

# Ficha de Atividade

Designação da Atividade:

Liga-te à Natureza



**Públicos / Ciclo de Ensino:**  
1º e 2º Ciclo

**Temas:**  
**Principal:** Ambiente, consciência ecológica, brincar e criar na natureza.

**Participantes:**  
1 turma por sessão

**Período de realização:**  
Todo o Ano

**Local de realização:**  
Parque Florestal de Monsanto (Centro de Interpretação de Monsanto)

**Duração:**  
4h30

**Observações:**  
A realização da atividade no Parque Florestal de Monsanto está dependente das condições atmosféricas.

**Recomendações:**  
Roupas e caçado confortável

## Aventura e Criatividade na Floresta!

Imagina que ficavas sozinho na floresta, sem tecnologia, carros ou casas. Como irias sobreviver? Como te orientarias ou construirias um abrigo? Nesta visita imersiva, vamos partilhar técnicas essenciais de sobrevivência para o corpo e a mente. Vamos aprender a proteger-nos na floresta, a fazer nós, a acender uma fogueira, a encontrar água e até a lidar com picadas de insetos ou mordeduras de animais.

Além disso, a atividade inclui um momento criativo, onde os participantes serão desafiados a produzir arte com elementos naturais, conectando-se à Natureza de forma única.

Esta experiência, preparada para turmas inclusivas, está alinhada com os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) da Agenda 2030, promovendo a reconexão das crianças com o ambiente e incentivando uma mentalidade ecológica.

Venham explorar, aprender e divertir-se ao ar livre nesta aventura incrível.

+ informações e inscrições para [monsanto.inscricoes@cm-lisboa.pt](mailto:monsanto.inscricoes@cm-lisboa.pt),



### Objetivos (Sub-Tema / Objetivos de Aprendizagem)

**Tema Principal:**  
Biodiversidade

Levar as crianças a explorar a natureza de forma activa, utilizando os sentidos e criando uma conexão profunda com o meio ambiente. Promover uma mentalidade de **Green Mind - Mentos Verdes** e incentivar a curiosidade, o respeito e a preservação da natureza.

**Tema secundário:**  
Liberdade, Cidade e Biodiversidade**Competências a desenvolver:**

- ✓ Bem-estar, saúde e ambiente
- ✓ Sensibilidade estética e artística
- ✓ Saber científico, técnico e tecnológico
- ✓ Consciência e domínio do corpo
- ✓ Informação e comunicação
- ✓ Raciocínio e resolução de problemas
- ✓ Relacionamento interpessoal
- ✓ Desenvolvimento pessoal e autonomia

**Metodologia / Descrição da atividade:**

A atividade inicia-se com a receção no CIM, onde os alunos se preparam para a jornada, desconectando-se do ritmo urbano. A primeira parte envolve passar por um "Portal", simbolizando o compromisso de se tornarem "Mentos Verdes", conectadas à Natureza.

Durante o percurso, os alunos exploram a natureza de forma sensorial, ouvindo sons e observando a biodiversidade ao seu redor. Em diferentes pontos, desafios são lançados para estimular a escuta atenta e a observação cuidadosa, reforçando a reconexão com o ambiente.

Em seguida, passam por um segundo "Portal", entrando no "Modo Sobrevivência", onde aprendem sobre as prioridades para sobreviver na floresta, como encontrar água, abrigo e alimento, e constroem uma cabana em grupo.

A última parte é dedicada à criação artística com elementos naturais, desafiando os alunos a criar e contemplar a beleza da Natureza. Ao final, cada um reflete sobre a experiência e compartilha uma palavra que define a sua jornada, encerrando a atividade com a promessa de continuar a ser uma "Mente Verde".

**Recursos Necessários**

**Humanos:** 2 Técnicos da DGPFMSA por turma

**Material do mediador:**

Cartões com imagens a exemplificar como se constrói cabanas, como se pode fazer fogo, como nos podemos orientar, etc.

**Aconselha-se:**

Roupa e calçado confortável, água, chapéu, protetor solar ou impermeável (em função das condições meteorológicas). Os alunos devem de trazer alimentos para o piquenique e lanche para tomar na floresta.

**Materiais a entregar aos participantes:**

Se disponível

