



## Oferta educativa *outdoor* como complemento da Educação Pré-Escolar: Os benefícios do contacto com a natureza

### Outdoor educational provision as a complement to preschool education: The benefits of contact with nature

Ana Coelho<sup>\*</sup>, Vera Vale<sup>\*</sup>, Emília Bigotte<sup>\*\*</sup>, Aida Figueiredo-Ferreira<sup>\*\*\*</sup>, Isabel Duque<sup>\*\*\*\*</sup> e Luana Pinho<sup>\*\*\*\*</sup>  
<sup>\*</sup>IPC-Escola Superior de Educação de Coimbra; Centro de Estudos Interdisciplinares do Século XX da Universidade de Coimbra (CEIS 20), Portugal, <sup>\*\*</sup>IPC-Escola Superior de Engenharia de Coimbra; Centro de Apoio Social de Pais e Amigos da Escola (CASPAE), Portugal, <sup>\*\*\*</sup>Universidade de Aveiro, DE; Centro de Investigação Didática e Tecnologia na Formação de Formadores (CIDTFF), Portugal; <sup>\*\*\*\*</sup>Centro de Apoio Social de Pais e Amigos da Escola (CASPAE), Portugal

#### Resumo

A presente comunicação tem como principal objetivo apresentar os fundamentos e linhas de um serviço que visa complementar a atual oferta educativa para crianças entre os 3 e os 5 anos. Trata-se de um projeto-piloto, inspirado na oferta escandinava, cujo público-alvo são crianças que frequentam a Educação Pré-Escolar e que pretende implementar, desenvolver e avaliar um programa educativo, que articule a educação pré-escolar, a educação ambiental e a educação para a saúde, em ambiente *outdoor*.

*Palabras clave:* educação pré-escolar, outdoor, saúde, bem-estar

#### Forest Kindergarten: Da Escandinávia para o mundo

Muito embora nos dias de hoje as crianças portuguesas passem a maior parte dos seus dias em locais fechados, em atividades organizadas e planeadas por adultos, a nossa infância, a infância dos nossos pais não foi assim. Há apenas duas ou três décadas as crianças, mesmo em ambientes urbanos, ainda brincavam no exterior e era esse espaço que lhes oferecia maiores oportunidades de aprendizagem e exploração, em particular em interação com outras crianças (Neto, 2001).

Reconhecendo os benefícios da interação com o espaço exterior, é na natureza que muitas instituições do Norte da Europa desenvolvem os seus programas educativos para crianças dos 0 aos 5 anos, desde o século XIX (Ejbye-Ernst & Stokholm, 2014).

O modelo *Forest Kindergarten*, baseado no princípio da vida ao ar livre, teve a sua origem na Escandinávia nos anos 50. Trata-se de um modelo que tem evoluído sob a influência dos ideais de Fröebel e Montessori e através do qual são desenvolvidos programas de aprendizagem baseados nos interesses das crianças. Através destes programas, as crianças têm a oportunidade de explorar a natureza ao seu próprio ritmo, sendo dada primazia ao brincar livre, o que tem mobilizado um largo número de investigadores a realizar estudos sobre os benefícios desta abordagem educativa. Também a comunidade educativa tem voltado as suas atenções para este modelo, havendo um crescente número de instituições que

oferecem serviços educativos em regime *outdoor* em todo o mundo.

#### Motivações

Muito embora em contexto português se assista à desvalorização da importância do contacto das crianças com a natureza, começa agora a surgir um movimento que pretende inverter esta situação, motivado pelos estudos realizados ao nível internacional e pelos que começam a ser feitos em contexto nacional. De facto, os estudos demonstram, claramente, que o contacto com a natureza e as brincadeiras ao ar livre são benéficos para as crianças. Estes apresentam evidências de que a exposição das crianças a ambientes naturais pode promover a criatividade, o desenvolvimento de habilidades motoras, a concentração e a capacidade para resolver problemas, atenuar o défice de atenção das crianças e promover melhores tomadas de decisão ambientais (Erickson & Ernst, 2011; Ewert, Place & Sibthorp, 2005; Faber, Kuo & Sullivan, 2001; Ferreira, 2015; Fjørtoft, 2001; Muñoz, 2009; Staempfli, 2008; Webster, 2011).

**Saúde.** As crianças de hoje podem representar a primeira geração em risco de ter uma vida útil mais curta do que os seus pais (Ludwig, 2007). O sedentarismo e a inatividade física têm contribuído bastante para os inúmeros problemas de saúde que afetam as crianças. Condições crónicas como a obesidade infantil, a asma e as Perturbações de Hiperatividade e o Défice de Atenção (PHDA) têm aumentado ao longo das últimas décadas. Estas condições crónicas podem implicar complicações pulmonares, cardiovasculares e problemas de saúde mental na idade adulta (Delaney & Smith, 2012).

Os números apresentados pela Organização Mundial de Saúde (World Health Organization, 2009) não deixam dúvida: desde a década de 80, o número de casos de obesidade infantil triplicou, sendo esta condição encarada hoje como um problema real grave, à escala mundial. Em Portugal, a Associação Portuguesa Contra a Obesidade Infantil indica que uma em cada três crianças portuguesas tem excesso de peso. De acordo com os dados apresentados num estudo realizado em 2009

(Miranda, citado por Ferreira, 2015), cerca de 35,5% das crianças portuguesas entre os 2 e os 5 anos apresentam excesso de peso e 12,3% obesidade. De acordo com a Organização Mundial de Saúde, Portugal é o segundo país da Europa com maior percentagem de crianças com 11 anos com excesso de peso (World Health Organization, 2009). A obesidade está relacionada com outras doenças na infância, como a diabetes, a asma, a hipertensão e as doenças cardiovasculares.

As pesquisas têm demonstrado que o contacto das crianças com a natureza pode contrariar os efeitos negativos dos atuais estilos de vida (Ferreira, 2015). Entre os principais benefícios do contacto regular com a natureza Godbay (2009) salienta a diminuição da exposição a ambientes fechados com índices significativos de poluição, principalmente, em centros urbanos; menor tendência para comer fora dos horários das refeições, especialmente alimentos altamente calóricos, que se consomem, muitas vezes, enquanto se vê televisão; o acentuado aumento de atividade física, e a redução de situações de *stress* e consequente diminuição de problemas de comportamento.

De acordo com vários estudos (Bird, 2004; Godbay, 2009), as atividades regulares na natureza promovem o desenvolvimento do sistema imunitário e potenciam o fortalecimento dos músculos, ossos e articulações. Essas atividades promovem a saúde também em aspetos relacionados com o controlo de peso e, consequentemente, com a regulação da pressão arterial e colesterol, podendo potenciar a diminuição de riscos de ocorrência de problemas cardíacos, acidentes vasculares e a redução do risco de diabetes. Os estudos mostram ainda que as crianças que têm experiências pessoais positivas regulares com o mundo natural podem evidenciar maior aptidão motora, incluindo a coordenação, o equilíbrio e aptidões motoras (Fjørtoft, 2001; Grahn, Martensson, Lindblad, Nilsson & Ekman, 1997).

Também as PHDA, distúrbio neuro comportamental caracterizado por desatenção generalizada e/ou hiperatividade-impulsividade, que resulta num prejuízo significativo funcional para as crianças, tem preocupado cada vez mais as famílias, comunidade científica e educativa. Neste sentido, vários estudos têm sido realizados, procurando compreender a possibilidade de promover uma melhor qualidade de vida das crianças através de atividades regulares na natureza. De facto, alguns estudos comprovam que as crianças com PHDA, que realizam, regularmente, atividades na natureza, melhoram o seu comportamento, podendo reduzir os sintomas (Faber et al., 2001). De acordo com os mesmos estudos, algumas crianças reduziram a dose de medicação depois de iniciados programas de atividades regulares em espaços verdes. Existem evidências que mostram que os ambientes, como as instituições educativas, as habitações, os bairros e o acesso a espaços verdes, afetam a saúde e o bem-estar dos indivíduos, podendo ajudar crianças com PHDA a superar alguns sintomas (Faber & Kuo, 2009; Kuo & Faber, 2004; Lindermann-Matthies, 2006). Uma investigação realizada em 2001 (Faber et al., 2001) apresenta

evidências de que a exposição a ambientes naturais pode atenuar o défice de atenção de uma criança. Os resultados mostram que as crianças tiveram menos problemas de atenção depois de realizarem atividades em espaços verdes, comparativamente aos resultados apresentados quando as crianças desenvolviam atividades apenas em ambientes fechados.

Vários estudos apontam (Godbay, 2009; Kellert, 2002; Korpela, 1992; Wells & Evans, 2003) a atividade física regular em ambientes naturais enquanto atividade promotora da redução dos níveis de *stress* e do aumento da qualidade do sono, do sentido de humor e da sensação de bem-estar, sendo importante também para o desenvolvimento emocional, exercendo um importante papel na prevenção de depressões.

Tendo em consideração a informação que tem emergido nesta área de investigação, podemos assumir que as brincadeiras ao ar livre e a exploração da natureza são atividades que produzem benefícios, incluindo ao nível da saúde e do bem-estar, a curto e longo prazo (Ferreira, 2015). Especialistas no domínio da saúde e da educação de infância têm vindo a recomendar as brincadeiras livres, não estruturadas, na natureza, enquanto melhor estratégia de ajudar as crianças a tornarem-se indivíduos ativos e saudáveis. É usufruindo do contacto regular com a natureza, através de experiências livres de exploração ativa e positivas, que bebés e crianças têm acesso a uma vida saudável (American Academy of Pediatrics, 2006).

**Educação ambiental.** Existe um consenso geral na comunidade científica quanto aos desafios ambientais que temos a enfrentar nos próximos anos. Para superar esses desafios são necessárias pessoas que, para além de entenderem a natureza, se preocupem com a sua preservação. Neste sentido, a UNESCO (2008) apresenta a educação enquanto melhor fonte de esperança para a preservação ambiental, mediante o desenho e implementação de processos de educação para a sustentabilidade. Esta organização acrescenta ainda que estes processos educativos devem ter início com crianças em creches e jardins-de-infância e estenderem-se aos restantes níveis de ensino.

As pesquisas mostram que a empatia com a natureza surge de um contacto regular das crianças com o mundo natural. As brincadeiras informais, a exploração e descoberta em ambientes naturais, são frequentemente descritos como as melhores formas de envolver e inspirar as crianças e cultivar um sentimento de admiração pelo mundo natural (White & Stoecklin, 2008). Brincar na natureza é uma atividade essencial para o desenvolvimento de indivíduos que se preocupam com o ambiente. O contacto direto e regular com a natureza permite que as crianças tenham experiências positivas, que condicionam o seu comportamento futuro perante a natureza. Estas experiências sensibilizam as crianças sobre os problemas ambientais, tornando-as indivíduos preocupados com o mundo natural ao longo da vida (Ewert, Place & Sibthorp, 2005).

Depois de uma década de estudos em torno da identificação das experiências infantis que condicionam a demonstração de preocupação com o

ambiente na vida adulta, compreendeu-se que as influências mais significativas estão relacionadas com o tempo passado ao ar livre, em áreas naturais, e como entusiasmo partilhado por adultos, sejam eles membros da família das crianças ou educadores/professores (Erickson & Ernst, 2011; Kirkby, 1989). De acordo com um estudo realizado em 2007, as experiências formativas mais significativas neste âmbito são as brincadeiras livres, as caminhadas, os acampamentos e a recolha de frutos silvestres (Chawla & Cushing, 2007).

Brincar na natureza na primeira infância é ainda um excelente meio para aumentar o interesse e a compreensão da ciência. As primeiras explorações do ambiente são a base para a posterior compreensão das ciências naturais e promove melhores tomadas de decisão ambientais (Staempfli, 2008). Diversos estudos têm demonstrado existir relação entre as vivências positivas e regulares da natureza com atitudes de consumo sustentáveis, sendo referido que esse contacto com a natureza promove nas crianças uma melhor aquisição de conhecimentos relacionados com a biodiversidade (Chawla, 1999; Wells & Lekies, 2006).

Quando olhamos para as crianças de hoje, vemo-las a viver estilos de vida cada vez menos saudáveis. Para muitos, a infância é passada dentro das suas casas, nas instituições educativas e ambientes comunitários, em ambientes criados pelo Homem, eliminando da sua vida o ar livre, os benefícios da natureza e tudo o que existe no ambiente. Como adultos responsáveis, devemos *abrir as portas* e proporcionar às crianças oportunidades que as liguem de forma plena à natureza, para que as crianças possam ganhar uma compreensão do mundo natural (Nature Action Collaborative for Children, 2008).

Se pretendemos que as crianças cresçam para a natureza, criando laços com ela, é necessário promover atividades livres na natureza, com outras crianças, com profissionais de educação e com as famílias; criar oportunidades para promover a aprendizagem da natureza, usando-a como fonte de aprendizagem e de investigação, e oferecer oportunidades diárias às crianças para experienciar o contacto com a terra, a água e os seres vivos. É por meio dessas experiências naturais que as crianças vão desenvolver a compreensão de seu mundo e das espécies que as rodeiam. Como tal, torna-se necessário proporcionar experiências de aprendizagem na natureza de forma apropriada, reconhecendo que as crianças precisam de realizar atividades que promovam o desenvolvimento da empatia com o mundo natural e facilitem a aquisição do conhecimento da ciência natural de forma integrada (Nature Action Collaborative for Children, 2008).

**Intencionalidade educativa.** Qualquer processo educativo tem como principal finalidade promover o desenvolvimento integral das crianças. Para tal, é importante usufruir dos benefícios que os diferentes ambientes oferecem. O número de ofertas educativas no exterior, complementares às instituições educativas regulares, tem vindo a aumentar em diversos países..

Em países como a Suécia, a Dinamarca e a Noruega as crianças brincam em florestas próximas das instituições educativas, no mínimo, duas horas

por dia (Erickson & Ernst, 2011). Para muitos pais de crianças que usufruem das *Forest School* na Noruega, o serviço educativo em regime *outdoor* faz mais sentido do que as ofertas educativas *indoor*, pela liberdade que oferece de explorar as mudanças que ocorrem na natureza e pela filosofia existente nestes países - *Friluftsliv* (Borge, Nordhagen & Lie, 2003). De acordo com Dahle (2003, citado por Figueiredo, 2015), a *Friluftsliv* é, fundamentalmente, o sentimento de prazer e alegria de estar no exterior em contacto com a natureza, experienciando a harmonia com o ambiente envolvente e fazendo algo que é significativo para o indivíduo, em dado momento e lugar, sendo requisitos essenciais a conexão e a participação. Esta filosofia ou estilo de vida influencia a percepção dos espaços exteriores, nestes países nórdicos.

Procurando compreender os benefícios desta oferta para o desenvolvimento motor das crianças, foram realizados estudos em instituições com ofertas educativas *indoor* e *outdoor*. Depois de um ano, as competências motoras das crianças que frequentavam *Forest School* foram comparadas com as das crianças inseridas em programa tradicionais, que usam parques infantis estruturados. Os estudos realizados mostram, por exemplo, que as crianças que brincaram na natureza superaram as outras crianças em vários testes de competências motoras (Fjørtoft, 2001). Outros estudos idênticos revelam que as crianças que têm contacto regular com a natureza podem apresentar melhores níveis de concentração e de criatividade. De facto, para além dos benefícios na saúde e no desenvolvimento social, emocional e da consciência ambiental, há benefícios cognitivos associados a uma oferta educativa de cariz ambiental, que promova o contacto direto e regular das crianças com a natureza (Muñoz, 2009). Existem evidências de que os programas *outdoor* podem ser mais eficazes na promoção do desenvolvimento cognitivo, quando comparados aos programas *indoor* (Dillon et al., 2006).

O aumento do contacto com a natureza pode ainda melhorar a forma como as crianças aprendem. A aprendizagem ao ar livre, através da experiência direta, torna o processo de ensino e de aprendizagem mais interessante. O contacto com a natureza permite às crianças desenvolver a concentração, autodisciplina, raciocínio e a capacidade de observação; competências sociais, de leitura, de escrita, de matemática e de ciências naturais. Quando saem das salas para aprenderem em contacto com a natureza, as crianças aprendem de maneira diferente, experimentando melhorias em diferentes domínios, como o cognitivo, o social e o afetivo (Moss, 2012; Wells, 2000).

Um estudo realizado nos Estados Unidos da América (Webster, 2011), demonstra que, das crianças que realizam atividades não estruturadas ao ar livre com regularidade, 78% são mais capazes de se concentrar e 75% tendem a ser mais criativas e mais capazes de resolver problemas. Vários estudos, realizados com grupos de crianças que frequentam estes programas em articulação, apontam para a promoção do desenvolvimento de várias habilidades sociais, como o

espírito de equipa e de entajuda, a cooperação, a negociação, o diálogo, a tolerância e a autodisciplina. As investigações revelam ainda que as crianças que participam em programas educativos complementares, que promovem o contacto regular com a natureza, com o tempo, tornam-se mais tranquilas e confiantes, evidenciando um melhor desenvolvimento de competências ao nível da fala, incluindo competências de escuta dos outros (Natural England Commission, 2012).

Podemos assim compreender que as crianças que têm a oportunidade de aprender na natureza têm maior probabilidade de se sentirem melhor, de assumirem comportamentos mais adequados às situações, de cooperar mais com os adultos e com os seus pares.

Reconhecendo as vantagens de promover o contacto regular das crianças com a natureza, é necessário oferecer serviços que promovam aprendizagens ao ar livre, apoiando as instituições educativas, cooperando com elas. Enquanto complemento aos programas educativos das instituições de educação pré-escolar, os programas de atividades diários na natureza alcançam resultados positivos e duradouros. Através de programas que promovem a interação com a natureza é possível alcançar melhorias ao nível do desenvolvimento cognitivo, físico e social das crianças (Ejby-Ernst & Stokholm, 2014; Moss, 2012).

### **Promoção do brincar livre na natureza como linha orientadora da ação educativa**

Partindo do crescente número de evidências em torno dos benefícios dos programas educativos em *outdoor* e da consciência da importância de atuar em contexto nacional, no sentido de inverter a situação de sedentarismo das crianças, pretendemos desenvolver um projeto-piloto em Portugal, que, complementando a atual oferta educativa, permita às crianças usufruir de experiências consistentes de exploração ativa da natureza, através do desenho, implementação, desenvolvimento e avaliação de um programa educativo em regime *outdoor*.

**Brincar na natureza.** Analisando a oferta educativa dos *Forest Kindergarten* existente em vários países, e dando especial atenção à proveniência dos países de origem deste modelo, podemos facilmente compreender que o brincar livre é considerado a atividade principal das crianças (Ejby-Ernst & Stokholm, 2014).

Brincar é, de facto, a atividade que as crianças mais gostam de realizar (Samuelsson & Carlsson, 2008) e tão importante que é considerada um direito, salvaguardado pela Convenção dos Direitos da Criança (CDC), no artigo 31.º (Organização das Nações Unidas [ONU], 1990).

Vários autores (Moyle, 1994; Olson, 1994; Spodek & Saracho, 1998, entre outros) defendem que brincar é uma atividade vital para a educação e desenvolvimento do indivíduo, já que, entre outros benefícios, promove o desenvolvimento da descentralização das crianças, a aquisição e respeito pelas regras, a expressão do imaginário, a apropriação do conhecimento e a cooperação (Ricetti, 2001). Brincar atua como elemento de desenvolvimento da atenção e da memória, da

linguagem, da imaginação e da personalidade (Caluijo, 1998). É brincando que as crianças se desafiam, descobrindo problemas e procurando soluções (Bruner, 1977).

Sendo o brincar a principal atividade das crianças na educação pré-escolar, torna-se necessário haver espaço e tempo previsto para que as crianças possam aprender, brincando. Esta atividade permite às crianças, de forma prazerosa e voluntária, tocar, experimentar, imaginar e criar (Spodek & Saracho, 1998). Para tal, torna-se essencial criar espaços de experiência e liberdade de criação, onde cada criança tenha a oportunidade de ter controlo sobre as suas próprias aprendizagens, de expressar as suas emoções, sensações e pensamentos sobre o mundo (Craidy & Kaercher, 2001).

Brincar na natureza não é apenas brincar ao ar livre. Brincar na natureza acontece num espaço natural, quando as crianças, por exemplo, exploram a sua criatividade (Erickson & Ernst, 2011). Brincar livremente na natureza é uma atividade prática que permite a aquisição de hábitos saudáveis e sustentáveis, que continuam na vida adulta, provavelmente contribuindo para o aumento da responsabilidade social e de preservação ambiental (Santer, Griffiths & Goodall, 2007). As brincadeiras das crianças na natureza promovem de forma mais eficaz o desenvolvimento da imaginação, da criatividade e da linguagem, mas também das competências sociais, como a cooperação (Fjørtoft & Sageie, 2000).

É aliando os benefícios do brincar livre e da exploração da natureza que os *Forest Kindergarten* desenvolvem a sua ação. De um modo geral, as crianças passam a maior parte do seu dia num espaço natural, brincando livremente com o que a natureza lhes oferece. É através dessas brincadeiras que as crianças aprendem e se desenvolvem, em harmonia com a fauna e a flora locais.

Ver uma criança cheirar uma flor, encontrar um inseto ou mergulhar num riacho, permite-nos compreender o valor da vida na natureza, da importância de correr, brincar e explorar livremente em espaços verdes. Até mesmo uma creche numa zona urbana deve promover tempos de atividades no exterior, onde as crianças possam explorar a natureza e experimentar a alegria que muitos adultos sentiram quando eram crianças (Erickson & Ernst, 2011).

A preparação das crianças para brincar ao ar livre, com casacos impermeáveis e galochas, ou o risco de uma queda, de uma picada de inseto ou de ficar suja, pode criar alguns embaraços, especialmente quando os profissionais de educação e as famílias não estão sensibilizados para a importância das atividades livres na natureza. Por vezes, as famílias e os educadores questionam se os benefícios que a natureza oferece às crianças realmente compensam o tempo e o esforço investidos. Felizmente, como a importância das brincadeiras em áreas naturais recebe uma crescente atenção por parte de especialistas em diferentes áreas, é dada crescente atenção às evidências de que essas brincadeiras oferecem, de facto, benefícios para o desenvolvimento das crianças. Criar uma cultura em torno das atividades na natureza,

inclusive através do brincar, é hoje considerado essencial (Erickson & Ernst, 2011).

De acordo com vários estudos, as crianças que têm oportunidade de brincar livremente na natureza tendem a desenvolver formas de brincar mais criativas e complexas, demonstrando maior desenvolvimento de relações de cooperação entre pares (Feber, Willey, Kuo & Sullivan, 1998; Grahn, Martensson, Lindblad, Nilsson & Ekman, 1997). De facto, o ambiente floresta promove um conjunto de experiências significativas para a criança e potencializadoras da sua imaginação e da complexidade do brincar – quando brinca num pequeno espaço na floresta, onde as árvores são percebidas como lugares especiais, a vegetação como um esconderijo ou o campo de um agricultor ou quando utiliza galhos, pedaços de madeira, folhas, pedras, água e outros recursos da natureza para construir espaços de intimidade ou a casa dos duendes.

Aos profissionais de educação cabe o papel de mediar e incentivar estas práticas educativas, que apoiam e estimulam as crianças nas suas descobertas, que encaram o brincar como oportunidade de exploração e que o tempo, o espaço e o apoio são fatores presentes e indispensáveis para que as crianças possam aprofundar as suas aprendizagens brincando.

### **Programa *outdoor* e seu objetivo**

Ao longo das últimas décadas, o nosso país tem assistido a uma transformação nas instituições educativas, sendo que a primazia dada a espaços seguros para as crianças contribuiu para a perda significativa do contacto com o ambiente natural. Através do projeto-piloto que se pretende desenvolver, inspirado nos princípios orientadores da *Forest School* e do desenvolvimento da criança pelo contacto com a natureza, temos como principal objetivo promover o desenvolvimento holístico das crianças em associação com a natureza. Através da aprendizagem ativa, dando especial enfoque ao brincar livre, esperamos poder contribuir para um melhor desenvolvimento de competências e essenciais, não só no domínio físico, mas também no domínio do desenvolvimento cognitivo, social e emocional das crianças.

Este projeto pretende oferecer às crianças participantes oportunidades para desenvolverem a confiança e a autoestima, através de momentos de exploração da natureza. Pretende-se, com uma abordagem de educação ao ar livre, que cada criança seja encarada como única e valiosa, competente para explorar e descobrir, com direito a experimentar e a aprender, a lidar com o desafio e com o risco. Temos por objetivo proporcionar situações que possibilitem às crianças livre iniciativa, iniciando a exploração das suas aprendizagens, experimentando o sucesso, aprendendo a enfrentar as frustrações, a desenvolver relações positivas com elas próprias e com os outros e a desenvolver uma relação forte e positiva com o mundo natural. Pretende-se desafiar as crianças a explorar o que o ambiente natural oferece e possibilitar o desenvolvimento de um vasto leque de competências, que podem ser promovidas através de uma oferta educativa ao ar livre. É com o contacto regular com a natureza e os desafios que esta oferece que se acentua a

sensibilidade sobre a preservação do meio ambiente e se reduz o sedentarismo nas crianças.

Este projeto tem a intenção de proporcionar às crianças oportunidades de exploração e de iniciativa livre na natureza que combatam, entre outros, três características atualmente vincadas no contexto educativo e nas famílias: o sedentarismo, a escassez de oportunidades de exploração da natureza e o excesso de atividades estruturadas de índole académica e dirigidas pelo adulto. É através de um posicionamento profissional reflexivo, que se pretende desenvolver um projeto educativo que inclua a planificação da intencionalidade educativa do adulto interligada com a intencionalidade da criança, o que implica uma observação sistemática, análise e discussão das práticas educativas realizada pelo educador e com os seus pares (amigo crítico).

São vários os autores (Almon, Carlsson-Paige & McLaughlin, 2015; Miller & Almon, 2009; Weikart et al., 1970, entre outros) que sugerem que as abordagens de cariz académico e estruturadas, especialmente em educação pré-escolar, tendem a prejudicar o desenvolvimento da criança, comprometendo as competências essenciais necessárias às futuras etapas.

No sentido de valorizar os benefícios da oferta educativa em regime *outdoor*, que temos vindo a referir, são objetivos gerais deste projeto: promover atividades frequentes, baseadas em métodos de aprendizagem ativa, num ambiente natural arborizado, que permita potenciar a relação de respeito entre a criança e o mundo natural; motivar para o desenvolvimento da resiliência, criatividade, autonomia e confiança, prestado por profissionais atualizados e sensíveis à necessidade de refletir sobre as suas práticas e cooperando com famílias e comunidade em prol do desenvolvimento integral da criança.

Pretende-se, ainda, promover o desenvolvimento de crianças saudáveis, curiosas, solidárias, autónomas, capazes de vencer desafios. É num contexto ao ar livre que se promove uma relação positiva com a natureza e que são oferecidos momentos de exploração e de aprendizagem, de fantasia e aventura, de desafios que possibilitem novas descobertas através de mapas e pistas, da conceção de lugares especiais para as crianças, entre muitas outras possibilidades, este projeto pretende que as crianças se comprometam consigo e com os outros pela preservação do ambiente e por uma melhor qualidade de vida.

### **Referencias**

- Almon, J., Carlsson-Paige, N. & McLaughlin, G. (2015). *Reading instruction in Kindergarten: Little to gain and much to lose*. College Park, MD: Alliance for Childhood. Acedido a 2 de julho de 2015 em [http://www.allianceforchildhood.org/sites/allianceforchildhood.org/files/file/Reading\\_Instruction\\_in\\_Kindergarten.pdf](http://www.allianceforchildhood.org/sites/allianceforchildhood.org/files/file/Reading_Instruction_in_Kindergarten.pdf).
- American Academy of Pediatrics (2006). Active healthy living: Prevention of childhood obesity through increased physical activity. *Pediatrics Official Journal*

- of the American Academy of Pediatrics, 117(5), 1834-1842.
- Bird, W. (2004). *Natural Fit: Can green space and biodiversity increase levels of physical activity?*. London: Royal Colleges of Physicians of the United Kingdom.
- Borge, A., Nordhagen, R., & Lie, K. (2003). Children in the environment: Forest day-care centers - Modern day-care with historical antecedent. *History of the family*, 8(4), 605-618.
- Bruner, J. S. (1977). *O processo da educação*. Lisboa: Edições 70.
- Calujó, M. (1992). El niño de 0-6 años: crecimiento, desarrollo, relación con el medio. In B. Moll (Ed), *La escuela infantil de 0 a 6 años* (pp. 54- 76). Salamanca: ANAYA.
- Chawla, L. (1999). Life paths into effective environmental action. *Journal of Environmental Education*, 31(1), 15-26.
- Chawla, L., & Cushing, D. (2007). Education for strategic environmental behaviour. *Environmental Education Research*, 13(4), 437-452.
- Craidy, C. & Kaercher, G. (2001) *Educação Infantil: para que te quero?*. Porto Alegre: Artmed.
- Delaney, L. & Smith, J. (2012). Childhood health: Trends and consequences over the life course. *The future of children*, 22(1), 43-63.
- Dillon, J., Rickinson, M., Teamey, K., Morris, M., Choi, M. Y., Sanders, D. & Benefield, P. (2006). The value of outdoor learning: evidence from research in the UK and elsewhere. *School Science Review*, 87(320), 107-112.
- Ejlbey-Ernst, N. & Stokholm, D. (2014). Pedagogical work outsider the Kindergarten: Outdoor play and learning. In E. Hygum & Pedersen, P. M. (Ed.), *Early childhood education: Values and practices in Denmark* (pp. 77-89). Århus: Systeme.
- Erickson, D. & Ernst, J. (2011). The real benefits of nature play every day. *NACC Newsletter*, july/august, 97-100.
- Ewert, A., Place, G., & Sibthorp, J. (2005). Early-life outdoor experiences and na individual's environmental attitudes. *Leisure Sciences*, 27, 225-239.
- Faber, T. A., Willey, A., Kuo, F. & Sullivan, W.(1998). Growing up in the inner city: Green spaces as places to grow. *Environment Behaviour*, 30(1), 3-27.
- Faber T. A., Kuo F. E., Sullivan W.C. (2001). Coping with ADD The surprising connection to green play settings. *Environment Behaviour*. 33, 54-77.
- Faber T. A. & Kuo F. E. (2009). Children with attention deficits concentrate better after walk in the park. *Journal os Attention Disorders*. 12(4).
- Ferreira, A. F. (2015). *Interação criança-espaço exterior em Jardim-de-Infância. Tese de Doutoramento em Psicologia, Universidade de Aveiro*. Aveiro: Universidade de Aveiro.
- Fjørtoft, I. & J. Sageie (2000). The natural environment as a playground for children: Landscape description and analysis of a natural landscape. *Landscape and Urban Planning*, 48(1/2), 83-97.
- Fjørtoft, I. (2001). The natural environment as a playground for children: The impact of outdoor play activities in pre-primary school children. *Early Childhood Education Journal*, 29(2), 111-117.
- Grahn, P. Mårtensson, F., Lindblad, B., Nilsson, P. & Ekman, A. (1997). Ute på dagis. *Stad and Land*, 145.
- Godbay, G. (2009). Outdoor recreation, health, and wellness: *Understanding and enhancing the relationship. Resources for the Future*, Acedido a 13 de fevereiro de 2015, em <http://www.rff.org/documents/RFF-DP-09-21.pdf>.
- Ludwig, D.S. (2007). Childhood obesity: the shape of things to come. *New England Journal of Medicine*, 357(23), 2325-27.
- Kellert S. R. (2002) Experiencing nature: affective, cognitive, and evaluative development in children. In P. H. Kahn & S. R. Kellert (Ed.), *Children and Nature: Psychological, socio-cultural and Evolutionary Investigations* (pp. 117-151). Cambridge: Mass MIT press.
- Kirkby, M. (1989). Nature as refuge in children's environments. *Children's Environments Quarterly*, 6(1), 7-12.
- Korpela, K. (1992). Adolescents' favourite places and environmental self-regulation. *Journal of Environmental Psychology*, 12, 249-258.
- Kuo, F. & Faber, T. A. (2004). A potential natural treatment for Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder: Evidence from a national study. *American Journal of Public Health*, 94(9), 1580-1586.
- Lindermann-Matthies, P. (2006). Investigating nature on the way to school: Responses to an educational programme by teachers and their pupils. *International Journal of Science Education*, 28(8), 895-918.
- Miller, E. & Almon, J. (2009). *Crisis in the Kindergarten: Why Children Need to Play in School*. College Park, MD: Alliance for Childhood. Acedido a 2 de julho de 2015 em <http://www.allianceforchildhood.org/publications>.
- Moyles, J. (1994). *A excelência do brincar*. Porto Alegre: Artmed.
- Moss, S. (2012). *Natural Childhood*. UK: The National Trust.
- Muñoz, S. (2009). *Children in the Outdoors*. UK: Sustainable Development Research Centre.
- Natural England Commission (2012). *Learning in the Natural Environment: Review of social and economic benefits and barriers*. UK: Natural England Commission.
- Nature Action Collaborative for Children (NACC) (2008). Re-connecting the world's children to nature. In *Working Forum on Nature Education: New Tools for Connecting the World's Children with Nature*, an international event held at Arbor Day Farm, Nebraska City, Nebraska, USA. Acedido a 13 de fevereiro de 2015, em [http://www.worldforumfoundation.org/wf/nacc/ca\\_ll\\_to\\_action.pdf](http://www.worldforumfoundation.org/wf/nacc/ca_ll_to_action.pdf).
- Neto, C. (2001). A criança e o jogo: perspectivas de investigação. In B. Pereira, A. Pinto (Coord.). *A Escola e a Criança em Risco - Intervir para Prevenir* (pp. 31-51). Porto: Edições ASA.
- Olson, G. (1994). Preparing early childhood educators for constructivism. In Goffin, S. G. & Day, A. E., *New*

- perspectives in early childhood teacher education: Bringing practitioners into the debate* (pp.37-47). New York: Teachers College Press.
- ONU/CDC (1990). *Convenção dos direitos da criança*. Acedido a 13 de agosto de 2013, em [http://www.unicef.pt/docs/pdf\\_publicacoes/convencao\\_direitos\\_crianca2004.pdf](http://www.unicef.pt/docs/pdf_publicacoes/convencao_direitos_crianca2004.pdf).
- Riccetti, V. (2001). Jogos em grupo para educação infantil. *Educação Matemática em Revista*, 8 (11), 18-25.
- Samuelsson, I. & Carlsson, M. (2008) The playing learning child: Towards a pedagogy of early childhood. *Scandinavian Journal of Educational Research*, 52(6), 623–641.
- Santer, J., Griffiths, C. & Goodall, D. (2007). *Free play in early childhood: A literature review*. National Children's Bureau. London. Acedido em 14 de agosto de 2013, em <http://www.playengland.org.uk/media/120426/free-play-in-early-childhood.pdf>.
- Spodek, B. & Saracho, O. (1998). A historical overview of theories of play. In B. Spodek, & O. Saracho, (Ed.), *Multiple Perspectives on Play in Early Childhood Education* (pp. 1-10). New York: State University of New York.
- Staempfli, M. B. (2008). Reintroducing adventure into children's outdoor play environments. *Environment and Behavior*, 4(2), 1-6.
- Webster, K. (2011). Potential benefits from interacting with nature: a look at outdoor education for children. Thesis for *Bachelor Science Degree*, Faculty of the Psychology and Child Development Department. San Luis Obispo: California Polytechnic State University.
- Weikart, D. Rogers, L., Adcock, C., High/Scope Educational Research Foundation & McClelland, D. (1970). *The cognitively oriented curriculum: A framework for preschool teachers*. Urbana, LI: University of Illinois.
- Wells, N. (2000). At home with nature: Effects of greenness on children cognitive function. *Environment and Behaviour*, 35(3), 311-330.
- Wells, N. & Evans, G. (2003). Nearby nature: A buffer of life stress among rural children. *Environment and Behaviour*, 36(6), 775-795.
- Wells, N. & Lekiers, K. (2006). Nature and the life course. *Children, Youth and Environments*, 16 (1).
- White, R., Stoecklin, V. (2008). Nurturing children's biophilia: developmentally appropriate environmental education for young children. *White Hutchinson Leisure & Learning Group*. Acedido a 15 de fevereiro de 2015, em [www.live-learn.org/resources/teachers/A\\_Sense\\_of\\_Place\\_Conference/Biophilia.pdf](http://www.live-learn.org/resources/teachers/A_Sense_of_Place_Conference/Biophilia.pdf).
- World Health Organization (2009). *Methodology and summary: Country profiles on nutrition, physical activity and obesity in the 53 WHO European Region Member States*. Copenhagen: WHO.