



Avec le soutien de
Mit Unterstützung des

OFAJ
DFJW

FOLHA DE ATIVIDADE

Nome do exercício

Cardume

Objetivos

Desbloqueio

Conhecimento mútuo

Coesão de grupo

Familiarizar-se com as plataformas online

Grupo-alvo

Todos

Número de participantes

8 a 20 participantes

Duração

10 minutos

Material

A facilitadora deve ter um computador e uma conexão Internet estável.

Elementos técnicos

Uma pessoa da equipa deverá partilhar o som do computador para passar uma música.

Descrição

Escolhe-se quem vai começar. A facilitadora passa uma música desde o seu computador, partilhando o som. A pessoa escolhida começa a dançar e todas as outras devem imitar os seus movimentos, como se fossem um cardume.

Quando a pessoa quer trocar de papel, pode chamar o nome de outra pessoa do grupo, e esta pessoa torna-se a “chefe do cardume”, ou seja dança e as outras pessoas devem imitá-la, até ela chamar outra pessoa, e assim adiante.

O grupo pode dançar tanto como querem. É importante observar se a motivação baixa, pois pode diminuir a energia do grupo também. Se necessário, a facilitadora pode intervir e chamar outra pessoa (por exemplo outra pessoa da equipa) para re-estimular a dinâmica.

Também é possível pedir para deixar os microfones ligados, para acrescentar



Avec le soutien de
Mit Unterstützung des

OFAJ
DFJW

sons aos movimentos.

O jogo termina com o fim da música ou quando a facilitadora decide. A melhor forma de sair do jogo é baixar gradualmente o volume, para uma transição mais suave.

É importante considerar que algumas pessoas podem não querer levantar-se. Neste caso, podem dançar sentadas.