



IPG **Politécnico**
|da|Guarda
Polytechnic
of Guarda

RELATÓRIO DE ESTÁGIO

Licenciatura em Animação Sociocultural

Ângela Martins Brandão

janeiro | 2014





Instituto Politécnico da Guarda

Escola Superior de Educação, Comunicação e Desporto

RELATÓRIO DE ESTÁGIO

Licenciatura em Animação Sociocultural

Ângela Martins Brandão

janeiro|2014

Escola Superior de Educação, Comunicação e Desporto

Instituto Politécnico da Guarda



RELATÓRIO DE ESTÁGIO

Colónia de Férias da Torreira - Fundação Bissaya Barreto

Orientadora: Professora Ana Ventura

Ângela Martins Brandão

janeiro|2014

Ficha Técnica

Nome:

Ângela Martins Brandão

Número de Aluno:

5007248

Estabelecimento de Ensino:

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

Docente Orientadora:

Ana Isabel Ventura Lopes

Instituição Orientadora:

Colónia de Férias da Torreira - Bissaya Barreto
Av. Engº Duarte Pacheco

Tutor na Instituição:

André Almeida

Duração:

Três meses - de 1 de Julho a 24 de Setembro de 2013

Ano Letivo:

2012/2013

Resumo

As Colónias de Férias representam uma resposta social essencial ao equilíbrio físico, psicológico e social dos seus utilizadores, oferecendo um leque de atividades recreativas e desportivas planeadas que procuram, geralmente, um contacto maior com a natureza. Neste contexto assomam diversos processos de socialização e desinibição do indivíduo que conjugam desejo e participação activa em actividades conjuntas.

Um dos objetivos gerais da Animação, no âmbito da Animação Socioeducativa, consiste na troca mútua de experiências que estimulam à solidariedade, como valor essencial na formação do ser humano, promovendo o seu enriquecimento social e pessoal.

O presente estágio surge num contexto de educação não formal de carácter lúdico, criativo e participativo, visando aumentar a auto estima do indivíduo, grupo ou comunidade.

A Colónia de Férias da Torreira (CFT) foi o local de estágio escolhido para desenvolver práticas no âmbito da família e da comunidade, abrangendo todo o tipo de público, dando especial atenção às populações carenciadas.

Palavras-chave: Animação Socioeducativa, Comunidade, Lazer, Colónias de Férias.

Abreviaturas

FBB: Fundação Bissaya Barreto;

DGERT: Direção-Geral do Emprego e das Relações de Trabalho;

EP: Equipa Pedagógica;

CFT: Colónia de Férias da Torreira;

ASC: Animação Sociocultural.

Agradecimentos

Agradeço à Escola Superior de Educação, Comunicação e Desporto e a todos os docentes do curso de Animação Sociocultural, pelos conhecimentos que me concederam ao longo dos três anos da licenciatura e em particular à professora Ana Lopes que sempre se mostrou disponível e que sempre me apoiou e acompanhou durante o processo do estágio curricular.

Agradeço principalmente à Colônia de Férias da Torreira pela oportunidade e pela receção calorosa de todos os colaboradores. Um muito obrigado especial a todos os Animadores pelo companheirismo, pela amizade, pelas conversas, pelas brincadeiras, pela ajuda, pelo estímulo e por tudo que me ensinaram. Foram vocês que me fizeram ver que com o meu trabalho sou capaz de fazer pessoas felizes. Todas as mensagens que transmitiram às crianças durante os turnos também me fizeram refletir e crescer como pessoa. O vosso trabalho e os vossos conhecimentos foram sem dúvida uma mais valia para mim, como pessoa e como profissional, vou ter-vos sempre como uma grande referência. Um agradecimento em particular ao meu orientador André Almeida, pela total disponibilidade, pelos conselhos, pela confiança depositada, pela compreensão, pela sinceridade e humildade e pela experiência que me proporcionou. Aos monitores obrigada pela vossa compreensão. A todas as crianças e idosos um muito obrigada por todo o carinho, pelas palavras e gestos, que me aqueciam o coração todos os dias. A toda a família CFT um muito obrigada por fazerem deste estágio a melhor experiência da minha vida e por me fazerem sonhar e acreditar que um dia vou poder voltar ao Mundo Mágico e vos reencontrar a todos.

Agradeço também à minha companheira de estágio, Renata Ferreira, por toda a cumplicidade, pela incondicional amizade, pela constante presença nos momentos menos bons e por acreditar sempre em mim e me fazer acreditar que sou capaz.

Um enorme agradecimento à minha linda família, são o meu exemplo e o meu porto de abrigo. Obrigada por todo o vosso amor, pela compreensão, paciência, por me acompanharem e acreditarem em todos os meus sonhos, somos a prova de que a distância nos une ainda mais.

Por último, mas não menos importantes, os meus amigos, obrigada pelos bons momentos que passamos juntos. Esta etapa foi inesquecível, e vocês contribuíram para isso. Apesar da distância, nunca vos vou esquecer e o vosso lugar vai estar sempre reservado para os nossos eternos reencontros.

Índice

Introdução.....	1
Capítulo I	
CARACTERIZAÇÃO DA INSTITUIÇÃO	
-Fundação Bissaya Barreto-	
1 – Caracterização da Instituição.....	3
1.1 – Fundação Bissaya Barreto (FBB).....	3
2 – Colónia de Férias da Torreira (CFT)	4
2.1 – Serviços Prestados e Atividades Desenvolvidas	5
2.2 – Caracterização dos Destinatários.....	6
2.3 – Condições de Admissão de Clientes.....	7
2.4 – Recursos da Instituição.....	8
2.5 – A Animação Sociocultural na Instituição.....	11
Capítulo II	
-ENQUADRAMENTO TEÓRICO-	
1 – A Animação Sociocultural.....	13
1.1 – Perfil do Animador Sociocultural	15
1.2 – Âmbitos de Intervenção da Animação Sociocultural.....	16
2 – A Animação Sociocultural nas Colónias de Férias	19
2.1 – Colónias de Férias para Crianças.....	20
2.2 – Colónias de Férias para Idosos	20
Capítulo III	
-ESTÁGIO CURRICULAR-	
1 – Estágio	22
2 – O Animador na Colónia de Férias da Torreira	23
2.1 – Perfil e Funções do Animador.....	23
2.2 – Responsabilidades	24
3 – Turnos de Infantis.....	25
3.1 – Procedimentos Obrigatórios	25
3.2 – Distribuição das Atividades.....	26
3.3 – Logística	27
3.4 – Atividades (Diurnas/Noturnas).....	28
3.5 – Turnos Jerónimo Martins.....	41

4 – Outras Atividades	42
4.1 – Substituição de uma Monitora.....	42
4.2 – Hora da Mata	42
4.3 – Aniversários.....	42
5 – Turnos de Séniores	43
5.1 – Logística	43
5.2 – Distribuição das Atividades.....	43
5.3 – Atividades (Diurnas/Noturnas).....	44
Reflexão Final	54
Bibliografia.....	56
Webgrafia	56
Outras Fontes.....	57
IV Anexos.....	58

Índice de Figuras

Figura 1- Organigrama da Fundação Bissaya Barreto.....	4
Figura 2- Quadro de Distribuição das Atividades Diárias.....	26
Figura 3- Quadro de Distribuição dos Animadores.....	27
Figura 4- Personagens das Atividades de Expressão Físico Motora.....	29
Figura 5- Resultado final e construção do Arco-Íris.....	30
Figura 6- Cientista, Mapa e Personagem da Ciência da Cor.....	31
Figura 7- Começo e fim da atividade dos pigmentos.....	33
Figura 8- Momentos na Praia.....	34
Figura 9- Personagens (Caçadores de talento/Joaquina/Maria) e momento de bicicletas.....	35
Figura 10- Dança coreografada.....	36
Figura 11- Dinâmicas no Karaoke.....	37
Figura 12- Começo e fim da atividade dos pigmentos.....	38
Figura 13- Intervenção do Amigo com deficiência auditiva e a Fada Inna.....	40
Figura 14- Atuação dos Monitores/Mural CFT/ Mensagem para os utentes.....	41
Figura 15- Distribuição das Atividades Diárias.....	44
Figura 16- Atividade de Expressão Físico Motora: "As Feirantes".....	46
Fonte 17- Viagem de regresso no comboio CFT/Passeio na Praia/ Utentes na Ria.....	47
Figura 18- Igreja de S.Francisco/ Elétrico/ Momento do Lanche.....	49
Figura 19- Momentos durante o jogo "Bingo".....	50
Figura 20- Momentos do Baile.....	51
Figura 21- Momentos e Participantes de "A tua cara não me é estranha".....	51
Figura 22- Programação/Apresentadores/ Prestação de um grupo.....	52
Figura 23- Momentos da peça e o elenco.....	53

Introdução

A licenciatura em Animação Sociocultural contempla no *términus* do curso um estágio curricular, que nos permite pôr em prática múltiplos conhecimentos adquiridos e estudados. Durante este período é-nos concedida a oportunidade de conhecer e interiorizar novas técnicas e ferramentas de Animação em contexto de trabalho. Convém também salientar que o estágio tem várias componentes desde a análise da instituição e planeamento dos objetivos a atingir, o período de reflexão e avaliação e o processo descritivo. Para finalizar a defesa do mesmo, constituída por uma apresentação oral.

Para a escolha do local de estágio, tive em atenção o ambiente social e recreativo da instituição. Posteriormente também tive conhecimento de que a seleção dos utentes era realizada mediante a condição financeira e que na valência de infantis há uma preferência por crianças institucionalizadas e carenciadas a nível emocional, o que me entusiasmou ainda mais.

O período de aprendizagem prática teve uma duração de três meses, iniciando a 1 de Julho de 2013 e finalização a 24 de Setembro de 2013, na Colônia de Férias da Torreira.

Este documento escrito está organizado em três capítulos, para que, quem o leia fique o mais esclarecido possível. O primeiro capítulo dá a conhecer a instituição onde o estágio foi realizado, apresenta sucintamente as normas de funcionamento, os colaboradores que cooperam para um bom serviço, os recursos físicos da instituição, os direitos e deveres dos utentes, as condições de admissão dos utentes e a sua localização.

No segundo capítulo abordo alguns temas da Animação Sociocultural, mais concretamente, os temas que retratam algumas das características dos destinatários, e o âmbito em que estão inseridas, bem como a postura ou perfil que um animador deve adotar. O terceiro e último capítulo é dedicado ao estágio, foi realizada uma síntese descritiva das atividades realizadas, das aprendizagens adquiridas e das experiências vivenciadas intensamente.

Capítulo I

CARACTERIZAÇÃO DA INSTITUIÇÃO **-Fundação Bissaya Barreto-**

1 – Caracterização da Instituição

1.1 – Fundação Bissaya Barreto (FBB)

A Fundação Bissaya Barreto é uma instituição particular de solidariedade social de utilidade pública, sediada em Bencanta, Coimbra. Prossegue, desde a sua criação, em 1958, o objetivo de dar continuidade à Obra Social criada e legada pelo patrono, Fernando Bissaya Barreto, ilustre médico e professor universitário que, na região centro do país, edificou e orientou alargada rede de organismos assistenciais, educacionais, formativos e culturais, num exemplo de ímpar visão e empreendedorismo social.

Nos termos dos estatutos em vigor, tem por objetivo contribuir para a promoção da população da região centro, através do propósito de dar expressão organizada ao dever de solidariedade e de justiça social entre os indivíduos, podendo, todavia, vir a estender-se a outras localidades do País, por deliberação do Conselho de Administração. Propõe-se a apoiar, promover e realizar atividades nos seguintes âmbitos: Segurança Social, Educação, Saúde, Cultura, Formação Profissional e outros que venham a tornar-se possíveis e necessários desde que respeitem a obra e o espírito do fundador.

Para o cumprimento destes desígnios, a Fundação possui em funcionamento os seguintes estabelecimentos:

➤ **Educação:**

- ✓ Estabelecimentos de educação pré-escolar com a dupla valência de creche e jardim-de-infância: Casas da Criança;
- ✓ Estabelecimento de ensino básico de 1º, 2º e 3º ciclos e profissional de nível IV: Colégio Bissaya Barreto;
- ✓ Estabelecimento de ensino superior: Instituto Superior Bissaya Barreto.

➤ **Segurança Social:**

- ✓ Centro de acolhimento temporário para crianças e jovens em risco: Casa do Pai;
- ✓ Proteção e acompanhamento ao idoso: Centro Geriátrico Luís Viegas Nascimento e Serviço Domiciliário de Coimbra.

Por acordo de gestão com o Instituto Nacional de Segurança Social, é entidade gestora da Colónia de Férias da Torreira.

1.1.1 Organigrama

A Fundação Bissaya Barreto administra um conjunto de estabelecimentos, coordenando cada um deles com o apoio de vários serviços e profissionais, é uma entidade que apoia e gere serviços de diferentes áreas, o seguinte organigrama ilustra de forma clara todos os setores onde esta intervém, por outras palavras dá a conhecer todos os órgãos organizacionais e as áreas a que cada um se responsabiliza (Figura 1).

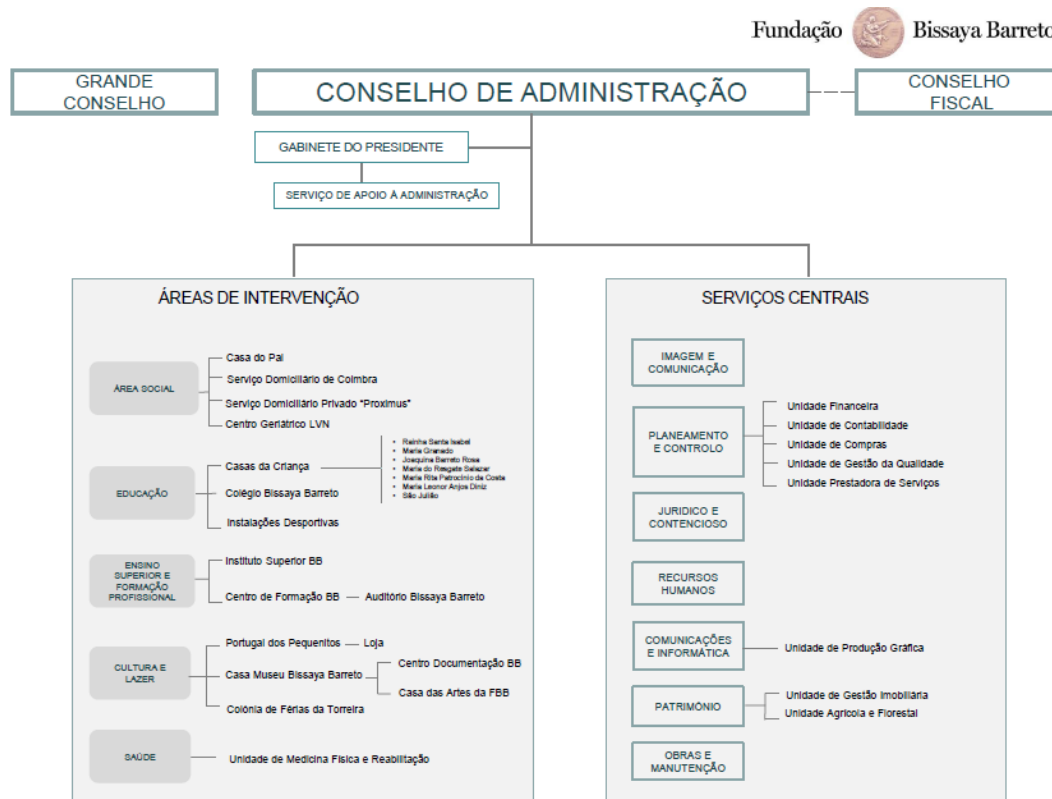


Figura 3- Organigrama da Fundação Bissaya Barreto

Fonte: Site Oficial da FBB

2 – Colónia de Férias da Torreira (CFT)

A colónia de Férias da Torreira, gerida pela Fundação Bissaya Barreto desde 1997, desenvolve serviços de ação social, no âmbito da família e da comunidade.

A gestão da CFT é da responsabilidade da Fundação Bissaya Barreto, reconhecida Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS), ao abrigo do Acordo de Gestão celebrado com o Centro Distrital de Aveiro do Instituto de Segurança Social.

É uma instituição sem fins lucrativos e gere-se com o apoio e parceria da Segurança Social e com algumas participações.

Mediante os seus princípios, ideais e finalidades o funcionamento da CFT visa promover o respeito pelos direitos dos clientes e demais interessados, assegurar a divulgação e cumprimento das regras de funcionamento do estabelecimento prestador de serviços e promover a participação ativa dos clientes ou seus representantes legais ao nível da gestão das respostas sociais. Para que todos estes objetivos sejam conseguidos foram sugeridos alguns direitos e deveres por parte dos clientes, tais como:

- A proteção de cuidados indispensáveis ao seu bem-estar, sem discriminação de raça, cor, sexo, língua ou religião;
- A garantia e a confidencialidade dos elementos e informações constantes no seu processo de admissão, de natureza pessoal ou familiar;
- O acompanhamento permanente por monitores;
- Programação variada de caráter educativo, cultural, desportivo e recreativo;
- Cuidados médicos e de enfermagem;
- Beneficiarem de um seguro de acidentes pessoais;
- Participar nas atividades planeadas e desenvolvidas na CFT;
- Tratar com respeito e correção os demais clientes, monitores e restantes colaboradores da CFT;
- Observar o bom estado de conservação e higiene das instalações e equipamentos;
- Efetuar o pagamento da participação devida pela frequência do turno, de acordo com as condições em vigor.

2.1 – Serviços Prestados e Atividades Desenvolvidas

A CFT tem o cuidado de ter sempre em atenção a qualidade dos seus serviços. Para que os clientes tenham uma boa estadia, podem contar com um leque de serviços, que asseguram acima de tudo a sua segurança e bem-estar. Assim sendo, a CFT presta os seguintes serviços:

- **Alojamento:** Camaratas com 7/9 camas, com casa de banho privativas, distribuídas por dois edifícios (masculino/ feminino) assegurando, cada monitor, o acompanhamento do seu grupo.
- **Serviço de higiene e conforto;**
- **Alimentação:** Confeccionada no estabelecimento, assegurando todas as refeições, adaptadas aos vários escalões etários;

- **Serviço de saúde:** Asseguram a prestação de cuidados de enfermagem a clientes, monitores e colaboradores, com assistência médica diária. Em caso de doença grave ou acidente, é providenciado um transporte (INEM), para a transferência do doente;
- **Lavagem, tratamento e manutenção das roupas dos clientes;**
- **Transporte:** Clientes provenientes do Distrito de Aveiro, informando-se a hora e local de paragem do autocarro.

A CFT concretiza um programa de atividades de carácter recreativo, pedagógico, desportivo, cultural, de expressão plástica, de exploração do meio e educação ambiental, concebido e desenvolvido pela equipa técnica de animadores da CFT. A programação de atividades corresponde aos interesses e potencialidades dos grupos a que se destinam, constituindo novas experiências e aprendizagem.

Para além destas atividades previamente planeadas e organizadas pela equipa pedagógica, a colónia ainda proporciona as seguintes atividades:

- Praia (com apoio e vigilância de nadadores salvadores);
- Piscina;
- Campo de futebol e basquetebol;
- Jogos de Orientação;
- Festas temáticas;
- *Karaoke.*

2.2 – *Caracterização dos Destinatários*

A Colónia de Férias da Torreira tem capacidade para albergar simultaneamente 377 pessoas, onde estão incluídos os clientes, os monitores e os colaboradores.

Destina-se a todas as faixas etárias da população, dando especial atenção a pessoas e grupos socialmente e ou economicamente mais desfavorecidos. A percentagem de destinatários inclui as seguintes valências:

- Maternais: dos 4 aos 5 anos;
- Infantis: dos 6 aos 12 anos;
- Juvenis: dos 13 aos 17 anos;
- Séniores: a partir dos 65;
- Acolhimentos para pessoas portadoras de deficiência grave: a partir dos 6 anos.

Na organização e calendarização de turnos, existe uma determinada época para cada um destes destinatários.

2.3 – *Condições de Admissão de Clientes*

A admissão de clientes é um processo bastante complexo, pois a adesão é considerável e os serviços tentam não fazer discriminação acolhendo o máximo de público e abranger várias localidades. As vagas atribuídas em cada turno são distribuídas, de forma equitativa, por ambos os sexos. Contudo são necessários alguns documentos que fazem parte do processo burocrático da candidatura, tais como, boletim de candidatura, boletim de saúde, obrigatoriamente preenchido e assinado pelo médico de família, cartão único, comprovativo dos rendimentos do agregado familiar e declaração assinada pelo cliente em como autoriza a informatização dos dados pessoais para efeitos de elaboração de processo de cliente. Em situações especiais, pode ser solicitada certidão de sentença judicial que regule o exercício das responsabilidades parentais/poder paternal ou que determine a tutela.

Sendo esta instituição de cariz social, com critérios específicos e que tem uma atenção redobrada por um determinado público, na seleção de clientes dão prioridade a:

- Situações de comprovada carência de natureza social, económica e de saúde;
- Clientes ou Instituições que nunca frequentaram a CFT;
- Processos de candidatura completos e corretamente preenchidos;
- Data de entrada do processo de candidatura.

Estando este processo corretamente preenchido e completo, a candidatura é analisada pelos serviços administrativos, a quem compete elaborar a proposta de admissão, e submetê-la à decisão da entidade competente, ou seja, à Diretora Técnica e posteriormente a comunicação da decisão ao cliente.

A CFT promove o acolhimento de novos clientes, diferenciado para cada valência, e realiza-se durante a manhã do primeiro dia de turno.

Na valência de maternais, os grupos de seis crianças e respetivas monitoras são previamente constituídos pelas IPSS. A primeira tarefa a ser cumprida à chegada dos novos grupos é a entrega das relações nominais para averiguar eventuais desistências ou substituições. Neste primeiro momento, é entregue um *dossier* personalizado a todas as monitoras, com indicações relevantes para o bom funcionamento do turno, tais como, a

indicação do número da sua camarata e da mesa do refeitório, informação respeitante a horários, procedimentos e programação de atividades, rotinas diárias, entre outras.

Nas faixas etárias seguintes, os infantis, valência que abrange crianças dos 6 aos 12 anos, e os Juvenis, jovens dos 13 aos 17, a admissão de clientes é realizada pelos vários Serviços Distritais da Segurança Social e pelas respetivas Técnicas que acompanham os clientes até à instituição. Durante a manhã do primeiro dia do turno, as crianças/jovens são recebidos pela equipa pedagógica juntamente com a Diretora Técnica, tendo estes uma série de tarefas a cumprir, tais como:

- A distribuição dos clientes por grupos (de 6 infantis e de 8 jovens);
- Designação e apresentação dos respetivos monitores, previamente selecionados e contratados pela FBB, que na véspera, frequentam um programa de formação teórico-prático ministrado pela Diretora Técnica, pelo Coordenador Pedagógico e pela Enfermeira, durante o qual é entregue e explicado o dossier personalizado com informação respeitante a horários, procedimentos e programação de atividades, rotinas diárias, cuidados de saúde, entre outras.

Na valência de acolhimentos temporários para pessoas portadoras de deficiência, o procedimento de receção aos clientes é semelhante aos anteriores à chegada com o respetivo monitor, a quem é distribuído um *dossier* personalizado com informação detalhada das patologias e especificidades relevantes, para além da indicação do número da camarata, da cama e da mesa do refeitório a ocupar durante o turno e outra informação respeitante a horários, procedimentos e programação de atividades, rotinas diárias, cuidados de saúde, entre outras.

2.4 – Recursos da Instituição

2.4.1 Recursos Físicos

Para o bom funcionamento das atividades desenvolvidas e para a segurança e bem-estar dos utentes a instituição é composta por uma diversidade de infraestruturas.

No que diz respeito à constituição do recinto, mais precisamente à sua estrutura, a Colónia de Férias da Torreira, dispõe de um edifício central e dois pavilhões de alojamento integrados numa vasta área circundante, vedada e ajardinada, com acesso privativo à praia. Os dois pavilhões dispõem de 52 camaratas de 7 camas, todas com casa de banho privativa, 6 quartos reservados a colaboradores, 1 enfermaria, 2 salões de

festas com 1 sala de cinema, 5 salas multiusos, 4 casas de banho de apoio, 2 rouparias, 1 oficina e 2 garagens.

Edifício Central: Este edifício suporta 6 quartos reservados a colaboradores e é constituído pela secretaria, pela cozinha, pelos refeitórios, pelo bar, pela lavandaria, pela economato, por uma sala de convívio e por uma divisão onde as funcionárias da lavandaria, da cozinha e da limpeza fazem as suas refeições.

Pavilhão 1: Este pavilhão é composto por rés-do-chão, primeiro andar e sótão. No rés-do-chão encontra-se a garagem, a enfermaria, algumas camaratas, uma biblioteca, dois espaços multiusos e uma casa de banho de apoio. No primeiro andar encontram-se as camaratas, uma sala de estar, uma casa de banho de apoio, uma divisão de apoio à limpeza (rouparia), a sala da equipa pedagógica, três camaratas individuais e uma sala para guardar material lúdico. Por fim, no sótão, está o camarim da equipa pedagógica e o de uso geral, e salas de arrumo.

Pavilhão 2: Este pavilhão é igualmente constituído por rés-do-chão, primeiro andar e sótão. No rés-do-chão estão localizadas três salas multiusos, uma oficina, uma garagem, algumas camaratas, uma biblioteca e uma casa de banho de apoio. No primeiro andar à semelhança do anterior estão as camaratas, uma sala de estar, uma sala de apoio aos animadores.

Para além destes espaços a CFT dispõe também de uma área específica na praia com acesso direto, piscina, campos de futebol e basquetebol, pista de atletismo, parque infantil, circuito de bicicleta e de manutenção.

2.4.2 Recursos Humanos

No que diz respeito aos recursos humanos, a Colónia de Férias da Torreira, tem ao seu dispor colaboradores com diferentes categorias, isto é, o pessoal interno, que se encontram no quadro de pessoal da CFT, e em outra categoria os prestadores de serviços. A equipa interna é composta por técnicos de diversas áreas: animação, educação, desporto, ambiente e saúde, tendo sempre em vista e como objetivo central, o bom funcionamento e a vontade de proporcionar tempo de alegria, de dádiva, de comunicação, responsabilidade e muita energia.

Existem determinados cargos que requerem um maior profissionalismo, e como tal consoante a sua posição é-lhes assegurado diversas funções e responsabilidades que devem ser executadas com bastante rigor. Como tal, passo a citar algumas das tarefas dos profissionais que integram a Colónia de Férias da Torreira.

Em cada posto existe um trabalho específico que se enquadra às tarefas do colaborador. A própria instituição organiza o seu mapa de trabalho de modo a garantir que os seus serviços sejam prestados contínua e ininterruptamente, respeitando as disposições legais aplicáveis (Anexo II).

Para além dos funcionários internos, a Colônia de Férias da Torreira também conta com o apoio de colaboradores temporários, como é o caso dos monitores e do médico. Os monitores são os que fazem o acompanhamento de cada grupo de clientes, consoante a valência. O desempenho da função de monitor pressupõe uma prestação de serviço e está sujeita à celebração de contrato específico e dedução dos respetivos descontos legais, sendo remunerados de acordo com a tabela em vigor. Os monitores de Infantis candidatam-se através de concurso, aberto durante o mês de Março, preenchendo impresso próprio ao qual devem anexar os documentos exigidos.

Aos monitores é proibida a aplicação de castigos físicos ou de ordem psicológica sobre o seu grupo de clientes, devendo ser competentes nos seguintes aspetos:

- Participar, ativamente, em todas as atividades diárias praticadas com o seu grupo de crianças, promovendo e fomentando o espírito de equipa;
- Responsabilizar-se pelo dinheiro, roupa e objetos de uso pessoal de cada criança;
- Zelar pela segurança e bem-estar do grupo sob a sua responsabilidade, estimulando as capacidades individuais;
- Vigiar o comportamento de cada criança de modo a poder detetar qualquer alteração física/comportamental, acompanhando-o aos serviços de saúde da CFT, sempre que tal se justifique;
- Observar e fazer cumprir horários afixados para refeições, banhos, consultas médicas e atividades programadas;
- Auxiliar clientes que revelem mais dificuldade ao nível dos cuidados básicos;
- Administrar a medicação dos clientes de acordo com as instruções do Médico, não prescrevendo ou administrando qualquer medicamento sem conhecimento e autorização dos serviços de saúde.

O Médico, presta serviços de medicina curativa com consulta médica diária (dias úteis), prescrevendo fármacos e exames complementares de diagnóstico, quando necessários.¹

2.5 – *A Animação Sociocultural na Instituição*

Grupos e Instituições representam o conteúdo básico das estruturas sociais. Neste caso, a ação social definida por Guy Rocher como «qualquer maneira de pensar, sentir e de trabalhar, cuja orientação é estruturada em conformidade com modelos que são coletivos, ou seja, que são partilhados pelos membros de uma coletividade de pessoas» (G.Rocher, 1990), supõe a reunião de pessoas com finalidade de dar resposta aos interesses da população.

A ASC é uma resposta institucional, intencional e sistemática a uma determinada realidade social para promover a participação ativa e voluntária dos cidadãos no desenvolvimento comunitário e na melhoria da qualidade de vida. Assim sendo, preenche vários requisitos para dar resposta a organizações e instituições de serviços pessoais, especialmente das que realizam atividades sociais, culturais e educativas, criando dinâmicas e acontecimentos, que alteram a rotina diária. As instituições, como estruturas organizadas da ação social, transformam-se nos melhores instrumentos para o desenvolvimento da comunidade.

Neste contexto, entendemos que a animação sociocultural tem como finalidade a participação, como uma metodologia para o desenvolvimento humano através do progresso dos grupos. A comunicação humana, o relacionamento, a conjugação de capacidades, a aceitação individual no grupo e a contribuição para a coletividade são alguns dos principais objetivos da Animação nas instituições (reflexão que nasce numa exposição apresentada nas jornadas «Sabadell. La cultura a reflexió» em 1990).

¹ Texto adaptado do site www.fbb.pt/Regulamento Interno da Colónia de Férias da Torreira.

Capítulo II

-ENQUADRAMENTO TEÓRICO-

1 – A Animação Sociocultural

A palavra animação deriva do termo latino *anima* que significa o ato ou o efeito de animar, dar vida, ânimo, valor e energia (Jardim, 2002).

O aparecimento da animação sociocultural relaciona-se diretamente com a Revolução Industrial e com as transformações que daí derivaram (Canário, 2000). Em Portugal, pela voz de Garcia (1987), a questão da origem da animação é considerada como sendo temporalmente indeterminada. Se a considerarmos como uma manifestação difusa de criatividade e de integração social se a considerarmos como uma metodologia ligada à intervenção nos campos social, político, educativo e cultural, ela nasce, nos anos sessenta, como resposta a problemas derivados da identidade cultural, integração, participação, comunicação, socialização, relação, educação, entre outros.

Como refere Vallicrosa (2004), a animação sociocultural surgiu "como resposta à crise de identidade urbana, à descida da qualidade de vida e à atonia social provocada pelo crescimento acelerado e a concentração de grandes massas de população sem equipamentos culturais nem estrutura associativa".

Marcelino Sousa Lopes (2009) conclui que a animação surge como uma prática comprometida com o desenvolvimento rumo à autonomia das pessoas e à auto-organização, pela necessidade de o tempo livre não ser ocupado, mas sim animado, de se promover a criatividade e expressividade humana e não a robotização; de favorecer a partilha de saberes em vez de se proclamar um saber unívoco; de estimular a pessoa bem como de se valorizar as práticas e as experiências expressas nas dimensões da educação não formal e informal (Garcia, 1980).

Neste sentido, refere Jaume Trilla um leque de formas distintas de caracterizar a ASC. Desta forma podemos interpretar a animação como ação, intervenção, atuação (...) indicando o que o agente faz; como atividade ou prática social, indicando não tanto o que o agente faz mas o que promove; como método, uma forma de maneira de proceder ou uma técnica, um meio ou um instrumento; como processo, destacando a dimensão dinâmica e ou processual da animação; como programa ou projeto, salientando o trabalho de conceção das atividades, dos processos e ações; como função social, sendo neste caso, uma tarefa que deveria estar presente em qualquer comunidade ou

sociedade; como fator, caracterização que destaca o caráter operativo, isto é, qualquer coisa que gera, produz, dá lugar, motiva resultados ou processos.

Note-se que todas estas caracterizações não têm de ser contraditórias entre si, o intuito é designar aspetos ou momentos diferentes das ações ou dos processos, enfatizando as diferentes formas como deveriam ser estas ações ou processos (Trilla, 1998).

Assim, a ASC abarca diferentes públicos alvo, está presente em áreas de atividade muito diversa e conta com um conjunto de instituições especializadas com técnicos em acelerado processo de profissionalização (Canário, 2000).

De acordo com a Organização das Nações Unidas para a Educação, Ciência e Cultura (UNESCO) a ASC é um conjunto de práticas sociais que têm como finalidade estimular a iniciativa, bem como a participação das comunidades no processo do seu próprio desenvolvimento e na dinâmica da vida sociopolítica em que estão integrados.

Para melhor compreensão, a extensão e as possibilidades deste conceito divide-se em três grandes dimensões: a cultural, a social e a educativa.

A ideia de cultura expressa por Bernet (2004), "cultura é modo complexo que inclui conhecimentos, convicções, arte, leis, moral, costumes e qualquer outra capacidade e hábitos adquiridos pelo homem na qualidade de membro de uma sociedade", pelo que pensar em cultura é pensar em tudo quanto é passível de adquirir através da aprendizagem.

A dimensão social da ASC revela-se sempre que esta se centra num coletivo, grupo ou comunidade. É importante referir que quando falamos de animação sociocultural utilizamos frequentemente "comunidade" e não "sociedade", porque enquanto prática de intervenção a animação não afeta toda a sociedade, mas sim grupos inseridos em contextos específicos que designamos comunidade (warburton, 1998 in Calvo, 2002).

Na sequência desta apresentação devemos também ter conhecimento e pensar na dimensão educativa. Para compreender esta dimensão é pertinente olhar para o processo educativo a três níveis: formal, não formal e informal (Canário, 2000; Bernet, 2004). Segundo Canário (2000) a ASC situa-se a um nível informal, no entanto, Bernet (2004) situa normalmente a animação no nível não formal. Bernet (2004) afirma que é habitual situar a animação no setor não formal, mas assiste-se cada vez mais ao desaparecimento

da fronteira entre estes três níveis quando falamos de animação sociocultural, principalmente pelos contextos em que atua e pelas atividades que promove.

1.1 – Perfil do Animador Sociocultural

A profissão de animador, situa-se entre a do educador e a do agente social puro.

Relativamente a este assunto, podemos encontrar algumas propostas de definição do mesmo perfil, tais como: o facto de o animador ser, de certo modo, um irradiador de cultura e desenvolvimento crítico, o animador como monitor, que tem como objetivo o desenvolvimento por via da representação social, o animador de grupo, que como o nome indica trabalha dentro de um grupo, atendendo às dificuldades, problemas e necessidades desse mesmo grupo e o animador coordenador que está ligado a uma instituição e tem a função de coordenar as atividades ali desenvolvidas (Ander-Egg, 2000).

Para que o animador possa desempenhar da melhor maneira as suas funções que lhe estão determinadas deve ter em conta o ser, o saber e o saber fazer, isto é, deve ter em conta a sua identidade, os conhecimentos que possui, que pode e deve partilhar e, claro, ter em atenção os métodos que irá utilizar para atingir os seus objetivos através das atividades predefinidas. O animador é o indivíduo que deve promover da melhor forma o bem-estar, o conhecimento, a responsabilidade, a autonomia, o sentido crítico da vida e de tudo que a envolve (Ander-Egg, 2000).

O perfil concreto de um animador depende também do seu carácter, personalidade e temperamento e o seu estilo pessoal vai-se afirmando com a prática, como pessoa, com virtudes e defeitos que deverá ir procurando ultrapassar. O animador deve esforçar-se em mostrar uma forte dose de empatia com os outros, juntamente com dinamismo, otimismo, maturidade emocional e confiança em si mesmo e nos outros, bem como força perante a frustração, a adversidade, firmeza de carácter e espírito democrático. Deve igualmente promover a criatividade, a expressão e a identidade do grupo e dos seus membros.

Nesta perspetiva o Animador Sociocultural é essencialmente um agente de desenvolvimento, devendo ser capaz de identificar carências e potencialidades sociais, grupais, comunitárias e institucionais na sociedade em que está inserido, programar um conjunto de atividades de carácter educativo, cultural, desportivo e social, no âmbito do

serviço onde está integrado e das necessidades dos grupos ou comunidades, organizar, coordenar ou desenvolver atividades diversas no âmbito dos programas, encontrar múltiplas alternativas na utilização de novas técnicas e materiais, para o desenvolvimento das mais variadas atividades, entre outras funções.

Podemos então concluir que não existe um perfil determinado ou desenhado para os animadores, visto ser uma área muito complexa e abrangente, contudo, é de salientar que o animador é o pilar central de toda a atividade da animação, uma vez que é ele que assume a responsabilidade de promover a vida do grupo.

1.2 – Âmbitos de Intervenção da Animação Sociocultural

Independentemente do âmbito da Animação Sociocultural, as estratégias de intervenção, têm de possuir uma dimensão social, cultural, educativa e políticas interligadas entre si.

Falar em âmbitos de Animação Sociocultural significa ter presente a perspectiva tridimensional respeitante às suas estratégias de intervenção:

- Dimensão etária: infantil, juvenil, adultos, terceira idade;
- Espaço de intervenção: animação urbana, animação rural;
- Pluralidades de âmbitos ligados a setores de áreas temáticas, como por exemplo: a educação, o teatro os tempos livres, a saúde, o ambiente, o turismo, a comunidade, o comércio, o trabalho, entre outros.

Todos estes âmbitos implicam o recurso a um vasto conjunto de termos compostos, para designar as suas múltiplas atualizações e formas concretas de atuação: Animação Socioeducativa, Animação Cultural, Animação Teatral, Animação Comunitária, Animação Turística, Animação Infantil, Animação na Terceira Idade, Animação Desportiva, Animação Juvenil, Animação de Museus, entre outros.

Para além destes, outros termos poderão ser formados, relacionados com potenciais novos âmbitos da animação, cuja emergência é determinada por uma dinâmica social em constante mudança, que origina a permanente promoção de relações interpessoais, comunicativas, humanas, solidárias, educativas e comprometidas com o desenvolvimento e a autonomia.

1.2.1 A Animação Sociocultural na Infância

O desenvolvimento da Animação Infantil corresponde a uma necessidade básica e que ganhou expressão como forma de Animação Socioeducativa. Teve como objetivo central complementar as funções cometidas, tradicionalmente, à escola, pela via da educação não formal.

Apesar de ser habitual falar de atividades de tempos livres infantis para referir as práticas educativas da animação sociocultural na infância, consideramos mais adequado falar de atividades de ócio infantil.

Entende-se por ócio como uma forma de utilizar os tempos livres, que acentua o valor da liberdade em relação ao da necessidade e promove o prazer do indivíduo enquanto realiza uma atividade. Assim sendo, o essencial no ócio não está na atividade em si, mas na atitude do indivíduo que a realiza (Ana M. Sastre, 1997/1998).

A animação infantil aproveita o potencial educativo do ócio para criar processos de desenvolvimento pessoal e social. Defende o valor da liberdade e não se preocupa em entreter ou distrair as crianças, ocupando os seus tempos livres com atividades educativas concebidas e conduzidas de forma restrita, também não pretende servir-se dos tempos livres dos sujeitos para alcançar objetivos instrutivos (Ana M. Sastre, 1997/1998).

A Animação Sociocultural na infância mantém uma estreita relação com a pedagogia do ócio, esta trata das atuações educativas próprias da educação nos tempos livres, cujos objetivos estão diretamente relacionados com o ócio. A pedagogia do ócio pretende formar o indivíduo para que viva o seu ócio de forma mais positiva, desta forma podemos concluir que o principal objetivo é a educação mediante o ócio, ou seja, a educação através de uma atividade ou de uma atitude no indivíduo que participa das qualidades próprias do ócio (Ana M. Sastre, 1997/1998).

1.2.2 A Animação Sociocultural na Terceira Idade

O envelhecimento da sociedade portuguesa é comprovado, quer pelo considerável aumento de lares públicos e privados para idosos que se verificou na última década, quer pelo incremento de ações formativas, de carácter técnico profissional e até superior, no âmbito da Animação Sociocultural para a terceira idade.

Consequentemente cresce a necessidade de se programarem ações relacionadas com estes destinatários.

A Animação Sociocultural na terceira idade funda-se nos princípios de uma gerontologia educativa, promotora de situações otimizantes e operativas, com vista a auxiliar as pessoas idosas a programar a evolução natural do seu envelhecimento, a promover-lhes novos interesses e novas atividades, que conduzam à manutenção da sua vitalidade física e mental. A partir dos trabalhos de Peterson (1975) e de Glendenning (1985), a gerontologia educativa situa o campo de atividade entre as ciências da educação e a gerontologia. Trata-se de uma ciência aplicada para a intervenção educativa nas pessoas adultas. O ponto de partida parte do convencimento de que as ações socioeducativas são um elemento importante quer para prevenir quer para servir de elemento substitutivo, perante as situações de deterioração biológica que a passagem do tempo provoca.

1.2.3 A Animação Socioeducativa

A Animação Socioeducativa surge num contexto de educação não formal e tende a uma educação global e permanente de carácter lúdico, criativo e participativo, visa promover e dinamizar a cultura de um povo envolvendo-os nesse processo de forma a aumentar a auto estima do individuo, grupo ou comunidade. "Entendo a Animação Socioeducativa como uma área da Animação Sociocultural que se dedica ao trabalho com as crianças e pré adolescentes fora do contexto escolar (institucional) contribuindo para o seu desenvolvimento biopsicossocial através da prática de atividades em que seja feito um apelo à criatividade, afirmação pessoal e inserção na realidade próxima..." (Morais, 1975).

A Animação Socioeducativa, apresenta-se como uma ação assente em colónias de férias, campos de férias, acampamentos e outras atividades de ar livre destinadas à infância e adolescência. Decorre, normalmente, ora como atividade complementar à escola, ora como ação mais prolongada e levada a cabo em épocas de férias escolares.

Ainda de acordo com Morais (1975), o perfil do animador socioeducativo de compreender: maturidade, bom senso e sentido de disponibilidade; conhecimento da zona em que vai intervir e aceitação no meio; inclinação para atividades criativas, como

artes plásticas, música, teatro, dança, desporto, entre outras, experiência de trabalho e conhecimento das características do público alvo, entre outras.

O Animador socioeducativo privilegia a infância e a adolescência, utiliza como meios de ação suportes de índole recreativa e cultural estimulando a criatividade, objetiva o desenvolvimento integral da personalidade, da capacidade expressiva e da vivência coletiva.

2 – A Animação Sociocultural nas Colônias de Férias

Desde o aparecimento das primeiras colônias de férias de Verão nos meados do século XX, a Animação Sociocultural incorporou muitos elementos novos na oferta educativa nos tempos livres.

A ação da animação na infância foi traduzida na execução de programas lúdicos e formativos, que tiveram lugar em colônias de férias, em passeios e visitas de estudo, que permitiam às crianças visitarem e conhecerem lugares e regiões diferentes da do seu local de residência. Uma colônia de férias, oferece um leque de atividades recreativas e desportivas planeadas e organizadas por pessoas qualificadas. As atividades procuram, geralmente, um contacto maior com a natureza, e desta forma podem abranger múltiplas possibilidades de trabalho com diversos públicos, é neste contexto, que os processos de socialização e desinibição se conjugam com o desejo de participação coletiva. Este tipo de atividades incrementa uma troca mútua de experiências e estimula a solidariedade como valor, trazendo enriquecimento ao ser humano, social e pessoal. Estes dias de experiência são em proveito de si mesmos, satisfazendo as suas necessidades, compartilhando interesses.

A Colônia de Férias destinada à satisfação de necessidades de lazer e de quebra de rotinas representa uma resposta social essencial ao equilíbrio físico, psicológico e social dos seus utilizadores, sobretudo os que se encontram em situação de maior vulnerabilidade, em especial crianças, pessoas com deficiência e idosos, a quem as dificuldades da vida diária nem sempre proporcionam as condições para o gozo de férias (Direção-Geral da Ação Social, Núcleo de documentação técnica e divulgação).

2.1 – Colônias de Férias para Crianças

Seria errado pensar que este desenvolvimento da animação sociocultural na infância corresponde, unicamente, a um reconhecimento extenso dos tempos livres infantis como espaço educativo próprio. As transformações sociais e da estrutura familiar experimentadas nos últimos anos, geram a necessidade da educação nos tempos livres assumir algumas das tarefas que antes eram realizadas pela própria instituição familiar.

Este grupo faz referência às atividades educativas que têm lugar durante as férias escolares. Provavelmente, trata-se de uma das atividades de ócio infantil mais populares. Ao longo do respetivo desenvolvimento (a duração oscila entre uma semana e quinze dias), levam-se a cabo múltiplas atividades: de aventura, desportivas, aulas temáticas diversas, passeios de bicicleta, a cavalo, geralmente muito em contacto com o ambiente imediato em que a atividade tem lugar (Ana M. Sastre, 1997/1998).

2.2 – Colônias de Férias para Idosos

A colônia de férias frequentada por pessoas da terceira idade, proporciona espontaneamente um ambiente novo, o idoso vê-se liberto das críticas intergeracionais, deixando muitas vezes fluir sentimentos latentes que não são manifestados em outros ambientes. Deve-se ressaltar a importância das atividades ao ar livre. Nesta etapa da vida, onde geralmente a solidão e angústia estão sempre presentes, o valor desta vivência adquire uma grande dimensão, pois para além dos momentos de socialização e integração, terão de certa forma tarefas e responsabilidades que servem para se valorizar (C. Raúl Lorda, 1995).

Contudo, de entre muitos objetivos, os mais significativos resumem-se à integração em novos grupos, ao contacto com a natureza, à estimulação na orientação e no espaço, à reafirmação de hábitos de higiene e alimentação e a um melhor conhecimento de como ocupar corretamente o tempo livre (C. Raúl Lorda, 1995).

Capítulo III

-ESTÁGIO CURRICULAR-

1 – Estágio

Na finalização da licenciatura em Animação Sociocultural, surge o estágio curricular no âmbito de uma unidade curricular integrada no 3º ano do 2º semestre. Esta unidade prática, foi realizada na Colónia de Férias da Torreira, com duração de três meses, que por sua vez integrou duas valências a de Infantis e a de Séniores. São campos de ação distintos mas com objetivos semelhantes.

Consoante a calendarização e funcionamento da instituição, os três meses de estágio permitiram que estivesse presente em 6 turnos de Infantis, desde 1 de Julho a 5 de Setembro, e em 1 turno de Séniores, de 16 a 24 de Setembro. O espaçamento de datas deve-se à interrupção de atividades, para férias dos colaboradores.

O funcionamento da atividade da Colónia de Férias da Torreira está estruturado segundo um calendário anual, onde se enquadram cinco valências, entre as quais estão presentes a de Infantis e a de Séniores, cada uma com quatro turnos de oito dias cada um. No mesmo calendário são realizados dois turnos particulares de Infantis para o grupo Jerónimo Martins. Esta dinâmica e rotina invulgar permitem compreender a organização precisa de cada turno e a sua intensidade. As dinâmicas desenvolvidas e planeadas na Colónia de Férias da Torreira, só são possíveis tendo em conta cinco palavras-chave, que deverão ser interiorizadas e aplicadas como a base da atitude e postura no papel do Animador CFT, que são: Alegria, disponibilidade, cordialidade, carinho e profissionalismo.

Consequentemente ao facto de serem públicos com diferentes características, tive de assumir diferentes posturas e encontrar novas formas de comunicação. Desta forma, a aprendizagem foi constante e diversificada.

Depois de uma breve apresentação às instalações onde iria realizar o meu estágio e de participar numa conversa formal com a Diretora Técnica e o Coordenador da Equipa Pedagógica, futuro coordenador de estágio, passei a ter uma visão mais concreta, relativamente à missão da instituição, aos seus princípios, à forma como atuavam, entre outros aspetos de ordem funcional.

Desta forma, tracei diversos objetivos, para que durante o período de vivências profissionais, tivesse uma boa integração entre a equipa pedagógica e colaboradores da instituição, um bom desempenho nas atividades de animação e acima de tudo para que pudesse aumentar o meu leque de conhecimentos e ferramentas (Anexo I).

2 – O Animador na Colónia de Férias da Torreira

2.1 – Perfil e Funções do Animador

Ao iniciar o estágio na CFT tive a oportunidade de me integrar numa equipa multifacetada, formada por cinco animadores, e perceber qual a postura que tomavam para levar a cabo todos os seus objetivos. O posto que estes profissionais ocupam, impõe que tenham uma forma de estar e agir exigente, mas em simultâneo, que sejam sensíveis a algumas situações, ou seja, o trabalho em equipa, a lealdade, o respeito, a solidariedade, a ajuda, o empenho, entre outros, são valores éticos imprescindíveis no animador CFT, para que estejam preparados a intervir numa situação inesperada.

O perfil referido anteriormente é moldado à diversidade de funções que o animador desempenha, procurando sempre o bem-estar e o desenvolvimento dos utentes.

As atividades promovidas, são de caráter lúdico e social, em que está sempre, pelo menos, um animador responsável pela orientação e dinamização, as funções, são as ações fixas e que estão inseridas na rotina para o bom funcionamento geral, tais como:

- **"Vassoura":** Sendo que a EP está dividida pelos dois pavilhões, em cada pavilhão está um "vassoura". Os animadores selecionados para esta função, cumprem durante todo o dia várias tarefas, tais como:
 - ✓ Abrir a porta principal do seu pavilhão à hora previamente estabelecida;
 - ✓ Apagar as luzes de presença exteriores;
 - ✓ Verificar e certificar-se de que ninguém ficou nas camaratas e por vezes acelerar o abandono dos grupos do pavilhão para que estes cumpram devidamente os horários;
 - ✓ Faz as refeições à hora das crianças e monitores;
 - ✓ Encontra-se sempre visível e faz o atendimento telefónico na hora dos banhos;
 - ✓ À hora do jantar acende as luzes de presença e o "vassoura" do pavilhão dois acende as da garagem.
- **Refeitório:** O refeitório é um espaço que está dividido em dois pisos. Contabilizando, animadores internos, externos e estagiárias a Equipa Pedagógica

contou nos Turnos de Infantis 2013, com oito colaboradores, ficando dois destacados para o refeitório superior e quatro para o refeitório inferior, lembrando que os dois restantes ocupam a função de "vassoura" e fazem a sua refeição em simultâneo com os utentes. Os animadores para além de auxiliarem nas refeições, tinham também a tarefa de celebrar os aniversários.

- **Serviço Noturno:** Após o término das atividades noturnas, os animadores devem estar sempre presentes no respetivo pavilhão, pois pode existir necessidade de auxiliar algum monitor, para alguma eventualidade, como por exemplo, facultar algum tipo de material, esclarecer alguma dúvida ou até prestar algum apoio em caso de saúde de algum utente.

No decorrer dos turnos não fui destacada para a função de "Vassoura" nem de "Serviço Noturno", apesar de por vezes cumprir algumas das tarefas, a pedido dos meus formadores, pois uma das suas exigências era que desempenhasse e tivesse contacto com todas as funções do animador CFT.

O refeitório, era um momento que gostava particularmente, pois tinha a possibilidade de comunicar com os utentes, sem estar em personagem, e ter o *feedback* das atividades que tinham estado a executar.

2.2 – Responsabilidades

Este ponto refere-se a outras responsabilidades individuais inerentes ao funcionamento dos turnos e está diretamente ligado com os procedimentos para a cedência de material de expressão plástica, camarim e praia.

Na Expressão Plástica, fornecia o material e ficava responsável pela devolução do mesmo. Posteriormente tomava nota dos materiais consumidos e não consumidos, repondo o que era necessário.

No camarim, acompanhava e auxiliava os monitores na escolha das peças e adereços, apontando sempre o que requisitavam.

Na praia, dependendo do grau de gravidade e dentro das circunstâncias, prestava apoio a eventuais ferimentos, pois tínhamos ao nosso dispor uma caixa de primeiros socorros.

3 – Turnos de Infantis

A valência de infantis é integrada nas atividades da CFT nos meses de verão, Julho e Agosto, visto que é o período em que as crianças se encontram na interrupção escolar.

As crianças da Colônia de Férias vêm de diversos pontos do país, e as suas idades variam entre os 6 e 12 anos. Para as crianças, a CFT é um complemento à experiência formal da escola, constituindo uma experiência não formal de aprendizagem, considerando que a educação cívica e as atividades extra curriculares são tanto ou mais importantes do que a educação curricular.

Durante as suas férias na colônia, têm a oportunidade de aprender a viver em comunidade, resolver problemas, fazer ajustamentos sociais a novas e diferentes pessoas, assumir responsabilidades e adquirir novas competências e autonomias que aumentam a sua auto estima.

3.1 – *Procedimentos Obrigatórios*

No início de cada turno, participava numa reunião onde estavam presentes todos os animadores, internos e externos, discutíamos vários assuntos, resolvendo e solucionando várias questões. No fim desta reunião éramos distribuídos para desempenhar algumas funções, para que no dia seguinte com o arranque do turno, estivesse tudo pronto a ser utilizado.

- **Expressão Plástica:** Limpar e arrumar todo o material que foi utilizado e repor alguns materiais reciclados;
- **Camarim:** Organizar a roupa nas respetivas cruzetas, visto que todas as peças estão identificadas com um número, e posteriormente coloca-la no roupeiro. Deve-se também conferir se todas as peças foram entregues.
- **Piscina:** Encher as braçadeiras e verificar as condições de todo o material;
- **Bicicletas:** No dia de encerramento de cada turno as bicicletas são recolhidas para a garagem, no início do turno são colocadas no respetivo local.

Visto que realizei todos os turnos de infantis, realizei todas estas funções, a mais trabalhosa foi a sala de expressão plástica, pois tinha que lavar todos os materiais, limpar a sala e repor novamente os utensílios necessários. O camarim era mais

complexo devido à forma que está organizado, mas procedi a todas as indicações que me eram dadas.

3.2 – Distribuição das Atividades

A Colônia de Férias da Torreira na valência de Infantis consegue dar resposta a um número significativo de crianças, e para que tal seja possível tem que se reger por uma dinâmica interna extremamente organizada. Assim sendo, ao receber em cada turno, aproximadamente 316 crianças, tem que as dividir em grupos, de rapazes e raparigas. Esta divisão é feita por grupos funcionais, cada grupo é formado por 30 a 36 crianças divididas por 5 ou 6 subgrupos, ou seja, cada camarata suportava 6 a 7 crianças mais o monitor responsável, todos estes números variam consoante o número total de crianças (Decreto de Lei n.º 32/2011 de 7 de Março, Artigo 16º - Monitores).

Durante o dia estes grupos realizavam atividades diferentes, existia uma rotatividade que permitia que cada um aproveita-se, no fim da semana, todas elas. Para que esta dinâmica fosse possível, as atividades eram dinamizadas em simultâneo, cada qual no local e horário previsto de acordo com a identificação dos grupos apresentada na tabela seguinte.

ACTIVIDADES			02 SEXTA		03 SÁBADO		04 DOMINGO		05 SEGUNDA		06 TERÇA		07 QUARTA		08 QUINTA		09 SEXTA								
			M	T	M	T	M	T	M	T	M	T	M	T	M	T									
DIA	Piscina	10h	15h30	OLÁ CRIANÇAS!	CFT TOUR	1	2	8	7	3	4	10	9	5	6	CFT Alive	Praia Todos	REGRESSO A CASA							
		11h	16h45			9	10	6	5	1	2	8	7	3	4										
	Praia	9h45	15h00			2-4	1-3	1-3	2-4	2-4	1-3	1-3	2-4	2-4	1-3					2-4	1-3				
						6-8	5-7	5-7	6-8	6-8	5-7	5-7	6-8	6-8	5-7					5-7	6-8	6-8			
	Arco-Íris CFT	10h	15h30			3	4	10	9	5	6	2	1	7	8										
		11h	16h45			1	2	8	7	3	4	10	9	5	6										
	Bicicletas	10h	15h30			5	6	2	1	7	8	4	3	9	10										
		11h	16h45			3	4	10	9	5	6	2	1	7	8										
	Ciência da Cor	Jogos	10h			15h30	7	8	4	3	9	10	6	5	1					2					
			11h			16h45	5	6	2	1	7	8	4	3	9					10					
Expressão Físico-Motora		10h	15h30	9	10	6	5	1	2	8	7	3	4												
		11h	16h45	7	8	4	3	9	10	6	5	1	2												
Hora da Mata			Depois do Almoço até ao início das actividades																						
NOITE	Kara'oka			2-4-7		1-3-5																			
				9-10		6-8																			
	CFT Disco			1-3-5		2-4-7																			
				6-8		9-10																			
	Cinema (ar livre)							Todos																	
Os Pigmentos									Todos																
Dimensão T											Todos														

Figura 4- Quadro de Distribuição das Atividades Diárias

Fonte: Colônia de Férias da Torreira.

Este quadro (figura 2), permite-nos identificar os grupos com quem vamos trabalhar, pois por vezes em algumas destas atividades ao preparar a minha intervenção

sentia necessidade de informar previamente os monitores do que se iria realizar. Esta foi uma das estratégias que me inculiram, ou seja, para que a atividade tivesse um resultado ainda mais positivo explicava aos animadores de grupo quais os meus objetivos, por exemplo, na piscina em algumas intervenções pedia aos monitores para que colocassem as crianças em fila única, aptas a entrar no recinto. Para o *Karaoke*, procedia da mesma forma, na hora da mata, reunia os animadores de grupo para explicar os jogos e se fosse necessário esclarecer alguma dúvida, assim na concretização da atividade a explicação para as crianças não era tão rigorosa.

A praia era a única "atividade" realizada todos os dias, alternadamente, um dia durante a manhã, o outro durante a tarde e assim sucessivamente, até ao encerramento do turno.

3.3 – Logística

Esta era a forma como os animadores eram distribuídos, através do Quadro de Distribuição de Animadores (figura 3), assim tomava conhecimento em que dia é que iria realizar determinada atividade, e com qual dos animadores a iria realizar, pois só nos últimos dois turnos planeei e concretizei as dinâmicas sozinha.

Durante os turnos, todos os dias, a equipa pedagógica reunia para averiguar alguns pontos, para esclarecer algumas dúvidas, para dar conhecimento do desenvolvimento das atividades da manhã e por vezes para debater alguns assuntos respetivos ao turno, ou seja, era o momento para organizar ideias para prevenir eventuais problemas e solucionar outros. Este quadro auxiliava-nos de modo a relembrar as atividades que realizamos ou que ainda iríamos realizar.

Sábado – 03 Agosto		Pavilhão I			Pavilhão II			Estag.	
		João	Renato	Inês	Mané	Luís	Queirós	An	Re
"Vassoura"				X		X			
Refeitório Inferior				X	X	X	X	X	X
Refeitório Superior		X	X						
Praia						T	M		M
Piscina			M	T				M	T
Arco-Íris CFT				M	T				
Bicicletas		M					T		
Ciência da Cor		T				M		T	
Exp. Físico-Motora			T		M				
Apoio ao Telefone (18h00 – 19h00)				X		X			
Pav.I	Kara'Oka		X	X		X		X	
Pav.II	CFT Disco	X			X		X		X
Serviço Nocturno			X				X		

Figura 3- Distribuição dos Animadores.

Fonte: Colônia de Férias da Torreira.

3.4 – Atividades (Diurnas/Noturnas)

O planejamento e criação das atividades é realizado pela equipa pedagógica no início de cada ano, os animadores têm um período específico para elaborarem o programa de cada valência numa determinada data. No início de cada turno, dependendo da valência, os animadores juntam-se para relembrem o plano de atividades e para organizarem tudo o que é necessário para a posterior realização.

A programação de atividades corresponde aos interesses e potencialidades dos grupos, privilegiando as atividades ao ar livre. No programa existem atividades diurnas e noturnas, durante o dia elas são realizadas em grupos funcionais, à noite juntam-se todos os grupos que compõe o turno. Em algumas atividades, como o *karaoke* e a discoteca, os grupos são divididos, ou seja, metade participa no *karaoke* e os restantes na discoteca, contudo participam em ambas as dinâmicas, pois a organização dos turnos permite a participação em ambas.

Existe uma particularidade nestas atividades, pois para além de serem todas importantes, com objetivos concretos, existe uma meta para atingir, por outras palavras, complementam-se e originam um produto final, um arco-íris, tema central das atividades. Durante os 6 turnos de Infantis as atividades são as mesmas de acordo com a planificação anual elaborada.

Para que este capítulo fique esclarecedor, vou descrever mais pormenorizadamente o procedimento de cada atividade.

3.4.1 Expressão Físico Motora

Na Expressão Físico Motora, a Criança é movida, acima de tudo, pela emoção e pelo prazer do jogo ou da brincadeira, desta forma, fica muito mais fácil assimilar algo a partir daquilo que as faz sorrir. É por esta essência que a Educação Física para crianças deve ser repleta de atividades lúdicas e criativas, praticadas de maneira espontânea, sem obrigatoriedade, onde a participação procura ser prazerosa, sem tenções ou preocupações e com muitos sorrisos.

Ao longo dos seis turnos de infantis, foram realizadas várias aulas de expressão físico motora, com enredos, personagens, exercícios e práticas diferentes, mas todas com o mesmo registo e com objetivos semelhantes, pois eram todas direcionadas para um público específico com um tema concreto. Em todas elas tive a oportunidade de intervir dando auxílio aos animadores, cooperando na realização das dinâmicas, fazendo

o papel do animador, ou seja, para além de estar envolvida na recreação também interagia nos exercícios motivando-os e auxiliando-os na realização dos mesmos.

Salienta-se que nas aulas de expressão físico motora, uma vez que são animadores internos e externos, as planificações e práticas da aula variam de acordo com os mesmos. Todos eles criam um cenário em torno das atividades, dando um exercício como desafio para alcançarem as cores do arco-íris, e desta forma sensibiliza-las para várias problemáticas ou valores, fazendo-as refletir. Um bom enredo desperta as emoções na criança, envolve-a na ação, podendo ser um catalisador para que ela continue concentrada na tarefa e em tudo o que poderá acontecer a seguir.

Durante os turnos desempenhei, nesta atividade, cinco personagens diferentes, o GPS Toma Toma, a Festivaleira, o Trolha, a Borboleta Mágica e a Amiguska, cada uma delas adaptada aos personagens principais que podem ser visualizados na imagem seguinte (figura 4), da esquerda para a direita: Astronauta Piriri, Ramanés, Marianoska, O Sousa e por último, Gps Náná (Anexo II).



Figura 4- Personagens das Atividades de Expressão Físico Motora.

Fonte: Própria

3.4.2 Arco Íris

O arco-íris é uma atividade de expressão plástica. O trabalho desenvolvido neste âmbito tem como objetivo estimular a criatividade, promover o espírito crítico e fomentar o trabalho em grupo.

Para a execução do arco-íris a colônia disponibiliza diversos materiais entre os quais reciclados, de modo a promover a reciclagem e a própria criatividade. A concretização deste trabalho implica esforço e dedicação, pois este iria ser divulgado a toda a comunidade CFT, na festa final.

Uma das personagens que interpretei para integrar as crianças na magia do arco-íris foi a Comandante Brandão. Enquanto as monitoras recortavam o pedaço do seu arco-íris, pedi às crianças para se colocarem confortáveis e em segurança porque iríamos estar a bordo do avião mágico onde iam conhecer o interior do arco-íris. Depois de estarem dentro da cena expliquei quais as regras de comportamento dentro da sala, reforcei as cores do arco-íris sempre em diálogo e pedi que se reunissem em subgrupos para darem ideias e determinarem o material que iriam usar.

A imagem seguinte (figura 5), ilustra a construção do arco-íris e o resultado final do mesmo.



Figura 5- Resultado final e construção do Arco-Íris

Fonte: Própria

3.4.3 Ciência da Cor

A ciência da cor é uma atividade que promove e desenvolve o sentido de orientação e coordenação das crianças no espaço. Esta dinâmica consiste numa situação-problema, proposta pelo cientista (personagem interpretado pelos animadores). O desafio colocado consiste em descobrir nove engenhos distribuídos por diferentes espaços da colônia. Para os participantes chegarem aos locais previamente idealizados pelo cientista, têm um mapa construído pelo mesmo. Este mapa oferece as indicações necessárias para desvendarem o local dando a solução de como superar o engenho e desta forma conseguirem alcançar a fórmula. Os engenhos são todos diferentes e a fórmula é constituída por dois números e duas letras, que posteriormente, irão entregar ao cientista, para este criar a cor.

Nesta atividade o cientista para além de por à prova o sentido de orientação e a capacidade de desvendar a solução dos engenhos, também desafia a condição física dos

participantes, pois a cada descoberta têm de se dirigir ao laboratório para este confirmar a resolução da fórmula.

A participação neste desafio é feita por camaratas, isto é, o grupo funcional é posto à prova em conjunto, mas ao cumprir o desafio separa-se em camaratas, cada uma com o monitor responsável para auxiliar na atividade. A duração é de aproximadamente 45 minutos.

O meu papel para além de dinamizar a situação inicial da prova e integrá-los no enredo, ao longo da dinâmica, era também motivá-los e fomentar a sua participação, pois quantas mais cores encontrassem mais produtiva era a atividade. Questionava-as sempre sobre qual o desafio de que gostaram mais e entregava o comprovativo aos monitores, cartões com as cores do arco-íris mais o preto e o branco, como prova que as tinham encontrado todas e que por sua vez as irão utilizar noutra atividade, os Pigmentos. Para completar todos estes passos desempenhei as seguintes personagens: a Ritinha, a Secretária, a Assistente, a *Yellow*, a Tatiana, a Filha do Cientista, todas com personalidades diferentes mas divertidas.

Sendo esta uma atividade que abrangia toda a colônia, a imagem seguinte (figura 6), mostra o personagem principal, o cientista, o exemplar de um mapa e uma das várias personagens que interpretei.



Figura 6- Cientista, Mapa e Personagem da Ciência da Cor.

Fonte: Própria

3.4.4 Pigmentos

Depois de concluírem a atividade do cientista, onde resgatam as cores que estão dentro de engenhos, vão ter que encontrar sete pigmentos e entregar-lhes o cartão correspondente.

Os Pigmentos é uma das atividades que se realiza durante a noite, no exterior dos pavilhões e que abrange grande parte do recinto exterior da colônia. Neste jogo os pigmentos são interpretados por nós, animadores, cada um tem uma cor do arco-íris, acrescentando ainda um pigmento preto e outro branco, sendo o branco interpretado pelo Dr.White, o cientista. Cada pigmento está vestido com um fato branco de capuz, com uns óculos transparentes e uma máscara branca, para que não fossemos reconhecidos pelo público. Junto ao peito transportávamos um crachá com a cor correspondente. No início da atividade escondíamos-nos num ponto estratégico e quando éramos descobertos pelos participantes, tínhamos que lhes assinar a folha no local correspondente à nossa cor e eventualmente propor-lhes um pequeno desafio, por vezes para dificultar o processo e também para que o jogo seja mais produtivo.

Esta atividade para ser bem sucedida tem que se reger por algumas regras, e para tal antes da execução da mesma, é entregue aos animadores de grupo, que posteriormente irão entregar aos monitores do seu grupo, uma folha com a ordem da cor dos pigmentos que têm de encontrar, ou seja, se a sua ordem for vermelho, azul, roxo, laranja, preto, lilás, amarelo, verde e branco, terá que os descobrir por esta mesma ordem. Quando finalizassem a atividade dirigiam-se ao local onde iniciaram a descoberta ou a caça aos pigmentos, que era junto à entrada do pavilhão dos serviços centrais.

Nesta dinâmica, durante os 6 turnos, alterei sempre de cor. De início optei por me esconder sempre no mesmo local, depois com o passar dos turnos optei por circular pelo recinto. Era um dos pigmentos que dificultava a tarefa, pedia para fazerem algumas danças, darem abraços aos monitores, enfim alegrar o processo.

As seguintes imagens retratam o início e o fim da atividade, a primeira aguardando para iniciarem a busca aos pigmentos e na segunda, depois de serem descobertos, a despedida.



Figura 7- Começo e fim da atividade dos pigmentos

Fonte: Site da CFT

3.4.5 Piscina

Na piscina não eram planeados exercícios por parte de nenhum animador, pois este momento era de carácter livre para que as crianças se divirtam. Realizam-se algumas dinâmicas onde são utilizadas bolas flutuantes, chouriços e material em forma de mãos e pés para as crianças mergulharem e poderem apanhar (figura8).

As regras de segurança e higiene, resumiam-se a utilizar os chinelos fora da piscina, entrar na piscina pelas escadas e de costas, não correr devido ao piso escorregadio, utilizar braçadeiras em caso de incapacidade na piscina, utilizar touca e antes de entrar na piscina passar o corpo pelo chuveiro.

Durante a dinamização das atividades tinha sempre um animador/formador para me apoiar em alguma dúvida. Foi-me então recomendado que deveria colocar bem a voz e criar uma palavra-chave, para que as crianças prestassem atenção ao que eu dizia, ter sempre todos os materiais pré-organizados para utilizar durante a atividade e sempre que tivesse a perceção de alguma monotonia ou pouca diversão dentro da piscina deveria promover alguns jogos. Desta forma intervinha com uma dinâmica para que aproveitem ao máximo a ocasião e tinha em atenção o cumprimento das regras, caso contrário chamava a atenção no momento certo, isto é, no ato e não no fim da atividade.

Ao longo dos turnos, foram imensos os momentos em que fiquei destacada para esta dinâmica, interpretando várias personagens, como por exemplo, Hawaiana, Marinheira, Geli Esparguetxi, Pirata, Tia Kika, Treinadora de Focas e Vareira, Menino. Por vezes o personagem era o mesmo mas alterava o enredo.



Figura 8- Dinâmicas na piscina

Fonte: Site da CFT

3.4.6 Praia

Este momento realiza-se durante a manhã e a tarde, os grupos alternam-se uns com os outros, os que usufruíam da praia durante manhã à tarde participavam nas atividades da colônia, por sua vez, os que iam à tarde tinham estado nas atividades durante a manhã. No dia seguinte trocavam a ordem, seguindo esta ordem até ao fim da semana.

Nesta atividade existem algumas variantes, durante a manhã as crianças deslocavam-se para a praia a pé, 15 minutos mais cedo do início das atividades, regressando no comboio particular da colônia. Durante este percurso os animadores deviam alegrar o momento cantando músicas pertencentes ao grupo. Da parte da tarde, o percurso é realizado a pé em ambos os sentidos.

A tarefa dos animadores nesta atividade, consiste em controlar a organização dos grupos, mais concretamente dos monitores, vendo se todos se dirigem a horas para o local, se estão atentos ao comportamento e segurança das crianças, entre outras situações. Existem duas formas de proceder, quando são dois animadores responsáveis pelo momento, um vai no início da fila dos grupos, para disponibilizar as águas e o saco dos brinquedos, enquanto o outro fica em último para se certificar que ninguém ficou para trás. Quando só está um destacado, fica para último, contando com o auxílio do nadador salvador para a entrega dos utensílios.

No decorrer do momento, praia, o animador limita-se a observar o comportamento dos monitores, sendo que é neste contexto que têm a oportunidade de os avaliar. Acompanhávamos os grupos ao mar, para nos certificarmos que nenhuma criança se dispersava do grupo. Em caso de tentativa de aproximação de familiares,

devíamos intervir, explicando que os utentes não podem receber visitas durante o turno, pois são crianças institucionalizadas e muitas delas não podem ter contacto com a família, devemos então dar a entender esta problemática e fazer com que nos compreendam. Quando acompanhava os grupos à praia, durante a manhã, tinha que os organizar para as viagens, isto é, antes 15 minutos do comboio chegar, informava os animadores de grupo sobre qual a sua viagem, se a primeira ou a segunda, caso fosse a primeira alertava-os para arrumarem o material e reunirem as crianças para se dirigirem até à colónia. Este procedimento era obrigatório visto que o comboio suportava apenas dois grupos de cada vez.

O comboio CFT, é o meio de transporte utilizado no interior das instalações, é um meio de transporte muito admirado pelos utentes devido à sua estrutura e decoração. O comboio faz o transporte das crianças, durante a manhã, da praia para a colónia. É conduzido por um dos colaboradores da cft, bastante acarinhado pelas crianças, em todas as viagens que realiza elas dedicam-lhe uma música:

Oh Alfredo apita apita

Não tenhas medo de estragar a buzinita

A buzinita e o trator

Alfredo és um amor

Um amor!

A seguinte imagem (figura 9), mostra a forma como os grupos funcionais se organizam e posicionam na praia, em círculo, eu mesma a interagir com duas crianças, conversando e a fazendo simples brincadeiras e o momento em que se deslocam ao mar.



Figura 9- Momentos na Praia

Fonte: Própria

3.4.7 Bicicletas

As *bicicletas* é mais uma das atividades da colónia em que é dada alguma liberdade aos utentes. Um dos principais motivos desta atividade estar incluída no plano

CFT é devido a muitas das crianças não terem bicicleta em casa e também por algumas não estarem aptas a andar sozinhas.

No entanto, apesar de ser uma dinâmica livre, para preservar a segurança das crianças são dadas indicações prévias de como executar este momento, ou seja, são expostas regras básicas para prevenir acidentes, tais como, andar com os pés nos pedais, não tirar as mãos do guidador, proibia fazer "cavalos", "éguas", travagens bruscas, não levantar o rabo do selim, andar sempre em fila única, utilizar capacete.

Para além destas regras de segurança, as crianças também são acompanhadas pelo seu monitor, sendo da sua responsabilidade controlar o comportamento das mesmas. Os utentes que sabem que não têm aptidão para andar sozinhos, ficam no local com os animadores e um monitor elegido pelo grupo funcional, para os auxiliar nas bicicletas com rodinhas.

Durante esta dinâmica tentava ser o mais clara possível ao dar a conhecer as regras e fazê-lo de uma forma apelativa para que as cumprissem. Ao distribuir as bicicletas pedia sempre que se dividissem em duas filas, os que tinham e os que não tinham aptidão para andar. Por fim enquanto os monitores colocavam os capacetes nas crianças eu facultava as bicicletas, tendo sempre em atenção a estatura do utente oferecendo a mais apropriada. Quanto às crianças que ficavam no recinto, fornecia bicicletas com rodinhas e construía um pequeno percurso com cones de sinalização.

Para promover e fomentar a participação dos utentes interpretei as seguintes personagens: A Bici, um Caça Talentos, a Maria e a Joaquina, todas elas foram bem recebidas e conseguiram captar a atenção pretendida (figura 10).



Figura 10- Personagens (Caçadores de talento/Joaquina/Maria) e momento de bicicletas

Fonte: Própria

3.4.8 Discoteca

A *discoteca* realiza-se no período noturno, é sugerido aos grupos um tema para se caracterizarem, na discoteca. O tema sugerido este ano, foi a noite branca, todos tinham de levar um acessório ou uma peça de vestuário de cor branca. A dinâmica utilizada era simples, um dos animadores colocava música, enquanto os restantes animadores davam a conhecer algumas coreografias (figura 11). Os monitores, eram sempre postos à prova, eram chamados ao palco para dançarem uma música, em primeiro as monitoras de seguida os monitores. No decorrer da noite a música e a dança eram uma constante, as crianças travavam novos conhecimentos, fazendo novas amizades.

Como já referi o tema que vingou nos turnos de Infantis foi a Noite Branca, porém no 1º turno que realizei a temática eleita foi A Alice no País das Maravilhas, onde fui caracterizada de Dama de Copas.



Figura 11- Dança coreografada

Fonte: Site da CFT

3.4.9 Karaoke

O *karaoke* é um momento onde as crianças têm que intervir com os seus monitores. Antecipadamente é fornecida uma lista de músicas aos animadores de grupo para que em conjunto com o seu grupo funcional escolham uma música, para posteriormente a interpretarem com o auxílio do *karaoke*.

No momento, *karaoke*, dinamizado pelos animadores é realizada uma "competição saudável" entre rapazes e raparigas, nesta competição são inseridos alguns jogos para que aumente o grau de cumplicidade entre os géneros e alguma competitividade com os adversários. Os jogos incluídos são: o da bandeira, o dos balões e o das bolas.

O jogo da bandeira, existe uma para as meninas e outra para os meninos, executando-se da seguinte forma: sentados e de mãos no ar, têm que a passar de frente para trás, e de trás para a frente, ganha o grupo que a passar com mais perfeição e em menos tempo.

No jogo dos balões, existem algumas regras, os monitores têm que trocar de grupos e formar uma barreira de segurança em volta das crianças, isto é, as meninas ficam com uma barreira de monitores e os meninos com uma barreira de monitoras. Antes do jogo iniciar são distribuídos pelos monitores e monitoras 24 balões, 12 para cada. O jogo inicia-se quando os monitores passam os balões para as crianças, e estes sentados, têm que suportar os balões o máximo de tempo possível, fazendo com que os monitores não os consigam apanhar novamente e que os rebentem. Ganha a "equipa" que sustiver mais tempo os balões.

Por último o jogo das bolas, nesta dinâmica, em cada grupo, têm que estar dois monitores em frente ao grupo e outros dois atrás. O objetivo é que cada grupo consiga transportar as bolas o mais rápido possível, da frente para trás. Neste jogo é proibido atirar as bolas, caso isso aconteça são desclassificados e a pontuação vai para a outra "equipa".

Durante os 6 turnos fui um dos elementos do júri, pontuava a prestação dos grupos, consoante a entrega dos mesmos, mas em simultâneo procedia à apresentação dos grupos e criava situações para conseguir a intervenção e um maior envolvimento do público durante as atuações e as dinâmicas de grupo.

A seguinte imagem (figura 12), ilustra vários momentos da atividade, da esquerda para a direita, podemos ver uma das intervenções dos animadores, de seguida a prestação de um grupo no *karaoke* e por último os monitores a interagir com o grupo das meninas.



Figura 12- Dinâmicas no Karaoke

Fonte: Própria

3.4.10 Cinema

O cinema também é uma atividade noturna, quando o tempo está propício este momento é realizado no campo de futebol. É montada uma tela para o filme ser transmitido. O filme transmitido em todos os turnos foi "A Origem dos Guardiões", tem uma mensagem profunda, discretamente passada sobre a importância de se assumir responsabilidades na vida, a importância dos sonhos e de encarar o medo como única maneira de vencê-lo.

Visto que esta atividade era durante a noite, para que as crianças ficassem confortáveis e fosse proporcionado um certo ambiente de cinema à entrada das bancadas distribuimos as pipocas pelos monitores, de seguida organizávamos as crianças nas bancadas sentando-as nos lugares certos e por fim fornecíamos os cobertores.

3.4.11 Teatro

A peça de teatro foi criada pela equipa pedagógica, desde a criação da história, à construção dos cenários e idealização dos figurinos. A história é narrada pela Fada Inna, a Fada dos Sonhos. Esta encenação conta a história de um menino, chamado Celestino. Todos os dias ele vai à escola e lá encontra alguns dos seus amigos. Os amigos de Tino tal como ele são meninos especiais, pois têm uma particularidade que os caracteriza, mas que ao longo da peça percebemos que nem sempre são negativas. A certo dia, a caminho da escola, Tino é assombrado pelo Sr. Preconceito, que o tenta influenciar negativamente, este personagem representa algumas pessoas da nossa sociedade que por vezes deixam transparecer o preconceito. No início desta história Tino tenta fugir do Sr. Preconceito mas apercebe-se que sozinho não irá conseguir, então pede ajuda aos seus amigos. Os amigos de Tino são portadores de uma deficiência, porém apesar das suas incapacidades, com muita força de vontade, companheirismo e amizade conseguem ultrapassar todos os desafios ajudando Tino contra o Sr. Preconceito.

A mensagem que se tenta transmitir é que nunca devemos discriminar ninguém, nunca devemos julgar as pessoas pela sua aparência, mas sim ajudá-las e inseri-las na nossa sociedade, pois merecem ser tão ou mais felizes que os cidadãos ditos "normais", "Somos todos diferentes, mas todos iguais, somos CFT!".

Nesta peça de teatro interpretei num turno a Fada Inna, o figurino foi o elegido pela equipa de animadores, porém modifiquei um pouco a forma de estar e comunicar dando ênfase a alguns gestos diferentes da animadora que já a tinha interpretado. Foi uma experiência importante para futuras intervenções teatrais.

Na figura 13 podemos observar o amigo de Tino com incapacidade auditiva, comunicando por gestos com o público e eu caracterizada de Fada Inna, nos bastidores.



Figura 13- Intervenção do Amigo com deficiência auditiva e a Fada Inna.

Fonte: Site da CFT

3.4.12 CFT Alive

O CFT Alive, é um festival que tem como principal finalidade dar oportunidade às crianças de participar em várias dinâmicas, que se realizam em simultâneo e que se destacam por serem distintas das que realizaram durante o turno. As atividades integradas no CFT Alive são, pinturas faciais, tatuagens e o cabeleireiro feminino e masculino. Para além destes pontos de diversão existe ainda o palco principal, onde todos os grupos que integraram o turno cantam e dançam algumas músicas e os monitores fazem uma pequena atuação para as crianças. O Mural CFT, é outro local do festival, que está reservado para as crianças deixarem uma mensagem, podem também contar com o bar onde está sempre alguém responsável para fornecer garrafas de água.

Esta atividade destaca-se de todas as outras, porque existe um ambiente de despedida de todos os bons momentos que se passaram durante aquela semana. As crianças vão deixar o mundo mágico, forma como caracterizam a colônia, e vão voltar às suas casas e às suas vidas, que em muitos dos casos não são fáceis de enfrentar. É um momento oportuno para que os monitores e animadores deixem uma mensagem de reforço positivo às crianças, para que tenham força, para que optem sempre pelo lado certo e que acima de tudo sejam felizes, não importa como, pois por vezes os gestos mais simples são os que nos fazem sorrir mais.

Para encerrar o festival as crianças reúnem os seus arco-íris e realizam a coreografia que aprenderam na aula do Ramanés, é um momento sem dúvida especial.

Durante todos os turnos fiquei sempre responsável por um ponto do festival. No início permaneci no cabeleireiro, fazendo alguns penteados às meninas, nouro turno fiquei destacada para o mural, fornecendo e controlando os pinceis e as tintas para as crianças deixarem a sua mensagem, no último turno fiquei encarregue de fornecer as águas. No fim do festival, em conjunto com todos os animadores, permanecia-mos no palco para um de cada vez deixar uma mensagem, deixar algumas palavras de carinho e aconchego.

A imagem seguinte (figura 14), retrata uma prestação dos monitores, o mural CFT e o momento em que transmitimos a mensagem a todas as crianças.



Figura 14- Atuação dos Monitores/Mural CFT/ Mensagem para os utentes.

Fonte: Própria

3.5 – Turnos Jerónimo Martins

O turno Jerónimo Martins, é um turno que se distingue dos outros de infantis devido aos destinatários, pois estes não são selecionados pelos serviços de ação social, mas sim por entidades ou profissionais de outra empresa. Neste caso estamos a falar do Grupo Internacional Jerónimo Martins. Esta empresa nomeia como a sua principal atividade em Portugal, a distribuição alimentar, na cadeia de supermercados, Pingo Doce, e Cash & Carry o Recheio.

Para promover a satisfação das necessidades dos seus colaboradores, estabelecem parcerias com diferentes entidades nas áreas da Educação, Saúde e Bem-Estar, entre outras. É neste contexto que presenteiam os filhos de alguns dos colaboradores, suportando a estadia de uma semana na Colónia de Férias da Torreira.

O turno, em si, além de ter menos um dia de atividades, não sofre qualquer tipo de alteração. As crianças ao longo do turno estão identificadas com t-shirt's e chapéus do Grupo Jerónimo Martins, a distribuição destes acessórios é feita no primeiro dia do

turno, são entregues a cada monitor duas t-shirts por criança e um chapéu para cada uma.

4 – Outras Atividades

4.1 – *Substituição de uma Monitora*

Durante uma manhã em que estava destacada para dinamizar a dinâmica, bicicletas, substituí uma monitora que teve de se ausentar durante a manhã. Ao longo dessas horas fiquei responsável por uma camarata de seis meninas, acompanhei-as ao pequeno almoço e de seguida fomos à praia. Na praia, com as restantes monitoras do grupo estivemos a ensinar uma música que iria ser interpretada pelo grupo nos próximos dias do turno, fomos ao mar, processo em que o monitor tem que estar bastante atento, e brincaram livremente. Visto que ainda era o primeiro dia de turno e as meninas ainda não se conheciam bem, tentei que descontraíssem criando vários temas de conversa, conhecendo um pouco de cada uma. Entretanto à hora de almoço a monitora regressou e despedi-me regressando às funções de animadora.

4.2 – *Hora da Mata*

Simultaneamente à reunião da EP, das 13:00h às 15:00h realizava-se a Hora da Mata, era uma hora do dia em que as crianças brincavam livremente, na mata, um dos locais que está integrado no recinto da colónia. Era também uma hora em que as crianças tinham a oportunidade de comunicar com os seus familiares, através das chamadas telefónicas.

4.3 – *Aniversários*

Na inscrição de cada criança, são fornecidos vários dados, sendo um deles a data de nascimento dos utentes. A administração da CFT no início de cada turno afixa no placar do refeitório, o nome da criança e o dia em que faz anos. Como forma de festejo, à hora de almoço, os colaboradores dos serviços administrativos, anunciam o aniversariante ou aniversariantes, para que todos os grupos que integram o turno tomem conhecimento e felicitem cantando os parabéns. Os animadores, representantes da Colónia, oferecem uma lembrança e um bolo de aniversário. Para terminar o festejo o

aniversariante juntamente com os monitores dão uma volta a todo o refeitório passando por todas as mesas, ao som da música "Parabéns", do Batatinha.

É um momento bastante alegre e que as crianças gostam particularmente.

5 – Turnos de Sêniores

A valência de Sêniores em cada turno tem a capacidade máxima de 64 utentes, ocupa no calendário de turnos uma semana, dos meses de Abril, Maio, Setembro e Outubro. Os utentes que participam nestes turnos estão inscritos em instituições de cariz social e outros denominam-se como, grupos particulares, isto é, criam espontaneamente um grupo de maiores de 65 e inscrevem-se nos serviços administrativos da colónia.

É importante que as pessoas que estejam em contacto com os utentes tenham o cuidado de prestar os devidos cuidados e serviços, assumindo uma postura de cordialidade, mostrando-se sempre disponível para dar auxílio, ouvi-los atentamente, fazendo com que se sintam acarinhados, devem conversar e tentar passar sempre alegria e fazer com que se esqueçam dos seus problemas, nem que seja temporariamente.

5.1 – *Logística*

O "Vassoura", na hora das refeições ficava responsável para abrir as portas do refeitório e anunciar que já se podiam dirigir para as respetivas mesas.

Antes do início de cada atividade, 15 minutos, os acompanhantes com o auxílio dos animadores informavam que tinham de se dirigir para o local onde se irão concretizar as atividades, auxiliando os idosos com mais dificuldade na mobilização, fornecendo sempre que necessário cadeiras de roda.

5.2 – *Distribuição das Atividades*

Os grupos que integram o leque de atividades desta valência, são idosos com diferentes patologias ou dependências, nem todos se conseguem mobilizar e como tal, toda a planificação das dinâmicas tem em conta a heterogeneidade dos grupos e o seu grau de dependência.

Em cada uma destas atividades estavam dois animadores responsáveis pela organização, os restantes permaneciam com os idosos. Nos turnos de Sêniores os

animadores realizam as dinâmicas em grupo, apenas na Expressão Físico Motora é que cada um tem a sua planificação.

DIAS	MANHÃ	TARDE	NOITE (20H30)
Terça (17/09)	Recepção e instalação dos Utentes	14h30 – Sessão de Boas Vindas 17h00 – Jogo de Apresentação "Bisca" 18h30 – Terço	Livre 
Quarta (18/09)	10h15 – Expr. Física Passeio à Praia 	14h00 – Passeio à Ria 17h00 – Falando Sobre Saúde 18h30 – Terço	Karaoke 
Quinta (19/09)	10h15 – Passeio à Torreira	14h30 – Matiné: Concerto 17h00 – Passeio à Praia 18h30 – Terço	"A tua cara não me é estranha"
Sexta (20/09)	10h00 – Passeio ao Furadouro	14h00 – Passeio ao Porto 18h30 – Terço 	Bingo
Sábado (21/09)	10h30 – Expr. Física 	14h00 – Passeio à Praia 17h00 – Falando Sobre Saúde 18h30 – Terço	Grupo Polifónico de Aveiro
Domingo (22/09)	11h00 – Missa (Torreira)	14h30 – Passeio à Praia 17h00 – Maestro 18h30 – Terço	Bailarico
Segunda (23/09)	10h15 – Preparação da Festa	Festa	Eu queria ser astronauta! 
Terça (24/09)	10h30m – Reunião com responsáveis de grupo	Regresso a casa	

Figura 15- Distribuição das Atividades Diárias

Fonte: Colônia de Férias da Torreira

Nos intervalos das atividades e das refeições, os idosos concentravam-se na sala de convívio, ocupando o tempo livre como mais gostam. Os senhores jogavam o dominó, as senhoras ocupavam-se com as suas rendas e tricot e restantes aproveitam para ver um pouco de televisão e conversar uns com os outros.

5.3 – Atividades (Diurnas/Noturnas)

5.3.1 Jogo de Apresentação

O jogo de apresentação, "A Bisca" é realizado no primeiro dia do turno, previamente à realização é entregue e devidamente colocada, a cada idoso, uma pulseira colorida. Para iniciar a dinâmica, juntamos todos os idosos num espaço amplo, onde estão espalhadas várias mesas com uma cor em concreto, o idoso terá de se dirigir para a mesa que corresponde à sua cor. O objetivo da "Bisca" é fazer com que os grupos oriundos das instituições ou particulares, se dispersem e travem conhecimento uns com os outros. Em cada uma das mesas irá estar um animador a cumprir o papel de intermediário. Os idosos neste momento falam um pouco de si, das coisas que gostam

de fazer nos tempos livres, do que não gostam, de certa forma desvendam algumas das suas características.

Geralmente a palavra jogo sugere ideais e imagens relacionados com o tempo livre e ócio. Todos gostam de brincar, apesar dos preconceitos que se devem ir eliminando através da prática sistematizada e planeada, procurando melhorar a qualidade de vida de múltiplas formas.

Neste jogo a dificuldade maior foi fazer com que todos me ouvissem, pois o grupo ainda era grande e devido às dificuldades auditivas falávamos todos num tom alto, por outro lado era gratificante ouvi-los a falar sobre as suas vivências, libertando emoções.

5.3.2 Expressão Físico Motora

A qualidade e os estilos de vida dos idosos não podem ser ignoradas, são fatores importantes, que influenciam a vida da pessoa enquanto envelhece. É fundamental que o idoso aprenda a lidar com as transformações do seu corpo e tire proveito da sua condição, prevenindo e mantendo a sua autonomia.

Ao tentar definir o conceito de qualidade de vida para pessoas da terceira idade, Mc.Donald (1982) formulou as suas ideias em cinco categorias gerais, o bem estar físico, as relações interpessoais, o desenvolvimento pessoal, as atividades recreativas e as atividades espirituais. Todas se complementam, mas a recreação particularmente na velhice, pode significar criar novamente, motivar, estabelecer-se novas metas, novos interesses e estilos de vida e pode considerar-se como um processo terapêutico de inovação. Trata-se de primordialmente de melhorar a qualidade vida nesta etapa, fazendo-a agradável e produtiva.

A atividade física recreativa é identificada constantemente como uma das intervenções de saúde mais significativa da vida das pessoas com idade avançada.

Nesta atividade, em conjunto com a minha colega, planeamos um momento de exercício físico com práticas adaptadas aos participantes, proporcionando momentos divertidos, reconstruímos um momento que lhes relembresse épocas do passado, como os bailes tradicionais, devido ao enredo criado e promovido por nós estagiárias, regateámos preços e para finalizar colocámos uma música de relaxamento (segue em anexo o planeamento da atividade).

Para além da nossa atividade foram ainda realizadas mais duas, estando sempre a apoiar os idosos nos exercícios.

De seguida é possível observar alguns dos momentos da aula de expressão físico motora "As Feirantes" onde houve diálogo, exercício e muita dança e alegria (figura16).



Figura 16- Atividade de Expressão Físico Motora: "As Feirantes"

Fonte: Própria

5.3.3 Passeios: Furadouro e Torreira

Os passeios realizam-se durante toda a manhã, antes da saída das instalações cada Animador fica responsável por um grupo funcional, precavendo-se e confirmando com a acompanhante se algum dos utentes necessita de cadeira de rodas. O animador está também responsável por informar em qual das carrinhas vão ser transportados, acompanhando-os sempre. À chegada do local devem auxiliar a saída e tentar acompanhá-los aos locais fazendo sempre os possíveis para que não se dispersem.

Durante os passeios capturei alguns momentos, tirando fotografias e auxiliei os utentes em cadeiras de rodas ao passeando na avenida à beira mar com eles. Na hora de deixar o local com a ajuda da acompanhante reúne todos os utentes para nos deslocarmos para o ponto de transporte, onde iríamos regressar para a colónia.

Habitualmente nestas ocasiões, os idosos aproveitam para adquirir algumas lembranças para amigos ou familiares, para passear a beira mar, nas calçadas, ou seja, usufruem do momento livremente, não existem locais específicos para visitar.

5.3.4 Praia e Ria

A praia e a ria são dois locais consideravelmente perto das instalações da Colónia. A deslocação para a praia, pode ser feita de duas formas e o idoso pode optar entre o comboio ou a pé, pelo caminho privativo. Para a ria o processo só é possível a pé, nestes momentos os idosos aproveitam para socializar, apreciam a paisagem, na

praia os mais desinibidos e independentes colocam o fato de banho apanhando banhos de sol, fazem caminhadas à beira mar, apanham conchas, enfim, no geral cada um aproveita o momento ao seu gosto (figura 17).

Nestas dinâmicas estão sempre destacados dois animadores para irem mais cedo que o grupos, orientar o espaço, ou seja, para criarem condições e desta forma proporcionarem aos utentes um melhor conforto enquanto estão no local. Para tal deslocam-se numa carrinha, transportando uma série de cadeiras, cobertores, guarda sois e garrafas de águas.



Fonte 17- Viagem de regresso no comboio CFT/Passeio na Praia/ Utentes na Ria

Fonte: Própria

5.3.5 Falando Sobre Saúde

Falando sobre Saúde é um momento assegurado pela enfermeira e pela auxiliar de enfermagem. Durante aproximadamente uma hora e meia, esclarecem alguns temas oriundos da terceira idade e também esclarecem provenientes dúvidas dos utentes. É um momento bastante informal, que através de uma simples conversa, os idosos tomam conhecimento de algumas causas das suas doenças que por sua vez conhecem formas de como as prevenir.

5.3.6 Missa

A missa é celebrada na Igreja Paroquial da Vila da Torreira, aos Domingos. Os utentes são transportados pelos veículos da colónia para o local acompanhados dos animadores e acompanhantes (seguem o mesmo processo dos passeios). Na igreja têm um local previamente reservado. Devido a alguns terem dificuldades em se deslocar, temos que chegar um pouco mais cedo para que todos estejam presentes ao início da missa e para não causar qualquer tipo de incómodo às pessoas da terra.

À chegada dos utentes à Igreja pedia-lhes que desligassem os telemóveis e dirija-os para o local reservado, durante a missa permanecia junto deles pois por vezes necessitavam de ir ao quarto de banho.

5.3.7 Terço

O terço realiza-se todos os dias às 6 da tarde num local previamente destinado e decorado a rigor, na colónia. É um momento em que só está presente quem tem admiração por este ritual religioso.

Numa mesa ao lado do altar está posicionado um rádio que transmite o terço.

5.3.8 Visita ao Porto

O Porto é uma cidade bastante desenvolvida com uma diversidade cultural, localiza-se a alguns quilómetros da vila da Torreira. No planeamento das atividades foi a eleita para ser visitada pelos utentes durante uma tarde, o primeiro local a que nos deslocamos foi a Igreja de S. Francisco, classificada como Monumento Nacional e anos mais tarde como Património Mundial, nos dias de hoje é um espaço de arte sacra dedicada a acolher visitas turísticas e outros eventos. Durante a visita foi explicado por um guia turístico a origem do monumento, as suas etapas de construção, o significado e a constituição de alguns dos altares e outras curiosidades. Foi uma visita com um esclarecimento breve para de seguida os idosos terem a oportunidade de a observar mais detalhadamente. De seguida dirigimo-nos para um dos jardins da cidade do Porto, espaço com boas condições, onde os idosos lancharam. O meio de transporte utilizado foi o elétrico, percorreram alguns pontos da cidade até chegar ao local pretendido.

Durante esta visita acompanhei o grupo com que estive no Furadouro e na Torreira, visto que era um grupo com idosos independentes não tive muita dificuldade em os organizar e passar as informações necessárias.

A imagem seguinte dá a conhecer a chegada dos idosos à Igreja, o local onde entraram para o elétrico e a hora do lanche, onde as acompanhantes distribuíam a refeição pelos utentes (figura 18).



Figura 18- Igreja de S.Francisco/ Elétrico/ Momento do Lanche

Fonte: Própria

5.3.9 Karaoke

O *Karaoke* é uma atividade que neste turno funciona um pouco como "Quebra Gelo", pois é a dinâmica que inaugura o leque de atividades idealizadas para os destinatários. Para criar um ambiente festivo os animadores explicam todo procedimento e iniciam o momento, exemplificando como funciona o *Karaoke*. Todos os grupos participam interpretando uma música pré escolhida pelos mesmos e regressam ao seu lugar.

Nesta atividade participei em algumas danças, durante as interrupções das atuações e por vezes auxiliava os grupos durante a canção, alguns deles tinham dificuldade em conciliar a letra com a música.

5.3.10 Bingo

O *Bingo* é uma das atividades noturnas que a EP promove por diversas razões, ou seja, para além de ocupar o tempo livre dos utentes, tem como intuito proporcionar-lhes um bom momento e em simultâneo estimular alguns dos órgãos sensoriais, como a audição e a visão (figura 19).

Na dinamização do jogo estão responsáveis dois animadores, o responsável pela parte técnica e o que anuncia em voz alta os números, em simultâneo à divulgação dos Algarismos, está a projeção dos mesmos numa tela, como apoio à voz do animador. Para premiar os participantes, os animadores pensaram em prémios modestos apenas para destacarem, de uma forma simples, os vencedores, portanto aos primeiros cinco jogadores que completaram um linha de números no seu cartão foi oferecido uma mão cheia de rebuçados e aos primeiros três jogadores que fizeram bingo foi-lhes oferecido uma t-shirt do Pepe, personagem representativa do Portugal dos Pequenitos, Parque lúdico e temático da FBB.

Nesta atividade participei na organização, distribuí previamente pelas mesas do refeitório, cartões numerados e feijões para sinalizarem os algarismos e visto que são pessoas com uma capacidade de raciocínio mais lenta, dei apoio aos utentes durante o jogo detetando alguns números.



Figura 19- Momentos durante o jogo "Bingo"

Fonte: Própria

5.3.11 Baile

O Baile é a atividade mais ansiada por este público, os idosos gostam de dar o seu "pézinho" de dança e mostrar que ainda estão ativos e que gostam de se divertir, neste espaço eles mostram que apesar das marcas da idade ainda se divertem, e o facto de os animadores serem de uma geração mais recente eles gostam de mostrar de como era o antigamente e que nunca vão esquecer esses momentos. Este momento fá-los sentir que estão "vivos", em alguns casos permite com que criem casalinhos, o facto de existir idosos viúvos ou solteiros, muitos ainda gostam de piscar o olho à senhora do lado e convidá-las para uma dança.

As músicas são populares, nós animadores vestimo-nos a rigor para proporcionar um ambiente de bailarico.

No âmbito social permite uma maior interação com os outros, promove o crescimento social, ampliando o círculo das relações sociais, formando novas amizades desenvolvendo um espírito comunitário.

A imagem seguinte ilustra várias fases do bailarico, as danças em pares e as danças e coreografias em grupo (figura 20).



Figura 20- Momentos do Baile

Fonte: Própria

5.3.12 A Tua Cara Não Me é Estranha

A Tua Cara Não Me é Estranha é uma atividade dinamizada durante o turno, é um espetáculo oriundo de um programa televisivo que foi recriado pela equipa pedagógica para proporcionar mais um bom momento aos utentes.

Este espetáculo é realizado mais uma vez pela equipa de animadores e com o apoio dos colaboradores dos serviços administrativos, pois são profissionais com vocação para este tipo de intervenções e âmbitos (figura 21).

A construção do programa consiste em fazerem uma imitação do artista, melhor dizendo de cantores que são bastante admirados e conhecidos por esta geração, anunciados por dois apresentadores que interpretam, Manuel Luís Goucha e Cristina Ferreira. Os artistas que fazem desta noite inesquecível, caracterizam-se a rigor, a nível de figurinos e maquiagem, durante as interpretações ou imitações existe uma interação entre os participantes de "A tua cara não me é estranha", e o público.

Este espetáculo já tinha sido realizado nos dois primeiros turnos de Séniores, os participantes e as músicas já estavam alinhadas, estando já todo o momento montado e organizado, desta forma não nos foi possível participar na atividade.



Figura 21- Momentos e Participantes de "A tua cara não me é estranha"

Fonte: Própria

5.3.13 Grupo Coral

Uma das noites é reservada para acolher o Grupo Polifónico de Aveiro. É um coro misto amador e tem pautado o seu percurso desde o início por partilhar a sua paixão pela música coral, cultivando um repertório eclético, abrangendo diversos estilos, épocas e línguas.

5.3.14 Festa Final

No início do turno ficam destacados para a apresentação desta atividade dois animadores, no entanto toda a equipa participa na organização auxiliando no que for necessário. Para que tudo resultasse como planeado ficamos responsáveis por: registar o que cada grupo vai fazer e informa-los da duração máxima de 15 minutos, afixar a programação e recolher os pedidos musicais.

Nesta festa final, juntamente com um dos meus formadores planeamos dinamizar os "Globos de Ouro", estando nós no papel de apresentadores. As categorias para eleger os vencedores abrangeram todos os grupos, premiando cada um com um globo de ouro.

Na imagem seguinte (figura 22) é possível ver e relembrar o cartaz elaborado anteriormente pelos animadores e estagiárias, onde cada estrela representa um grupo de idosos, a entrada dos anfitriões e a demonstração de uma dinâmica de grupo por parte dos idosos de Vila Real.



Figura 22- Programação/Apresentadores/ Prestação de um grupo

Fonte: Própria

5.3.15 Teatro

"Eu Queria Ser Astronauta" é o nome da peça de teatro protagonizada por todos os animadores e alguns colaboradores da CFT. Tal como o nome da peça indica esta

dramatização retrata o sonho de um menino, lembrado pelo mesmo, só que passado muitos anos, por outras palavras retrata um senhor de idade que recorda a sua infância.

Esta peça pode ser vista em duas perspetivas, a vida real e a vida de sonho. Neil é uma criança que mora numa instituição, que tem o sonho de ser astronauta, mas que não acredita que o consegue alcançar e à volta deste personagem surge o Senhor Medo, a Professora Cristina, o Urso de Peluche, um colega, o Senhor Manuel do Quiosque e o Rui, irmão de Neil, cada um tem um significado especial para aquele pequeno sonhador, todos desejam que ele alcance o seu grande desejo de criança, em ambas as dimensões, ou seja na real e na de sonho protegem e conduzem Neil.

Esta peça transmite aos nossos utentes que nunca é tarde para sonhar, nem que seja relembrando os sonhos de crianças.

Nesta peça de teatro interpretei a Professora Cristina e a Fada Tina, ambas significavam a proteção e a educação de Neil, representavam uma sábia conselheira, tornando-se num forte pilar no futuro do Neil (figura 23).



Figura 23- Momentos da peça e o elenco

Fonte: Própria

Reflexão Final

A vida é encarada de várias formas, para uns resume-se numa passagem, para outros um momento que deve ser aproveitado com intensidade. A meu ver devemos vivê-la intensamente e encará-la como uma viagem, uma viagem com vários destinos, descobertas, alegrias, tristezas e desafios.

No fim de mais um destino, com descobertas e desafios constantes, concluo que as alegrias foram muitas e que a minha formação como pessoa e animadora ficou bem mais enriquecida. Ao refletir sobre estes três meses de estágio vejo que esta experiência ultrapassou todas as minhas expectativas, foi uma temporada de vivências positivas, situações inesperadas, todavia ultrapassadas.

No começo desta aventura estava bastante ansiosa, sentindo-me um pouco insegura e receosa, porém todos os animadores e colaboradores mostraram-se sempre disponíveis para esclarecer qualquer dúvida. Contudo, o à vontade foi surgindo e o contacto social cada vez mais natural e genuíno, conseguindo desta forma alcançar todos os objetivos previamente traçados.

No momento, em que tive de passar a ser mais autónoma, um dos animadores, explicou-me que no trabalho de animador temos duas zonas, a de conforto e a de desconforto. Na zona de conforto tudo funciona como planeado, os imprevistos estão todos pensados e solucionados. Na zona de desconforto é onde a magia acontece, é aqui que o animador CFT intervém e faz o seu trabalho melhor do que nunca e com os resultados mais positivos. Este esquema, com as palavras do animador foram essenciais para ultrapassar mais um desafio e dinamizar as atividades sozinha.

Com a conclusão do meu estágio fico com a sensação de que oportunidades como esta instituição estão cada vez mais escassas e que estas que ainda sobrevivem deveriam ter um maior apoio, pois o trabalho desenvolvido é muitas vezes condicionado aos recursos disponibilizados. Desta forma, o trabalho realizado deveria ter mais reconhecimento e apoio pelas entidades responsáveis, visto que é uma mais valia para o desenvolvimento e resolução de problemáticas deste público alvo.

Como animadora CFT tentei acima de tudo proporcionar momentos divertidos e fazer as nossas crianças e idosos esquecer o mundo lá fora e aproveitar, cada momento, intensamente o mundo mágico, tive sempre o cuidado de que a essência da atividade chegasse ao utente, caso contrário, os meus objetivos não tinham sido alcançados. O aspeto mais positivo deste estágio foi sem dúvida ter a oportunidade de estar em

contacto com um público carenciado afetivamente (Infantis), pois nesta realidade podemos concluir que os problemas que nos surgem no dia-a-dia comparados com os destes utentes, são insignificantes.

Como afirmei anteriormente esta foi mais uma viagem com paragem no Mundo Mágico, aqui eu fui feliz, aprendi, cresci e fiquei a conhecer muitas das minhas potencialidades e virtudes bem como os pontos em que devo melhorar e trabalhar, mas a viagem pelo mundo da Animação continua e o interesse em aprender mais, vigora.

Bibliografia

- **BARBOSA**, Lisete (1995), *Trabalho e Dinâmica dos Pequenos Grupos*, Edições Afrontamento, Porto.
- **BERNET**, J. (2004), *Conceito, discurso e universo da animação sociocultural*, Educa, Lisboa.
- **TRILLA**, J. (2004), (coord), *Animação Sociocultural, Teorias, Programas e Âmbitos*, Areal Editores, Lisboa.
- **BIZARRO**, Rosa (SD), *Eu e o Outro, Estudos Multidisciplinares sobre Identidades(s), Diversidade(s) e Práticas Interculturais*, Areal Editores, Lisboa.
- **CANÁRIO**, R. (2000), *Educação de Adultos: Um campo e uma problemática*, Educa, Lisboa.
- **LOPES**, Marcelino Sousa (2006), *Animação Sociocultural em Portugal*, Intervenção, Chaves.
- **LUFT**, Joseph (1976), *Psicologia e pedagogia, introdução à dinâmica de grupos*, Moraes Editores, Lisboa.
- **MARIA**, A, & **NUNES**, M. M. (2009), *Actividade Física e Desportiva no 1º Ciclo do Ensino Básico*, Wook, Lisboa.
- **PESTANA**, C. (2012), *Não Há Educação Sem Educação Física*, Sol, Lisboa.
- **POUJOL**, Geneviève (1989), *Profession: animateur, Pratiques Sociales*, Editions Privat, Toulouse.
- **SASTRE**, Ana M. C. **FERRER**, M (1995), *Les initiatives educatives en el campo de l'oci a Balears*, Editions Privat, Paris.
- **SILVEIRA**, R. T. (2010), *O Profissional da Recreação*, Recreação Magazine (Centro de Estudos do Lazer, Educação, Integração, Recreação e Ócio), São Paulo.
- **TRILLA**, J. (2004), (coord). *Animação Sociocultural, Teorias, Programas e Âmbitos*, Editorial Ariel, Lisboa.

Webgrafia

- <http://www.jeronimomartins.pt/o-grupo/perfil-da-empresa.aspx> 10/11/2013, 18:09;
- <http://www.fbb.pt/index.php/fundacao/historiaemissao> 13/11/2013, 20:05;

- <http://www.cm-porto.pt/gen.pl?sid=cmp.sections/28>, 14/11/2013, 15:18;
- <http://www.polifonicoaveiro.org/> 14/11/2013, 17:28;
- <http://repositorium.sdum.uminho.pt/bitstream/1822/11018/1/Tese.pdf>
20/11/2013, 15:14;
- http://animacomunidade.blogspot.pt/2007/05/animao-infantil-e-animao-na-terceira_25.html 20/11/2013, 16:20;
- <http://animaridosos.blogspot.pt/2007/12/animao-em-instituies.html>, 3/12/2013,
17:13;
- <http://dre.pt/pdf1sdip/2011/03/04600/0130401309.pdf>, 20/12/2013, 15:25.

Outras Fontes

- Colónia de Férias - Condições de localização, Instalação e funcionamento - Direção-Geral da Ação Social, Núcleo de Documentação Técnica e Divulgação;
- Regulamento Interno da Colónia de Férias da Torreira 2013.

IV Anexos

ANEXO I - Plano de Estágio

ANEXO II - Recursos Humanos da CFT

ANEXO III - Planejamento das Aulas de Expressão Físico Motora

Anexo I

1. Plano de Estágio

Após reunião com a Diretora e com o Coordenador da Equipa Pedagógica da Instituição acolhedora do estágio curricular, foi-nos comunicado que uma vez que esta já possui um plano de atividades definido de acordo com os grupos que recebe durante o ano, a nossa função será principalmente auxiliar os monitores e animadores nas diferentes atividades.

As atividades encontram-se estruturadas de acordo com as especificidades dos grupos a saber:

- Infantis;
- Seniores;

No decorrer do estágio, independentemente dos destinatários os principais objetivos são:

Observar a realidade da Instituição;

Entender o conceito de Equipa de Animação no contexto de Colónias de Férias;

Aprender métodos de conceção de atividades e técnicas de dinamização para públicos específicos;

Participar ativamente nas atividades desenvolvidas;

Aplicar os conhecimentos adquiridos ao longo da licenciatura;

Desenvolver competências de comunicação com os diferentes públicos;

Colaborar com a Equipa Pedagógica no acompanhamento do trabalho dos Monitores e na aplicação das regras na Instituição junto dos mesmos.

Anexo II

1. Recursos Humanos da CFT

Existem determinados cargos que requerem um maior profissionalismo, e como tal consoante a sua posição é-lhes assegurado diversas funções e responsabilidades que devem ser executadas com bastante rigor. Como tal passo a citar algumas das tarefas dos profissionais que integram a Colónia de Férias da Torreira.

No cargo de Diretora Técnica:

- Efetuar o acompanhamento profissional no local de trabalho, orientando os colaboradores da CFT no cumprimento dos procedimentos mais adequados ao incremento da qualidade do serviço a prestar;
- Divulgar junto dos colaboradores os documentos internos, as normas e os procedimentos a adotar pela CFT;
- Organizar e dirigir as atividades e o funcionamento por turnos da CFT, preparando para o efeito e, previamente, os respetivos planos e calendários, a submeter à aprovação da Administração da FBB;
- Proceder à avaliação dos colaboradores, nos termos do Sistema de Gestão da Qualidade da FBB;
- Elaborar e ministrar as ações de formação para monitores.

No cargo de Administrativo:

- Colaborar na execução e divulgação do funcionamento da CFT junto dos CDist e outras entidades;
- Tratar de todo o processo de seleção e admissão de clientes e monitores;
- Operar o programa da base de dados de clientes e monitores;
- Executar tarefas de arquivo e inventários de material de escritório ou informático;
- Elaborar mapas e listagens com dados estatísticos.

No cargo de Coordenador Pedagógico:

- Orientar e coordenar o trabalho dos elementos que compõem a equipa pedagógica, constituída por 5 Animadores;
- Elaborar e organizar, com a sua equipa, os programas de atividades de grupo (de carácter recreativo, pedagógico, desportivo, cultural, de

expressão plástica, de exploração do meio e educação ambiental) com conteúdos apropriados aos clientes das diversas valências;

- Selecionar os monitores de turnos infantis, colaborando na ação de formação e avaliação final;
- Acompanhar e apoiar o trabalho desenvolvido pelos monitores em cada valência;
- Manter a ordem e disciplina dos elementos da sua equipa, clientes e monitores.

No cargo de Animador:

- Desenvolver atividades programadas para cada valência, turno a turno, de acordo com orientações do Coordenador Pedagógico;
- Idealizar, conceber e executar todo o material necessário ao desenvolvimento das atividades (construção de cenários, coreografias, dramatizações, jogos, etc.);
- Apoiar no serviço de refeições no refeitório, no atendimento telefónico e no serviço noturno nos pavilhões (escala);
- Executar, em conjunto com os animadores e restantes monitores do seu grupo funcional, as atividades a desenvolver, de acordo com a programação proposta;
- Zelar pela conservação e correta utilização do material pedagógico.

No cargo de Enfermeira:

- A prestação de cuidados de enfermagem a clientes, monitores e colaboradores;
- Administrar os medicamentos e tratamentos no âmbito da sua competência profissional;
- Colaborar com o médico no exercício da sua profissão;
- Conceber, preparar e ministrar ações de formação para monitores sobre prevenção e noções básicas de saúde;
- Conceber, preparar e ministrar conselhos/informação dirigida a jovens sobre comportamentos de risco e problemas específicos da população sénior;

No cargo de Agente de Enfermagem:

- Colaborar na prestação de cuidados de enfermagem, sob orientação do enfermeiro;

- Preparar os tabuleiros e malas térmicas da medicação prescrita pelo médico, a administrar no refeitório, pavilhões e praia;
- Proceder ao acompanhamento dos clientes doentes, dentro e fora do estabelecimento;
- Proceder, a partir da Ficha Individual de cada cliente deficiente, ao resumo das patologias e características comportamentais.

No cargo de Responsável Geral:

- A responsabilidade pelos serviços operacionais (segurança, transporte, manutenção e limpeza de espaços exteriores);
- Requisitar os produtos/materiais indispensáveis ao normal funcionamento dos serviços;
- Elaborar relatórios de trabalhos efetuados nos intervalos de turno;
- Zelar pelo cumprimento das regras de segurança e higiene no trabalho;

No cargo de Encarregado de Setor:

- Coordenar e distribuir o pessoal dos setores, de acordo com as necessidades do serviço;
- Verificar o desempenho das tarefas atribuídas;
- Manter em ordem o inventário dos respetivos setores.

No cargo de Cozinheiro:

- Preparar, temperar e cozinhar os alimentos destinados às refeições;
- Orientar a equipa de colaboradores sob a sua responsabilidade durante a preparação dos pratos, tipos de guarnição e quantidades a servir.

No cargo de Ajudante de Cozinha:

- Exercer as respetivas funções sob as ordens do cozinheiro, auxiliando-o na execução das suas tarefas;
- Apoiar o serviço de refeitório.

No cargo de Económico:

- Requisitar os géneros, mercadorias e outros artigos, sendo responsável pelo regular abastecimento do estabelecimento;
- Armazenar, conservar, controlar e fornecer às secções as mercadorias e artigos necessários ao seu funcionamento;
- Desempenhar as demais tarefas que se relacionem ou enquadrem no âmbito da sua categoria profissional.

No cargo de Auxiliar de Serviços Gerais:

- Assegurar a manutenção das condições de higiene, desempenhando as tarefas de limpeza dos locais de trabalho e outras que se relacionem e enquadrem no âmbito da sua categoria profissional;
- Executar trabalhos relativos ao serviço das refeições e limpeza do refeitório.

No cargo de Operador de Lavandaria:

- Executar as tarefas de lavagem manual ou mecânica da roupa, assegurando a preparação e funcionamento das máquinas de lavar;
- Engomar e dobrar a roupa e encarregar-se da respetiva arrumação e distribuição.

No cargo de Auxiliar de manutenção:

- Manter as condições de operacionalidade e segurança do equipamento e instalações.

No cargo de Nadador Salvador:

- Zelar pela segurança dos utilizadores nas atividades desenvolvidas na piscina e na praia;
- Limpar e montar o posto de socorro a náufragos.

No cargo de Motorista:

- Conduzir as viaturas no interior e exterior da CFT, observando o Regulamento de Utilização de Viaturas Automóveis;
- Zelar pela boa conservação e limpeza das viaturas e sua manutenção;

Zelar pela segurança dos clientes que transporta;

Anexo III

1. Planeamento das Aulas de Expressão Físico Motora (Infantis)

1.1. GPS Náná

Local: Colónia de Férias da Torreira

Duração: 45 minutos

Objetivo Geral:

- Fomentar através da ludicidade, a prática da atividade física, motora e psíquica.

Objetivos Específicos:

- Promover a interação monitor/criança;
- Desenvolver capacidades de força, equilíbrio, coordenação, flexibilidade;
- Sensibilizar para com comportamentos diários.

Recursos Físicos/ Materiais:

- Espaço Amplo;
- Mecos; Palitos; Bases coloridas; Post-its; Copos de plástico de café; Bolas de Ping Pong; Molas; Corda; Moedas de Eva.

Enredo: O GPS Náná tem na sua posse um gps, só que este está com uma pequena avaria e ele está com dificuldade em encontrar o caminho para o tesouro cft. Depois de expor a situação dele às crianças, pede-lhes auxílio para ultrapassar todos os caminhos, e para tal é precisa muita força de vontade. Todos os caminhos são representados por uma cor, cores estas que representam o arco íris. Para a transição de cada tarefa o GPS Náná utiliza um grito que tem ser completado pelas crianças, posteriormente ao grito todos têm de ficar atentos às informações do GPS.

Tarefas:

- Apresentação: Música do Personagem: Para aqui ou para aculá, Boooooom, GPS Náná.
- Ativação Orgânica Geral: Percorrer um circuito cíclico no qual serão modificados ao longo do tempo, o modo de deslocamento e a intensidade. O

sucesso da tarefa vai permitir que alcancem o caminho laranja rumo ao tesouro CFT.

- Palitada: A criança deve percorrer o caminho amarelo, ultrapassando todos os obstáculos (palitos espalhados pelo chão) que se atravessam no seu caminho. O sucesso na tarefa permite ultrapassar o caminho amarelo, rumo ao tesouro cft.
- Corda Bamba: Os monitores munidos de uma corda devem dificultar a colocação das molas da roupa. O sucesso na tarefa permite ultrapassar o caminho azul rumo ao tesouro cft.
- Post It: Em grupos de dois, os utentes tentarão cumprir diversas tarefas, inspiradas na correta utilização de um Post-it. O sucesso na tarefa permite ultrapassar o caminho verde.
- Acerta em Cheio: O equilíbrio do copo, a manipulação da bola e a perícia são os objetivos deste exercício. O sucesso na tarefa permite ultrapassar o caminho lilás rumo ao tesouro cft.
- Percurso Localizada: Alternam a canção e coreografia com os movimentos executados pelo GPS Náná. Os movimentos consistem em força abdominal, equilíbrio, flexibilidade, força MS e força MI.
- Relaxamento: Usando a imaginação e uma simples moeda representativa do tesouro, as crianças desfrutam da obtenção do mesmo, promovendo o relaxamento de todos os segmentos corporais solicitados na aula. Aqui está presente o retorno à calma e é promovida a readaptação cardiovascular, muscular e articular.

1.2. Ramanés

Local: Colónia de Férias da Torreira

Duração: 45 minutos

Recursos Físicos/Materiais:

- Espaço Amplo;
- Paus das Vassouras; Fitas.

Objetivos:

- Desenvolver o nível funcional das capacidades motoras das crianças;

- Melhorar a realização das habilidades motoras, conjugando as suas iniciativas com a ação dos colegas e aplicando corretamente as regras;
- Fomentar a aquisição de hábitos e comportamentos de estilos de vida saudáveis que se mantenham na idade adulta;
- Fomentar o respeito pelas regras das atividades e por todos os intervenientes.

Apresentação: Música do Personagem:

Ó porque eu sou, porque eu sou,

Porque eu sou Feliz Aqui!

Enredo: O personagem principal desta aventura chama-se Ramanés, é um festivaleiro que gosta de música Rock. Quando encontra as crianças pergunta-lhes se querem entrar no festival, mas que para isso vão ter de passar por todas as etapas, desde a entrada, onde são revistados pelos seguranças, até ao palco principal.

Durante o festival vão passar por sete palcos, cada um com um estilo musical diferente, representados por formas e as cores do arco íris. Um dos elementos decorativos desta atividade é o cartaz que representa o mapa do festival e à medida que as crianças vão ultrapassando os desafios de cada palco, o animador vai colando no respetivo local a forma do respetivo palco.

A mensagem final consiste em dar a entender às crianças que muitas vezes a solução para o nosso problema está mesmo em frente aos nossos olhos, embora muitas vezes a situação por que estejamos a passar seja muito complicada, existe sempre uma solução, nem que seja preciso virar a nossa vida ao contrário. Depois de expressar vários conselhos, que têm como principal intuito a reflexão e a interiorização de novos valores, é neste momento que o animador desvenda o que está escrito no cartaz, este esteve presente em toda a atividade e em que ninguém percebeu à primeira vista o que estava lá escrito, a solução estava em virá-lo ao contrário e ver que lá estava a palavra, Feliz. Esta foi a forma que o Ramanés encontrou para provar que todas aquelas palavras fazem sentido e que não são apenas palavras ditas da boca para fora, em forma de dar um sermão, aqui eles refletem e saem com uma nova forma de pensar e de ver as coisas.

Para relaxar e para que o ambiente fique mais leve, o Ramanés ensaia com as crianças e monitores a coreografia do Arco Íris, para depois ser posta em prática no CFT Alive.

Estratégia: A opção de tornar as crianças uma parte ativa na história da aula é uma forma de as obrigar a pensar no significado das suas ações. E à semelhança do personagem, esta dinâmica enriquece a aula, tornando-a mais atrativa, agradável e divertida, funcionando como uma forma curiosa de justificar as tarefas e ações a realizar.

1.3. O Sousa

Local: Colónia de Férias da Torreira

Duração: 45 minutos

Objetivos: Promover a interação monitor/criança e o gosto pela prática de atividade física.

Recursos Físicos/Materiais: Tapetes; Bolas pequenas; Molas;

Apresentação: Música do Personagem:

Pá Pá Pá Pé Pé Pé com o sousa vou curtir buéé.

Tarefas:

- Aquecimento: em círculo, correr em tesoura, saltar, rastejar e correr de costas;
- Caça gelo: As crianças tinham de fugir dos monitores, pois estes acertavam-lhes com uma bola congelando-as (de pé com as pernas abertas) e só descongelavam quando um colega passava por debaixo das pernas;
- A força e o equilíbrio: Em grupos de dois, um dos elementos põe-se às cavalitas do outro e apanha as molas que estão no chão, colocando na camisola do companheiro que o "carrega";
- Os Sonhos: Derrubar os pinos com bolas de plástico (os sonhos), A ideia era derrubar as barreiras que encontramos no nosso caminho, para chegar a um objetivo e com os sonhos podemos chegar muito longe.
- A confiança: Em pares equilibrarem uma bola coma cabeça, ombros ou costas. Trabalho de equipa.
- Retorno à calma: Pequeno discurso que tem com principal objetivo, passar às crianças uma mensagem positiva, que as faça refletir em problemáticas da nossa sociedade e do meio onde em que estão inseridas.

Enredo: O Sousa é um emigrante, e tem como profissão mestre de obras. Foi solicitado pela colónia para construir um Arco Iris, mas como nunca construiu nenhum, as obras dele são todas de grande dimensão, necessita da ajuda das crianças.

1.4. Astronauta Piriri

Local: Colónia de Férias da Torreira

Duração: 45 minutos

Objetivo Geral: Promover o gosto pela prática de atividade física e desenvolver as capacidades motoras, cognitivas e sociais dos utentes.

Objetivos Específicos:

- Elevar os índices motivacionais para a realização de exercício físico;
- Promover o conhecimento do mapa do corpo;
- Desenvolver a capacidade de manipulação de diferentes objetos;
- Desenvolver diferentes capacidades motoras: coordenação, equilíbrio, entre outras;
- Adquirir capacidade de equilíbrio.

Recursos Físicos/ Materiais:

- Espaço Amplo;
- "Réplicas de notas e/ou moedas"; Martelos de São João; Algodão; Balões; Pedacos de tapete; Elásticos; Fósforos; Guardanapos de papel; Luas em feltro.

Enredo: O Astronauta Piriri tinha o sonho de conhecer todos os planetas. Um dia vestiu o seu fato profissional e desafiou as crianças da CFT a irem com ele conhecer a Lua, pois sem a ajuda delas não sabia se conseguia lá chegar.

Tarefas:

- Apresentação: Música do Personagem: Piriri Piriri Piriri, Eu sou feliz aqui;
- Planeta maluco: Exercitar diferentes segmentos corporais (cabeça, membros superiores e inferiores e tronco - todo o corpo) através de diferentes músicas;

- Planeta milionário: Pelo espaço encontram-se "réplicas de notas e/ou moedas" em que o objetivo é as crianças reunirem o dinheiro para dentro de um balde para comprar a nave para a viagem. Os monitores vão andar com um martelo de São João (cassetetes malucos) a martelar nas crianças e sempre que estas levarem com o martelo têm que dar as notas e/ou moedas aos monitores, pelo contrário o astronauta e a borboleta batem nos monitores e eles têm que espalhar de novo o dinheiro pelo espaço;
- Planeta Gelo: Monitores contra crianças. As crianças vão andar a deslocar-se ao longo do espaço (lago de gelo) e os monitores têm que as apanhar com o auxílio de um esparguete. Sempre que alguma criança for caça (cair ao lago) tem que ficar a cumprir alguma "punição" (saltos de canguru, flexões, agachamentos) até o astronauta "Piriri" ou a borboleta a salvar. Pelo espaço encontram-se pedaços de tapete (pedaços de rocha) onde as crianças podem se refugiar dos monitores, no entanto em cada pedaço de tapete só pode estar uma criança;
- Planeta Fogo: Neste planeta existem uns elásticos coloridos, que as crianças têm que apanhar e colocar no pauzinho (segurar o fósforo com os lábios) e trazer até ao Astronauta ou Borboleta. Os monitores vão andar com um pouco de algodão atrás das crianças. Sempre que o algodão tocar no pauzinho das crianças ele acende-se. Para apagar o pauzinho e não deixar queimar o elástico as crianças tem que fazer um salto de canguru equilibrando o pauzinho e sem deixar cair o elástico.
- Planeta dos Balões Coloridos: Monitores contra as crianças. As crianças a pares têm que transportar e equilibrar os balões, com diferentes partes do corpo, para dentro do seu cesto. Ganha quem transportar mais balões. Transportar um balão de cada vez.
- Planeta Tóxico: Este planeta possui um vírus e os monitores apanharam esse vírus e estão malucos, inquietos e só as crianças conseguem limpar este planeta. As crianças a pares vão possuir um guardanapo e têm que apanhar os fósforos (vírus) e colocar no guardanapo e equilibrar levando para o balde do lixo para remover todos os vírus que se encontram neste planeta. No entanto os monitores vão a andar a espalhar e a derrubar os fósforos do guardanapo.
- Relaxamento: Promover o relaxamento de todos os segmentos corporais solicitados na aula com o auxílio da lua colorida.

1.5. Marianoska

Local: Colónia de Férias da Torreira

Duração: 45 minutos

Objetivos: Desenvolver capacidades motoras condicionantes e coordenativas, estimular o gosto pela música e pelo movimento corporal.

Recursos Físicos/Materiais:

- Matrioska com 5 camadas, lenços coloridos, balões coloridos, colunas e computador;
- Espaço amplo.

Apresentação: Música do Personagem:

Tarefas:

- Aquecimento: Os utentes realizam ações para aquecimento dos grupos musculares procurando também envolver o corpo com a música;

Para que a concretização dos seguintes exercícios seja bem conseguida, os utentes, devem estar distribuídos pelo espaço, direcionados para o palco, imitando a personagem realizando os movimentos de coordenação.

- “Na vida é preciso energia”: Os utentes encontram-se distribuídos pelo espaço e ao som da música realizam uma coreografia por imitação da personagem que coordena o exercício.
- “Na vida também é preciso cor”: Os utentes encontram-se distribuídos pelo espaço e direcionados para o palco. Ao som de um mix relacionado com o tema, realizam uma coreografia por imitação da personagem que coordena o exercício.

Nota: Os utentes utilizam um balão colorido em cada mão.

- “É preciso sorrir”: Os utentes encontram-se distribuídos pelo espaço e direcionados para o palco. Ao som de um mix relacionado com o tema, realizam uma coreografia por imitação da personagem que coordena o exercício
- “Juntando um toque de magia”: Os utentes encontram-se distribuídos pelo espaço e direcionados para o palco. Ao som de um mix relacionado com o tema, realizam uma coreografia por imitação da personagem que coordena o exercício.

Nota: Os utentes utilizam um lenço em cada mão.

- “Assim poderás encontrar o teu centro”: Os utentes encontram-se distribuídos pelo espaço e direcionados para o palco. Ao som de um mix relacionado com o tema, realizam uma coreografia por imitação da personagem que coordena o exercício.

Nota: Os utentes utilizam um balão colorido em cada mão.

- “O nosso centro é o nosso coração!”

1ª parte: Os utentes espalham-se pelo chão sentados direcionados para a personagem e executam exercícios de alongamentos conforme o solicitado, em silêncio escutando a música.

2ª parte: No mesmo sítio, os utentes deitam-se de decúbito ventral, fecham os olhos e relaxam ao som de uma música de fundo ouvindo as palavras da personagem.

Enredo: A Marianoska representava uma matriosca, esta estava muito triste porque tinha perdido o seu centro. Depois de se apresentar às crianças e expor o seu grande problema pediu-lhes ajuda pois caso não encontra-se o seu centro a sua avó iria ficar muito chateada com ela. Para além das crianças a Marianoska contou também com a ajuda da Amiguska, uma amiga de infância que a encontrou desolada.

2. Planeamento da aula de Expressão Físico Motora (Séniore)

2.1. As feirantes

Local: Colónia de Férias da Torreira

Duração: 45 minutos

Objetivo Geral:

- Fomentar o gosto e a realização de exercício físico diário.

Objetivos Específicos:

- Desenvolver diferentes capacidades motoras: coordenação e equilíbrio;
- Promover a autonomia;
- Combater o sedentarismo;
- Estimular capacidades motoras e sociais;
- Dar a conhecer os benefícios do exercício físico na idade avançada.

Recursos Físicos/ Materiais:

- Espaço Amplo;
- Cadeiras; Bolas maleáveis, materiais auditivos.

Enredo: Duas feirantes, montaram a sua tenda numa festa popular mas acabam por ter de regressa devido ao negócio ter sido muito fraco. No regresso a casa passam pela Colónia de Férias da Torreira e decidem fazer uma paragem para ver se conseguem fazer um dinheiro extra. Pedem autorização a diretoria, mas é lhes colocada uma condição, só podem vender as seus artigos se em simultâneo fizerem um pouco de exercício físico com os senhores. Elas aceitaram na hora, conheceram os seus clientes e ajudaram-nos a fazer um bocadinho de exercício, em vender é que não tiveram tanta sorte, acabaram por perceber que não tinham vocação para o comércio.

Tarefas:

- Aquecimento: Exercitar diferentes segmentos corporais (cabeça, membros superiores e inferiores e tronco - todo o corpo) através de diferentes músicas.
- Exercício com Bola: Realização de vários exercícios de motricidade fina.
- Bailarico: Coreografia da música "Baile de Verão", de Emanuel.
- Alongamentos: Promover o relaxamento de todos os segmentos corporais solicitados na aula.
- Relaxamento: De olhos fechados, sentados na cadeira a ouvir apenas a música.