



Escola Superior de Educação, Comunicação e Desporto  
Instituto Politécnico da Guarda

# RELATÓRIO DE ESTÁGIO

Licenciatura em Animação Sociocultural

Marta Raquel Simões Louro  
janeiro | 2012



*Instituto Politécnico da Guarda*

*Escola Superior de Educação, Comunicação e Desporto*

# **Relatório de Estágio**

**Mizar Village**

Marta Raquel Simões Louro  
janeiro 2012

Instituto Politécnico da Guarda

**Escola Superior de Educação, Comunicação e Desporto**

**Ficha de Identificação**

**Nome:** Marta Raquel Simões Louro

**Número:** 5006811

**Curso:** Animação Sociocultural

**Docente orientador da ESECD:** Dr.<sup>a</sup> Ana Lopes

**Organização:** Mizar Village

Clube de Vale de Leão

Vais - Buarcos

3080-378 Figueira da Foz

Portugal

**Telefone:** 233 432 601

**E-mail:** info@mizar.pt

**Web:** [www.mizar.pt](http://www.mizar.pt)

**Orientador Institucional/Instituição Recetora:** Gabriela Moreira

**Início do estágio:** 11 de julho de 2011

**Fim do estágio:** 11 de outubro de 2011

## Dedicatória

*Os nossos pais amam-nos porque somos seus filhos, é um fato inalterável. Nos momentos de sucesso, isso pode parecer irrelevante, mas nas ocasiões de fracasso, oferecem um consolo e uma segurança que não se encontram em qualquer outro lugar.*

Bertrand Russell

Dedico este relatório e todo o meu percurso acadêmico aos meus pais, as pessoas mais importantes para mim, sem as quais não teria podido alcançar um dos meus maiores objetivos, assim concretizando um dos seus maiores desejos enquanto pais. Espero, um dia, conseguir agradecer toda a sua dedicação, todo o seu esforço, todo o apoio que sempre souberam dar-me, e, reconhecendo as dificuldades por que passaram para que eu me pudesse tornar no que hoje sou, retribuir esse seu gesto generoso, pela minha capacidade de entrega à profissão que decidi abraçar. Ficará, então, provado que, ao longo do nosso percurso, faz todo o sentido a nossa luta pelo alcançar de objetivos definidos, desde que por eles saibamos lutar, o que se consegue melhor se tivermos junto de nós quem conosco partilhe os momentos difíceis, fazendo-nos acreditar nas nossas capacidades, sem nunca permitir que a palavra desistência faça parte do nosso cotidiano. É essa força de acreditarmos em nós, é a nossa disponibilidade total para nos entregarmos convictamente aos nossos ideais que poderão fazer de nós justos vencedores.

No final deste percurso, poderemos ter a consciência plena de que o nosso esforço foi recompensado, e, parafraseando Pessoa, com ele garantir que tudo vale a pena quando a alma não é pequena.

## **Agradecimentos**

Agradeço à Escola Superior de Educação, Comunicação e Desporto da Guarda pelo apoio durante estes três anos de licenciatura, aos docentes com quem me cruzei no meu percurso nesta mesma instituição e que me transmitiram conhecimentos que se tornaram bastante proveitosos no decorrer do estágio e que, estou convicta, também no meu futuro profissional se irão tornar frutuozos.

Também não quero deixar de agradecer à Dra. Ana Lopes, orientadora de estágio na ESECD, pelo seu apoio, disponibilidade e, acima de tudo, pelas suas críticas construtivas que me permitiram alcançar mais um objetivo delineado.

Não poderia deixar de mencionar a instituição que me acolheu nestes três meses, Mizar Village, por me ter recebido de uma forma fantástica, apoiando-me nos momentos em que vacilava, incentivando-me também quando era bem sucedida. Tive igualmente a oportunidade de provar o meu valor enquanto futura animadora, com a ajuda da equipa e com especial destaque para a minha orientadora na instituição que se mostrou sempre prestável e disponível para me ajudar.

Quero também agradecer aos meus pais todo o seu apoio, reconhecendo o esforço realizado nos bons e maus momentos, bem como ao meu namorado pelo seu constante incentivo e pela sua insubstituível presença em todas as fases determinantes neste percurso e, acima de tudo, por ser e continuar a ser o meu melhor amigo, dando plenamente sentido ao mais profundo significado desta palavra intemporal que para sempre marcará as nossas vidas. Devo igualmente aos pais do André uma palavra de reconhecimento por todo o apoio que sempre me deram, tratando-me como uma filha, apoiando-me nos momentos difíceis, ajudando-me a encontrar o rumo certo quando nos sentimos mais frágeis.

Por último, mas não menos importante, a todos os meus amigos que me proporcionaram uma verdadeira vida de estudante, em especial, claro, à minha mana Liliana, por sempre ter estado ao meu lado durante este percurso, o meu muito obrigado.

A todos o meu sentido bem-haja!

# Índice

<b>Índice de Figuras .....</b>	<b>VI</b>
<b>Índice de Quadros.....</b>	<b>VI</b>
<b>Listagem de Siglas .....</b>	<b>VII</b>
<b>Introdução .....</b>	<b>1</b>
<b>Capítulo 1 - Enquadramento Teórico</b>	
1.1-Animação Sociocultural: conceito.....	3
1.2- Animação Socioeducativa e Animação Desportiva.....	4
1.3- Importância da Animação Sociocultural nos tempos livres .....	5
1.4- Campos de Férias .....	6
<b>Capítulo 2 - Contextualização do Local de Estágio</b>	
2.1- Caracterização da Instituição.....	10
2.2-Âmbitos da Instituição.....	11
2.3- Principais Programas .....	15
<b>Capítulo 3 - Estágio</b>	
3.1- Estágio .....	18
3.2- Caracterização do público-alvo .....	18
3.3. Atividades desenvolvidas .....	19
<b>Reflexão final .....</b>	<b>36</b>
<b>Bibliografia.....</b>	<b>38</b>
<b>Web Grafia.....</b>	<b>39</b>
<b>Listagem de Anexos .....</b>	<b>40</b>

## Índice de Figuras

<b>Figura 1</b> - Atividade de <i>Rapel</i> .....	27
<b>Figura 2</b> - Atividade de <i>Slide</i> .....	27
<b>Figura 3</b> - Jantar temático Azul .....	28
<b>Figura 4</b> - Preparação da noite havaiana.....	28
<b>Figura 5</b> - Jogo de futebol humano.....	28
<b>Figura 6</b> - Jogo do copo .....	28
<b>Figura 7</b> - Participante a fazer escalada .....	29
<b>Figura 8</b> - Os participantes a desenharem e pintarem a sua bandeira.....	33
<b>Figura 9</b> - Bandeira dos mais novos .....	33
<b>Figura 10</b> - Acampamento dos mais novos e médios .....	33

## Índice de Quadros

<b>Quadro I</b> - Calendarização semanal (11-7-2011 a 15-7-2011) .....	20
<b>Quadro II</b> - Calendarização semanal (18-7-2011 a 23-7-2011).....	20
<b>Quadro III</b> - Calendarização semanal (25-7-2011 a 29-7-2011) .....	21
<b>Quadro IV</b> - Calendarização semanal (1-8-2011 a 5-8-2011).....	22
<b>Quadro V</b> - Calendarização semanal (8-8-2011 a 10-8-2011) .....	22
<b>Quadro VI</b> - Calendarização semanal (13-8-2011 a 20-8-2011).....	23
<b>Quadro VII</b> - Calendarização semanal (20-8-2011 a 27-8-2011).....	24
<b>Quadro VIII</b> - Calendarização semanal (3-10-2011 a 9-10-2011) .....	25

## **Listagem de Siglas**

ESECD- Escola Superior de Educação, Comunicação e Desporto

ASC- Animação Sociocultural

OTEL- Ocupação de Tempos Livres com Alojamento



## **Introdução**

O estágio é o culminar de um percurso de aprendizagem, de reflexões, de ideias trocadas, de fracassos e vitórias que preparam o indivíduo para exercer a sua futura profissão. O presente relatório é desenvolvido no âmbito da Unidade Curricular Estágio do 3º ano do curso de licenciatura de Animação Sociocultural lecionada na Escola Superior de Educação, Comunicação e Desporto da Guarda.

Para esta unidade curricular, mais concretamente o estágio desenvolvido, apresentava como objetivos gerais o conhecimento do trabalho efetuado por uma empresa que atue na área da Animação Sociocultural com valência em campos de férias de forma a poder atuar como animadora nesta vertente que me desperta bastante interesse e curiosidade. Também a oportunidade de cooperar com a equipa multidisciplinar da instituição acolhedora e aplicar, sempre que possível, enquanto profissional de A.S.C, as metodologias mais adequadas a cada âmbito da instituição onde estive inserida. Por último, crescer a nível profissional e pessoal.

A Mizar Village foi o local escolhido para estagiar durante um período de três meses, entre 11 de julho a 11 de outubro. Esta escolha deve-se às minhas aspirações e perspetivas profissionais e pessoais, dado que pretendia estagiar num lugar que fosse ao encontro dos objetivos delineados anteriormente e das minhas expectativas iniciais, um local dinâmico e com grande diversidade de público, que me permitisse trabalhar com várias faixas etárias, proporcionando-me ferramentas para conseguir aplicar conhecimentos adquiridos até ao momento e aprender ainda mais acerca da animação.

Este documento pretende ser um suporte concreto de experiências, aprendizagens, dificuldades e vitórias que decorreram ao longo destes três meses.

O relatório apresenta-se dividido em três capítulos. O primeiro aborda o conceito de A.S.C e de domínios específicos diretamente ligados ao estágio, ao mesmo tempo que se debruça sobre o papel do animador. Além disso, também explica a importância da A.S.C nos tempos livres, mais especificamente em campos de férias.

No segundo capítulo faz-se uma caracterização da empresa, dos seus objetivos, âmbitos e programas mais difundidos.

Por fim, no terceiro capítulo, são descritas as atividades realizadas neste período, assim como as reflexões e avaliações mensais deste estágio, acrescidas de uma reflexão final referente a todo este percurso.

# **Capítulo 1**

## **Enquadramento Teórico**

## 1.1-Animação Sociocultural: conceito

A origem da Animação Sociocultural não é exata nem concisa. Puig (1985) acredita que já Platão se apresentava como um Animador Sociocultural. Contudo, a maioria dos autores que escreve sobre a animação reconhecem sua origem aquando dos efeitos sentidos após a Revolução Industrial.

A palavra animação aparece pela primeira vez no ano de 1945 em França. Podemos apontar inúmeros sinónimos para o vocábulo animação, desde alegria, divertimento, entusiasmo, movimento, vida, entre outros. Mas será que esta palavra no contexto da Animação Sociocultural é apenas isto?

Decerto que não, pois, neste contexto, tal palavra se reveste de um significado muito mais rico do que o que está inerente a um conjunto de sinónimos encontrados num simples dicionário.

O conceito de animação surge da fusão de duas palavras, “anima” que significa dar vida, dar ânimo, e da segunda “animus” que pressupõe dinamismo e movimento.

A A.S.C, inserida no âmbito das Ciências Sociais, *é um conjunto de práticas sociais que têm como finalidade estimular a iniciativa e a participação das comunidades no processo do seu próprio desenvolvimento e na dinâmica global da vida sociopolítica em que estão integrados* (Unesco 1997).

Também Avelino Bento (2003, pág. 120) define a animação *como uma forma de ação sociopedagógica que, sem ser a única, se caracteriza pela procura e pela intencionalidade de gerar processos de participação das pessoas em áreas culturais, sociais e educativas que correspondam aos seus próprios interesses e necessidades.*

A A.S.C fomenta assim o desenvolvimento do indivíduo e a sua educação para a cidadania, promove também a comunicação e a participação, a ocupação criativa dos tempos livres e o crescimento e realização pessoal e social do indivíduo, através das metodologias mais adequadas. Essas metodologias podem ser desenvolvidas em grupos ou de forma individual e pretendem assumir-se como a renovação de comportamentos e atitudes, estimulando no indivíduo uma participação em atividades (lúdicas, recreativas, sociais, culturais ou de lazer) colocadas ao seu dispor, que vão ao encontro das suas necessidades e interesses, podendo revestir-se de um cariz cultural, social e educativo.

Estas três dimensões (cultural, social e educativa) que estruturam a A.S.C são fundamentais e vão ao encontro das áreas procuradas pelo indivíduo consoante os seus

interesses e necessidades. Contudo, a A.S.C. também apresenta uma dimensão enquadradora, que se subdivide em três vertentes, contemplando aspetos de carácter histórico, conceptual e contextual.

Na base da A.S.C existem diferenciados âmbitos: etário (Animação de crianças, jovens, adultos e idosos), territorial (urbano e rural) e temático (Animação desportiva, socioeducativa, turística, comunitária, musical, teatral, entre outros). Este âmbito temático apresenta diferentes formas de atuar, dependendo das técnicas, atividades e recursos.

## **1.2- Animação Socioeducativa e Animação Desportiva**

Como referido anteriormente, tanto a animação socioeducativa, como a animação desportiva estão inseridas nos âmbitos temáticos da Animação Sociocultural.

A animação socioeducativa para Lopes (2008, pág. 385) é entendida como *“um trabalho específico, fora do contexto (institucional) com crianças e pré adolescentes contribuindo para o seu desenvolvimento biopsicosocial através de atividades em que seja feito apelo à criatividade, afirmação pessoal...”*

Este âmbito da A.S.C surge associada a ações desenvolvidas em campos de férias, acampamentos e a outro tipo de atividades relacionadas com o ar livre, direcionadas normalmente para crianças e adolescentes. Assim, a animação procura o desenvolvimento pessoal e social, tanto nas crianças como nos jovens, inculcando-lhes hábitos saudáveis, expandindo a sua criatividade e as suas relações individuais e de grupo.

A animação socioeducativa procura, em contexto não formal, que as pessoas aprendam a desenvolver as suas capacidades, a socializarem com as comunidades de forma a serem cidadãos autónomos, dando azo a que exista um conhecimento do meio envolvente. Esta vertente da A.S.C manifesta-se em atividades lúdicas, onde se pode desenvolver a criatividade, a participação e a satisfação do participante, recorrendo a técnicas de A.S.C como, por exemplo, o teatro, as artes plásticas, os jogos, entre outros.

Para o cumprimento destes objetivos da animação socioeducativa, o animador desempenha o papel de educador e a sua metodologia baseia-se na participação de todo o grupo conjugando movimentos educativos através de programas e atividades extraescolares.

A animação desportiva segundo Bruno Alves (2010, pág.5) *surge com grande regularidade associada aos programas de preenchimento dos tempos livres, das férias*

*escolar, das jornadas de convívio entre turmas ou escolas...atingindo um grande número de atividades e de pessoas”.*

Numa primeira fase, a animação desportiva surgiu ligada ao campo da recreação e destinava-se a indivíduos que procuravam uma prática desportiva não formal. No entanto, atualmente esta vertente da animação tem objetivos mais específicos, como o bem-estar físico, mental e social, a recreação, o prazer de participar e a ocupação do tempo livre sem que o objetivo final seja o resultado competitivo colocado em certos desafios.

A contribuição da animação desportiva para a formação e desenvolvimento dos participantes deve ir além da componente física, cabendo-lhe contribuir para o desenvolvimento psíquico e servir como exemplo de espírito e ética desportivos.

O animador, como responsável pela atividade e pelo objetivo da mesma, deve acompanhar o participante para que este tenha um comportamento e atitude que se enquadre dentro do espírito desportivo e da competição saudável.

A animação desportiva é o resultado da ligação da atividade e recreação desportiva com as técnicas da animação, uma vez que se baseiam e se apoiam em pedagogias e atividades participativas.

Como se pode verificar, a Animação Socioeducativa e a Desportiva têm bastante em comum, como, por exemplo, o facto de ambas se poderem desenvolver em ambientes não formais, ou até numa visão mais futurista, quem sabe, em ambientes formais, ambas educam e levam à participação espontânea. Conseguem também associar o lúdico com o educar e preencher os tempos livres com qualidade, pois não podemos esquecer que o tempo livre deve ser sinónimo de aprendizagem, cultura, educação e divertimento.

### **1.3- Importância da Animação Sociocultural nos tempos livres**

Atualmente, para o ser humano, o direito ao tempo livre é tão ou mais importante como o direito à educação, trabalho ou saúde. Este tempo de lazer permite ao indivíduo realizar atividades que lhe proporcionem momentos que o satisfaçam.

Segundo Susana Francisco (2008), existem vários tipos de tempos. Assim, existe o tempo de trabalho onde se cumprem as tarefas laborais e um tempo depois do trabalho laboral. Este período depois do trabalho laboral divide-se ainda num tempo para atividades quotidianas, como as tarefas domésticas ou necessidades fisiológicas. Por fim, existe o tempo livre, a que chamamos ócio.

*O ócio é um conjunto de ocupações às quais o indivíduo se pode entregar de forma completamente voluntária depois de se ter libertado das suas obrigações profissionais, familiares e sociais, para descansar, para divertir-se, para desenvolver a sua informação e formação ou para participar voluntariamente na vida social da sua comunidade.* (Dumazedier, 1973)

Neste tempo designado como ócio, o indivíduo pode optar por atividades que satisfaçam as suas necessidades pessoais e que podem passar pelo descanso, divertimento ou aumento dos seus conhecimentos.

É neste espaço de tempo que a A.S.C é “chamada” a intervir, propondo um tempo onde se desenvolvam a criatividade, a participação, educação, formação, aprendizagem, conhecimento, diversão e também um espaço que pode e deve ser aproveitado para desenvolver projetos sociais que previnam condutas desviantes. Contudo, é sempre importante salientar que neste tempo não se devem inculcar na educação atividades impostas, deve ser o indivíduo a procurar a atividade que mais lhe agrada e com a qual melhor se identifica.

Pretende-se assim um melhor aproveitamento do tempo não laboral, uma procura da educação numa perspetiva de autodeterminação em que as necessidades e interesses sejam preponderantes na escolha das atividades.

Segundo Puig e Trilla (2004), existem âmbitos da A.S.C a ser tidos em conta neste tempo livre como as colónias de férias e acampamentos, clubes de tempo livre, brinquedotecas, ludotecas e outras instituições, movimentos, associações e serviços que estão ligados à ocupação do tempo livre.

## **1.4- Campos de Férias**

Os acampamentos, campos de férias, clubes desportivos, tertúlias, entre outros, constituem um recurso fundamental para o desenvolvimento de atividades de ócio ligadas à Animação Sociocultural.

Os campos de férias nascem como uma atividade educativa, inserida no âmbito da Animação Socioeducativa e são espaços que associam vivências, atividades, partilhas e objetivos.

Segundo Mariana Lopes (2005, pág.11), *“O campo de férias são atividades educativas intimamente ligadas a um povo de cultura viva, a um contexto concreto, ao grupo de pessoas*

*que a projetam, a uma instituição que as promove, a um projeto educativo que as sustenta e a atividades quotidianas. Possibilitam uma vivência intensiva de relações interpessoais e, desta forma, em grupo, assumindo e vivendo os conflitos e consensos; possibilitam relações educador-educandos diferentes das que se estabelecem nas escolas; possibilitam um retorno à natureza e supõem uma vivência de sensações afetivas e emocionais novas pelos participantes”.*

Os campos de férias apresentam-se como espaços de experiências fortes e espaços educacionais em tempo livre. Cria-se, assim, um ambiente onde é possível viver-se em função de componentes várias, compreendendo as vivências partilhadas, as aprendizagens tanto por parte do animador/participante, como do participante/equipa. Deste modo, permite-se igualmente à criança ou ao jovem desenvolver a sua criatividade e imaginação, incentivando simultaneamente um maior espírito de participação. Na maioria dos casos, a vantagem da proximidade com a Natureza é uma mais-valia, pois normalmente estes espaços localizam-se junto de zonas verdes e arborizadas, ou no seu interior.

Como esclarece Mariana Lopes (2005, pág.12), os campos de férias *“são espaços para a educação social, sendo uma experiência coletiva que supera em quantidade e intensidade outras comunidades a que a criança ou o jovem está acostumado”.*

Apresentam-se, assim, sem sombra de dúvida, como um espaço de ócio, onde o participante procura um espaço que lhe permita desenvolver as suas potencialidades e também ter um estilo de vida diferente do vivido em torno do seu meio familiar e escolar, onde pode usufruir de uma maior liberdade e autonomia.

A mesma autora enumera, assim, os objetivos que devem estar sempre presentes aquando da realização de campos de férias, salientando sobretudo o respeito pelo ritmo de aprendizagem da criança e do jovem, a proteção do participante em relação aos perigos a que normalmente estão expostos, como a depressão, o *bulling*, o isolamento, entre outras. É aqui que acontece o despertar do seu sentido crítico, o fomentar das suas relações interpessoais, desenvolvendo-se a capacidade de cativar o seu interesse pelas atividades propostas com o intuito de neles inculcar o espírito do jogo saudável através de novas vivências, levando-os assim a descobrir as suas capacidades e destrezas despertando-lhes emoções como a alegria, o entusiasmo e o verdadeiro gosto do divertimento. Contudo, isto só será possível se por parte do animador existir um espírito aberto a novas vivências e desafios e se evidenciar algumas características pessoais e profissionais, como, por exemplo:

- ☆ Humor
- ☆ Maturidade

- ☆ Energia
- ☆ Capacidade de ser prestável
- ☆ Humildade
- ☆ Bem-estar (físico e psicológico)
- ☆ Capacidade de aguentar a pressão de um campo de férias
- ☆ Firmeza
- ☆ Espírito de organização
- ☆ Capacidade de diálogo
- ☆ Capacidade de criar relações com um grupo
- ☆ Conhecimento técnico da sua profissão e objetivos
- ☆ Espírito de iniciativa e sacrifício
- ☆ Criatividade
- ☆ Responsabilidade
- ☆ Deve ser e ser visto como um exemplo
- ☆ Autonomia da sua vida pessoal

Ser animador de campos de férias significa ter vocação e gosto pelo trabalho pedagógico, ter a capacidade de animação e de mobilização, ter a capacidade de liderança e decisão, saber relacionar-se adequadamente com crianças e jovens, saber integrar-se e trabalhar em equipa e também conseguir assumir plenamente o papel de educador. É este pensamento e postura que devem nortear a atitude de um animador de campo de férias, precisando, além do mais, de ser rigoroso consigo mesmo porque tem bastantes deveres, desde as crianças ou jovens que estão à sua responsabilidade, à capacidade revelada para organizar e preparar as atividades, ou mesmo pensá-las, revelando a sua criatividade, dando ainda mostras de ser dotado da perspicácia bastante para reagir perante situações inesperadas, cabendo-lhe resolver imprevistos.

Em suma, o trabalho em campos de férias deve ser um trabalho de grupo, desenvolvido harmoniosamente por parte da equipa pedagógica presente, desde a direção da instituição, aos coordenadores e animadores. O animador é normalmente a pessoa que passa mais tempo com o grupo, a quem compete, sem se impor, transmitir e saber partilhar conhecimentos, valores e experiências. Também é aquele que desenvolve atividades com objetivos concretos, a que se entrega com entusiasmo, alegria, criatividade e liberdade.



# **Capítulo 2**

## **Contextualização do Local Estágio**

## 2.1- Caracterização da Instituição

A Mizar (nome da última estrela da Ursa Maior que a instituição tem como orientadora e inspiradora), Lazer e Comunicação Lda. é uma microempresa privada que desenvolve um projeto de que constam serviços e programas de lazer ativo, aventura, cultura e turismo, direcionados a todas as idades. O seu público é diversificado, desde o participante individual a famílias, grupos, empresas e outras instituições.

A Mizar iniciou-se como uma sociedade em 2006, assim permanecendo até à atualidade. É formada por Rodolfo Proença de Jesus, Alexandre Ramos e Nuno Sanches.

Esta empresa tem como missão formar, dotar e estimular nos jovens as competências que lhes permitam ser Homens e Mulheres íntegros do século XXI, encorajando-os a desenvolver um espírito de liberdade, altruísmo, produtividade, solidariedade e esperança. Também procura estimular-lhes a mente e os sentidos, bem como as suas capacidades e competências pessoais, qualidades humanas, culturais e sociais visando assim uma vida plena em harmonia consigo mesmo e com o meio ambiente.

Os âmbitos desta empresa são os Campos de Férias, Famílias, Escola e *Team Building* (Grupos).

As atividades desenvolvidas na empresa são diversificadas. A calendarização e programação das mesmas são feitas pelos responsáveis da instituição e pelas equipas de animadores. No decorrer das atividades, se os responsáveis assim o entenderem, o programa pode sofrer alterações, desde que tenha como objetivo melhorar o interesse dos participantes.

Para desenvolver as atividades existe uma equipa de animadores permanente no local, esta equipa é reforçada em especial no verão, à medida das necessidades de cada grupo e/ou programa. A seleção de animadores feita pela empresa de forma responsável e criteriosa, assim revelando plena consciência da importância atribuída aos moldes em que devem processar-se os programas de animação. Estes animadores têm de apresentar requisitos indispensáveis, como a experiência em atividades semelhantes, disponibilidade total ou parcial em especial para o verão e ter inequivocamente gosto pela atividade.

A Mizar Village situa-se atualmente no Clube Vale de Leão na Figueira da Foz, no centro do país. É uma empresa que esteve já instalada em vários locais, desde a sua formação (2007), começando por primeiramente se situar em Mesão Frio, no Douro, no Solar dos Albergaria, seguindo-se Fronteira, no Alto Alentejo (2008 e 2009) e, em 2010 e 2011, sediando-se no concelho de Tábua, onde desenvolvi a maior parte do estágio. Os motivos que

levam esta empresa a mudar-se são claros e passam essencialmente pela procura de melhores condições de espaço (logística) e, principalmente, pela busca de melhores condições económicas.

Atualmente a empresa tem ao seu dispor 25 vivendas (capacidade para 8 pessoas no máximo), receção (com internet *wireles*), piscina, campo de ténis, restaurante, bar, sala de jogos, discoteca, sala de convívio, parede de escalada artificial, sala de jogos (*snocker*, dardos, matraquilhos e ping-pong) e espaços exteriores que partilha em parcerias várias para desenvolver atividades, como, por exemplo, o Parque Aventura situado na Serra da Boa Viagem.

## **2.2-Âmbitos da Instituição**

Esta instituição, como foi anteriormente referido, desenvolve o seu trabalho apresentando serviços e programas de lazer ativo, direcionados a todas as idades. Porém, apresenta uma estrutura dividida onde surgem âmbitos distintos como a dinamização dos campos de férias, a organização de viagens escolares, a programação de atividade destinadas a famílias e teambuilding. Esta divisão permite a existência de espaços diversificados norteados por objetivos e estratégias particulares que têm sempre em linha de conta o público específico a que se destinam.

### *Campos de Férias*

Segundo o primeiro artigo do Decreto-Lei n.º 32/2011 de 7 de março de 2011, que se apresenta disponível na íntegra no anexo 3, os *Campos de férias são iniciativas destinadas exclusivamente a grupos de crianças e jovens, com idades compreendidas entre os 6 e os 18 anos, cuja finalidade compreenda a realização, durante um período de tempo determinado, de um programa organizado de carácter educativo, cultural, desportivo ou meramente recreativo;*

A empresa defende que *a participação regular em campos de férias consolida a formação individual, pois previne condutas desviantes, estimula a inteligência e criatividade, ao mesmo tempo que promove comportamentos saudáveis e a interação social assertiva, apoiada em valores éticos e humanitários* (Documentos internos da Mizar, 2011).

O principal objetivo em campos de férias é a concretização de atividades, a segurança, a alegria e o bem-estar físico e afetivo dos participantes num contexto que favoreça o

desenvolvimento pessoal, através dos desafios e situações que vão sendo propostas. Ao mesmo tempo, essas atividades levam os participantes a acreditar mais em si e nas suas potencialidades, contribuindo para um maior e melhor conhecimento de cada um dos intervenientes, neles desenvolvendo a capacidade de partilhar e interagir, o que conduz, necessariamente, a um aumento da autoestima e a uma sensação de inexplicável bem-estar, não só consigo mesmo, mas também com os outros.

As atividades base desta instituição, no âmbito de campo de férias, são o *btt*, o *slide*, a escalada, o *rapel*, o tiro com arco, a orientação, a observação de estrelas, *workshops*, *ateliers* (culinária, jornalismo, dança, drama, fotografia, vídeo, expressão plástica), a organização de festas, passeios, visitas culturais, percursos pedestres e jogos (noturnos ou diurnos que podem ser feitos tanto no interior como no exterior do espaço da empresa).

A empresa apresenta um conceito em campo de férias, denominado *Play Campus*, baseado em três vertentes: lúdica, formativa e comunicativa.

Em campos de férias, a instituição tem na sua estrutura animadores coordenadores e monitores. Estes apresentam as seguintes tarefas:

- ☆ Os animadores coordenadores têm como tarefas coordenar e orientar os animadores na planificação e execução das atividades; calendarizar as atividades; controlar o comportamento dos animadores; reunir com a empresa para lhe dar um *feedback* sobre como está tudo a decorrer e, no final de cada turno, apresentar um relatório de avaliação. Também devem promover o respeito pelo espaço interior e exterior do campo de férias.
  
- ☆ Os monitores têm como tarefas junto do participante orientá-lo aquando da sua chegada e durante a sua estadia; estar com o mesmo nas horas de descanso, na vivenda que lhe for atribuída; ajudar, se necessário, na sua higiene pessoal; fazer, se assim se justificar, um acompanhamento individual do participante; educar para a cidadania; ajudar na limpeza e manutenção diária da vivenda; estar sempre presente nas atividades; controlar o comportamento do grupo evitando que utilizem telemóveis durante as atividades; promover o respeito pelo espaço interior e exterior do campo de férias e não permitir o uso de gestos, atitudes e linguagem obscena.

Segundo o mesmo decreto, citado anteriormente, durante o período em que decorrem as atividades do campo de férias por razões imperiosas de interesse público relacionadas com a segurança dos participantes é obrigatória, no mínimo, a presença de: Um monitor

*para cada seis participantes nos casos em que a idade destes seja inferior a 10 anos; Um monitor para cada 10 participantes nos casos em que a idade destes esteja compreendida entre os 10 anos e os 18 anos. Durante o período de repouso no campos de férias é obrigatória a presença de: Um monitor para cada 18 participantes nos casos em que a idade destes seja inferior a 10 anos; Um monitor para cada 25 participantes nos casos em que a idade destes esteja compreendida entre os 10 anos e os 18 anos.*

A instituição utiliza uma classificação interna para os participantes em campos de férias, que passa pelos designados mais novos, com idades compreendidas entre os 6 e os 11 anos de idade. Seguidamente, existem os médios, que vão desde os 12 até aos 14 anos. Por último, existe a faixa etária dos mais velhos onde se encontram os participantes com idades entre os 15 e os 17 anos de idade.

Esta divisão permanece ao longo de toda a duração de campos de férias, incluindo as atividades, as refeições e as horas de descanso. Contudo, é de salientar que nos períodos de descanso os participantes são separados por sexo, existindo assim vivendas destinadas aos rapazes e às raparigas e com um animador do mesmo sexo sempre presente na vivenda. Em Tábuá existiam 12 vivendas, existindo uma destinada aos animadores que não estavam na vivenda com os participantes, nomeadamente o coordenador e o animador de apoio ao coordenador, designada casa chefe. Nas restantes vivendas, ficavam no máximo 8 participantes do mesmo sexo e da mesma faixa etária com um animador do mesmo sexo. Esta distribuição é da responsabilidade do coordenador, que já tem antecipadamente a lista de participantes, assim podendo fazer a distribuição dos mesmos e dos animadores por vivenda. Aquando da chegada à Mizar os participantes são informados da distribuição pelas vivendas e tomam contacto com o animador que ficará com eles no dormitório, que, de seguida, os acompanha, ajudando-os na sua instalação.

A calendarização dos campos de férias é feita por turnos (os mais novos, os médios e os mais velhos), que englobam duas semanas. No entanto, os participantes podem optar apenas ficar uma semana. Estes turnos iniciam-se e terminam aos sábados. Cada turno apresenta as três classificações e funcionam ao mesmo tempo, sendo, contudo, algumas atividades separadas, ou seja, num mesmo período de tempo podem estar a funcionar três atividades ao mesmo tempo, cada uma destinada a uma faixa etária.

Os turnos realizados foram os seguintes:

- ☆ 1º Turno decorreu entre 2 e 16 de julho;
- ☆ 2º Turno decorreu entre 16 e 30 de julho;
- ☆ 3º Turno decorreu entre 30 de julho e 13 de agosto;

☆ 4º Turno decorreu entre 13 de agosto e 27 de agosto;

Para se inscreverem, os participantes têm de entregar devidamente preenchida uma ficha de inscrição, juntamente com uma fotocópia de B.I, do boletim de vacinas e duas fotografias. Cada semana em campos de férias da Mizar tem um custo por participante de 295 euros. Porém, se este escolher participar em duas semanas, o preço será 550 euros. Independentemente de escolher uma ou duas semanas, o participante tem incluído neste preço o alojamento nas vivendas, alimentação (cinco refeições diárias), seguro de acidentes, assistência médica, participação em todas as atividades do programa, acompanhamento permanente por parte dos animadores e o transporte até à Mizar bem como a viagem de regresso a casa.

### *Viagens Escolares*

Esta empresa também recebe escolas, tanto em programas de viagens escolares (professores/alunos) ou apenas para grupos de estudantes, disponível durante todo o ano e para todas as idades. Normalmente o programa para estes grupos passa pela realização das seguintes atividades: ar livre (escalada, canoagem, *paintball*, provas de orientação,...), lúdicas (discoteca, jogos noturnos, jogos tradicionais) e/ou culturais (passeios a locais de interesse).

Neste âmbito, a responsabilidade pelo grupo pode ser do animador da instituição ou dos professores que acompanhem os alunos, tudo dependendo do acordado com a empresa.

O custo para o participante pode variar consoante vários fatores como a época do ano, o número de alunos, a duração da estadia, o tipo de atividades que o participante escolhe e a necessidade ou não de transporte até à empresa. Contudo, o custo por participante pode ser de 15 euros se o programa for de um só dia, sem pernoita, com almoço e atividades. Se o programa incluir dois dias (uma pernoita), com refeições e atividades, o preço por aluno será entre os 35 euros e 40 euros (consoante a época do ano).

### *Famílias*

Existem também atividades direcionadas para pais e filhos, ou para famílias numerosas que procurem passar um fim de semana diferente. Podem optar por um leque de atividades lúdicas, desportivas e culturais, como escalada, *BTT*, *paintball*, *slide*, *karaoke*, piscina, ténis, entre outras.

Neste âmbito, as atividades são normalmente acompanhadas por um animador da empresa.

## *Teambuilding*

Na Mizar também existem programas para empresas ou grupos mais numerosos que aí podem realizar encontros, formações, estágios, avaliações, eventos, entre outros.

Seja no contexto de lazer, trabalho ou de incentivo ao espírito de equipa, através de atividades de *team-building*, a instituição apresenta neste âmbito programas já elaborados, instalações e equipamentos de que os utilizadores podem usufruir. Estas atividades normalmente têm a presença de animadores para acompanhar estes grupos.

## **2.3- Principais Programas**

Estes programas surgem inseridos nos vários âmbitos da empresa anteriormente mencionados. Existem, de certo modo, para permitir programas mais específicos para um público mais concreto, de forma a tornar os programas mais coesos, concisos e com objetivos mais particulares.

### *Dia Aventura*

Destina-se a grupos de todas as faixas etárias. No entanto, os participantes menores, se não estiverem acompanhados por um adulto, têm de apresentar um termo de responsabilidade.

A empresa oferece normalmente um programa predefinido, por animadores experientes, que se apresenta da seguinte forma:

09h30 - Chegada à Mizar Village

Atividade 1- Escalada no centro de férias

Atividade 2- Canoagem na Foz do Mondego

13h00 - Almoço

Atividade 3- Jogos em campo (*seringaball*, jogos tradicionais, ...)

Atividade 4- Combate de Paintball

Atividade 5- Percurso de BTT para regressar à Mizar Village

Atividade 6- Jogos tradicionais

18h00 - Final do dia

Porém, este pode ser alterado pelo participante, tanto em relação às atividades disponíveis pela empresa, como à sua duração.

### *Dia em Campo*

Este programa é dirigido a um público específico, com idades entre os 7 anos e os 17 anos e é realizado de segunda a sexta-feira.

Para os pais que não têm onde deixar os seus filhos durante o dia, em alturas de férias escolares, a empresa desenvolve este programa onde a criança, sempre acompanhada por um animador, participa nas atividades que a empresa realiza.

### *Jovem OTEL (Ocupação de Tempos Livres com Alojamento)*

Este programa é dirigido às crianças e jovens que não vêm para a instituição inseridos em nenhum grupo ou campo de férias.

O participante é sempre acompanhado por um animador nas atividades que desenvolve, bem como no seu alojamento, refeições e transporte desde o ponto de partida até chegar à Mizar e vice-versa.

### *Workshops*

Dirigidos a grupos ou a participantes individuais, normalmente desenvolvidos nos fins de semana, com o objetivo de propiciar a aquisição de novos conhecimentos e a vivência de momentos de pura diversão.

Temas de workshops:

- ☆ Astronomia
- ☆ Danças Latinas
- ☆ Cozinha Chinesa e Italiana
- ☆ Acrobacias
- ☆ Defesa pessoal
- ☆ *Tai Chi*
- ☆ *Yoga*

Para a maioria destes *workshops* a empresa contrata um ou mais profissionais especializados, relacionados com a área de cada tema do *workshop*, tendo também sempre em consideração o número de participantes presentes.



# **Capítulo 3**

## **Estágio**

### **3.1- Estágio**

O estágio é um processo de aprendizagem indispensável a um profissional que deseja estar preparado para enfrentar os desafios da sua profissão, pois permite associar a teoria à prática, proporcionando igualmente o contacto direto com a realidade da profissão no dia a dia.

A escolha da data de 11 de julho para iniciar o estágio não foi feita ao acaso, pois para realizar atividades ligadas a campos de férias teria de optar pela época de verão, para além de que, aquando do contacto com a instituição, esta logo me comunicou que o estágio só seria viável se começasse naquele momento.

No decorrer deste período o meu horário na instituição foi bastante incerto. Nos primeiros dois meses de estágio, trabalhava das 9h às 13h e das 14h às 22h, isto quando não existiam atividades noturnas ou quando estava com grupos no âmbito de *teambuilding*. Durante o tempo em que estive inserida em campos de férias, o horário era bem diferente, das 9h às 24h, sem contar que, depois desta hora, ainda havia sempre reuniões de animadores. No decorrer do terceiro mês, pratiquei um horário bem diferente, trabalhando das 9h30m às 13h30 e das 14h30 às 19h.

### **3.2- Caracterização do público-alvo**

No decorrer dos dois primeiros meses de estágio, tanto estava inserida como animadora de campos de férias como em *teambuilding*. No decurso do terceiro mês deste período, recebi um grupo no âmbito de viagens escolares. Durante este tempo, tive a oportunidades de trabalhar com um público bastante diversificado, pela diversidade de idades como pelas suas características.

Na Mizar, os campos de férias destinam-se a crianças e jovens, dos 6 aos 17 anos de idade, de ambos os sexos, e podem ainda ser institucionalizadas ou particulares. As crianças e jovens institucionalizados que frequentam a Mizar em campos de férias, provêm de instituições com as quais a empresa possui protocolos (Anexo 2), o que lhes permite uma experiência diferente.

Em relação aos participantes particulares, estes são maioritariamente provenientes de Lisboa, visto a empresa já ter tido a sua sede nesta cidade, pelo que os pontos de encontro

para o transporte até à Mizar são feitos maioritariamente nesta zona. Estes participantes aparecem sempre com grandes expectativas, embora para alguns deles não seja já a primeira vez que participam em campos de férias nesta instituição, o que leva os animadores a procurarem sempre inovar de ano para ano. Contudo, algumas atividades podem ser as mesmas, apesar de nunca serem iguais, visto que o modo como decorrem, bem como o grupo com que são realizadas as torna logo diferentes.

Os grupos com quem contactei como animadora no âmbito de *teambuilding* foram muito diversificados, tanto pelas suas experiências como pelas idades. O primeiro grupo que recebi não era muito grande, apresentando, contudo, características peculiares, pois os participantes eram autistas e tinham idades bem diferenciadas, havendo entre eles crianças, jovens e adultos, sendo os jovens a maioria.

Ainda neste âmbito, trabalhei com dois grupos ligados à religião, uma igreja Metodista e uma igreja Evangélica. Estes dois grupos, além de serem bastante grandes, (pois o primeiro continha aproximadamente 45 pessoas e o segundo rondava as 65) eram muito diferenciados, nomeadamente por incluírem participantes de todas as faixas etárias. Procuraram a Mizar como um espaço que lhes permitisse juntar o grupo para desenvolver as suas próprias atividades, muito direcionadas para a participação, a amizade, a confiança e o amor pelo próximo e pelo grupo. Contudo, também acabavam por realizar atividades colocadas ao dispor pela empresa, embora dessem sempre preferência às suas atividades.

Por último, já no culminar do estágio, fiz parte da equipa de animadores que recebeu um grupo de estudantes universitários, provenientes da Faculdade de Direito de Lisboa. Este programa insere-se numa das valências que a empresa oferece, contemplando concretamente viagens escolares. O grupo era composto por jovens e adultos, na maioria todos estudantes, embora existisse também uma minoria de adultos já formados.

### **3.3. Atividades desenvolvidas**

Não me foi de todo possível propor atividades junto da instituição nem delinear atividades ou projetos, pois a empresa informou-me de início sobre os seus objetivos para grande parte deste estágio, que não passavam de todo pela função de planificar atividades para grupos. As planificações para este período foram feitas por coordenadores e animadores com experiência profissional.

As atividades executadas foram bastante diversificadas mais em campos de férias do que em *teambuilding*, pois uma parte dos grupos recebidos escolhia apenas usufruir do espaço e das refeições porque traziam animadores com eles.

Contudo, é visível nos quadros seguintes até que ponto, ao longo dos três meses de estágio, desenvolvi uma grande diversidade de atividades e tarefas.

**Quadro I- Calendarização semanal (11-7-2011 a 15-7-2011)**

<b>Tipo de Grupo</b>	<b>Data</b>	<b>Manhã</b>	<b>Tarde</b>	<b>Noite</b>
<b>Estadia (grupo de autistas)</b>	11-7-2011	Conhecimento do espaço e das pessoas	Apresentação e acompanhamento da estadia	
	12-7-2011	Escalada	Canoagem	
		Tiro com Arco		
	13-7-2011	<i>Seringaball</i>	Visionamento de um filme	
<i>Slide</i> Piscina		Piscina Discoteca		
<b>Estadia (grupo de crianças da Charneca e de Ansião)</b>	14-7-2011	Piscina	Boa Viagem	Orientação noturna/ <i>road book</i>
		Apoio no pequeno-almoço e almoço	Escalada	
<b>Estadia (grupo de crianças da Charneca e de Ansião)</b>	15-7-2011	Apoio no pequeno-almoço e almoço		

**Quadro II- Calendarização semanal (18-7-2011 a 23-7-2011)**

<b>Tipo de Grupo</b>	<b>Data</b>	<b>Manhã</b>	<b>Tarde</b>	<b>Noite</b>
<b>Campo de Férias</b>	18-7-2011	Apoio ao campo de férias	Piscina	Jogo do Cloedo
<b>Estadia (Igreja Metodista)</b>	19-7-2011	Apoio no pequeno-almoço e almoço	Piscina Apoio no jantar	
<b>Estadia (Igreja Metodista)</b>		Apoio no pequeno-almoço e almoço		

<b>Campos de férias (grupo dos mais novos)</b>	20-7-2011	Apoio ao <i>slide</i>	<i>Atelier</i> de cozinha Piscina	Visualização de um filme com acampamento integrado
<b>Estadia (Igreja Metodista)</b>	21-7-2011	Apoio no pequeno-almoço e almoço Manutenção da Piscina		
<b>Campos de férias (grupo dos mais novos)</b>			<i>Seringaball</i> Piscina	
<b>Estadia (Igreja Metodista)</b>	22-7-2011	Apoio no pequeno-almoço e almoço		Noite de talentos Desvendar amigo mistério
<b>Campos de férias (grupo dos mais novos)</b>			<i>Atelier</i> de cozinha Preparação da noite medieval	
<b>Estadia (Igreja Metodista)</b>	23-7-2011	Apoio no pequeno-almoço e almoço Limpeza de mesa e chão	Despedida da estadia com uma festa organizada pelos mesmos	
<b>Campos de férias (grupo dos mais novos)</b>	24-7-2011	Canoagem	Demonstração e explicação do modo como atuam os cães de busca e salvamento de Seia Piscina	

**Quadro III- Calendarização semanal (25-7-2011 a 29-7-2011)**

<b>Tipo de Grupo</b>	<b>Data</b>	<b>Manhã</b>	<b>Tarde</b>	<b>Noite</b>
<b>Campos de férias (grupo dos mais novos)</b>	25-7-2011	Gincana badalhoça	Assalto ao Castelo	Jogo dos Espíritos (organizado pelos mais velhos)
<b>Campos de férias (grupo dos mais novos)</b>	26-7-2011	Escalada Zarabatana Piscina	Jogo do minuto Piscina	

<b>Campos de férias (grupo dos mais novos)</b>	27-7-2011	Zarabatana Futebol com sabão	<i>Seringaball</i> Piscina	Visualização de um filme com acampamento integrado
<b>Campos de férias (grupo dos mais novos)</b>	28-7-2011	Preparação do salão para o baile de gala Piscina	<i>Atelier</i> de Culinária (preparação do bolo de aniversário para uma participante)	
<b>Campos de férias (grupo dos mais novos)</b>	29-7-2011	Limpeza do pavilhão e seu redor Piscina		

**Quadro IV- Calendarização semanal (1-8-2011 a 5-8-2011)**

<b>Tipo de Grupo</b>	<b>Data</b>	<b>Manhã</b>	<b>Tarde</b>	<b>Noite</b>
<b>Estadia (Igreja Evangélica Lusitânia)</b>	1-8-2011	Apoio ao pequeno-almoço e almoço  Ida a Mortágua e Santa Comba Dão buscar material de Canoagem (pagaias e canoas)	Canoagem  Zarabatana  Tiro com arco  Piscina	
	2-8-2011	Apoio ao pequeno-almoço e almoço	Jogos tradicionais	
	3-8-2011	Apoio ao pequeno-almoço e almoço  <i>Rapel</i>	Caminhada	
	4-8-2011	Apoio ao pequeno-almoço e almoço	<i>Seringaball</i>  Piscina	
	5-8-2011	Canoagem		

**Quadro V- Calendarização semanal (8-8-2011 a 10-8-2011)**

<b>Tipo de Grupo</b>	<b>Data</b>	<b>Manhã</b>	<b>Tarde</b>	<b>Noite</b>
<b>Campos de férias (grupo dos mais novos)</b>	8-8-2011	Piscina	<i>Seringaball</i> Assalto ao Castelo	<i>Road Book</i>
<b>Campos de férias (grupo dos mais velhos)</b>	9-8-2011	<i>Rapel</i> Piscina	Piscina	<i>Slide noturno</i>

<b>Campos de férias</b>	10-8-2011	Canoagem	Batalha naval humana	Caminhada até à Vila
			Jogo do copo	
			Jogo do tubo	

**Quadro VI- Calendarização semanal (13-8-2011 a 20-8-2011)**

<b>Tipo de Grupo</b>	<b>Data</b>	<b>Manhã</b>	<b>Tarde</b>	<b>Noite</b>	<b>Recolher</b>
<b>Campos de férias</b>	13-8-2011	Ida a Lisboa receber os acampantes  Chegada ao campo	Piscina	Jogos de Apresentação e de conhecimento do Grupo (quebra-gelo)	Reunião de animadores
	14-8-2011	<i>Pedy paper</i> pela vila de Tábua	<i>Seringaball</i>  <i>Atelier</i> de Fotografia  Piscina	Jogo do Cloedo	Reunião de animadores
	15-8-2011	Jogos: Batalha naval humana; copo; tubos	<i>Atelier</i> de Fotografia  Gincana Badalhoca  Piscina  Tema do Jantar: jantar do avesso	<i>Road bok</i> (no exterior ao campo)	Reunião de animadores
	16-8-2011	Tiro com arco  Zarabatana	<i>Atelier</i> de Fotografia  Piscina + hora de fazerem tóteres  Tema do jantar: jantar dos gémeos	Caça ao tesouro	Reunião de animadores
	17-8-2011	Jogo da sandes realizado na vila	<i>Atelier</i> de fotografia  Canoagem  Saída de campo para acampamento	Acampamento	Reunião de animadores
	18-8-2011	Desmontar acampamento bem como a limpeza do espaço  Regresso a campo  Piscina	<i>Atelier</i> de Fotografia  <i>Slide</i>  Piscina	Caminhada até à vila	Reunião de animadores

	19-8-2011	Jogo preparado pelos mais velhos: jogo do piolho e futebol humano	Atelier de fotografia Preparação da festa para esta noite Piscina	Noite Havaiana Apresentação do trabalho dos vários ateliês (dança, culinária e fotografia)	Reunião de animadores
	20-8-2011	Despedida de alguns acampantes e acompanhamento em campo dos que ficam para mais uma semana			

**Quadro VII- Calendarização semanal (20-8-2011 a 27-8-2011)**

Tipo de Grupo	Data	Manhã	Tarde	Noite	Recolher
<b>Campos de férias</b>	20-8-2011		Receção no campo aos novos acampantes	Jogos de Apresentação e de conhecimento do Grupo (quebra-gelo)	Reunião de animadores
	21-8-2011	Jogo do rebuçado realizado na vila	Fazer bandeira e hino	Jogo <i>party go</i>	Reunião de animadores
	22-8-2011	Jogo do contrabandista Piscina	Atelier de dança Gincana Badalhoca Piscina	<i>Road book</i> (no exterior ao campo)	Reunião de animadores
	23-8-2011	Jogo da memória	Canoagem Saída de campo para acampamento	Acampamento (mais novos com médios)	Reunião de animadores
	24-8-2011	Desmontar acampamento bem como a limpeza do espaço Regresso a campo Piscina	<i>Rapel</i>	Caminhada até à vila	Reunião de animadores
	25-8-2011	<i>Seringaball</i> Piscina	Preparação do espaço para o baile de gala	Baile de Gala	Reunião de animadores
	26-8-2011	<i>Slide</i> Piscina	Preparação da noite de fogo de campo	Noite de campo	Reunião de animadores



	27-8-2011	Piscina	Despedida dos acampantes		

### De 5-9-2011 a 9-9-2011

Preparação de mudança da Instituição para a Figueira da Foz: empacotar todo o material existente em campo.

### De 12-9-2011 a 16-9-2011

Preparação de mudança da Instituição para a Figueira da Foz: empacotar todo o material existente em campo e fazer.

### De 19-9-2011 a 23-9-2011

Preparação de mudança da Instituição para a Figueira da Foz: empacotar todo o material existente em campo.

### De 26-9-2011 a 30-9-2011

Mudança definitiva para a Figueira da Foz: limpeza do local e colocação de todo o material no sítio.

### **Quadro VIII- Calendarização semanal (3-10-2011 a 9-10-2011)**

<b>Tipo de Grupo</b>	<b>Data</b>	<b>Manhã</b>	<b>Tarde</b>	<b>Noite</b>
	3-10-2011 a 6-10-2011	Limpeza do local e colocação de todo o material no sítio.		
<b>Estadia (alunos da faculdade de Direito de Lisboa)</b>	7-10-2011		Chegada da Estadia Apoio ao jantar	Discoteca
	8-10-2011	Piscina Apoio ao almoço	Canoagem <i>Paintball</i> Apoio ao jantar	Discoteca
	9-10-2011	Piscina Apoio ao almoço	Boa Viagem	

Baseando-se na informação anterior, verificamos que o conjunto de atividades desenvolvidas durante o estágio foram as seguintes:

- ☆ Escalada
- ☆ Tiro com arco
- ☆ *Slide*
- ☆ Zarabatana
- ☆ *Rapel*
- ☆ Canoagem
- ☆ Acampamento
- ☆ *Ateliers* (de dança e fotografia)
- ☆ Noites temáticas (havaiana, talentos, medieval)
- ☆ Jantares temáticos (troca de sexos, gémeos, azul, do avesso)
- ☆ Jantares de gala
- ☆ Fogo de campo
- ☆ Jogos de água (*seringaball*, gincana badalhoca, futebol de sabão, batalha naval, jogo copo e jogo do tubo)
- ☆ Jogos noturnos (*road book*, cloedo, jogo dos espíritos, *party go*, caça ao tesouro e amigo secreto)
- ☆ Jogos na vila (*pedy paper*, jogo da sandes e jogo do rebuçado)
- ☆ Outros jogos (jogo do minuto, do piolho, da memória, assalto ao castelo, futebol humano e contrabandista)

Com os campos de férias desenvolvi várias atividades que tinham objetivos individuais e de equipa. No entanto, não existe na instituição qualquer documento, nomeadamente um plano de atividades onde sejam especificados os objetivos das mesmas. Contudo, de acordo com o âmbito da minha formação académica, posso classificar estas atividades segundo dois objetivos distintos: individual e grupal.

Em atividades individuais como **a escalada, o tiro com arco, o slide, a zarabatana, o rapel e a canoagem**, os objetivos pretendidos aquando da sua realização passavam por desenvolver autoconfiança no participante, proporcionar-lhe uma nova experiência com um espírito de aventura e liberdade. Os participantes aceitavam bem estas atividades, mostrando-se bastante participativos, divertidos, curiosos e com grande à-vontade como podemos ver nas seguintes imagens ( figura 1 e 2).



Figura 1 - Atividade de *Rapel*

Fonte: Própria



Figura 2- Atividade de *Slide*

Fonte: Própria

As atividades como os *ateliers*, as **noites temáticas**, os **jantares temáticos** e os **de gala**, bem como o **fogo de campo** e todos os **jogos** desenvolvidos tinham como preocupação o cumprimento dos objetivos de grupo. Estas atividades permitiam a diversão por parte do participante, que podia em equipa mostrar ser capaz de se organizar, delineando estratégias, revelando a sua capacidade de improvisar, bem como de dar asas à sua criatividade e proporcionar um espírito de campo de férias. Também possibilitavam uma aproximação dos grupos, tanto dentro da sua faixa etária, como através da interação com todo o grupo porque estas atividades eram sempre realizadas com todos os participantes, como podemos ver nas figuras 3 e 4. Os jogos eram sempre encarados pelos participantes de forma divertida, dinâmica e sem perder de vista os objetivos de cada jogo, verificando-se sempre um grande espírito de entajuda entre os membros das equipas, prevalecendo constantemente um espírito de jogo saudável, onde pouco contava o interesse pelo resultado final, por se valorizar bem mais a capacidade de apreciar o jogo de forma a usufruir ao máximo do mesmo (figura 5 e 6). De salientar que todas as atividades eram sempre pensadas e direcionadas para a especificidade do grupo, considerando as suas relações com os outros participantes e os recursos disponíveis para a realização das atividades.



Figura 3 - Jantar temático Azul

Fonte: Própria



Figura 4 - Preparação da noite havaiana

Fonte: Própria



Figura 6 - Jogo do copo

Fonte: Própria



Figura 5 - Jogo de futebol humano

Fonte: Própria

### **3.4- Reflexões e Avaliações mensais**

#### *1º Mês (11 de julho a 11 de agosto)*

No primeiro dia, aconteceu o primeiro contacto com as instalações, que passaram a conhecer, bem como a equipa que estava a trabalhar naquele dia. Nesse mesmo dia a instituição recebeu um grupo de doze pessoas autistas e quatro profissionais que vinham a acompanhar o grupo. O primeiro impacto com o grupo não foi fácil, e para conseguir entender melhor esta doença, foi necessário da minha parte uma pesquisa extra. As atividades eram

sempre adequadas às especificidades deste grupo, procurando proporcionar-lhes um ambiente de aprendizagem, conforto, interatividade social e concentração.

As atividades com mais êxito no grupo foram a **canoagem**, o *seringaball* e a **piscina**, sendo esta última sempre a preferida. Esta asserção vai ao encontro do que pude perceber com algumas pesquisas, onde vários especialistas nesta doença já provaram que a água estimula a destreza física e o contacto social. Uma das terapias usadas com pessoas autistas pode ser a hidroterapia.

As atividades que envolviam a componente água eram as mais duradouras e divertidas pois estimulavam nos participantes a calma necessária para permitir que a atividade decorresse normalmente, sem crises de agressividade. Contudo, estas por vezes aconteciam, devido à especificidade da doença e à interferência de fatores exteriores. Registe-se que, apesar de tudo, nestes momentos era possível contar com o apoio de uma equipa de profissionais que os acompanhava (uma psicóloga, um animador e dois auxiliares).

Nesta mesma semana a empresa recebeu um grupo de 30 a 35 crianças de um A.T.L da Charneca e de Ansião (Pombal). Com estas crianças desenvolvi apenas duas atividades: **escalada** e *road book*.

A escalada é uma prática que utiliza as técnicas e movimentos de montanhismo e o seu principal objetivo é desenvolver a força e a capacidade de concentração do praticante (figura 7).



Figura 7- Participante a fazer escalada

Fonte: Mizar Village

No *Road Book* cada praticante, na hora de iniciar o jogo, recebe um mapa e uma pista que o conduzirá a uma outra, e assim sucessivamente. O objetivo é chegar ao fim apenas com as pistas e com a leitura do mapa. Ao longo do percurso, também terá de responder a perguntas de cultura geral. Os fatores que determinam a equipa vencedora neste jogo são o tempo da prova, a correta interpretação do mapa e o maior número possível de respostas corretas.

A primeira atividade correu dentro dos parâmetros normais de segurança e divertimento. Contudo, a segunda não correu tão bem, pois a maioria das crianças tinha receio de realizar a atividade de noite. No entanto, os animadores não deixaram que a atividade se tornasse num fracasso, estimulando nos participantes a coragem, o gosto pela diversão e, acima de tudo, um forte espírito de equipa, objetivos mais marcantes da atividade. Em suma, esta última atividade não foi inicialmente encarada pelos participantes da melhor forma, mas acabou por se revelar positiva, pois estes encontraram a capacidade de superação, de confiança e encararam a atividade como um “obstáculo” que tinham de ultrapassar, tornando-os mais fortes e confiantes.

As funções desempenhadas nesta semana passaram por acompanhar os dois grupos, em todas as atividades, e refeições (pequeno-almoço, almoço, lanche e jantar), servir almoço, lanche e jantar.

Na segunda semana de estágio, fui inserida em campos de férias na faixa etária dos mais novos, com cerca de 10 crianças, e em *teambuilding* com uma igreja metodista, com cerca de 45 participantes de todas as faixas etárias. No decorrer desta semana lidei, com grupos bastante diferentes.

Em campos de férias, as minhas funções enquanto animadora passavam por acompanhar os participantes no decorrer das atividades programadas e no restante tempo, assegurando o funcionamento das refeições e das horas de banhos (dos mais novos).

Junto da igreja metodista, as minhas funções passavam por servir os pequenos-almoços e almoços, garantindo a limpeza desse mesmo espaço e da piscina, apoiando na resolução de problemas surgidos no grupo.

Esta semana permitiu-me trabalhar com grupos bastante diferentes e melhorar algumas características enquanto animadora, como a polivalência, a confiança, o à-vontade perante públicos distintos e a capacidade de resolver problemas.

Na terceira semana, desempenhei atividades a tempo inteiro em campos de férias com o grupo dos mais novos, com idades entre os 6 e os 11 anos. Foi o que realmente tinha escolhido para o estágio, era o que tinha pensado fazer aquando da escolha do local.

Com este grupo estavam mais dois animadores. Nesta semana as funções desempenhadas passaram pelo acompanhamento dos participantes durante todas as atividades realizadas, contemplando as refeições e horas de descanso (menos o dormir), a preparação do material para as atividades bem como a preparação das mesmas, arrumação do material utilizado nas atividades, acompanhamento pessoal de alguns participantes com problemas surgidos aquando da sua participação no campo de férias.

Na quarta semana, a Mizar recebeu um grupo de 65 pessoas. Para garantir o seu acompanhamento, a empresa colocou três animadores, com funções de auxiliar e preparar todas as atividades, assim como de transportar comida e louça para o pavilhão da empresa. As atividades desenvolvidas com o grupo foram ao encontro dos objetivos delineados pela instituição e decorreram sem incidentes.

No decorrer desta semana, desempenhei algumas funções que não se assemelhavam às que inicialmente pensei que o animador sociocultural desempenhasse na empresa. No entanto, tive oportunidade de verificar que todos faziam um pouco de tudo o que era necessário e estava ao seu alcance, percebendo assim que estava a pensar de maneira errada e que o animador deve possuir uma característica muito importante, como referido anteriormente, que é a humildade. Por isso, continuei com o grupo até ao fim desempenhando as tarefas que me tinham pedido, tomando perfeitamente consciência que na empresa todos os animadores devem estar disponíveis para desempenharem várias tarefas, dependendo das circunstâncias que surgirem.

Nesta última semana do primeiro mês de estágio, cabia-me dar apoio aos campos de férias, desenvolvendo atividades diversificadas, embora sem me inserir exclusivamente numa faixa etária específica, mas dando apoio aos animadores que precisassem. Apesar de estar nesta função, não deixei de aprender bastante em vários setores, por ter a oportunidade de estar um pouco com todos os grupos: mais novos, médios e mais velhos.

## *2º Mês (11 de agosto a 11 de setembro)*

Na primeira semana deste período, recebemos cerca de catorze participantes, a título privado e público (provenientes de instituições com as quais a Mizar tem protocolos). Entre os vários participantes tínhamos cinco mais novos, seis médios e três mais velhos. Quando se recebem dois tipos de participantes tão distintos, com gostos e experiências de vida tão diferentes, impõe-se o recurso a ferramentas para que tal diferença não interfira diretamente

no ambiente de campo de férias. Tentamos fazer com que sejam apenas catorze participantes e que se sintam especiais porque não importa de onde vêm, mas o facto de estarem ali para se divertir, aprender e descobrirem-se como seres humanos.

Nesta semana, pelo facto de serem poucos participantes, decidimos não os dividir por classes etárias nas refeições e em algumas atividades, pois o grupo era muito reduzido e, apesar de ser uma hipótese invulgar em campos de férias, correu bastante bem. No grupo dos mais velhos, eram todos rapazes provenientes de uma instituição, porém, sentiram-se perfeitamente inseridos e funcionavam todos como um só. Um dos jogos pensados para que este objetivo se alcançasse consistiu, logo no primeiro dia, na realização de jogos de apresentação, que são fundamentais para o grupo se conhecer.

Ao longo da semana todas as atividades corresponderam às expectativas iniciais colocadas pelos animadores, empenhados em incentivar nos participantes o desenvolvimento do espírito de grupo, da capacidade de divertimento, incrementando uma postura de à-vontade e de confiança individual.

Um dos deveres do animador também é estar na vivenda com os participantes, pois os mesmos nunca devem ficar sozinhos. Nesta semana, fiquei na vivenda com cinco meninas, quatro da faixa etária dos médios e uma menina dos mais novos.

Em suma, esta semana correspondeu às expectativas de todos, os participantes interagiram perfeitamente entre eles e com os animadores presentes, mostrando-se assim divertidos, interessados nas atividades/jogos propostos e, acima de tudo, felizes, alcançando um dos lemas desta empresa.

Na segunda semana deste mês, tivemos cerca de vinte e cinco participantes, dos quais dez estavam inseridos nos mais novos, sete nos médios e oito nos mais velhos. Esta semana, como o grupo já era um pouco maior, separámos os intervenientes por faixas etárias, o que vai ao encontro do espírito vivido em campo de férias, fomentando a disputa saudável entre equipas.

Na vivenda fiquei com cinco meninas das mais novas, o que não se tornou tarefa fácil porque tinha de as ajudar em tudo, desde a sua higiene pessoal à limpeza da vivenda, pois em campos de férias existem inspeções todos os dias feitas pelos animadores. Estas inspeções são pontuadas e desta forma os participantes têm interesse em ter a sua vivenda sempre limpa e obterem pontuação máxima e os animadores poderão assim manter o espaço limpo e não degradado.

A semana começou com uma atividade importante para o sentido de pertença ao campo, levando cada faixa etária a criar um **hino** e uma **bandeira**. Esta atividade foi



divertidíssima, sendo desenvolvida pelos mais novos, na sua maioria, sem grande necessidade de ajuda por parte dos animadores, desenhando e pintando a sua bandeira enquanto pensavam no hino (figura 8 e 9).



Figura 8 - Os participantes a desenharem e pintarem a sua bandeira

Fonte: Própria



Figura 9 - Bandeira dos mais novos

Fonte: Própria

Pode dizer-se que as atividades correram bastante bem, sendo de destacar algumas delas, como, por exemplo, o **acampamento**, atividade realizada a meio da semana para permitir ao grupo uma maior união, para assim fomentar o verdadeiro espírito de amizade e a forma como o campo os influenciou como pessoas (Figura 10).



Figura 10 - Acampamento dos mais novos e médios

Fonte: Própria

Outra atividade muito importante é o **fogo de campo**, realizada na última noite que os participantes passam na Mizar. Nesta atividade, cada faixa etária apresenta para o grupo duas ou três atividades, desde teatro, revelação de talentos pessoais, como músicas ou poemas por eles elaborados ou apresentação de recordações feitas pelos participantes. Nesta noite também os animadores distinguem alguns participantes como: o /a mais amigo/a; o/a mais fashion; o/a mais divertido/a e o participante com maior espírito em campos de férias.

Normalmente costuma ser uma noite de bastantes emoções, tanto por parte dos participantes como dos animadores. No momento da partida, aquando da despedida, surge inevitavelmente um sentimento de saudade incontrolável, resultante das experiências partilhadas e das vivências comuns.

Na terceira semana, a equipa da empresa reuniu juntamente com um dos sócios para fazer um balanço dos campos de férias e dos grupos recebidos, assim como para auscultar a opinião de todos. Também foi dado a conhecer aos trabalhadores da Mizar que a empresa ia mudar a sua localização para a Figueira da Foz.

Coloquei em questão quais seriam as minhas funções a partir daquele momento. Passei, então, juntamente com outros animadores, a empacotar tudo o que pertencesse à empresa para o novo espaço.

Neste período a Mizar não recebia clientes, dedicava-se exclusivamente à mudança de local e de tudo o que isto implicava.

### *3º Mês (11 de setembro a 11 de outubro)*

Nas duas primeiras semanas deste período as minhas funções junto da empresa continuavam a passar por empacotar tudo o que pertencesse à empresa.

Na terceira semana mudámos para a Figueira e foi-nos informado que teríamos de ter tudo pronto dia 7 de outubro, pois receberíamos uma estadia de cerca de 45 participantes da Universidade de Direito de Lisboa.

Foram bastante trabalhosos estes dias, dado que o local se encontrava bastante degradado (encontrava-se fechado há aproximadamente 15 anos) e toda a limpeza foi feita por animadores, senhoras da limpeza e pedreiros. As tarefas nesta semana foram bastante diversificadas, desde limpar casas, fazer camas, esfregar paredes com gordura, pintar paredes, transportar e arrumar todo o material de atividades, loiça de cozinha, entre outros. Contudo, este trabalho tinha como objetivo próximo abrir aquele espaço para receber uma estadia

agendada, objetivo esse que foi cumprido e no dia 7 a empresa reunia as condições aceitáveis para receber esta estadia.

Na última semana deste período, recebemos o grupo, que fugia um pouco ao estereótipo dos que acompanhei durante o verão. Eram estudantes universitários com perspectivas bem diferentes dos objetivos delineados para outras estadias. Com este grupo fiquei como animadora juntamente com mais quatro animadores e uma coordenadora.

Com este grupo só foi possível realizar duas atividades, *paintball* e *canoagem*. Ambas aconteceram em simultâneo (dia 8), porque o grupo veio com outros objetivos. Pretendiam divertir-se de noite e descansarem de dia, por isso foi bastante difícil a realização de atividades. À noite tínhamos de fazer turnos para que pudessem ficar sempre dois animadores com o grupo na discoteca como apoio, caso acontecesse algum incidente.

Em suma, esta estadia era bem diferente das recebidas durante o verão pois os seus objetivos não passavam de todo pelos que a empresa pretendia oferecer, contudo, mostrou-se um grupo bastante dinâmico e divertido, levando a cabo atividades que foram executadas com sucesso, cumprindo o seu objetivo.

## Reflexão final

O primeiro impacto com o local do estágio foi bastante complicado como já expliquei, visto que chegar a um local totalmente novo, desconhecendo o espaço e a equipa com quem iria trabalhar nos próximos três meses, foi difícil. No entanto, veio a revelar-se bastante frutuoso. O grupo de trabalho foi muito atencioso e acolhedor, fazendo-me sentir mais à vontade e confiante.

Esta experiência permitiu-me ter a noção do trabalho de um animador na vertente que escolhi e de outras que me propuseram; apercebi-me que, de um modo ou de outro, a maioria das Unidades Curriculares lecionadas ao longo desta licenciatura são pertinentes, pois acabei por ir buscar um pouco de cada uma, destacando-se, sem dúvida, Animação Sócio desportiva, Animação Sociocultural I e II e Animação Turística.

Em relação às atividades desenvolvidas na empresa, pude constatar que, por vezes, estas se repetem num curto espaço de tempo, mas, através da justificação apresentada, compreendi que os planos apresentam uma estrutura base o que leva a uma repetição de algumas atividades. Outro ponto menos positivo a dizer do estágio foi o facto de eu não ter tido a oportunidade de propor atividades, visto serem todas feitas por coordenadores experientes.

Apesar de tudo, o estágio foi bastante positivo, dado que consegui ultrapassar algumas barreiras que supunha existirem, como o enfrentar do público como animadora. Superada esta dificuldade, consegui desenvolver um nível de autoconfiança que muito me agradou por me ter revelado capacidades que parecia desconhecer em mim. Também consegui polir algumas características que penso serem muito importantes para um animador tanto a nível pessoal como profissional, como a maturidade, a humildade, a responsabilidade e criatividade, bem como essa capacidade que desconhecia ter e que me permitiu aguentar a pressão vivida em torno de um campo de férias. Também passei a saber lidar com algumas situações que ocorreram, como a diferença de opiniões acerca das metodologias a utilizar em certas situações e com determinados grupos, pois tive oportunidade de ver serem utilizadas nesta instituição metodologias que não iam ao encontro das que aprendi nestes três anos de licenciatura. Também aprendi a lidar com algumas especificidades bastante vulgares nos jovens, como bulimia e a discriminação racial. Apesar de tudo, os animadores têm de saber lidar com estes problemas da melhor forma, tentando sempre ajudar o participante.

Além de me ter permitido trabalhar com vários grupos e aperfeiçoar as características mencionadas anteriormente, penso que fui importante para a instituição, pelo *feedback* que

recebi e isso para mim é muito gratificante, porque, apesar de viver dias difíceis, estes acabaram por fazer com que tivesse mais vontade de crescer enquanto profissional, de aprender e de aplicar esses conhecimentos.

## **Bibliografia**

**Alves**, Bruno (2010). A Animação Desportiva e os Tempos Livres. Madeira: *Revista Práticas de Animação*, nº3.

**Canto**, Carla Cristina Portugal (2010). *A Música como Meio de Animação Socioeducativa no Contexto Escolar*. Dissertação de Mestrado não publicada, Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro, Trás-os-Montes e Alto Douro, Portugal.

**Correia**, Paula Susana da Silva (2008). Perfil do Animador/Investigador. Madeira: *Revista Práticas de Animação*, nº1.

**Francisco**, Susana (2008). O Tempo Livre, o Ócio e a Animação. Madeira: *Revista Práticas de Animação*, nº 1.

**Lopes**, Marcelino de Sousa (2006). A Animação Sociocultural em Portugal. Madeira: *Revista Iberoamericana*, nº1.

**Lopes**, Mariana Dias de Magalhães (2005). *O perfil do Animador de Campos de férias*. Monografia académica não publicada, Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física, Universidade do Porto, Porto, Portugal

**Ucar**, Xavier (1992). La animación sociocultural. Barcelona: EDICIONES CEAC, S.A

## **Web Grafia**

<http://www.mizar.pt/index.php> (última consulta em 11-12-2011)

<http://www.camposdeferias.net> (última consulta em 3-11-2011)

<http://www.lazer.eefd.ufrj.br/animadorsociocultural> (última consulta em 3-11-2011)

<http://www.frasesfamosas.com.br/de/bertrand-russell> (última consulta em 1-12-2011)

## **Listagem de Anexos**

**Anexo 1-** Espaço Mizar Village em Tábua e na Figueira da Foz

**Anexo 2-** Protocolos

**Anexo 3-** Decreto-Lei n.º 32/2011 relativamente a Campos de Férias

**Anexo 4-** Explicação pormenorizada de alguns jogos

**Anexo 5-** Fotografias das actividades realizadas na Instituição



# **Anexo 1**

## Espaço Mizar Village em Tábua



## Mizar Village na Figueira da Foz



## **Anexo 2**

Para que seja mais fácil aos pais inscreverem os seus filhos nos Campos de Férias, a Mizar estabelece parcerias com várias entidades associativas e empregadoras, que divulgam e/ou participam estes programas aos filhos dos seus colaboradores e associados.

Protocolos já estabelecidos para 2011:

- Acapo
- Automóvel Clube de Portugal
- Alexandre Barbosa Borges, S.A
- Ascendi
- Associação Nacional de Professores
- Charon
- Clube BES – Delegação Norte
- Clube BES - Sede
- Clube Brisa
- Deloitte e Associados
- Finsa
- Serviços Sociais da Caixa Geral de Depósitos
- Imprensa Nacional – Casa da Moeda, SA
- Longa Vida
- Megameios – Publicidade e Meios, ACE
- Mitsubishi
- Montepio
- Ordem dos Economistas
- Ordem dos Farmacêuticos
- Patinter
- Reagro – Importação e Exportação
- Rede Ferroviária Nacional - REFER
- Robert Bosh S.A.
- Santa Casa da Misericórdia de Lisboa
- Servilusa
- Sinapsa
- Sindicato Nacional dos Quadros Técnicos e Bancários
- Sintap

- Sociedade de Construções Soares da Costa
- T-Systems
- Unicre
- Vila Galé

Outras entidades que divulgam os serviços da Mizar:

- TLC Marketing
- Simplis
- Booking.com
- Smart Box

## **Anexo 3**

## **Anexo 4**



## **Atividades: explicação e material necessário**

**1-** A escalada é uma prática que utiliza as técnicas e movimentos de montanhismo e o seu principal objetivo desenvolver a força e concentração do praticante.

Material necessário: O arnês (espécie de cinto), capacete de escalada, mosquetão (peça metálica), os oito (peças metálicas em forma de 8) e cordas.

**2-** O tiro com arco consiste em utilizar uma flecha inserida num arco e projetá-la de modo a que acerte no centro do alvo, de forma a conquistar a pontuação mais elevada.

Material necessário: flecha, arco e alvo

**3-** A Canoagem é um desporto náutico, praticado com canoa ou caiaque (kayak), indistintamente, em mar, rio, lago, águas calmas ou agitadas, sendo modalidade Olímpica desde 1936.

Material necessário: canoa, pagaias e coletes

**4-** O *seringaball* consiste num jogo estratégico. Existem várias equipas formadas, consoante o número total de participantes. Essas equipas, espalhadas num espaço amplo, terão no braço uma fita de papel de crepe. Cada equipa tem uma fita de cada cor sendo que estas representam vidas. Cada participante terá uma seringa de plástico cheia de água com tinta igual à cor da sua fita. O objetivo principal do jogo é molhar a fita dos adversários para que esta se parta. O jogo termina quando uma das equipas conseguir eliminar todos os elementos das equipas adversárias.

Material necessário: Baldes, tinta acrílica, água, seringa, papel crepe

**5-** O *slide* é uma atividade radical que permite percorrer distâncias entre dois pontos sem colocar os pés no chão, sendo o ponto de chegada mais baixo que o ponto de partida. Este desporto é realizado com cordas de duas vias, o que permite obter uma segurança superior e proporciona um maior conforto. O slide permite obter uma sensação próxima da de voar e é considerado, por muitas pessoas, uma das atividades que proporciona um das maiores doses de adrenalina.

Retirado do site: [www.kart-cross-portugal.com](http://www.kart-cross-portugal.com)

Material necessário: O arnês (espécie de cinto), capacete de escalada, mosquetão (peça metálica), as fitas, os oito (peças metálicas em forma de 8) e cordas.

**6-** No *Road Book* cada praticante, na hora de iniciar o jogo, recebe um mapa e uma pista que o levará à próxima e assim sucessivamente. O objetivo é chegar ao fim apenas com as pistas e com a leitura do mapa. Ao longo do percurso também terá de responder a perguntas de cultura geral. Os fatores que determinam a equipa vencedora neste jogo são o tempo da prova, a correta interpretação do mapa e o maior número possível de respostas corretas.

Material necessário: mapa, pistas, lanternas e coletes.

**7-** No jogo do cloedo existe uma história, elaborada pelos animadores, com várias personagens. A história tem o seu desenrolar na morte de uma personagem e na existência de outras personagens que apresentam razões para cometerem este assassinato. Após a formação de 10 grupos, cada equipa tem de adivinhar quem é que assassinou a personagem depois de irem falar com todas as outras e de ouvirem as suas versões. O jogo termina quando é encontrado o verdadeiro assassino e de seguida as personagens (animadores) fazem uma pequena dramatização já com o verdadeiro assassino e a forma como este o assassinou.

Material necessário: material diverso para ajudar a caracterizar as personagens e texto.

**8-** Na noite de talentos os vários grupos preparam o que de melhor sabem fazer e apresentam ao resto do grupo, desde canções, anedotas, adivinhas, truques de magia, entre outros

Material necessário: depende sempre dos talentos apresentados.

**9-** O jogo do amigo secreto inicia-se nos dois primeiros da chegada do grupo. Coloca-se numa caixa o primeiro nome de todos os participantes, de seguida cada um tira um papel, o nome que sair passa a ser o seu amigo mistério. Então terá uns dias normalmente 4 ou 5 para escrever cartas ao seu amigo apenas com pistas, nunca dizendo diretamente quem é. No último dia termina o jogo, cada um terá de adivinhar quem era o seu amigo secreto

Material necessário: caixa, papel e caneta.

**10-** Na noite medieval o ambiente remonta a tempos passados, existe toda uma caracterização, desde as roupas, ao comportamento, *hobbies* da época, aos objetos usados, às músicas, aos jogos, às moedas, entre outros

Material necessário: depende das ideias que cada grupo tem para esta noite.

**11-** A gincana “badalhoca” é um percurso com vários obstáculos e dinâmicas desde saltar à corda, passar entre cordas, equilíbrio, saltar num saco, rastejar numa poça de água, entre outras

Material necessário: depende do percurso contudo os mais utilizados englobam baldes, cordas, sacos de rafia, óculos de mergulho, balões, pneus e tubos.

**12-** O jogo dos espíritos é preparado pelos mais velhos. São escolhidos antes de iniciar o jogo elementos ao acaso que vão desempenhar o papel dos espíritos, os maus (demónios) e os bons (anjos). Estes elementos dispersam-se pelo campo de jogos. Os restantes formam equipas às quais é entregue um cartão dividido, com uma parte direcionada para os anjos e outra para os demónios. Normalmente existe sempre um animador por equipa e um que fica de fora como mediador do jogo para tal utiliza um megafone com diferentes sons relacionados com as várias fases do jogo. O jogo tem três fases: a primeira dura 10 minutos, o tempo dos anjos, cada equipa terá de encontra-los. Cada anjo pedirá à equipa que faça algo se esta o fizer com sucesso o anjo assina o cartão; a segunda parte tem 2 minutos e é o tempo que cada equipa tem para encontrar um esconderijo. Por fim a terceira parte tem 10 minutos, o tempo dos demónios, se alguma equipa for descoberta por estes sofre uma sanção que passa pelo riscar de todas as assinaturas dos anjos que a equipa tinha até àquele momento. O jogo termina à hora estipulada inicialmente pelos animadores e ganha a equipa que conseguir mais assinaturas de vários anjos sem terem sido riscadas. Este jogo é feito à noite com as luzes apagadas, só existirá uma lanterna por equipa.

Material necessário: cartões, canetas, megafone e lanternas.

**13-** No jogo da zarabatana as regras são as mesmas do tiro ao alvo só que no lugar de se usar um arco usa-se a zarabatana.

Material necessário: zarabatana, alvo, álcool e algodão.

**14-** O jogo do minuto inicia-se quando os participantes já estão por equipas. Este jogo possui em júri (animadores) que elabora várias atividades para cada equipa fazer, esta tem sempre um minuto para as desempenhar. O júri depois avalia a prestação das diferentes equipas dando-lhes uma pontuação de 0 a 10. No final do jogo a equipa vencedora é aquela que conseguir mais pontos durante o jogo. O júri também atribui 10 pontos à equipa que durante a atividade tiver mais fair-play.

Material necessário: tudo depende do que o júri prepara para este jogo.

**15-** O jogo futebol de sabão é feito numa superfície de plástico onde os jogadores andam de joelhos. Na superfície coloca-se água e sabão, o que torna difícil para os participantes jogarem futebol. A bola é uma barra de sabão. Ganha a equipa que marcar mais golos.

Material necessário: superfície de plástico, sabão e água.

**16-** O *rapel* é uma técnica de descida de cordas, praticada em montanhismo, escalada, entre outras.

Material necessário: mosquetes, cordas, luvas, capacete e freio 8.

**17-** A batalha naval humana é um jogo adaptado do jogo original apenas com outras vertentes. Os jogadores posicionam-se num determinado espaço, sentados, separados por um cobertor ou lençol por forma às duas equipas não se verem. É distribuído a mesma quantidade de balões de água a cada equipa, sem se levantarem tentam acertar em algum elemento da equipa adversária. Se acertar esses elementos saem do jogo. O jogo termina quando não existir mais balões e ganha a equipa que mantiver mais elementos sem ir ao “fundo”.

Material necessário: cobertor ou lençol, fio ou corda, balões e baldes.

**18-** Para o jogo do copo formam-se duas equipas. Sentam-se em fila e juntos e a cada um é entregue um copo. À frente do primeiro elemento da equipa está um recipiente com água, o primeiro tira um copo de água e tem de passar ao segundo da fila mas por cima da sua cabeça e o outro terá de receber com o seu copo na sua cabeça e assim sucessivamente até chegar ao último da fila. O último terá de colocar a água que resta num recipiente que se encontra junto a si. Ganha a equipa que conseguir mais quantidade de água no mesmo espaço de tempo.

Material necessário: copos de plástico e baldes.

**19-** O jogo do tubo começa a delinear-se com a formação de duas equipas. A cada uma é entregue um tubo com vários buracos, uma bola de ping pong dentro deste e um copo de plástico. Um dos elementos terá de fazer um percurso enchendo o copo que lhe foi entregue junto de um recipiente com água e terá de regressar e colocar essa água dentro do tubo. A equipa tem de se organizar e todos têm de rodar, ou seja, todos os elementos da equipa têm de fazer o percurso. O jogo termina quando a bola de ping pong saltar de um dos tubos ditando assim qual a equipa vencedora

Material necessário: tubos com furos, bolas de ping pong, baldes e copos de plástico.

**20-** Os jogos de apresentação são normalmente realizados no primeiro ou segundo dia do grupo pois estes ajudam o grupo a conhecer-se e a criar laços entre si. Normalmente fazem uma apresentação: nome, idade, de onde vem, o que gostam de fazer, onde estudam, expectativas do campo de férias/estadia, entre outras.

Material necessário: cadeiras ou mantas.

**21-** O *peddy paper* deriva da orientação contudo tem associado a si perguntas ou enigmas, neste caso o *peddy paper* é sobre a vila de Tábua e é realizado na mesma. As perguntas são respondidas pelas pessoas da vila e assim permite uma interação entre os participantes e os habitantes de Tábua

Matinal necessário: perguntas, caneta e coletes.

**22-** O caça ao tesouro consiste num conjunto de pistas, sem mapa, que nos vão levando de local em local sendo que o ultimo local é aquele que tem o “tesouro”. Ganha a equipa que chegar primeiro ao local do tesouro com todas as respostas dadas corretamente.

Material necessário: pistas e caneta.

**23-** O jogo da sandes realiza-se na vila de Tábua, os participantes fazem equipa e a cada equipa é dado um pão. A equipa tem de percorrer a vila e pedir às pessoas ingredientes para conseguir fazer uma sandes, sendo que depois os critérios de avaliação são os seguintes: a originalidade, a aparência e o sabor. O jogo termina quando o animador assim o entender.

Material necessário: sandes e coletes.

**24-** O jogo do piolho inicia-se quando os participantes já se encontram divididos em duas equipas e um campo formado em forma de quadrado ou retângulo. Uma das equipas encontra-se do lado de fora do campo nos ângulos do campo, a outra equipa dividida pelos 4 ângulos do campo mas do lado de dentro. O objetivo da equipa que se encontra dentro das linhas do campo é conseguir que cada um dos seus elementos de equipa faça 30 voltas completas, sem que essas voltas sejam intercetadas pela outra equipa. A outra equipa tem de fazer 3 passos consecutivos sem deixar cair a bola e depois ai puderem “matar” os elementos da equipa adversária. O jogo termina quando todos os elementos da equipa conseguirem fazer 30 voltas ou quando a equipa adversaria conseguir eliminar todos os que se encontram dentro das linhas do campo.

Material necessário: uma bola e fio

**25-** O jogo “futebol humano” inicia-se quando os participantes já se encontram divididos em duas equipas e com o campo dividido a metade. Cada equipa terá na sua baliza 5 objetos da equipa adversária que terão de ser transportados para a sua própria baliza. Só que para isso terão de percorrer o campo da equipa adversária sem serem tocados, se o forem ficam estáticos à espera que um colega de equipa lhe toque para que volte ao jogo. Ganha quem conseguir ter na sua baliza os seus 5 objetos.

Material necessário: pinos, 5 objetos e fio

**26-** O jogo do rebuçado realiza-se na vila de Tábua, os participantes fazem equipa e a cada equipa são dados 5 rebuçados. A equipa tem de percorrer a vila e conseguir trocar os rebuçados por algo que lhes queiram das, sendo que depois o critério de avaliação será baseado na originalidade.

Material necessário: rebuçados e coletes refletores

**27-** A bandeira e o hino fazem parte do campo de férias e simboliza um pouco o espírito de campo, o normal é existir um hino e uma bandeira para as várias faixas etárias: mais novos, médios e mais velhos, e isso caracteriza e dinamiza cada faixa etária.

Materiais necessários: depende do que tiverem pensado para o hino e a bandeira

**28-** O contrabandista é um jogo característico para campo de férias. Os participantes fazem 3 equipas. Cada uma vai pertencer a um grupo e ter funções, existem os contrabandistas, os vendedores e os polícias. Os contrabandistas têm feijões para levar aos vendedores, os vendedores vão vender massas aos contrabandistas e os polícias vão tentar interceptar estas trocas. Quando o polícia suspeita de algo e aborda algum contrabandista ou vendedor este se possuir algo tem de entregar ao polícia. Ganha a equipa que tiver na sua base no fim do jogo mais quantidade.

Material necessário: feijões e massas ou outro objeto que escolham.

**29-** O jogo da memória permite desenvolver o trabalho de equipa e a concentração e raciocínio. Pelo campo estão espalhadas várias sequências de desenhos, de números, letras ou contas. Os participantes são divididos em equipas e cada equipa tem de elaborar uma

estratégia se assim o entender para conseguir escrever a sequência corretamente, pois o papel e a caneta encontram-se num ponto espalhado pelo campo. A equipa pode fazer o percurso as vezes que entender desde que consiga escrever corretamente a sequência. O jogo termina quando o animador entender e ganha a equipa que tiver mais sequências escritas corretamente.

Material necessário: canetas, papel e sequências

# **Anexo 5**



## Hino e Bandeira



## Jogos preparados pelos mais velhos



## Jogos de água



## Jogos na vila



## Jogos Nocturnos



## Canoagem



## Slide e Rapel



# Piscina





*Ateliês*



# Acampamento



## Noite havaiana



## Jantares temáticos e de Gala

