



# BRINCAR COM E NA NATUREZA

Guia para começar e  
aprofundar a relação  
entre criança e natureza

# BRINCAR COM E NA NATUREZA

Guia para começar e aprofundar  
a relação entre criança e natureza

Coordenação e editoração por  
Ana Carol Thomé

criado a partir de textos de  
Rita Mendonça e Ana Carol Thomé

Organização  
Ana Carol Thomé, Beatriz Olival e Maura Albergaria

Revisão  
Miriam Pires Keesse

Imagens:  
Acervo Ser Criança é Natural  
Ana Carol Thomé | Érico Marques | Fabi Lopes | Renata Sort  
imagem da brincadeira Vamos pular? por Maura Albergaria

Este e-book é uma produção Ser Criança é Natural.

Trechos desta publicação podem ser reproduzidos - por qualquer forma ou meio, mecânico ou eletrônico, fotocópia, gravação, etc. - **sempre** fazendo referência à esta publicação e Ser Criança é Natural.

Distribuição gratuita realizada através dos canais do Ser Criança é Natural.  
Venda Proibida.

Brasil | 2022  
ISBN: 978-65-996899-1-8.  
®Ser Criança é Natural é marca registrada de Ana Carol Thomé

# ÍNDICE



Ser criança é Natural	3
1. Para começar	4
2. Para conectar	11
3. Para aprofundar	16



# SER CRIANÇA É NATURAL

Nós seres humanos, não fazemos parte da natureza. Nós somos natureza. Nascermos natureza e para que essa relação se mantenha íntima ao longo da vida é preciso crescer junto, nesse movimento constante, direto e sensível.

O programa Ser Criança é Natural nasceu em 2013, idealizado por mim, Ana Carol Thomé, para que a relação entre criança e natureza aconteça. Desde então temos criado diversas ações para envolver famílias e profissionais da educação em formações e ações para que mais crianças conectem-se com a natureza nos mais diferentes contextos. Nosso trabalho tem se espalhado por todo o Brasil e América do Sul.

Esse guia é mais uma das nossas ações e tem como propósito apoiar adultos para que a relação entre criança e natureza aconteça! Pode apostar, essa publicação é pra você!

Você nunca viveu essa experiência? O primeiro capítulo "Para começar" é pra você! Lá você encontra informações sobre os benefícios da relação entre criança e natureza e dicas para as primeiras saídas e brincadeiras.

Você brinca com a natureza mas acredita que pode ampliar essa conexão? O segundo capítulo "Para conectar" contempla nossas reflexões tempos, espaços e frequência e claro, conta com dicas para essa conexão acontecer!

Você já é experiente em brincar com a natureza? Confere o terceiro capítulo "Para aprofundar". Nossa conversa será sobre aventuras, brincadeiras de risco e confiança.

A publicação foi criada a partir de textos escritos por mim e Rita Mendonça para o Blog Ser Criança é Natural no site Conexão Planeta e organizado por Beatriz Olival e Maura Albergaria. Equipe esta à quem dedico minha gratidão!

Esperamos que este material seja companheiro nas suas reflexões e que as crianças por aí brinquem muito com a natureza! Afinal, Ser Criança é Natural!

Um grande abraço,

Ana Carol Thomé





# 1. PARA COMEÇAR

Nós vivemos em um planeta vivo e a natureza está em toda parte: nas plantas, nos animais, nas florestas e em nós. Sim, em nós! Assim como tudo e todos que habitam esse planeta, nós também somos natureza.

Infelizmente, a sociedade atual cria barreiras e nos afasta do nosso sentimento de ser natureza. A maneira como vivemos coloca a natureza como algo separado e distante da gente. Cada vez estamos em espaços mais cimentados, mais tempo em frente a telas, cercados de objetos feitos a partir de materiais sintéticos.

Esse afastamento da natureza impacta diretamente na nossa saúde. É fundamental brincar na e com a natureza para garantir um desenvolvimento integral das crianças. Participar de atividades que incentivem adultos e crianças a perceberem que a natureza está em toda parte, inclusive nas calçadas, nas nossas casas e em nós mesmos, em nosso próprio corpo, amplia o nosso sentimento de pertencimento.

É notável que a infância vivida hoje tem uma grande quantidade de horas destinada a atividades dirigidas. Sempre tem alguém dizendo o que a criança deve fazer, planejando, organizando, orientando.



Os bebês, por exemplo, espontaneamente experimentam o mundo sem esperar que ninguém diga o que eles têm que fazer. Eles se aproximam, observam, tocam, testam possibilidades, observam o entorno. Para os bebês, todas as possibilidades existem no presente, no tempo e espaço em que ele está.

Já as crianças maiores, quando têm garantidos seu tempo e o brincar livre de interrupções, apresentam suas pesquisas sobre o mundo muito próximas das pesquisas dos bebês: são ricas em observações e em aprendizado espontâneo, com o adicional do mundo simbólico que passam a explorar e integrar.

Além de encontrar funções e possibilidades novas em cada elemento descoberto, as crianças os relacionam com algo para entrar no “faz de conta”. Uma folha sobre um pedaço de tronco com um punhado de lama em cima é um delicioso jantar. Um graveto se transforma numa varinha mágica, numa chave para abrir uma porta secreta ou numa vara de pescar. São brincadeiras que ficam a meio caminho entre a imitação da realidade observada e a imaginação, numa integração profunda entre o mundo natural e o humano que, como acreditamos, são a mesma coisa e não devem ser dissociados.



As crianças precisam explorar, experimentar e sentir o mundo desde o nascimento. Nós, humanos, somos seres que aprendemos sem parar, já nascemos sabendo aprender, é característica da nossa espécie. Não precisamos dirigir ou interferir nas atividades das crianças o tempo todo, pois, assim, bloqueamos seu movimento natural de buscar o que aprender e suas próprias escolhas. Podemos estar próximos, brincar perto ou simplesmente observarmos atentos seus processos de criação.

Sem essa base de experimentação na infância, corre-se o risco de crescerem incapazes de observar o mundo com os próprios olhos e de interpretá-lo de acordo com seu próprio interior. Deixar brotar o que vive em cada criança é abrir espaço para sua própria natureza.

O adulto muitas vezes não percebe que, enquanto a criança está envolvida em seu brincar livre, ela utiliza todos os seus sentidos. Quando isso acontece, percebemos um estado de presença completo. Se você é adulto e está acompanhando uma criança que brinca ao ar livre, sugerimos que a observe

enquanto a brincadeira acontece.

**DESCONECTE-SE DO CELULAR E  
CONECTE-SE COM AS EXPERIÊNCIAS  
DA CRIANÇA NO MUNDO!**

### Antes da brincadeira começar...

É preciso saber que um bom começo de brincadeira depende muito mais da sua **disposição** e **intenção** em ter experiências diretas com outros seres do que da disponibilidade de materiais ou variedade de plantas, animais, fungos, água, terra ao seu redor.

Não é porque estamos na cidade, em espaços cimentados e asfaltados, que o planeta deixa de ser vivo. A dinâmica viva da Terra sempre segue seu curso. Podemos entrar em contato com a natureza de muitas maneiras diferentes. É do lado de fora, ao ar livre e com a natureza, que é possível perceber a dinâmica viva que acontece a todo instante.



Quanto mais rico em biodiversidade for o espaço em que você estiver, mais possibilidades você terá para conhecer o mundo! Conhecer a natureza ao seu redor – verdadeiramente – só é possível vivendo, experimentando, brincando nela e com ela.

As crianças têm muito a nos ensinar quando o assunto é brincar na natureza. O convite para nós adultos é observá-las, escutá-las e segui-las e a mágica acontece.



## DICAS PARA COMEÇAR!



### VAI!

Leva uma garrafinha de água, veste uma roupa confortável, corpo presente e atento. O primeiro passo é sair. Você pode ir a uma praça, um parque ou mesmo caminhar pelas ruas do bairro. Há muito o que se descobrir na natureza ao seu redor.

### OBSERVA!

As crianças nos dizem muito com seus sinais de convites e investigação: um dedinho que aponta para o passarinho, quando agacha para observar as formigas ou equilibra seu corpo nas raízes das árvores.





## ESCUUTA!

Tudo é experimentação, curiosidade. Escuta as perguntas, se interesse pelo que ela diz, criem juntas as possibilidades! Os adultos não precisam saber as respostas para tudo que é perguntado, mas sim se interessar pelo que é dito, até mesmo criar novas perguntas e alternativas. Cada dúvida e questionamento, cada levantamento de hipótese e investigação que surge é uma oportunidade para que adultos e crianças criem vínculos.

## ENCANTE-SE!

Nós adultos, nutrimos e mantemos viva a curiosidade nesses pequenos pesquisadores inatos. Abra espaço para pesquisas e descobertas das crianças. Encante-se com as explorações e juntos compartilhem esses momentos preciosos.



Para que essa relação com a natureza e com o seu território comece a acontecer, vamos contar quatro possibilidades de brincadeiras para iniciarem esse desbravar!

Se todas as brincadeiras são oportunidades de conexão, esse é um ótimo momento para criarem memória e vínculo! Envolve-se, e mergulhem juntas nas descobertas.

# BRINCADEIRAS PARA COMEÇAR

## NATUREZA EM CASA?



Essa brincadeira é um convite para reconhecer a natureza que existe dentro da sua casa! Em família, caminhem pelo espaço e façam uma lista de tudo que é natureza que vocês percebem dentro de casa. Anotem tudo que vocês encontrarem, procure aquele ser vivo que nem sabiam que morava com vocês ou que estava tão perto! Uma plantinha nascendo na fresta da parede? Uma formiga? O que estava sempre aí que vocês nunca repararam? Já abriram a geladeira? O que será que tem nela que pode ser considerado natureza viva?

## O VOCÊS VEEM PELA JANELA?



Abram as janelas e percebam qual é o mundo que vocês vêem a partir dela. Os adultos podem convidar as crianças a fazer uma lista de tudo que é natureza que é possível observar da sua janela. Anotem tudo que encontrar. O que estava sempre aí que vocês nunca repararam? Será que há algum visitante diário que não conheciam? E a noite, o que muda na janela? E a Lua? Onde ela nasce a cada estação do ano? O céu de hoje como está? Conseguem perceber o vento? E que tal um desenho de observação? Já experimentaram desenhar a vista pela janela?

Depois de um primeiro reconhecimento, que tal transformar isso em um ritual diário? Olhar a janela por alguns minutos em família. Cada pessoa olhando para o mesmo lugar, repara coisas diferentes. Tem algo que um integrante da família percebeu e outro não havia reparado?

## PLANTE!



Escolham alguma fruta, legume que vocês encontram aí na sua casa, separem as sementes e plantem! Isso mesmo, experimentem, investiguem!

Essa brincadeira pode gerar descobertas para toda a família. Percebam na alimentação onde vocês podem encontrar sementes e as coloque no vaso com terra. Vocês também podem experimentar colocar ramos ou tubérculos na água e observar se enraízam para, depois, passar para a terra. Por aqui adoramos plantar batata-doce! Essa brincadeira dura dias e precisa de calma, presença e atenção. Tomem um tempo para olharem juntos a cada dia o que vem acontecendo. Ter um cantinho na casa onde observamos a vida acontecer é algo transformador!

## VAMOS DAR UMA VOLTA?



Que tal começar com um passeio pelo quarteirão juntos, em família? Ou quem sabe uma praça por perto? Quem guia esta caminhada é a criança. O desafio para os adultos é não ter pressa e acompanhar as percepções e interesses das crianças.

De repente um baldinho pode ser um bom lugar para guardar algum tesouro encontrado pelo caminho. Uma pedra, uma folha ou uma flor. Observe o que chama a atenção da criança e a cada sinal de interesse se coloque à disposição de olhar, mexer, agachar ou escutar junto. Não temos dúvida de que momentos especiais surgirão desta caminhada.



## 2. PARA CONECTAR

Agora que o primeiro passo para brincar com a natureza foi dado e já começamos a nossa exploração da natureza do entorno, da natureza em casa e da natureza que somos, vamos contar um pouco mais sobre a importância desse brincar!

Brincar com e na natureza é um caminho sem volta! Quando encontramos tempo para estar ao ar livre e em áreas naturais o ambiente é extremamente rico e as possibilidades são infinitas. Logo, a repetição de oportunidades e brincadeiras é necessária para que uma relação afetiva com o espaço e o mundo natural seja construída. É importante que a brincadeira ao ar livre e com a natureza aconteça com frequência, estreitando os vínculos das crianças com o mundo, nutrindo o interesse pela vida e aprofundando o sentimento de pertencimento.



Aos adultos cabe criar oportunidades frequentes para que as crianças brinquem com a natureza e estejam atentos e disponíveis para que o brincar ao ar livre aconteça recorrentemente. E que observem o brincar com respeito e atenção.

O brincar é a maneira com que as crianças (e nós adultos, por que não?) descobrem o mundo. É uma forma livre e genuína de pesquisa, interação, investigação e diversão.

A natureza é a essência, é a origem do mundo. É a vida. É o que temos de mais genuíno e espontâneo. Um dos motivos primordiais para brincar com a natureza com frequência deve acontecer é a essência: nossa e do mundo.

Se somos natureza e o mundo, primordialmente, é natureza, nossos corpos e nossos pensamentos são natureza, é brincando com ela que descobrimos o mundo e também nos descobrimos.

O que é brincar livre e com a natureza, permitindo relacionar-se com toda a diversidade e potência que nela habita?

### - Um ato de reciprocidade.

Enquanto brincamos com a natureza, ela brinca com a gente. Ao observar e interagir com um ou mais seres, nós os afetamos, e eles a nós, de forma que ninguém se mantém igual ao momento em que iniciou o contato. O brincar é criativo e gera vínculos afetivos, deixando marcas importantes na vida das crianças.

### - Conexão com nossa ancestralidade.

É ter pé no chão e sentir o solo. Quantas outras pessoas pisaram neste mesmo chão? Quantas histórias foram vividas aqui? O que havia aqui antes de ser o que é?

### - Conexão com a vida.

Perceber o mundo como ele é, suas sutilezas, características, transformações, ações e reações. É interagir com o mundo e perceber seu movimento. É perceber a vida que pulsa em tudo ao nosso redor, a vida que nos forma como somos hoje. É sentir que só somos como somos devido a um fluxo imenso de interações que nos antecederam e que prepararam as condições de que hoje precisamos para estar no mundo.

### - Expansão do nosso repertório sensorial.

Imersos em um ambiente rico em biodiversidade nossos sentidos percebem diferentes formas, texturas, temperaturas, sons e cheiros. Nosso corpo reconhece o mundo e se reconhece.

### - Convite para o presente.

Quando brincamos com a natureza, a brincadeira só acontece aqui e agora. Esse tempo e espaço presente não acontecerão mais desta forma. Repetir a brincadeira no dia seguinte já é uma nova experiência. É também uma forma de perceber os ciclos, a temperatura, o vento, o céu, o sol, a chuva. É perceber os sinais que estão no presente, marcam o passado e/ou anunciam o futuro.

### - Reconhecimento do território.

A frequência das brincadeiras na natureza nos convida a conhecer o entorno profundamente, começamos então a nos relacionar com este espaço de forma diferente. Percebemos um passarinho que visita uma certa árvore todos os dias de manhã. Aquela árvore que você não sabia o que era de repente floresce e então dá frutos gostosos. Essa relação e vínculo nos coloca cada vez mais no lugar de cuidadores, o afeto nos torna também responsáveis por proteger aquilo que nos possibilita momentos de conexão, diversão e descanso. As crianças criam estes laços de forma muito rápida e se tornam os guardiões da natureza e do nosso planeta.

# DICAS PARA CONECTAR!



## TUDO DIA

É importante que o brincar com a natureza seja frequente na rotina das crianças. E como muitas vezes o tempo é nosso maior impedimento a nossa sugestão: vocês podem começar com 15 minutos de brincadeira por dia. Parem numa praça no caminho para casa. Caminhem pelas ruas do bairro. E para os dias em que estiver com um tempo maior disponível, brinque sem pressa!



## MESMO LUGAR

Brincar muitas vezes no mesmo lugar estreita os vínculos com o espaço e cria intimidade. Essa relação próxima e sensível faz com que as crianças percebam mínimos detalhes no movimento da vida que ali pulsa. Também permite que elas identifiquem muitas possibilidades de brincadeiras, desenvolvam sua criatividade e imaginação.



## ESCOLHA NATUREZA

Está em dúvida de onde passear com a família no final de semana? Escolha natureza! Descubra os parques e praças da sua cidade. Faça piquenique. Brinque.



## KIT NATUREZA A QUALQUER HORA

Uma canga ou tecido, uma garrafa com água, uma lupa e uma pá são alguns itens que você pode ter sempre com você e sempre que surgir uma brechinha na rotina do dia, faça uma parada para brincar com a natureza.

# BRINCADEIRAS PARA CONECTAR

## VAMOS BRINCAR COM O VENTO?



Ar em movimento, gera outros movimentos e muitas brincadeiras. Para brincar com o vento podemos começar percebendo o que é que ele move. As cortinas, as copas das árvores, a areia. O que ele move por aí? Nós podemos criar objetos para brincar com o vento: vocês podem criar uma cortina de fitas coloridas na janela e aprender com elas quando o vento está forte ou fraco. As crianças podem ser protagonistas na escolha das fitas e para amarrá-las no varão os adultos podem auxiliar, sempre aguardando o convite da criança para este apoio e envolvendo a criança na ação. As crianças podem experimentar várias janelas e diferentes locais da casa. Algum lugar venta mais? Algum lugar venta menos? Em algum lugar não venta?

Esse conjunto de fitas coloridas podem ser colocadas nos braços das crianças quando estiverem em uma área natural. As crianças podem ter a sensação de asas, sentir o vento vibrando junto a seu corpo e muitas boas brincadeiras podem nascer.

## VAMOS BRINCAR DE COMIDINHA?

Nos ambientes naturais, as crianças têm à disposição um repertório infinito de ingredientes. Diferentes tipos de folhas, sementes, gravetos, terra, pedrinhas. Nada de loja de brinquedos! Nesta brincadeira o convite para o adulto é: Dê uma olhada em sua cozinha e na sua mochila leve algumas panelinhas, potinhos, colheres de pau, conchas que não usa mais. Com as crianças, construam juntas os itens necessários. Coloquem esses materiais na mochila pois a brincadeira pode acontecer em qualquer canto e não necessariamente no "espaço para crianças". Principalmente porque partimos do pressuposto de que o parque e a praça toda é para as crianças. O menu de uma boa brincadeira de comidinha costuma ser bastante variado: ensopados, bolos, massas e o que mais a imaginação criar. É só encontrarem um cantinho e começar! Uma boa dica para esta brincadeira é levar um pouquinho de água para aquela massa de bolo de lama bem molhadinha ou um chá de ervas cheirosas. E os adultos, podem lembrar os bons momentos que viveram brincando de comidinha na infância!



## VAMOS BRINCAR COM PEDRAS!



As pedras são elementos da natureza muito especiais e que nos convidam a brincar de diversas formas. Seu peso, diferentes formatos, cores e texturas estimulam nossos sentidos e atenção. Já sentiu a satisfação de encontrar uma pedra perfeitamente redondinha? Uma brincadeira muito gostosa de se fazer com crianças pequenas é coletar algumas pedras do entorno, bacia com água, bucha vegetal e escovinhas de unha, e pronto, uma tarde de brincadeira de limpar pedrinhas, deixá-las brilhantes, descobrir cores, linhas e texturas que estavam cobertas de terra. Ao caminharem juntos pelo parque em busca de pedras de cores diferentes pode ser incrível. Empilhar e equilibrar pedras de tamanhos diferentes, jogar pedrinhas em um rio, cinco marias, enfim, as possibilidades são muitas.

## CRIAÇÕES COM GRAVETOS

Um item que sempre temos na mochila e garante boas brincadeiras é um rolo de barbante. Em áreas naturais coletamos gravetos de diferentes formatos. Com barbante, unimos um graveto no outro dando forma e criando brinquedos. As crianças pequenas adoram enrolar o barbante no graveto. Os adultos podem apoiar com nós e amarras sempre que as crianças precisarem de apoio. Ao invés de oferecer, aguarde a criança solicitar.

Gravetos unidos podem virar pessoas, animais, seres mágicos, utensílios, ferramentas. Um dos nossos preferidos é fazer pessoas-graveto. Para isso precisamos de um graveto que seja uma forquilha - em formato Y - e outro sem ramificações. Basta posicionar de forma que a forquilha assuma a posição de tronco e pernas e o outro graveto como braços. Amarre com o barbante. Usem a criatividade e criem juntas roupas de folhas, acessórios para cada pessoa. Podem surgir barcos, fadas, arco e flecha, uma infinidade de possibilidades de criações! Pensem juntas o que o formato do graveto se parece e divirtam-se!

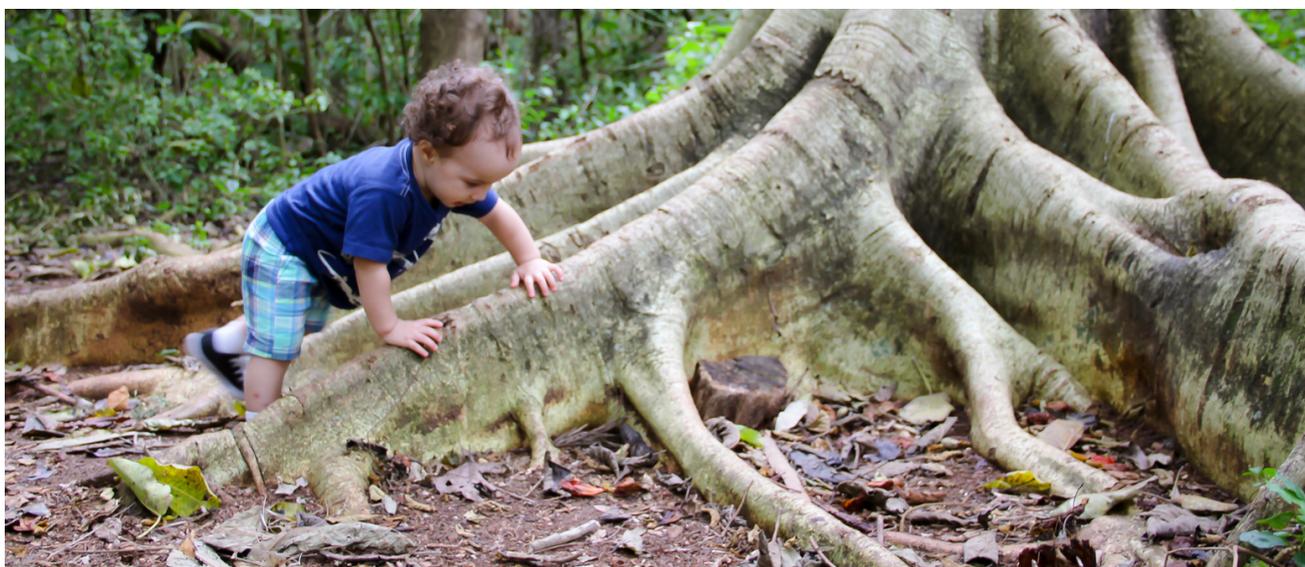




## 3. PARA APROFUNDAR

O brincar ao ar livre traz inúmeras possibilidades e aventuras. Quando nós estamos atentos aos interesses da criança, lhe damos ferramentas, tempo e encorajamento para que aconteça, a aventura pode ser maior ainda, a profundidade da brincadeira também. As crianças são as grandes protagonistas de seus processos de desenvolvimento e sabem como e quando se desafiar. Observe e confie nos interesses que surgem! E como são importantes os desafios para que a gente aprenda!

Chamamos de desafios, por exemplo, as experiências que as crianças tinham quando voltavam da escola e ocupavam os quintais, as ruas e os espaços abertos, num convívio livre e auto regulado entre irmãos e vizinhos, permeado por brincadeiras espontâneas e desafios que eram modulados segundo as habilidades, desejos e impulsos de cada um. Subir em árvores, descer barrancos correndo, pular de lugares altos, usar uma faca, nadar em água corrente, alimentar uma fogueira ou lutar usando o corpo são brincadeiras que envolvem risco e que sempre fizeram parte do repertório da infância. Acontece que esse tempo e espaço estão cada vez mais contidos, especialmente para as crianças que vivem em centros urbanos. Faltam chances de se arriscar, de se machucar brincando, de aprender e se fortalecer com isso, avaliar o que deu certo e o que não deu e seguir adiante.



Quando observamos as crianças brincando, rapidamente percebemos que seus interesses muitas vezes as levam a um brincar que envolve risco, físico e também emocional, nas brincadeiras em que tem a possibilidade de se sentirem vulneráveis. Conversar e expressar como você e a criança se sentem a respeito destas sensações que surgem, também é um aprendizado muito valioso e uma oportunidade de vincular-se.

Nosso corpo é inteligente e não é comum que a criança se coloque em situações de risco perigoso quando em um ambiente seguro e supervisionada. O corpo é capaz de se arriscar em etapas, aos poucos e cada pulo um pouco mais alto é uma grande vitória. Esta confiança no corpo também é um passo importante para que o adulto se desafie a dar mais possibilidades de a criança se arriscar.

As crianças sobem em árvores e outras estruturas a alturas assustadoras, de onde ganham uma visão panorâmica do mundo e a sensação emocionante de que "consegui!". Elas se balançam em cordas ou balanços de playground, deslizam em barrancos e escorregadores. Andam de bicicleta, skate e patinetes com rapidez suficiente para produzir a emoção de quase perder o controle, mas não totalmente.

O medo é fundamental para que a criança desenvolva o senso de controle, de autoconfiança e de responsabilidade sobre si mesma. A cada desafio vem o medo e o exercício de superação do medo, para avançar.



O fogo tem um poder de encantamento, brincar com ele traz uma sensação de responsabilidade e respeito por este elemento tão presente na constituição do ser humano. Crianças em todos os lugares perseguem umas às outras no pega-pega e simulam as batalhas mais espetaculares, brincam de esconde-esconde e experimentam a emoção da separação temporária e assustadora de seus companheiros, o susto em ser encontrado.

Em muitas ocasiões preferimos as estratégias de controle e de evitar o risco, então, o convite aqui é sempre refletir se há um risco real para a criança, avaliando junto com ela os limites, construir os combinados, aproximar e, assim, vincular-se cada vez mais. Observar, conversar e confiar na criança nos conecta com seu mundo e aprofunda nossa relação!

Quando nos desafiamos a olhar o risco por outra perspectiva, nos encantamos por diferentes formas de brincar e nos surpreendemos com a capacidade das crianças de aprender e superar desafios que elas mesmas se propõem. Aos poucos os medos e a necessidade de controle vão indo embora. O importante é estarmos presentes, inteiros e interessados no que este corpo tem para nos mostrar, com e

na natureza que somos e habitamos.

Com espaço e tempo permitimos o movimento natural da criança de buscar o que aprender e construir e consolidar esse aprendizado por meio da brincadeira, da imaginação, da integração incessante do mundo que acaba de descobrir àquele que já era conhecido. Em constante transformação. Tal como a planta, a floresta, toda a natureza. Porque essa é a nossa natureza.



## DICAS PARA CONECTAR!



### CONFIE

Enquanto as crianças brincam e vivem desafios é fundamental confiar na criança. Esse sentimento no adulto é capaz de transmitir à criança uma sensação de competência. Ela consegue fazer de forma segura e responsável.



### OBSERVE

Quando acompanha as crianças em suas brincadeiras observe-as atentamente. Nesta observação você pode identificar os desafios que a criança está vivenciando, e quais recursos ela está mobilizando naquele momento: suas estratégias, sua organização corporal, suas habilidades emocionais. Observar é importante para conhecer as crianças e as novas brincadeiras que ela experimentam



## COMPARTILHE

Quando você identifica uma situação de risco para a criança, você pode compartilhar com ela. Numa simples conversa, sinalize o que observou e que medidas de segurança ela pode ter. Compartilhar com a criança permite que ela crie suas estratégias de gerenciamento de segurança. O adulto pode ficar por perto com sua presença transmitindo confiança. Por exemplo: "Neste parque as árvores tem muitas raízes altas, tenha atenção ao correr."



## AUTONOMIA

As crianças aprendem a gerenciar as situações que vivem vivendo. Por isso, é importante que elas realizem suas ações por elas mesmas. O adulto nunca deve colocá-la numa situação que ela não consegue fazer por si só. É no exercício de conquistar a realização desta ação que as crianças aprendem a gerenciar suas habilidades motoras com harmonia, traçar estratégias para superar os desafios com responsabilidade e gerenciar suas habilidades emocionais. Por exemplo: uma criança ao tentar subir um morrinho pela primeira vez. Esteja próximo, compartilhe seu sentimento de confiança. Observe os movimentos que ela faz enquanto pesquisa a melhor maneira de ajustar seu corpo naquela ação. Mas essa ação é algo que só ela pode fazer por ela mesma.

# BRINCADEIRAS PARA APROFUNDAR

## VAMOS PULAR?



Vamos encontrar lugares de onde podemos pular? Raízes e galhos de árvores, bancos de praça e por aí vai. Para incrementar essa brincadeira, os adultos podem sugerir imitar animais com estes pulos. Um jacaré de boca bem grande. Uma borboleta com as asas bem abertas, um cavalo galopando ou uma baleia dando um mergulho. Uma brincadeira muito simples que todos brincam juntos, além de uma oportunidade de encorajar novos desafios corporais.

## VAMOS CAÇAR CORES?

Para esta brincadeira vamos precisar de nossos olhos minuciosos de gavião. Pegue uma caixa de giz de cera ou lápis de cor. Você pode estender um pano (preferencialmente sem estampas) no chão do parque, praça, quintal ou qualquer ambiente que escolher. É legal que para esta atividade vocês estejam em uma área natural biodiversa, com a presença de plantas, folhas, pedras, árvores e até um pouquinho de terra. O convite para toda a família é ir em busca de elementos da natureza que tenham as cores parecidas com as cores dos gizes de cera ou lápis que vocês levaram. Depois de fazer a coleta, que tal reunir o grupo e organizar no pano um arco-íris de coisas que vocês encontraram nesta brincadeira?



## VAMOS BRINCAR COM FOGO?



O fogo é um elemento da natureza que traz consigo muitos significados e história. Ele teve e tem um papel central para a humanidade, sendo algo muito peculiar de nossa espécie, nos remete a memórias ancestrais além de invocar um senso de muita responsabilidade e foco para todos os que entram em contato com ele. Acender uma fogueira é algo que precisa de conhecimento e experiência, e sempre um adulto por perto. Um ótimo jeito de começar essa experimentação com as crianças são as velas. Esta é uma brincadeira em que as crianças se envolvem muito e passam longos tempos em silêncio e reverência com esse elemento tão especial. Para ela vocês vão precisar de velas em palito coloridas e potes preferencialmente de metal (podem ser forminhas de empada ou bacias, por exemplo), com água. Quando a vela estiver acesa ela irá começar a derreter, se colocada na posição horizontal começa a pingar. Ao pingar na água ela resfria e cria um pequena bolinha colorida. A ideia é como um castelo de areia de pinguinhos. Um pinguinho vai grudando no outro e ao final, uma obra de arte surge.

## DIÁRIO DE AVENTURAS

Nada melhor que viver muitas aventuras e ter muitas histórias para guardar na nossa memória. Que tal criarem juntos um Diário de Aventuras? Escolham um pequeno caderno, que seja agradável de manuseá-lo e fácil de ter sempre com vocês. Registrem nele os locais que vocês conheceram, com quem estavam, suas aventuras, suas experiências, suas descobertas. Os registros podem ser feitos através de muitas linguagens: escrita, desenho, pintura, colagem, coleta de elementos naturais. As crianças não precisam escrever usando letras, formando palavras para participar - toda forma de escrita vale para cultivar boas lembranças! Quando sentirem necessidade de palavras, o adulto pode atuar como escriba, a criança fala e o adulto escreve.

Usem a criatividade, registrem e guardem suas memórias! Essa é uma excelente oportunidade de também registrarem os sentimentos despertados na aventura: Foi cansativo? Ficaram surpresos com alguma descoberta? Ficaram com medo de algum animal encontrado? Perceberem os estímulos sensoriais: se estava calor ou frio, se a folha encontrada era áspera ou lisa, como é a sensação do pé na grama e na areia, na calçada.



# CONHEÇA O SER CRIANÇA É NATURAL

Quer conferir outras ações do Ser Criança é Natural e ampliar cada vez mais a relação entre criança e natureza? Confira nossos canais.

## YOUTUBE



Convites para brincar, lives com importantes discussões sobre a relação entre criança e natureza, vídeos com dicas para ter mais natureza por perto.

[www.youtube.com/sercriancaenatural](http://www.youtube.com/sercriancaenatural)



## SPOTIFY

Uma playlist repleta de músicas inspiradas na natureza. Para ouvir em casa, no carro, na escola. Solta o som e divirta-se!

<http://bit.ly/SCNplaylist>



## INSTAGRAM

É onde compartilhamos dicas, reflexões, convites para brincar, os bastidores das nossas ações e onde você pode conferir a nossa agenda!

@[sercriancaenatural](https://www.instagram.com/sercriancaenatural)



## WHATSAPP

Não quer perder nenhuma novidade? Manda um oi! no nosso Whatsapp e receba as mensagens pela nossa lista de transmissão.

11-981044258



## SITE

Para saber mais sobre o programa, conhecer as ações, acessar nossa loja e fazer download de recursos.

[www.sercriacaenatural.com](http://www.sercriacaenatural.com)



 SER CRIANÇA  
É NATURAL