



OUTDOOR EDUCATION 4 ALL

Ferramentas de trabalho

Educação ao Ar Livre para
crianças com mobilidade reduzida
em jardins de infância

Workshops



Cofinanciado pela
União Europeia

Financiado pela União Europeia. Os pontos de vista e as opiniões expressas são as do(s) autor(es) e não refletem necessariamente a posição da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia da Educação e da Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser tidos como responsáveis por essas opiniões.
Número do Projeto: 2023-1-IT02-KA220-SCH-000165552



Conteúdo

Introdução	3
Natureza	5
1. Contexto	5
2. Objectivos do workshop	6
3. Recursos e materiais necessários	7
4. Tamanho do grupo	9
5. Duração	9
6. Instruções passo a passo para implementar as atividades com base numa abordagem interdisciplinar	9
7. Inclusão: como personalizar as atividades para todas as crianças, incluindo aquelas com MR e um grupo etário específico	11
8. Possíveis fatores de risco	12
9. Questões de reflexão	13
10. Conselhos e sugestões sobre como envolver as famílias	14
Trilho Motor	16
1. Contexto	16
2. Objectivos do workshop	17
3. Recursos e materiais necessários	18
4. Tamanho do grupo	18
5. Duração	18
6. Instruções passo a passo para implementar as actividades com base numa abordagem interdisciplinar	19
7. Inclusão: como personalizar as atividades para todas as crianças, incluindo aquelas com MR e um grupo etário específico	26
8. Possíveis fatores de risco	27
9. Questões de reflexão	28
10. Conselhos e sugestões sobre como envolver as famílias	29
Área de Leitura	30
1. Contexto	30
2. Objectivos do workshop	31
3. Recursos e materiais necessários	32



4. Tamanho do grupo	32
5. Duração	33
6. Instruções passo a passo para implementar as atividades com base numa abordagem interdisciplinar	34
7. Inclusão: como personalizar as atividades para todas as crianças, incluindo aquelas com MR e um grupo etário específico	39
8. Possíveis fatores de risco	40
9. Questões de reflexão	40
10. Conselhos e sugestões sobre como envolver as famílias	40
Anexos	42
Anexo I:	42
Anexo II: Cartões de histórias	44
Anexo III: Molduras de cartão	48
Anexo IV: Exemplos de actividades das estações de arte	50
Anexo V: Sugestão de canção para a atividade de encerramento ao ar livre	52
Cozinha	53
1. Contexto	53
2. Objetivos do workshop	53
3. Recursos e materiais necessários	54
4. Tamanho do grupo	54
5. Duração	54
6. Instruções passo a passo para implementar as actividades com base numa abordagem interdisciplinar	55
7. Inclusão: como personalizar as atividades para todas as crianças, incluindo aquelas com MR, e um grupo etário específico	62
8. Possíveis fatores de risco	63
9. Questões de reflexão	64
10. Conselhos e sugestões sobre como envolver as famílias	64
Conclusão	66

Tabela de abreviaturas e acrónimos

EAL	Educação ao Ar Livre
EAPI	Educação e Acolhimento de Primeira Infância
MR	Mobilidade Reduzida
WP4	Secção de trabalho nº 4 (deriva de Work Package)

Introdução

O objetivo da secção de trabalho nº4 (WP4) do projeto OUTDOOR4MI, é desenvolver "Ferramentas de trabalho OUTDOOR4MI para Educadores de EAPI" como um recurso prático e inclusivo para implementar workshops de Educação ao Ar Livre (EAL), dentro e fora da sala de aula. Este conjunto de ferramentas foi concebido especificamente para Educadores do pré-escolar (EAPI) que trabalham com crianças dos 3 aos 5 anos de idade, com foco na inclusão de crianças com mobilidade reduzida (MR). O WP4 desempenha um papel fundamental na melhoria dos métodos e estratégias de ensino dos educadores de EAPI, garantindo que a sua abordagem educacional não só engloba a educação ao ar livre, como também promove a inclusão de acordo com o princípio "Não deixar ninguém para trás" (LNOB), dos Objectivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) de 2030. As ferramentas incluem instruções passo a passo para as várias atividades, como contacto significativo com a natureza, desenvolvimento de competências motoras, leitura e oficinas de laboratório de madeira, que incentivam a criatividade, a colaboração e a experimentação em ambientes naturais.

O desenvolvimento desta caixa de ferramentas está estreitamente alinhado com os objectivos gerais do projeto OUTDOOR4MI, que visa aumentar a implementação de actividades de EAL, desenvolver estratégias educativas inclusivas e melhorar as competências profissionais dos educadores de EAPI. Ao criar um recurso abrangente que promove a consciência ambiental e a inclusão, o WP4 apoia diretamente os





objetivos mais amplos das prioridades Erasmus+: EAPI de alta qualidade, educação ambiental e inclusão social. Além disso, esta secção de trabalho enfatiza o envolvimento de membros da família e tutores, que terão um papel ativo na organização de workshops de EAL. Através da sua participação, o WP4 procura sensibilizar as famílias e as partes interessadas para a importância crítica das actividades de EAL na promoção do desenvolvimento e inclusão das crianças.

Os objetivos específicos do WP4 incluem o desenvolvimento de Ferramentas OUTDOOR4MI, testagem das mesmas e partilha deste recurso com os países parceiros, e a organização de eventos de divulgação nacionais para maximizar o alcance e o impacto do projeto. As ferramentas oferecem aos educadores uma gama de atividades inclusivas que conectam as crianças à natureza, integrando ferramentas digitais e metodologias interdisciplinares adaptadas às necessidades de desenvolvimento das crianças, incluindo aquelas com MR. O WP4 culminará na divulgação dos seus resultados através de vídeos documentários produzidos pelos educadores do pré-escolar, e de eventos multiplicadores em toda a União Europeia, assegurando a ampla adoção dos resultados do projeto a nível nacional e internacional.

Os resultados tangíveis e intangíveis do WP4, tais como o desenvolvimento das ferramentas e das atividades de sensibilização através dos workshops de EAL, visam proporcionar benefícios duradouros aos profissionais dos jardins de infância, às crianças e às suas famílias, nos países parceiros do projeto. Ao promover comportamentos conscientes e sustentáveis, e ao criar ambientes de aprendizagem inclusivos, o WP4 contribuirá para os objetivos sociais mais amplos de redução das desigualdades educativas e de promoção de uma educação sustentável e inclusiva para todas as crianças.

1. Contexto

Nesta oficina, os educadores de educação pré-escolar criam áreas de interesse acessíveis, dentro do perímetro da escola, onde as crianças podem explorar o solo através de atividades práticas orientadas pela sua motivação intrínseca. Ao encorajar uma interação aberta com o solo, os educadores ajudam as crianças a reforçar a sua ligação à natureza, a compreender como os seres humanos estão interligados nos ecossistemas, e a envolver-se nos conceitos STEAM enquanto exploram as propriedades do solo.



O solo é um meio versátil para as brincadeiras das crianças, oferecendo oportunidades para o escavar, empilhar e moldar - especialmente quando misturado com água para formar lama. Esta experiência rica em sentidos introduz as crianças a conceitos científicos e matemáticos básicos, tais como volume, peso e causa e efeito. À medida que experimentam a transformação do solo, as crianças envolvem-se na resolução de

problemas, muitas vezes colaborando naturalmente em projetos comuns.

A descoberta de organismos do solo, como minhocas e insectos, acrescenta outra camada de fascínio, permitindo que as crianças observem ecossistemas vivos em primeira mão. Isto fomenta um sentido de cuidado e responsabilidade para com o ambiente e promove a empatia para com a natureza à medida que aprendem sobre os ciclos de vida e os habitats.

A maleabilidade da lama estimula a criatividade, permitindo que as crianças expressem-se através da criação de esculturas ou construções, ao mesmo tempo que melhora as capacidades motoras finas. A exploração das diferentes texturas e componentes do solo ensina as crianças a classificar materiais como argila, areia e matéria orgânica, promovendo o pensamento crítico e construindo as bases para a investigação científica.

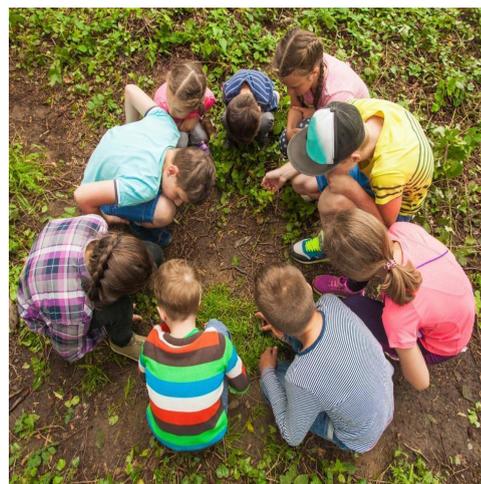


Através da exploração e do jogo, com o contributo dos educadores, as crianças compreendem o solo como um material vivo que desempenha um papel crucial na manutenção da vida na Terra. Esta compreensão é particularmente relevante hoje em dia, uma vez que o solo não só permite o crescimento das plantas e a nutrição animal, como também ajuda a manter o equilíbrio ambiental. No entanto, a sua estabilidade está ameaçada devido a atividades humanas como a agricultura intensiva e a urbanização, o que torna vital que as crianças aprendam sobre a sua importância.

Essencialmente, esta oficina aproveita o solo como um recurso natural dinâmico que promove o desenvolvimento físico, cognitivo e social, ao mesmo tempo que fomenta a gestão ambiental. As actividades decorrem tanto ao ar livre, no recinto escolar, como no interior da sala de aula. O espaço exterior deve ser organizado em áreas de interesse acessíveis, permitindo que as crianças formem grupos mais pequenos e dinâmicos com base nas suas preferências. Estas zonas podem incluir uma área de escavação, um espaço de expressão criativa, uma zona de carros de brincar e uma cozinha de lama. Além disso, a criação de uma área em círculo facilitará o agrupamento do grupo e a transição suave entre as atividades no interior e no exterior, assim como a criação de uma área tranquila oferecerá às crianças uma zona de descanso, caso se sintam sobrecarregadas.

2. Objectivos do workshop

- **Aumentar a curiosidade:** Incentivar as crianças a explorar o solo e as suas propriedades através de atividades práticas que despertem a sua curiosidade natural sobre o ambiente.
- **Promover a aprendizagem ativa:** Criar oportunidades para as crianças se envolverem em experiências lúdicas variadas com o solo, tais como escavar, empilhar e transformá-lo, permitindo-lhes interagir com elementos naturais de forma significativa.
- **Familiarizar-se com os conceitos STEAM:** Familiarizar as crianças com os conceitos STEAM fundamentais, envolvendo-as em explorações práticas do solo.
- **Fomentar a consciência ambiental:** Ajudar as crianças a reconhecerem o papel vital do solo na manutenção da vida, incluindo as suas funções no





crescimento das plantas e na nutrição animal, ao mesmo tempo que as sensibiliza para a sua fragilidade devido às atividades humanas.

3. Recursos e materiais necessários

● Zona de escavação

- **Materiais do local:** terra, areia e cascalho; objectos naturais; abastecimento de água (regadores e mangueiras), marcadores de madeira para definir a área.
- **Preparação do local:** lona ou cobertura para proteger da chuva ou do sol.
 - **Ao nível do rés do chão:** garantir um acesso livre para cadeiras de rodas.
 - **Em nível elevado:** cama elevada com altura e largura adequadas para utilizadores de cadeiras de rodas.
- **Materiais:** fitas métricas e recipientes de vários tamanhos para medir e comparar, lupas para explorar de perto, recipientes de seleção para as descobertas.
- **Ferramentas:** pás de cabo curto e de cabo longo (para facilitar o acesso a partir de uma cadeira de rodas), ancinhos, pás de mão e carrinho de mão.

● Expressão criativa e espaço de construção

- **Preparação do local:** mesas, troncos ou bancos acessíveis para crianças; área de armazenamento de materiais, lona ou cobertura para proteção da chuva ou do sol.
- **Materiais:** barro e argila: naturais e peças soltas para reutilização,
- **Ferramentas:** ferramentas de modelação em barro (espátula e ferramentas de alisamento: rolos de massa, e ferramentas de corte, carimbos de texturas.
- **Imagens - estímulo:** imagens ou objectos que inspiram a criatividade.

● Zona dos carrinhos de brincar:

- **Materiais do local:** terra, areia e cascalho; objectos naturais; abastecimento de água (regadores e mangueiras), marcadores de madeira para definir a área.
- **Preparação do local:** lona ou cobertura para proteger da chuva ou do sol.

- **Ao nível do rés do chão:** garantir um acesso livre para cadeiras de rodas.
- **Em nível elevado:** cama elevada com altura e largura adequadas para utilizadores de cadeiras de rodas.
- **Materiais:** uma variedade de veículos de brinquedo, rampas portáteis para inclinações variadas, peças naturais e soltas que podem ser reutilizadas.
- **Ferramentas:** pás pequenas, ancinhos e espátulas para escavar e moldar o solo; regadores ou frascos de spray para criar lama ou solo húmido.
- **Área de cozinha em lama:**
 - **Materiais do local:** terra, areia, cascalho e abastecimento de água (regadores e mangueiras).
 - **Preparação do local:** mesas acessíveis para crianças, lona ou cobertura para proteger da chuva ou do sol.
 - **Materiais:** peças soltas naturais e reutilizadas.
 - **Ferramentas:** Colheres, conchas, espátulas e batedores; pás e colheres; copos e jarros de medição; peneiras ou coadores; baldes e tigelas; pratos e tabuleiros.
- **Área em círculo:**
 - **Preparação do local:** troncos ou bancos, lona ou cobertura para proteger do sol ou da chuva.
- **Zona tranquila:**
 - **Materiais do local:** zona lateral do pátio da escola.
 - **Preparação do local:** entrada acessível, lona ou cobertura para proteger as crianças da chuva ou do sol, bambu ou outras barreiras para reduzir os estímulos visuais.
 - **Materiais:** tapetes impermeáveis, brinquedos sensoriais, auscultadores com cancelamento de ruído, livros ilustrados: silenciosos (sem texto) e/ou informativos de listagem/inventário (uma vez que são adequados para as crianças consultarem também de forma independente) relacionados com o tema do solo.
 - **Outros materiais:** Mapa representativo do terreno da escola com símbolos para identificar as várias áreas de interesse, de forma a fornecer informação visual sobre o ambiente e como explorá-lo. Um plano do workshop realizado com Comunicação Aumentativa e Alternativa (CAA).



4. Tamanho do grupo

A turma pode participar em conjunto, até 30 crianças. Se o espaço for amplo, as crianças dividir-se-ão naturalmente em grupos mais pequenos e dinâmicos, com base nos seus interesses lúdicos. Em espaços mais limitados, pode ser definido um número máximo de crianças por centro de atividades para evitar aglomerações durante a oficina.

5. Duração

- **(10 minutos)** Tempo de círculo no exterior.
- **(10 minutos)** Visita guiada aos centros de interesse estabelecidos.
- **(60 minutos)** Jogo espontâneo organizado em torno de vários centros de interesse.
- **(20 minutos)** Tempo de círculo no exterior.
- **(20 minutos)** Leitura no interior da sala de aula.

6. Instruções passo a passo para implementar as atividades com base numa abordagem interdisciplinar

(10 minutos) Tempo do círculo no exterior: Comece com uma receção calorosa na área do círculo. Comece com uma dinâmica habitual para facilitar a transição entre a sala de aula e o espaço exterior. Apresente os objectivos do workshop, realçando a importância de brincar com o solo e envolvendo vários canais sensoriais. Utilize um mapa representativo da escola como auxílio visual, com símbolos para identificar as várias áreas de interesse, que deverá permanecer acessível para consulta durante todo o workshop. Considere a possibilidade de fornecer um plano visual baseado na CAA, para delinear as etapas da oficina, tornando o programa claro para todas as crianças.





(10 minutos) Visita guiada: Guie as crianças numa breve visita ao espaço de aprendizagem ao ar livre, para as familiarizar com as diferentes áreas a ser exploradas pelas mesmas, com base nos seus próprios interesses. Ao apresentar cada zona, introduza conceitos STEAM simples, como por exemplo: na área de escavação, pergunte: "O que achas que podemos descobrir debaixo do solo?", na área criativa, pergunte-lhes: "Como podemos utilizar materiais naturais para criar algo novo?". Esta abordagem tem como objetivo despertar a curiosidade das crianças e incentivar à exploração.

(60 minutos) Jogo espontâneo: Incentive as crianças a explorarem livremente os materiais e as atividades propostas de acordo com as suas preferências - algumas crianças podem permanecer apenas numa área, enquanto outras podem movimentar-se mais. Enquanto elas brincam, reserve algum tempo para observar e registar o que fazem. Quando chegar o momento certo, faça perguntas abertas para estimular a curiosidade e o seu pensamento crítico. Confie no desejo natural das crianças de aprender - por



vezes, o facto de se afastar permite-lhes descobrir mais por si próprios. É importante concentrar-se nas suas explorações em vez de insistir em objetivos de aprendizagem específicos, sendo que uma observação cuidadosa ajudá-lo-á a compreender melhor os seus interesses específicos. De forma a garantir uma transição suave, avise-os com antecedência quando o tempo de brincadeira livre estiver a terminar. Por fim, reflita sobre as notas e observações realizadas, e possíveis formas de melhorar o espaço exterior. Para tal, e como sessão de acompanhamento da atividade, considere a possibilidade de envolver as crianças na conceção conjunta do espaço exterior. Esta abordagem promove uma ligação mais profunda das crianças com o ambiente, e reforça o sentimento de liderança das mesmas sobre a sua experiência de aprendizagem.

(20 minutos) Tempo de círculo no exterior: Reúna o grupo na área de tempo de círculo no exterior, para refletirem sobre as suas experiências, incentivando as crianças a falarem sobre as suas descobertas e percepções. Pode levá-las a pensar na forma como o solo foi utilizado nas suas brincadeiras, ou no que poderão ter descoberto enquanto brincavam. As suas respostas podem suscitar ideias para a



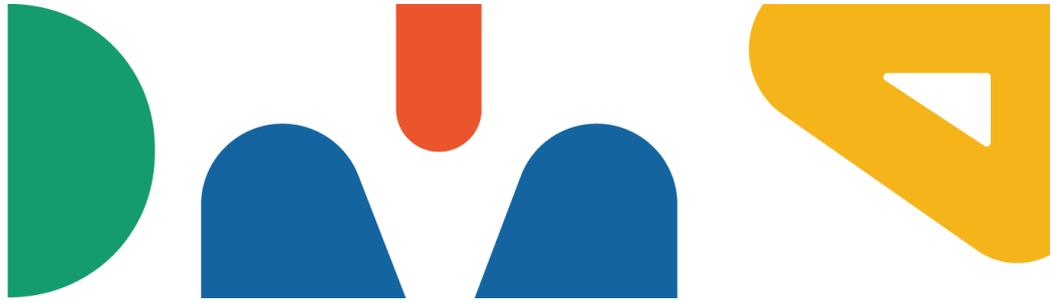
co-conceção do espaço como atividade de seguimento. Adicionalmente, pode questionar se há algo que o grupo gostava de levar para dentro de sala de aula, uma vez que trazer estes objectos significativos para o grupo, pode facilitar as transições e auxiliar na ligação entre os ambientes de aprendizagem no interior e exteriores.

(20 minutos) Leitura no interior: Durante a transição para o interior, peça às crianças para colocarem os objetos trazidos do exterior numa área designada. Uma vez instaladas, leia um livro ilustrado, como um livro narrativo, que permita estimular uma ligação com a experiência ao ar livre.

7. Inclusão: como personalizar as atividades para todas as crianças, incluindo aquelas com MR e um grupo etário específico

Para tornar a oficina acessível a crianças com MR e outras limitações, é necessário ter em conta as seguintes indicações, inspiradas nos princípios do Design Universal, discutidos no Módulo de Formação de Professores de EAPI:

- **Melhorar a acessibilidade física:** Assegurar que todas as áreas de interesse designadas no recinto da escola são totalmente acessíveis, permitindo a participação de todas as crianças, incluindo crianças com mobilidade reduzida. As atividades tipicamente realizadas ao nível do solo, tais como escavar e as zonas de carros de brincar, devem ser disponibilizadas em níveis elevados. As camas elevadas devem ser construídas com altura e largura adequadas para acomodar confortavelmente os utilizadores de cadeiras de rodas. Zonas como a cozinha de lama e as estações de expressão criativa/construção, que já se encontram a um nível elevado, devem ter mesas de diferentes alturas para atender tanto às crianças de pé como às que se deslocam em cadeiras de rodas. Esta variação garante um ambiente inclusivo onde todas as crianças podem participar confortavelmente.
- **Áreas sensoriais seguras:** Proporcionar um espaço exterior tranquilo e suave para todos os canais sensoriais, onde as crianças possam retirar-se se sentirem-se sobrecarregadas. Esta área deve oferecer um ambiente calmo para ajudar a evitar a sobrecarga sensorial, e dar às crianças a oportunidade de recarregar energias antes de voltarem a participar nas atividades de grupo.
- **Modificar ferramentas e materiais:** Para garantir a facilidade de utilização por todas as crianças, independentemente das suas capacidades físicas, é



necessário fornecer ferramentas com pegas alargadas, materiais leves e punhos ergonómicos.

- **Materiais de aprendizagem multi-sensoriais:** De forma a ir ao encontro de diversos estilos de aprendizagem, é necessário desenvolver materiais didáticos que envolvam múltiplos canais sensoriais. Mais especificamente, associar a informação auditiva a ajudas visuais, tais como um mapa visual dos centros de interesse no pátio da escola e um programa visual que utilize a Comunicação Aumentativa e Alternativa (CAA)¹. Estes materiais apoiam os alunos com diferentes necessidades de comunicação e de linguagem, reforçando a informação auditiva através de representações visuais e simbólicas.
- **Apoio à transição:** Apoie as crianças durante as transições, avisando-as com antecedência das mudanças a decorrer na atividade. Como tal, de forma a atenuar as mudanças no decorrer da atividade e do ambiente, utilize agendas visuais, dinâmicas habituais e outras ferramentas, que permitam reduzir a ansiedade e promover um fluxo suave entre as atividades.

8. Possíveis fatores de risco

Os riscos potenciais que devem ser considerados são os seguintes

- **Riscos ambientais:** Um terreno irregular pode aumentar o risco de quedas; Adicionalmente, esteja atento a objetos potencialmente perigosos, e controle a profundidade dos buracos cavados. Além disso, verifique se existem pregos ou parafusos salientes e quaisquer sinais de fraqueza estrutural.
- **Distração:** O ruído ou o movimento de outras atividades próximas, podem dificultar a concentração das crianças durante a área de círculo.
- **Sobre-estimulação:** Algumas crianças podem sentir-se sobrecarregadas com a variedade de imagens e sons no espaço exterior.
- **Perigos da exploração bucal:** Algumas crianças têm maior tendência a explorar com a boca, podendo comer terra ou lama.
- **Lesões físicas:** Os riscos incluem cortes, arranhões ou contusões provocados por objetos afiados ou quedas.
- **Riscos emocionais:** Quando as crianças se apropriam da criação de algo em conjunto, correm riscos emocionais ao negociar e lidar com os fracassos e os sucessos.

¹ Para saber mais sobre a CAA, sugerimos que explore o sítio Web da International Society for Augmentative and Alternative Communication.

- **Problemas de transição:** Passar de ambientes exteriores para interiores e de uma atividade para outra, pode levar a potenciais comportamentos de inquietação e desconforto por parte das crianças.

Para implementar uma abordagem equilibrada do risco, os educadores de infância devem avaliar os potenciais benefícios juntamente com os riscos e perigos associados. Tendo delineado os benefícios na Secção 1, discutiremos agora as acções necessárias que os educadores de infância devem tomar:

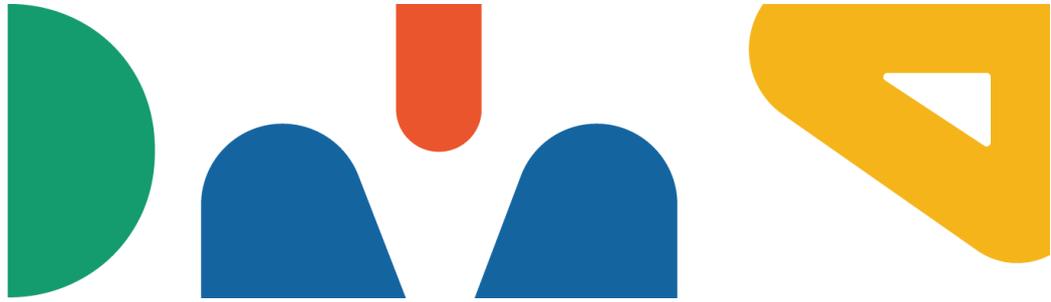
- **Riscos ambientais:** Chamar a atenção das crianças para as irregularidades do solo, limitar a área de escavação, inspecionar regularmente as estruturas e o equipamento e assegurar a disponibilidade de um kit de primeiros socorros.
- **Distração:** Proponha a criação e envolvimento das crianças em dinâmicas habituais, selecione uma área tranquila para a hora do círculo e utilize vários canais sensoriais para comunicar informações importantes.
- **Sobre-estimulação:** Designe uma área tranquila e forneça ferramentas sensoriais que ajudem as crianças a auto-regularem-se.
- **Perigos de exploração bucal:** Avalie a qualidade do solo, discuta com os pais este risco e a forma como será resolvido.
- **Lesões físicas:** Ofereça um espaço amplo para as crianças utilizarem as ferramentas de forma segura, demonstre a utilização correta das ferramentas e assegure a disponibilidade imediata de um kit de primeiros socorros.
- **Riscos emocionais:** Promova um ambiente em que as crianças se sintam à vontade para exprimir os seus sentimentos, encorajando a co-regulação e fornecendo orientação durante as negociações.
- **Problemas de transição:** Estabeleça rotinas, crie agendas visuais e prepare as crianças para as transições, de modo a evitar situações stressantes para as mesmas.

9. Questões de reflexão

Para incentivar as crianças a refletir sobre as suas experiências, descobertas e sentimentos, faça-lhes as seguintes perguntas durante o segundo tempo de círculo ao ar livre:

- Como é que utilizaste o solo na tua brincadeira de hoje?
- Qual foi a tua parte preferida de brincar com o solo hoje?





- Descobriu alguma coisa nova ou surpreendente?
- Há alguma coisa especial que tenhas encontrado ou criado com terra que gostarias de trazer para dentro de sala de aula?

10. Conselhos e sugestões sobre como envolver as famílias

Os educadores podem envolver ativamente os pais e outros familiares nos preparativos e na implementação do workshop de várias formas significativas, tais como:

- **Organizar um workshop sobre os benefícios das brincadeiras ao ar livre com o solo:** Antes das atividades, os educadores podem organizar uma reunião para mostrar os benefícios da educação ao ar livre. Durante esta sessão, podem mostrar dez fotografias de crianças a brincar com o solo, incluindo pelo



menos uma fotografia com uma criança com MR. Os pais serão convidados a olhar para as fotografias, e a escolher a que mais se destaca para si. É essencial encorajar os pais a refletirem sobre as suas reações emocionais a cada fotografia, aconselhando-os a evitar escolher imagens que evoquem uma reação particularmente intensa, de forma a evitar situações emocionais demasiado desafiantes e possivelmente, experiências negativas. Depois de

lhes dar algum tempo para decidir, cada pai ou mãe pode partilhar a sua escolha e explicar a razão da ligação estabelecida com a fotografia. Os professores do jardim de infância também podem partilhar a sua própria seleção e as razões por detrás dela. Esta atividade incentiva os pais a refletir sobre o valor das brincadeiras ao ar livre e promove um sentido de comunidade. Após as apresentações, os educadores podem relacionar as reflexões dos pais com os objetivos do workshop, ajudando todos a verem como o seu contributo é relevante e reforçando a importância das experiências ao ar livre na aprendizagem das crianças. Durante esta discussão, é essencial validar os sentimentos dos pais, incluindo quaisquer medos ou preocupações que possam ter. Uma vez reconhecidas estas emoções, os profissionais de EAPI podem apresentar uma análise benefício-risco, descrevendo as medidas que irão tomar para garantir a segurança das crianças durante as atividades ao ar

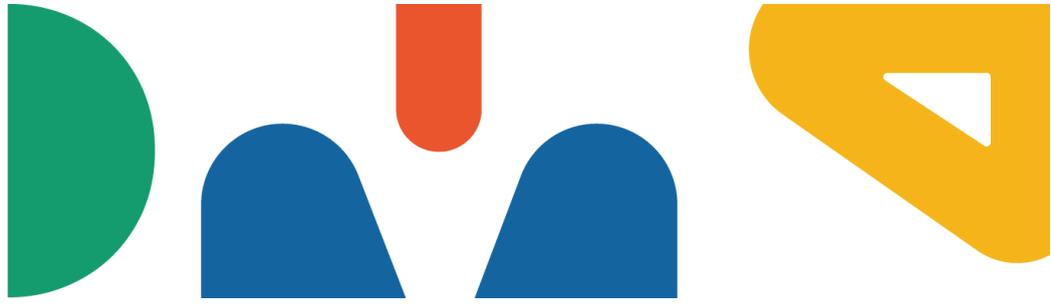


livre. Esta abordagem ajuda os pais a sentirem-se confiantes e informados sobre os objectivos do workshop.

- **Criar atividades de colaboração:** Para preparar a oficina, os educadores podem convidar os pais a ajudar a criar o ambiente de aprendizagem. Isto pode incluir a recolha de materiais naturais e outras peças soltas, a preparação do espaço e a criação de várias áreas de interesse (por exemplo, ajudar os educadores a construir canteiros elevados para escavação e áreas para carros de brincar), bem como doar livros ilustrados à escola.
- **Organização de eventos de acompanhamento:** Após o workshop, os professores de educação pré-escolar podem incentivar os pais a participarem em eventos de acompanhamento, onde possam participar em actividades ao ar livre com os seus filhos. Isto pode incluir dias em família na escola, onde pais e filhos podem brincar em conjunto com o solo no espaço exterior, preparado para as várias áreas de interesse.
- **Partilhar recursos:** Os professores do jardim de infância podem fornecer aos pais recursos ou dicas sobre como continuar a aprendizagem ao ar livre em casa. Isto pode incluir atividades simples com peças soltas, livros recomendados ou locais naturais para visitar. Ao partilhar estes recursos, os educadores dão aos pais a possibilidade de reforçarem a ligação dos seus filhos à natureza e ao ar livre.

Ao envolver os pais desta forma, os educadores constroem uma parceria forte, que apoia as experiências de aprendizagem das crianças ao ar livre, promovendo uma compreensão mais profunda da importância da natureza e da exploração prática na educação.





Trilho Motor

1. Contexto

“Trilho Motor” refere-se a um percurso ou caminho de competências motoras, um espaço especialmente concebido onde as crianças podem praticar movimentos e desenvolver competências motoras específicas. Neste tipo de espaço, é criada uma série de estações ou zonas de atividade para trabalhar várias capacidades motoras, como o equilíbrio, a coordenação e a força, de uma forma estruturada e cativante.



O objetivo deste workshop é fornecer aos educadores atividades educativas inclusivas, para que possam conceber atividades e espaços em que as crianças, com e sem mobilidade reduzida, possam praticar movimentos e desenvolver capacidades motoras específicas.

Para planear adequadamente, devemos enquadrar as actividades com base em algumas dicas, que servirão para todas as actividades apresentadas neste documento O espaço para desenvolver atividades psicomotoras, com crianças com idade compreendida entre os 3 e os

5 anos, e com mobilidade reduzida, deve ser acessível, seguro e estimulante.

Seguem-se cinco pontos-chave para otimizar este ambiente:

1. Área espaçosa, desimpedida e segura: A área deve ser ampla e livre de obstáculos para permitir a circulação sem riscos, especialmente para as crianças que utilizam cadeiras de rodas ou dispositivos de assistência. É essencial dispor de superfícies almofadadas ou antiderrapantes, como tapetes de borracha ou pavimentos macios, para reduzir o risco de quedas.

2. Zonas de atividade definidas: Dividir o espaço em áreas específicas ajuda a organizar uma variedade de atividades. As zonas sugeridas incluem:

- Zona de alongamentos com tapetes para atividades no chão.





- Zona de jogos de coordenação, com mesas e materiais de manipulação acessíveis.
- Zona Rítmica e de Movimento para atividades que envolvam música e ritmo.

3. Equipamento acessível e adaptado: Os materiais devem estar acessíveis ao nível das crianças, utilizando prateleiras baixas e cestos acessíveis. Isto permite que as crianças selecionem e utilizem os objectos de forma independente, incentivando a autonomia.

4. Ambiente estimulante e bem iluminado: A iluminação deve ser adequada e sem sombras fortes. Elementos visuais, como murais coloridos, juntamente com música de fundo, criam um ambiente acolhedor e motivador que incentiva a participação ativa.

5. Área de apoio e descanso: O espaço deve incluir barras de apoio ao longo das paredes e assentos adaptados, permitindo que as crianças se agarrem ou façam pausas conforme necessário. Esta área pode também servir como um local tranquilo para relaxar e recuperar entre atividades.

2. Objectivos do workshop

Um aspeto fundamental pelo qual devemos começar, é conhecer não tanto as limitações das crianças com limitações motoras, mas sim as suas possibilidades.

- Progressos no conhecimento e controlo do seu corpo e na aquisição de diferentes estratégias, adaptando as suas ações à realidade do meio ambiente e de forma segura.
- Reforçar o controlo emocional, promovendo o respeito, a reflexão, a responsabilidade, a solidariedade e o bom humor.
- Favorecer a espontaneidade, a expressão e a criatividade em todas as manifestações motoras.
- Aumentar a capacidade de ação física que favorece a resolução das situações.
- Favorecer a construção da identidade pessoal através do conhecimento do corpo e das suas produções.
- Promover atividades em contacto direto com a natureza.





3. Recursos e materiais necessários

Cordas, giz, folhas de metal, cones, garrafas de plástico, rolos de papel higiênico e de cozinha, aros, bolas, tapetes e apitos.

Recomenda-se a utilização de materiais provenientes da natureza. Escolher material escolar amigo do ambiente, como papel reciclado, lápis de madeira sustentável e outros materiais escolares que reduzam a pegada ecológica, incluindo a reutilização de materiais.

Por outro lado, a utilização de produtos sustentáveis, como brinquedos feitos de madeira sustentável, tecidos orgânicos ou plásticos reciclados, está isenta de substâncias químicas nocivas como os ftalatos, o bisfenol A (BPA) ou o chumbo, que se encontram frequentemente nos artigos de plástico convencionais. Ao selecionar materiais ecológicos para as crianças, estamos a investir no seu bem-estar e no futuro do planeta.

4. Tamanho do grupo

Toda a turma pode participar em conjunto (25), embora algumas das atividades sejam realizadas em pequenos grupos (5), mas em simultâneo. Haverá momentos em que os subgrupos não participarão diretamente, neste caso, terão a tarefa de encorajar os seus colegas, pelo que o seu trabalho será muito importante e estarão integrados na atividade, mesmo que não a realizem diretamente.

5. Duração

Workshop nº1: Educação Física para crianças dos 3 aos 5 anos, incluindo crianças com limitações motoras: Jogos de Precisão (90min).

- **(15 minutos)** na horta/ginásio/parque da escola.
- **(60 minutos)** na horta/ginásio/parque da escola.
- **(15 minutos)** na sala de aula.

Workshop nº2: Educação Física para crianças dos 3 aos 5 anos, incluindo crianças com limitações motoras: Jogos em movimento (90min).

- **(15 minutos)** na horta/ginásio/parque da escola.
- **(60 minutos)** na horta/ginásio/parque da escola.





- (15 minutos) na sala de aula.

Workshop nº3: Educação física para crianças dos 3 aos 5 anos, incluindo crianças com limitações motoras: Circuitos (90min).

- (15 minutos) na horta/ginásio/parque da escola.
- (60 minutos) na horta/ginásio/parque da escola.
- (15 minutos) na sala de aula.

6. Instruções passo a passo para implementar as actividades com base numa abordagem interdisciplinar



Workshop nº1: Educação Física para crianças dos 3 aos 5 anos, incluindo crianças com limitações motoras: Jogos de precisão.

Os **jogos de lançamento de precisão** são facilmente adaptáveis, uma vez que não exigem movimentos excessivos. Para permitir a participação de todas as crianças, criamos 4 a 5 estações pelas quais todas as crianças passam em grupos de 5 ou 6 crianças. O número de jogos depende também da dimensão do recreio da escola. Se não for possível distribuir as crianças para realizarem as atividades em pequenos grupos, lembre-se que o encorajamento entre pares é uma tarefa fundamental, por

isso pode revezar-se.

- **Jogo "Disco-golfe":** Organização: 3 ou 4 arcos são distribuídos pelo campo e numerados. Estes arcos são os "buracos". Cada criança deve lançar o disco voador que servirá de "bola". Levam também consigo uma folha de registo (tabela) onde anotam o nome e o número de lançamentos por "buraco".
- **Jogo de bowling:** Colocar várias estacas na vertical e atirá-las para as derrubar. Uma variante é o jogo do skittles. Neste caso, recomenda-se fazer os pinos de bowling com pequenas garrafas de plástico cheias de areia (para que sejam pesadas) e decoradas. A criação dos "skittles" pode ser uma atividade de sala de aula para as crianças. Os 'skittles' podem ser feitos com rolos de



cozinha ou rolos de papel higiênico. Uma variedade poderá ser pintá-los, e encorajar as crianças a derrubar os "skittles" de uma determinada cor, o que reforça outro tipo de aprendizagem para as crianças de 3-5 anos.

- **Jogo dos cones:** Colocar cones e lançar arcos para os inserir nos cones.
- **Alvo no chão:** Desenhe um alvo com giz no chão e utilize pratos de metal ou outros objetos pequenos para os atirar, de modo a obter a maior pontuação possível. Se o espaço onde se realiza a atividade for limitado, em vez de pintar um círculo, pode fazer uma dinâmica semelhante ao jogo da macaca. Se não for possível pintar no chão, faça uma forma com um fio.
- **Tocar o sino:** Para este jogo, o educador deve pendurar um sino com cerca de dois metros de altura e um cesto cheio de pequenas bolas (como bolas de ténis) perto dele. Ao sinal "Toca a campainha!", cada criança pega numa bola e atira-a à campainha para a fazer tocar. Este jogo também pode ser jogado em equipas de cinco ou seis crianças que, gradualmente, se dirigem ao cesto e tentam acertar na campainha, sendo o vencedor aquele que acertar mais vezes na campainha.

Variação: Podemos pedir às crianças que realizem os lançamentos propostos nestas atividades sentadas numa cadeira. Desta maneira, todos os participantes executam a tarefa de igual forma, tornando-se inclusiva para crianças com MR.

Estas atividades podem fazer parte do circuito de psicomotricidade da oficina 3 (circuitos).

(15 minutos) Receção ao grupo de forma acolhedora e introdução ao workshop, iniciando com uma breve explicação dos objetivos da oficina. Exercícios de aquecimento divertidos para pôr as crianças em movimento e flexíveis, assim como atividades de alongamento suaves para preparar os músculos para a atividade física. Pode pôr música animada para aumentar a motivação das crianças.

Posto isto, o educador pode distribuir as crianças pelos diferentes jogos ou estações. As crianças com MR podem efetuar os exercícios de aquecimento específicos para crianças em cadeiras de rodas apresentados nesta infografia.²

(60 minutos) Cada jogo deverá ter a duração de 15 a 20 minutos e, com o apito, anuncie a mudança para a estação seguinte. As crianças devem ir em grupos de uma estação para a outra, isto é, o jogo seguinte. Os educadores devem aproximar-se dos grupos de forma regular, prestando-lhes o auxílio que necessitam.

² <https://drive.google.com/file/d/1rgPJVPgcezxeoZRQlqpHZO9N8iXzMu3g/view?usp=sharing>



(15 minutos) Na sala de aula ou sentados no recreio, o educador deve criar um momento de reflexão e debate sobre o que fizeram e como se sentiram/divertiram. O educador tomará notas para melhorar a atividade em sessões futuras.

Atenção: A duração aqui indicada é apenas uma estimativa. Dependerá não só do número de crianças e do tempo efetivamente disponível, mas também da capacidade de atenção das crianças de 3 a 5 anos, que se sabe ser limitada nesta idade.

A ter em conta: Estas actividades, devido à sua simplicidade tanto no planeamento como na execução, podem ser realizadas no ginásio, no recreio da escola ou num parque. Se a atividade for realizada fora da escola, é necessário garantir que o chão permite que a criança com MR se mova livremente. Para mais conselhos sobre como planear uma atividade, recomendamos a leitura do documento: Orientações para professores de EAPI - Guidelines for ECEC Teachers (WP2³).

Workshop nº2: Educação Física para crianças dos 3 aos 5 anos, incluindo crianças com limitações motoras: Jogos em movimento.

Os jogos de lançamento em movimento também podem ser adaptados. Esta adaptação consistiria em utilizar a própria cadeira para cobrir os lançamentos, equilibrando assim a dificuldade de mobilidade numa cadeira de rodas com a proteção da cadeira de rodas.

Caça aos animais: Este jogo de lançamento é jogado da seguinte forma: Duas crianças começam por ser a "Coruja", que tem uma bola para apanhar o resto da turma, que faz de rato (por exemplo), atirando a bola. As regras são simples:

- Aquele que tem a bola nas mãos só pode lançar ou passar ao seu parceiro, não pode fazer quaisquer outros movimentos.
- Se conseguirem atingir um colega, este é adicionado aos que foram apanhados para tentar atingir o objetivo final do jogo: apanhar toda a turma.

Este jogo de lançamento pode ser jogado em grande grupo ou em pequenos grupos, consoante o nível de cada grupo. É aconselhável começar com grupos pequenos para garantir que as crianças compreendem as regras e a lógica interna do jogo. Quando isso acontecer, o número de crianças nos grupos deve

³https://www.outdoor4mi.eu/wp-content/uploads/2024/10/WP2-FINAL-ENG_GUIDELINES_OUTDOOR4MI.pdf



ser aumentado e, pouco a pouco, as duas bolas devem ser introduzidas no jogo, que é, afinal, o que gera um aumento do envolvimento cognitivo e dos aspectos perceptivos, superior a outros tipos de jogos.

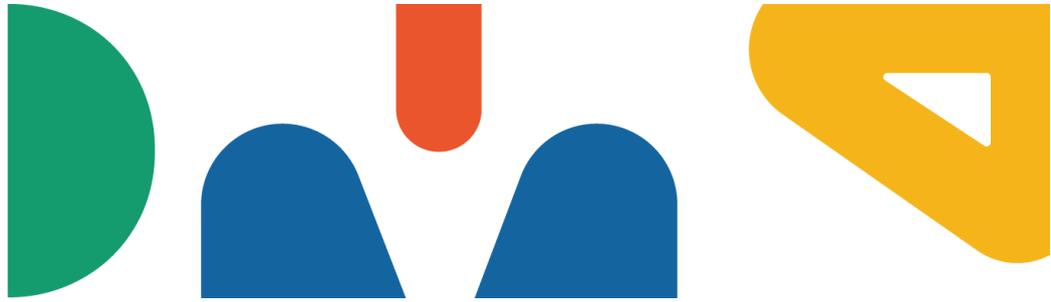
Caça à raposa: Num espaço definido, cada criança coloca um pedaço de pano atrás do corpo, preso às calças (como se fosse a cauda de uma raposa). O jogo consiste em tirar a cauda dos seus parceiros e colocá-la atrás de si. O vencedor é o jogador que tiver mais roupa no final do jogo. A criança em cadeira de rodas leva o pano preso ao seu meio de locomoção. Pode também criar zonas onde o pano não possa ser retirado.

Atentos, atentos: Todos se movimentam livremente pelo espaço. Os educadores indicarão um local ou objeto específico, como "a folha de um carvalho", "um pau", "algo castanho", "algo que cheira a floresta em dias de chuva"... que todos devem ir tocar. A criança com MR poderá não ser tão rápida a movimentar-se, comparativamente às restantes crianças. Como tal, os educadores podem pedir à turma para movimentar-se de uma forma específica, aumentando a sua dificuldade, por exemplo: a andar, a correr, a rastejar (como uma cobra), a saltar numa só perna, de olhos vendados... (como o educador decidir).

O caçador está aqui: Para isso, o educador terá que desenhar cinco ou seis círculos no chão da sala de aula (de acordo com o número de 'animais' na 'floresta'). Adicionalmente, estes círculos podem ter a silhueta ou figura do animal desenhada no chão. Divida as crianças em pequenos grupos e coloque-as em cada círculo que representa um animal. Ao sinal "Vamos brincar na floresta!", as crianças saem dos seus círculos fazendo os movimentos de cada animal, deslocando-se pela sala de aula de forma dispersa: umas saltam como sapos, outras trotam como um cavalo, andam de quatro como um cão, saltam como coelhos, voam como pássaros, entre outros. À voz de "O caçador está aqui!", todos têm de correr para casa, com os mesmos movimentos de antes. A dificuldade do jogo pode ser aumentada, se uma criança assumir o papel de caçador, que tem de caçar ao sinal do educador. Dependendo do tipo de mobilidade reduzida, a criança com MR pode ser 'um cavaleiro a cavalo', 'deslizar como um peixe ou uma enguia', 'voando nas costas de uma águia ou de um dragão', ou outro animal, deixando a escolha ao encargo da criança.

(15 minutos) Receção ao grupo de forma acolhedora e introdução ao workshop, iniciando com uma breve explicação dos objetivos da oficina. Posto isto, o grupo pode





iniciar exercícios de aquecimento, para pôr as crianças em movimento e flexíveis, assim como atividades de alongamento suaves para preparar os músculos para a atividade física. Adicionalmente, de forma a motivar e tornar a dinâmica mais divertida, os educadores podem colocar música animada.

As crianças com MR podem efetuar os exercícios de aquecimento específicos para crianças em cadeiras de rodas apresentados nesta infografia .⁴

(60 minutos) Dê 15 a 20 minutos por jogo e, com o apito, anuncie a mudança de jogo.

(15 minutos) Na sala de aula ou sentados no recreio, o educador deve criar um momento de reflexão e debate sobre o que fizeram e como se sentiram/divertiram. O educador tomará notas para melhorar a atividade em sessões futuras.

Atenção: A duração aqui indicada é apenas uma estimativa. Dependerá não só do número de crianças e do tempo efetivamente disponível, mas também da capacidade de atenção das crianças de 3 a 5 anos, que se sabe ser limitada nesta idade.

A ter em conta: Estas actividades, devido à sua simplicidade tanto no planeamento como na execução, podem ser realizadas no ginásio, no recreio da escola ou num parque. Se a atividade for realizada fora da escola, é necessário garantir que o chão permite que a criança em cadeira de rodas se mova livremente. Para mais conselhos sobre como planear uma atividade, recomendamos a leitura do documento: Orientações para professores de EAPI - Guidelines for ECEC Teachers (WP2⁵).

Workshop nº3: Educação Física para crianças dos 3 aos 5 anos, incluindo crianças com limitações motoras: Circuitos.

Estes circuitos especiais são concebidos meticulosamente para estimular o desenvolvimento das capacidades motoras e cognitivas das crianças. Nesta fase crucial do seu desenvolvimento físico e cognitivo, os circuitos tornam-se um recurso fundamental para desenvolver a coordenação, o equilíbrio e a consciência corporal.

As vantagens podem ser agrupadas em três blocos:

Desenvolvimento motor: melhoria da coordenação olho-mão e olho-pé; reforço dos músculos e desenvolvimento da motricidade fina.

⁴ <https://drive.google.com/file/d/1rgPJVpGcezxeoZRQlgpHZQ9N8jXzMy3g/view?usp=sharing>

⁵ https://www.outdoor4mi.eu/wp-content/uploads/2024/10/WP2-FINAL-ENG_GUIDELINES_OUTDOOR4MI.pdf



Estimulação cognitiva: Desenvolvimento da concentração e da atenção; e melhoria da memória espacial e da resolução de problemas.

Socialização e comunicação: promover o trabalho em equipa e comunicação, e estabelecer relações positivas com outras crianças.



Na conceção de circuitos, tal como noutras atividades psicomotoras, devemos estar conscientes das limitações dos alunos com mobilidade reduzida, mas acima de tudo, devemos concentrar-nos nas suas possibilidades.

Para realizar circuitos psicomotores para crianças em cadeiras de rodas ou com outras limitações motoras, é comum utilizar cones para que as crianças os evitem, traçando uma linha em ziguezague. Podemos acrescentar algum tipo de desafio a realizar num ponto específico do

trajeto, como atirar uma bola para um caixote do lixo (basquetebol), bater uma pequena bola no chão com um pau (golfe), bowling e atirar uns aros para uns cones. Podemos acrescentar paragens em que outras crianças, que estão a observar até chegar a sua vez, fazem perguntas simples como "que barulho faz o cão", etc. Não esqueçamos que as atividades se destinam a crianças dos 3 aos 5 anos, pelo que as perguntas têm de ser adaptadas ao seu nível académico e relacionadas com a natureza, por exemplo, "diz uma coisa que adoras no exterior", "em que estação do ano temos mais o sol".

As crianças que não têm limitações motoras podem realizar a mesma atividade, sendo apenas necessário adaptar os materiais ao espaço necessário para a criança em cadeira de rodas, especialmente na zona dos cones em ziguezague.

Pode ser feito individualmente, ou em grupos, semelhante a uma "corrida de estafeta". Opcionalmente, a atividade pode ser realizada por pontuação ou marcação de tempos ou, até que cada atividade esteja concluída, não se pode passar para a criança seguinte. Se as crianças tocarem num obstáculo, terão de começar de novo.

O grau de dificuldade do circuito pode ser aumentado, ao adicionar uma rampa ou, se a criança não tiver dificuldade em subir e descer da cadeira de rodas sozinha (ou se puder ser ajudada), adicionando um tapete que ela terá de atravessar a rastejar





(usando a força dos braços). As variações dependerão das capacidades da criança. Podem ser acrescentadas voltas à esquerda e à direita, mudanças de direção, uma volta completa em torno do pino, uma volta em 8 ou dupla, entre outras. O educador pode optar por jogar não só em função do espaço, mas também com o tempo: contra o relógio, cronometrado por equipas ou individualmente, estabelecendo um tempo máximo de execução.

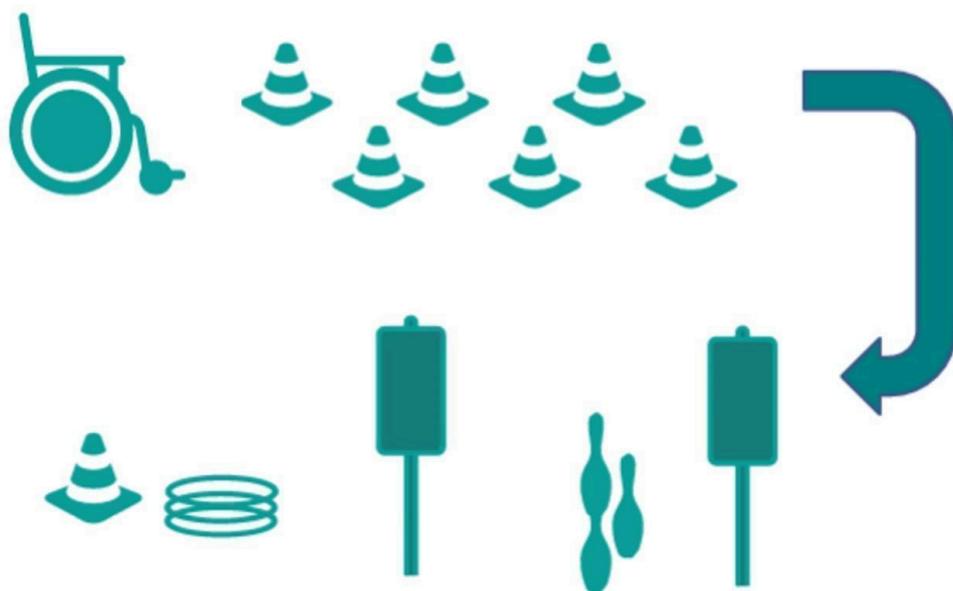


Imagem: Representação figurativa. Sugere-se que cada estação possa ter recursos naturais por onde as crianças possam passar. ⁶

(15 minutos) Receção ao grupo de forma acolhedora e introdução ao workshop, iniciando com uma breve explicação dos objetivos da oficina. Posto isto, o grupo pode iniciar exercícios de aquecimento, para pôr as crianças em movimento e flexíveis, assim como atividades de alongamento suaves para preparar os músculos para a atividade física. Adicionalmente, de forma a motivar e tornar a dinâmica mais divertida, os educadores podem colocar música animada.

As crianças com MR podem efetuar os exercícios de aquecimento específicos para crianças em cadeiras de rodas apresentados nesta infografia. ⁷

(60 minutos) As crianças realizam o circuito com o desenho e as regras à escolha do educador. O circuito motor ou circuito psicomotor é uma atividade infantil em que se

⁶Imagem: elaboração própria.

⁷ <https://drive.google.com/file/d/1rgPJVPgcezxexZRQlgpHZQ9N8jXzMy3g/view?usp=sharing>



cria um espaço ideal para as crianças se divertirem, enquanto desenvolvem as suas capacidades motoras e psicomotoras.

(15 minutos) Na sala de aula ou sentados no recreio, o educador deve criar um momento de reflexão e debate sobre o que fizeram e como se sentiram/divertiram, prestando especial atenção aos comentários e feedback das crianças com MR. O educador deverá tomar notas para melhorar a atividade em sessões futuras.

O circuito pode ser feito no exterior, num parque, jardim ou outro ambiente natural, desde que o tipo de terreno permita que a criança em cadeira de rodas ou com MR, se desloque normalmente. Se for efectuado no exterior da escola, a área onde as crianças podem movimentar-se deve ser delimitada. Para mais conselhos sobre como planear uma atividade, recomendamos a leitura do documento: Orientações para professores de EAPI - Guidelines for ECEC Teachers (WP2⁸).

7. Inclusão: como personalizar as atividades para todas as crianças, incluindo aquelas com MR e um grupo etário específico

O educador de infância ou o professor do pré-escolar tem um papel muito importante na inclusão da criança com mobilidade reduzida, mas o centro educativo tem uma responsabilidade ainda maior na adaptação dos espaços. A remoção de desníveis, pavimentos e lancis, a fixação do solo para que as raízes das árvores não sejam um impedimento ou causa de acidentes, garantir a existência de baloiços, escorregas e/ou casas de brincar acessíveis, pisos de borracha, rampas de acesso, portas de acesso automáticas, elevadores, etc., são responsabilidade da direção da escola.

Ter um parque infantil inclusivo não é apenas benéfico para a conceção de atividades educativas ao ar livre. A existência destes equipamentos permite por um lado, facilitar a participação das crianças com MR, a sua diversão e sentimento de igualdade de oportunidades comparativamente aos seus pares e, por outro lado, ajuda os restantes colegas a tomarem consciência das dificuldades que os seus amigos possam enfrentar, e possível integração dos mesmos numa vida normalizada.

⁸https://www.outdoor4mi.eu/wp-content/uploads/2024/10/WP2-FINAL-ENG_GUIDELINES_OUTDOOR4MI.pdf



As crianças tendem a brincar juntas por natureza, mas se o ambiente não for favorável, é lógico que aquelas que têm mais dificuldades ou que correm o risco de se magoar são deixadas de lado. Todas as atividades apresentadas foram escolhidas porque podem ser realizadas por crianças com e sem problemas de mobilidade. Na prática educativa, todas as atividades que realizamos devem ser personalizadas e adaptadas tanto ao grupo como às características das crianças que o integram, quer tenham ou não problemas de mobilidade.

Muitas crianças com MR têm dificuldade em desfrutar dos benefícios associados às atividades que exijam movimento devido a: barreiras pessoais (a sua limitação impossibilita a realização da tarefa, ou devido à forma como se expressam ou comportam perante o sentimento de medo da possível incapacidade para realizar uma atividade), físicas (barreiras arquitectónicas do local) ou sociais (discriminação ou rejeição pelos seus pares). A escolha de uma atividade ou de outra depende da limitação da criança, mas sobretudo das suas preferências.

Por último, muitas famílias tendem a superproteger os seus filhos que possuem limitações motoras; os educadores têm o papel de convencer os pais de que deixar as crianças saírem da sua zona de "conforto", pode ajudá-las a encontrar novas atividades e a tornarem-se mais autónomas.



8. Possíveis fatores de risco

A vida das crianças com mobilidade reduzida é uma luta constante contra uma sociedade inconsciente das barreiras e obstáculos, que estes têm de enfrentar diariamente: escadas, portas, acessos estreitos, pisos irregulares que dificultam a deslocação, elementos a diferentes alturas, etc. No centro educativo, é possível implementar uma série de medidas para adaptar o ambiente às necessidades da criança.





No entanto, quando se ultrapassa a segurança proporcionada pelo centro educativo, há uma série de factores a considerar:

Acesso: O percurso é acessível a partir de paragens de autocarro, parques de estacionamento reservados a pessoas com MR, parques de estacionamento públicos, edifícios públicos e percursos em redor do parque infantil? Existe pelo menos uma entrada para o parque infantil que seja acessível? Existe alguma sinalização para deficientes visuais no jardim ou no parque infantil, indicando a distribuição do equipamento de jogo ou dos lugares no jardim? O pavimento utilizado é compacto, duro, regular, antiderrapante e permite o acesso de cadeiras de rodas? Existem obstáculos no percurso que conduz ao parque infantil? As rampas têm uma inclinação inferior a 8%?

Equipamento urbano: os bebedouros têm alturas diferentes? Os mecanismos de abertura e fecho dos bebedouros são fáceis de acionar? Os caixotes do lixo estão próximos das áreas de jogo e a uma altura entre 70 e 90 cm? A conceção dos baloiços permite que as crianças se agarrem a eles quando balançam? O assento está a uma altura que facilita a transferência de uma cadeira de rodas? O banco tem uma fixação para o corpo? Se existirem equipamentos lúdicos manipuláveis, estes estão situados a uma altura mínima de 700 mm ou permitem a utilização de uma cadeira de rodas?

A melhor forma de minimizar os riscos é através de um bom planeamento prévio.

9. Questões de reflexão

Partindo dos objectivos que definimos para este workshop, as seguintes questões devem ser colocadas:

- A criança divertiu-se a fazer as atividades e gostaria de as repetir noutro dia?
- Está a progredir no conhecimento e controlo do seu corpo e na aquisição de diferentes estratégias, adaptando as suas ações à realidade do ambiente de forma segura?
- Está a consolidar o controlo emocional? Observámos respeito, reflexão, responsabilidade, solidariedade e bom humor por parte da criança durante as atividades? E em relação com os seus colegas?





- Observamos expressão e criatividade em todas as manifestações motoras? Está a melhorar as suas capacidades e confiança?
- Ultrapassa os desafios e demonstra boa atitude e aptidão na resolução das situações?
- Estas atividades favorecem a construção de uma identidade pessoal baseada no conhecimento do corpo e das suas produções?
- Observamos que a criança se sente mais ligada à natureza quando está em contacto direto com ela?

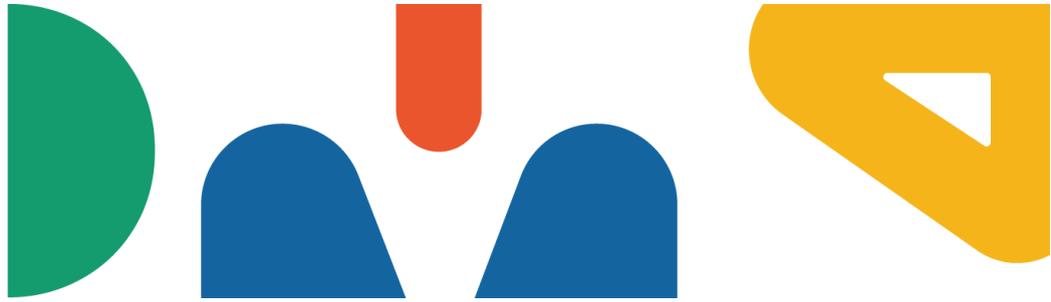
10. Conselhos e sugestões sobre como envolver as famílias

A confiança entre a escola e a família é a chave para que os pais demonstrem uma atitude favorável em relação à EAL. Como tal, é necessário:

- Informar a todo o momento sobre as atividades que se desenrolam dentro e fora da sala de aula.
- Os pais não são os únicos que têm dúvidas. Se, enquanto profissional de EAPI, tiver dúvidas sobre as capacidades da criança, contacte os pais e pergunte-lhes. A comunicação bidirecional é essencial.
- Apresentar a informação de forma objetiva. As saídas fora do centro escolar representam um risco, no entanto o profissionalismo do pessoal docente e uma boa planificação reduzem esses riscos, sendo necessário comunicar o mesmo.
- Tenha sempre presente que a prioridade é o aluno e que a atenção deve centrar-se no que é melhor para a criança. Os pais e os professores estão no mesmo barco e devem remar na mesma direção.
- Partilhe esta informação (infografia)⁹ para convencer os pais sobre os benefícios da EAL. Os benefícios valem a pena!

⁹ https://drive.google.com/file/d/1_d9dAgkfcOse7KOeDotaNtVXldl6QK_b/view?usp=drive_link





Área de Leitura

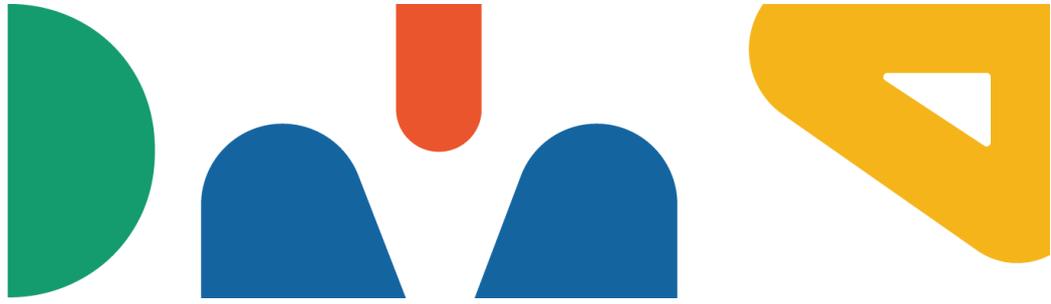
1. Contexto

O objetivo do workshop é criar uma experiência de narração de histórias enriquecedora e multissensorial para crianças da primeira infância, que promova o desenvolvimento da linguagem e das competências de comunicação oral, da imaginação, da expressão artística e musical, e das competências sociais. Ao incorporar elementos da natureza e paisagens sonoras, arte criativa, improvisação musical, movimento e dramatização no processo de contar histórias, a atividade visa desenvolver o vocabulário e as capacidades auditivas das crianças, estimulando simultaneamente a sua criatividade e apreciação do mundo natural. Esta abordagem de aprendizagem prática e experimental da leitura de uma história, proporciona um contexto de aprendizagem cativante que incentiva o envolvimento lúdico e significativo de todos os alunos.

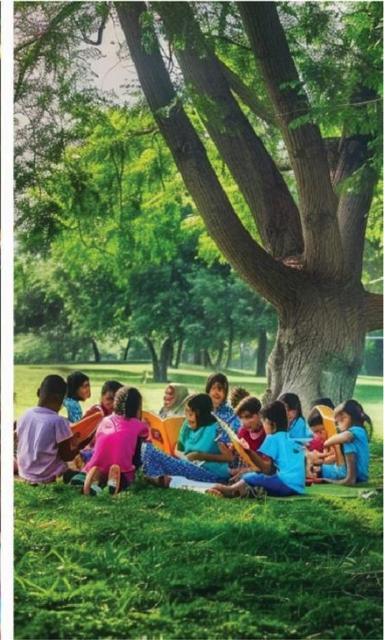
A oficina e todas as atividades aqui apresentadas baseiam-se numa história chamada "Pedro, o fotógrafo, e a sua aventura na Natureza". É a história de um fotógrafo chamado Peter, que adorava tirar fotografias da vida na cidade, mas começou a sentir falta da tranquilidade da natureza. Mudou-se para uma pequena aldeia rodeada de florestas e lagos, onde encontrou a alegria de tirar fotografias da Natureza. Peter fez um livro de fotografias que inspirou as pessoas da cidade a apreciar e proteger a Natureza. Muitas pessoas visitaram o lugar tranquilo que ele adorava, e Peter ficou feliz por partilhar as maravilhas da Natureza com os outros.

A oficina foi concebida para se realizar tanto no exterior como no interior de sala de aula. Para as atividades ao ar livre, recomendamos um espaço acessível, capaz de estimular uma aprendizagem significativa e lúdica, que valorize a exploração e a observação. Mais especificamente, o espaço exterior sugerido deve ser uma área espaçosa e plana (provavelmente o pátio/jardim de infância), com relva, de preferência com uma grande árvore para se sentarem à sombra, e/ou outras árvores ou flores, para que os pássaros ou insetos estejam presentes. Também pode ter lugar numa floresta próxima ou noutro ambiente natural que seja acessível a todos os alunos (incluindo os que têm mobilidade reduzida), e que seja seguro para todas as crianças. É importante assegurar que as crianças se sentam à sombra, de preferência debaixo de uma árvore grande, ou utilizar um quiosque/tenda. Recomendamos a utilização de um tapete macio (ou almofadas) para as crianças se sentarem em





círculo, a fim de evitar alergias devido à relva. Se esta área exterior estiver perto de outros espaços, como uma estrada, um parque ou outros edifícios, pode até proporcionar um ambiente sonoro mais complexo e incentivar a brincadeira, a exploração, a discussão e a imaginação.



2. Objetivos do workshop

No final desta oficina, as crianças devem ser capazes de:

- Conhecimentos linguísticos:
 - Utilizar novas palavras e expressões para descrever sons (elementos dos sons), relacionados com a paisagem sonora da cidade e a paisagem sonora da natureza;
 - Descrever imagens do ambiente natural através de narrativas;
 - Envolver-se em diálogos imaginários através de dramatizações, representando as personagens da história;
 - Narrar o final da história.
- Capacidade de escuta:
 - Identificar as fontes sonoras e os significados do ambiente;
 - Ouvir e compreender a narração da história.
- Competências em artes visuais:
 - Utilizar a arte como um meio para contar histórias;





- Criar obras de arte utilizando materiais da natureza;
- Experimentar diferentes materiais e técnicas artísticas;
- Aptidões musicais:
 - Produzir sons utilizando a voz e a percussão corporal;
 - Explorar as diferentes formas de produzir sons utilizando a voz e o corpo;
 - Improvisar, criar paisagens sonoras utilizando fontes naturais (pedras, pedaços de madeira, folhas, etc.);
 - Cantar utilizando conceitos expressivos;
- Competências sociais:
 - Cooperar com os colegas, participando em actividades de grupo para um objetivo comum;
 - Utilizar o corpo e os sentidos para comunicar ideias e sentimentos;
 - Estabelecer ligações com o ambiente natural;
- Atitudes:
 - Apreciar e respeitar o ambiente natural;
 - Cultivar atitudes positivas em relação à exploração e à experimentação;

3. Recursos e materiais necessários

- Tapete ou almofadas para se sentar no chão no exterior
- Molduras de cartão para "tirar fotografias"
- Pedras, canas de bambu, conchas, folhas, flores, pedaços de madeira, pinhas e qualquer outro material natural que possa ser utilizado para fazer música e desenhos gráficos
- Garrafas de plástico, papel, páginas de jornal, e instrumentos de percussão para composições musicais
- Câmara (fotografia ou gravação de vídeo)
- Dispositivo de gravação áudio
- Imagens para a história
- Cartões com imagens para a história
- Instrumentos musicais de percussão
- Materiais de arte (tintas à base de água, pincéis, cola não tóxica, lápis, lápis de cor, lápis de cera, tesouras de segurança, papel de desenho, marcadores laváveis)





4. Tamanho do grupo

De preferência, o número de crianças envolvidas neste workshop pode ser entre 18-22, considerando que em cada grupo pelo menos dois educadores de infância serão responsáveis pela realização da atividade. No entanto, para um grupo maior de crianças, serão necessários mais professores. A sugestão aqui é ter 2 educadores de infância para um grupo de cerca de 20 crianças. As crianças participam em atividades abertas e orientadas no seu próprio espaço, em pares e em grupos de 3-4 crianças. Deve ser ter em atenção o número de crianças com deficiências (motoras ou outras), a fim de as incluir igualmente nas atividades. Nalguns destes casos, haverá necessidade de garantir adultos a acompanhar.

5. Duração

O percurso educativo de duas horas inclui atividades ao ar livre, baseadas na narração da história "Pedro, o fotógrafo, e a sua aventura na Natureza" e, como continuação, atividades a decorrer dentro de sala de aula. Mais especificamente, assim que chegam ao exterior, são realizadas atividades de aquecimento para aclimatar as crianças ao ambiente educativo ao ar livre (especialmente se este espaço não se situar na escola ou for desconhecido para as crianças). De seguida, as crianças ouvem a história narrada pelos educadores, envolvem-se criativamente na narração da história e têm tempo para explorar o ambiente de forma lúdica, investigar os seus locais naturais favoritos, recolher materiais naturais disponíveis, tirar fotografias e participar em jogos de encenação/representação.

Já dentro de sala de aula, as crianças são envolvidas em criações artísticas e musicais derivadas das suas experiências ao ar livre.

A experiência e envolvência das crianças com a história ouvida, mas também com os seus sentidos: ao observarem o espaço natural (visão), ouvirem os sons da natureza (audição), tocarem nos seus materiais (tato) e cheirarem os seus odores (olfato), permitir-lhes-á trabalhar criativamente em atividades musicais e artísticas. Os materiais, as fotografias e os resultados audiovisuais recolhidos nas atividades exteriores, permitem facilitar, e interligar, as atividades ao ar-livre com o interior de sala de aula. Durante a oficina, as crianças terão a oportunidade de participar nas atividades individualmente, em pares ou pequenos grupos, e em grande grupo.

O percurso educativo de duas horas deve incluir:





(1 hora e 15 minutos) no jardim da escola/ou em qualquer outro espaço exterior adequado (como descrito acima)

(45 minutos) em sala de aula

6. Instruções passo a passo para implementar as atividades com base numa abordagem interdisciplinar

As atividades são estruturadas de modo a permitir tanto a brincadeira livre, como guiada. As sessões serão implementadas por um educador de EAPI, que irá conduzir as crianças durante os exercícios de aquecimento, as atividades de grupo guiadas e incentivar dinâmicas que não estão estruturadas, mas que promovem os objectivos deste workshop:

(10 minutos) Boas-vindas calorosas e introdução ao workshop:

O educador conduz as crianças para o espaço exterior escolhido (ver critérios acima) e sentam-se em círculo (no chão, na relva ou em almofadas) e canta uma canção à sua escolha de boas-vindas. Repete a canção 2-3 vezes, e orienta as crianças a encontrarem um movimento para acompanhar a canção, permitindo diferentes tipos de movimentos ou gestos para acomodar todas as crianças, independentemente das suas capacidades. O educador atua como um modelo, oferecendo alguns exemplos de movimentos para estimular as ideias das crianças. As crianças são também convidadas a juntarem-se ao canto, a cantarolar a melodia ou a acompanhar a canção com movimentos simples das mãos. Após a canção, o educador incentiva as crianças a apresentarem-se no círculo (uma de cada vez), com um som favorito que criam com a voz ou com percussão corporal e/ou com um gesto (postura facial/corporal, etc.). Após esta dinâmica, o educador incentiva-as a ouvir com muita atenção e a isolar os sons ao seu redor. Após alguns segundos de silêncio, o educador pede às crianças que descrevam ou imitem os sons que ouviram. Todas as respostas são bem-vindas.

Usando recursos visuais apropriados (ver Anexo 1), o educador convida as crianças a jogar um jogo para experimentar o som e o silêncio. As crianças são encorajadas a encher o ambiente com diferentes sons que improvisam usando as suas vozes, percussão corporal ou instrumentos, ou a permanecer em silêncio e a ouvir a paisagem sonora do ambiente. Por fim, o educador incentiva-as a experimentar a diferença entre as duas situações, e a estabelecer ligações entre a paisagem sonora





de uma cidade e a paisagem sonora de um ambiente natural. Após estas dinâmicas, o educador convida as crianças a ouvirem a história, e explica brevemente um conjunto de instruções que as crianças devem seguir.

(20 minutos) O educador de infância narra a história utilizando imagens, uma para cada secção da história (ver Anexo II), e envolve as crianças em atividades interessantes baseadas na história. Em cada secção, as crianças são encorajadas a participar nas seguintes actividades:

Narração 1: *Era uma vez, numa grande e movimentada cidade, um fotógrafo chamado Pedro. O Pedro adorava tirar fotografias das ruas movimentadas, dos edifícios altos e de todas as luzes coloridas da cidade. Todos os dias, andava de um lado para o outro, tirando fotografias de pessoas que iam a correr para o trabalho ou para a escola, e de outras que ficavam a relaxar em cafés e parques pavimentados...*

O educador de infância incentiva as crianças a imitar sons da cidade, a descreverem experiências pessoais da cidade e a fazerem mímica de cenas da vida numa grande cidade (por exemplo, alguém a conduzir um carro, alguém a vender legumes no mercado, etc.).

Narração 2: *Mas um dia, Pedro sentiu uma coisa estranha no seu coração. Apesar de adorar a cidade, começou a sentir falta de algo especial. Tinha saudades da paz e do sossego, do ar puro e da beleza da natureza. O Pedro lembrou-se dos tempos que tinha passado no campo em criança, a brincar nos campos e a explorar as florestas. Decidiu que estava na altura de uma nova aventura!*

Assim, Pedro pegou na sua máquina fotográfica, e em algumas das suas coisas preferidas, e partiu para o campo. Depois de uma longa viagem, chegou finalmente a uma pequena e encantadora aldeia rodeada de florestas verdes e lagos azuis cintilantes. O ar era fresco e os únicos sons eram o canto dos pássaros e o farfalhar das folhas...

O educador deve encorajar as crianças a produzir não só os sons da natureza (pássaros e outras criaturas, vento, árvores, etc.), como também o silêncio absoluto que por vezes pode ser experimentado na natureza. Além disso, deve incentivar a que





descrevam as suas experiências e aventuras pessoais passadas na natureza. O educador pede às crianças para nomearem a flora e a fauna que podem ser encontradas em ambientes naturais, e para, através da mímica, imitadores diferentes cenas e personagens da natureza (ser uma árvore - diferentes tipos de árvores, ser um animal, soprar como o vento). O educador de infância pode também pedir às crianças que façam sugestões sobre o que o Pedro poderia fazer na floresta para as ajudar a compreender a história. De seguida, continua a história.

Narração 3: *O Pedro encontrou uma casinha gira para viver. Tinha um lindo jardim cheio de flores e uma grande macieira onde os pássaros gostavam de se sentar e cantar. O Pedro estava tão feliz por estar de novo rodeado pela natureza.*

Na manhã seguinte, o Pedro pegou na sua máquina fotográfica e saiu para explorar. Passeou pela floresta, onde viu um coelho a comer esfomeadamente uma planta e esquilos a brincar nas árvores. Caminhou ao longo do lago, onde os patos nadavam e os peixes saltavam da água. Para onde quer que olhasse, havia algo de belo para captar com a sua máquina fotográfica.

O Pedro passava os seus dias a fotografar as paisagens deslumbrantes e as criaturas que aí viviam...

O educador pede às crianças que pensem e descrevam outros cenários possíveis da paisagem natural que o Pedro viu, e captou com a sua câmara.

Narração 4: *Um dia, o Pedro teve uma ideia. Decidiu criar um álbum de fotografias para partilhar a beleza da natureza com as pessoas da grande cidade. Selecionou cuidadosamente as suas melhores fotografias e fez um livro chamado "O Livro da Natureza". Enviou o livro aos seus amigos e familiares na cidade, na esperança de os inspirar a apreciar e proteger o mundo natural.*

O álbum de fotografias do Pedro foi um enorme sucesso! As pessoas da cidade ficaram maravilhadas com a beleza deslumbrante da natureza. Muitas delas decidiram fazer uma pausa nas suas vidas ocupadas e visitar o campo. Descobriram a mesma alegria e paz que o Pedro tinha encontrado.

O Pedro ficou entusiasmado por ver tantas pessoas a desfrutar da natureza. Ele sabia que tinha tomado a decisão correta ao mudar-se para o campo. Continuou a explorar, a tirar fotografias e a partilhar a beleza da natureza com o mundo.





E assim, Pedro, o fotógrafo, viveu feliz para sempre, rodeado pelas maravilhas da natureza e pela alegria de partilhar a sua beleza com os outros.

O fim.

(10 minutos) Depois de ler a história, o educador deve fazer perguntas abertas às crianças sobre o enredo, a personagem principal (Pedro) e o cenário da história. (por exemplo: O que é que gostaste na história? O que achas da decisão do Pedro de se mudar para a casinha na floresta? Como é que o Pedro se sentia quando estava na cidade e como é que se sentiu quando se mudou para a floresta? Porque é que ele criou o "O Livro da Natureza"? Se fosses o Pedro, escolherias ficar na cidade ou mudar-te para a floresta? Porquê?)

(10 minutos) Após esta discussão, o educador de infância fornece às crianças os cartões ilustrados (ver Anexo II) da história e pede-lhes para contarem a história com as suas próprias palavras, organizando os cartões na ordem correta dos acontecimentos.

(15 minutos) Explorar o ambiente natural:

Para a atividade seguinte, as crianças têm algum tempo livre para trabalhar em pares e explorar o ambiente. O educador incentiva as crianças a fingirem que são fotógrafos, e que querem captar as partes mais interessantes e admiráveis do ambiente que as rodeia. O educador fornece às crianças molduras de cartão (ver Anexo III) e incentiva-as, a que coloquem ou foquem em coisas que acham interessantes ou de que gostam. O educador motiva as crianças a explorar o ambiente, a olhar atentamente para as plantas, flores, sementes, folhas e outros materiais naturais presentes, e a experimentar colocar ou focar a moldura de cartão em diferentes coisas que gostem ou achem interessantes. Finalmente, as crianças são encorajadas a escolher o melhor local de acordo com as suas preferências e a utilizar a moldura de cartão para o isolar. Enquanto as crianças estão a explorar, o educador facilita as suas tentativas de descobrir lugares interessantes à sua volta, observando o que estão a fazer, apoiando os seus esforços, supervisionando e interagindo com elas. Iniciar o diálogo e a comunicação entre as crianças e o educador de infância, pode melhorar a tarefa das crianças. Ao mesmo tempo, o educador tira fotografias com uma máquina fotográfica dos locais naturais escolhidos, onde as crianças colocam ou focam as suas molduras de cartão, para documentação e posterior utilização numa atividade de interior. Pede-se também às crianças que recolham materiais naturais





encontrados no ambiente, tais como pedras, folhas, pequenos ramos de árvores, etc. Pede-se-lhes que não cortem flores, nem destruam o ambiente. Sugere-se que sejam fornecidos pequenos recipientes para as crianças recolherem objectos seguros, como pedras ou folhas.



(10 minutos) Círculo de encerramento com partilha de experiências e cânticos:

O educador de infância orienta as crianças de volta para um círculo (posição inicial sentada), e incentiva-as a falar sobre as suas explorações no ambiente natural. Em particular, as crianças são convidadas a falar sobre os lugares únicos que identificaram usando as suas molduras de cartão, e a mostrar os materiais naturais que recolheram. As atividades ao ar livre terminam com uma canção sobre uma árvore, utilizando gestos (ver Anexo V).

(45 minutos) Prolongar as atividades ao ar livre, para o interior de sala de aula

O educador de infância reúne as crianças num círculo, e inicia uma discussão e reflexão sobre a experiência que tiveram ao ar-livre e história contada. Apresenta ainda a gravação áudio da paisagem sonora do ambiente natural, da primeira atividade ao ar livre, e as imagens das crianças a explorar o ambiente utilizando as suas molduras de cartão. Após um breve debate, o educador deverá explicar às crianças que podem optar por trabalhar nas duas estações criativas presentes na sala de aula: a) na **estação da arte** e b) na **estação da música**.



Na **estação da arte**, as crianças criarão obras de arte inspiradas na natureza, utilizando materiais de arte tradicionais, elementos naturais e a sua própria criatividade. Embora se trate de um atelier no interior, incentiva as crianças a continuarem a ligar-se ao mundo natural e a expressar-se artisticamente, mesmo dentro de sala de aula. As crianças são encorajadas a trabalhar com folhas, ramos, pinhas e flores para criar colagens, gravuras da natureza e pinturas únicas. Actividades como esfregar folhas, pintar com tons de terra e utilizar folhas, paus ou outros objectos naturais como pincéis ou carimbos, ajudarão as crianças a explorar as cores, formas e texturas encontradas na natureza. Os trabalhos artísticos produzidos podem ser expostos ou encadernados para criar o seu próprio "Livro da natureza" (ver Anexo IV).

Na **estação de música**, as crianças são encorajadas a experimentar e a criar sons da natureza utilizando os materiais naturais recolhidos na atividade ao ar livre (por exemplo, pedras, paus de madeira, folhas), a sua própria voz/percussão corporal, materiais reciclados (por exemplo, garrafas de plástico, papel, latas, etc.) e pequenos instrumentos de percussão (maracas, abanadores de ovos/egg shakers, paus de chuva, pandeiretas, etc.). O educador explica às crianças que vão criar uma composição musical chamada "Ouvir a Natureza" para representar a paisagem sonora do ambiente natural. Deverá ainda, motivar as crianças a pensar em todas as coisas que acontecem na natureza (por exemplo, chuva, vento, pássaros, animais, silêncio) e a experimentar os recursos fornecidos, tentando criar uma ligação entre esses sons e as suas criações musicais.

7. Inclusão: como personalizar as atividades para todas as crianças, incluindo aquelas com MR e um grupo etário específico

As atividades sugeridas para esta oficina foram concebidas para ser inclusivas para todas as crianças, incluindo as que têm limitações motoras. Mais especificamente:

- Durante a atividade de aquecimento de boas-vindas, sugerimos que as crianças escolham a forma como querem participar, utilizando movimentos corporais, gestos, sons ou instrumentos de percussão, consoante as suas necessidades e preferências individuais.





- Durante a narração da história, as crianças que têm dificuldade em emitir sons podem usar a mímica, e vice-versa. Mais uma vez, há flexibilidade na forma como as crianças podem participar nesta atividade interactiva.
- Para a atividade “Explorando a Natureza”, sugerimos que sejam oferecidas às crianças com deficiências visuais opções táteis, tais como tocar e sentir a textura dos materiais naturais (por exemplo, pedras, folhas, etc.) e também se concentrem em ouvir os sons da natureza e descrever o que está presente. Para as crianças com dificuldades de locomoção que não podem deslocar-se, sugerimos também que levem o material natural até elas ou que tenham parceiros para as ajudar a explorar.
- Para a atividade do círculo de encerramento, as crianças com dificuldades linguísticas devem ter papel e lápis para desenharem as suas experiências.

8. Possíveis fatores de risco

Não existem fatores de risco potenciais.

9. Questões de reflexão

- O que achas da decisão do Pedro de deixar a cidade e viver nesta pequena casa na floresta? Concordas com ele? Porquê?
- Consegues nomear alguns sons que ouves numa cidade e alguns sons que ouves na floresta?
- Como se sentiram quando exploraram o ambiente com as vossas molduras de cartão?
- Se te pedissem para mudar a história, o que é que sugerias?
- Como achas que poderíamos utilizar o livro da natureza e as composições musicais que fizeste?

10. Conselhos e sugestões sobre como envolver as famílias

- Pense em convidar os pais para ajudar a tornar o espaço exterior escolhido para a oficina acessível e adequado em termos de saúde e segurança. Dependendo da área, isto pode implicar a remoção de objectos perigosos, a limitação/vedação da área ou, a deslocação de materiais e a organização do espaço antes da oficina.





- Considere a possibilidade de convidar os pais a participarem nas atividades exteriores da oficina, e a envolverem-se ativamente com os seus filhos, especialmente na atividade centrada na exploração do ambiente.
- Considere a possibilidade de enviar um resumo das atividades ao ar livre aos pais, incentivando-os a fazer perguntas e a discutir as experiências dos seus filhos, prolongando assim a aprendizagem em casa.
- Convide os pais a juntarem-se às atividades no interior e a trabalharem com os seus filhos na criação de composições musicais, ou de trabalhos artísticos inspirados na natureza.





Anexos

Anexo I:

Paisagem sonora de uma cidade





Paisagem sonora de um ambiente natural





Anexo II: Cartões de histórias

Imagem 1 / Narração 1



Era uma vez, numa grande e movimentada cidade, um fotógrafo chamado Pedro. O Pedro adorava tirar fotografias das ruas movimentadas da cidade, dos edifícios altos e de todas as luzes coloridas das ruas. Todos os dias, andava de um lado para o outro, tirando fotografias de pessoas que iam a correr para o trabalho ou para a escola, e de outras que ficavam a relaxar em cafés e parques pavimentados...





Imagem 2 / Narração 2



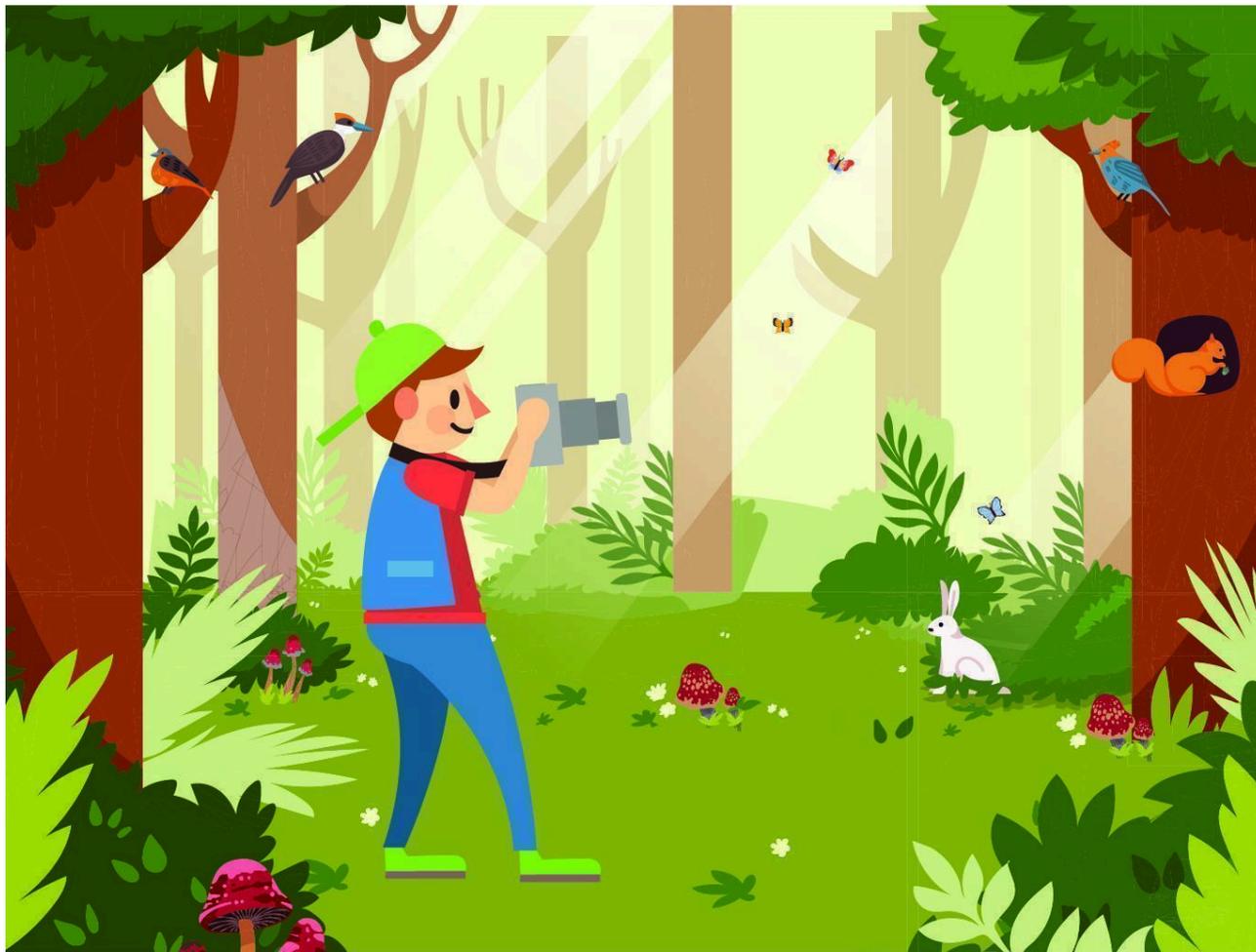
Mas um dia, Pedro sentiu algo estranho no seu coração. Apesar de adorar a cidade, começou a sentir falta de algo especial. Sentia falta da paz e do sossego, do ar fresco e da beleza da natureza. Pedro, lembrou-se dos tempos que tinha passado no campo em criança, a brincar nos campos e a explorar as florestas. Decidiu que estava na altura de uma nova aventura!

Assim, Pedro pegou na sua máquina fotográfica e em algumas das suas coisas preferidas, e partiu para o campo. Depois de uma longa viagem, chegou finalmente a uma pequena e encantadora aldeia rodeada de florestas verdes e lagos azuis cintilantes. O ar era fresco e os únicos sons eram o canto dos pássaros e o farfalhar das folhas...





Imagem 3 / Narração 3



O Pedro encontrou uma casinha gira para viver. Tinha um lindo jardim cheio de flores e uma grande macieira onde os pássaros gostavam de se sentar e cantar. O Pedro estava tão feliz por estar de novo rodeado pela natureza.

Na manhã seguinte, Pedro pegou na sua máquina fotográfica e saiu para explorar. Passeou pela floresta, onde viu um coelho a comer esfomeadamente uma planta, e esquilos a brincar nas árvores. Caminhou ao longo do lago, onde os patos nadavam e os peixes saltavam da água. Para onde quer que olhasse, havia algo de belo para captar com a sua máquina fotográfica.

Pedro passava os seus dias a fotografar as paisagens deslumbrantes e as criaturas que aí viviam...





Imagem 4 / Narração 4



Um dia, Pedro teve uma ideia. Decidiu criar um livro de fotografias para partilhar a beleza da natureza com as pessoas da grande cidade. Seleccionou cuidadosamente as suas melhores fotografias e fez um livro chamado "O Livro da Natureza". Enviou o livro aos seus amigos e familiares na cidade, na esperança de os inspirar a apreciar e proteger o mundo natural.

O álbum de fotografias do Pedro foi um enorme sucesso! As pessoas da cidade ficaram maravilhadas com a beleza deslumbrante da natureza. Muitas delas decidiram fazer uma pausa nas suas vidas ocupadas e visitar o campo. Descobriram a mesma alegria e paz que o Pedro tinha encontrado.

O Pedro ficou entusiasmado por ver tantas pessoas a desfrutar da natureza. Ele sabia que tinha tomado a decisão correta ao mudar-se para o campo. Continuou a explorar, a tirar fotografias e a partilhar a beleza da natureza com o mundo.

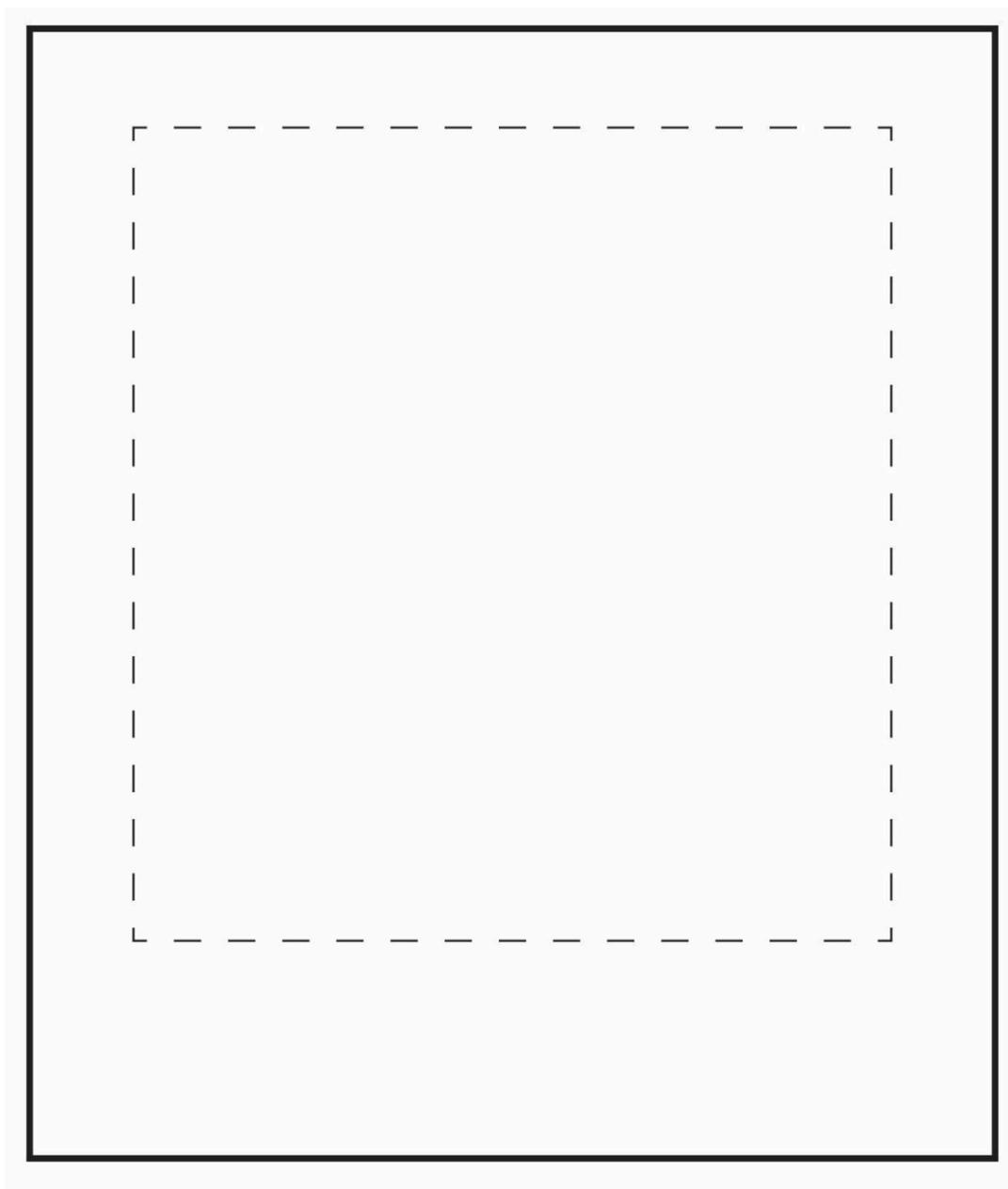
E assim, Pedro, o fotógrafo, viveu feliz para sempre, rodeado pelas maravilhas da natureza e pela alegria de partilhar a sua beleza com os outros. Fim.

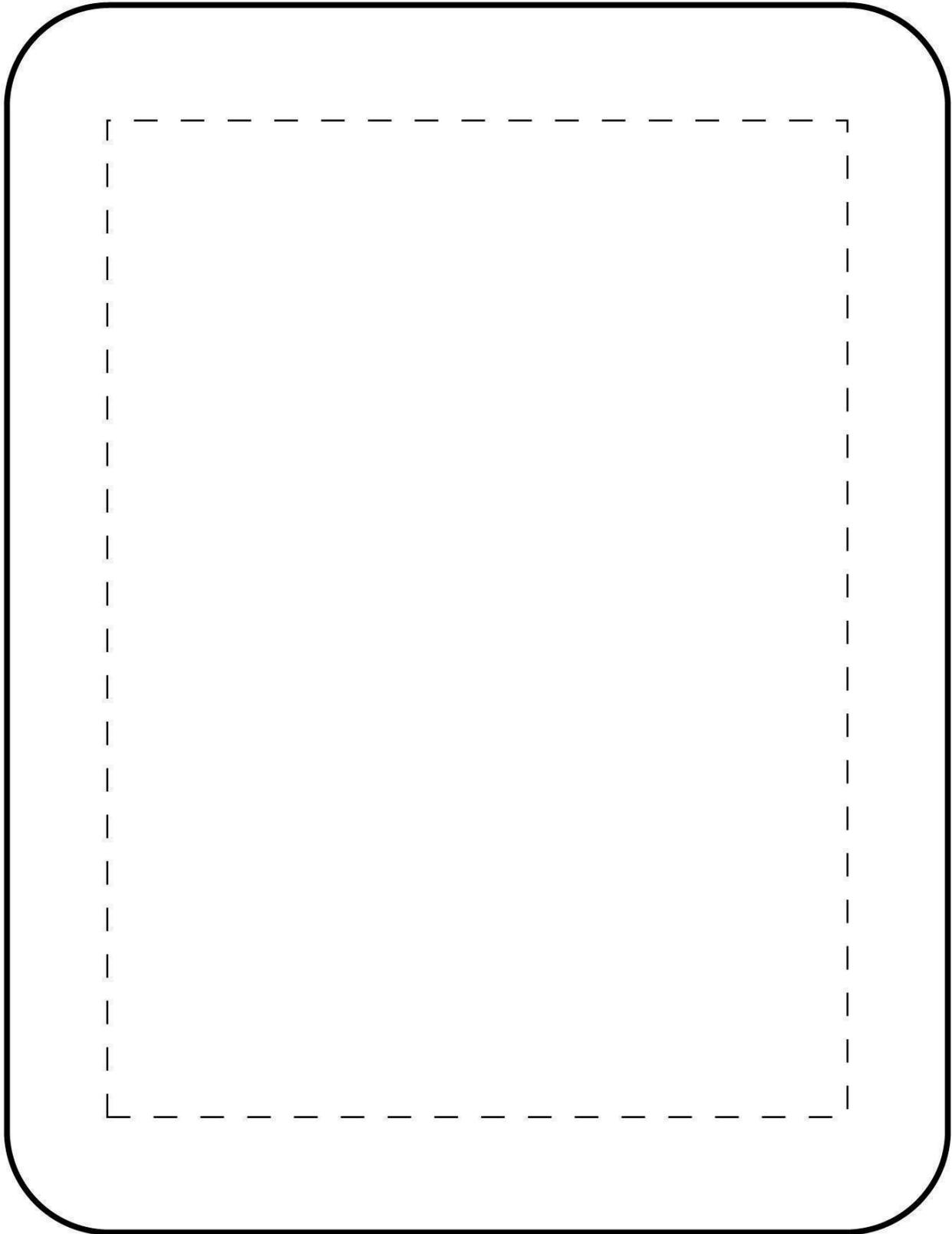
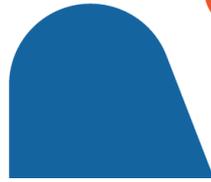




Anexo III: Molduras de cartão

Imprimir em cartolina colorida ou branca e cortar ao longo da linha tracejada.

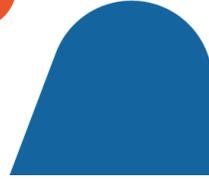
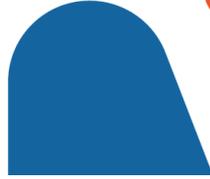


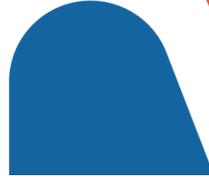




Anexo IV: Exemplos de actividades das estações de arte







Anexo V: Sugestão de canção para a atividade de encerramento ao ar livre

Growing slow a big strong three

Music Soili Perkiö
lyrics Hannele Huovi,
translation Soili Perkiö

Am G
Growing slow a big strong three, growing slow a tree... It

Am G D
bends and pro-tects you and me, you and me...

Am Am/G
Uu - uu - uu - uu - uu

F G
Aa - aa - aa - aa aa



Fonte da imagem e ilustrações originais :

Freepik

StockCake



Cofinanciado pela União Europeia

Financiado pela União Europeia. Os pontos de vista e as opiniões expressas são as do(s) autor(es) e não refletem necessariamente a posição da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia da Educação e da Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser tidos como responsáveis por essas opiniões.
Número do Projeto: 2023-1-IT02-KA220-SCH-000165552

1. Contexto

O principal objetivo da oficina "Kitchenature" é criar um espaço para a imaginação e a criatividade. Neste caso, as crianças são convidadas a construir e criar algo que experienciam em casa todos os dias: uma refeição (que não tem necessariamente de ser comestível). Ao contrário da típica cozinha que todas as crianças têm disponível em casa, as crianças são convidadas a criar ao ar livre, utilizando os recursos disponíveis na natureza. Desde as plantas e os seus frutos, à água e ao calor, todos os elementos necessários para criar um "prato", comestível ou não, são disponibilizados pela natureza. Como tal, esta atividade não só promove o envolvimento com a natureza e a compreensão dos vários serviços prestados pela mesma, como também permite o desenvolvimento de várias competências sociais e emocionais, a criação de uma identidade individual e cultural, e uma experiência sensorial para a criança.

Com a azáfama dos dias que correm, o tempo de qualidade que as crianças passam com as suas famílias, é muitas vezes limitado à hora das refeições. Assim, esta atividade pretende recriar esse momento de partilha entre os membros da família, trazendo-o para o ambiente escolar. Desta forma, pretende-se que as crianças desenvolvam relações interpessoais com os seus colegas, bem como com a natureza e o meio envolvente.

O workshop proposto divide-se em três partes, sendo cada uma delas essencial para a aquisição e desenvolvimento de diferentes competências. Através das atividades propostas, as crianças terão a oportunidade de descobrir os recursos disponíveis numa floresta, misturar tudo... e criar algo novo. A primeira parte do workshop baseia-se na exploração do meio envolvente, a segunda parte centra-se na culinária e na construção de uma identidade cultural, e a terceira parte foca-se na brincadeira livre e no desenvolvimento da criatividade e da imaginação das crianças.

A ordem das atividades é apenas uma sugestão. Por conseguinte, a terceira parte pode ser implementada em primeiro lugar, a fim de permitir que as crianças se adaptem e aprendam a comportar-se no exterior.

2. Objetivos do workshop

A Kitchenature pretende atingir os seguintes objectivos:

- Aquisição de conhecimento sobre os diferentes ciclos da natureza, tais como: as estações do ano, e como estas influenciam os elementos da floresta (árvores e as suas flores e frutos, comportamento animal, etc.);
- Compreender a sazonalidade dos diferentes recursos que provêm da floresta;
- Promover atividades em contacto direto com a natureza;
- Incentivar a adoção de atitudes sustentáveis e que respeitem o ambiente;
- Permitir que as crianças desenvolvam competências sociais essenciais, como a paciência e o respeito pelos outros, que neste caso também se pode refletir no respeito pela natureza e pelo tempo dos processos naturais. Além disso, incentiva a cooperação, o trabalho em equipa e a aquisição de competências de gestão e de resolução de problemas;
- Incentivar o desenvolvimento da identidade pessoal e cultural, através do conhecimento dos recursos naturais disponíveis, e interligar com as práticas e tradições da sua região local;
- Permitir o desenvolvimento da imaginação e da criatividade das crianças;
- Desenvolvimento da motricidade fina e grossa nas crianças.

3. Recursos e materiais necessários

Para esta atividade, os recursos e materiais necessários são: cestos/sacos reutilizáveis para a recolha de materiais, um livro vazio (se possível, feito pelas crianças, utilizando apenas materiais naturais e material reutilizado), uma caneta de madeira (se possível, também feita pelas crianças), fita adesiva, diários, cartões de identificação das espécies e materiais de cozinha (dependendo da receita a seguir).

4. Tamanho do grupo

Para esta oficina, toda a turma pode participar em conjunto. No entanto, para algumas atividades, o grupo será dividido em subgrupos. Apesar disso, todas as crianças terão um papel importante e participativo nas diferentes atividades desta oficina.



5. Duração

Esta oficina, Kitchenature, será dividida em três atividades. Cada atividade terá uma duração máxima de 2 horas.

Parte I: Recolher natureza (120 minutos)

- **(15 minutos)** numa área natural: introdução à atividade
- **(45 minutos)** numa área natural: desenvolvimento da atividade
- **(45 minutos)** numa área natural ou em sala de aula: desenvolvimento da atividade
- **(15 minutos)** numa área natural ou na sala de aula: encerramento da atividade

Parte II: Cozinhar com recursos florestais (100 minutos)

- **(15 minutos)** na escola: breve revisão da parte I da atividade
- **(45 minutos)** na escola ou numa espaço natural equipada (floresta ou parque)
- **(20 minutos)** na escola ou num espaço natural equipado (floresta ou parque)
- **(20 minutos)** na sala de aula: encerramento da atividade

Parte III: Explorar a criatividade (115 minutos)

- **(15 minutos)** na escola: breve revisão das partes I e II da atividade
- **(20 minutos)** numa área natural: desenvolvimento da actividade
- **(60 minutos)** num espaço natural: brincadeira livre
- **(20 minutos)** na sala de aula: encerramento da atividade

6. Instruções passo a passo para implementar as actividades com base numa abordagem interdisciplinar

As atividades sugeridas podem ser realizadas de forma independente ou contínua, pelo que estão divididas em três partes.

Todas as atividades podem ser repetidas ao longo do ano, e recomenda-se a realização do workshop durante cada estação.

Parte I: Recolher natureza

Esta atividade consiste no reconhecimento do ambiente exterior e na recolha de materiais naturais. A natureza, tal como todos os organismos vivos, tem o seu próprio ciclo de vida, e esta atividade pretende ajudar as crianças a compreender as mudanças que ocorrem na floresta ao longo do ano. Como tal, as crianças devem



não só brincar no ambiente natural e desfrutar de todos os recursos disponíveis, mas também compreendê-los. Esta atividade centra-se na recolha e análise de frutos e folhas encontrados na floresta. Estes dependem não só da época do ano, mas também do local onde a atividade é realizada. Como tal, recomenda-se que os educadores efetuem uma análise prévia do local, podendo recorrer à utilização de ferramentas digitais para interpretar o ambiente. A aplicação Pl@ntNet permite ajudar os cidadãos a identificar diferentes espécies da flora, através de fotografias aos vários componentes da planta: casca, fruto, folha e/ou flor. Esta análise prévia é também crucial para verificar a acessibilidade do local da atividade, para todas as crianças.

[Para mais informações sobre como utilizar as ferramentas digitais e os benefícios da sua utilização, recomenda-se que os professores do ensino pré-escolar, leiam o documento WP3, que pode ser consultado aqui](#)

Os educadores de infância devem acompanhar as crianças numa visita sensorial a uma área natural, onde terão a oportunidade de recolher os elementos naturais necessários para a segunda parte desta atividade - Cozinhar com Recursos Florestais. Assim, os educadores de infância devem efetuar um estudo prévio sobre quais os componentes de cada espécie que são comestíveis, e quais os elementos com potencial risco tóxico. Para além do elemento necessário para realizar a segunda parte da atividade, o grupo deve recolher e fotografar outros componentes (por exemplo: a casca) para criar um herbário consulta futura.

Para cada planta, os educadores de infância devem recolher a opinião da criança sobre a sua experiência sensorial (textura, forma, cor, cheiro), bem como quaisquer outras características relevantes e significativas para registo. Estes registos são essenciais para uma futura partilha com os pais e as famílias.

Materiais necessários: acesso à aplicação Pl@ntNet, um cesto ou saco reutilizável para recolher materiais, jornais, fita-cola, papel e uma caneta.

(15 minutos) Os educadores de infância devem dar as boas-vindas ao grupo no novo local da atividade e fazer uma breve introdução e explicação do workshop. Caso não tenha sido feito anteriormente em sala de aula, deve ser realizada uma breve co-construção das regras e limites da atividade. Desta forma, as crianças têm a oportunidade de explorar o espaço livremente, respeitando os limites físicos explicados pelo educador de infância e aceites pelo grupo. É crucial que as crianças participem na criação das regras, de modo a compreendê-las e, mais provavelmente,



respeitá-las. Estes limites devem ser estabelecidos apenas para garantir uma maior segurança para o grupo, sem reduzir a autonomia e o envolvimento das crianças com o ambiente exterior.

(45 minutos) A visita ao local escolhido ocorre. O percurso deve ser pré-selecionado, optando por áreas abertas com boa visibilidade das crianças, evitando estradas ou passeios de forma a garantir a segurança e minimizar os riscos. Durante esta fase da atividade, as crianças, juntamente com o educador de infância,



devem observar as diferentes espécies e recolher elementos como folhas, frutos e flores, sempre que possível. Estes elementos podem não estar disponíveis simultaneamente, sendo recolhidos durante uma visita posterior ao local. No caso da casca das árvores, uma fotografia será a opção mais adequada. As crianças devem guardar os elementos recolhidos individualmente nos seus cestos ou sacos reutilizáveis. É crucial salientar a sustentabilidade da atividade, lembrando ao grupo que não deve levar mais do que o estritamente necessário. O educador de infância deve encorajar as crianças a refletir sobre a cor, a textura, o cheiro e outras características que considerem significativas.

(45 minutos) Nesta fase, as crianças devem encontrar-se numa área florestal devidamente equipada com mesas ou, se não for possível, a atividade pode ser realizada dentro de sala de aula. O grupo deve começar a criar o seu livro intitulado "A minha floresta", que incluirá um herbário. Para cada espécie, deve ser anotado - com o auxílio dos educadores e restantes docentes do jardim de infância - o nome científico, o nome comum, o local e a data de recolha. Para os frutos e cascas, estes devem ser desenhados pelas crianças, ou acrescentadas as fotografias tiradas anteriormente (em ambos os casos, o educador pode utilizar ferramentas digitais para os ajudar). Juntamente com estes resultados, o educador de infância deve ajudá-los a fazer uma breve nota sobre a sua experiência sensorial (por exemplo, cor:



castanho, textura: áspera, cheiro: outono, etc.). O principal objetivo é centrar-se na metodologia vark, em que as crianças aprendem através de diferentes canais e abordagens: visual, auditiva, leitura/escrita e cinestésica.

Como fazer um herbário:

Individualmente, as crianças devem colocar os diferentes elementos dentro de um jornal para secar as folhas e flores recolhidas das árvores. Estes devem ser guardados num local seco e prensados até estarem prontos para serem utilizados. O educador de infância, juntamente com as crianças, deve avaliar o teor de humidade de cada



elemento e, se necessário, substituir a folha de jornal. Este é um processo longo, e o tempo de conclusão depende de quando o material está completamente seco. Cada jornal deve ser devidamente etiquetado com o nome da criança que recolheu os elementos.

Para além desta breve descrição, recomenda-se aos educadores de infância que procurem uma explicação mais detalhada sobre o processo de criação de um herbário.

(15 minutos) Durante esta fase, é feita uma breve conclusão da atividade e dos conhecimentos adquiridos. É essencial que o educador pergunte à criança sobre a sua experiência física e emocional. É fundamental estabelecer um espaço de partilha, onde as crianças se sintam seguras e livres de qualquer pressão para comunicarem. Além disso, as crianças devem sentir-se encorajadas a expressarem-se, apenas quando se sentirem confortáveis e prontas para o fazer.

Parte II: Cozinhar com recursos florestais

Esta atividade deve ser realizada como uma continuação da atividade anterior, para garantir a aquisição dos conhecimentos pretendidos. No entanto, pode ser efetuada separadamente.





Nesta sessão, as crianças terão a oportunidade de "cozinhar" com os elementos recolhidos anteriormente, permitindo-lhes compreender a origem dos alimentos e o papel da floresta, atribuindo-lhes um valor adicional para além da recreação e lazer. A escolha da receita deve ser baseada nos costumes do local ou região onde a atividade é realizada, permitindo que as crianças desenvolvam um sentido de identidade cultural. Para saber mais sobre a importância da EAL para o desenvolvimento da identidade individual e cultural, consulte o WP2 que pode ser encontrado [aqui](#).

O nível de dificuldade também deve ser considerado, pelo que o educador de infância deve garantir que a receita escolhida se alinha com as capacidades do grupo, sem comprometer a experiência e os resultados finais. Os resultados podem e devem ser partilhados com as famílias.

Materiais necessários: Estes variam consoante a receita escolhida. No entanto, a atividade deve ser realizada num local bem equipado, com acesso a água e, de preferência, ao ar livre.

(15 minutos) Os educadores de infância devem dar as boas-vindas ao grupo no novo local de atividade e fazer uma breve introdução e explicação do workshop. Caso não tenha sido realizado anteriormente em sala de aula, nesta fase deve ser realizada a co-construção das regras e limites físicos. Desta forma, as crianças têm a oportunidade de se envolverem na atividade proposta, respeitando os limites explicados pelo educador de infância e aceites pelo grupo. É fundamental que as crianças participem na criação das regras, para que as compreendam e, mais provavelmente, as respeitem. Estas regras devem centrar-se apenas em garantir a segurança sem reduzir a autonomia e o envolvimento das crianças.

(45 minutos) As crianças devem ser divididas em pequenos grupos, permitindo que todos participem na atividade. O educador de infância deve explicar os passos da receita a todo o grupo, e depois deslocar-se entre os subgrupos para auxiliar nas tarefas. Se a receita exigir medições, manuseamento de ferramentas afiadas ou a utilização de um fogão ou forno, estas etapas devem ser sempre realizadas sob a supervisão do educador de infância e, em casos de perigo evidente, com assistência direta. Os educadores de infância devem preparar uma infografia para as crianças, de forma a que os alunos sigam a receita. Para o efeito, os educadores de infância podem recorrer a ferramentas digitais, a motores de busca como o Google e à criação de imagens através da inteligência artificial



Os passos que não apresentem riscos devem ser efectuados pelas crianças, promovendo a autonomia, a confiança e a responsabilidade.

(15 minutos) Enquanto a comida está a ser confeccionada, as crianças devem adicionar a receita impressa (preparada pelo previamente pelo educador), no seu livro "A minha floresta". Esta receita deve ser anexada às espécies cujos elementos foram utilizados no processo de cozedura, completando o herbário previamente desenvolvido.



(20 minutos) Nesta fase, é feita uma breve conclusão da atividade e dos conhecimentos adquiridos. É importante que o educador de infância pergunte às crianças sobre a sua experiência física e emocional.

As crianças devem relacionar a sazonalidade dos ingredientes com a tradição associada à receita escolhida, seguida de uma experiência sensorial do prato confeccionado. As notas sobre as preferências e opiniões das crianças sobre a comida, devem ser acrescentadas aos seus livros de receitas.

A comida preparada deve ser partilhada com os pais e as famílias.

Parte III: Explorar a criatividade

A parte seguinte da oficina proposta é facultativa; no entanto, a sua realização permite uma melhor assimilação dos conhecimentos, beneficiando as crianças. Nesta atividade, as crianças são convidadas a visitar o mesmo local onde decorreu a Parte I da oficina e a analisar e compreender as mudanças no ambiente. Uma vez que a floresta sofre alterações ao longo do ano, examinar as diferenças em função da estação do ano ou das condições climáticas proporciona experiências de aprendizagem valiosas.



Se os educadores de infância optarem por realizar esta atividade antes da Parte I e da Parte II do workshop, as crianças terão a oportunidade de explorar o mundo exterior, habituando-se ao mesmo antes das restantes atividades.

As crianças são encorajadas a avaliar que árvores estão a dar frutos e a imaginar possíveis receitas que possam criar com eles. Esta atividade centra-se na brincadeira livre, que provou ser altamente benéfica para as crianças. Aqui, as crianças têm a oportunidade de dar asas à sua criatividade e imaginação, elaborando as suas próprias "receitas" (que não precisam de ser comestíveis, apenas divertidas).



(15 minutos) Os educadores de infância devem dar as boas-vindas ao grupo no novo local de atividade e fazer uma breve introdução e explicação do workshop. Caso não tenha sido feito anteriormente em sala de aula, deve ser realizada uma breve co-construção das regras e limites a cumprir durante a atividade. Isto permite que as crianças explorem livremente o espaço, respeitando os limites físicos estabelecidos pelo educador de infância, e aceites pelo grupo. É crucial que as crianças participem na criação das regras, de modo a compreendê-las e, mais provavelmente, respeitá-las. Estes limites devem centrar-se em garantir a segurança do grupo, sem limitar a autonomia e o envolvimento das crianças com o ambiente exterior.

(20 minutos) Nesta fase da atividade, as crianças fazem um pequeno passeio pelo local escolhido, de preferência o mesmo da Parte I da oficina. As crianças são convidadas a interpretar o meio envolvente e a recolher novos elementos naturais que complementam a caracterização das espécies previamente estudadas. É fundamental salientar a sustentabilidade da atividade, lembrando ao grupo que não deve levar mais do que o estritamente necessário.

(60 minutos) Ao contrário das Partes I e II da oficina, esta atividade centra-se em promover a brincadeira livre na natureza. Caso as crianças queiram, são convidadas a explorar os recursos naturais e a criar as suas próprias "receitas". Durante a atividade,



os educadores de infância devem tirar fotografias de todas as novas receitas, construções ou outros resultados da brincadeira livre explorada pela criança. Estes resultados da brincadeira livre, podem ser adicionados ao livro final, "A minha floresta", que será posteriormente entregue aos pais.

(20 minutos) Se for necessário acrescentar novos elementos ao herbário, estes devem ser corretamente armazenados e secos. Durante esta fase final, é feita uma breve conclusão da atividade e dos conhecimentos adquiridos. É essencial que o educador de infância pergunte às crianças sobre as suas experiências físicas e emocionais. Os resultados da atividade devem ser acrescentados ao livro que está a ser desenvolvido, com fotografias e descrição da brincadeira criada pela criança, assim como dos materiais e recursos utilizados.

7. Inclusão: como personalizar as atividades para todas as crianças, incluindo aquelas com MR, e um grupo etário específico

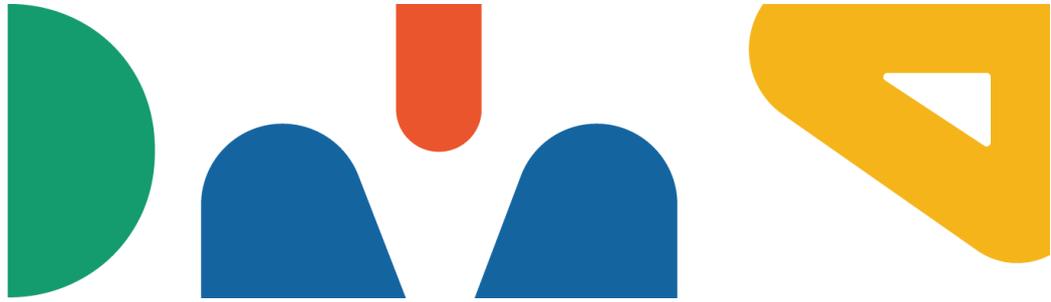
Todas as atividades apresentadas podem ser realizadas por crianças com ou sem limitações motoras. No entanto, dependendo do grupo e das necessidades específicas das crianças, é necessário personalizar e adaptar a atividade (por exemplo, dando maior ênfase à experiência sensorial).

A escolha do local para a atividade, como já foi referido, pode variar em função das necessidades do grupo. Para as crianças com mobilidade reduzida, é essencial garantir um acesso adequado às áreas exteriores.

Relativamente às componentes artísticas e à preparação de alimentos, as tarefas atribuídas podem ser adaptadas com base nas capacidades do grupo. Os educadores de infância também podem incentivar a cooperação e o trabalho em equipa. É crucial garantir que os diferentes materiais estão acessíveis a várias alturas, permitindo a participação de crianças com e sem limitações motoras, incluindo as que utilizam cadeiras de rodas.

Para garantir atividades inclusivas para todos, as crianças de origem migrante podem ser convidadas a partilhar algumas das suas receitas e tradições locais. Os professores do jardim de infância podem mesmo implementar uma nova atividade dedicada à culinária baseada na sua cultura.





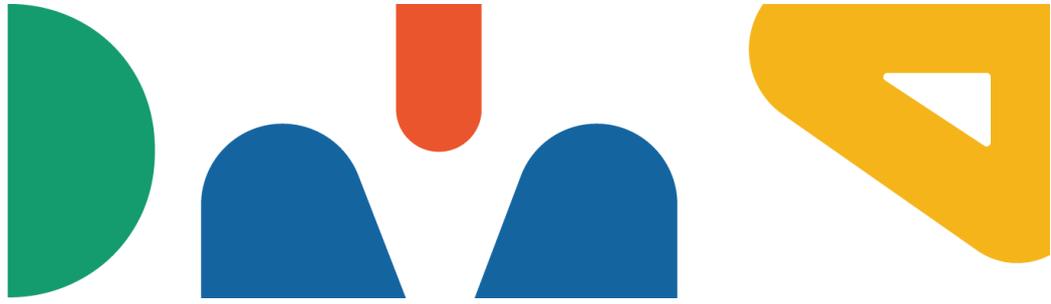
8. Possíveis fatores de risco

Como mencionado anteriormente, o planeamento prévio da atividade é crucial para minimizar os riscos potenciais. Os educadores de infância devem ter sempre um kit de primeiros socorros durante a atividade.

A fim de garantir a segurança de todas as crianças, os educadores de infância devem avaliar os seguintes factores de risco:

- **Condições climáticas:** É importante monitorizar as previsões meteorológicas para o dia da atividade. Desta forma, é possível resolver eventuais adversidades, escolher locais alternativos ou, se necessário, remarcar a atividade.
- **Acessibilidade:** É essencial garantir a acessibilidade de todas as crianças, incluindo as que têm mobilidade reduzida. A atenção deve centrar-se nas capacidades de cada criança. A atividade (percurso + tarefas práticas) deve ser planeada de modo a garantir a plena participação de todos. Os educadores devem estar atentos a quaisquer mudanças no ambiente natural que possam ocorrer, antecipando potenciais obstáculos.
- **Materiais utilizados:** Alguns materiais utilizados durante a atividade podem representar riscos para as crianças. Como tal, é necessário ensinar, supervisionar e ajudar as crianças a utilizar estes materiais de forma responsável. Depois de avaliar os riscos potenciais, os materiais considerados mais perigosos do que benéficos, devem ser demonstrados e manuseados apenas pelo educador de infância.
- **Possível toxicidade dos elementos naturais:** Uma vez que a atividade decorre ao ar livre e envolve a utilização de elementos naturais, é importante verificar a toxicidade dos vários recursos. Os educadores de infância devem realizar uma pesquisa exaustiva antes de implementar o workshop, garantindo atividades seguras nas três partes do workshop. Isto é especialmente importante na Parte III, onde estão envolvidas atividades lúdicas livres. Embora não se espere que as crianças cozinhem e experimentem os recursos naturais, uma vez que se trata apenas de uma cozinha imaginativa, podem interagir com materiais tóxicos ou perigosos enquanto exploram. Os educadores de infância devem comunicar claramente os riscos potenciais destes elementos.
- **Excesso de estimulação:** Algumas crianças podem sentir-se sobrecarregadas pelos vários estímulos presentes durante as atividades. Isto pode ser especialmente notório, em crianças que não estão frequentemente expostas ao





ar livre. Os educadores de infância devem estar atentos ao comportamento e às emoções das crianças, proporcionando-lhes um espaço seguro para se retirarem, se necessário, e ajudá-las a desenvolver estratégias de autorregulação.

9. Questões de reflexão

No final das atividades propostas, bem como entre as três partes da oficina, é importante realizar um círculo de partilha com as crianças. Neste círculo, as crianças serão questionadas sobre a sua experiência durante a atividade ao ar livre, as emoções que sentiram e os conhecimentos que adquiriram. Todos devem ter o direito de se exprimir, respeitando simultaneamente a vez dos outros. No entanto, nenhuma criança deve ser forçada a partilhar se não se sentir confortável, garantindo que se sente segura e respeitada.

As perguntas seguintes podem servir de guia para iniciar o círculo de partilha:

- Do teu ponto de vista, qual foi a tua parte preferida da atividade?
- Que coisas novas aprendeste?
- Divertiste-te a fazer a atividade?
- O que é que criaste de novo?
- A atividade ajudou-te a descobrir algo novo sobre ti próprio? Ajudou-te a sentires-te mais tu próprio?
- A atividade permitiu-te descobrir ou aprender algo novo sobre a tua região? Ajudou-te a sentires-te mais próximo com o teu local de origem?
- Sentes-te mais próximo da natureza?

Estas perguntas incentivam as crianças a refletir sobre a sua experiência, promovendo a consciência emocional, o crescimento pessoal e uma ligação mais profunda tanto com o seu contexto cultural como com o ambiente natural.

10. Conselhos e sugestões sobre como envolver as famílias

Para promover a confiança dos pais na implementação de atividades de educação ao ar livre, os professores do jardim de infância devem envolver as famílias no processo.

Esta participação pode ocorrer durante a preparação, a execução e o acompanhamento das atividades.

- **Na preparação da atividade:** Os pais podem ser consultados sobre os costumes e tradições locais associados aos diferentes elementos naturais. A





compreensão do ambiente familiar e das práticas culturais de cada criança permite um maior envolvimento das crianças no seu próprio património cultural. Isto também ajuda o educador de infância a orientar a atividade de forma a promover o desenvolvimento da identidade cultural. Além disso, o envolvimento das famílias no processo ajuda a construir a sua ligação à atividade, garantindo o seu apoio na sua implementação.

- **Na preparação do local:** A parte II da atividade requer uma cozinha e equipamento de cozinha. A oficina pode e deve ser realizada ao ar livre. Para isso, as famílias podem contribuir com a construção de uma cozinha exterior em madeira ou de uma casa de apoio para as crianças. Se não for viável construir um equipamento funcional ao ar livre, pode ser construída uma cozinha de brincar feita em madeira para a Parte III. Esta última cozinha seria simbólica, utilizada durante as dinâmicas de brincadeira livre das crianças, e não necessariamente funcional.
- **Durante a implementação:** Para garantir o bem-estar de todas as crianças, é essencial que elas estejam devidamente equipadas para as atividades ao ar livre. Os professores do jardim de infância devem comunicar antecipadamente com os pais sobre a atividade a realizar, assegurando a sua cooperação na seleção de vestuário, calçado e preparação adequados para a experiência ao ar livre.
- **Após a atividade:** Para partilhar os resultados das atividades implementadas com os pais, as crianças devem levar para casa o seu livro "A minha floresta". Este livro inclui a descrição da atividade, o herbário, as receitas das Partes II e III e as experiências pessoais de cada criança, combinando todos os resultados da oficina. Após a Parte II, as crianças devem também oferecer aos pais a comida que prepararam com os frutos ou folhas da floresta, o que permitirá reforçar ainda mais a ligação entre as famílias e a atividade



Conclusão

A secção de trabalho nº4 (WP4) do projeto OUTDOOR4MI, representa uma componente chave na missão global de melhorar a educação na primeira infância, promovendo a Educação ao Ar Livre (EAL) e fomentando a inclusão, particularmente para as crianças com mobilidade reduzida (MR). O desenvolvimento e a disseminação do conjunto de Ferramentas de Trabalho OUTDOOR4MI, para profissionais de EAPI marcam um passo significativo para alcançar os objetivos gerais e específicos do projeto. Ao oferecer um recurso estruturado e prático, estas ferramentas capacitam os educadores a incorporar atividades de EAL, que são simultaneamente imersivas e inclusivas, apoiando o desenvolvimento da criança de uma forma holística. Estas atividades não só fomentam a criatividade, a colaboração e a consciência ambiental entre as crianças, como também se alinham com os objetivos mais amplos dos Objectivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) para 2030, a fim de garantir que nenhuma criança seja esquecida.

A implementação bem sucedida do WP4 também sublinha a importância de envolver as famílias e as partes interessadas no processo educativo. Ao envolver os membros da família na organização de workshops de EAL, e ao produzir documentários de vídeo promocionais, o WP4 aumenta a consciencialização sobre o valor da educação ao ar livre e o seu papel no desenvolvimento físico, emocional e cognitivo das crianças. Este envolvimento ajuda a criar um ambiente que apoia as crianças, em que tanto os profissionais da educação, como as famílias das mesmas, reconhecem e contribuem para os aspetos inclusivos e ambientais da educação. Além disso, ao divulgar os resultados do projeto através de eventos multiplicadores nacionais e conteúdos de vídeo, o WP4 assegura que os seus resultados são acessíveis a um público alargado, promovendo a adoção generalizada dos seus métodos e materiais em toda a UE.

Os resultados tangíveis e intangíveis do WP4, incluindo as Ferramentas OUTDOOR4MI e a consciencialização obtida através dos workshops e atividades de divulgação, terão um impacto duradouro nos educadores de jardins de infância, nas crianças e nas suas famílias. A acessibilidade linguística das ferramentas, uma vez que se encontra em vários idiomas, incluindo inglês, italiano, espanhol, grego, português, romeno e húngaro, garante que pode ser efetivamente utilizada em diversos contextos educativos. Ao integrar estratégias de EAL nas práticas diárias de ensino, os profissionais de educação infantil podem proporcionar às crianças experiências





enriquecedoras que promovem a aprendizagem através do envolvimento direto com a natureza. Para além disso, o foco na inclusão assegura que as crianças com MR têm as mesmas oportunidades de crescimento e desenvolvimento que os seus colegas, reduzindo as desigualdades e promovendo um ambiente educativo mais inclusivo.

Em conclusão, o WP4 não só contribui para a realização bem-sucedida dos objetivos do projeto OUTDOOR4MI, mas também desempenha um papel crucial no avanço dos objetivos mais amplos da educação infantil inclusiva e de alta qualidade no âmbito da abordagem do Erasmus +. Este trabalho lançou as bases para uma abordagem mais inclusiva e ambientalmente consciente da educação, fornecendo aos docentes da EAPI, as ferramentas de que necessitam para educar as gerações futuras de uma forma que promova tanto o desenvolvimento pessoal como a responsabilidade social. À medida que o projeto avança para as suas fases finais, a divulgação contínua dos resultados do WP4 através de workshops, eventos e plataformas digitais, assegurará o seu impacto e relevância a longo prazo, criando uma mudança duradoura na educação da primeira infância em toda a Europa.

