



ATIVIDADES DE CURTA DURAÇÃO

Adapte as seguintes atividades conforme necessário:

- **A teia:** Reúna os formandos num círculo. Entregue a um formando uma bola de fio. Este primeiro formando deverá partilhar um facto divertido sobre si e atirar a bola de fio a outro formando sendo que deverá ficar a segurar a ponta do fio até ao final da atividade. Quando todos os formandos tiverem tido a sua vez, verão que criaram uma teia.
- **Olá, o meu nome é...:** Reúna os formandos num círculo e solicite que se apresentem uns aos outros. Peça ao primeiro formando que diga o seu nome e aperte a mão de um outro colega. O segundo formando dirá então o seu nome. Peça aos formandos para observarem quantas pessoas podem conhecer num minuto (ceda mais tempo se necessário), e dê um prémio ao formando que se lembre de todos os nomes dos seus novos amigos.
- **3= Saltar:** O número "1" significa andar, o "2" significa ficar de pé sobre um pé, e o "3" significa saltar! Faça com que os formandos se reúnam na sala de aula. Cada aluno apresenta-se e depois tem a oportunidade de gritar o número da sua escolha. Também pode utilizar letras, animais ou cores para representar diferentes movimentos. Abrande o ritmo e/ou altere os movimentos para acomodar deficiências físicas - por exemplo, solicite aos formandos para sorrirem ou gritarem "Hurra!" em resposta a determinados números.
- **Coisas Favoritas:** Distribua aos formandos um pedaço de papel e peça
- Solicite-lhes que desenhem as suas coisas favoritas. Certifique-se de que são tão criativos quanto possível. Pode ser a cor, o animal, a comida ou o livro favorito, etc. Convide-os a partilharem as suas coisas favoritas com a turma e a encontrarem outro colega que goste de pelo menos uma das mesmas coisas.
- **Se Eu Fosse um Animal:** Solicite aos formandos para partilharem com a turma que animal escolheria ser. Convide-os a fazer o som do seu animal favorito.

Project implemented by:





- Faça um elogio: Ninguém é demasiado velho para elogios! Esta atividade permite que os formandos se sintam melhor consigo próprios, partilhando elogios. Nas costas de cada formando é colado um papel. Cada formando terá de escrever um elogio no papel nas costas de todos os outros formandos. Todos os formandos, sem exceção, deverão receber elogios. Depois, os formandos podem ler todos os elogios que lhes tenham sido feitos.

Project implemented by:

