIVOS

- Criar momentos lúdicos e imaginários;
- Promover a interação entre os participantes

MATERIAIS

- Imagens da História
 - <http://pt.slideshare.net/edanona/a-lagartinha-comilona-27450374>
-

O QUE SE SUGERE/VAMOS FAZER?

- Os monitores contam através de imagens a história da lagarta comilona.
 - No final as crianças e os cuidadores exploram as imagens.
-

PARA QUEM?

- Cuidadores e Crianças.

QUANDO?

- No início da sessão.

QUANTO TEMPO?

- Vinte minutos.
-

DANÇA DA LARANJA

OBJETIVOS

- Proporcionar momentos de prazer e interação;
- Promover um momento de descontração entre os cuidadores e crianças.

MATERIAIS

- Laranjas;
- Música de fundo.

O QUE SE SUGERE/VAMOS FAZER?

- Os cuidadores e as crianças colocam uma laranja entre testas de ambos e com as mãos atrás das costas dançam ao som da música.
- Quem deixar cair a laranja ao chão troca de par.

Dica: Os cuidadores colocarem-se de joelhos para facilitarem a dança.

PARA QUEM?

- Criança-cuidadores / crianças-crianças.

QUANDO?

- Durante a sessão.

QUANTO TEMPO?

- Dez minutos.
-

O LENCINHO

OBJETIVO

- Proporcionar momentos de prazer e interação.

MATERIAIS

- Lenço ou um bocado tecido.

O QUE SE SUGERE/VAMOS FAZER?

- Forma-se uma roda com todos os elementos do grupo e solicita-se que se sentem no chão.
 - Um monitor, cuidador ou criança terá um lenço na mão e vai andar à volta da roda cantando “*O lencinho vai na mão/ ele vai cair ao chão*” e em andamento, deixa cair o lenço atrás de um dos elementos.
 - Este, por sua vez, apanha o lenço e corre atrás do elemento do grupo.
 - Esse elemento senta-se no lugar desocupado pelo elemento que apanhou o lenço.
 - O jogo continua com os restantes elementos do grupo.
-

PARA QUEM?

→ Cuidadores/ crianças / monitores.

QUANDO?

→ Final da sessão.

QUANTO TEMPO?

→ Quinze minutos.

BICHINHA GATA

E a pensar nos nossos bebés...

OBJETIVO

→ Proporcionar aos bebés a escuta de pequenas rimas.

O QUE SE SUGERE/VAMOS FAZER?

→ Coloca-se o bebé deitado na manta e o cuidador de frente, vai-se soletrando a pequena rima em tom baixinho e fazendo cócegas pelo corpo do bebé.

Rima:

Bichinha gata,

Que comeste tu?

Sopinhas de leite.

Onde as guardaste?

Debaixo da arca.

Com que as tapaste?

Com o rabo da gata!

Sape sape sape sape!

(rima popular)

PARA QUEM?

→ Cuidadores – bebés.

QUANDO?

→ Final da sessão.

QUANTO TEMPO?

→ Quinze minutos.

28.04.16 - DESAFIOS SEMANAIS

Preparados para mais uma semana de desafios?

LENGALENGA DO VENTO

OBJETIVOS

- Criar momentos lúdicos e imaginários;
- Promover a interação entre os participantes.

MATERIAIS

- Sacos de plástico, lenços, leques
(tudo o que faça lembrar e sentir o vento – sejam criativos!!)
- Imagens reais
- CD de música e leitor de DVD.

O QUE SE SUGERE/VAMOS FAZER?

- Conta-se a lengalenga através da linguagem verbal e corporal, dramatizando a lengalenga e incentivando os cuidadores a fazerem o mesmo.
- Na organização do grupo pode-se sugerir que os cuidadores façam uma roda no chão e as crianças fiquem dentro da mesma, podendo estar de frente ao seu cuidador, para que desta forma possam sentir o vento.

Música de fundo: colocar o som do vento como música de fundo.

Imagens reais: usar imagens reais aquando a nomeação dos animais e de outras representações.

Dica: Ao utilizar imagens reais, disponibilizar no final da atividade às crianças para que possam observar e explorar as imagens com os cuidadores.

Andava o senhor vento
Um dia passeando
Encontrou a formiga:
– Senhor vento, que força!
Lá caí de barriga!
Andava o senhor vento
Pé ante pé na vinha
quando avistou um cão:
– Senhor vento, que força!
Fui de focinho ao chão!
Andava o senhor vento
Bailando no Olival
Quando viu um lagarto:
– Senhor vento, que força!
Já nem por aqui escapo...
Andava o senhor vento
Correndo no jardim
Quando ouviu uma flor:

– Senhor vento, que força!
Tenha pena de mim.
Andava o senhor vento
A rir pelo pinhal
Quando ouviu a galinha:
– Senhor vento, que força!
Uma pinha na pinha!
Andava o senhor vento
a brincar pela rua
Quando viu uma cereja:
– Senhor vento, que força!
Não me empurre, que aleija!
Então o senhor vento
foi para o alto do monte
e encontrou um moinho:
– Senhor vento, que bom!
Eu estava tão sozinho!

(Menéres, Maria Alberta; Barradas, Carlos. (1930). *Lengalenga do Vento*,
Coleção Caracol, Plátano Editora)

PARA QUEM?

→ Cuidadores e crianças.

QUANDO?

→ Como atividade de grupo.

QUANTO TEMPO?

→ Vinte minutos.

TRÊS PORQUINHOS PEQUENINOS

OBJETIVOS

- Criar momentos lúdicos e imaginários;
 - Promover a interação e momentos prazerosos entre os participantes.
-

O QUE SE SUGERE/VAMOS FAZER?

- Convida-se os participantes a movimentarem-se no espaço livremente escutando apenas a música.
- Depois pedir que realizem as ações referidas no texto (dançar, cantar e brincar).

Letra:

*Três porquinhos pequeninos
foram todos passear
encontraram outros três
e puseram-se a dançar*

*Três porquinhos pequeninos
foram todos passear
encontraram outros três
e puseram-se a brincar*

*Três porquinhos pequeninos
foram todos passear
encontraram outros três
e puseram-se a cantar*

(Autora: Madalena Sá – <http://www.cantarmais.pt/pt/cancoes/autor/cancao/tres-porquinhos/ouvir-fazer-criar#>)

Dica: Pedir a cada participante que sugira uma nova ação que depois todos realizam.

PARA QUEM?

- Cuidadores e crianças.

QUANDO?

- Após o acolhimento.

QUANTO TEMPO?

- Dez minutos.
-

SEGUE O CHEFE

OBJETIVOS

- Criar momentos lúdicos, que promovam a colaboração;
 - Estimular a criatividade.
-

O QUE SE SUGERE/VAMOS FAZER?

- Ao sinal de início, o grupo põe-se a acompanhar o chefe, que caminha realizando ações variadas (andar em círculo; pôr-se de costas; saltar; ultrapassar obstáculo; gesticular; gatinhar...).
 - Estas ações podem incluir arrumação da sala, (colocar os brinquedos no saco; apanhar os blocos...).
-

PARA QUEM?

- Cuidadores e crianças.

QUANDO?

- Arrumação da sala e/ou transição para um momento mais calmo.

QUANTO TEMPO?

- Quinze minutos.
-

TEATRO DE SOMBRAS

É uma atividade muito divertida que estimula a criatividade das crianças e cuidadores

OBJETIVOS

- Criar momentos lúdicos e imaginários;
 - Promover a interação e momentos prazerosos entre os participantes.
 - Estimular a criatividade.
-

MATERIAIS

- Fonte luminosa – lanternas grandes, foco de preferência com lâmpadas de 40 ou 60 watts;
 - Uma tela ou lençol branco bem esticado;
 - Silhuetas – cartolina ou cartão, paus de madeira, fita-cola e tesouras.
-

O QUE SE SUGERE/VAMOS FAZER?

- Convida-se os cuidadores e as crianças a construírem uma história e a silhueta das personagens.
- De seguida serão convidados a dramatizar a sua história.

Dica: Jogar o jogo «Quem é quem?», onde cada participante se coloca atrás da tela e os participantes tentam adivinhar quem está lá.

PARA QUEM?

- Cuidadores e crianças.

QUANDO?

- Atividade de grande grupo.

QUANTO TEMPO?

- Trinta minutos.
-

04.05.16 - DESAFIOS SEMANAIS

Preparados para mais uma semana de desafios?

O ESCORREGA

OBJETIVO

- Promover a interação entre cuidador e criança.
-

O QUE SE SUGERE/VAMOS FAZER?

- Solicita-se ao cuidador que se sente numa cadeira com as pernas juntas e esticadas como se fossem um escorrega.
 - A criança pode sentar-se no colo, de costas para o cuidador que o vai segurar.
 - Depois de anunciar com entusiasmo começa-se uma viagem maravilhosa, em que o cuidador faz deslizar a criança pelas pernas.
 - De seguida inverte-se a direção.
 - No caso dos bebés podem virar-se para o cuidador, este de pernas encolhidas, fazendo as crianças deslizarem dos joelhos até ao seu regaço.
-

PARA QUEM?

- Cuidador-criança.

QUANDO?

- Durante a sessão.

QUANTO TEMPO?

- Dez minutos.
-

A FLOR AMARELA

OBJETIVOS

- Promover o desenvolvimento da linguagem e a aquisição de novo vocabulário;
 - Estimular a partilha.
-

O QUE SE SUGERE/VAMOS FAZER?

- Solicita-se ao grupo que forme uma roda com todos os participantes, e com uma flor amarela, canta-se uma canção passando a flor entre todos.

Letra:

<i>A flor amarela</i>	<i>Vou pô-la ao peito</i>
<i>Nasceu no jardim</i>	<i>P'ra lembrar-me dele/a</i>
<i>A (nome do cuidador ou criança)</i>	<i>Fico tão bonito/a</i>
<i>E ofereceu-a a mim</i>	<i>Com a flor amarela</i>

(canção popular)

Dica: cantar a canção num espaço exterior e utilizar flores amarelas construídas previamente.

PARA QUEM?

- Cuidador-cuidador.

QUANDO?

- Durante a sessão.

QUANTO TEMPO?

- Dez minutos.
-

O RETRATO

OBJETIVOS

- Promover o conhecimento e o diálogo entre cuidadores;
 - Estimular a criatividade e o gosto pelo desenho.
-

MATERIAIS

- Folhas brancas;
 - Lápis de pastel.
-

O QUE SE SUGERE/VAMOS FAZER?

- O cuidador vai fazer o retrato do outro cuidador

PARA QUEM?

- Cuidador-cuidador.

QUANDO?

- Durante a sessão.

QUANTO TEMPO?

- Vinte minutos.
-

DANÇA JOANA

OBJETIVOS

- Proporcionar momentos de prazer e interação;
 - Promover um momento de dança criativa com os participantes.
-

MATERIAIS

- Computador;
 - Acesso ao link - <https://www.youtube.com/watch?v=YKUam9CkRA4>.
-

O QUE SE SUGERE/VAMOS FAZER?

- Num primeiro momento propõe-se que cuidadores e crianças se expressem naturalmente ao som da música.
 - Num segundo momento sugere-se ao cuidador que incentive a criança a imitar os gestos por ele feitos.
 - No caso dos bebés, dançam ao colo do cuidador.
-

PARA QUEM?

- Cuidador-criança.

QUANDO?

- Introduzido no início da sessão.

QUANTO TEMPO?

- Dez minutos.
-

01.06.16 – DESAFIOS SEMANAIS

Preparados para mais uma semana de desafios?

HISTÓRIA: “CORRE, CORRE CABACINHA”

OBJETIVOS

- Criar momentos lúdicos e imaginários;
- Estimular a linguagem;
- Promover a interação entre os participantes.

MATERIAIS

- História;
- Cabaça.

O QUE SE SUGERE/VAMOS FAZER?

- Conta-se a história com uma cabaça.
- Pode-se sugerir aos cuidadores que transformem a cabaça num fantoche.

História:

CORRE, CORRE CABACINHA

Era uma vez uma velhinha que vivia sozinha na sua aldeia. Um dia, recebeu um convite da filha, que morava longe, para ir ao batizado da sua neta. Ficou tão feliz que decidiu: – Sairei amanhã de manhã e irei pela floresta para chegar mais depressa! No dia seguinte, partiu bem cedo e decidiu explorar um novo caminho pela floresta. Já depois de ter andado bastante encontrou um lobo, que lhe disse: – Oh, que rica velhinha! Como estou cheio de fome, vou comer-te! Aflita e sem saber o que fazer, só se lembrou de dizer: – Mas tu não vês que estou muito magrinha? Sabes, vou para o batizado da minha neta. Prometo que vou comer muito para ficar mais gordinha. Depois, sim, podes comer-me! O lobo ainda hesitou, mas ao olhar para as pernas da velhinha achou que ela tinha razão. Ela pôs-se novamente a caminho e exclamou muito satisfeita: – Deste já me escapei! Rapidamente se esqueceu do lobo e voltou a apreciar a floresta que a rodeava. Adorava observar as árvores mais altas e ouvir os passarinhos. Mais á frente, cruzou-se com um urso que se aproximou dela e disse: – Apesar de estares velhinha, deves ser deliciosa. Anda cá, que eu estou doido para comer qualquer coisinha! Mais uma vez a velhinha ficou cheia de medo. Como é que iria conseguir escapar?

No entanto repetiu o que tinha dito ao lobo: – Já reparaste bem em mim? Eu só tenho pele e osso... Mas se me deixares continuar o meu caminho, prometo que daqui a uns dias, voltarei e estarei bem mais gordinha.

O urso desconfiou: -Que rica mentira para poderes fugir! Mas ela explicou-lhe: – Estou com pressa para ir ao batizado da minha neta, mas quando regressar hás-de ver que tenho uns quilinhos a mais. Nessa altura poderás comer-me. O urso lá se convenceu e deixou-a ir embora.

Ao chegar a casa da filha, a velhinha contou-lhe o que tinha acontecido, mas esta sossegou dizendo: – Não se preocupe, mãe. Hei-de arranjar uma solução. A velhinha ficou mais descansada pois sabia que a sua filha tinha uma grande imaginação e que, certamente, se iria lembrar de algo para a ajudar. Uns dias mais tarde, quando a velhinha se preparava para regressar a casa, a filha apareceu com uma cabaça e pediu à mãe que se pusesse lá dentro: – Assim vai a rebolar todo o caminho e já não corre perigo!

A velhinha tinha já percorrido uma boa parte da viagem quando, a certa altura, o urso apareceu e perguntou: – Ó cabacinha, por acaso não viste aí uma velhinha? Lá dentro ela respondeu: – Não vi velha nem velhinha, não vi velha nem velhão! Corre, corre, cabacinha, corre, corre, cabação!

E continuou a rebolar pela estrada fora, até que apareceu o lobo que lhe perguntou: – Ó cabacinha, por acaso não viste aí uma velhinha? Mais uma vez a velhinha respondeu: – Não vi velha nem velhinha, não vi velha nem velhão! Corre, corre, cabacinha, corre, corre, cabação! Sem grandes dificuldades a velhinha avistou a sua casa e, graças àquela cabaça chegou sã e salva.

(Autora: Alice Vieira – <http://pt.slideshare.net/beebgondomar/99087091-correcorecabacinha>)

PARA QUEM?

→ Todos os participantes.

QUANDO?

→ No início da sessão.

QUANTO TEMPO?

→ Doze minutos.

DINÂMICA DO ESPELHO

OBJETIVO

- Perceber a importância de cada participante no GABC.
-

MATERIAIS

- Uma caixa de cartão;
 - Papel de presente;
 - Um espelho.
-

O QUE SE SUGERE/VAMOS FAZER?

- Cola-se um espelho no fundo de uma caixa de cartão e embrulha-se com um papel bonito, como se fosse um presente;
 - Diz-se aos cuidadores que dentro da caixa há algo muito importante e especial para os GABC (elaborar um discurso inspirador);
 - Chama-se um a um para abrir a caixa, lembrando que não pode contar nada sobre o que viu aos outros cuidadores.
 - Quando todos abrirem a caixa, pede-se para descreverem o que viram e fazer uma roda de conversa sobre a importância de cada um no grupo e da importância de comparecerem às sessões e de participarem.
-

PARA QUEM?

- Cuidadores.

QUANDO?

- Durante a sessão.

QUANTO TEMPO?

- Vinte minutos.
-

CAVALGA COM UMA RIMA

OBJETIVO

- Promover o desenvolvimento linguístico.
-

O QUE SE SUGERE/VAMOS FAZER?

- Levar a rima em formato de papel associando a letra a imagens.
- O monitor dá a conhecer a rima às famílias.
- Pede-se aos cuidadores para repetirem a rima com eles e fazendo os movimentos com a sua criança.

Rima:

A CAVALGAR

(sentar a criança nos joelhos do adulto
e balançar para cima e para baixo)

É assim que as senhoras cavalgam

Tri-trot, tri-trot, tri-trot

É assim que os senhores cavalgam

Galope, galope, galope

É assim que os lavradores cavalgam

Galump, galump, galump

E caem no chão

(fingir que o deixa cair, baixar o bebé um pouco)

Uma variante mais animada:

A passo, a passo, a passo

A trote, a trote, a trote

A galope, a galope a galope!

(sentar a criança em cima do pé de um adulto,
e subir e baixar as pernas cada vez mais rápido).

(rima popular)

PARA QUEM?

- Cuidador-criança.

QUANDO?

- Durante a sessão.

QUANTO TEMPO?

- Quinze minutos.
-

RELAXAR AO SOM DE MOZART

OBJETIVO

- Proporcionar momentos de prazer e interação.
-

MATERIAIS:

- Lençol/ tecido de seda,
 - Computador e aceder ao seguinte link: <http://youtu.be/XjbJZ-8vH8Q>.
-

O QUE SE SUGERE/VAMOS FAZER?

- Coloca-se a criança deitada no chão e, ao som da música, o cuidador vai passando o lenço/tecido de seda, pelas diferentes partes do corpo da criança.
-

PARA QUEM?

- Cuidador-criança.

QUANDO?

- Final da sessão.

QUANTO TEMPO?

- Doze minutos.
-

17.06.16 – DESAFIOS SEMANAIS

Preparados para mais uma semana de desafios?

CONTA A HISTÓRIA DO TEU GABC!

OBJETIVOS

- Encorajar a criatividade;
 - Conhecer a história do grupo, na voz dos participantes;
 - Facilitar a comunicação interpessoal;
 - Promover a coesão grupal.
-

MATERIAIS:

- Fotografias de momentos vividos pelo grupo;
 - Materiais construídos pelos participantes.
-

O QUE SE SUGERE/VAMOS FAZER?

- Disponibiliza-se aos participantes fotografias de momentos vividos pelo grupo e materiais construídos em grupo.
 - Com base nas fotografias e dos materiais contruídos convida-se e incentiva-se os participantes a escreverem a história do grupo.
-

PARA QUEM?

- Cuidadores.

QUANDO?

- No decorrer da sessão, pode ser no espaço interior ou exterior.

QUANTO TEMPO?

- No máximo trinta minutos.
-

PICTIONARY DO BRINCAR

OBJETIVO

- Desenhar ou dramatizar as imagens relacionadas com a temática “brincar”. Exemplos: chapinhar na água, brincar com areia, trepar a uma árvore, jogar à bola, ler uma história.

MATERIAIS:

- Cartão com imagens / palavras relacionadas com o “brincar”;
- Cartões com as palavras “desenha” ou “dramatiza”;
- Ampulheta;
- Folhas;
- Lápis.

O QUE SE SUGERE/VAMOS FAZER?

- Disponibiliza-se cartões com diversas palavras relacionadas com “brincar” aos participantes.
- Disponibiliza-se cartões: com uma palavra “desenhada” e outra “dramatiza”.
- Cada participante tira um cartão de cada molho, e à vez desenha ou dramatiza a palavra/imagem que lhe calhou.
- Os restantes participantes tentam adivinhar enquanto a areia corre na ampulheta.

PARA QUEM?

- Cuidadores.

QUANDO?

- No início da sessão.

QUANTO TEMPO?

- Quinze minutos.
-

BATE AS MÃOS COMIGO

OBJETIVOS

- Estimular a capacidade de escutar e de autopercepção;
 - Favorecer a expressão rítmica.
-

O QUE SE SUGERE/VAMOS FAZER?

- Convida-se os participantes a sentarem-se em círculo, caso no grupo estejam bebés poderão sentá-los no seu regaço.
 - Desafia-se os participantes a atribuírem um som a diversas partes do corpo, por exemplo, perna-plim, mão-plão.
 - Propõe-se a um cuidador ou criança que produza um ritmo utilizando o corpo e a produção do com atribuído.
 - Convida-se o grupo a repetir. Propõe-se a outro cuidador ou criança que sugira um novo ritmo.
 - Sugestão para bebés: o cuidador toca na parte do corpo do bebé, produzindo o som.
-

PARA QUEM?

- Cuidadores e crianças.

QUANDO?

- No início da sessão.

QUANTO TEMPO?

- Quando todos os participantes (que quiserem) tiverem produzido um ritmo.
-

NOMES A RIMAR

OBJETIVOS

- Estimular as competências linguísticas;
 - Estimular a criatividade;
 - Promover a coesão grupal.
-

O QUE SE SUGERE/VAMOS FAZER?

- Incentiva-se e desafia-se os participantes a comporem um poema com o nome de todos os participantes, em jeito de rima.
(ex: eu sou a Joana, gosto de comer banana.)
 - Declama-se em grupo o poema construído.
 - Pode-se compor dois poemas, um com os nomes das crianças e outro com os nomes dos adultos.
-

PARA QUEM?

- Cuidadores.

QUANDO?

- No decorrer da sessão.

QUANTO TEMPO?

- No máximo quinze minutos.
-

29.06.16 - DESAFIOS SEMANAIS

Vamos superar as expetativas esta semana?

QUEM CONTA UM CONTO ACRESCENTA UM PONTO

OBJETIVOS

- Estimular a imaginação;
- Proporcionar momentos de divertimento;
- Estimular a concentração;
- Encorajar momentos de improvisação.

MATERIAIS

- Saco;
- Objetos diferentes.

O QUE SE SUGERE/VAMOS FAZER?

- Convida-se os participantes a fazerem uma roda à volta de um saco cheio de objetos.
- É pedido a todos os participantes que retirem de dentro de um saco, sem ver, um objeto.
- Quando todos estiverem prontos, um participante inicia a história a partir do objeto que tem na mão.
- Depois, um participante inicia uma história a partir do objeto que tem na mão, passando a vez a outro participante que vai acrescentar um ponto à história, tendo como mote o objeto que retirou do saco.
- Esta narrativa pode ser construída também incluindo os nomes dos participantes do grupo.
- No final podemos contar a narrativa construída para todo o grupo ouvir.

PARA QUEM?

- Cuidadores.

QUANDO?

- Durante a sessão.

QUANTO TEMPO?

- Vinte minutos.
-

USA O PARAQUEDAS

OBJETIVOS

- Enriquecer o vocabulário;
 - Privilegiar a interação entre os participantes;
 - Potenciar momentos de diversão e de dinamismo em grupo;
 - Aumentar a capacidade de rapidez e de reação.
-

O QUE SE SUGERE/VAMOS FAZER?

- Em roda, os cuidadores cantam a canção, enquanto agitam o paraquedas e as crianças passeiam por baixo dele.
- Quando cantar a estrofe “(...) *Eu tirava as conchinhas* (...)” os cuidadores baixam o paraquedas.
- A criança debaixo do paraquedas será mencionada na quadra seguinte “... *Eu tirava a* (nome da criança) *do fundo do mar.*”

Se eu fosse um peixinho

E soubesse nadar

Eu tirava as conchinhas do fundo do mar

Se eu fosse um peixinho e soubesse nadar

Eu tirava a (nome da criança) *do fundo do mar*

(entoação da canção “Que Linda Falua”, música infantil popular)

Dica: Colocar imagens/objetos que representem o fundo do mar debaixo do paraquedas.

PARA QUEM?

- Todos os participantes.

QUANDO?

- Durante a sessão.

QUANTO TEMPO?

- Dez minutos.
-

DÁ VIDA À SESSÃO

OBJETIVO

- Captar os momentos especiais da sessão.

MATERIAIS

- Telemóvel ou máquina fotográfica.

O QUE SE SUGERE/VAMOS FAZER?

- No início da sessão propõe-se os cuidadores que captem, com um telemóvel ou uma máquina fotográfica, um momento que seja significativo para eles.
- No final os cuidadores que agarrarem o desafio podem, em grande grupo, partilhar a experiência vivida e as fotos.

Dica: Os monitores podem reunir todas as fotos captadas nessa sessão e imprimi-las. Na sessão seguinte serão disponibilizadas.

PARA QUEM?

- Cuidador.

QUANDO?

- O momento escolhido pelos participantes.

QUANTO TEMPO?

- Para a partilha final, dez minutos.
-

COMBOIO DAS CANÇÕES

Desafio inspirado numa vivência do GABC de Apelação.

OBJETIVOS

- Enriquecer o vocabulário;
 - Encorajar momentos de observação e imitação;
 - Potenciar momentos de diversão e de dinamismo em grupo.
-

O QUE SE SUGERE/VAMOS FAZER?

- Convidam-se os participantes a sentarem-se em fila, como um comboio.
 - Quem estiver no primeiro lugar da fila (na locomotiva) escolhe uma canção para os participantes (as carruagens) cantarem.
 - Aquando do término da canção a locomotiva passa no final da fila, para o lugar das carruagens.
 - A nova locomotiva (o participante que fica à frente da fila) dá continuidade ao jogo, iniciando uma nova canção.
-

PARA QUEM?

- Todos os participantes.

QUANDO?

- Durante a sessão.

QUANTO TEMPO?

- Dez minutos.
-

Newsletter dos desafios semanais

45

