



Dia das Crianças

Jogos, Histórias e Natureza



impulsiona

educação esportiva

SUMÁRIO

Introdução	03
Por que comemorar o Dia das Crianças?	05
O que é o déficit de natureza?	06
Para quem trabalha com a Educação Infantil	07
• Atividade 1 – Ginástica Historiada: Os Guardiões da Floresta • Atividade 2 – Tesouros da Floresta • Atividade 3 – Pique-Esconde da Amazônia	
Para quem trabalha com o Ensino Fundamental	18
• Atividade 1 – Circuito de Aventura em Natureza • Atividade 2 – Reconstruindo o Mundo	
Encerramento	33
Referências	34
Indicação de leitura	34

Dia das Crianças
Jogos, Histórias e Natureza

INTRODUÇÃO

O Dia das Crianças, comemorado no Brasil em 12 de Outubro, tem dois sentidos fundamentais: celebrar a infância e reafirmar os direitos das crianças. Entre esses direitos está o direito ao brincar, garantido pela Convenção da ONU sobre os Direitos da Criança (Art. 31) e pela BNCC (Base Nacional Comum Curricular), que reconhece o brincar como forma essencial de aprendizagem e como parte do desenvolvimento integral ao longo da escolaridade. Isso significa que brincar não é apenas lazer: é aprender, conviver e se desenvolver plenamente.

Para que esse direito se realize de forma plena, é preciso olhar para um desafio atual: muitas crianças estão crescendo cada vez mais afastadas da natureza e restritas a espaços fechados. É nesse contexto que surge o conceito de **“desemparedamento da infância”**, termo atribuído à professora **Léa Tiriba**. De acordo com o programa Criança e Natureza, do Instituto Alana, Tiriba cunhou essa expressão ao identificar, com outros pesquisadores, que a diminuição das áreas verdes e a perda de liberdade urbana estavam confinando (ou “emparedando”) as crianças.





“Desemparedar” a infância significa, portanto, **garantir oportunidades regulares de brincar em ambientes abertos e naturais**, condição fundamental para o desenvolvimento integral. O contato com espaços externos amplia os estímulos motores, cognitivos, sociais e emocionais, promovendo maior diversidade de experiências e aprendizagens. Pesquisas apontam que atividades ao ar livre favorecem a saúde física, a autorregulação emocional, a criatividade e o engajamento social, além de reduzir riscos associados ao sedentarismo e à hiperexposição a telas.

Há muitas maneiras de organizar a celebração deste dia no ambiente escolar, mas ela ganha um significado especial quando é associada a projetos que envolvam questões sociais relevantes no cenário atual. Brincar ao ar livre amplia as possibilidades de movimento, imaginação e convivência, despertando valores como respeito e cuidado com o ambiente.

Para os professores de Educação Física, essa é uma ótima oportunidade de transformar o Dia das Crianças em experiências significativas, garantindo o direito de brincar e promovendo a reconexão entre infância e natureza. **Está na hora de abrir as portas, sair das paredes da sala de aula e explorar todo o potencial que o ambiente natural pode oferecer enquanto se celebra a infância!**

POR QUE COMEMORAR O DIA DAS CRIANÇAS?

Celebramos porque a infância tem direitos que precisam ser garantidos todos os dias e o Dia das Crianças pode ser uma excelente oportunidade de os reafirmarmos. A própria Convenção da ONU sobre os Direitos da Criança (Art. 31) declara que **toda criança tem direito ao descanso, ao lazer e ao brincar**. Nesse mesmo sentido, a UNICEF lembra que brincar não é só diversão: é parte da saúde, da aprendizagem e do bem-estar. No Brasil, a BNCC reforça essa ideia ao reconhecer o brincar como forma essencial de aprendizagem na Educação Infantil e como parte do desenvolvimento integral em toda a escolaridade.

É nesse contexto que entram as datas comemorativas. No Brasil, o dia 12 de outubro foi escolhido como momento de dar visibilidade a esses direitos, enquanto a ONU estabeleceu o 20 de Novembro como o Dia Mundial da Criança, lembrando a aprovação da **Declaração dos Direitos da Criança em 1959**. Essas datas, porém, não limitam os direitos: funcionam como marcos simbólicos para reforçar que o brincar deve ser vivido diariamente. Por isso, celebrar em um dia específico ajuda a mobilizar a sociedade e a escola, transformando o Dia das Crianças não apenas em uma festa, mas em uma **oportunidade de lembrar que brincar é um compromisso permanente**.



O QUE É O DÉFICIT DE NATUREZA?

O termo “transtorno do déficit de natureza” foi criado por **Richard Louv**, autor de “*A Última Criança na Natureza*”, para mostrar os prejuízos de uma infância distante dos espaços ao ar livre. Ele explica que a falta de contato com ambientes naturais empobrece a infância, enquanto experiências ao ar livre ampliam a imaginação, fortalecem a autoconfiança e ainda favorecem valores como respeito, empatia e senso de pertencimento.

Pesquisas apontam que brincar na natureza melhora a saúde física, fortalece a atenção, estimula a criatividade e desenvolve valores como respeito e pertencimento.



O “transtorno do déficit de natureza” não é um diagnóstico médico, mas serve para chamar a atenção para uma questão que está crescendo: **as crianças estão, cada vez mais, distantes da natureza.** Por isso, incluir este contato, num momento especial como é Dia das Crianças, é uma forma de garantir experiências significativas que apoiem as crianças a criar laços afetivos com os ambientes naturais, possibilitando o combate a esse afastamento cada vez mais comum.

PARA QUEM TRABALHA COM A EDUCAÇÃO INFANTIL

Na Educação Infantil, o brincar é a forma mais natural de aprender, explorar e compreender o mundo. A BNCC reforça essa ideia ao reconhecer que, nessa etapa, as crianças constroem conhecimentos, principalmente, por meio das interações e das brincadeiras.

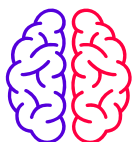
Quando as crianças têm a oportunidade de vivenciar atividades ao ar livre e em contato com a natureza, esse brincar ganha ainda mais significado. Elas desenvolvem habilidades motoras, sensoriais e emocionais de maneira espontânea e significativa.

Para o Dia das Crianças, propomos atividades por meio de histórias, brincadeiras de aventura, construções com materiais naturais e desafios lúdicos. Todas essas possibilidades têm em comum o objetivo de despertar, nas crianças, a alegria de brincar e a consciência de que, como seres humanos, todos fazemos parte da natureza.



Atividade 1

GINÁSTICA HISTORIADA: OS GUARDIÕES DA FLORESTA



Você sabia?

Ginástica historiada é uma história contada com muitos “desafios-missão” que viram movimentos a serem executados pelas crianças. É ideal para Educação Infantil porque combina imaginação, narrativa e exercício físico, mantém a atenção e desenvolve habilidades motoras de forma lúdica. Abaixo segue uma proposta de história e suas missões.



Materiais:

Folhas secas, pedrinhas, galhos, cestos ou caixas, corda ou fita para marcar o chão, bolas macias (ou frutos de papel).



Como usar este material:

Para tornar esta atividade mais simples de aplicar, incluímos os cards prontos logo na próxima página desta apostila. Cada card corresponde a uma parte da história: o início, as missões e o final.



Na parte da frente do card, você encontrará o texto da história com uma ilustração. Essa parte pode ser mostrada às crianças enquanto você lê, para que elas acompanhem de forma visual.

No verso do card, encontrará orientações sobre o que cada missão pede que as crianças façam e quais habilidades são desenvolvidas em cada proposta.



Era uma vez, em um reino encantado, um lugar chamado Floresta Azul. Lá, tudo vivia em harmonia: os pássaros cantavam, as flores coloriam os caminhos e um arco-íris mágico iluminava o céu todos os dias, trazendo alegria para todos os seres da floresta.



impulsiona

Mas certa manhã, algo estranho aconteceu. O arco-íris desapareceu! Sem ele, os animais começaram a ficar tristes e sem forças. As flores murcharam e até o vento parou de soprar.

Preocupados, os animais correram até a Coruja Sábia, a guardiã da floresta. Ela explicou que o arco-íris havia se quebrado em pedaços e se espalhado por todo o reino. Para restaurar sua luz, seria preciso coragem e união.

Então, a Coruja chamou um grupo muito especial: os Pequenos Guardiões da Floresta. Cada missão cumprida traria de volta uma cor. Vocês aceitam ser os Guardiões da Floresta e trazer o arco-íris de volta?



impulsiona



MISSÃO 1

ACORDAR A FLORESTA (AQUECIMENTO)



A Coruja Sábia bate as asas para acordar a floresta. Abram suas asas!”

CRIANÇAS DEVEM FAZER:

Movimentar os braços como asas, caminhar leve, respirar fundo e ouvir a natureza.

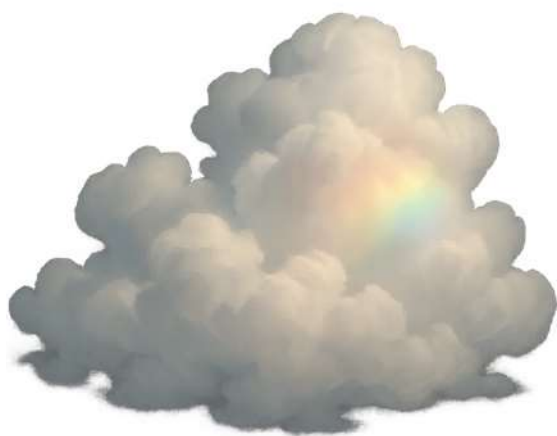
XXXXXXXXXXXX

ESSA MISSÃO DESENVOLVE:

Mobilidade articular, coordenação, atenção ao comando.

MISSÃO 2

PULAR NAS NUVENS



As nuvens guardam a primeira cor. Elas estão lá no alto, e para alcançá-las o que devemos fazer?

CRIANÇAS DEVEM FAZER:

Saltar o mais alto que conseguirem com os dois pés e depois alternados (corrida no lugar com mini saltos).

XXXXXXXXXXXX

ESSA MISSÃO DESENVOLVE:

Força e equilíbrio dinâmico.



MISSÃO 3

A PONTE DOS TRONCOS



O rio está cheio! Vamos atravessar pela ponte para pegar o segundo pedaço do arco-íris. Devemos ter cuidado para não cair no rio!

CRIANÇAS DEVEM FAZER:

Caminhar sobre corda estendida no chão ou sobre tábuas baixas/troncos simulados; braços abertos para equilíbrio.

XXXXXXXXXXXX

ESSA MISSÃO DESENVOLVE:

equilíbrio estático e dinâmico, controle postural.

MISSÃO 4

PASSOS DOS BICHOS



O caminho é cheio de bichinhos e só podemos passar imitando seus passos. Cada bichinho guarda uma cor!

MOVIMENTOS E SEQUÊNCIA:

- Sapo: agachar e saltar.
- Pássaros: movimentar os braços
- Cobra: rastejar
- Onça: andar em quatro apoios

XXXXXXXXXXXX

ESSA MISSÃO DESENVOLVE:

Consciência corporal e coordenação.

ADAPTAÇÃO: reduzir número de animais para os mais novos, aumentar e diversificar os animais conforme sugestão das crianças.



MISSÃO 5

RESGATE DAS FRUTAS



As frutinhas das árvores são mágicas e escondem uma cor. Vamos lançá-las nos cestos para despertá-las e assim conseguirmos mais uma cor para o nosso arco-íris?

CRIANÇAS DEVEM FAZER:

Arremessar as bolas no(s) cesto(s).

XXXXXXXXXXXX

ESSA MISSÃO DESENVOLVE:

Coordenação olho-mão e cooperação.

MISSÃO FINAL

O TÚNEL DOS GALHOS



As raízes formaram um túnel baixinho. Para pegar a cor escondida, o que temos de fazer?

CRIANÇAS DEVEM FAZER:

Passar por baixo das "raízes" (arcos, cordas baixas ou obstáculos).

XXXXXXXXXXXX

ESSA MISSÃO DESENVOLVE:

Força, coordenação de membros, agilidade.



Com cada missão, uma cor
voltou ao céu até que o arco-íris
voltou a brilhar. A floresta
recuperou sua força, os pássaros
cantaram e as flores se abriram.

A Coruja Sábia agradeceu:

**“Vocês provaram que brincar na
floresta é também cuidar dela.
Sempre que virem um arco-íris,
lembrem-se de que vocês são
guardiões da natureza.”**



impulsiona

Atividade 2

TESOUROS DA FLORESTA.



Objetivo:

Percepção visual, atenção, linguagem (nomear cores e formas), noção de grupo/cooperatividade e responsabilidade ambiental.



Materiais:

1. Cestos ou sacolinhas para coleta.
2. Folhas secas, pedrinhas, flores, galhos pequenos, sementes.
3. “Baú da Floresta” (caixa decorada).



Importante: Use apenas itens que já estejam no chão (nada de arrancar plantas).



Como Fazer:

1. Preparação (professor, antes da aula).

- a. Delimite a área de busca.
- b. Se não houver espaço verde, leve itens naturais previamente coletados, sempre evitando arrancar plantas vivas.

2. Abertura na roda.

- a. Professor(a) diz: *“A floresta perdeu seus tesouros. Vamos ajudar a encontrar, mas com uma regra importante: só podemos pegar o que já caiu no chão. Na floresta, nada pode ser arrancado ou destruído.”*
- b. Mostre a lista ilustrada dos tesouros (você pode recortar a lista abaixo).



3. Busca orientada

Toda a turma procura ao mesmo tempo. O(A) professor(a) pode utilizar perguntas simples para ajudar a guiá-las:

- a. *"Quem encontra uma folha seca?"*
- b. *"Quem acha algo que seja redondo como uma pedra?"*
- c. *"Quem vê uma cor amarela no chão?"*

Cada item encontrado é levado ao Baú da Floresta (baú coletivo).

4. Exploração sensorial

Em roda, deixe que as crianças toquem, explorem e observam os "tesouros". O(A) professor(a) pode fazer perguntas sobre tamanhos, texturas, cores:

- a. *"Como é a textura dessa folha?" (áspera, lisa).*
- b. *"Que cheiro tem esse galho?"*
- c. *"Por que as pedras são importantes para a floresta?"*
- d. *"Como isso ajuda a floresta?"*



Dica: Se não houver área verde, o(a) professor(a) pode levar "tesouros" naturais e escondê-los na quadra ou pátio.



Atividade 3

PIQUE-ESCONDE DA AMAZÔNIA



Objetivo:

Estimular percepção visual, atenção, linguagem oral (nomear animais, cores e movimentos), cooperação e consciência ambiental, valorizando a biodiversidade da Amazônia e alertando para a importância da sua preservação.



Materiais:

Cartões plastificados ou figuras grandes de animais da Amazônia (onça-pintada, arara-azul, macaco, boto-cor-de-rosa, preguiça, jacaré).



Como fazer:

1. Introdução

Professor(a) diz: *“Hoje vamos explorar a Floresta Amazônica, que é cheia de bichos incríveis. Mas muitos deles estão desaparecendo e são raros de se ver. Encontrá-los é uma grande aventura e por isso precisamos cuidar muito bem da natureza”.*

2. Regras do jogo

O(A) professor(a) esconde os cartões dos animais em locais visíveis, mas parcialmente camuflados (atrás de plantas, perto de pedras, debaixo de cones). As crianças os procuram em duplas ou individualmente (mas todos ao mesmo tempo) e trazem os animais para a roda.

3. Roda de socialização

Cada criança que encontra um animal deve: dizer o nome do bichinho e fazer o som ou o movimento dele.



4. Continuidade

O(A) professor(a) recoloca os cartões em novos locais para reiniciar a brincadeira.

5. Adaptações

- **Para crianças de 2 e 3 anos:** reduzir a área de busca e usar pistas visuais (setas coloridas).
- **Para crianças de 4 e 5 anos:** ampliar a área de busca e usar pistas verbais simples.



PARA QUEM TRABALHA COM O ENSINO FUNDAMENTAL

No Ensino Fundamental, as crianças mantêm o direito ao brincar e ao lazer, **mas já conseguem compreender melhor os significados dessas experiências.** O Dia das Crianças, nesse sentido, pode ser mais do que uma comemoração: é uma oportunidade de mostrar que brincar e se movimentar também são **formas de aprender e de construir conhecimentos sobre si mesmas e sobre o mundo.**

A **BNCC**, ao tratar das práticas corporais de aventura, destaca que essas experiências envolvem exploração de espaços, tomada de decisão e vivência de desafios em contato com o meio ambiente, sempre com cuidado e segurança. Incorporar essas práticas no Dia das Crianças reforça a ideia de que brincar também pode ser um momento de experimentar novas possibilidades de movimento e de fortalecer a relação com a natureza.

Nesse contexto, as propostas deste material incentivam o desemparedamento, isto é, a saída dos espaços fechados para experiências de brincar ao ar livre. Ao explorar a natureza de forma lúdica e desafiadora, os alunos desenvolvem habilidades motoras e, ao mesmo tempo, constroem uma consciência ambiental, reconhecendo que florestas, animais e recursos naturais precisam ser preservados.

Celebrar o Dia das Crianças para quem atua no Ensino Fundamental significa, portanto, proporcionar momentos de brincar, aprender e refletir. **É valorizar a infância como direito e, ao mesmo tempo, cultivar nas crianças atitudes de respeito e cuidado com o planeta, fundamentais para a construção de um futuro mais equilibrado.**



Atividade 1

CIRCUITO DE AVENTURA EM NATUREZA

Antes de propor o circuito de aventura, converse com os alunos sobre o papel que cada um pode desempenhar na proteção do meio ambiente e como os esportes de aventura podem valorizar e fortalecer essa conexão com a natureza.

Você pode iniciar a conversa assim:

"Hoje a nossa aula vai ser diferente porque estamos comemorando o Dia das Crianças. Ao invés de ficarmos só na sala ou na quadra, vamos aproveitar o espaço externo para fazer um circuito de aventura parecido com o que acontece quando estamos ao ar livre. A ideia é simples: vamos nesse espaço aberto para saltar obstáculos, atravessar passagens estreitas, procurar novos caminhos..."

Esse circuito é inspirado em situações que encontramos na natureza: saltar obstáculos como se fossem troncos, atravessar passagens como se fossem trilhas estreitas, procurar caminhos como quem explora um parque ou uma floresta.

Mas há algo importante: quando estamos na natureza para brincar ou praticar esportes, precisamos também respeitar e proteger esse ambiente. Nada de arrancar plantas, deixar lixo nos parques ou danificar o espaço. A ideia é aproveitar, aprender e cuidar.

Então, durante a atividade, quero que se divirtam, que se desafiem, mas também que pensem: como podemos brincar e, ao mesmo tempo, cuidar dos lugares que temos à nossa volta?"





Como fazer:

Teremos três estações:

1. **Obstáculos:** correr, saltar e passar por baixo/por cima com segurança.
2. **Equilíbrio:** atravessar sem cair, com calma e foco.
3. **Orientação:** encontrar referências e voltar ao ponto de partida.

Estação 1 – Parkour

Você sabia?

O parkour é uma prática corporal que nasceu em ambientes urbanos e se espalhou para diferentes espaços, inclusive a natureza. Nele, o objetivo é superar obstáculos usando apenas o corpo, com movimentos de correr, saltar, escalar, equilibrar e rolar com técnicas específicas. Por isso, o parkour é classificado como um esporte de aventura: exige tomada de decisão rápida, criatividade e adaptação ao espaço.

Na escola, o parkour pode ser trabalhado em forma de circuito, com obstáculos simples e seguros, permitindo que os alunos descubram novas formas de se movimentar. Além de desenvolver habilidades motoras, ele também estimula autoconfiança e respeito ao ambiente, mostrando que é possível brincar e explorar tanto os espaços da cidade quanto da natureza.



Objetivo:

Deslocamento, aterrissagem em segurança e tomada de decisão rápida.



Materiais:

Caixas, bancos, colchonetes, arcos, tatames



Montagem do circuito (sequência sugerida):

1. Approach Run (Corrida de aproximação)

- a. Marque 3–5 metros antes do primeiro obstáculo.
- b. Oriente os alunos a correr de forma controlada, olhando para frente.



2. Step Vault (Vault de passo) ou Box Jump (Salto sobre caixa)

- a. O aluno usa o impulso da corrida para saltar sobre uma caixa ou banco baixo.
- b. Pode ser com os pés juntos (Box Jump) ou apoiando as mãos e passando uma perna de cada vez (Step Vault).

3. Landing (Aterrissagem)

- a. Coloque um colchonete após o salto.
- b. Ensine aterrissagem básica: pés juntos, joelhos flexionados, tronco ligeiramente inclinado para frente, olhar à frente.
- c. Para Fund. II, é possível introduzir **Parkour Roll (Rolamento)** em tatame.

4. Precision Jump (Salto de precisão)

- a. Marque um alvo no chão (cone, círculo de fita, desenho com giz)
- b. O aluno deve saltar para o alvo e manter o equilíbrio.

5. Underbar (Passagem por baixo)

- a. Monte um arco ou corda baixa.
- b. O aluno passa por baixo, agachado ou rastejando.
- c. Esse movimento simula ultrapassar espaços estreitos.

6. Sprint & Direction Change (Corrida com mudança de direção)

- a. Coloque cones em ziguezague para que o aluno finalize correndo e mudando rapidamente de direção.

Segurança e condutas:



1. Apenas um aluno por vez no circuito.
2. Colocar colchonetes em todas as áreas de salto/aterissagem.
3. Ensino de técnica de pouso (flexionar joelhos, olhar para frente) e rolamento como alternativa ao impacto.
4. Montar os obstáculos em linha, deixando mínimo 1,5 m entre cada etapa.
5. Escolher espaço amplo, plano e sem obstáculos perigosos (pedras, buracos, móveis soltos).
6. Testar todos os obstáculos antes.
7. Reunir os alunos para explicar regras e mostrar cada movimento.
8. Corrigir postura nos saltos e aterissagens.



Estação 2 – Slackline



Objetivo:

Equilíbrio dinâmico, concentração, consciência corporal e controle postural.



Materiais:

Slackline baixa (10–40 cm no Fund. I; até 50–60 cm no Fund. II), protetores de árvore, mosquetões e ancoragens firmes, colchonetes laterais.

Alternativa: corda para escolas sem slackline.



Sequência sugerida:

1. Como conduzir

- Demonstração e instruções de postura (olhar fixo, braços abertos).
- Exercício de “entrada”: passo de apoio, troca de pé, retorno; progressão gradual para passos livres.
- Incentivar práticas de confiança: caminhar com parceiro ao lado, dar as mãos, em dupla para controle emocional.

2. Progressões

- Iniciação:** caminhar sobre a linha com um pé em apoio e o outro no chão; caminhar com um colega de apoio, de cada lado.
- Intermediário:** três a cinco passos com um colega de apoio, postura neutra do tronco.
- Avançado (Fund. II):** passos retos, pequenas sequências de postura, suportar 5–10 segundos sem apoio.

Segurança e condutas:



1. Apenas um aluno por vez na linha.
2. Slackline sempre baixa e bem tensionada.
3. Colchonetes laterais para amortecer quedas.
4. Um colega de apoio, de cada lado, nas primeiras tentativas.



Estação 3 – Orientação



Objetivo:

Desenvolver leitura de mapa, noção espacial, estratégia, trabalho em equipe e tomada de decisão.



Materiais:

Mapa, bandeirinhas/controles com códigos; cards de tarefas em cada ponto (ex.: resolver charada curta, coletar foto.)



Montagem do Circuito (Sequência Sugerida):

1. Delimitar área segura e conhecida (quadra, pátio, jardim, bosque pequeno).
2. Definir 4 a 6 pontos de controle.
3. Em cada ponto, deixar uma tarefa simples (ex.: encontrar um objeto, responder charada curta, desenhar algo observado).

Como conduzir:

1. Explicação inicial:

- a. Mostrar o mapa e explicar símbolos básicos.

Ex.: *“O triângulo é onde vocês começam, os círculos são os pontos que devem encontrar.”*

2. Planejamento em grupo:

- a. Alunos observam o mapa e decidem juntos por onde começar.
- b. Estimular a discussão: *“Qual ponto fica mais perto? Qual caminho é melhor?”*



3. Execução:

- Grupos partem em direções diferentes.
- Em cada ponto, realizam a tarefa indicada e registram no cartão.
- Um monitor/professor acompanha para garantir segurança.



Segurança:

- Pontos próximos e visíveis.
- Um adulto responsável por grupo.
- Não permitir saída da área delimitada.
- Explicar antes: ***“Se tiver dúvida, parem e chamem o professor”.***



Atividade 2

RECONSTRUINDO O MUNDO

Esta atividade é inspirada numa parábola muito conhecida, que você encontra a seguir.

Um pai estava ocupado, trabalhando e, para distrair o filho, entregou-lhe um quebra-cabeça do mundo, cheio de peças complicadas de encaixar. O pai pensou que assim teria muito tempo para trabalhar, mas em pouco tempo o filho voltou com o quebra-cabeça pronto. Surpreso, o pai perguntou como ele tinha conseguido montar tão rápido. O filho respondeu: “Do outro lado havia a figura de um homem. Quando coloquei o homem em ordem, o mundo também ficou em ordem.”

A mensagem desta parábola é: muitas vezes queremos consertar o mundo, mas esquecemos que o primeiro passo é olhar para nós mesmos, para a forma como cuidamos do corpo, das emoções, das relações e do ambiente. Se o homem se reconstrói, o mundo ao seu redor também se transforma.

A atividade **“Reconstruindo o Mundo”** leva essa reflexão. Ao montar um quebra-cabeça que reúne o mapa-múndi e o corpo humano, elas percebem que planeta e ser humano estão interligados: **cuidar de um é também cuidar do outro.**



Preparação:

Para esta atividade, você não precisa confeccionar o quebra-cabeça. O material já está disponível nessa apostila, basta imprimir as páginas 31 e 32 deste e-book. Depois, cole uma folha no verso da outra e recorte as peças do quebra-cabeça.

Se quiser que as peças fiquem mais resistentes e duráveis, pode colar as folhas em uma base de EVA, cartolina ou papel cartão antes de recortar. Assim, o material ficará mais firme e poderá ser usado em várias turmas.



O quebra-cabeça tem duas face:

- **Face 1:** um mapa-múndi, com peças que representam continentes e países;
- **Face 2:** um corpo humano, com peças que representam órgãos, mãos, pés, coração, etc.

Depois de recortar, guarde todas as peças misturadas num envelope ou pasta. Assim, já estará tudo preparado para a atividade em sala.



Como conduzir:

1. Apresentação do material

- a. Mostre as peças do quebra-cabeça e diga aos alunos.

Professor(a) diz: *“Há uma história que fala de um pai que estava ocupado, trabalhando e, para distrair o filho, entregou-lhe um quebra-cabeça do mundo. O pai achou que seria muito difícil e que o filho demoraria horas, mas, para sua surpresa, o menino montou tudo muito rápido.*

Por isso, hoje a aula será fazer exatamente como o filho fez. Vou entregar a vocês um grande quebra-cabeça do mundo. Ele parece difícil, mas quero ver como vocês vão tentar montar juntos. Vamos ver até onde conseguimos chegar.”

2. Início da montagem

- a. Divida os alunos em pequenos grupos de alunos (4 ou 5 alunos) e entregue um quebra-cabeça para cada grupo montar.
- b. Deixe que tentem montar livremente, a partir da observação das formas e cores.
- c. Circule, observando como elas exploram e buscam organizar as partes.

3. Momento de reflexão e diálogo

- a. Depois que as crianças terminarem de montar, reúna todos e conduza uma conversa:

“Vocês conseguiram montar o mapa? O que perceberam nas peças?”



“O que o mapa e o corpo têm em comum?”

“Perceberam que um lado parece mais simples? Qual seria?”

- b. Ajude-os a pensar na ideia central:



“Quando colocamos o homem em ordem, o mundo também se organiza”.

- c. Estimule com perguntas:



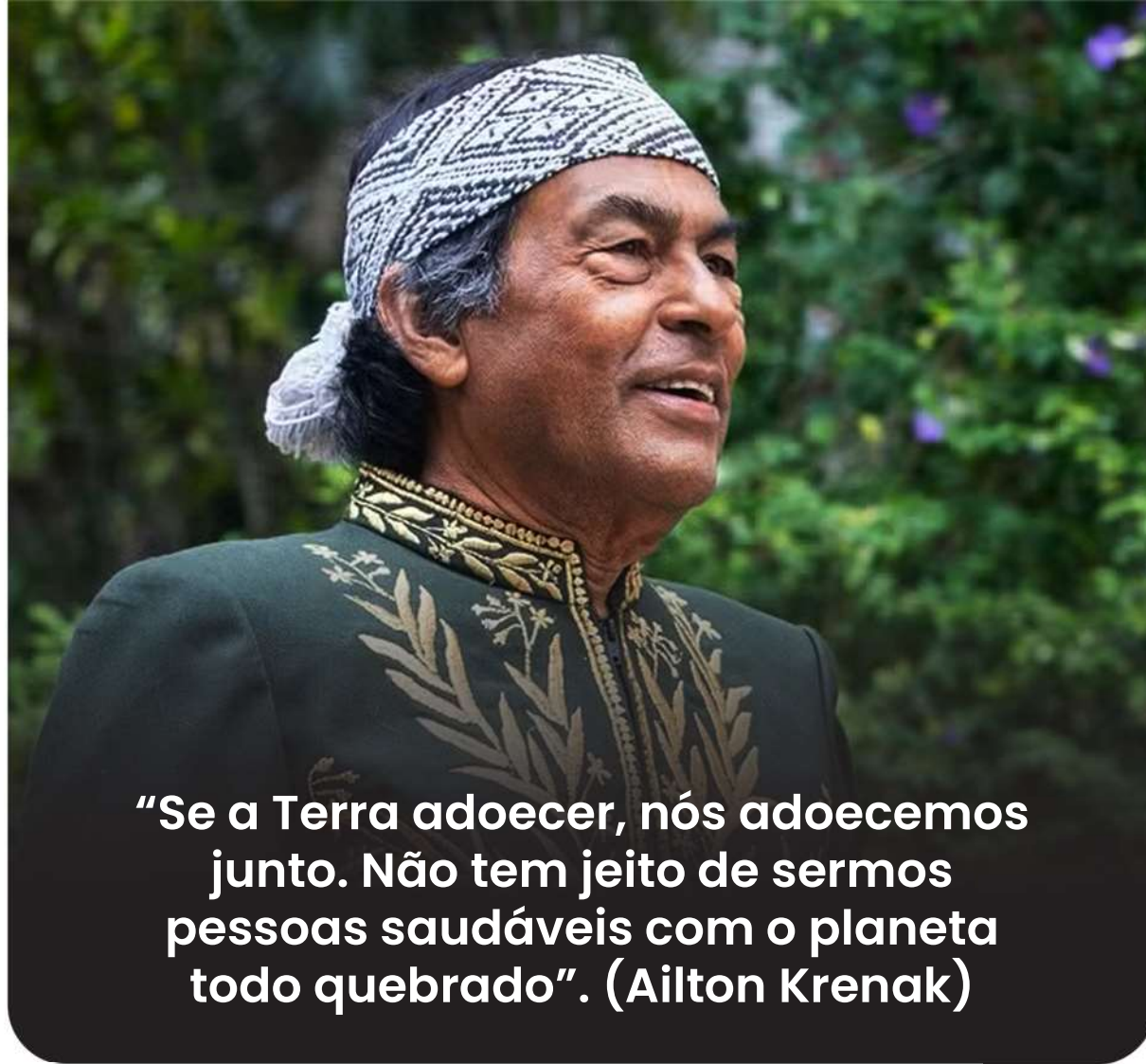
“Se o corpo é como o planeta, o que acontece se não cuidarmos de um deles?”

“O que significa cuidar do corpo e do mundo?”

Explique que, se uma pessoa não descansa, não se alimenta bem ou não brinca, o corpo fica fraco. Assim, ela não tem energia para estudar, brincar e nem para cuidar do lugar onde vive. Por outro lado, se o planeta está poluído, sem árvores e com água suja, as pessoas também ficam doentes.

Então, cuidar do corpo e cuidar da Terra são coisas interligadas. Quando bebemos água limpa, brincamos ao ar livre e descansamos, fortalecemos o corpo. Quando reciclamos, não jogamos lixo no chão e cuidamos das plantas e animais, zelamos pelo planeta. Um ajuda o outro: o corpo forte cuida do mundo, e um mundo saudável cuida das pessoas.

Finalize a conversa reforçando a ideia central da parábola: quando cuidamos de nós mesmos, temos força e consciência para cuidar do mundo. E quando cuidamos do mundo, ele nos dá saúde, ar limpo, água limpa e espaços para brincar.

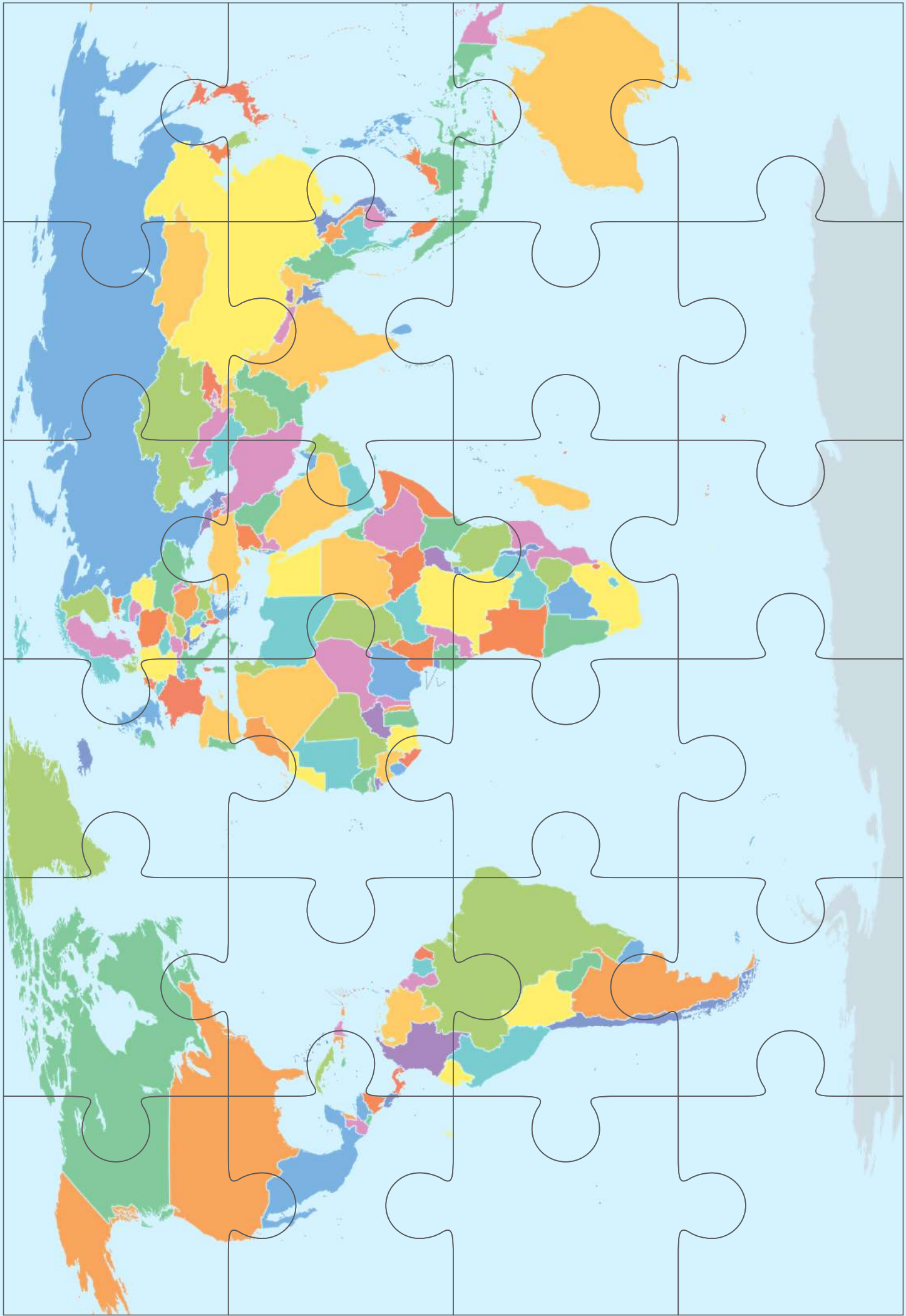


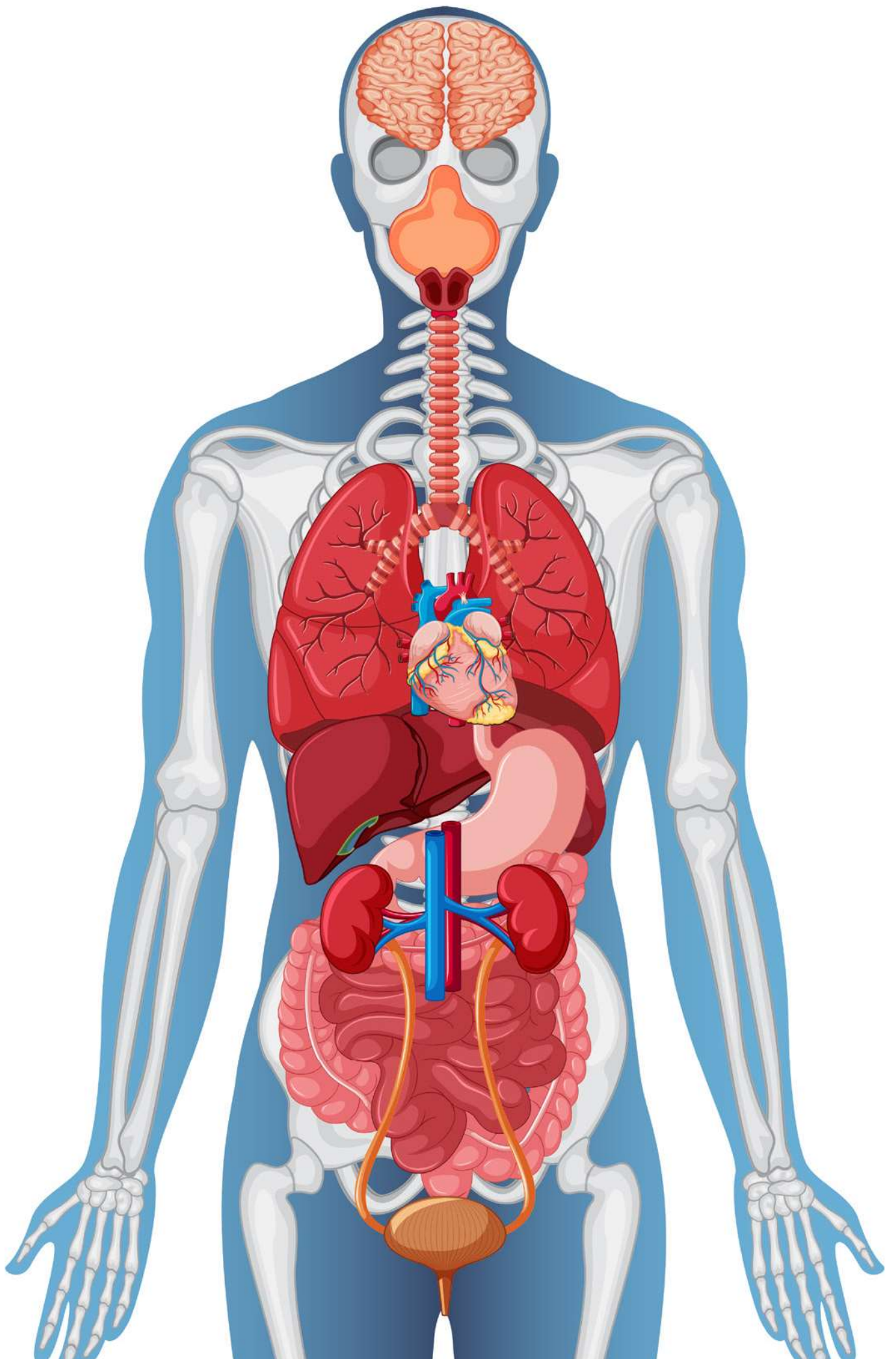
“Se a Terra adoecer, nós adoecemos junto. Não tem jeito de sermos pessoas saudáveis com o planeta todo quebrado”. (Ailton Krenak)

Sugestão de fala para concluir:

“Hoje, ao montar esse quebra-cabeça, percebemos que corpo e planeta estão ligados. Se cuidamos de um, cuidamos do outro. Que este Dia das Crianças seja um convite para brincar, aprender e cultivar atitudes de cuidado em tudo o que fazemos.”







ENCERRAMENTO

O Dia das Crianças é uma oportunidade para lembrar e celebrar um princípio simples: somos parte da natureza. Ao levar as crianças para brincar ao ar livre, damos a elas a chance de desenvolver um sentimento profundo de pertencimento ao mundo vivo. Cuidar da natureza passa a ser também cuidar de nós mesmos, das emoções, da saúde e do futuro que estamos ajudando a construir.

Que este Dia das Crianças seja uma oportunidade para “abrir portas”, incentivar olhares curiosos e plantar gestos de cuidado. Assim valorizamos a infância: cultivando atitudes de cuidado com o corpo e com o planeta.



REFERÊNCIAS

KRENAK, Ailton. Ideias para adiar o fim do mundo. São Paulo: Companhia das Letras, 2017.

RECICLOTECA. A parábola do cientista e da criança: como consertar o mundo? Disponível em:

<https://www.recicloteca.org.br/dia-mundial-do-meio-ambiente/a-parabola-do-cientista-e-da-crianca-como-consertar-o-mundo/>.

Acesso em: 22 de Setembro de 2025.

INDICAÇÃO DE LEITURA

OLIVEIRA, Mônica Maria Souza de; VELASQUES, Bruna Brandão.

Transtorno do déficit de natureza na infância: uma perspectiva da neurociência aplicada à aprendizagem. *Latin American Journal of Science Education*, v. 7, p. 22020, 2020.

OVANDO, Nataly Gomes; KOCHI, Joice Camila dos Santos. O desemparelamento como concepção pedagógica curricular: é possível? *Anais do Seminário Formação Docente: Intersecção entre Universidade e Escola*, v. 3, n. 3, p. 1177–1183, 2019.

PAIVA, Christovão et al. Déficit de natureza. [S.l.: s.n.], 2019.

TIRIBA, Léa. Crianças da natureza. Brasília: MEC/SEF, 2010.

TIRIBA, Léa. Desemparelamento da infância: a escola como lugar de encontro com a natureza. Rio de Janeiro: [s.n.], 2018.

TIRIBA, Léa; PROFICE, Christiana Cabicieri. Desemparelar infâncias: contracolonialidades para reencontrar a vida. *O Social em Questão*, v. 26, n. 56, p. 89–112, 2023.

CRÉDITOS

Instituto Península

Heloísa Morel

Diretora Executiva

Daniela Kimi

*Diretora de Esporte e de Desenvolvimento
Institucional*

Equipe Impulsiona

Eduardo Butter

Rita Galdino

Silvia Breim

Sirlene Lopes

Professoras Especialistas

Juliana Peres

Luiza Moreira



impulsiona

educação esportiva