# 5 Aventuras ao Ar Livre

## Idade recomendada: 3–5 anos

Pequenas descobertas na praça, no jardim
ou em outro espaço externo adequado.



**Cinco atividades, uma por folha.**
Não precisa comprar materiais nem recolher elementos da natureza.
Um adulto escolhe o local e acompanha toda a brincadeira.

# As cores do passeio da Joy



**“Que cores vamos encontrar por aqui?”**

**O que vamos explorar e praticar**
Procurar cores e fazer escolhas durante uma observação acompanhada.

**Tempo flexível** • 5–10 minutos. Pode durar menos; não precisa completar.

**Separe antes**
• Nenhum material obrigatório.
• Opcional: folha e lápis para o registro do adulto.

**Passo a passo**
**1.** Escolham uma área pequena para observar juntos. Diga: “Vamos procurar verde?”. Mostre um exemplo sem colher folhas ou flores.
**2.** Procurem mais um elemento da mesma cor. A criança pode apontar; o adulto acompanha cada deslocamento.
**3.** Troquem de cor uma vez, se houver interesse. Aceitem tons diferentes e respostas por gesto.
**4.** A criança escolhe a descoberta preferida e o adulto desenha um símbolo, se quiser.

**Se precisar adaptar**
Fiquem no mesmo lugar e observem só uma cor. Não é uma corrida nem uma lista para completar.

**Para encerrar**
“Qual descoberta vamos levar na memória?” Para os pequenos, o adulto nomeia o que chamou atenção.

**Cuidado e companhia**
Escolha um local permitido e conhecido, longe de trânsito, água, desníveis e animais. Confira o clima e o piso; prefira sombra e interrompa se houver desconforto. Um adulto acompanha o tempo todo. Não recolha nem coloque elementos da natureza na boca.

# O caminho das descobertas do Romeu



**“Vamos perceber o que muda no caminho?”**

**O que vamos explorar e praticar**
Observar pontos de referência e combinar uma pequena sequência de paradas.

**Tempo flexível** • 5–10 minutos. Pode durar menos; não precisa completar.

**Separe antes**
• Um trajeto curto, acessível e acompanhado.
• Nenhum objeto obrigatório.

**Passo a passo**
**1.** Escolham dois pontos próximos, como banco e árvore, em trajeto acessível. O adulto define o limite do passeio.
**2.** Combinem: “Primeiro vemos o banco; depois, a árvore”. Caminhem juntos, sem corrida ou desafio de equilíbrio.
**3.** Em cada parada, a criança aponta um detalhe que percebeu. O adulto pode ajudar: “Tem uma sombra aqui”.
**4.** Na volta, contem a ordem das duas descobertas. Vale repetir uma parada.

**Se precisar adaptar**
Use só um ponto de observação. Todo o convite pode acontecer sentado, enquanto vocês descrevem o que está à vista.

**Para encerrar**
Relembrem uma parada preferida e encerrem juntos.

**Cuidado e companhia**
Escolha um local permitido e conhecido, longe de trânsito, água, desníveis e animais. Confira o clima e o piso; prefira sombra e interrompa se houver desconforto. Um adulto acompanha o tempo todo. Não recolha nem coloque elementos da natureza na boca.

# O teatro de sombras do Vino




**“O que acontece quando nossa mão se mexe?”**

**O que vamos explorar e praticar**
Experimentar gestos e comparar os contornos das sombras.

**Tempo flexível** • 5–10 minutos. Pode durar menos; não precisa completar.

**Separe antes**
• Um lugar com sombra projetada visível e piso seguro.
• Nenhum objeto obrigatório.

**Passo a passo**
**1.** Observem uma sombra visível em uma área segura. O adulto demonstra um aceno e aponta o contorno que se move.
**2.** A criança experimenta um gesto confortável, como abrir e fechar a mão. Pode fazer tudo sentada.
**3.** Brinquem de movimento e pausa: “Agora a sombra fica quietinha”. Sem perseguir sombras ou sair da área combinada.
**4.** Inventem um nome para a figura que apareceu, mesmo que só pareça uma mancha.

**Se precisar adaptar**
Se não houver sombra ou se estiver quente, troquem pelo teatro de gestos na sombra. Não é preciso esperar o sol aparecer.

**Para encerrar**
Escolham o gesto preferido e deem tchau para a sombra.

**Cuidado e companhia**
Escolha um local permitido e conhecido, longe de trânsito, água, desníveis e animais. Confira o clima e o piso; prefira sombra e interrompa se houver desconforto. Um adulto acompanha o tempo todo. Não recolha nem coloque elementos da natureza na boca. Não olhe diretamente para o sol.

# A escuta ao ar livre do Nick



**“Quais sons fazem parte deste lugar?”**

**O que vamos explorar e praticar**
Observar e representar sons por gestos, palavras ou desenhos.

**Tempo flexível** • 5–10 minutos. Pode durar menos; não precisa completar.

**Separe antes**
• Um ponto confortável e seguro para parar.
• Opcional: papel e lápis para o adulto.

**Passo a passo**
**1.** Parem juntos e combinem uma pausa de poucos segundos para ouvir.
**2.** Cada pessoa aponta ou descreve um som real. O adulto pode desenhar um símbolo, como folha ou pássaro.
**3.** Pergunte: “Parece perto ou longe?”. Aceite uma ideia sem transformar em prova ou seguir o som.
**4.** Escolham um som para lembrar. Permaneçam na área combinada, sem se aproximar de animais.

**Se precisar adaptar**
Troquem sons por movimentos visíveis: folhas, nuvens ou um aceno. O adulto acompanha a forma de perceber da criança.

**Para encerrar**
“Qual som ou movimento ficou na nossa lembrança?”

**Cuidado e companhia**
Escolha um local permitido e conhecido, longe de trânsito, água, desníveis e animais. Confira o clima e o piso; prefira sombra e interrompa se houver desconforto. Um adulto acompanha o tempo todo. Não recolha nem coloque elementos da natureza na boca.

# O céu e o vento da turma



**“O que conseguimos perceber sem recolher nada?”**

**O que vamos explorar e praticar**
Descrever movimentos e imaginar figuras nas nuvens.

**Tempo flexível** • 5–10 minutos. Pode durar menos; não precisa completar.

**Separe antes**
• Um local à sombra, com vista confortável do céu.
• Opcional: papel e lápis para desenhar depois.

**Passo a passo**
**1.** Escolham uma nuvem visível sem olhar para o sol. Pergunte: “Com o que ela parece?”. Toda ideia vale.
**2.** Observem de novo após uma pequena pausa e contem se parece ter mudado.
**3.** Procurem um sinal do vento à vista, como folhas em movimento. Não é preciso tocar ou colher nada.
**4.** Inventem uma frase sobre a nuvem e o vento. Se quiserem, desenhem a lembrança depois, em casa.

**Se precisar adaptar**
Em dia sem nuvens ou vento, descrevam uma árvore à distância. Se o clima não estiver confortável, façam outra aventura em casa.

**Para encerrar**
Escolham uma descoberta para contar a alguém, sem precisar fotografar.

**Cuidado e companhia**
Escolha um local permitido e conhecido, longe de trânsito, água, desníveis e animais. Confira o clima e o piso; prefira sombra e interrompa se houver desconforto. Um adulto acompanha o tempo todo. Não recolha nem coloque elementos da natureza na boca. Não olhe diretamente para o sol.

# Um passeio possível para sua família

**Antes de sair**
• Escolha uma área conhecida, permitida e acessível.
• Confira clima, sombra e condições do piso.
• Organize água e os cuidados habituais da criança.
• Combine o limite do passeio e uma volta fácil.
• Leia a atividade antes e deixe o aparelho guardado ao brincar.

**Idade é um ponto de partida**
Vale observar no colo, no carrinho parado ou sentado. Adapte ao corpo, à comunicação e ao interesse da criança. Não precisa andar, falar ou desenhar. Não force uma textura, um som ou uma resposta.

**Se não der para sair**
Escolha a amostra “Em casa”. Um dia sem passeio não é uma atividade perdida. Não é preciso fazer os cinco convites em dias seguidos.

**Nosso registro de descobertas**
Atividade: _____
Data e tempo aproximado: _____
O que despertou interesse: _____
O que adaptaríamos: _____
Gostaríamos de repetir? Sim / Talvez / Não

**Conte como foi**
Seu retorno pode mencionar a atividade e a faixa etária, sem nome, foto ou localização da criança. Esta amostra é gratuita e integra um projeto em validação. Não há compra ou reserva neste PDF.