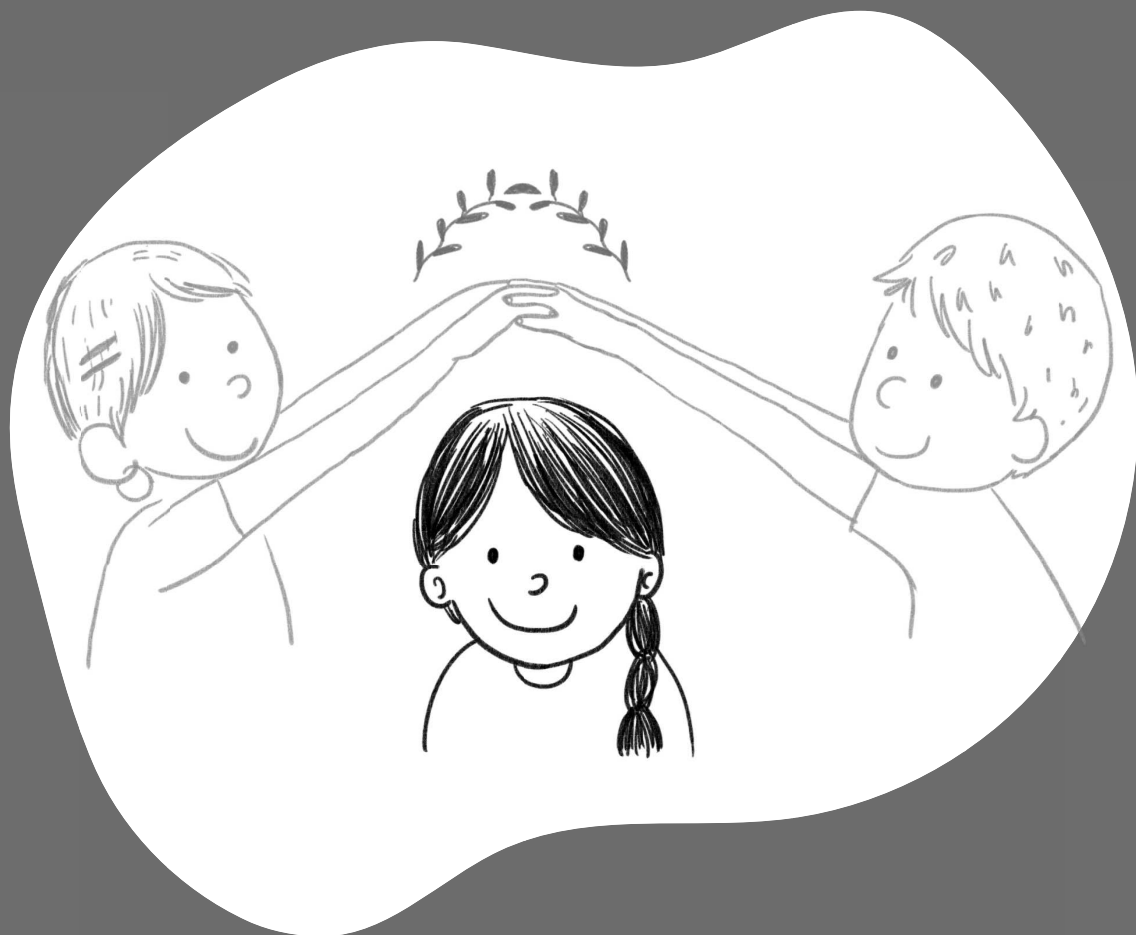


# APOSTILA DE VITALIZADORES



## **Direitos Reservados**

Todo o conteúdo do Programa Mobiliza (Apostila do Facilitador e Apostila de Vitalizadores) é protegido pelas leis de direitos autorais e direitos conexos. É expressamente proibida a sua cópia, distribuição, reprodução, transmissão, modificação, utilização, publicação, venda ou qualquer outro tipo de uso, total ou parcialmente, em qualquer tipo de suporte, salvo os casos em que haja autorização por escrito.

## SEVEN UP (7up)



### MATERIAIS:

Nenhum

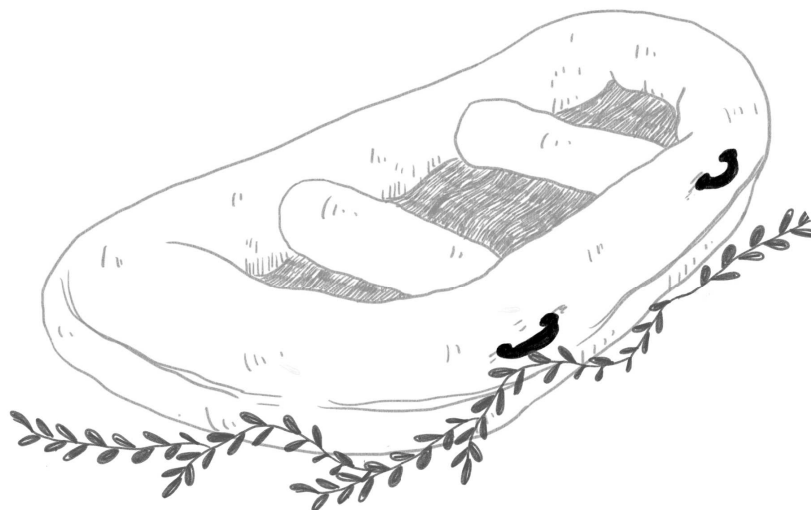
### DURAÇÃO:

10 minutos

### PROCEDIMENTO

- 1) Os participantes devem se posicionar em círculo, sem espaços vagos e, sucessivamente proceder com a contagem de 1 a 7 (cada um fala um número). Quando disser o número, a pessoa deve tocar o ombro esquerdo com sua mão direita, ou vice versa, indicando para que lado do círculo continua a contagem (o lado é o que a mão indicar – exemplo: mão direita tocando ombro esquerdo – contagem para a esquerda; mão esquerda tocando ombro direito – contagem para a direita). Desta forma, a direção vai e vem inesperadamente da esquerda para a direita e vice-versa.
- 2) O participante que tiver que dizer o número 7, deverá colocar a mão esquerda ou direita sobre a cabeça (fica em forma de 7), com sua mão indicando para um dos lados. Quem estiver na direção em que a mão indicar inicia a contagem novamente.
- 3) Quem errar senta ou o facilitador repete com todos o jogo.

## O BARCO AFUNDA



### MATERIAIS:

Nenhum

### DURAÇÃO:

10 minutos

### PROCEDIMENTO

- 1)** O facilitador dá a seguinte consigna: todos estamos em um barco em alto mar que irá afundar a qualquer momento. Para salvar os tripulantes há botes salva-vidas para X pessoas. Todo mundo deverá se agrupar seguindo a capacidade do bote.
- 2)** O facilitador pede para que todos circulem aleatoriamente pela sala até ser dada a orientação do “barco afunda” e do quantitativo de pessoas para cada bote. A fala do facilitador para o momento de agrupamento dos tripulantes é a seguinte: “Barco afunda e o bote salva “x” pessoas.” O número indicado pelo facilitador é o limite de tripulantes agrupados, por rodada.
- 3)** A brincadeira pode ser repetida diversas vezes e inclusive ser utilizada a última rodada para subdividir grupos para a atividade seguinte.

## SANSÃO, DALILA E O LEÃO



### MATERIAIS:

Nenhum

### DURAÇÃO:

10 minutos

### PROCEDIMENTO

1) O facilitador separa o grupo em 3 equipes que irão realizar um jogo similar a “pedra, papel, tesoura”, só que dessa vez os personagens serão Sansão, Dalila e o Leão. Cada equipe deverá decidir uma única personagem para todo grupo e representar simultaneamente logo que solicitado pelo facilitador, sendo as representações feitas da seguinte forma: LEÃO: a equipe imita um leão rugindo; SANSÃO: a equipe faz o gesto de força com os braços; DALILA: a equipe faz pose de mulher. O objetivo é derrotar a equipe adversária e **vale a seguinte regra: Sansão vence Leão; Leão vence Dalila; Dalila vence Sansão.**

2) O jogo termina quando o facilitador considerar que o grupo está descontraído e pronto para passar à seguinte atividade. Sugere-se que cada equipe participe ao menos de 3 rodadas.

## O COELHO SAI DA TOCA



### MATERIAIS:

Nenhum

### DURAÇÃO:

10 minutos

### PROCEDIMENTO

**1)** O facilitador separa o grupo em equipes de 3 pessoas. Quem ficar fora do trio será o coelho.

**2)** Cada grupo de 3 pessoas terá um coelho e uma toca ( formada por duas pessoas). As duas pessoas que formam a toca ficam frente a frente e seguram uma nas mãos da outra (formando uma casinha) e o coelho deverá ficar entre as duas pessoas (dentro da toca). As tocas e os coelhos deverão agir conforme a instrução do coelho que está sem toca, da seguinte forma:

**Se ele disse:**

**“Coelho sai da toca”** – Todos os coelhos procuram uma nova toca. As tocas permanecem paradas onde estão.

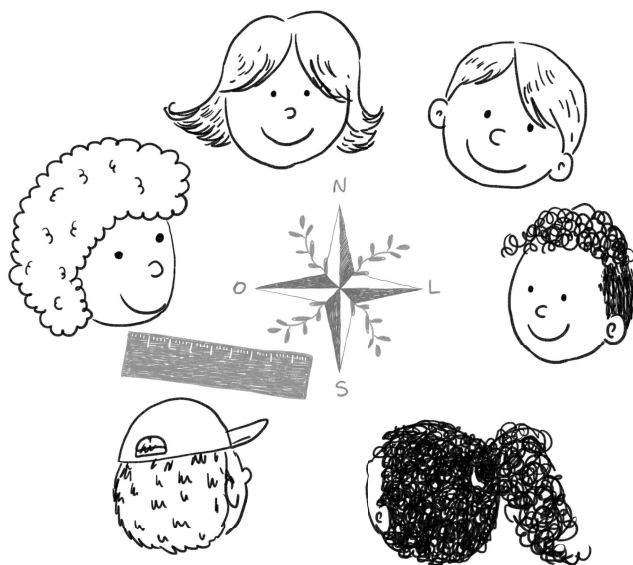
**“Toca sai do coelho”** – Todas as tocas SE SEPARAM e saem procurando um novo parceiro para formar a toca em outro coelho. Os coelhos ficam onde estão.

**“Terremoto”** – Todo mundo se mistura e forma outros grupos diferentes (coelhos podem virar tocas e tocas podem virar coelhos).

**OBSERVAÇÃO:** O coelho sem toca, logo que dá as instruções procura se abrigar em uma toca, e assim sucessivamente até que o facilitador termine o jogo.

**VARIAÇÃO:** As consignas podem ser alteradas para: CASA (substitui “toca”). MORADOR (substitui “coelho”) e TERREMOTO, com a mesma função.

## PONTOS CARDEAIS



### MATERIAIS:

Régua (mínimo 65cm)

### DURAÇÃO:

10 minutos

## PROCEDIMENTO

- 1) O facilitador convida a Equipe para ficar em círculo e de pé, o Facilitador deverá estar segurando uma régua.
- 2) A régua deverá ser passada ao membro que estiver à direita, sendo que a cada passagem deverão ser delineados os 04 pontos cardeais com o auxílio da régua, repetindo a seguinte frase: Norte - Sul - Leste - Oeste dou uma volta pelo Brasil e passo.
- 3) O Facilitador deverá começar o jogo, porém para execução da atividade (delinear os pontos cardeais repetindo a frase acima mencionada) terá que segurar a régua com a mão esquerda, em seguida irá passá-la para o colega com a mão direita. O procedimento de troca de mãos não deverá ser mencionado aos participantes.
- 4) O jogo continuará até que a maior parte do grupo perceba que a utilização correta das mãos também faz parte das instruções do jogo.

## TELEFONE SEM FIO COM DESENHO



### MATERIAIS:

Canetas, sulfite, pranchetas

### DURAÇÃO:

10 minutos

### PROCEDIMENTO

- 1) O facilitador divide o grupo em filas (3 filas).
- 2) O facilitador faz com os dedos um desenho nas costas da última pessoa da fila (o facilitador deve ter num papel para si o desenho que fez para poder comparar ao final), cada fila tem um desenho diferente.
- 3) O último da fila desenhará com os dedos nas costas do colega da frente, o que entendeu.
- 4) E assim segue até o primeiro da fila desenhando com a caneta na folha o que entendeu.
- 5) Vence o grupo que fizer o desenho primeiro corretamente.

## LETRA FATAL



### MATERIAIS:

Flip chart, pincel atômico

### DURAÇÃO:

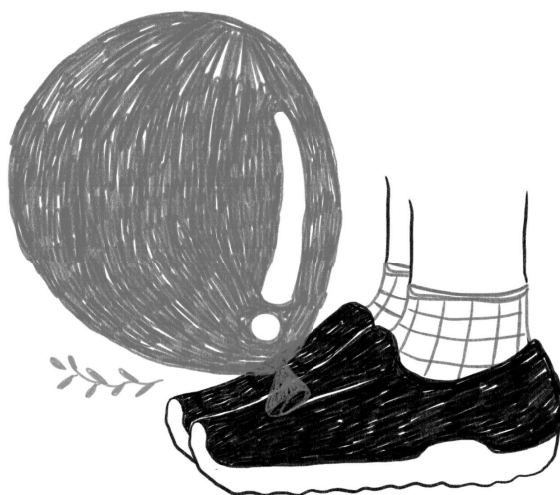
10 minutos

## PROCEDIMENTO



- 1) O facilitador começa dizendo uma letra e escrevendo no flip.
- 2) O seguinte acrescenta outra e assim sucessivamente.
- 3) Sai do grupo aquele que acrescentar uma letra formando uma palavra conhecida.
- 4) Por exemplo: a-m-i-z-a-d- , a próxima letra formará palavra e quem a acrescentar, perderá.
- 5) Qualquer um pode dizer "impugno" ao colega anterior quando acha que este, para fugir à letra fatal, acrescentar uma letra que não leva a nenhuma palavra.
- 6) A atividade continua até que a palavra seja formada ou que o jogo seja impugnado por não haver possibilidade de nova conjugação das letras.

## BEXIGA NO PÉ



### MATERIAIS:

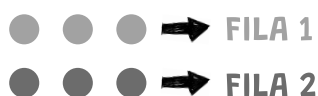
Bexigas cheias (duas a serem usadas, mas importante ter reserva caso estourem as utilizadas)

### DURAÇÃO:

10 minutos

### PROCEDIMENTO

1) Dividir os participantes em dois subgrupos, cada qual em fila sentados frente a frente.



2) Cada fila recebe uma bexiga e a seguinte consigna: “a bexiga deve passar por todos os participantes da sua fila, só que ninguém pode tocá-la com as mãos. A passagem deve ser feita com os pés e sem levantar-se das cadeiras. Caso a bexiga caia o jogo deve começar novamente. A referência para o início do jogo é sempre o primeiro participante da fila designado pelo facilitador”.

3) Ganha o jogo quem fiizer primeiro a rodada completa (passar ida e volta com a bexiga por todos os participantes, sem deixá-la cair).

## DESCUBRA O SEGREDO



### MATERIAIS:

Nenhum

### DURAÇÃO:

10 minutos

## PROCEDIMENTO

- 1) O facilitador deve trabalhar conjuntamente com o co-facilitador.
- 2) A consigna é: “Eu e... (dizer o nome do co-facilitador) conversamos telepaticamente e desafiamos vocês caso desconfiem deste nosso poder. Fulano sairá da sala e quando ele retornar descobrirá o objeto escolhido pelo grupo na sua ausência”
- 3) O facilitador e o co-facilitador compartilham isoladamente um código, anteriormente a aplicação do vitalizador, e sem que ninguém do grupo saiba.

**Exemplo:** o objeto escolhido pelo grupo será mostrado pelo facilitador logo após outro objeto da cor preta.

- 4) Em continuidade, o facilitador pede um voluntário para sair com o co-facilitador e cuidar para que ele não escute o objeto que está sendo escolhido na sua ausência.
- 5) Logo que o co-facilitador retornar a sala começa a brincadeira: o facilitador pergunta: *O objeto é esse?* – Até chegar ao escolhido pelo grupo, que prontamente o co-facilitador acertará, pois o código foi definido previamente.
- 6) Ao final o Facilitador pode optar em contar o segredo, ou ainda guardá-lo para outras oportunidades quando os cursos são mais longos e propiciam a repetição da brincadeira.

## UM, DOIS, TRÊS



### MATERIAIS:

Nenhum

### DURAÇÃO:

10 minutos

## PROCEDIMENTO

**1)** O facilitador forma duplas, onde um diante do outro terão por objetivo contar de um a três. Só que para fazer a contagem seguem regras:

*Quem pronuncia o número 1 – deve fazer verbalmente.  
Quem pronuncia o número 2 – deve fazer verbalmente.*

**2)** Para dificultar o facilitador dá novas orientações:

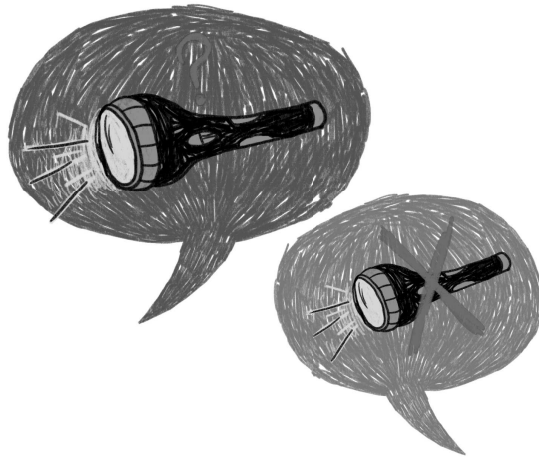
*Quem pronuncia o número 1 – deve bater palmas.  
Quem pronuncia o número 2 – deve pular.*

**3)** Ao final, para tornar mais complexo o facilitador orienta:

*Quem pronuncia o número 1 – deve bater palmas.  
Quem pronuncia o número 2 – deve pular.  
Quem pronuncia o número 3 – deve dar uma rodada.*

**OBSERVAÇÃO:** O facilitador pode definir outras possibilidades de contagem, tornando mais complexo o vitalizador.

## VIAGEM PARA A MONTANHA



### MATERIAIS:

Nenhum

### DURAÇÃO:

10 minutos

### PROCEDIMENTO

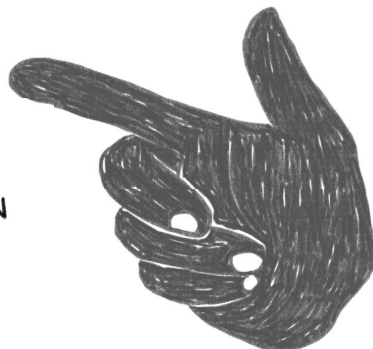
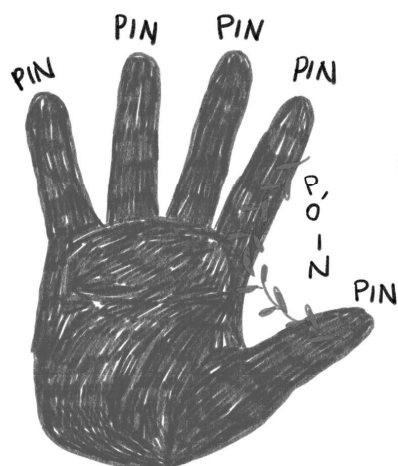
**1)** O facilitador convida o grupo inteiro para uma viagem à montanha. Para tanto cada um deverá levar alguma coisa. Porém, sem que o grupo saiba o objeto a ser levado depende de um código que não será compartilhado com o grupo.

**Exemplo:** Só pode levar objetos que comecem com a primeira letra do nome.

**2)** O facilitador começa o jogo e deixa que cada um diga o que irá levar...  
A cada resposta dada é permitida ou não a ida à montanha.

**3)** Caso ainda nem todos tenham descoberto, ao final do jogo o segredo é revelado.

## PIN, PIN, PÓIN



### MATERIAIS:

Nenhum

### DURAÇÃO:

Variável (curta)

## PROCEDIMENTO

- 1) O orientador pede ao grupo que fique em círculo e explica que fará uma brincadeira: “vou propor um desafio: farei um movimento aqui na frente e vocês devem repetir, sem errar... quero só ver quem vai conseguir!”
- 2) O movimento é o seguinte: iniciando pelo dedo mindinho, dedo a dedo o facilitador diz enquanto toca na ponta do dedo: (pin (mindinho), pin (anelar), pin (dedo médio), pin (indicador), póin (desliza a ponta do dedo do indicador até a ponta do dedão), pin (dedão), póin (repete a deslizada no sentido inverso), pin (indicador), pin (médio), pin (anelar), pin (mindinho) (desenho abaixo). Neste momento, o facilitador pode: cruzar seus braços, ou apoiar as mãos no cócs da calça... enfim, assumir uma posição qualquer, discreta, e pedir que o primeiro com ece a copiar.
- 3) Normalmente o grupo demora em perceber que deve repetir inclusive a posição do facilitador, detendo-se apenas ao “pin poin” ... a cada participante que executar a tarefa, o facilitador diz: acertou ou não acertou.

## ADOLETA



### MATERIAIS:

Nenhum

### DURAÇÃO:

Até que reste um vencedor

## PROCEDIMENTO

1) Em roda, mão direita sobre a palma da mão esquerda do participante que está do seu lado direito. (Mão esquerda embaixo da mão direita do participante que está do seu lado esquerdo). Cantando a música, o orientador ou aquele que for começar a brincadeira começa batendo com sua mão direita na palma da mão do participante que está com a mão sobre a sua. Todos vão cantando a música e passando a “palma”. Quando a música acabar, quando se canta: “MÃO”, o colega deve tentar escapar do tapa na mão, senão sai da brincadeira.

2) Música:

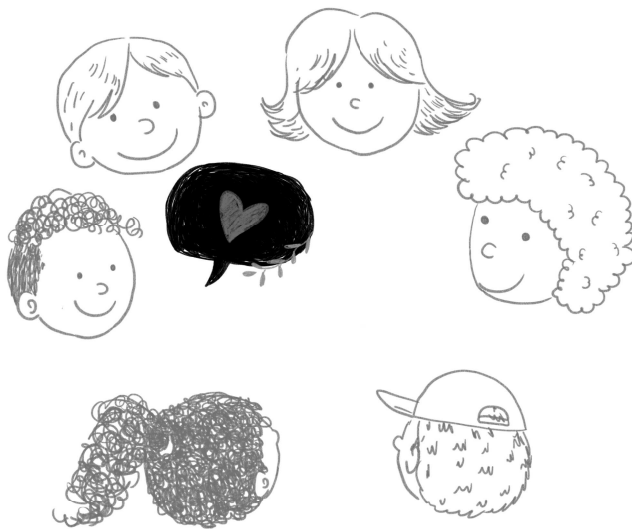
**A – do – Le – ta,  
Le pe ti,  
Le to má,  
Le café com chocolá**

**A – do – Le – ta,  
Puxa o rabo do tatu,  
Quem saiu foi tu!  
Puxa a tampa da panela,  
Quem saiu foi ela,  
Puxa o pino do pneu,  
Quem saiu fui eu,**

**Macaquinho, macacão,  
Vou bater na sua mão:  
MA-ME-MI-MO-MU-MÃO!\***

3) Existem diversas variações desta brincadeira. Vale perguntar aos participantes como eles brincam e cantam e realizar o combinado de qual vai ser a forma de brincar.

## VOCÊ ME AMA?



### MATERIAIS:

Cadeiras para todos os participantes

### DURAÇÃO:

Enquanto for interessante ao grupo

## PROCEDIMENTO

- 1) O facilitador pede que todos sentem em suas cadeiras formando um grande círculo, bem fechado, e coloca-se no meio dele.
- 2) Ele explica que vai escolher uma pessoa da roda e ir até ela para iniciar a brincadeira, que acontece assim:

Facilitador (F) – Olá! Você me ama?

Participante (P) – Amo sim!

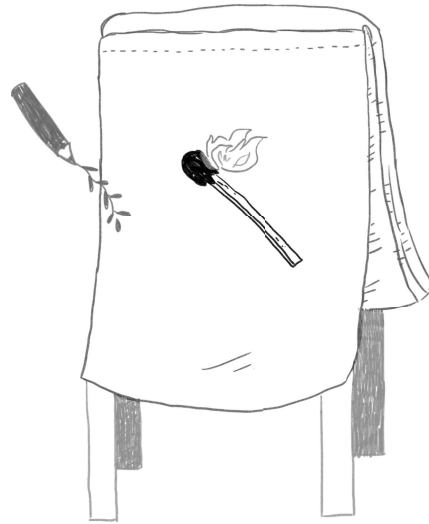
(F) – Por quê?

(P) – “Porque você usa óculos!”

**Neste momento, todos os participantes da roda que estiverem usando óculos devem trocar de cadeiras entre si, e aquele que estava no centro, deve procurar um lugar para sentar, restando um novo participante no centro, que reinicia a brincadeira.**

O participante escolhe o motivo que quiser para o comando da troca: porque é loiro, moreno, tem olhos castanho, tem dois olhos, usa tênis, está de blusa verde, toma café com adoçante, gosta de lasanha e etc...

## GINCANINHA DA ATENÇÃO



### MATERIAIS:

Duas folhas de flip chart, dois pincéis atômicos, duas cópias da lista de perguntas, um co-facilitador

### DURAÇÃO:

Aproximadamente  
10 minutos

### PROCEDIMENTO

- 1) O facilitador deve dividir o grupo em dois subgrupos e solicitar que cada grupo fique em fila, em extremidades opostas da sala, para que um não ouça o outro.
- 2) O co-facilitador ficará em frente à fila de uma equipe e o facilitador da outra. Cada um deles possui uma lista de perguntas, de igual teor.
- 3) Explica-se aos grupos que eles terão 15 segundos para responder a pergunta que será feita pelo facilitador, que transcreverá a resposta para o flip chart, conforme a ordem da folha.
- 4) Ao fim do tempo, o participante volta para o final da fila.
- 5) Depois de respondidas todas as perguntas, o facilitador cola as duas folhas lado a lado e executa a correção com o grupo.

## LISTA DE PERGUNTAS



1. Quantos noves (9) existem entre 0 e 100?

**Resposta:** 20. (9, 19, 29, ... 90, 91, 92, ... 99)

2. Você acha uma caixa de fósforos, e você está em um quarto escuro e frio. No quarto tem um lampião à gasolina e um punhado de lenha. O que você acenderia primeiro?

**Resposta:** O fósforo, é claro!

3. É correto que um homem se case com a irmã de sua viúva?

**Resposta:** Não, por que ele está morto!

4. A mãe de Alice teve 4 filhas, Xaxá, Xexé e Xixí. Qual é o nome da 4ª filha?

**Resposta:** Alice. Lembre-se do começo da pergunta: A mãe de Alice...

5. Uma pata nascida no Chile bota um ovo na divisa Brasil-Chile. Segundo o Itamaraty, a quem pertence o ovo?

**Resposta:** A ninguém, porque o Brasil não faz fronteira com o Chile.

6. Alguns meses tem 31 dias, quantos tem 28?

**Resposta:** 12. Ou seja, todos os meses tem 28!

7. Quantos animais de cada espécie Moisés colocou na Arca?

**Resposta:** Nenhum, a arca era de Noé.

8. Se existem 3 maçãs e você pega 2, com quantas fica?

**Resposta:** 2. Você pegou duas, lembra?

9. Num certo lugar do mundo existem 3 ilhas com 3 palmeiras. Cada palmeira deu apenas 1 coco. Quantos cocos existem em todas as ilhas?

**Resposta:** Nenhum. Palmeira não dá coco!

10. Um pastor tem 17 ovelhas. Todas morrem, menos 9. Quantas ficam?

**Resposta:** 9. Apenas as que não morreram!

11. Um avião lotado de passageiros parte do Rio de Janeiro em direção a Buenos Aires. Por uma fatalidade ele cai na fronteira Brasil-Argentina. Onde serão enterrados os sobreviventes?

**Resposta:** Em nenhum lugar, ou você vai enterrar gente viva?!

12. Você está participando de uma corrida e ultrapassa o segundo colocado. Em que posição você fica?

**Resposta:** Segundo.

**13.** Qual animal come com o rabo?

**Resposta:** Todos, porque nenhum tira o rabo para comer

**14.** Quantos lados têm uma bola?

**Resposta:** Dois. O de dentro e o de fora.

**15.** Como se chama a reunião de papas?

**Resposta:** Não há reunião de papas, pois só existe um de cada vez;

**16.** Um homem está montando um presépio. Qual o nome dele?

**Resposta:** Armando Nascimento de Jesus.

**17.** Uma moça bate o carro num poste. Um guarda se aproxima e pergunta o nome dela. Ela aponta para uma maternidade do outro lado da rua e diz: meu nome está ali. Qual o nome da moça?

**Resposta:** Alice da Luz. (ali se dá luz).

## RODEIO DOS ANIMAIS



### MATERIAIS:

Nenhum

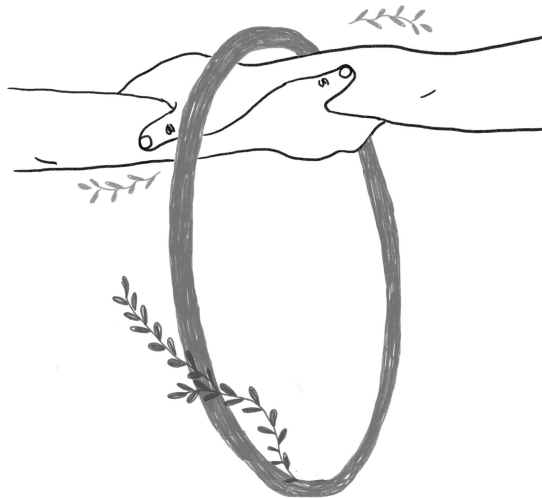
### DURAÇÃO:

15 a 20 minutos

## PROCEDIMENTO

- 1) O facilitador estipula que a partir de agora ninguém mais poderá falar nada e solicita aos participantes que fechem seus olhos.
- 2) Peça a eles que imaginem o seu animal favorito: que bicho é esse? Qual a cor, a espécie, o som que emite?
- 3) Agora que todos pararam e prestaram atenção em seu animal favorito, peça para que abram os olhos, mas permaneçam em silêncio.
- 4) O grupo deverá a partir deste momento, formar uma fila, do menor para o maior animal, considerando seu porte, SEM FALAR qual o bicho, utilizando-se apenas de imitação dos movimentos do animal ou do som que ele emite.

## PASSA BAMBOLÊ



### MATERIAIS:

Bambolês

### DURAÇÃO:

10 a 20 minutos

### PROCEDIMENTO



- 1) Esta brincadeira pode ser realizada de duas formas: cooperativa ou competitiva.
- 2) Modo cooperativo: os participantes formam um círculo, de mãos dadas (como na imagem acima) e o facilitador pendura um bambolê em uma junção de braços e pede ao grupo que faça o bambolê passar por todos e retornar ao ponto inicial sem que ninguém solte os braços. Dá pra dificultar, colocando novos bambolês aos poucos, que não podem se encontrar.
- 3) Modo competitivo: formam-se dois subgrupos e eles competem entre si, vendo quem cumprirá a tarefa antes. O facilitador pode fazer em fila ou círculo e incluir momentos curtos de planejamento da equipe (30s).

## PASSA CARETA



### MATERIAIS:

Nenhum

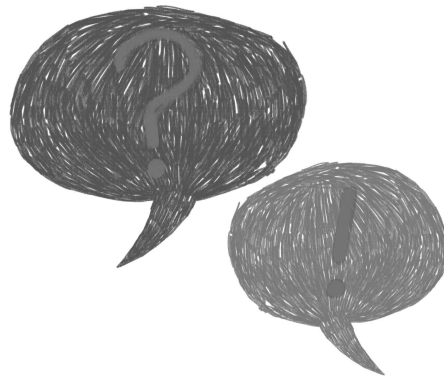
### DURAÇÃO:

5 a 10 minutos

## PROCEDIMENTO

- 1) Participantes em roda.
- 2) Facilitador explica que hoje faremos um “telefone sem fio” diferente, onde passaremos para frente uma careta.
- 3) Todos devem ficar bem próximos no círculo, ombro com ombro, olhando para baixo.
- 4) A pessoa que vai iniciar dá um leve apertão na mão do colega a sua direita que, ao sentir o apertão, deve olhar para o colega que o chamou para receber a careta. OS DEMAIS DEVEM PERMANECER COM AS CABEÇAS BAIXAS.
- 5) O colega que recebeu a careta faz como o anterior: dá um leve aperto na mão do colega para que ele olhe para a careta e repasse adiante, até que chegue ao último, que deve rá mostrar a careta que recebeu e verificar se está correta.
- 6) Aqueles que forem recebendo a careta podem observar a continuidade da brincadeira, não sendo necessário baixar a cabeça novamente.

## O QUE É O QUE É



### **MATERIAIS:**

Lista de perguntas de “o que é, o que é?”

### **DURAÇÃO:**

Enquanto for interessante para o grupo

### **PROCEDIMENTO**

Pode ser realizado de duas formas: em grupo ou individualmente, em roda.

- 1)** Todos em roda, o facilitador ao centro. O Facilitador se dirige a um participante e faz uma pergunta da lista.
- 2)** Se responder corretamente permanece no jogo, senão, a pergunta passa para o próximo colega da roda e aquele não soube ou errou é eliminado.
- 3)** Em grupo, dividir a turma em dois ou mais subgrupos. O facilitador fica no centro e diz a anedota. A equipe que souber a resposta deve correr até o facilitador e bater na mão dele para dar a resposta. Se correta, pontua a seu favor, se não, ponto para equipe adversária! (desta forma, incentiva-se que o grupo pense antes de responder).

## BEXIGAS NO AR



### MATERIAIS:

Bexigas coloridas (balões)

### DURAÇÃO:

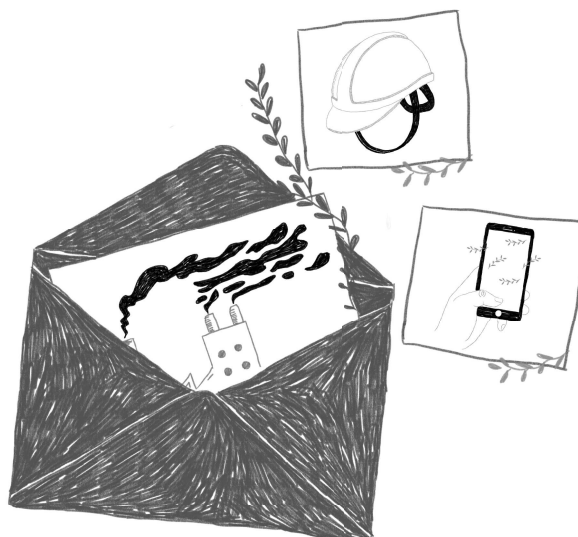
5 a 10 minutos

## PROCEDIMENTO

- 1) Cada participante recebe um balão.
- 2) O orientador pede que os participantes encham seu balão e brinquem com ele, jogando para cima, dando chutes... mas não podem deixar que o balão toque o chão.
- 3) Aos poucos o facilitador vai retirando pessoas, discretamente, e pedindo que elas abandonem seu balão, deixando-o por conta do grupo;
- 4) O facilitador deve ser provocativo e estimular o grupo a não deixar os balões caírem, o todo o tempo!

**DICA:** Este vitalizador pode ser utilizado para divisão de equipes, inserindo-se um pedacinho de papel com alguma palavra ou outras características (tamanho, cor, forma, números...) que gerem identificação entre os membros. Aqueles que tiverem consígnas iguais, formam uma equipe.

## CONTINUE...



### MATERIAIS:

Envelope grande ou saco plástico opaco, imagens diversas de revistas (paisagens, pessoas, produtos...), em número ao menos duas vezes maior que o número de participantes

### DURAÇÃO:

de 10 a 15 minutos, depende do tamanho do grupo

## PROCEDIMENTO

- 1) Solicitar que o grupo fique em círculo, podendo ser sentado ou em pé.
- 2) O facilitador tem em suas mãos o envelope (ou saco plástico) com as imagens dentro.
- 3) Ele retira uma imagem, mostra para o grupo e com ela inicia uma história.
- 4) Em seguida, o envelope passa para o colega ao lado, que, sem escolher, retira outra imagem, revela para o grupo e continua a história com base nesta imagem, procurando manter o nexó.
- 5) O resultado é muito divertido. Se o grupo for pequeno, pode-se passar o envelope mais de uma vez por cada participante.

## TOQUE O QUE EU DIGO, NÃO O QUE TOCO!



### **MATERIAIS:**

Nenhum

### **DURAÇÃO:**

5 minutos ou enquanto for interessante ao grupo

### **PROCEDIMENTO**

- 1)** O facilitador inicia explicando que este é um vitalizador de concentração, e que a regra é que os olhares devem ficar o tempo todo no facilitador. De fora alguma se pode desviar o olhar.
- 2)** O facilitador orienta a brincadeira: “Quando eu disser toque a barriga, você deve colocar sua mão na barriga. Toque a orelha, você deve colocar a mão na orelha... e assim por diante, sempre obedecendo ao que eu digo, e não o que eu faço!”. O grupo deve tocar a parte do corpo que o facilitador FALAR, e não a que ele tocar.
- 3)** O facilitador deve iniciar coordenando o movimento: tocando a mesma parte do corpo que disser. Aos poucos ele deve trocar: falar uma parte do corpo e tocar outra.
- 4)** Aqueles que seguirem o movimento e não a ordem falada são eliminados.

**DICA:** Facilitar este jogo não é tão simples! Exige bastante coordenação por parte do facilitador. Mas vale a pena tentar, o resultado é bem divertido! Treine!

## SEIS PALAVRAS



### MATERIAIS:

Um objeto qualquer para esconder

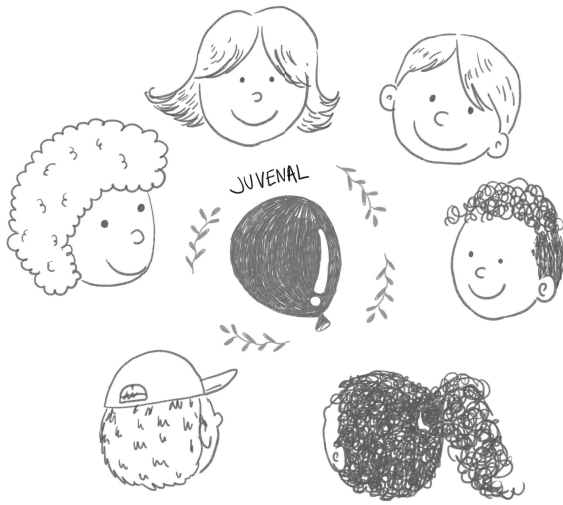
### DURAÇÃO:

5 minutos ou enquanto for interessante ao grupo

## PROCEDIMENTO

- 1) Solicite aos participantes que se coloquem em círculo;
- 2) Peça que um voluntário se coloque no centro do círculo e que os demais fiquem bem colados, ombro a ombro, evitando deixar espaços entre si, e deixem as mãos para trás;
- 3) Enquanto circula pelo lado de fora do círculo, diga aos participantes que você depositará nas mãos de alguém da roda um objeto e que, aquele que recebê-lo, deve disfarçar que o possui, não deixando que o voluntário no centro da roda perceba;
- 4) Explique ao grupo que, ao seu sinal, o voluntário terá três chances de acertar com quem está o objeto: se errar, o facilitador entregará a uma nova pessoa e um novo voluntário pode assumir o centro da roda, ou a mesma pessoa permanece até que acerte, tudo conforme combinados com o grupo. Se acertar com quem está o objeto, deve dizer uma letra do alfabeto para esta pessoa que, imediatamente passa o objeto para a pessoa do lado, que o repassa, como uma batata quente.
- 5) A pessoa que estava com o objeto tem o tempo de o objeto dar uma volta pela roda, até que chegue nela novamente, para dizer seis palavras que comecem com a letra que a pessoa do centro da roda apontou. Caso não consiga, deverá assumir o centro, caso consiga, fica no seu lugar e a pessoa do centro permanece.

## O QUE HOVE JUVENAL?



### **MATERIAIS:**

Um objeto qualquer para passar de uma pessoa para outra e representar o “Juvenal”

### **DURAÇÃO:**

Uma rodada completa, ou enquanto for interessante

## PROCEDIMENTO

- 1) Solicitar que o grupo se posicione em roda;
- 2) Explicar ao grupo que o objeto será o Juvenal, que passará de mão em mão aleatoriamente e que, a cada vez que for repassado, terá um novo fato incluído em sua vida;
- 3) Este é o Juvenal... (passar para um colega);
- 4) Este é o CARRO que o Juvenal dirige... (Passar para um colega);
- 5) Este é o PREGO que furou o pneu do carro que o Juvenal dirige... (passar para um colega);
- 6) Este é o MARTELO, que entortou o prego, que furou o pneu do carro que o Juvenal dirige (passar para um colega);
- 7) E assim sucessivamente, até que todos tenham recebido o Juvenal e incluído um ponto em sua história.

## PASSEIO NA MONTANHA RUSSA



### **MATERIAIS:**

Humanos, sala ampla (cadeiras móveis)

### **PROCEDIMENTO**

- 1)** O Facilitador convida o grupo para um passeio de montanha-russa: todos devem ficar numa única fila;
- 2)** O combinado é: quando o facilitador emitir o som “clec, clec, clec...”, todos devem marchar... o facilitador dirá se estão subindo ou descendo: se subindo, andam mais devagar, se descendo, andam mais rápido; Quando o facilitador falar: “curva para a direita!!”, todos devem tombar o corpo para a direita e gritar “uuuuuuuuuuu!”, assim como, quando falar “curva para a esquerda, tombar o corpo para a esquerda e gritar, como se estivessem numa montanha-russa;
- 3)** Quando estiver chegando a parada, o facilitador informa ao grupo e todos fazem o barulho do freio: “shh, shh. Shhhhhh!”;
- 4)** Voltar aos lugares e iniciar a oficina.