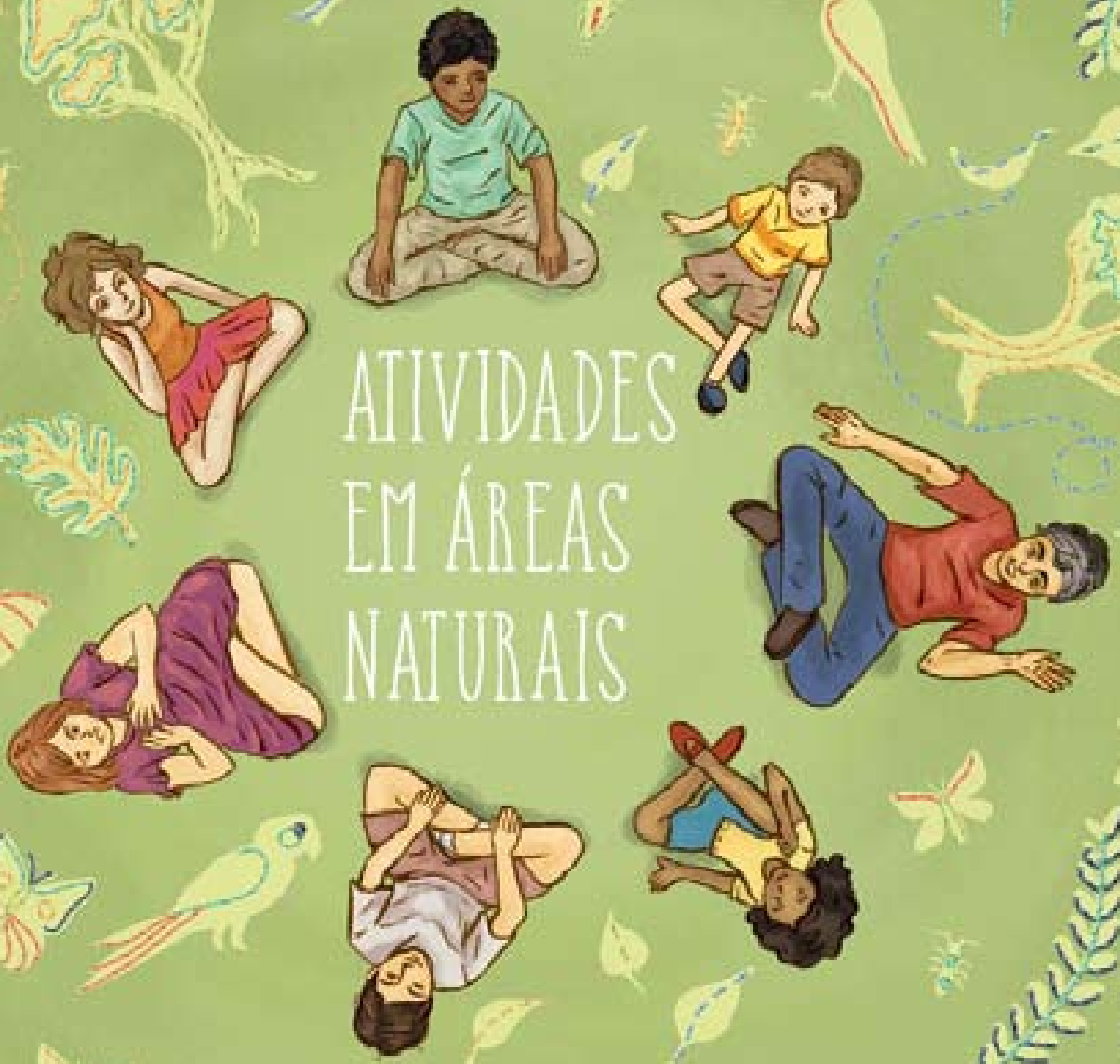
RITA MENDONÇA

ATIVIDADES EM ÁREAS NATURAIS



Valmet ecofuturo

RITA **MENDONÇA**

ATIVIDADES EM ÁREAS NATURAIS

Valmet ecofuturo

FICHA TÉCNICA

Organização: Instituto Ecofuturo
Texto: Rita Mendonça
Direção: Paulo Henrique Groke Junior
Produção e disseminação de conteúdos:
Palmira Petrocelli Nascimento
Comunicação: Marina Franciulli Santos
Apoio conceituall: Christine Fontelles,
Michelle Martins e Julia de Lima Krahenbuhl

Projeto Gráfico: Laika Design
Ilustração capa: Laika Design
Edição do texto: Maria Cláudia Baima
Revisão e preparação de texto: Vanessa Ferrer

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

Mendonça, Rita
Atividades em áreas naturais [livro eletrônico] /
Rita Mendonça. -- São Paulo : Instituto
Ecofuturo, 2015.
5 Mb ; PDF

Bibliografia.
ISBN 978-85-60833-19-1

1. Atividades estudantis 2. Educação ambiental
3. Educação ambiental - Pesquisa 4. Estudos
ambientais 5. Homem - Influência na natureza
6. Meio ambiente 7. Natureza I. Título.

15-02848 CDD-304.2

Índices para catálogo sistemático:

1. Atividades em áreas naturais :
Educação ambiental 304.2

ecofuturo

2014

ÍNDICE

7 Capítulo I
RECIPROCIDADE

11 Capítulo II
SOBRE A DELICADEZA
E A POTÊNCIA

19 Capítulo III
O CORPO HUMANO
E A APRENDIZAGEM

25 Capítulo IV
CONHECENDO-SE A SI MESMO

31 Capítulo V
A NATUREZA NÃO É SALA DE AULA

37 Capítulo VI
COMO PLANEJAR UM PROGRAMA
DE VIVÊNCIAS COM A NATUREZA

43 Capítulo VII
O APRENDIZADO SEQUENCIAL

55 Capítulo VIII
ESPAÇOS EDUCADORES
Os parques naturais
Os parques urbanos
As praças
O jardim no entorno dos edifícios

63 Capítulo IX
A TRANSVERSALIDADE NA
EDUCAÇÃO AO AR LIVRE

69 Capítulo X
ATIVIDADES
Primeiras aproximações
Chegando perto
Intimidade
Reflexões e finalizações

159 Capítulo XI
CONSIDERAÇÕES FINAIS:
O PAPEL DO EDUCADOR

160 REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

FOTO KRIZ KNACK
(VISITA ESCOLA GRACINHA
COM LUIZ MENDES)

CAPÍTULO I

RECIPROCIDADE

Quem vive em uma cidade sabe o que é viver em meio a ruas asfaltadas, calçadas de cimento e quintais sem um centímetro sequer de terra. Mas mesmo com a predominância do concreto e do cinza tem sempre árvores nas ruas, canteiros verdes nas calçadas, vasos nas varandas, nos quintais e nos escritórios, e parques para o lazer e bem-estar da população. Ninguém aguenta viver na ausência absoluta das plantas, uma vez que sua presença traz beleza, conforto e harmonia para o ambiente. Hoje em dia há um movimento crescente de estímulo à implantação de pequenas hortas nos apartamentos e em pequenas áreas públicas, para que as pessoas de vida urbana possam ter a oportunidade de mexer na terra e conhecer o prazer de se alimentar de algo que plantou.

Quem vive em zona rural também gosta de ter seu pequeno jardim com flores e ervas para alegrar e suavizar a vida. O desejo de conviver com outros seres vivos toca tanto as pessoas que vivem na cidade como as que vivem no campo. Tanto umas como outras, apesar de termos um modo de vida cercado de muitos objetos e de estarmos convencidos da necessidade de absorver tecnologias cada vez mais atuais, não podemos abrir mão de nossa fonte de recursos, de inspiração e de sentido que é a natureza.

É verdade que hoje em dia observa-se que a maioria das pessoas não cuida verdadeiramente dessa natureza presente em seu cotidiano, e se relaciona com ela de forma distanciada e utilitária. As plantas são colocadas para embelezarem os locais, e são muito poucas as pessoas que realmente gostam, conseguem olhar para elas com atenção, e sabem o que fazer para atender as suas necessidades, criando com elas uma relação de reciprocidade. Em nossa cultura, não priorizamos o desenvolvimento do olhar sobre os outros seres vivos e nos relacionamos com senso prático como se eles não fossem vivos. Não damos importância à vida que flui neles. Se nos servem para algo, ótimo. Se não nos servem, descartamos.

Se somos assim no dia a dia, como vamos nos relacionar de forma diferente com a enorme quantidade e variedade de plantas e animais existentes nas praças, parques urbanos e parques naturais destinados à conservação da natureza? Nossa cultura brasileira, tão rica e diversificada na música, na dança, nas artes plásticas, nas crenças, nos artesanatos, pouco a pouco afastou-se da fonte que nutre e inspira a todos, deixando de dar importância a cada galho que cresce, flor que floresce, pássaro que canta ao nosso redor todos os dias. Donos de um dos acervos de maior biodiversidade do planeta, estamos desprezando nossa maior riqueza. Daí a importância do trabalho conjunto: pais, professores, monitores ambientais, gestores das áreas de educação, saúde, conservação da natureza, sustentabilidade, etc. Precisamos resgatar o prazer profundo e o sentido de nossas ações cotidianas, e fazer da natureza a nossa principal mestra, nos indicando os caminhos pelos quais a força da vida possa se expressar com delicadeza e potência.

Destinado a educadores em geral – o que inclui todo adulto que ensina por suas atitudes – este livro oferece um farto material de reflexões sobre os motivos que nos levam a cuidar e conservar a natureza, e atividades vivenciais, que estimulam o desenvolvimento da sensibilidade e a construção de uma relação de reciprocidade com ela, e podem ser praticadas sozinho, em pequenos ou grandes grupos amadores e profissionais.

ACERVO ECOFUTURO

ACERVO ECOFUTURO

CAPÍTULO II

SOBRE A DELICADEZA E A POTÊNCIA

As atividades em áreas naturais têm suscitado muitas reflexões que, a partir da experiência, levam-me a explorar e a compreender campos cada vez mais sutis e delicados. Visitas sensíveis e reflexivas são completamente diferentes das visitas técnicas ou científicas aos espaços naturais, mas podem ser planejadas de forma que uma complemente a outra. As vivências consideram o visitante por inteiro, acolhe suas percepções e sentimentos e busca orientá-lo de forma a perceber aspectos muito sutis da mata. Já as visitas científicas priorizam as informações sobre aquilo que já se descobriu sobre a natureza, seja o saber científico seja o das culturas tradicionais. Nessas últimas, os visitantes ocupam uma postura menos ativa, podendo se encantar com o conhecimento que lhes é transmitido. Se planejadas de forma que uma complemente a outra, podem oferecer uma experiência fascinante aos participantes. O importante é que haja encantamento, seja pela natureza em si, seja pelo conhecimento sobre ela que o educador compartilha com seu grupo.

O encantamento é fundamental para formar os alicerces de qualquer conhecimento.

Sem encantamento o conhecimento não nos afeta de verdade. É importante aqui fazermos as devidas distinções entre o "encantar-se com o conhecimento" e o "encantar-se com o fenômeno natural" propriamente dito. Se ambos são muito importantes, reconhecer a diferença entre eles é mais importante ainda. É comum darmos importância muito maior ao conhecimento do que à experiência. Mas quando entramos no campo das vivências com a natureza, somos desafiados a rever essa posição. Há muitas pesquisas bem fundamentadas que afirmam que, para melhores resultados na aprendizagem, a experiência aparece como tão importante quanto o conhecimento.

Para nos encantarmos com o conhecimento não é preciso ter experiência com o elemento sobre o qual se aprende. Basta um bom professor, um bom filme, um bom livro. Mas para nos encantarmos com a natureza, precisamos passar por uma experiência direta com ela, o que exige participação de corpo e alma. E isso não é uma metáfora! Claro, podemos apreciar e nos encantar com incríveis fotos e filmes de natureza. A diferença entre esse encantamento e aquele despertado pela experiência direta é muito sutil e delicada. Pois podemos, em uma visita a uma área natural, nos relacionarmos com as coisas vivas como se elas fossem formas estáticas e, ainda assim, belas. Mas há algo a mais nelas que só percebemos quando nos abrimos a uma disposição especial para essa conexão. É que as coisas vivas estão em permanente mudança. Nunca estão paradas, como usualmente as vemos. "Observar" esse movimento é o fenômeno mais impressionante para se entrar em contato e que afeta diretamente nosso olhar e forma de pensar.

O mais incrível é que, como nós também estamos nesse processo de permanente mutação, colocamos intencionalmente o nosso processo vivo em contato com o daquela planta ou daquele animal e algo invisível para os nossos olhos começa a ser perceptível, pois nossas qualidades mais vibrantes passam a ser sentidas e colocadas a serviço desse diálogo. Para ter experiências diretas com as coisas vivas, somos chamados a participar com o corpo inteiro, aguçando cada um dos nossos sentidos e, mais do que isso, nos dando conta de que nossa capacidade de percepção é muito maior do que aquela que costumamos atribuir aos sentidos. Diversos pesquisadores apontam que temos muito mais que os conhecidos cinco sentidos da visão, olfato, paladar, audição e tato. Os demais sentidos estão difusos em nosso corpo inteiro. Podemos constatar a sua presença analisando a lista abaixo, adaptada dos estudos do educador Michael Cohen[1], norte-americano vinculado à Ecopsicologia. Segundo ele, **nós temos 53 sentidos**. Eis alguns deles:

1. Sentidos das radiações

- Percepção da luz mesmo de olhos fechados.
- Percepção das cores.
- Percepção da própria visibilidade e sua consequente camuflagem.
- Percepção de radiações além da luz.

[1] MICHAEL COHEN, *RECONNECTING WITH NATURE; FINDING WELLNESS THROUGH RESTORING YOUR BOND WITH THE EARTH*, LAKEVILLE, ECOPRESS, 2007.

- Percepção de temperaturas e das mudanças de temperatura.
- Percepção das estações do ano.
- Percepção das ondas eletromagnéticas.

2. Sentidos das sensações

- Audição, incluindo ressonância, vibração, sonar e frequências ultrassônicas.
- Percepção da pressão, particularmente no subsolo, sob a água e sob o vento.
- Sensibilidade ao peso, à gravidade e ao equilíbrio.
- Sentir, em especial o toque na pele.
- Espaço ou proximidade.
- Sentido do movimento, sensações do movimento do corpo e senso de mobilidade.

3. Sentidos químicos

- Olfato, através ou não do nariz.
- Paladar, com ou sem a língua.
- Apetite ou busca de alimento, água e ar.
- Percepção da urgência da busca de alimento, caça.
- Sentido da umidade incluindo sede, controle da evaporação e habilidade para encontrar água.
- Percepção da ação dos hormônios, como os feromônios, e outros estímulos químicos.

4. Sentidos mentais

- Dor externa ou interna.
- Desequilíbrio mental ou espiritual.
- Sentido do medo, percepção de perigo, morte ou ameaça.
- Necessidade de procriação, incluindo percepção do sexo, da corte, do acasalamento e do cuidado com os filhotes.
- Humor, prazer, riso, esportes e brincadeiras.
- Sentido de orientação física, de localização, incluindo percepção detalhada da terra e das paisagens marinhas, das posições do Sol, da Lua e das estrelas.
- Percepção do tempo.
- Percepção dos campos eletromagnéticos.
- Percepção das mudanças de tempo/clima.
- Percepção emocional, de comunidade, de apoio, verdade e gratidão.
- Percepção de si mesmo, incluindo amizade, companheirismo e poder.
- Sentido de dominação e de territorialidade.
- Sentido de colonização, incluindo percepção receptiva dos seres amigos.
- Sentido horticultural e habilidade de cultivar e produzir na terra, tal como as

formigas que cultivam fungos, fungos que cultivam algas e pássaros que deixam alimento para atrair suas presas.

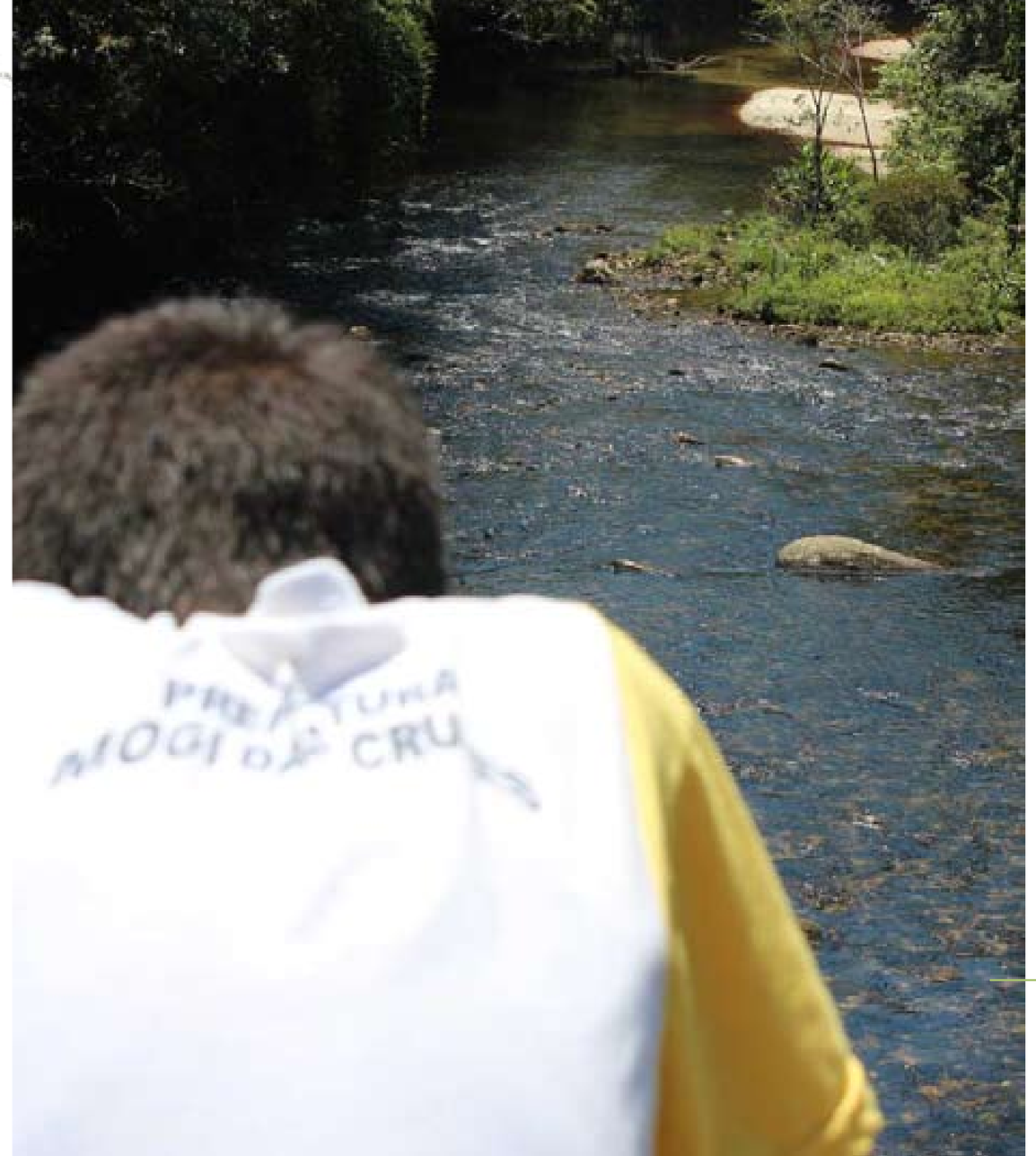
- Sentido da linguagem e de articulação usado para expressar sentimentos e trocar informações em cada meio, desde a dança das abelhas até a literatura humana.
- Sentido de humildade, apreciação e ética.
- Sentido da forma e do desenho.
- Racionalidade, incluindo memória e capacidade para a lógica e para a ciência.
- Percepção da mente e da consciência.
- Senso estético, incluindo criatividade e fruição do belo na música, na literatura, nas artes plásticas, no design e no teatro.
- Capacidades psíquicas, como premonições, clarividência, clariaudição, projeção astral, certos instintos animais e sensitividade das plantas.
- Sentido do tempo biológico e astral, percepção do passado, do presente e do futuro. Capacidade de hipnotizar outras criaturas.
- Sentido de relaxamento e sono, incluindo sonho, meditação e percepção das ondas cerebrais.
- Sentido da formação da pupa, incluindo a formação da lagarta, do casulo e da metamorfose.
- Percepção do estresse excessivo.
- Sentido de sobrevivência, juntando-se a organismos mais estáveis.
- Sentido da espiritualidade, incluindo a consciência, a capacidade de amor sublime, êxtase, pecado, tristeza profunda e sacrifício.

Quando estamos imersos em uma área natural e buscamos equilibrar os pensamentos e as sensações, percebemos como podemos nos dar conta de uma infinidade de fenômenos que acontecem simultaneamente. Essas percepções são delicadas e muitas vezes temos dificuldade até de verbalizá-las. Isso não quer dizer que elas sejam pouco importantes ou imaginárias, mas apenas que não damos a mesma importância entre o que é material, palpável e visível, e o que é delicado, sensível e perceptível sob determinadas condições de silêncio, concentração e atenção. Identificar as palavras que correspondem a essas percepções ajuda a fortalecê-las e a dar-lhes uma existência concreta, sem diminuir a sua potência.

Insistir nessas experiências faz com que percebamos a potência e a energia dos fenômenos sutis e delicados. Embora saibamos que a vida que nos governa é forte e poderosa, não estamos acostumados a vê-la se expressar, a se apresentar sutilmente diante de nós. Quando o conseguimos é porque entramos em contato com a potência da vida, tornando-nos assim mais potentes. Não se trata de adquirir poder pela força. Negar a potência da delicadeza com a força da matéria é travar uma luta desnecessária entre o

que podemos controlar dentro e fora de nós. Para fazer contato com a potência sutil da vida precisamos saber controlar a força dominante das nossas emoções costumeiras e dos pensamentos agitados.

Todos os seres vivos são formados dessa força delicada e sutil que se desenvolve autonomamente, sem comandos externos. Perceber essa força dependerá do quanto formos capazes de comandar internamente, e com determinação, os pensamentos e emoções aleatórios que confundem nossa percepção. Por isso, a experiência sensível com o mundo natural pode nos ajudar a nos tornar mais potentes e capazes de transformar o mundo agindo em favor da vida.



ACERVO ECOFUTURO

CAPÍTULO III

O CORPO HUMANO E A APRENDIZAGEM

Há mais de 4.000 anos, começamos a refletir, dialogar e registrar por meio da escrita os processos de tomada de consciência. Passamos por diferentes fases do pensamento, desde a percepção de estarmos imersos em uma natureza que nos antecede, assusta e domina, até a percepção de estarmos separados dela. Isso nos permitiu modificá-la até sua mais profunda intimidade, dominá-la e a destruí-la em nome de um desenvolvimento idealizado de forma independente das forças naturais. Ao nos afastarmos da natureza para construir um mundo que fosse mais controlado e confortável, nos afas-

tamos também do nosso corpo, que é a natureza que somos, dando mais importância ao pensamento, às descobertas científicas e ao conhecimento consolidado. Apesar das ondas crescentes de estímulos à boa forma, aos exercícios físicos nas academias, às dietas, esses esforços nem sempre conduzem a uma tomada de consciência do próprio corpo. Nós ainda vivemos de forma alheia a ele, e já podemos sentir diversos tipos de desconforto e de doenças.

Ainda que nossas emoções e escolhas definam as formas que o corpo pode tomar, ele é essencialmente natural. Tudo o que acontece com ele acontece também com as plantas e animais: os processos de desenvolvimento, as necessidades fisiológicas, as influências dos ciclos terrestres, da lua e dos astros. Por meio do nosso corpo vivemos um diálogo inconsciente com a Terra, pois para nos desenvolvermos precisamos interagir intimamente com ela por meio da água, da respiração e dos alimentos. O modo como fazemos isso varia de um povo para outro.

Dentro de uma mesma cultura, as variações se devem aos aspectos psicológicos, socioeconômicos, emocionais e espirituais de cada pessoa. Nós vivemos em uma cultura moderna, ocidental e globalizada, a princípio liberal, onde cada indivíduo pode se tornar um cidadão e fazer escolhas de acordo com seu livre arbítrio, seguindo apenas as restrições legais e de regulamentos formais. Vivemos dentro de um abrangente leque de possibilidades, e sabemos que este pode se abrir cada vez mais e incluir os anseios de todas as pessoas.

Seja lá como fazemos essas escolhas, as fazemos de forma limitada e coerente com nossas características corpóreas. Nosso corpo é um forte elemento da nossa identidade. Não é confortável viver considerando o corpo como algo "ao lado" de nós. Por menor que seja a consciência corporal, o corpo ainda vai funcionar de forma coerente com a da nossa espécie. Por mais que o clima mude, só vamos conseguir respirar de acordo com as concentrações de gases, sobretudo oxigênio, a partir do qual nosso corpo evoluiu. Isso ocorreu a partir de uma rede complexa de interações com milhões de outras espécies, que estavam ao mesmo tempo regulando os ciclos de todos os elementos, tornando as concentrações de gases muito específicas para que a Terra pudesse acolher tanta variedade de espécies. Os seres vivos produzem, a todo instante, quase todos os gases que compõem a atmosfera, realimentando-a permanentemente, de forma a manter o equilíbrio exato e necessário para a vida na Terra. A taxa de oxigênio da atmosfera é constante, em torno dos 21%. Um pouco mais que isso haveria incêndios por toda parte; um pouco menos, morreríamos.

"E se os seres vivos não transformassem os nitratos salgados em nitrogênio, e não lançassem esse nitrogênio no ar, os mares se tornariam muito salgados para que a vida continuasse a existir neles, e a atmosfera perderia seu equilíbrio." (Elisabeth Sahtouris[2])

Mas o que isso tem a ver com o aprendizado? Nosso cérebro evoluiu a partir dessas interações e precisaremos sempre delas para continuar evoluindo. Todas as espécies

[2] ELISABET SAHTOURIS, *A VIDA OCULTA DE GAIA*, SÃO PAULO, GAIA, 1997, IN ANA AUGUSTA ROCHA, SOMOS TERRA, SÃO PAULO, AUANA EDITORA, 2011.

coevoluem. Não é possível seguirmos nosso caminho evolutivo de forma independente das outras espécies. Quanto mais espécies conseguirmos conservar, mais espécies teremos para interagir, mais ricas serão as trocas biológicas e maiores possibilidades teremos para o futuro. É fundamental refletirmos sobre isso ao discutirmos o papel da educação e ao pensar uma outra educação que considere a evolução biológica humana.

Segundo Elisabeth Sahtouris, a inteligência é fonte, e não resultado da evolução. A vida é um processo inteligente. Nós, humanos, somos capazes de criar conscientemente mundos muito diferentes dos ambientes a partir dos quais emergimos, mas ainda assim nossa inteligência segue sendo um fenômeno biológico. Nunca deixamos de interagir com todos os seres vivos, como acontece com todos os processos vivos desde o início da vida na Terra. Por isso, mais do que nunca é tão necessário aprender a ouvir a natureza para seguir criando mundos integrados à evolução dos processos vivos. Podemos optar pela vida ao escolher os caminhos do desenvolvimento social, se quisermos.

Acreditamos que podemos desenvolver a inteligência de uma forma integral, por meio de uma educação que enfatize os processos vivos e que seja aberta às interações e cuidados com outros seres. Acreditamos, também, que o aprendizado pela experiência é fundamental para embasar o conhecimento que se quer transmitir na educação. A experiência consegue trazer nossa atenção para a percepção do agora – único tempo em que o vivo pode ser realmente sentido/percebido. Assim como na metamorfose, é no agora que o velho e o novo coexistem, ou seja, **o conhecimento pré-existente e o aprendizado pela experiência juntos possibilitam que cada passo no aprendizado seja um passo biologicamente evolutivo.**

Por isso é tão importante trabalhar com as crianças fora da sala de aula. Levá-los para aprendizagens ao ar livre é resgatar os aspectos essenciais da inteligência humana e colocá-los à disposição da evolução da vida. Ao mesmo tempo, proporciona a professores, educadores e pais, momentos prazerosos de intenso estímulo sensorial, quando todos participam como seres integrais com o que têm de melhor. Nessas situações, professores, alunos e pais se tornam aprendizes e podem melhorar e aprofundar suas relações pessoais. Os padrões pré-estabelecidos se flexibilizam e todos caminham juntos com confiança e afeto.

ACERVO ECOFUTURO

CAPÍTULO IV

CONHECENDO MAIS A SI MESMO

O que fazer para conhecer mais nossa própria natureza? Todos sabemos que somos diferentes uns dos outros. Embora tenhamos noção de nossa singularidade, muitas vezes agimos como se tivéssemos as mesmas necessidades, temperamentos ou reações. Nossa cultura nos faz ter a impressão de sermos homogêneos, com metabolismos, medidas e estilos iguais; como se reagíssemos da mesma forma aos estímulos da propaganda. É importante pararmos para nos auto-observar e reconhecer o nosso perfil específico, de forma a afirmar nossa potência no mundo. Precisamos desenvolver o senso crítico e cultivar discernimento das coisas, pessoas e lugares.

Quanto mais sabemos de nós mesmos, mais podemos ser autênticos e nos mostrar inteiros a todos. Para os educadores, e nessa categoria incluo os pais e todos que se relacionam com crianças, isso é especialmente importante, pois o que elas mais precisam é de adultos que se relacionam com a vida de forma consciente e genuína, que observam, refletem e reagem de forma coerente. Apesar de estarmos tão perto de nós mesmos, nem sempre é fácil saber quem somos. Isso requer tempo, disponibilidade

para ver tanto nossa luz quanto nossa sombra e coragem para assumir quem somos.

As dicas deste capítulo podem ajudá-lo a seguir um caminho de permanente ampliação da consciência e de aceitação de si, mesmo quando estiver vivendo um importante processo de mudança.

Entenda que, para se conhecer, você não precisa mudar de trabalho. Toda atividade tem prós e contras, uma vez que todos temos muitos "lados". Mas quando observamos, com paciência e cuidado, como reagimos aos desafios do dia a dia profissional, aprendemos a passar mais tempo fazendo o que nos apraz e menos tempo naquilo que nos incomoda. Algumas pessoas que gostam muito do que fazem não conseguem distinguir momentos de férias dos momentos de rotina diária, pois têm uma relação tão estimulante com o trabalho que ele se torna um prazer, tanto quanto estar na praia ou na montanha!

Quando perguntavam ao Mahatma Gandhi, que trabalhou tão intensamente para libertar a Índia de forma pacífica, se ele não deveria tirar umas férias de vez em quando, ele respondia: "Mas eu estou sempre de férias!". Acredito ser este o estado ideal a ser buscado em relação ao que fazemos. Outro aspecto importante é garantir que haja sempre aprendizado em suas atividades. Aprender é uma das características que nos faz humanos. Permanecer numa situação de repetição e monotonia não torna nossa vida significativa, nem nos faz sermos o melhor que poderíamos ser. Todos estamos em evolução, e nos seres humanos a evolução se dá na consciência, que só se expande enquanto se mantém aprendendo. Não basta aumentar os conhecimentos sobre o que nos interessa. É preciso também aprimorar incessantemente nossa compreensão do mundo, da razão das coisas serem como são. Procure compreendê-las. Use a linguagem do coração para fazer contato com o que precisa ser compreendido.

Evite a comodidade de repetir o que já conhece e fez no ano passado. Mesmo sobre um tema conhecido é possível um olhar inusitado e coerente com seu estado emocional. Isso vai ficando mais fácil pelo contato com a natureza. Você se perceberá diferente a cada dia, com novos humores, necessidades e disposição. Tire proveito dessas variações tornando seu dia agradável. Sinta respeito por si mesmo e tudo fluirá harmonicamente.

A fim de atender várias demandas, é comum deixarmos de respeitar nossos próprios limites. Com o tempo, isso gera doenças e estresse. Seria bom reconhecermos que a maioria das doenças são reações da alma ao não atendimento de suas necessidades mais profundas. Por isso, é importante a auto-observação e os momentos de cuidar de si mesmo.

DICAS PARA COMBATER O ESTRESSE:

Sente-se e respire calmamente. Bastam alguns minutos de auto-observação, até mesmo cinco minutos, todos os dias. Observe a respiração, os pensamentos. Apenas observe-os, criando uma intimidade com eles. Procure fazer isso todos os dias, de manhã e à noite, antes de dormir. Pela manhã, defina uma intenção para o seu dia. Algo como uma emoção ou imagem que possa permear tudo que fizer. E à noite, antes de apagar a luz, reveja a influência que sua intenção teve nas atividades, relações e reações do dia. Com o tempo é possível perceber que a mente é capaz de muito mais do que se imagina. Uma das primeiras conclusões que essa prática traz é que a felicidade e o bem-estar são fundamentais para que haja harmonia em nossa vida.

Se você quiser levar a sério o seu processo de auto-conhecimento, faça um Diário de Campo. Por que de campo, se você não é um cientista em viagem de exploração? Bem, na minha visão, você é, sim, um cientista. A vida é uma grande aventura que merece ser observada, como fazem os exploradores. Pegue um caderno pequeno e deixe-o na cabeceira da cama. Não o trate como um diário no sentido convencional, mas escreva somente o que sente que é importante: os aprendizados do dia, o que te tirou do lugar, o que é invisível, mas que você conseguiu observar. Garanto que nada disso ocupa tempo. Uns 10 minutos, no máximo. Quando isso fizer parte de sua rotina você poderá sentir os benefícios. Apenas anote e deixe fluir. A vida é fluxo. Tanto a nossa como a da Terra, que são a mesma, afinal! Nunca teremos certeza sobre como foi o seu começo e como será o seu fim. O melhor que podemos fazer é honrar e cuidar desse fluxo que passa por nós neste momento.

ACERVO ECOFVUTURO

O que tudo isso tem a ver com as atividades em área naturais? Se tivermos um bom trabalho interior poderemos desfrutar das atividades com a natureza de forma muito mais proveitosa, reconhecendo as qualidades sutis que nos unem a todas as plantas e animais, e fazendo dessas visitas verdadeiros encontros de reconhecimento da fonte que nos une e nos distingue. As experiências serão momentos de celebração e afeto.

ACERVO ECOFUTURO

CAPÍTULO V

A NATUREZA NÃO É SALA DE AULA

Para trabalhar fora da sala de aula é preciso reconhecer as características de um espaço aberto e fazer proposições educativas coerentes com ele. **Sair da sala de aula para dar aulas da mesma forma que entre quatro paredes é o mesmo que ficar em uma piscina como se estivesse em uma banheira!** É preciso aproveitar ao máximo essa saída, que vai requerer do professor o uso de outras estratégias e um posicionamento diferente. O espaço fechado da sala de aula permite que o professor controle o comportamento dos alunos. No espaço aberto, a atitude controladora precisa ser substituída pela de coaprendiz, corresponsável e orientador, pois nada na natureza é passível de controle; ela é radicalmente espontânea e influencia os visitantes instantaneamente!

Para promover essa mudança, o professor deve criar reciprocidade e confiança com seu grupo. Antes de sair da sala, recomendo a prática de Jogos Cooperativos[3] para desenvolver o senso de coletividade, de cooperação e complementaridade, **favorecendo relações harmoniosas por todo o ano.**

[3] saiba mais sobre jogos cooperativos em www.Jogoscooperativos.Net. Também recomendo o livro JOGOS COOPERATIVOS: *SE O IMPORTANTE É COMPETIR, O FUNDAMENTAL É COOPERAR!*, DE FÁBIO OTUZI BROTTO, publicado pelo projeto cooperação, em 1997.

Um outro estilo de jogos é proposto por David Earl Platts, que facilitou incontáveis processos de integração de grupos na ecovila de Findhorn, na Escócia. Seus jogos, no livro *Autodescoberta divertida – uma abordagem da Fundação Findhorn para desenvolver a confiança nos grupos,* são delicados, simples e muito eficazes. Recomendo-os para a construção e fortalecimento de grupos, mesmo quando permanentes, como os de estudantes. Tanto os jogos cooperativos quanto os de Findhorn não são voltados para experiências com a natureza, mas são importantes para a percepção individual de si mesmo e do grupo, e para desenvolver o senso de pertencimento e vínculo, fundamentais para o comportamento ambientalmente engajado que desejamos que todos desenvolvam.

A metodologia desenvolvida pela *Sharing Nature Worldwide*[4], chamada em inglês de *Flow Learning* e, em português, de Aprendizado Sequencial, é inteiramente dedicada às vivências com a natureza. Excelente para o educador que decide sair da sala de aula com os alunos, parte do pressuposto de que, por mais que o professor tenha uma temática central a desenvolver, o reconhecimento e a interação com os elementos vivos do ambiente devem ser priorizados dentro dos conteúdos a serem trabalhados. Estes são conteúdos imprevisíveis, assim como é imprevisível o que mais vai chamar a atenção e atrair o interesse dos alunos.

Para trabalhar fora da sala de aula, o professor deve conhecer a si mesmo e modificar, pouco a pouco, suas relações com a classe. Estas precisam ser verdadeiras, olho no olho, sob uma atmosfera de confiança, entusiasmo e alegria. As aulas podem seguir os temas planejados ou não. O professor pode intercalar as aulas temáticas com aulas de exploração do mundo à sua volta. Todas as disciplinas podem ser trabalhadas fora da sala de aula e com a natureza. Mais do que um tema a mais, a natureza vai estimular os sentidos, o senso de interesse pelo conhecimento e o entusiasmo de aprender pela experiência. Alunos com dificuldades em temas específicos podem superá-las sendo levados a um local aberto, possivelmente mais coerente com seu ambiente interno.

Todos podemos reconhecer o que é o nosso ambiente interno e o externo. Um está dialogando com o outro o tempo todo. Quanto mais diversificado o ambiente externo, mais oportunidades cada um terá de criar um rico ambiente interno. As salas de aula estimulam o plano mental. O ambiente ao ar livre estimula o ser integral, com o corpo, sentidos, sentimentos em equilíbrio com o plano mental.

As crianças são a natureza tornando-se humana. É importante que elas tenham o direito à convivência com os outros seres vivos com os quais elas sentem grande proximidade. As vivências com a natureza devem, nesse sentido, conservar o vínculo que as crianças já têm, conservando assim sua essência, e são uma forte aliada da educação do ser humano integral.

A natureza também pode ser escolhida como o ambiente mais favorável à aprendizagem, permitindo que os alunos aprendam de forma orgânica e respeitosa de suas

[4] SHARING NATURE WORLDWIDE WWW.SHARINGNATURE.COM, INICIATIVA REPRESENTADA NO BRASIL PELO INSTITUTO ROMÃ WWW.INSTITUTOROMA.COM.BR.

características individuais. Em espaços abertos, os alunos poderão caminhar devagar com o grupo – em duplas ou em pequenos grupos –, ou ficar sentados no chão em círculo para compartilhar descobertas e se encantar com o que quer que os atraiam.

Com o tempo, o professor poderá reconhecer aprendizagens igualmente importantes, despertando o interesse para outros conteúdos, melhorando as relações sociais dos alunos entre si e com ele, aumentando a capacidade de aprender, desenvolvendo a capacidade de ter autonomia e reflexão, mobilizando-se na reparação ou construção de algo de interesse coletivo.

O dentro e o fora é, na verdade, um gradiente de situações entre as mais internas e as mais externas. Mas estamos acostumados a ver que uma coisa é dentro da sala de aula, outra coisa é fora dela. Uma coisa é o que pulsa dentro de mim, outra coisa é o que vibra fora. Uma coisa é o que acontece no âmbito escolar, outra coisa é o que acontece na sociedade.

Podemos integrar esses campos. Está na hora de fazermos as pontes e colocarmos abertamente, em nossas relações, aquilo que somos interiormente. Fazer a ponte entre a sala de aula e o mundo. Fazer a ponte da escola como vetor de construção da sociedade. Fazer a ponte entre a sociedade e a natureza, em que uma é aspecto essencial da outra.

Sair da sala de aula pode ter um papel político-social muito maior do que se pode imaginar. Significa posicionar-se pela construção de uma sociedade que inclua as diferenças e oposições. E que, em todas as situações da vida, mesmo as mais difíceis, sejam momentos privilegiados de aprendizagem

AULA FORA DA SALA É DIFERENTE DE SALA DE AULA AO AR LIVRE?

ACERVO ECOFUTURO

CAPÍTULO VI

COMO PLANEJAR UM PROGRAMA DE VIVÊNCIAS COM A NATUREZA

Para conduzir um grupo de Vivências com a Natureza recomenda-se que o educador planeje as atividades em detalhes. Costuma-se dizer que ele se torna um artista que dispõe de três elementos:

– a si mesmo, com suas disposições e inspirações;
– a área natural e suas características próprias;
– o perfil do grupo

Quanto mais conhecimento tiver sobre esses três elementos, mais chances terá de realizar uma atividade prazerosa e rica em aprendizagens para todos. Para isso é bom que:

– O educador faça uma visita prévia ao local, percorrendo todo o percurso que fará com o grupo, mesmo que conheça a área e a visite com frequência. A natureza muda todos os dias e quanto mais bem informado, (galho que caiu, nova toca de tatu, árvore que floriu, pegadas de animais, etc.) melhor proveito poderá tirar delas. Entre em

contato com as qualidades únicas daquela mata, percebendo as nuances que a fazem ser quem é. Por exemplo, cada trilha de Mata Atlântica tem suas próprias singularidades e é importante que possa percebê-las, muito mais do que saber quais são suas características comuns. São essas qualidades próprias que serão suas aliadas ao conduzir um programa com seu grupo.

– Enquanto percorre a trilha, anote os locais onde pretende fazer cada atividade. Programe o tempo delas e o tempo total que levará para percorrer a trilha com todas as atividades. É importante esse planejamento para ter a segurança de, no momento em que estiver com o grupo, poder modificá-lo inteiramente, caso as demandas do momento exijam.

– Conheça o perfil do público: sua média de idade, a experiência com esse tipo de atividade, o motivo da visita, entre outros aspectos. Isso é importante para que o educador planeje as atividades de forma coerente e alinhada com o público que irá conduzir. Sempre que possível, prepare uma ficha de inscrição, que deve ser preenchida e enviada antes da visita, para que estude o perfil do grupo e escolha as dinâmicas adequadas.

– Tenha o material adequado. Algumas atividades precisam de materiais como papel, lápis, vendas, atividades impressas. É essencial que o educador tenha os materiais adequados para a atividade que quer propor. Aconselha-se que leve os materiais consigo e os distribua apenas no momento de cada exercício.

– Faça o planejamento das atividades. O planejamento prévio serve para deixar o educador seguro e preparado. Deve planejar mais atividades do que conseguirá aplicar, eliminando algumas durante a visita. O fato de não conseguir aplicar tudo o que planejou não é sinal de fracasso, apenas sinaliza que o educador foi sensível para atender as necessidades do momento e não ficou apegado ao roteiro. Mais vale ter um olhar atento para as necessidades do grupo. E ainda, se sentir que deve propor algo não previsto, deve tentar atender. Com a prática percebe-se ser este um trabalho que traz grande aprendizagem ao educador, que serve ao propósito maior das vivências, ou seja, de proporcionar momentos de forte interação e integração das pessoas consigo mesmas, umas com as outras, e com a natureza.

– Tenha alguém como assistente. É possível conduzir sozinho um programa de vivências com a natureza, mas com alguém para ajudar é melhor. Um assistente dá suporte nos cuidados, distribuição e recolhimento dos materiais, pode evitar a dispersão da trilha, pode dar mais atenção aos participantes e atender em outras situações que o educador precisar.

– Prepare-se e concentre-se antes de começar. Reserve um tempo para isso, da maneira que achar mais conveniente. Este momento serve para o educador focar sua atenção, renovar suas intenções e se conectar com o lugar onde realizará as atividades.

– Aprenda a lidar com o imprevisível. Saber que os fatos da vida são imprevisíveis

ACERVO ECOFUTURO

é um passo. O seguinte é perceber como cada pessoa reage diante do imprevisível. Caminhar na natureza é contatar o imprevisível. As matas em geral têm um microclima diferente do que pode ser previsto pela meteorologia de uma dada região. Podemos ser surpreendidos por chuva em época de seca e caminhar sob um sol escaldante em tempos de chuva. Portanto, é fundamental aprendermos como reagir diante desse fato da vida. Explorar essa questão é criar alicerces sólidos e educativos na psique nos estudantes. Ao expor-se ao tempo, o visitante pode abandonar a antiga postura de querer planejar e controlar tudo para aceitar e ampliar sua percepção do que acontece. Para que lado sopra o vento? Que mudanças ocorreram durante o dia? Quais variações de luz? Que gráfico cada um faria sobre as oscilações da própria percepção térmica? A temperatura muda durante um dia e, com ela, a sua percepção. O que acontece quando chove? Que tipo de modificações a chuva provoca ao planejamento da visita? Visitar um lugar também significa visitar a sua chuva? Abandonar o desejo de controlar o incontrolável é um gesto transformador. Preparar as pessoas para isso é muito mais realista do que criar ou reproduzir realidades imaginadas sem conexão com a realidade da vida.

Estas orientações auxiliam o educador para uma condução bem sucedida de um programa de atividades com a natureza. Tudo para que os participantes tenham uma experiência profunda e intensa, por meio de uma atmosfera leve e alegre criada pelo educador, de forma que todos se coloquem a serviço da vida, cumprindo cada um o seu propósito com entusiasmo e inteireza.

FOTO: JULIANA COUTINHO
ACERVO ECOFUTURO

CAPÍTULO VII

O APRENDIZADO SEQUENCIAL [5]

O nome original em inglês da metodologia Aprendizado Sequencial é *Flow Learning*. Criada para ser aplicada em área ao ar livre, de preferência rica em natureza, foi desenvolvida pelo professor Joseph Cornell, fundador da organização *Sharing Nature Worldwide*. No Brasil, suas atividades são coordenadas pelo Instituto Romã de Vivências com a Natureza. Segundo Cornell, essa metodologia serve para as pessoas aprenderem por meio da experiência com a natureza, saindo do âmbito das ideias, informações e conceitos, ou para que ao menos possam formulá-los a partir da própria experiência. Ele empenhou-se em criar atividades delicadas com grande potencial de levar as pessoas a percepções sutis do mundo natural. Acreditando que a sensibilidade é o fruto mais precioso da educação, suas atividades *Sharing Nature* permitem que todos – educadores e participantes – aprendam com o coração.

O educador que conduz uma vivência com o Aprendizado Sequencial se inspira nas seguintes recomendações:

Ensine menos e compartilhe mais. O educador se mantém aberto para que a natureza seja a mestra e que ele seja um facilitador desse processo. Espera que os participantes se surpreendam com os fenômenos naturais, e se encantem com tudo que

[5] Esta metodologia é apresentada detalhadamente no livro VIVÊNCIAS COM A NATUREZA 2, DE JOSEPH CORNELL, SÃO PAULO, EDITORA AQUARIANA, 2008. Os comentários e recomendações aqui propostos são baseados nas experiências do Instituto Romã de Vivências com a Natureza, www.institutoroma.com.br

ele compartilhar. Não vai ensinar coisas, "passar" conteúdos, mas compartilhar as experiências que ele próprio vivenciar. E, claro, como o faz sempre e profissionalmente, pode ser que ele tenha mais "intimidade" com a natureza e mais repertório, chamando atenção para aspectos que o atraírem durante a visita.

Seja receptivo. O educador não está ali para julgar o que as pessoas sabem ou deveriam saber sobre a natureza, nem como deveriam se comportar. Deve ser receptivo tanto às pessoas – organizando de forma a conduzi-las para um estado de encantamento – quanto aos fenômenos naturais.

Concentre a atenção das pessoas. Todos aproveitarão melhor a visita se as pessoas acalmarem a mente e atentarem para o que a natureza apresenta naquele instante. Isso não é fácil, mas o educador terá ferramentas que o ajudarão nessa etapa fundamental da metodologia, pois sem esse aquietamento não dá para afinar a percepção e a observação, bloqueando o acesso ao campo sutil e fascinante dos processos vivos.

Observe e sinta primeiro, fale depois. Os fenômenos naturais podem nos surpreender a qualquer momento e serem apreciados com profundidade e detalhe. É comum que, como educadores, tenhamos o impulso de comentar, exclamar. Não deixa de ser bom comunicar o espanto, mas falar logo também diminui as possibilidades de uma apreciação mais profunda, de internalização e identificação no próprio corpo de como certo fenômeno afeta cada um. Quanto mais identificarmos como e quanto aquilo verdadeiramente nos afeta, mais impressões positivas se enraizarão em nós. Isso é especialmente importante pois não podemos perder a capacidade de contemplar, de nos encantarmos com o belo e de sustentar o espanto diante do milagre da vida. Com essa vivência, criamos um espaço interno capaz de conviver com o que é bom, belo e verdadeiro, ampliando-o e fortalecendo-o.

Crie um ambiente leve, alegre e receptivo. Toda experiência com a natureza pode ser leve, de forma que os fluxos vivos sejam compartilhados tal qual uma dança suave ao sabor do vento. A alegria, que inicialmente costuma ser agitada e animada, pode tornar-se profunda, no decorrer da experiência. Conhecemos pelo menos essas duas possibilidades de alegria e ambas precisam ser experimentadas, e suas impressões marcadas em nossa experiência corporal. A terra, as plantas e os animais são naturalmente receptivos à nossa visita. Nossas imagens e emoções é que os tornam, às vezes, "assustadores". Existe uma relação direta entre o comportamento das pessoas e os riscos de se machucarem de alguma forma. É preciso criar um ambiente receptivo para sermos acolhidos pela natureza e assim desfrutar de sua hospitalidade, evitando ações agressivas ou desatentas, caminhando com cuidado e interesse.

Trabalhe COM a natureza e não para ela. O grande diferencial do Aprendizado Sequencial é possibilitar um diálogo intenso com a natureza. O tom é de parceria e

ACERVO ECOFVUTURO

não com a postura de quem vai "salvá-la" ou de quem é "generoso" e deseja sua sobrevivência. A vida se mantém por meio de fluxos invisíveis e sutis, porém fortes, potentes e cheios de energia. Ela também flui em nós, embora isso não seja tão evidente.

O Aprendizado Sequencial prevê um conjunto diverso de atividades, jogos e dinâmicas que seguem um fluxo de energia, da mais agitada para a mais concentrada, depois para a contemplativa e em seguida para a poética. O educador escolhe as atividades que preferir, de acordo com o local e com o grupo.

As quatro fases do Aprendizado Sequencial serão descritas a seguir. Algumas atividades serão apresentadas nos diferentes capítulos, de acordo com o grau de intimidade com a natureza que elas requerem.

FASE 1 – DESPERTAR O ENTUSIASMO

Para começar, o educador deve criar uma atmosfera de grupo, ou seja, que cada participante tenha percepção clara de que está em grupo e de que a visita trará experiências individuais, mas dentro de um contexto coletivo. As disposições e atmosferas dos participantes tendem a variar, e esta primeira fase é excelente para harmonizar e para criar uma atmosfera própria daquele grupo naquele momento. No caso de já terem passado por outras atividades que contribuíram para os objetivos acima citados (como atividades corporais, danças circulares ou jogos cooperativos), então o educador poderá decidir se ainda inclui alguma atividade da Fase 1. Caso queira muito propor algumas delas, sugerimos que escolha apenas uma ou duas.

Qualidades:

Divertimento, atenção, consciência de pertencimento ao grupo, harmonização das disposições dos participantes.

Objetivos:

Criar atmosfera de entusiasmo.
Tornar dinâmico o início e estimular a receptividade. Superar a passividade.
Criar envolvimento.

Minimizar problemas de disciplina.
Desenvolver conexão e afeto pelo educador.
Criar boa dinâmica de grupo.
Proporcionar direcionamento e estrutura: revela ao grupo que as vivências estão organizadas e têm objetivos claros.
Preparar para as próximas atividades, mais sensíveis.

De um modo geral, não há um número definido de atividades. O educador deve estar pronto para conduzir três ou quatro atividades para cada fase, sempre observando se o grupo já alcançou os objetivos daquela fase. Nesse caso, deve abrir mão das atividades restantes planejadas, indo para a fase seguinte. O importante é que ele esteja flexível e atento aos movimentos do grupo. Por outro lado, se o educador não conseguir alcançar os objetivos acima, deve propor mais atividades desta fase até consegui-los. Como quase sempre existe restrição de tempo, não deve se preocupar se não conseguir passar pelas quatro fases. É melhor permanecer no ponto em que as pessoas estão e atendê-las no que precisam e podem naquele momento, do que propor atividades mais sensíveis e o grupo não conseguir concentração e aproveitamento. **Não recomendamos entrar em uma trilha com as pessoas ainda agitadas e dispersas. Além de não aproveitarem, não conseguirão ouvir as orientações do educador e isso pode significar situações de perigo.**

FASE 2 – CONCENTRAR A ATENÇÃO

Nos programas do Instituto Romã, realizados em ambientes brasileiros, é comum que as atividades da Fase 1 aconteçam em área aberta e com menos elementos naturais, e que as atividades da Fase 2 em diante sejam feitas nas trilhas. Antes de entrar na trilha recomendamos que façam uma roda e que o educador retome com o grupo o que acontece no momento presente: o grupo, as atividades, a busca da conexão com a natureza, a evolução das espécies, em quais etapas a espécie humana se desenvolveu junto com todas as demais espécies, o que distingue os humanos dos outros seres vivos, o que nos une, enfim, tudo o que o educador possa trazer para que o grupo atinja o máximo grau de consciência do agora possível. Pode também fazer observações sobre o corpo e sugerir que observem como estão sentindo as diferentes partes do corpo e que emoções pulsam mais forte naquele momento. Aqui incluímos também alguns exercícios de alongamento e consciência corporal, a fim de criar um ambiente propício para o que vem a seguir. Da Fase 2 em diante, todos tendem a estar mais atentos aos eventos da natureza e a falar cada vez menos, naturalmente. O educador deve concentrar as suas falas nas explicações das atividades; quando for o caso, facilitará o diálogo sobre as experiências no final daquela atividade específica. Isso deve ocorrer sem proibições ou inibições.

Qualidades:
Desenvolver a receptividade.

Objetivos:
Aumentar o nível de atenção.
Ampliar a percepção pelo aumento da atenção.
Canalizar positivamente a energia do entusiasmo trabalhada na Fase 1. Desenvolver habilidades de observação.
Acalmar a mente e mantê-la alerta.
Desenvolver a receptividade para experiências mais sensíveis com a natureza.

Assim como na Fase 1, é desejável que os objetivos desta fase sejam atendidos antes de ingressar na próxima. Esta metodologia parte do pressuposto de que não é possível ampliar a percepção e entrar em conexão profunda com a natureza sem um trabalho de acalmar a mente, como é proposto na Fase 2. A natureza tende a não se mostrar para quem está agitado, desinteressado e sem vitalidade. As atividades desta fase são preciosas para resgatar a percepção e conexão consigo mesmas, uma vez que hoje as pessoas vivem agitadas e dispersas, com dificuldade de concentração.

FASE 3 – EXPERIÊNCIA DIRETA

As atividades da Fase 3 são as mais sensíveis e delicadas. As anteriores preparam o grupo para este momento especial, em que a natureza, com toda sua plenitude e beleza, pode se revelar. Poucas são as pessoas que sempre estão em estados de calma e alinhamento interior, a ponto de já estarem prontas para a Fase 3. Mas pode ocorrer de um grupo optar pela meditação, yoga ou atividades marciais orientais, então não será preciso propor atividades das Fases 1 e 2.

Qualidades:
Absorção, intuição, conexão, empatia, vínculo.

Objetivos:
Aprender com o coração.
Aprender pela experiência direta, intuitiva, vivida.
Estimular o encantamento, a empatia e o amor.
Compreender com profundidade os ideais ecológicos.
Permitir que a natureza se revele.

O fato de alguém já ter feito uma atividade de experiência direta não quer dizer que

não possa fazer novamente, pois tudo o que está vivo está em movimento. Nenhuma planta ou animal, nem mesmo nós, estamos estáticos. As transformações são lentas e constantes, de modo que tais atividades sempre podem revelar alguma surpresa, por mais que as pessoas já as tenham praticado em um mesmo ambiente. "Não se navega duas vezes em um mesmo rio"– já dizia Heráclito! Por também vivermos em processo vivo, e por estas atividades proporcionarem o contato com fluxos vivos, tem-se aí uma maravilhosa oportunidade para estabelecer vínculos, que se tornarão, em muitos casos, indissolúveis.

FASE 4 – COMPARTILHAR A INSPIRAÇÃO

Após a imersão gerada pelas atividades da Fase 3, muitos terão feito contato com aspectos da natureza e de si próprios antes desconhecidos, com uma impressão interior fácil de se dissipar, mesmo que tenha sido muito agradável. Por isso, a Fase 4 é muito importante: ajuda os participantes a terem consciência e a darem nome à experiência que tiveram, de forma que ela passe a fazer parte de sua história. Ao ouvir as inspirações dos outros, a aprendizagem de cada um se amplia, permitindo, muitas vezes, identificar aspectos da própria experiência.

Qualidades:

Ampliação, enraizamento, expressão.

Objetivos:

Clarificar e intensificar as experiências pessoais
Reforçar o sentimento de equidade.
Nomear experiências profundas.
Estimular a expressão artística.
Criar vínculo.
Dar um *feedback* para o educador, para que perceba se alcançou seus objetivos pelo nível de inspiração das expressões dos participantes.

ACERVO ECOFUTURO

CAPÍTULO VIII

ESPAÇOS EDUCADORES

Os espaços educadores são os ambientes naturais, em seu gradiente de presença de uma variedade de seres vivos. O educador que vai trabalhar ao ar livre encontrará pelo menos um desses ambientes; parques naturais, parques urbanos, praças e jardins.

OS PARQUES NATURAIS

Os parques naturais são as áreas naturais que foram escolhidas para serem protegidas, onde não é permitido nenhum tipo de exploração que afete a saúde de seus ecossistemas. São também conhecidas como Unidades de Conservação da Natureza. Este é o termo técnico utilizado pelos órgãos gestores. Podem ser particulares ou públicas, municipais, estaduais ou federais. Estas áreas foram definidas como UC (Unidade de Conservação) por apresentarem características ecológicas fundamentais para a proteção das espécies. Os ecossistemas ali protegidos se desenvolvem expressando ao máximo as suas características naturais. Em comparação, nos parques urbanos ou jardins, as plantas, principalmente, foram escolhidas e plantadas segundo algum critério paisagístico.

Numa UC não há expectativas nem definições sobre onde e como devem crescer as plantas. Nessas áreas, a natureza é quem dita as regras. Em geral, são áreas extensas, pois um ecossistema exige uma área grande para que as espécies possam se reproduzir, amadurecer e garantir a saúde, a diversidade e a vitalidade de seus componentes. Muitas escolas levam os alunos para UCs, que costumam receber visitas escolares. Algumas monitorias são especializadas em vivências com a natureza e conduzem crianças e jovens a uma aventura de aprendizagem sensível com a natureza. Dentre estes últimos podemos citar: Parque das Neblinas, do Instituto Ecofuturo, em Taiaçupeba, SP; Projeto Viva a Mata, da Copercitrus, em Bebedouro, SP; Centro de Experimentos Florestais, da SOS Mata Atlântica, em Itu, SP; Estação Veracel, em Porto Seguro/Eunápolis, BA, entre outros.

A experiência direta e sensível em parques naturais é inigualável. Ao entrar em contato com uma diversidade imensa de outros seres vivos, nossos corpos ficam ativados, nossos sentidos despertos e capacidades que nem imaginávamos ter começam a se revelar, sobretudo se nos abrimos para atividades sensíveis, atentas e delicadas.

O Brasil tem 313 Unidades de Conservação Federais, geridas pelo Instituto Chico Mendes de Conservação da Biodiversidade. Elas estão distribuídas por todos os principais biomas brasileiros: Amazônia, Caatinga, Cerrado, Mata Atlântica, Pampa, Pantanal e Marinho. Precisamos visitar essas áreas e desfrutar ao máximo dessa luxuosa convivência com seres únicos.

OS PARQUES URBANOS

Os parques urbanos são também locais apropriados para aprendizagem ao ar livre. Algumas cidades têm parques que incluem monumentos históricos e contam algo da história do lugar. Todo parque tem espécies variadas de árvores de grande

porte que merecem ser observadas e estudadas. Desenvolver atividades debaixo de uma delas pode ser agradável e reservar boas surpresas. Quando estiver tratando de algum conteúdo com os alunos em espaços abertos, e passar uma borboleta, pássaros cantarem ou um envoltório de sementes se abrir e despejar no solo sementes aladas, acolha esses eventos e integre-os à sua fala. Acolha as impressões e sentimentos dos alunos em relação a esses fenômenos. Isso fará toda diferença. A vida é cheia de eventos imprevisíveis. Aprender a lidar com eles é um conteúdo dos mais importantes na vida.

Quando os parques urbanos são visitados pelas escolas, em geral professores e coordenadores têm uma programação definida, em especial se o parque tem equipamentos históricos ou um jardim botânico, viveiro ou planetário. São visitas ricas em aprendizado e inesquecíveis para as crianças. Mas o que sugerimos é que o educador possa dar aulas no parque, sobretudo se for próximo à escola. Em outras situações, em que a cidade dispõe de um parque com características naturais, com uma mata de tamanho que permita imersões, sugerimos que utilizem as atividades aqui propostas como se estivessem em parques naturais, pois apesar do ambiente urbano, dão oportunidade de uma interação mais sensível e profunda com os seres vivos não humanos. Na cidade de São Paulo, por exemplo, o Parque Alfredo Volpi (conhecido como Parque do Morumbi) tem características similares às da Mata Atlântica, com árvores de grande porte cujas copas formam coberturas semelhantes às da Mata original, com trepadeiras e cipós,

AS PRAÇAS

sendo inclusive esta área considerada um remanescente dela.

As pequenas praças próximas às escolas são ambientes também muito favoráveis a aprendizagens. Assim como dentro da escola, a maioria das praças precisa de um primeiro movimento de observação muito atenta, e a partir disso saber quais as intervenções possíveis. Se a praça é bem cuidada, com plantas e lixo sob os cuidados da prefeitura local, então bastará seu olhar entusiasmado de educador para dar aulas nesse espaço aberto e livre. Aproveite para dar aulas específicas da sua disciplina e/ou para relacioná-la com os aspectos mais amplos da vida, e de como os alunos poderão empregar esses conhecimentos na vida prática. A vantagem das praças próximas às escolas é que podem ser visitadas com mais frequência do que os parques, o que favorece a formação de vínculos.

As escolas que aderiram ao projeto "Coletivos Verdes"[6] da prefeitura de Porto Alegre, RS, em 2013, ocuparam as praças revitalizadas da redondeza de diversas maneiras. Algumas colocaram placas com os nomes científicos e populares das árvores, outras definiram um espaço com bancos em círculo para contação de histórias, outras ainda passaram a realizar as festas da escola na praça. A Diretoria de Educação Ambiental da Secretaria de Meio Ambiente da Prefeitura de Porto Alegre promoveu antes uma

[6] Informações fornecidas por Jaqueline Lessa Maciel, Diretora de Educação Ambiental da Secretaria de Meio Ambiente da Prefeitura de Porto Alegre, em outubro de 2013. Nesse projeto, das 608 praças existentes na cidade de Porto Alegre, 168 foram revitalizadas e, dentre estas, 50 foram adotadas por escolas que decidiram aderir ao projeto.

formação dos professores, que fizeram caminhadas no entorno da escola percebendo o quanto essas áreas eram "invisíveis" a eles. Passaram a visitá-las para observações mais atentas e depois fizeram o mesmo com os alunos. A partir disso é que decidiram o que fazer para ocupar de fato essas áreas, desenvolvendo projetos de acordo com suas motivações e com as necessidades da escola. A ocupação das praças pelas escolas acabou com as frequentes depredações das praças.

Esta é uma iniciativa que poderia ser levada para todas as cidades, pois traz benefícios recíprocos, tanto para a escola, ampliando as possibilidades de ensino/aprendizagem, como para a área ambiental, ampliando suas parcerias com os cidadãos, que ajudam a cuidar enquanto aprendem a interagir com os espaços públicos.

O JARDIM NO ENTORNO DOS EDIFÍCIOS

O ambiente externo dentro dos muros da escola (qualquer instituição educacional, como creche, um projeto de contra turno, uma organização da sociedade civil para a educação ou educação ambiental, etc.) pode apresentar um mundo de possibilidades, tanto para serem exploradas como para serem implantadas. Se a escola tem um pequeno jardim, alguns vasinhos na entrada ou apenas uma árvore no quintal, já são suficientes para iniciar um programa de vivências com a natureza.

Dependendo do espaço, o professor vai encontrar um recanto onde possa dar suas aulas fora da sala de aula, de forma simples e direta, mesmo que ali só tenha uma árvore como elemento de conexão com os demais seres vivos da Terra. Alguns ou todos os professores podem se organizar para usar essa área com frequência, melhorando as relações professor-aluno e ensino-aprendizagem.

O padrão arquitetônico que predomina nas escolas, públicas ou privadas, é de espaços frios, retilíneos, com muita área construída, longos corredores, estimulando a homogeneidade, a ordem e a hierarquia. O movimento de sair da sala de aula está relacionado também ao desejo de reverter essa ordem e abrir-se para formas de ensinar e aprender mais orgânicas e eficientes.

DICA DE LEITURA: Lúcia Legan faz um trabalho extraordinário de levar a permacultura para as escolas. Seus livros "A Escola Sustentável – ecoalfabetizando pelo ambiente" e "Criando Habitats na Escola Sustentável – livro do educador e livro de atividades" podem ser encontrados em http://www.ecocentro.org/publicacoes. Trazem um passo a passo de como transformar a área externa da escola em um ambiente ecologicamente equilibrado e gostoso de estar, de intervir e de aprender. Segue outra dica de um pequeno vídeo sobre a sustentabilidade praticada em uma escola da cidade de Pirenópolis, GO:http://www.ecocentro.org/vidasustentavel/habitats.

FOTO: KRIZ KNAK
ACERVO ECOFUTURO

CAPÍTULO IX

A TRANSVERSALIDADE NA EDUCAÇÃO AO AR LIVRE

O ensino formal é baseado em muitas disciplinas, e isso exige que cada professor seja um especialista. Paralelamente muitos esforços vêm sendo feitos para promover o diálogo entre as disciplinas e a conexão entre os temas. Assim, fala-se de multidisciplinaridade, em transdisciplinaridade e em transversalidade.

> "(...) pode-se dizer que a multidisciplinaridade envolve várias disciplinas, intervindo no estudo do mesmo objeto mas sem interações; a interdisciplinaridade, além de justapor, provoca a colaboração entre as disciplinas plurais no estudo de um objeto ou de um campo do saber ou em um objetivo, e há transferência de métodos de uma disciplina para a outra; e a transdisciplinaridade atravessa o conteúdo comum e o que está além das disciplinas, tentando extrair da colaboração entre disciplinas um fio condutor, uma filosofia epistemológica." (Mendonça & Neiman, 2013, pág. 72).

As vivências com a natureza fazem parte de uma visão transdisciplinar, pois no contexto escolar há que se fazer referência às disciplinas que o estruturam. Fora do contexto escolar, pode-se transcender os compartimentos do saber, e, a partir da experiência, reconhecer as grandes perguntas que emergem, buscando respostas de forma orgânica e interativa. Dessa forma, pode-se vivenciar os diferentes níveis da realidade e compreendê-la a partir da própria experiência individual. Acolhendo novos olhares e incluindo com cuidado as expressões subjetivas naquilo que, em sua essência, são universais.

Segundo o professor Ubiratan D'Ambrósio:

> "(...) as reflexões transdisciplinares navegam por ideias vindas de todas as regiões do planeta, de tradições culturais diferentes. (...) A essência de sua mensagem é o reconhecimento de que a atual proliferação das disciplinas e especialidades, acadêmicas e não acadêmicas, conduz a um crescimento incontestável do poder associado a detentores desses conhecimentos fragmentados. Essa fragmentação agrava a crescente inequidade entre indivíduos, comunidades, nações e países. Além disso, a transdiscipinaridade entende que o conhecimento fragmentado dificilmente poderá dar a seus detentores a capacidade de reconhecer e enfrentar as situações novas, que emergem de um mundo a cuja complexidade natural acrescenta-se a complexidade resultante desse próprio conhecimento – transformado em ação – que incorpora novos fatos à realidade, através da tecnologia. (...) Eliminar a arrogância, a inveja e a prepotência, adotando em seu lugar o respeito, a solidariedade, a cooperação, é o objetivo maior da transdisciplinaridade." (D'Ambrósio, 1997).

Quando o tema Meio Ambiente foi incluído como transversal nos Parâmetros Curriculares Nacionais, em 1998, entendeu-se que "trabalhar de forma transversal significa buscar a transformação dos conceitos, a explicitação de valores e a inclusão de procedimentos, sempre vinculados à realidade cotidiana da sociedade, de modo que obtenha cidadãos mais participantes. Cada professor, dentro da especificidade de sua área, deve adequar o tratamento dos conteúdos para contemplar o tema Meio Ambiente, assim como os demais Temas Transversais." (Parâmetros Curriculares Nacionais, 1998).

Assim, vemos que os conceitos de transversalidade e de transdisciplinaridade são muito próximos. A relevância da questão ambiental ultrapassa as fronteiras da visão disciplinar e deve ser abraçada por todos, inclusive por outros profissionais da instituição educacional. A dimensão ambiental da realidade, mesmo trabalhada de diferentes formas, continua a ser fundamental para qualquer área. Ela atua na percepção de si como ser humano, do que significa ser humano, do que é a natureza, e na reformulação do próprio conceito de natureza.

A inclusão e difusão do tema ambiental na escola ou fora dela é um fator de transformação cultural, fazendo, inclusive, conexão entre todas as culturas, uma vez que o cuidado com o meio ambiente é percebido como necessidade vital para todos. O conteúdo curricular de educação ambiental pode nos levar à compreensão de que somos todos UM, de que somos seres interdependentes e de que estamos inexoravelmente interligados. A transversalidade é essencialmente transcultural.

A educação para o meio ambiente ou educação ambiental é melhor ancorada nas mentes e corpos quando realizada ao ar livre, em meio a outros seres vivos cuja realidade queremos aprender a incluir. Essa educação de aprendizagem viva prioriza a experiência e se complementa pelas informações e teorizações. Ela faz parte de uma educação para a vida, onde a formação de valores e sua aplicação emergem naturalmente, a partir da necessidade humana de convivermos uns com os outros.

Pessoas oriundas de diversos contextos sociais, culturais e naturais, quando têm suas naturezas respeitadas e vivenciam o que emerge das interações entre as diferenças, tornam-se mais preparadas para atuar nos processos de desenvolvimento da sociedade. Existem algumas experiências revolucionárias da educação ao redor do mundo que colocam em prática a transversalidade de formas incríveis. O livro *Volta ao mundo em 13 escolas* apresenta experiências que podem nos inspirar e orientar[7]. "Espero que a educação cada vez mais tenha menos a ver com os educadores e mais a ver com viver a vida. A

[7] Volta ao mundo em 13 escolas, de André Gravatá, Camila Pisa, Carla Mayumi e Eduardo Shimahara. Os autores visitaram 13 escolas ao redor do mundo que fazem um trabalho inovador. Pode ser baixado gratuitamente pela internet: http://educ-acao.com/o-livro

ACERVO ECO FUTURO

educação não pode ser separada da vida, ela é a própria vida." (Jonah Meyer, 18 anos, ex-aluno, membro do Conselho da North Star, escola em Massachussets, Estados Unidos)

A *Green School* é uma dessas escolas, na Indonésia. Lá, todas as atividades buscam fazer com que a natureza seja vista, ouvida, cheirada, provada, tateada e que os estudantes olhem para a natureza e digam: "Uau!". Vale a pena conferir experiências como essas no Livro *Volta ao Mundo em 13 Escolas*.

FOTO: MICHELE MARTINS
PROGRAMA EDUCAÇÃO
AMBIENTAL 2012
ACERVO ECOFUTURO

CAPÍTULO X

ATIVIDADES

Para facilitar a prática, as atividades foram classificadas pelo nível de intimidade que o educador percebe que tem com a natureza:

A - Primeiras aproximações
B - Chegando perto
C - Intimidade
D - Reflexões e finalizações

Assim, qualquer pessoa, mesmo sem experiência com plantas e animais, pode executá-las e conduzir grupos com sucesso. E as que já o fazem com frequência, podem ir além, com atividades mais avançadas. As atividades que fazem parte das que são propostas pela *Sharing Nature,* terão indicação Aprendizado Sequencial, seguida do número da fase, por exemplo **AS1.** Ao clicar na sigla, você será direcionado para a explicação da fase correspondente do Aprendizado Sequencial. As atividades que não tiverem a sigla no final da explicação são novas ou provenientes de outras fontes. Com a experiência, você mesmo identificará a qual fase do Aprendizado Sequencial aquela atividade corresponde, se quiser praticar esse método.

FOTO: KRIZ KNACK
DIÁLOGO DA MATA ATLÂNTICA

A PRIMEIRAS APROXIMAÇÕES

Confira, nesta seção, atividades simples de serem praticadas em um jardim, parque urbano ou mesmo área silvestre protegida. Ideais para o educador que deseja ir a campo com seus grupos mas tem pouca familiaridade com a natureza, bem como para os que trabalham com criança pequena ou pais que desejam brincar na natureza com os filhos. Em alguns trechos supõe-se que você as esteja praticando sozinho, mas basta adaptar a linguagem para seu jeito de falar e conduzir. Se possível, pratique-as sozinho antes de propô-las ao grupo. Não se esqueça das dicas apresentadas no capítulo **O Aprendizado Sequencial.**

1. CHEIRAR

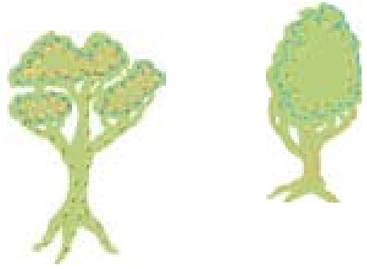
Sente-se, respire e feche os olhos. Preste atenção só nos cheiros. Quantos aromas diferentes percebe nesse momento? Se vem uma brisa, observe se ela traz outros cheiros. Procure entrar no cheiro deixando-o chegar até você. Os cheiros da mata costumam ser gostosos. Dedique-se a percebê-los com nitidez, respirando fundo. Agora caminhe um pouco. Que cheiros as árvores têm? E o solo? E as pedras? Não se preocupe em gostar ou não deles. Nesse dia, para melhor aproveitar esta atividade, evite usar perfume, desodorante ou cremes de cheiro forte.

Se você puder visitar os quatro diferentes tipos de áreas comentados (jardim, praças, parques urbanos e parques naturais) compare como se percebe os cheiros em cada um deles. Qual desses ambientes apresenta uma variedade maior de cheiros? Por que? Qual a época do ano com mais cheiros em sua região? Não se esqueça de que falamos de experiências. Resista à tentação de adivinhar e dizer a si mesmo que já sabe a resposta, desistindo de experimentar. Com a natureza sempre nos surpreendemos! Essa atividade torna-se mais especial ainda depois de uma boa chuva.

2. A FORMA DAS FOLHAS

Quantos tipos, cores e formas de folhas você pode encontrar? Pegue do chão algumas diferentes e desenhe-as. Observe os mínimos detalhes da folha e registre tudo o que ver. Depois de desenhar algumas delas, caminhe pela área e identifique de qual planta cada folha caiu. Veja se uma mesma planta tem diferentes tipos de folha. Se você é educador, peça aos alunos que conversem com os pais, outros professores, moradores tradicionais ou com guias de parque, e pergunte se eles têm uma história para contar sobre as plantas cujas folhas você desenhou. Peça aos alunos para transformarem essa história em uma narrativa e crie um ambiente para que elas possam ser compartilhadas no grupo.

3. DESENHANDO OS DETALHES



Providencie uma cartolina. Corte-a em retângulos de 15cm x 10cm e faça um círculo em um dos cantos, como abaixo, e recorte, formando uma máscara. Caminhe entre as plantas até se sentir atraído por uma delas. Aproxime a máscara como se fosse uma lente de ampliação. Coloque-a apoiada em uma planta ou sobre diversos elementos. Procure não mexer no que está focando, apenas dê contorno sobre um conjunto de elementos para observar mais de perto. Com uma prancheta, papel e lápis, desenhe o que vê pela "lente". Preste atenção aos detalhes. Deixe-se levar pelo que vê; olhe cada vez com mais concentração e desenhe os mínimos detalhes. Não se preocupe com o resultado do desenho. É provável que fique bem abstrato, mas o importante aqui é que você exercite sua concentração e aprimore sua capacidade de observar. Enquanto desenha, perceba suas emoções, seu corpo. Quando praticar essa atividade em grupo, reserve um tempo no final para todos conversarem sobre a experiência. **AS2**

4. AS ÁRVORES

É comum que as árvores sejam mais velhas do que as casas. Procure uma árvore que você goste, próxima à sua casa ou escola. Desenhe as observações de sua árvore pelo menos uma vez por semana, em que meses do ano perde mais folhas, em que época dá flores, quando está mais cheia de folhas e tem mais pássaros, etc. No fim do ano poderá escolher seus melhores desenhos para mostrar aos colegas. Se você for professor, proponha esta atividade aos alunos no início do ano. Estimule-os a anotar, a desenhar cada vez com mais detalhes e a conversar entre eles sobre as descobertas.

No final de cada semestre, sugira uma caminhada para que todos conheçam pelo menos algumas das árvores estudadas. Cada aluno poderá contar aos outros sobre suas observações à sombra de sua árvore. Deixe que se atenham aos detalhes que quiserem e diga que não se preocupem com o certo e o errado. Neste exercício, o importante é despertar o encantamento, desenvolver a capacidade de observar e de expressar o que está sendo observado, e compreender o mundo pela observação. É importante que eles tenham suas próprias experiências e possam compartilhá-las por meio de uma boa narrativa. Esse será um treino útil e importante para

inúmeras outras atividades escolares e posteriormente, profissionais. Essa atividade pode ser desenvolvida por professores de todas as disciplinas e também é recomendada para os pais desenvolverem junto com seus filhos.

4. AS ÁRVORES VARIAÇÃO

Nesta variação, em lugar de desenhar, o pedido é para escrever a história de vida da árvore. Desde quando ela está nesse lugar? Quem a plantou? Quais os pássaros que a visitam ou fazem ninhos? Ela tem galhos com mais folhas que outros? Tem buracos feitos pelos bichos? Tem musgos ou liquens? Que impressões tem dela? Acha que ela está feliz? Na sua percepção, quais são os melhores momentos da vida para ela? Para escrever, primeiro considere os fatos que você pode observar. Depois, consulte pessoas que a conhecem e podem te ajudar a saber mais, e só então consulte a internet para mais detalhes. Um bom site sobre árvores é **www.umpedeque.com.br.** Por fim, apure sua escuta e sinta se sua árvore tem algo a lhe dizer.

5. AS LETRAS

Num passeio com as crianças em uma área natural, proponha que alguém diga uma frase qualquer, por exemplo: "passear é divertido". A partir daí, todos devem procurar algo que comece com as inicias das palavras dessa frase, ou seja, P (e encontrar um pato selvagem, um pau-brasil, uma paca ou uma paineira), com E (e encontrar um elemento estranho, um esconderijo) ou um D (e encontrar um dente-de-leão).

6. A IDADE DAS COISAS

Observe as coisas vivas ao seu redor e pense que idade têm. Desenhe-as em sequência, por exemplo: a gota de chuva é a mais jovem, depois vem o botão de flor, a flor, o passarinho, a criança, a árvore, o sol.

7. AS CASAS

Onde os animais moram e dormem? Caminhe em busca de diferentes casas de animais. Como eles dormem? Eles vêm todo dia para o mesmo lugar? Ou mudam de casa o tempo todo? Procure pesquisar com as pessoas do lugar sobre as moradas dos bichos antes de fazer sua própria caminhada de reconhecimento. Essa atividade é surpreendente quando realizada na cidade, onde não prestamos atenção na presença de animais. E quando feita em área natural, pode surpreender pela quantidade de seres que interagem, mesmo em uma pequena área. O importante nesta atividade é ver o local de morada daquele animal.

8. OUVIR SONS

Sente-se em lugar confortável na trilha de uma mata ou num recanto mais reservado de um parque. Aquiete-se, em silêncio. Comece a focar sua atenção nos diferentes sons à sua volta. Conforme vai silenciando seus pensamentos, mais sons vão ficando nítidos para você. Está ouvindo o vento? E os pássaros? Consegue identificar conversas entre pássaros? E os insetos? Feche as mãos e levante um dedo para cada som natural diferente que identificar. Se quiser refinar sua audição, preste atenção se as árvores à sua volta fazem sons diferentes conforme o vento sopra sobre elas. Se estiver perto de um rio, ouça seus sons. Quantos sons diferentes da água você consegue perceber? **AS2**

9. TEXTURAS

Caminhe por um parque com papel e lápis. Encontre 10 coisas naturais com diferentes texturas cada uma. Escreva seus nomes com uma palavra que descreva sua textura. Por exemplo: casca da paineira espinhosa, musgo macio sobre a pedra...

10. PADRÕES

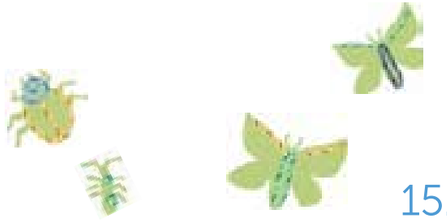
Existem muitos padrões na natureza que se repetem infinitas vezes. Por exemplo, certas folhas sempre têm três pontas. Outras têm duas. Os pássaros têm sempre duas asas. Os insetos têm três pares de patas. Começando pelo número um, enumere todos os animais e plantas que têm o mesmo número de partes, indo até 10 ou até o maior número que conseguir encontrar. Essa atividade estimula a observação e pode ser bem divertida. Enfatize que os participantes devem encontrar os elementos na natureza, evitando o "saber" desconectado da experiência.

11. E VOCÊ?

Peça aos participantes para se acalmarem, respirando e fechando os olhos, mesmo que seja por alguns segundos. Peça que se observem e pergunte: se você fosse algum ser da natureza como você seria? Com o que se pareceria? O que comeria e o que faria todo o dia? Quais seriam seus predadores naturais e seus melhores amigos? Enfatize que são as qualidades desse ser da natureza que devem ser identificadas.

12. AS SEMENTES

Caminhe procurando sementes. Desenhe uma de cada tipo que encontrar. Não as colete para não prejudicar a dinâmica do ecossistema em que você está. Pense qual a melhor forma de dispersão de cada uma. Algumas sementes têm "asas" que as permitem voar com o vento. Outras são redondas e pesadas e podem ser dispersas pelos animais que as comem. Outras grudam nas roupas e pelos dos animais e são levadas para germinar em outros lugares (carrapichos). Veja na sua roupa se alguma delas te achou primeiro! Essa atividade pode ser realizada em qualquer área, mas os parques com uma boa diversidade de árvores e arbustos ou as áreas silvestres são as melhores para encontrar uma boa variedade de sementes. Por fim, conversem sobre a importância dessas estratégias das sementes de "caminhar" pela área.



13. AS FORMAS GEOMÉTRICAS

Quais as formas geométricas que você conhece? Quais as que consegue encontrar na natureza? Que tendências que percebe? As formas naturais tendem a ser mais redondas e macias ou pontudas e ásperas? Observe bem! Essa atividade é mais interessante se os participantes desenharem as formas e padrões, e puderem comparar e conversar sobre suas descobertas no final..

14. TEMPERATURAS

Ao caminhar, toque as árvores e arbustos que encontrar pelo caminho. Repare como cada um tem uma temperatura. Qual a árvore mais gelada que encontrou? E a mais quente? Por que existem essas diferenças?

15. CONHECENDO O ESPAÇO DA ESCOLA

Elaborada para áreas externas dos edifícios, seja de escola ou de organização educacional, esta atividade ajuda a desenvolver a capacidade de observação e o interesse pelo espaço da escola, e a relacionar tudo isso com as questões ambientais. Pode ser proposta para crianças a partir de 11 anos, jovens e adultos. Prepare um roteiro e dê uma cópia a cada participante. Antes faça duas ou três visitas ao pátio da escola ou à área a ser estudada. Atente para as características, a presença de plantas e animais, locais sombreados, construídos, limpeza, beleza, arrumação, cuidado. O roteiro abaixo é genérico e deve ser adaptado.

Divida sua classe em grupos. Cada grupo deve estudar uma área que você definiu previamente. Faça tantas áreas quantos grupos houver. Nesse tipo de atividade, o processo em si já é o resultado, ou seja, as perguntas e as respostas são apenas motivos para que desenvolvam um olhar atento e revejam seu jeito de interagir com o espaço.

ROTEIRO DE REFERÊNCIA

Primeiras observações

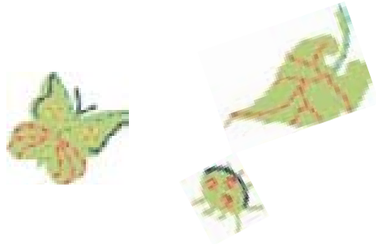
A primeira coisa a fazer é reconhecer os limites da área de trabalho do grupo.
Observe atentamente e responda:

1- Quais suas primeiras impressões sobre o seu lugar?
2- Como se sente neste lugar?
3- Seu lugar é aberto ou fechado?
4- Seu lugar é abafado ou arejado?
5- Seu lugar é quente ou frio?
6- Seu lugar é escuro ou claro?
7- Seu lugar é confortável ou desconfortável?
8- Seu lugar une as pessoas ou desune as pessoas?
9- Seu lugar muda sempre ou não muda?
10- Seu lugar é barulhento ou silencioso?
11- Seu lugar é colorido ou sem cor?
12- Seu lugar é alegre ou triste?
13- Seu lugar é espaçoso ou apertado?
14- Seu lugar é bom para conversar ou ruim para conversar?

Agora observe as coisas vivas do seu lugar.

15- No seu lugar existem muitas plantas ou poucas plantas? Explique.
16-O seu lugar é preservado ou não é preservado? Explique.
17- O seu lugar é bonito ou feio? Explique.
18- O seu lugar é cuidado ou depredado? Explique.
19- No seu lugar dá vontade de ficar ou não dá vontade de ficar? Explique.
20- O seu lugar tem flor ou não tem flor? Explique
21- O seu lugar tem grama ou o solo é exposto? Explique..
22- O seu lugar é úmido ou seco? Explique.
23-No seu lugar tem árvores ou não tem árvores? Explique.
24-No seu lugar tem animais (pássaros, insetos, etc)? Explique.
25- Neste lugar, qual o cantinho que está mais vivo? E o menos vivo? Explique.

Localize as plantas, árvores e flores do seu lugar. Faça um mapa destas plantas. Preste atenção nos sons do seu lugar. Faça um mapa localizando os principais sons. Observe os elementos naturais e os elementos construídos do seu lugar. Faça um mapa destacando os elementos naturais e os construídos. Reúnam-se em grupo e escolham um nome para este lugar.



Ao final, reúna-os novamente na sala de aula e conversem sobre o que descobriram. Peça para cada grupo fazer um desenho da parte da escola estudada. Este desenho deve ser feito por todos, em folhas grandes tipo flip chart. Terminados os desenhos, junte-os no chão, no centro da sala, formando um grande mapa. Explore bem essa atividade permitindo que discutam e comentem seus desejos, realidades e descobertas.

16. ENCADEAMENTO

Com um rolo de barbante à mão, peça que o grupo fique em pé e em círculo. Comece perguntando se alguém pode dizer o nome de uma planta ou animal da área em que estão. Segura a ponta do barbante quem responder. Se for uma planta, quem se alimenta dela? De novo, quem responder, segura o barbante. Esse animal precisa de que? E assim por diante até explorar todos os elementos que compõem aquele ecossistema. Introduza outros elementos como animais, água, solo, etc. Para cada elemento novo, uma pessoa segura o barbante, representando-o. Quando o barbante formar uma rede complexa, imagine um motivo realista para retirar um elemento da roda. Por exemplo, um incêndio ou a retirada de algumas árvores, ou a caça de animais. Esse elemento sai arrastando consigo o barbante com um puxão. Todos que sentiram o 1o. puxão dá também um puxão, simbolizando os efeitos sobre ele. Continue até que todos tenham se sentido afetados pela retirada daquela 1a. árvore ou animal. Finalize dialogando sobre a interdependência e a complementaridade entre todos os seres. **AS1**

17. PREDADOR-PRESA

Providencie algumas vendas, e diferentes chocalhos. Pergunte sobre um grande predador na floresta da região e convide um voluntário para representá-lo. Esse animal se alimenta de quê? Chame alguém para ser a presa (forme até três presas para esse predador). Posicione-os no meio da roda. Dê uma venda e prenda um chocalho em cada presa. Predador e presas devem ter chocalhos de sons distintos. Olhos vendados, cada um mostra o seu som, caminhando lentamente. O jogo começa depois que

aprenderam o som uns dos outros. O predador deve caçar suas presas, que tentarão fugir. Os que estão na roda representam a floresta, e não deixarão que eles saiam do círculo. Cada vez que tocarem no círculo, os que estão nele devem dizer: "Floresta!" e o jogo continua, até que o predador tenha apanhado as suas presas.

Esta atividade exige concentração e silêncio. Se o grupo for pequeno, coloque apenas uma ou duas presas. Se for maior, aumente-as. Se forem crianças e estiverem gostando, faça duas ou três rodadas. Apesar de poder acontecer em ambiente construído, funciona melhor em área natural, pois todos trabalham a sensibilidade e a concentração ao ter contato com plantas e animais. **AS2**

18. MORCEGO E MARIPOSA

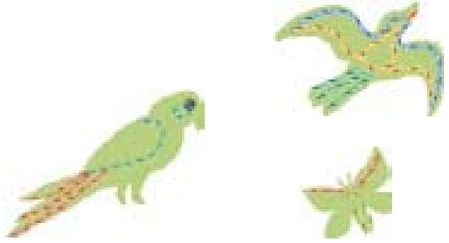
Com a mesma lógica anterior, pergunte ao círculo de que os morcegos se alimentam e como fazem para localizar as presas. Ah, eles se alimentam de insetos como mariposas e se localizam pelo radar, emitindo sons e ouvindo o seu eco. Chame voluntários para serem um morcego e algumas mariposas. Cada um deve vendar os olhos e toda vez que o morcego disser: "Morcego", as mariposas respondem: "Mariposa", e assim o morcego poderá se orientar e capturar sua refeição. Ao ser disparado o sinal de radar, ele vai capturar o que estiver por perto. O grito do morcego bate nas mariposas e retorna para ele como um sinal de radar. O sinal de retorno é a palavra "Mariposa". É preciso silêncio e concentração para esta atividade. Adapte-a de acordo com o tamanho e temperamento do grupo. Se ficar difícil para o morcego pegar as mariposas, diminua o círculo pedindo que os da roda deem um passo à frente. Depois conversem sobre os comportamentos adaptativos que facilitaram ou dificultaram a caça do morcego. Também aqui as áreas naturais são preferenciais. **AS2**

19. QUE ANIMAL SOU EU

Com um pregador de roupas, fixe a figura de um animal nas costas de um dos participantes. Sem enxergar, claro, ele vai tentar adivinhar qual o animal perguntando suas características. O grupo só pode responder "sim" – "não" ou "talvez", em casos de dúvida ou de característica variável. A dinâmica será maior se todos os participantes ficarem com uma figura nas costas. Assim, todos devem adivinhar seu animal ao mesmo tempo, perguntando uns aos outros. Ou ainda, se quiserem, apenas uma criança (e o professor) sabe qual é o animal e o grupo tenta adivinhar fazendo perguntas. Prepare as figuras previamente ou escreva o nome em pequenas fichas. Também é lúdico e educativo acrescentar informações sobre cada animal. **AS1**

20. CORUJAS E CORVOS

Elabore de seis a oito frases entre afirmações verdadeiras e falsas. Podem ser frases ligadas à percepção sensorial, como "o vento está vindo por trás das corujas", conceitos como "as plantas exóticas são de origem brasileira", observações como "os ipês perdem as folhas quando florescem" ou identificação como "estamos na lua cheia", "este envoltório de semente é do jacarandá mimoso", etc. Divida os participantes em duas equipes e as coloque em fila, de frente uma para a outra e à mesma distância de uma corda que você estendeu no chão, no meio. Defina qual será a equipe das corujas e a dos corvos. Explique que quando você disser uma afirmação correta, as corujas devem correr para pegar os corvos e, quando falsa, os corvos deverão pegar as corujas. Deixe um lenço no chão a igual distância da corda, para definir o território de cada equipe. O lenço funcionará como pique, a partir do qual não vale mais pegar. Explique, sobretudo para as crianças e adolescentes, que para pegar basta tocar no outro, não sendo necessário mais que isso. Os que forem pegos vão para a outra equipe. Esta atividade é muito divertida e cria uma atmosfera leve e alegre. **AS1**



21. PARTES DO ANIMAL

Os participantes formam grupos de quatro ou cinco integrantes e cada grupo escolhe um animal. Em conjunto, imitam esse animal, com cada pessoa fazendo uma parte dele. Por exemplo, um faz a cabeça, outro as patas do lado esquerdo, outro as do lado direito, outro faz o lombo e um outro a cauda. Os grupos ensaiam como o animal se locomove e/ou se alimenta. Quando prontos, apresentam-se para os demais. Peça para quem estiver assistindo que fiquem quietos até o final da performance e apenas quando você perguntar "Qual é o animal?" é que vão responder. Senão, tiram o brilho de quem ainda está se apresentando. Em seguida, o próximo grupo, até todos terem se apresentado. **AS1**

22. O CORPO E (É) O MEIO AMBIENTE

Boa para adolescentes, esta atividade ajuda a tomar consciência do próprio corpo como sendo o ambiente em que vivemos e a relacioná-lo com os ambientes convencionalmente conhecidos como tais. Os participantes ficam de pé, em círculo. Faça algo que os prepare para trabalhar em grupo, harmonizando a agitação. Peça-lhes que tentem andar pela sala sem mexer as articulações dos joelhos, tornozelos e cotovelos. Após alguns minutos eles devem parar e formar a roda novamente. Colha alguns comentários sobre a experiência. Pergunte: "Seu corpo sempre foi como é agora? Será assim daqui pra frente? O que vai mudar no seu corpo? O que não vai mudar? Como você faz para perceber as mudanças?" Crie um ambiente de observação e descoberta. Ouça as diferentes participações e procure relacioná-las. Faça novas perguntas e não induza as respostas.

Então, devem soltar-se e caminhar observando como caminham. Peça que andem devagar e ainda mais devagar. Depois acelere até andarem bem depressa, sem correr, ocupando toda a sala. Pergunte: "Como você se move? Como o seu corpo ocupa o espaço? Quais movimentos o seu corpo é

capaz de fazer? (Esticar, dobrar, torcer, e o que mais?). Coloque um vaso com planta no centro da roda. Pergunte: "Quais as diferenças entre o seu corpo e o da planta? E as semelhanças? A planta está viva? Como sabe que ela está viva? Como percebe que seu corpo está vivo?". Ainda em roda e em pé, respirem juntos, devagar e rápido, alto, no peito e profundo, na barriga. Pergunte: "Como o seu pulmão sabe o que tem que fazer? Por que a gente não consegue ficar sem respirar?" Esta sequência é indicada para fazer perceber a importância de respeitar seu corpo e o das outras pessoas, as plantas e animais, e a pensar a questão ambiental a partir de si mesmos.

23. CONSTRUIR A ÁRVORE

A ideia aqui é demonstrar a fisiologia básica de uma árvore, despertando encantamento, respeito e consciência de grupo. Para crianças a partir de 11 anos, jovens e adultos, e grupos de no mínimo 12 pessoas. O único material recomendado é um tecido ou lona, para quem for deitar-se no chão, e as diferentes partes de uma árvore serão representadas: a raiz principal, raízes transversais, o cerne, o xilema, floema e a casca. Em grandes grupos, mais de uma pessoa pode fazer os papéis. Calcule quantos chamará para cada papel, para que todos participem. O cerne deverá transparecer força e dar suporte à árvore. As raízes (principais e transversais) fixam a árvore ao chão e retiram água e substâncias minerais. O xilema conduz a água até os galhos e folhas. O floema conduz os alimentos produzidos nas folhas para as outras partes da árvore, e a casca a protege.

A ideia aqui é demonstrar a fisiologia básica de uma árvore, despertando encantamento, respeito e consciência de grupo. Para crianças a partir de 11 anos, jovens e adultos, e grupos de no mínimo 12 pessoas. O único material recomendado é um tecido ou lona, para quem for deitar-se no chão, e as diferentes partes de uma árvore serão representadas: a raiz principal, raízes transversais, o cerne, o xilema, floema e a casca. Em grandes grupos, mais de uma pessoa pode fazer os papéis. Calcule quantos chamará para cada papel, para que todos participem. O cerne deverá transparecer força e dar suporte à árvore. As raízes (principais e transversais) fixam a árvore ao chão e retiram água e substâncias minerais. O xilema conduz a água até os galhos e folhas. O floema conduz os alimentos produzidos nas folhas para as outras partes da árvore, e a casca a protege.

CERNE

Para começar, escolha dois ou três participantes altos e que aparentam ser fortes para serem o cerne, ficando em pé, um de costas para o outro. Diga ao grupo: "Este é o cerne – a parte mais interna e forte da árvore. A função do cerne é manter o tronco e os galhos na vertical de forma que as folhas possam receber luz solar. O cerne é um tecido morto, mas bem preservado; quando vivo, seus milhares de pequenos vasos carregavam a água para cima e o alimento para baixo, mas agora estão todos entupidos de resina." Diga aos "cernes" que sua função é "alto e forte".

RAIZ PRINCIPAL

Escolha várias pessoas para serem a raiz principal e sentarem de costas para a base do cerne. Diga a elas: "vocês são uma raiz muito comprida, chamada raiz principal. Fixem-se bem fundo ao solo – por cerca de nove metros. A raiz principal permite que a árvore obtenha água do solo profundo, e também a ancora firme ao solo. Quando vêm as tempestades, a raiz principal impede que ventos fortes carreguem-na". Lembre-se de dizer que nem todas as árvores possuem raiz principal, mas esta possui. Nas florestas tropicais, predominam árvores com imensas raízes superficiais e sem raiz principal. Já no cerrado, há mais árvores com raízes principais profundas.

RAÍZES TRANSVERSAIS

Escolha pessoas de cabelos compridos que pareçam não se importar em deitar no chão, sobre um tecido ou lona. Peça às "raízes transversais" que deitem de costas, com os pés na direção do tronco e o corpo para fora da árvore. Diga- lhes: "Vocês são as raízes transversais e como vocês, existem outras centenas. Vocês crescem ao redor de toda a árvore como os galhos, só que por debaixo da terra, também ajudando a manter a árvore de pé. Em suas extremidades há raízes muito finas". Então, ajoelhe-se ao lado de uma das raízes, espalhe os cabelos das raízes superficiais ao redor da cabeça e continue narrando: "As árvores têm milhares de quilômetros de raízes capilares que cobrem cada cm2 do solo em que crescem. Quando sentem que há água por perto, suas células crescem em direção a ela e a sugam. As pontas das raízes capilares possuem células tão duras quanto um capacete. Gostaria que as raízes demonstrassem o barulho que fazem ao sorver a água para cima. Quando eu disser "Sorvam", vocês fazem assim: (faça o som de sorver bem alto). "Agora então, vamos ouvir vocês sorverem!"

XILEMA

Peça para que um pequeno grupo interprete o xilema. Escolha um número suficiente de pessoas para formar um círculo em torno do cerne. Olhando para dentro de mãos dadas, peça-lhes que cuidem para não pisarem nas raízes! Diga-lhes: "Vocês, xilema, conduzem a água das raízes para os galhos mais altos. São a bomba mais eficiente que existe, sem nenhuma parte móvel, capazes de elevar centenas de litros de água por dia a mais de 160 Km/h. Depois que as raízes sorvem a água do solo, a função de vocês é conduzi-la para o alto da árvore. Quando eu disser: "Conduzam a água para cima!", vocês fazem assim: "Uiiii!" (levantando os braços para cima). "Vamos praticar! Primeiro as raízes sorvem a água. Vamos sorver!" Logo em seguida, peça aos xilemas: "Conduzam a água para cima! Uiiii!"

FLOEMA

Selecione mais alguns para serem o câmbio/floema. Peça que formem um círculo em torno do xilema com as mãos dadas e com a face virada para dentro. Fale: "A partir de vocês em direção ao interior, existe o câmbio, uma camada de tecido que é a parte da árvore que cresce. Todos os anos uma nova camada é adicionada ao xilema e floema. Uma árvore cresce de dentro para fora, a partir de seu tronco, e também a partir das pontas de suas raízes e galhos. Não é como o crescimento dos cabelos humanos. Atrás de vocês, em direção à parte de fora, está o floema, que conduz o alimento produzido pelas folhas para toda a árvore. Vamos transformar nossas mãos em folhas." Deixe que estiquem os braços para cima e para fora, entrelaçando braços, antebraços e os pulsos, com as mãos livres para balançarem como folhas. Quando eu disser: "Vamos produzir alimento!", levantem os braços e balancem as folhas absorvendo a energia do sol e produzindo alimento. E quando eu disser: "Conduzam o alimento para baixo!", falem "Uoooo!" (emita um som de "Uoooo!" decrescente e longo enquanto flexiona os joelhos e se agacha soltando os braços e o corpo em direção ao chão). "Vamos praticar!" Faça todos os sons e movimentos com todas as partes, na seguinte ordem: "Vamos sorver!" "Vamos produzir alimento!" "Conduzam a água para cima!" "Conduzam o alimento para baixo!" (Tome cuidado para que não levantem os braços e balancem as folhas até que você diga: "Vamos produzir alimentos!" Assim não cansam com os braços para o alto). Peça aos outros do grupo que atuem como casca, formando uma roda em torno da árvore, olhando para fora. Diga-lhes: "Vocês são a casca. De que

tipo de perigos vocês protegem as árvores?" Sugira os exemplos: fogo, insetos, mudanças bruscas de temperatura, humanos usando canivetes. Diga à casca como ela deve proteger a árvore: "Levantem os braços como se estivesse em posição defensiva, com os cotovelos dobrados e os punhos próximos ao peito. (Pausa) Estão ouvindo um som alto e agudo? É uma broca de pinheiro irritante e faminta. Verei o que posso fazer para acabar com isto. Se eu não voltar, vocês é que terão de detê-la". Esconda-se e reapareça fingindo ser uma vespa. Exagere na interpretação fazendo cara de bravo, usando dois gravetos como antenas e balançando a cabeça para frente e para trás. Aponte suas antenas e mire seu longo focinho em direção à árvore. Agora, corra ou caminhe rápido ao redor da árvore fingindo penetrar na camada protetora da casca. A "casca" deverá tentar afastar você. Enquanto rodeia a árvore, oriente as outras partes do grupo para representarem suas funções. Em sequência, diga os comandos para todas as partes, em voz alta. Faça a sequência três ou quatro vezes. Os comandos para as partes da árvore são: "Cerne, permaneça alto e forte!" e "Fique firme casca!": 1) "Raízes, sorvam" 2) "Folhas, produzam alimentos!" 3) "Xilema, conduza a água para cima!" 4) "Floema, conduza o alimento para baixo!". Depois desta primeira rodada, apenas diga os comandos sem falar o nome das partes da árvore. Ao acabar, sugira que os participantes deem um grande abraço por tere m construído uma árvore tão bela. Ajude as raízes a se levantarem do chão!

ESCOLA AMBIENTAL
ACERVO ECOFUTURO

B CHEGANDO PERTO

As atividades a seguir avançam no sentido de proporem uma maior aproximação com a natureza. Elas requerem do educador um cuidado prévio visitando a área para identificar a presença de espinhos, formigas ou outros seres que possam prejudicar o bom desenvolvimento das atividades. O educador deve escolher áreas cheias de elementos que suscitem o interesse e as descobertas de seus grupos e ao mesmo tempo cuidar para que tudo corra bem. Como já dissemos, um grupo calmo e atento está mais apto a desfrutar da riqueza e da beleza da natureza. Se seu grupo ainda estiver agitado, fique com as atividades da parte A – Primeiras aproximações, e só adentre na mata quando estiverem bem tranquilos.

1. CAMUFLAGEM

Realize esta atividade em parque com bosque denso, trilhas, ou em área natural protegida. Os gestores do parque podem indicar quais as regiões apropriadas. Caminhe por uma trilha e comece a aquietar-se respirando suavemente e se movimentando com delicadeza, com a intenção de não ser percebido nem por uma folha, como se quisesse se misturar ao ambiente ao seu redor. Deixe pegadas tênues, sem barulho, durante algum tempo. Depois volte ao que seria o seu normal e observe as diferenças. Essa atividade pode também ser feita com um pequeno grupo de crianças, na brincadeira tradicional de esconde-esconde. Só que sem correr, e escondendo-se por se misturarem à atmosfera de quietude das plantas. Nesse caso, aconselha-se usarem roupas de cores claras, verdes ou marrons.

2. DE BAIXO PARA CIMA

As próximas atividades são interconectadas; podem ser feitas na sequência apresentada ou de forma independente uma da outra:

a) Microexcursão

Com uma lupa, escolha uma região do solo à sua volta para observar. Cave um pouco e veja se encontra pequenos animais trabalhando dentro do solo. Para grupos de crianças, diga que vão fazer uma expedição para visitar os pequenos seres da floresta, em um universo muito rico, cheio de minúsculas e encantadoras maravilhas, como pequenas larvas, os besouros, cristais, gotas de água nas folhas – elementos que levam a um imediato encantamento. Mesmo os adultos podem se surpreender e se encantar com essa experiência. **A S2**

b) Na superfície do solo

Depois de observar com uma lupa o que acontece dentro do solo que pisamos, observe sinais dos animais que vivem bem na superfície. Quais

são eles? Como vivem? Que sinais observou? Valem os que transitam pela superfície e também os que fazem tocas ou ninhos nela.

c) Pegadas

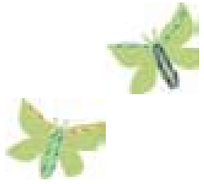
Se estiver em uma área natural protegida, é possível encontrar pegadas de animais. Caminhe buscando observá-las. Uma técnica simples é fazer moldes das pegadas com gesso. Depois de seco dá para ver com detalhes a pegada do animal, e tentar identificá-lo. Leve consigo: uma tira de cartolina ou um aro de plástico; pinça; gesso em pó; água, pote para misturar o gesso; escova de dente. Ao encontrar a pegada, pegue a tira de cartolina que você prendeu as pontas formando um círculo, e coloque- a sobre a pegada. Com a pinça retire folhinhas e gravetos de cima. Coloque o gesso no pote e adicione água até formar uma pasta espessa. Despeje essa pasta devagar sobre a pegada, evitando formar bolhas de ar. Espere 15 minutos o gesso secar. Para retirar o gesso é preciso muito cuidado. Pegue a escova de dentes e vá soltando, devagar, em torno do círculo de cartolina, até soltar tudo. Com esse molde você poderá identificar de que animal é e pesquisar mais seus hábitos. Quantas pegadas diferentes de animais conseguiu observar? Algumas eram de pássaros? Além das pegadas, de que outras formas você pode identificar que um animal passou por ali? Você viu penas caídas, folhas mordidas ou fezes no chão?

d) Os troncos das árvores

Observe agora os animais que vivem nos troncos das árvores. Como eles vivem? O que observou deles? Alguns voam? Quais? Quais não voam? Nos troncos das árvores é comum encontrar liquens, se o ambiente for estável e não poluído, e musgos, se a área tiver alguma umidade. Os musgos são sempre verdes e formam uma cobertura macia como veludo. Os liquens (associações de algas com fungos) podem ser de várias cores e tamanhos. Os mais comuns são brancos ou verde-esbranquiçados. Em áreas bem protegidas, sem poluição, os liquens vermelhos podem ser encontrados.

e) Os voos mais altos

Procure agora uma área aberta e deite no chão. Olhe para o céu. Quais são os animais que voam mais alto? Consegue vê-los? Ouvi-los?



3. DE OLHOS FECHADOS

Em uma área natural aberta, deite-se e espreguice-se. Com os olhos fechados apalpe 10 coisas diferentes à sua volta. Tente identificar o que é cada uma dessas coisas. Depois abra os olhos e veja se você acertou.

4. LEITURAS DA PAISAGEM

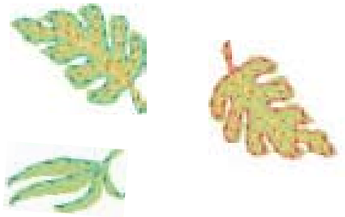
Sente-se em um local confortável de onde possa apreciar a paisagem. Observe bem. Então feche os olhos e procure se lembrar de tudo o que acaba de observar. Agora abra os olhos e inclua o que você tinha esquecido.

5. SILHUETAS DE ÁRVORES

Essa atividade delicada e sensível ajuda os participantes a perceberem a diversidade de árvores que compõem uma mata e, ao mesmo tempo, a se darem conta da singularidade de cada uma delas. Peça para formarem pares. Conforme caminharem pelo parque, uma pessoa da dupla, que já identificou e observou a forma e a expressão de uma árvore, começa a imitá-la. Pode ficar estático ou fazer movimentos que sugiram os de seus diferentes galhos ou folhas ou ainda os movimentos do caule. O outro vai observar bem e tentar identificar qual é a árvore que o seu par está imitando. Depois de adivinhar será sua vez de incorporar o temperamento de uma árvore moldando seu corpo para que o outro a reconheça nele. Dependendo do tempo, peça para fazerem isso uma vez cada um, ou duas ou mais vezes. AS1

6. BATIDAS DO CORAÇÃO DA ÁRVORE

Escolha uma árvore grande, de pelo menos 15cm de diâmetro, e de casca fina. Pressione um estetoscópio em vários pontos do tronco e ouça os diferentes sons. No interior do tronco, as seivas correm em altas velocidades, tanto a seiva bruta levando os nutrientes da terra para as folhas fazerem a fotossíntese, quanto a seiva elaborada, resultado desta, sendo distribuída por todo o corpo da árvore. É fascinante ouvir todo esse movimento acontecendo dentro da árvore, da mesma forma que acontece conosco, com nosso coração, veias, órgãos, etc. Quando você for praticar esta atividade com seus grupos, providencie um estetoscópio para cada 2 ou 3 participantes, e peça para que cada grupo ouça individualmente e compartilhem as descobertas. **AS1**

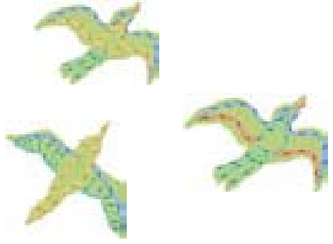


7. OUVIR SONS

No meio da mata, quando ouvir diversos sons da natureza, proponha ao grupo que pare para ouvi-los. Cada um deve silenciar, fechar as mãos e levantar um dedo para cada som diferente que ouvir. Podem ser cantos dos pássaros (um para cada tipo de som), uma conversa entre pássaros, os diferentes sons do vento batendo nas copas das árvores, uma brisa passando por meio daquele grupo, folhas caindo, sons de insetos, de água, etc. Se estiverem muito perto de uma cascata ou cachoeira, peça que contem quantos diferentes sons de água conseguem ouvir. **AS2**

8. TONS DE VERDE

Diante de muitos elementos diferentes, peça ao grupo que conte quantos tons de verde conseguem ver. Fechem os punhos e levantem um dedo para cada tom diferente de verde. Se fossem um pintor que vai pintar essa paisagem, quantos tons de tinta verde teria que preparar? **AS2**



9. TRILHA DE SURPRESAS

Esta atividade ajuda na concentração da atenção, estimula a observação e desenvolve sensibilidade em relação aos seres vivos. Escolha um trecho de uma trilha que tenha elementos variados, como árvores, arbustos, cipós e plantas herbáceas. O ideal é que tenha cerca de 20 metros e seja larga o suficiente para duas pessoas passarem. Amarre uma corda fina ou barbante em um dos lados da trilha e, por trás dela, esconda cerca de 15 ou 20 objetos manufaturados que tenha colecionado antes, como brinquedos de plástico colorido, fitas, pequenas flores de plástico, rolha, espelho, lente, chave e outros pequenos objetos. Esconda-os de forma que uns poucos fiquem mais visíveis e os demais fiquem um pouco escondidos, mas que possam ser vistos pelo caminhante atento. Em fila indiana e em silêncio, os participantes devem apenas observar e contar, levantando um dedo para cada objeto que conseguir ver. No final da trilha, você estará lá para ouvir em segredo quantos objetos cada um viu e quantos faltam ver. Todos terão uma segunda chance de percorrer a trilha e você os estimulará a aproveitar para melhorar sua observação. O que importa é quanto cada um se aprimorou em relação à primeira vez, e não quantos objetos viu. Para finalizar, todos percorrem a trilha do fim para o começo e você (somente uma pessoa) recolhe os elementos enquanto passam por eles, de modo que possam ser vistos pelos que não os tinham visto. Termine conversando sobre a observação, a concentração, o silêncio e a camuflagem, mas não deixe fugir o clima de calma e concentração que essa atividade constrói. **AS2**

10. OLHO VIVO

Para manter a atenção e o interesse do grupo pela natureza, "Olho vivo" evita que os pensamentos fluam para situações distantes do que está sendo vivido ali. Permite que todos façam suas próprias descobertas, evitando o comportamento passivo de quem quer apenas ouvir o que o monitor diz. Faça uma lista de elementos interessantes de serem observados. Abaixo, segue uma referência, extraída do livro *Vivências com a Natureza 1*, mas você pode fazer sua própria lista, de acordo com as características de sua região, a extensão da trilha, seus interesses pessoais ou as características

do grupo. Ou então selecione os elementos com mais chances de serem encontrados. Cada participante ou dupla receberá uma cópia da lista.

1. Uma pena
2. Uma semente espalhada pelo vento
3. Um espinho
4. Três tipos diferentes de sementes
5. Um animal ou inseto camuflado
6. Algo que seja redondo
7. Parte de um ovo
8. Algo que seja felpudo
9. Algo que seja pontiagudo
10. Um pedaço de pele de animal
11. Algo que seja completamente reto
12. Algo que seja bonito
13. Algo que não tenha utilidade na natureza
14. Uma folha mascada
15. Algo que seja branco
16. Algo que seja importante na natureza
17. Algo que lembre você mesmo
18. Algo que seja macio
19. Um painel solar
20. Um grande sorriso

Planeje um trecho da trilha, de forma que, no fim, haja um espaço para reunir o grupo e comentarem suas descobertas. Uma boa variação desta atividade é o Bingo Natural, criada pelos participantes do Nature Game, organização que coordena as iniciativas da *Sharing Nature Worldwide*, no Japão. **AS1**

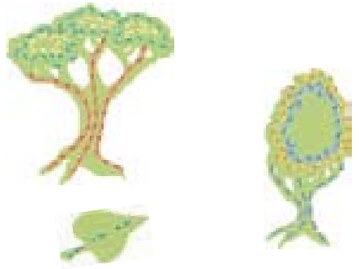
11. BINGO NATURAL

Distribua folhas de papel do tamanho da metade do A4. Divida o grupo em duplas ou trios. Cada grupo recebe uma folha e um lápis. Devem dividir a folha em 6, 9, 12 ou 16 retângulos, traçando uma, duas, três ou quatro linhas na horizontal e duas, três ou quatro linhas na vertical. Diga

o que eles vão escrever em cada campo da cartela que acabaram de formar. Você pode levar a lista de elementos pronta, ou ser receptivo ao que a natureza está lhe "assoprando" naquele momento. As demandas podem ser:

Uma brisa suave
Um cheiro bom
Algo que um animal deixou cair
Uma folha maior que o rosto
Uma árvore maior que o abraço
Algo pequeno com mais de cinco cores
Uma folha ondulando ao vento enquanto as demais estão paradas
Uma folha suspensa no ar
Ou o que mais você achar interessante...

Explique que um participante deve conferir se seu parceiro concorda com o que encontrou. Todos devem concordar para poder marcar aquele campo da cartela. Como a proposta é de ser um bingo, é possível que os participantes levem a sério e gritem "bingo" quando terminarem.

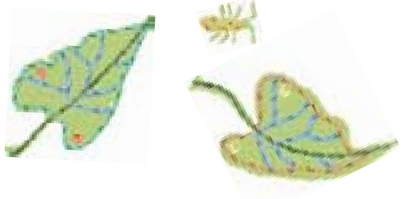


12. DUPLICAÇÃO

Antes de se encontrar com o seu grupo, caminhe pela área e colete cerca de 7 elementos naturais, como flores, inflorescências, sementes, folhas, pinhas, sementes que estejam no chão. Não colete diretamente das plantas, para não impactar o ambiente. Coloque-os sobre um lenço e cubra-os com outro lenço. Chame o grupo para ficar ao redor para que todos vejam os lenços. Diga-lhes que ali estão elementos recolhidos daquela área e que você vai levantar o lenço de cima por alguns segundos. Eles devem prestar muita atenção e memorizar quais são os elementos. Assim que cobri-los de volta deverão explorar a área e reconhecer de onde foram tirados. Devem apenas reconhecer o local, não precisam coletar. Após alguns minutos chame-os de volta. Recolha os elementos um a um e pergunte de onde ele foi retirado. **AS2**

13. ENCONTRE SUA IDADE

Peça para caminharem pela área em busca de uma árvore que esteja na mesma fase da vida que eles. Devem levar papel e lápis e fazer observações sobre a árvore encontrada. O que o fez achar que têm idade aproximada? Que aspectos da árvore são semelhantes aos seus? Devem fazer anotações e, para finalizar as observações, escrever uma carta para essa árvore com a qual se identificou. Ao reunir o grupo, conversem sobre como foi a experiência. Quem quiser, compartilha a carta ou trechos dela. **AS3**



14. SENHOR DORMINHOCO

A princípio pode ser feita em ambiente construído, mas tem características tão sensíveis que fica melhor em uma área natural, que desperte os sentidos e deixe as pessoas mais alertas e perceptivas. Escolha alguém para ser o Dorminhoco. Este, apesar de Dorminhoco, tem um tesouro entre as mãos e tem de protegê-lo. Os demais serão os espiões que desejam roubar o tesouro. O Dorminhoco deve sentar-se no chão, de preferência com as pernas cruzadas, com o tesouro bem à sua frente, que pode ser um objeto qualquer, uma pedra ou pedaço de casca de árvore. Fica vendado até o final da brincadeira. Os demais formam um semicírculo diante dele, e quando você der o sinal, caminham em silêncio na direção e com o objetivo de pegar o tesouro. Toda vez que o Dorminhoco sentir ou ouvir alguém se aproximando, deve apontar na sua direção. Se a direção apontada estiver correta ou quase, a pessoa deve ficar congelada e não pode mais se mover. Para evitar discussões, você ou outra pessoa do grupo pode ficar de pé, atrás do Dorminhoco, para ser o juiz, confirmando ou não quem deve virar estátua. Quando alguém conseguir tocar o tesouro sem que o Dorminhoco perceba, você pode encerrar a brincadeira ou pedir que essa pessoa fique em silêncio atrás do Dorminhoco, até que mais duas ou três pessoas consigam também tocar o tesouro. Você decide isso em função do tempo ou da necessidade de deixar as pessoas ainda mais calmas e concentradas. Excelente para preparar o grupo para atividades mais concentradas, no meio da mata. **AS2**

ACERVO ECOFUTURO

CINTIMIDADE

Se você já tem praticado as vivências com a natureza sozinho e em grupos, é chegado o momento de chegar ainda mais perto dela, com as atividades a seguir, que são um pouco mais ousadas que as anteriores. Intimidade aqui quer dizer também reverência, pois quanto mais nos aproximamos e sentimos a energia das matas, mais somos impelidos a nos curvar diante de sua beleza. Para saber como se sente em relação a praticar as atividades desta parte, leia-as e imagine-se ptaticando-as com seu grupo. Se você se sentir atraído pela ideia, então comece! Para tirar o melhor proveito deste conjunto de atividades, é importante que você e seu grupo estejam bem tranquilos e perceptivos, com o desejo de conhecer ainda mais a natureza.

1. JANELAS DA TERRA

Encontre uma área num bosque onde se sinta à vontade para deitar no chão. Cuidado com formigueiros ou com as rotas das formigas. É bom que seja um local arborizado para que possa contemplar as copas das árvores. Passe alguns minutos observando tudo o que acontece: o balanço dos galhos, o som do vento e dos pássaros. Veja se enxerga, por entre as copas, nuvens em movimento. Olhando para o céu, sinta o quanto você faz parte da Terra. Quando estiver com o grupo, depois que cada um estiver bem concentrado em suas observações, cubra o corpo deles com folhas, gravetos e ramos, mas não coloque sobre o rosto. Se sentir que estão calmos e conectados com a Terra, peça-lhes que fechem os olhos e coloque algumas folhas inclusive sobre os seus rostos. Se houver inquietos, coloque-os mais em uma das extremidades para não influenciarem o grupo. As crianças que já têm um repertório de vivências com a natureza vão gostar de, antes desta atividade, poder brincar, fazer buracos e rastejar na terra. Assim, quando começar, estarão prontas para se sentirem parte da Terra. Estimule-as a ficarem calmas enquanto deitadas sob as folhas, no chão. Tornando-se parte da floresta, os olhos de cada um serão os olhos da própria floresta, contemplando uns aos outros. Diga frases que os estimule a sentir-se como parte da Terra, como por exemplo: "Vocês agora fazem parte da terra e vão olhar para a mata da mesma forma que a terra olha para o céu. Vocês podem ficar muito tranquilas e apenas prestem atenção e sintam o que acontece ao seu redor. Quanto mais quietas conseguirem ficar, mais elementos da floresta vão conseguir observar. Percebam também as árvores olhando prá vocês. Aproveitem para relaxar e curtir". **AS3**

2. MÁQUINA FOTOGRÁFICA

No mínimo, duas pessoas. Se estiver em grupo, forme pares. Comece demonstrando: uma pessoa da dupla será a máquina fotográfica e a outra será o fotógrafo. A máquina fica de olhos fechados. O fotógrafo caminha em busca de belas cenas para fotografar. Uma vez encontrada, aproxima a máquina dizendo-lhe qual a distância média do elemento em foco. Ele dará

um leve tapinha no ombro da máquina para que ela abra os olhos, e dois leves tapinhas, logo em seguida, para que ela os feche. Trata-se do mesmo mecanismo da máquina fotográfica de verdade. Se estiver tudo sombreado, o fotógrafo espera mais tempo. As fotos podem ser bem de perto, a distâncias médias, de paisagens distantes ou ainda panorâmicas, em que o fotógrafo vai girar o rosto da "máquina" por um período um pouco maior de exposição. Ele não deve esquecer de dar os dois tapinhas para que a máquina feche os olhos, pois aí está o segredo: ao fechar os olhos, a pessoa que estava sendo máquina vai internalizar aquela imagem. Se o tempo e a sinergia máquina-fotógrafo forem bons ela poderá ficar com aquela bela imagem gravada na memória por muito tempo. É uma oportunidade bonita do fotógrafo oferecer ao outro o que encontrou de significativo. É considerada a favorita das crianças brasileiras que tiveram a chance de conhecê-la! Você pode também pedir que façam um desenho de uma das fotos que "tirou", ou que façam uma bela narrativa sobre essa foto.

3. ATIVIDADES COM OS OLHOS VENDADOS

Atividades com vendas para os olhos permitem descobertas incomuns, pois a visão "rouba" a atenção dos outros sentidos. Com os olhos vendados, os outros sentidos despertam e se ampliam para descobertas sobre a natureza, sobre si mesmo e sobre os colegas. Quando há receptividade e boa condução, tais atividades refinam a percepção do mundo e acalmam a mente, diminuindo a atividade de pensamentos.

a) Roda da Percepção

Evite que o grupo se incomode com as vendas, sinta medo e não relaxe, faça a seguinte preparação: todos sentam em círculo e fecham os olhos. Coloque um elemento natural na mão de um deles, que deverá dizer em voz alta uma qualidade desse elemento, usando o sentido do olfato, tato ou talvez audição. Depois ele passa o elemento para quem está ao lado, que também diz uma outra qualidade e assim vai. **AS2**

b) Passa-Passa

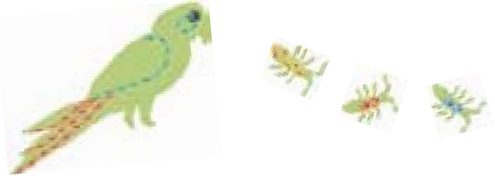
Assim como a Roda da Percepção, o Passa-Passa pode ser feito em sala, desde que você tenha coletado antes os elementos naturais como folhas, pedrinhas, tocos, galhos, penas, musgos, etc. Faça uma roda com eles e distribua as vendas para que eles as coloquem. Ponha um elemento natural na mão de cada um e peça-lhes que apalpem, cheirem e sintam bem esse elemento. Quando der o sinal, cada um deve passar o elemento que recebeu com a mão direita e receber do colega com a mão esquerda. Você vai dando o sinal e eles vão passando e reconhecendo o novo elemento. Peça que digam quando receberem de volta o seu primeiro elemento. Nessa hora, recolha tudo e coloque no centro da roda. Diga que tirem as vendas e se dirijam ao centro para reconhecer seu elemento.

c) Caminhada Cega

Como é o mundo quando não se pode ver? Que cuidados tomar quando levamos alguém que não pode ver? A Caminhada Cega é realizada em pares. Um será o guia e o outro se deixa levar, com os olhos vendados. O guia cuida para informar o outro sobre tocos, buracos, desníveis etc. Enquanto caminham desfrutando do ambiente, o guia direciona as mãos do outro para objetos interessantes, fazendo com que sinta a variedade de sons e cheiros do lugar. Faça uma demonstração antes para que todos entendam bem o que fazer, que cuidados tomar e as descobertas que podem fazer. Peça que, cada dupla a seu tempo, troque de papel, explorando uma área diferente da primeira. Uma opção é pedir que aquele que estava com os olhos vendados identifique o caminho por onde andou e os elementos com os quais interagiu. **AS3**

d) Trilha Cega

Aqui se exige um bom tempo de preparação. Na Trilha Cega, todos ficarão de olhos vendados e caminharão orientando-se por uma corda colocada previa mente contornando elementos interessantes e surpreendentes. Mesmo sem muito tempo para a preparação, vale a pena colocar a corda, de forma a descer e a subir para que os movimentos corporais sejam variados, tocando árvores, arbustos, o chão, passando por cima ou por baixo de troncos caídos, que possam sentir as folhas dos galhos resvalando seus rostos, etc. Joseph Cornell orienta que devemos ter em mente os seguintes elementos ao preparar a trilha: variação, tema e mistério. Por exemplo, oferecer diferentes experiências de tato (liso, áspero, seco, úmido, frio, quente). Quanto aos temas, podem ser identificar árvores, comparar climas locais, reconhecer o hábitat de um animal,



etc. E deixar elementos suspensos, que surpreendam e criem um ambiente de mistério e encantamento. Passar por baixo de um tronco caído ou por dentro de um tronco oco também. Antes de prender a corda, decida de que lado dela os participantes deverão ficar, pois devem fazer a trilha do mesmo lado o tempo todo. Se o grupo é grande deve haver uma ou duas pessoas para auxiliar e cuidar que ninguém saia da trilha ou passe para o outro lado. É bom manter uma certa distância entre cada um, para evitar congestionamentos.

Se for um grupo de crianças, você pode direcionar o fim desta atividade para a percepção do espaço e dos elementos, perguntando-lhes sobre as suas qualidades antes de dar o comando de tirar as vendas. Outra opção é conduzir o grupo, a partir do final da corda, para uma bela paisagem, como a margem oposta de um rio, uma cachoeira, o mar, ou algo que encante. E posicione cada um garantindo que possam ver claramente o que quer mostrar, na hora em que pedir para tirarem a venda. Mais profunda será a experiência se, no final da corda, você e os outros monitores pegarem cada um pela mão e levarem-nos a um lugar seguro para deitar e relaxar, ainda com as vendas. Quando todos estiverem deitados e relaxados, peça que mantenham os olhos fechados depois de tirarem as vendas e os abram devagar. E contemplem as belas copas de árvores acima deles. **AS3**

e) Encontre a árvore

Formar pares e distribuir uma venda para cada par. Quem ficar sem a venda será o guia da dupla e cuidará da segurança do outro quanto a presença de animais, espinhos e buracos. Esse guia procura por uma árvore sozinho e, quando sentir que achou a melhor árvore para ser conhecida, conduz o companheiro até ela. Quem está de olhos vendados deve explorar ao máximo para conhecer a árvore em detalhes. Sentir textura e temperatura, reconhecer o mundo ao redor, apalpar o tronco até a terra, sentir como está fincada no chão, imaginar a altura, forma, cor e como é sua vida diária. Quem vem visitá-la e que cenas interessantes ela já presenciou. O guia deve cuidar para que o outro tenha a melhor experiência possível, de empatia e de intimidade com a árvore. Quando ele considerar encerrado o diálogo com a árvore, avisará o seu guia que o levará, ainda de olhos vendados, até o local de partida previamente definido e, se possível, fazendo outro caminho. Depois, sem a venda, ele deve caminhar sozinho para identificar qual foi a árvore. Na orientação você deve dizer que dá pra fazer essa atividade de forma intuitiva, com todos os sentidos em ação. Mas que, se ficarem inseguros ou com a mente racional muito ativada, farão apenas um reconhecimento "geográfico" interessante. Certa vez, uma participante

compartilhou: quando tirei a venda não consegui enxergar nenhuma árvore. De repente, somente a minha árvore apareceu para os meus olhos, muito antes que eu pudesse ver as demais. **AS3**

f) Passeio da Lagarta

De olhos vendados, os participantes formam fila indiana segurando nos ombros do que está na frente criando a "lagarta". Você será o primeiro da fila, puxando a lagarta para um passeio pela mata. Se o grupo for de crianças ou de pessoas com pouca intimidade com a natureza, caminhe por áreas mais abertas ou somente pelas trilhas. Se for um grupo mais aventureiro, vá por fora das trilhas em áreas em que dê para percorrer com segurança. Consulte os guardas-parque ou monitores ambientais e respeite suas instruções. O ideal é que eles estejam juntos enquanto você desenvolve a atividade. Percorra a área antes, para conhecê-la bem. Antes de começar, com a lagarta já formada, peça para respirarem pelo menos três vezes juntos, e que relaxem os pés, joelhos, articulações das pernas, ombros e rosto. Caminhe bem devagar, dizendo-lhes para sentir o espaço, as pequenas diferenças de sombreamento, de umidade ou de temperatura. Termine segundo sua intuição e, se possível, diante de um cenário bonito e tocante. **AS3**

4. CAÇADA IMÓVEL

Caminhe livremente por uma área natural, buscando um lugar para sentar, mas deixando que esse lugar o escolha. Encontre uma forma confortável de sentar-se e relaxar. Então, fique imóvel sem mexer nem a cabeça. Respire calmamente e deixe que o ambiente prossiga como se você não estivesse ali. Observe se a sua presença causou alguma perturbação nos seres à sua volta e aguarde até que voltem ao estado anterior à sua chegada. Fique o tempo que lhe for confortável. Apenas observe e sinta-se parte dali. Quando fizer essa atividade com um grupo, peça que cada um encontre seu lugar da mesma forma. No final, reúna todos e crie um ambiente receptivo para compartilhamento. **AS3**

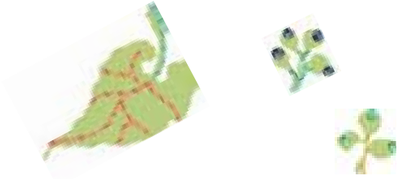
5. PÔR DO SOL

Além de tocante e agradável, é no anoitecer que muitos animais ficam mais ativos e fáceis de serem observados. Encontre um bom lugar para observar o cair do Sol e conecte-se com a transição de cores e formas das nuvens, se houver. Veja abaixo uma lista de eventos observáveis. Leve-a com você e vá marcando. Não se preocupe em seguir a ordem da lista. É provável que observe eventos que não estão na lista. Anote-os também. Chegue ao local uns 15 minutos antes do pôr do Sol e fique cerca de uma hora. Não esqueça de lanterna para a volta.

Pôr do Sol

Local.....Data.....
Primeiro planeta ou estrela
Grandes sombras
Morcegos voando
Tudo a leste é iluminado por uma luz envolvente
O oeste fica escuro
Pássaros fazem sua última revoada do dia
Pássaros se calam
As montanhas ficam de cor .....
Sons de coruja ou outro pássaro noturno
Luzes de carros e casas distantes
Nuvens mudam de cor
A temperatura muda
O Sol se põe
As sombras da noite são visíveis a leste
O céu fica de várias cores: ...
A Lua aparece
Não se vê mais as nuvens
A Estrela-Dalva, as Três Marias e o Cruzeiro do Sul aparecem...
A direção ou a velocidade do vento muda
A primeira estrela cadente
E o que mais? **AS3**

6. PERSONIFICAR UMA ÁRVORE

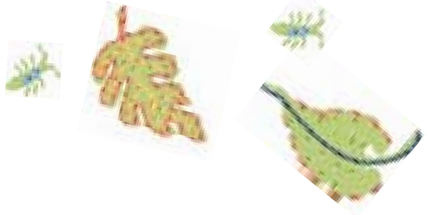


"Diz a lenda que quando o Rei Arthur era um garoto, fora ensinado por Merlin, o grande mágico. Merlin sabia que as lições da vida eram mais bem aprendidas quando vinham da Natureza. Sabia que a melhor maneira de compreendê-la era tornando-se uno com ela. Usando de seus poderes de mágico, ele transformou Arthur em vários animais para que o garoto experimentasse profundamente os ensinamentos que cada animal tem para compartilhar." (Cornell, 2007)

Todas as narrativas para conduzir os participantes a entrar na essência das outras formas de vida são chamadas pela *Sharing Nature* de Fantasia Dirigida. Ao passarem por essa experiência, corações e mentes se abrem para aprender e apreciar os preciosos ensinamentos da natureza. Quando você for criar sua própria Fantasia Dirigida, "lembre-se de que quanto mais as pessoas se deixarem absorver pelas imagens, mais riqueza de detalhes terão para relembrar. Para dar vivacidade e clareza à sua história, escolha palavras e frases que se refiram aos sentidos físicos. Quando as histórias forem ricas de imagens, sons, gostos e sentimentos, a informação incorporada à história ficará guardada na memória por um bom tempo. Narre devagar para que a imaginação das pessoas absorva plenamente cada cena. Para ser efetiva, sua narrativa deve ser de tal forma inspiradora que possa conduzir os ouvintes ao reino da poesia, dos pensamentos nobres e dos ideais." A narrativa a seguir foi elaborada para uma floresta tropical. Você pode utilizá-la como referência para criar sua própria narrativa sobre o ecossistema da região onde você mora. Os participantes imaginarão que se transformaram em uma árvore desta mata e entrarão no dia a dia dela. Ao criar a sua história, visualize qual qualidade ou ensinamento quer que as pessoas vivenciem. Ao narrar, concentre-se em ajudá-los a fazer emergir essa qualidade ou ensinamento. Entrar na vida de uma árvore proporciona novos olhares sobre a natureza. AS3

Florestas tropicais

De olhos fechados, imagine-se andando numa trilha de floresta tropical. Ela é estreita e as árvores tão próximas umas das outras que o ambiente é bem escuro. Alguns raios de luz atravessam a copa das árvores e iluminam certos recantos da mata. Uma fina névoa evapora do solo quente no alvorecer de uma linda manhã. As gotas de orvalho recobrem toda a



vida ao seu redor. Os cheiros das folhas caídas, dos brotos, dos pequenos animais, da brisa, das sementes e das flores se alternam conforme você caminha e se aproxima do coração da mata. Você acaba de chegar a uma clareira. Então você para e sente a firmeza de seus pés em contato com o chão. Vire-se em direção ao Sol e sinta que está se transformando em uma imponente árvore desta mata. Com os pés paralelos, sinta suas raízes transversais estendendo-se em todas as direções ao seu redor, pouco abaixo da superfície do solo. Estenda-as para a esquerda... para a direita... para frente... e para trás. Estenda-as para cada vez mais longe. (Pausa) O solo da floresta é úmido e rico em matéria orgânica, mas só em suas camadas superficiais, o que faz com que as raízes transversais predominem. A maior parte da riqueza biológica de uma floresta tropical está armazenada nas próprias árvores. (Pausa) Sinta o calor e a umidade do solo. Absorva a água com os nutrientes, leve-os para cima e distribua-os por todo o corpo. Sinta o movimento de subida deste fluxo, que se orienta em direção à luz.

Suavemente, incline-se para frente e para trás. Sinta como você está firmemente enraizado na terra. (Pausa) Mentalmente, olhe para o seu tronco largo e veja quão grande e redondo você é. (Pausa) Sua casca é lisa ou áspera? É escura ou clara? (Pausa) Que outras formas de vida habitam em você? Bromélias? Liquens? Orquídeas? Você tem raízes tabulares? (Pausa) Perceba a presença de outras árvores próximas a você, e os arbustos, cipós e trepadeiras que os unem formando um grande conjunto. Agora, acompanhe o seu tronco para o alto até que você chegue nos galhos mais altos. Siga-os à medida que se dividem em galhos cada vez menores e se espalham pelo céu. Observe suas folhas. Qual o seu tamanho? São pontudas? E sua copa? Que desenho ela forma? É redonda? Em quais direções crescem seus galhos? É verão, época das chuvas e intenso calor. As nuvens se formam densas acima de sua copa. Em breve, a chuva cairá torrencialmente. Você se delicia com a água morna da chuva caindo. (Pausa) Olhe para o chão coberto de folhas, formando diversos tons marrons. A chuva cai em seus galhos e tronco que ficam completamente encharcados. A floresta escureceu rapidamente e é possível ouvir galhos rompendo, trovoadas e muitas aves procurando abrigo. Ouça os pingos da chuva caindo de galho em galho até o chão. (Pausa) Agora, a chuva começa a cessar. Observe seus brotos de folhas novas. Abra-se em direção aos últimos raios de sol e receba a sua energia. Sinta o quanto ele te sustenta. Conduza a energia dos nutrientes para toda a árvore. Sinta suas raízes crescendo e absorvendo água e nutrientes. Perceba os animais que convivem com você. As formigas,

os cupins, os mosquitos, borboletas, libélulas. Conforme a estação da seca se aproxima, a temperatura pode baixar bastante. Os dias são mais curtos e a umidade pode ser sentida ora com mais intensidade, ora com menos. Nesta época, você perde parte de suas folhas e começa a florir. Agora você está em flor. Qual é a sua cor predominante? Qual o seu cheiro? Suas flores têm que textura?

Numerosos insetos, morcegos e beija-flores vêm participar do seu processo de polinização. Bandos de macacos, passeiam pelos teus galhos. Há várias semanas um bicho preguiça abraçou um de seus galhos. Após a florada, novas folhas se formam e vagens e frutos são lançados ao solo. Toda a vida animal depende de você para obter alimento, abrigo e bem-estar. Estenda seus galhos para todos os seres da floresta, num espírito de proteção e amor. Sinta que vocês compartilham da unidade da vida, com beleza e harmonia.

7. TRILHA DO CONHECIMENTO

A Trilha do Conhecimento oferece uma experiência direta com um aspecto da Natureza, ajuda a desenvolver a sensibilidade e a aprofundar a reflexão sobre as relações dos seres humanos com a natureza. Deve ser praticada em ambiente natural preservado e, se possível, em região distante de ruídos externos à natureza. Os participantes devem caminhar pela trilha em fila indiana e, distantes uns dos outros, procuram por algo belo ou significativo. Talvez uma árvore antiga, um riacho sinuoso ou uma brilhante flor colorida. Seja o que for que os atraia, encoraje-os a parar e tentar sentir suas qualidades essenciais. Diga-lhes para que pensem em uma palavra ou frase curta que descreva suas descobertas.

Quando todos tiverem caminhado pela trilha, deixe que revelem suas descobertas. Antes de começar a Trilha do Conhecimento, todos devem estar em um estado de espírito calmo e observador. Tente escolher uma trilha cercada de árvores para que o grupo possa se espalhar e que cada pessoa sinta-se sozinha. Se a trilha der muitas voltas, encurte a distância entre as pessoas, poupando os que estão no final de ter de esperar muito

tempo. Se o grupo for grande, conduza outras atividades tranquilas com aqueles que estiverem esperando na fila. Escolha um local pleno de aspectos interessantes. **AS3**

8. CAMINHADA SILENCIOSA

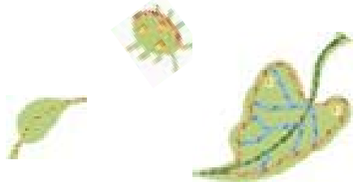
Caminhar em silêncio em meio à natureza é uma das atividades mais sensíveis e poderosas. Todos deveríamos colocar na agenda semanal e até diária. Nada como uma caminhada silenciosa para resgatar as energias e reconhecer com mais clareza os próprios sentimentos e percepções, de si e do mundo. Se puder caminhar em uma mata bonita, seus pensamentos, emoções e energia irão se harmonizar progressivamente. Se caminhar em um parque ou mesmo pelas calçadas da cidade, também estará caminhando na natureza, pois nosso grande mundo é natural e vivo. Como nosso corpo vibra em consonância com os outros seres vivos, quanto maior o contato com eles, mais facilmente encontraremos esse estado de alinhamento e equilíbrio. Mas isso também pode ser alcançado nos ambientes construídos, desde que tenha a intenção clara e se esforce bastante nessa direção. O monge budista vietnamita Thich Nhat Hanh tem um pequeno e maravilhoso livro chamado Meditação Andando, com indicações de como silenciar também a mente nessas caminhadas. Com um texto claro, intimista e poético, ele nos ensina a desenvolver o senso de presença e a avançarmos na exploração do nosso mundo interior. Confira um pequeno trecho:

"Andar com a mente desperta sobre a terra pode restabelecer nossa paz e harmonia, e pode também restabelecer a paz e a harmonia da terra. Somos filhos da terra. Dependemos dela para nossa felicidade, e ela também depende de nós. Se a terra está bela, fresca e verde, ou árida e ressequida, isto depende do nosso modo de andar. Quando praticamos com beleza a meditação andando, massageamos a terra com os nossos pés e plantamos sementes de alegria e felicidade com cada passo. Nossa mãe há de curar-nos, e nós vamos curá-la." (pág. 21)

Em muitos grupos, para que os participantes resistam à tentação de falar e sair desse estado, separe-os em distâncias de 30 metros. Ou seja, faça com que cada um siga sozinho pela trilha e quando o anterior estiver a 30 metros de distância, você convida o próximo a seguir caminho, até que todos

sigam. Você pode ficar por último, para fechar a trilha. Indique ao primeiro da fila para parar em lugar pré-estabelecido e fácil de ser reconhecido por ele. A caminhada silenciosa é excelente para finalizar uma programação de Vivências com a Natureza. Depois de praticar atividades que levaram você e o seu grupo a um estado capaz de ter experiências diretas com ela, proponha a Caminhada Silenciosa. Assim, cada pessoa vai internalizar a experiência fazendo-a ancorar em seu ser. Com frequência, eles dizem que este foi o trecho mais bonito da trilha. **AS3**

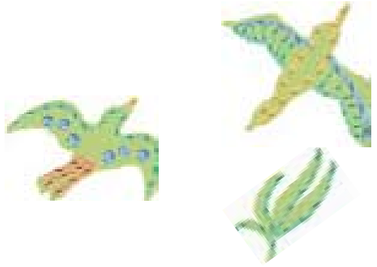
O professor Joseph Cornell em seu livro Vivências com a Natureza 1, enfatiza que "quando uma pessoa se sintoniza harmoniosamente com o mundo, seus sentimentos de harmonia com outras pessoas também se intensificam. Ao observarmos a natureza em silêncio, descobrimos dentro de nós uma afinidade com tudo o que vemos – plantas, animais, pedras, terra e céu. (...) À medida que ficamos mais próximos da natureza, descobrimos que o tema de nosso estudo não é realmente a natureza, mas a vida e a natureza de nós mesmos. (...) E quando compreendemos a nós mesmos e ao mundo a nossa volta, nós, humanos, nos tornamos a maior das suas realizações; pois através do homem a Natureza é capaz de observar e desfrutar de si mesma, em sua forma mais completa e intensa." (pág. 181)



Uma boa atividade para intensificar o silêncio e preparar as pessoas para um término inspirador é colocar, no final da trilha, folhas impressas com pensamentos bonitos e de reflexão, plastificadas, colocadas de forma poética por entre as folhas, as pedras, as flores do caminho. É a Trilha de Belezas.

9. TRILHA DE BELEZAS

Pesquise antes frases inspiradoras. Imprima uma frase por folha de tamanho A4, coloque-a em um plástico ou plastifique-a para protegê-la da umidade da trilha. Vá antes do grupo para colocar as frases, ou peça a um educador assistente. Confira na Caminhada Silenciosa como o grupo deve caminhar, distante um do outro. Seguem abaixo sugestões de frases, citações e poemas. O ideal é que você pesquise e colecione as suas melhores frases. Na literatura e na canção popular brasileiras há referências belíssimas sobre a natureza. **AS3**



"Ouvindo o mundo ao redor e dentro de mim
percebo que a cada instante tudo muda, o mundo muda
e eu junto com o mundo, Mudo. o silêncio aponta o rumo."
Gilberto Gil

"Em toda caminhada com a Natureza cada um recebe
muito mais do que procura."
John Muir

"Existem duas maneiras de viver: uma é como se nada fosse
um milagre; a outra é como se tudo fosse."
Albert Einstein

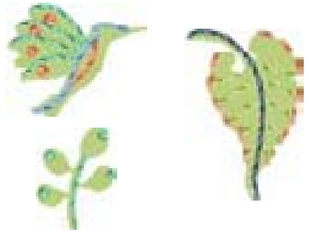
10. ESCREVA SUA PRÓPRIA CITAÇÃO

O que sente quando está ao ar livre? Quais palavras usaria para descrever sua experiência com a natureza? Escreva sua Própria Citação é uma atividade adequada para depois da Trilha de Belezas, por exemplo. Entregue a folha de papel impresso com os seguintes dizeres, ou outro que prefira e nessa mesma intenção:
Escreva a sua própria citação abordando os motivos pelos quais considera importante passar um tempo tranquilo com a natureza. Expresse-se de forma simples e forte, como no exemplo:

"As horas em que a mente está absorvida pela beleza
são as únicas horas em que realmente vivemos."
Robert Jefferies

Minha citação com a Natureza:
Quando caminhar sozinho, é bom ter alguma atividade semi-estruturada como esta para fazer. Se estiver com um grupo e achar que estão num mo-

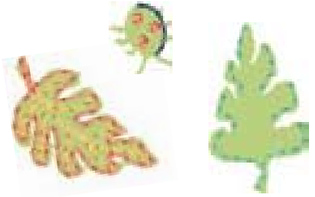
mento bom para essa atividade, mesmo sem ter planejado, faça o enunciado oralmente e distribua apenas papel e lápis para que cada um possa afastar-se um pouco e se concentrar para escrever a sua própria citação.



11. VIAGEM AO CORAÇÃO DA NATUREZA

Prepare o texto e imprima uma cópia para cada um. Ofereça pranchetas (facultativo) e lápis. É uma atividade a ser realizada em área natural bem conservada. Dê as explicações iniciais e cada um vai trabalhar sozinho, mas combine o horário da volta. A Viagem ao Coração da Natureza é uma sequência de atividades que cada um vai fazer depois de encontrar um lugar em meio à natureza onde sinta "que foi escolhido". O treino para encontrar o lugar já é uma atividade em si. Como se deixar levar ao ponto de se sentir chamado por um lugar? Essa é uma experiência bastante subjetiva, a ser feita com calma e atenção, permitindo-se a experimentação. Uma vez encontrado o lugar, a pessoa deve praticar o Caçada Imóvel. Deve, então, ler e fazer as anotações indicadas nas folhas que você distribuiu no início. Segue um modelo básico da Viagem. Você pode modificá-lo, incluindo outros elementos ou adaptando e escrevendo à sua maneira.

É uma atividade completa e melhor realizada quando está com o grupo por algum tempo ou mais de um dia. Requer confiança em você, de cada um em si e na natureza, pois desenvolve maior intimidade com o mundo natural. Dê ao grupo de 40 a 60 minutos para realizá-la; você definirá conforme a capacidade do grupo de se dedicar aos aspectos sugeridos. Terminado o tempo, voltam ao local de onde partiram. Peça a cada dupla que chegar para levar o outro para visitar a sua área. Chegando lá, deve compartilhar a experiência, mostrar o desenho que fez da melhor vista e pedir para o visitante tentar reconhecer onde estava sentado. Para finalizar, o visitante faz a Máquina Fotográfica para deixar aquele ambiente personalizado registrado na memória do anfitrião. Isto feito, a dupla vai visitar o local do outro. Quando todos terminarem, reúna-os e peça que compartilhem somente o que tiver sido surpreendente, muito bonito ou poético. **AS3**



Segue um modelo básico:

Viagem ao Coração da Natureza

Escolha um nome que se ajuste a seu lugar especial. Pode mudá-lo mais tarde se pensar em algo melhor. Mas nomeá-lo desde o começo ajuda a torná-lo seu imediatamente. O nome do meu lugar especial é:

Primeiras Impressões

Depois de escolher uma área especial, leve algum tempo para passear pelo lugar e apenas divirta-se. Então escolha um local confortável onde possa pensar sobre o seu lugar e responder as seguintes perguntas:
Quais foram as primeiras coisas que notou a respeito de seu lugar?
Como se sente estando aí?

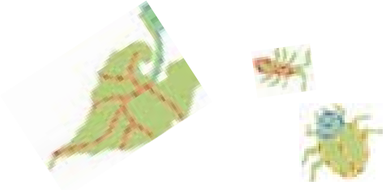
Observar Atentamente

"Meu método de estudos era me deixar levar pelas pedras e bosques. Eu sentava por horas observando pássaros ou esquilos ou olhando para as expressões das flores. Quando eu descobria uma nova planta, eu sentava próximo dela por um minuto ou até um dia para conhecê-la melhor." (John Muir)

a) Encontre e desenhe sua melhor vista.
Encontre sua melhor vista. Dê-lhe um nome especial e faça um desenho dela. Mais tarde, veja se um colega é capaz de encontrar sua melhor vista usando seu desenho como guia.

b) O que você ouve? Escreva os sons.
Encontre o melhor lugar para ouvir os sons da natureza. Quanto tempo leva para ouvir ao menos cinco sons diferentes? Tente descobrir o que/quem está produzindo esses sons. Permaneça ouvindo. Tente perceber a comunicação entre os animais. Agora escolha um dos sons que ouviu e concentre-se nele até não ouvir os demais sons.

c) Encontre a árvore ou rocha mais antiga ou mais impressionante do seu lugar. Imagine o porquê dela ser a mais antiga ou a mais impressionante. Escreva abaixo qualquer outra coisa que descobrir sobre essa árvore ou rocha. Pode desenhá-la, se desejar. Use as mãos para encontrar o lugar mais frio e o mais quente. Observe também onde está mais seco e mais úmido. Observe a diferença de temperatura dos troncos das árvores.



d) Sinta o perfume de seu lugar.
Caminhe por seu lugar e pare em diferentes pontos. Feche seus olhos e concentre sua atenção no olfato. Encontre três diferentes cheiros e descreva-os. Veja se consegue identificar de onde eles vêm.

A poesia do seu lugar
Escrever um poema é uma outra maneira de ficar mais atento sobre o seu lugar. Vá até um cantinho inspirador, sente-se por alguns minutos, observando e desfrutando dele. Preste atenção como cada som, movimento, textura e cor são diferentes. Procure sentir com profundidade. Para escrever um poema vertical faça o seguinte: escolha uma palavra que traduz o que você sente pelo seu lugar. Escreva-a na vertical. Use cada uma de suas letras como inicial de cada linha de seu poema. Exemplo:

"Ainda não ouviram nesta terra
Retumbar o pulso verde instigante
Viu-se um rio passar de repente
Ode de sons ruidosos-torturantes
Recuperar: o amanhã adoece
Espera o verde. Alguém se compadece?"
Autora: Hayde Fernanda
Parque Gunma, Agosto de 2005.

ACERVO ECOFUTURO

D REFLEXÕES E FINALIZAÇÕES

As atividades a seguir são tanto para momentos de profunda reflexão, como "Por que será que...?", como para os momentos de finalização, para que a inspiração proporcionada pela natureza possa ser compartilhada de forma estruturada, como o "Poema dobrado", "Museu", e "Haikais".

1. POR QUE SERÁ QUE...

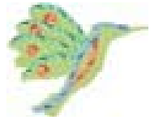
Caminhe pela natureza deixando-se levar pelos sentidos e pelos pensamentos. Pegue uma folha de papel e faça perguntas sobre coisas que gostaria de saber sobre a natureza. Seguem exemplos:
Como os pássaros voam? Como a árvore decide sobre as alturas dos galhos e a distância entre as folhas? Como os pássaros se reconhecem ao cantar?
Anote as perguntas e sinta como elas o afetam. Que emoções provocam? O que sente quando encontra uma resposta?

2. POEMA DOBRADO

No final de um dia de atividades em uma área natural, as pessoas estarão impregnadas da beleza e da poesia da natureza. Permita que elas conservem esse estado e fiquem em silêncio ou com falas suaves e apreciativas da experiência. Peça para se sentarem em círculo. Com uma folha de papel, prancheta e caneta, comece você mesmo ou peça para alguém começar a escrever a primeira frase de um poema coletivo. A orientação é que escrevam por inspiração, que não racionalizem ou queiram relatar ou explicar algo. Apenas deixem as palavras saírem.
Uma vez escrita a primeira frase, ela será passada para a pessoa ao lado que a lerá em silêncio e escreverá o segundo verso do poema. Antes de passar para a terceira pessoa, esta deve dobrar o papel de modo que a terceira pessoa não possa ler o que a primeira escreveu. E assim por diante, o papel vai passando e cada pessoa só pode ler a frase de cima com o verso de quem estava ao seu lado. Quando o grupo está em sintonia, o poema dobrado revela essa conexão. Sua leitura em voz alta, no final, deixará os participantes surpresos com a mente coletiva que foi criada durante a vivência com a natureza. Participar de um poema coletivo é uma experiência surpreendente e enriquecedora!

3. MUSEU

Prepare folhas de cartão ou cartolina no tamanho A4 e recorte-as por dentro formando retângulos de vários tamanhos, círculos, triângulos ou outras formas que quiser, de modo que fiquem como molduras, com no mínimo 5cm de espessura. No momento da atividade, para finalizar um dia de vivências e deixar os participantes envoltos com a beleza e inspirados a compartilhar o que sentiram, deixe que eles escolham uma ou duas molduras. Diga-lhes que agora serão artistas e que farão os mais belos quadros. Deverão caminhar pela área ao redor e encontrar cenas de grande valor estético ou que estimule uma reflexão.Então devem emoldurar aquela cena com a moldura escolhida, que irá dar destaque a ela. Ofereça também um bloquinho de notas tipo post it e canetas, para que escrevam o título do quadro e o assinem. Quando todos terminarem seus trabalhos, começa a "vernissage", o momento em que todos visitarão a exposição. Podem conversar a respeito e tirar fotos espontaneamente. Para finalizar, peça que recolham as molduras. Essa atividade é muito surpreendente pois permite que as pessoas expressem o melhor de si com um olhar delicado, atento e expressivo. Pode conservar as molduras e reutilizá-las em suas próximas vivências com grupos.



4. HAIKAIS

Os haikais são poemas coletivos que nasceram no século XVII, no Japão. São coletivos porque o poeta se nutre da presença de outros, ou seja, o haikai nasce do compartilhamento de um acontecimento ou percepção. São jogos que transformam em microcosmos aqueles sentimentos, intuições e pensamentos indizíveis na prosa ou em poemas mais longos. São curtos, com 17 sílabas e três estrofes, e excelentes para finalizar um programa de vivências com a natureza. Explique que devem escrever poemas inspirados no que está acontecendo naquele instante. Que possam capturar cenas e escrevê-las de forma curta e poética. De preferência, usando as indicações de ter 17 sílabas e três estrofes. Mostre-lhes alguns exemplos para entenderem a proposta e se inspirarem:

"Pétala vermelha
caminhando pelas pedras
pequena formiga."
Alice Ruiz

"Ao sol da manhã
uma gota de orvalho
precioso diamante."
Bashô

ACERVO ECOFUTURO

CAPÍTULO XI

CONSIDERAÇÕES FINAIS: O PAPEL DO EDUCADOR

Este livro foi escrito para dar ferramentas para você trabalhar fora da sala de aula com seus alunos. Por não termos uma tradição de educação ao ar livre em nosso país, quisemos, nesta publicação, estimulá-lo e orientá-lo para trabalhar cada vez mais fora do ambiente construído. Como já dissemos, isso requer abertura e dedicação, mas os resultados podem surpreendê-lo muito positivamente. Sua relação com seus alunos poderá se transformar, tornando a comunicação entre vocês muito mais eficiente. Estando ao ar livre, os sentidos são estimulados e todos tendem a se sentir melhor, mais inteiros, mais plenos. Os bloqueios e acanhamentos, assim como os comportamentos mais agitados tendem a se harmonizar e todos – professores e alunos – acabam sendo mais claramente quem verdadeiramente são: seres humanos cheios de vitalidade em permanente processo de desenvolvimento.

Desejamos que você encontre aqui as orientações necessárias para trabalhar de forma eficiente e prazerosa, fazendo da missão de educar uma emocionante aventura plena de trocas e descobertas!

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Lynn Gordon, ***52 Nature Activities***, Raincoast Books, Vancouver, 1995.

Cohen, Michael, ***Reconnecting With Nature, Lakeville***, Minnesota, Ecopress, 2007.

Rita Mendonça e Zysman Neiman, ***A Natureza como educadora – transdisciplinaridade e educação ambiental em atividades extra-classe,*** São Paulo, Editora Aquariana, 2013.

Rita Mendonça, ***Meio Ambiente e Natureza,*** São Paulo, Editora Senac, 2012.

Ubiratan D'Ambrósio, ***Transdisciplinaridade***, São Paulo, Palas Athena, 1997.

Joseph Cornell, ***Vivências com a Natureza 1,*** São Paulo, Editora Aquariana, 2005.

Joseph Cornell, ***Vivências com a Natureza 2,*** São Paulo, Editora Aquariana, 2007.

Joseph Cornell, ***With Beauty Before Me*** – *an inspirational guide for nature walks,* Nevada City, California, Dawn Publications, 2000.

Coletivo Educ-ação: André Gravatá, Camila Piza, Carla Mayumi, Eduardo Shimahara
Volta ao mundo em 13 escolas
http://educ-acao.com/wp-content/uploads/2013/10/LIVRO_Educacao1.pdf

EQUIPE INSTITUTO ECOFUTURO

Presidente
Daniel Feffer

Superintendente
Marcela de Macedo Porto Mello

Educação e Cultura
Christine Baena Castilho Fontelles
Daniele Juaçaba
Vanessa de Jesus Espindola

Meio Ambiente
Paulo Groke
Michele Cristina Martins
Alexandre Oliveira da Silva
Cléia Marcia Ribeiro de Araújo
Marcos José Rodrigues do Prado
Roberto Francisco Ventura Lau
David de Almeida Santos
Fernando de Faria
Marcelo Lemes de Siqueira
Marcelo Rogério de Santana
Maurício Rodrigues Prado
Raquel Coutinho
Ricardo Silva de Souza

Comunicação
Marina Franciulli Santos Xavier
Layane Serrano

Conteúdos
Palmira Petrocelli Nascimento

Conselho Superior:
Daniel Feffer
David Feffer
Jorge Feffer
Fanny Feffer
Murilo César Lemos dos Santos Passos
Claudio Thomaz Lobo Sonder
Walter Schalka

Conselho Diretor:
Daniel Feffer
David Feffer
Jorge Feffer
Murilo César Lemos dos Santos Passos
Claudio Thomaz Lobo Sonder

Conselho Fiscal:
Mariano Zavattiero
Marcis Sampaio de Almeida Prado
Roberto Figueiredo Mello

A AUTORA

Rita Mendonça dedica-se a conduzir processos de aprendizagem com a Natureza por meio de cursos, vivências, atendimentos individuais e workshops para públicos interessados em educação, sustentabilidade, educação ambiental, bem estar, ética e desenvolvimento pessoal.

ecofuturo

www.ecofuturo.org.br

Agência Brasileira do ISBN
ISBN 978-85-60833-19-1
9 788560 833191