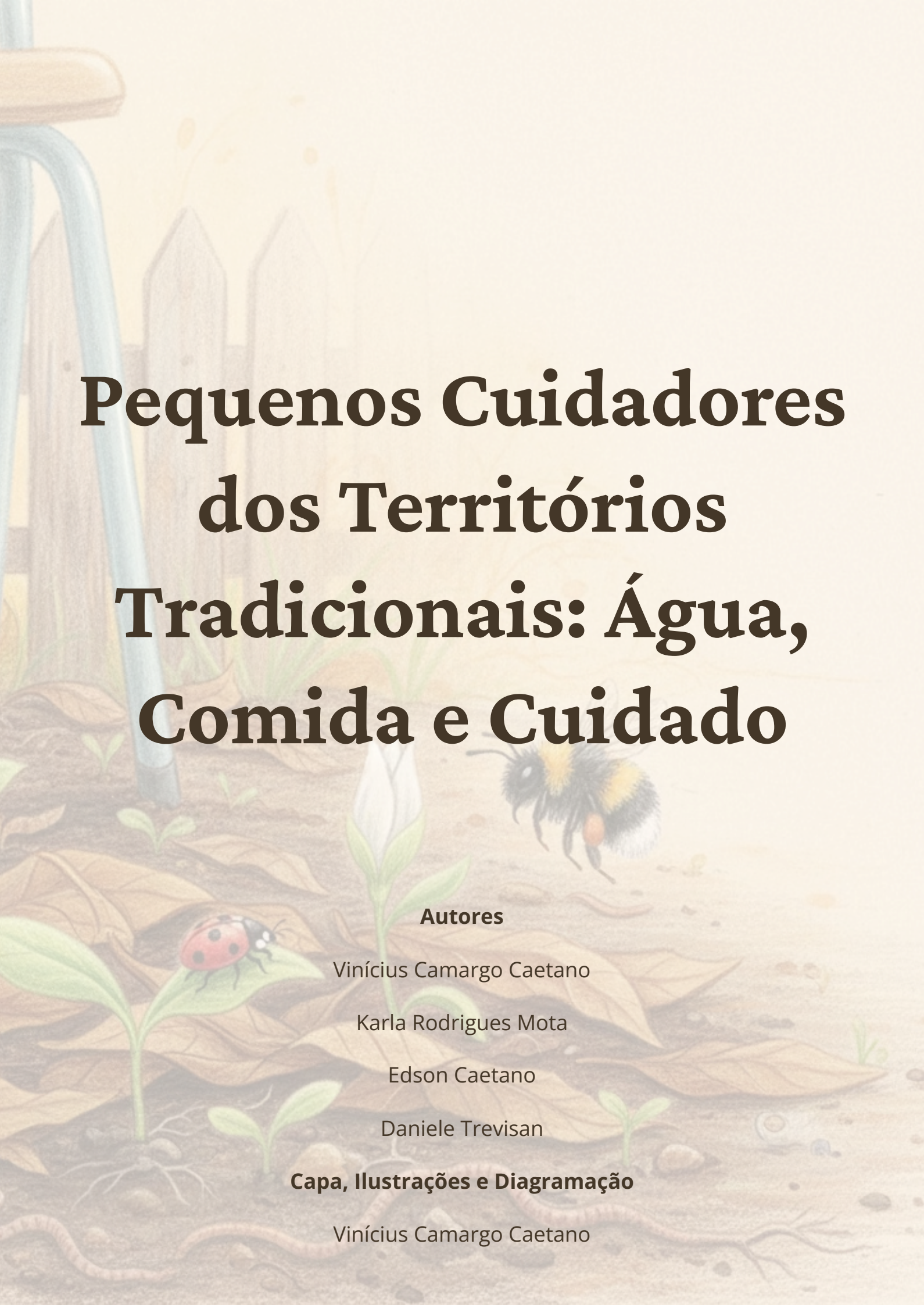


PEQUENOS CUIDADORES DOS **TERRITÓRIOS TRADICIONAIS**



ÁGUA, COMIDA E CUIDADO

PROMOÇÃO DE TERRITÓRIOS SAUDÁVEIS E SUSTENTÁVEIS NO MATO GROSSO
E
EDUCAÇÃO, CUIDADO E SABERES TRADICIONAIS SOBRE PLANTAS MEDICINAIS
NA COMUNIDADE QUILOMBOLA DO CHUMBO (POCONÉ/MT)



Pequenos Cuidadores dos Territórios Tradicionais: Água, Comida e Cuidado

Autores

Vinícius Camargo Caetano

Karla Rodrigues Mota

Edson Caetano

Daniele Trevisan

Capa, Ilustrações e Diagramação

Vinícius Camargo Caetano



Nossa Jornada

-
-  Capítulo 1: Nascentes e rios da nossa região
 -  Capítulo 2: Uso consciente de água em casa e na escola
 -  Capítulo 3: Cuidando do rio: lixo, assoreamento, mineração e agrotóxicos
-
-  Capítulo 4: Quintal que vira comida
 -  Capítulo 5: Da semente ao canteiro: fazer mudas e transplantar
 -  Capítulo 6: Compostagem & cobertura do solo: restos que viram alimento da horta
-
-  Capítulo 7: Quando o lugar adoce: lixo, queimadas, mineração e agrotóxicos
 -  Capítulo 8: Fogo não é brincadeira: tempo seco, queimadas e fumaça
 -  Capítulo 9: O garimpo, agrotóxicos e o rio: como proteger nossa água
-
-  Capítulo 10: Plantas que cuidam
 -  Capítulo 11: Como colher e guardar
 -  Capítulo 12: Respeito aos saberes tradicionais
-
-  Capítulo 13: Componentes naturais do lugar
 -  Capítulo 14: Como fazemos parte disso?
 -  Capítulo 15: Do mapa ao corpo d'água



Apresentação

Esta cartilha foi elaborada como parte do projeto *"Promoção de Territórios Saudáveis e Sustentáveis no Mato Grosso"*, vinculado ao Núcleo de Estudos Ambientais e Saúde do Trabalhador (NEAST/UFMT) e executado pelo Instituto de Saúde Coletiva (ISC/UFMT) e pelo Grupo de Estudos e Pesquisas sobre Trabalho e Educação (GEPTE/UFMT), no âmbito do projeto de extensão *"Educação, Cuidado e Saberes Tradicionais sobre Plantas Medicinais na Comunidade Quilombola do Chumbo (Poconé/MT)"*, com financiamento do Ministério Público do Trabalho de Mato Grosso e da Universidade Federal de Mato Grosso.

A proposta nasceu do desejo de unir educação, saúde, natureza e cultura tradicional em um mesmo caminho formativo, valorizando o papel das crianças como "pequenos cuidadores de territórios tradicionais". Mais do que um material pedagógico, esta cartilha é um convite a um olhar sensível sobre o lugar onde se vive — as águas, o solo, as plantas, os animais e as histórias das pessoas que compõem a Comunidade Quilombola do Chumbo.

Cada capítulo apresenta atividades, reflexões e descobertas voltadas às turmas do 4º e 5º ano do Ensino Fundamental da Escola Municipal Nossa Senhora Aparecida, com o propósito de fortalecer o vínculo das crianças com o território, despertar o sentimento de pertencimento, valorizar os saberes tradicionais, a cultura e a história ancestral ali constituída e estimular práticas de cuidado e sustentabilidade.

Cada página deste material é uma semente viva que desperta o amor pela comunidade, o orgulho de pertencer ao território e o compromisso com o cuidado de todos os seres vivos. Guiadas pelos saberes de mestres e mestras, as crianças seguem semeando o futuro com pequenos gestos cheios de significado. Como um rio que ensina e nutre, as palavras aqui inspiram famílias, educadores e educadoras a reconhecer que cuidar do território é cuidar da vida, e que das mãos pequenas de hoje podem brotar transformações profundas, enraizadas na equidade, sustentabilidade, fraternidade e solidariedade.

Os autores

Capítulo 1: Nascentes e rios da nossa região



Você já viu um fiozinho de água saindo do chão, como se fosse um "olho que chora"?

Esse pode ser o começo de um rio!

Nascentes e rios da nossa região

Você já parou para pensar onde o rio começa?



A nascente é o lugar onde a água aparece pela primeira vez na superfície da Terra. Ela pode brotar debaixo de pedras, no meio das matas ou em baixadas úmidas. A água da chuva infiltra no solo, escorre pelos espaços entre areia e pedras e depois reaparece formando um fio d'água. Esse fiozinho vai crescendo...crescendo, encontra outros fiozinhos e assim formam um rio.

☐ **Palavra nova?**

Nascente: lugar onde a água aparece e começa a formar um rio.

☐ **Você sabia?** Uma bacia hidrográfica é a área onde vários rios pequenos juntam suas águas até chegar em um rio maior.

- No nosso município, várias nascentes alimentam os córregos que chegam ao rio Bento Gomes, e juntos fazem parte da bacia do rio Cuiabá. Isso significa que todos os rios pequenos se juntam, como se fossem "veias" levando água para um corpo maior.

- Se jogarmos lixo ou entulho perto das nascentes, a sujeira segue o mesmo caminho da água. O cuidado começa no ponto mais simples: não jogar nada no chão e proteger as margens.

Filtro em garrafa

1

Materiais:

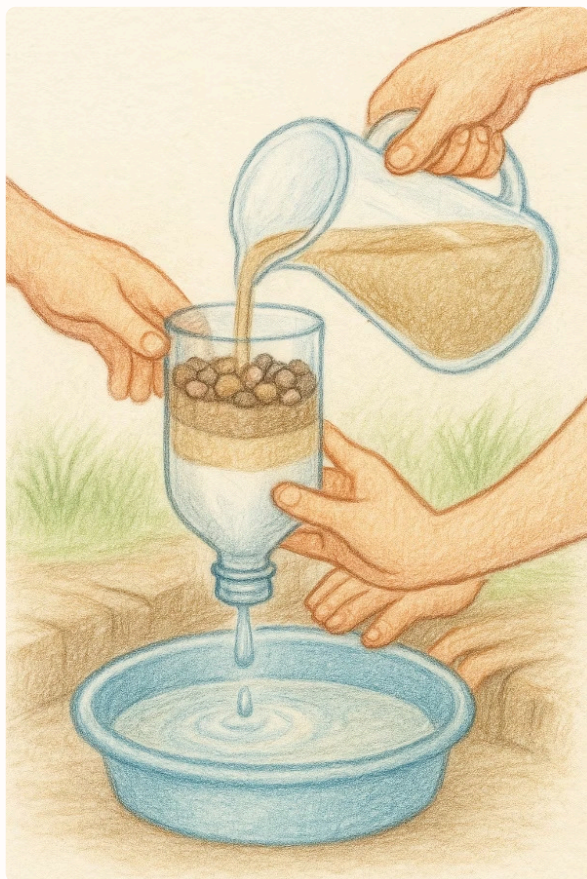
- 1 garrafa PET cortada ao meio
- Algodão ou pano limpo
- Areia lavada
- Pedrinhas
- 1 copo com água suja (terra + folhas)

2

Passos:

1. Coloque o algodão no fundo da parte de cima da garrafa.
2. Acrescente uma camada de areia.
3. Depois, uma camada de pedrinhas.
4. Despeje a água suja devagar.
5. Observe a água sair mais cristalina na parte de baixo.

Tempo: 15–20 minutos



☐ **Segurança:** Não beber a água filtrada. Ela apenas mostra como o solo ajuda a limpar.

- **O que observar:** A água sai mais cristalina, mas imprópria para beber, ou seja, não é água potável.
- O solo funciona como um filtro natural que protege as nascentes.

Caminhada da água



Desafio

"Caminhada da água":

- Saia com a turma ao redor da escola ou bairro.
- Escolha 3 pontos: poça, bueiro/vala, córrego.
- Desenhe setas mostrando de onde a água vem e para onde vai.
- Se possível, com autorização, registre fotos para comparar depois.

Registro: Cada criança faz um desenho do caminho da água e compartilha em roda de conversa.

01

Participa ativamente da caminhada

02

Registra em desenho/mapa

03

Explica de forma simples o que viu

Passatempo — 7 erros: rio limpo × rio sujo

Instruções: Olhe bem as duas cenas: à esquerda está o rio limpo, à direita o rio sujo. Seu desafio é encontrar 7 diferenças entre elas. Circule ou marque cada erro que você descobrir.



1

Rio limpo (esquerda):

- Lixeira visível, sem lixo no chão
- Margem verde, com plantas
- Pessoa pescando de forma tranquila
- Água cristalina ou límpida, sem espuma nem óleo
- Animais (exemplo: garça) saudáveis nas margens
- Crianças brincando perto, mas cuidando do ambiente
- Placa "Cuide do rio" na margem

2

Rio sujo (direita):

- Lixo espalhado no chão, sem lixeira
- Margem sem plantas, terra devastada
- Pescador próximo a lixo boiando
- Animal morto na água
- Espuma branca boiando
- Mancha de óleo na superfície
- Garrafa plástica flutuando
- Criança jogando lixo na água
- Placa ausente ou quebrada

👉 Quantos erros você achou? _____



Gabarito (7 erros possíveis):

- 1 Lixo no chão vs. lixeira
- 2 Margem com plantas vs. margem pelada
- 3 Pesca responsável vs. pesca com lixo ao redor
- 4 Animal vivo/saudável vs. animal morto na água
- 5 Água limpa vs. espuma branca
- 6 Sem óleo vs. mancha de óleo
- 7 Placa "Cuide do rio" presente vs. ausente/quebrada



Capítulo 2: Uso consciente de água em casa e na escola

Como desperdiçamos água sem percebermos?



Vamos investigar para onde a água vai no nosso dia a dia e como pequenas atitudes podem economizar muito.

Uso consciente de água

Consumir água é utilizá-la no dia a dia: beber, lavar as mãos, tomar banho, regar plantas. Desperdiçar é usar mais do que precisamos ou deixar a água ir embora sem necessidade. Um exemplo comum é o pinga-pinga: uma torneira que não fecha bem. Parece pouca coisa, mas, somando os pingos o dia inteiro, vira um grande gasto.

Cuidar da água também é observar e avisar quando algo não está certo: 'Está pingando? Vamos fechar melhor ou contar a um adulto.' Outra atitude importante é o reuso simples e seguro: a água limpa de lavar frutas e legumes pode regar as plantas do quintal ou da escola. Assim, a mesma água ajuda em duas tarefas.



Fechar bem a torneira

Pequenas atitudes, repetidas todos os dias, protegem a água da nossa comunidade.



Tomar banho mais curto

Pequenas atitudes, repetidas todos os dias, protegem a água da nossa comunidade.



Usar um copo para escovar os dentes

Pequenas atitudes, repetidas todos os dias, protegem a água da nossa comunidade.



❑ **Você sabia?** Hábitos pequenos, quando somados pela turma toda, economizam litros e litros de água ao longo da semana.

❑ **Palavra nova?** Vazamento — "quando a água escapa sem uso, como no pinga-pinga."

Jogo "Copo & Escova — simulado"

1

Materiais (por dupla ou trio):

1 copo reutilizável; 1 bacia (para coletar água do copo ao final); 1 cronômetro (celular).

2

Tempo total:

10–15 minutos.

3

Segurança:

Ninguém deverá beber a água; ninguém deverá escovar os dentes de verdade; apenas simular os gestos.



Simulação A — torneira aberta (gesto)

aluno finge escovar por 30 segundos "com água correndo". Um colega marca o tempo gasto utilizando um cronômetro.

Simulação B — torneira fechada + copo

repetir 30 segundos usando apenas o copo.

Observar e comentar

"Qual jeito gasta menos água? Por quê?"

Desenhar 2 tracinhos/ ícones (A × B)

para comparar resultados da dupla.

Acordo da turma

definir 2–3 regras para o banheiro/bebedouro (exemplo: fechar bem a torneira).

Missão 24h de Bons Hábitos

Confira as tarefas abaixo e marque com um  as que você conseguir cumprir:



Fechar a torneira

Ao ensaboar as mãos ou escovar os dentes, lembre-se de fechar a torneira para economizar água!



Banho curto e divertido

Que tal usar uma música curta como seu cronômetro? Sugestão: **A ÁGUA - Palavra Cantada**. Aponte seu celular para o QR Code abaixo para acessar o vídeo!



Reuso inteligente da água

A água que você usa para lavar frutas e legumes pode ser reaproveitada para regar as plantas. Não desperdice!

Escaneie o QR Code para acessar a música da Palavra Cantada:



Registro (para trazer na próxima aula):

- Opção A (4º ano): desenhar a atitude que mais funcionou.
- Opção B (5º ano): 1-2 frases: o que foi mais fácil? o que foi difícil?

Conversa de devolutiva (5-8 minutos):

roda rápida para compartilhar soluções da turma e combinar próximos passos na escola.



Caça-Palavras!

Regras para os estudantes:

Encontre as palavras relacionadas a bons hábitos de uso da água. Circule cada palavra. No final, escreva: "Quantas você encontrou? ____".

B	J	V	A	Z	A	M	E	N	T	O	O	R	K
G	R	O	D	A	G	E	R	Z	A	W	R	E	E
U	V	F	E	C	H	A	R	R	Q	A	T	U	S
H	R	L	K	T	D	F	I	E	V	O	W	S	E
P	O	C	B	Z	O	E	W	O	D	A	Z	O	B
B	R	V	B	Q	T	D	C	Z	L	L	F	G	D
A	L	N	B	O	P	S	I	B	I	M	A	S	E
R	J	C	G	H	E	L	A	P	Q	R	O	B	S
I	P	N	J	W	L	N	A	L	A	S	J	I	C
E	P	W	C	M	H	B	X	N	A	R	L	E	A
N	Z	Y	D	O	R	O	A	J	T	V	Z	N	R
R	O	R	U	O	D	E	B	E	B	A	A	P	G
O	O	Q	H	Z	L	K	H	N	E	U	S	R	A
T	E	Z	M	W	O	P	O	C	W	N	N	K	N

Palavras para Encontrar:

- BEBEDOURO
- VAZAMENTO
- TORNEIRA
- PLANTAS
- ESCOVAR
- GOTEIRA
- REGADOR
- FECHAR
- RÁPIDO
- BANHO
- LAVAR
- REUSO
- BALDE
- COPO
- DESCARGA



**Economize água,
preserve a vida!**

B	J	V	A	Z	A	M	E	N	T	O	O	R	K
G	R	O	D	A	G	E	R	Z	A	W	R	E	E
U	V	F	E	C	H	A	R	R	Q	A	T	U	S
H	R	L	K	T	D	F	I	E	V	O	W	S	E
P	O	C	B	Z	O	E	W	O	D	A	Z	O	B
B	R	V	B	Q	T	D	C	Z	L	L	F	G	D
A	L	N	B	O	P	S	I	B	I	M	A	S	E
R	J	C	G	H	E	L	A	P	Q	R	O	B	S
I	P	N	J	W	L	N	A	L	A	S	J	I	C
E	P	W	C	M	H	B	X	N	A	R	L	E	A
N	Z	Y	D	O	R	O	A	J	T	V	Z	N	R
R	O	R	U	O	D	E	B	E	B	A	A	P	G
O	O	Q	H	Z	L	K	H	N	E	U	S	R	A
T	E	Z	M	W	O	P	O	C	W	N	N	K	N

Capítulo 3: Cuidando do rio: lixo, assoreamento, mineração e agrotóxicos

Para onde a água leva a sujeira?



Você já reparou para onde vai o lixo quando a chuva corre pela rua?

Quando chove, a água corre pela rua como se fosse um rio. Ela pode arrastar embalagens, folhas, terra e até óleo para dentro das valetas e bueiros. E adivinha? Tudo isso pode acabar chegando ao rio que abastece a nossa comunidade.

Como a chuva afeta nossos rios

Quando chove forte, a água corre pelo chão como uma pequena enxurrada. No caminho, ela arrasta embalagens, folhas, óleo e até terra solta. Isso faz com que o rio receba sujeira e barro — o que chamamos de assoreamento. Se as margens estão sem plantas, a terra escorre ainda mais rápido.

Além disso, quando adultos usam agrotóxicos no campo ou há atividades de mineração, parte desses resíduos pode ir junto com a chuva e chegar até os rios. Mas temos formas simples de ajudar: manter o solo coberto com folhas, plantar árvores nas margens e não jogar lixo no chão. Essas atitudes protegem a água e a vida que depende dela.

❏ **Você sabia?** As margens com plantas funcionam como barreira natural contra a terra que a chuva arrasta.

❏ **Palavra nova?** Agrotóxico = produto químico que os grandes fazendeiros (como os donos das fazendas de soja próximas à comunidade) usam para matar insetos, plantas ou fungos que atrapalham a lavoura; a chuva pode levar um pouco disso para o rio. É veneno para insetos, plantas e também faz mal para a natureza.



Simulação da enxurrada

Materiais	Passos	Tempo	Segurança	O que observar
2 bandejas (ou tampas), terra, folhas secas, garrafa com furos (chuveirinho), água limpa	1. Monte duas bandejas: uma só com terra, outra coberta com folhas. 2. Incline levemente. 3. Jogue água como se fosse chuva caindo.	15 minutos	Usar só água limpa; não ingerir; limpar depois.	Compare: a bandeja com folhas perde menos terra, a água escorre mais limpa.



Materiais: 2 bandejas grandes, 2 copos medidores, 1 jarra d'água, terra limpa, folhas secas/grama (ou papel-toalha), 1 livro para inclinar.

Passos: (1) Monte A com solo descoberto; B coberto com folhas. (2) Incline igualmente. (3) Despeje a mesma quantidade de água do topo. (4) Recolha a água em copos e compare cor e quantidade.

Tempo: 15–20 minutos

Segurança: usar terra limpa; não beber a água.

Avaliação: estudantes explicam qual bandeja sujou menos e por quê.

Pacto da Turma do Rio

01

Em roda, cada aluno e aluna sugere uma atitude de cuidado com o rio

02

A turma escolhe 3 atitudes principais

03

Montar um cartaz coletivo colorido com essas atitudes

04

Registrar (foto ou desenho no caderno)



Capítulo 4: Quintal que vira comida



Por que ter uma horta na escola?

Na Comunidade do Chumbo, muitas famílias já cuidam da terra, plantam no quintal e compartilham alimentos. Trazer uma horta para a escola é continuar essa tradição: unir cuidado, trabalho, comida e cultura local em um só espaço.

- ☐ **Você sabia?** Muitas escolas do Brasil já usam a horta para enriquecer a merenda com verduras fresquinhas, deixando a refeição mais saudável e saborosa.

Agroecologia vs. Monocultura

Enquanto nossa comunidade cultiva de forma natural e diversa (agroecologia), por aí alguns lugares plantam só uma coisa (monocultura) usando muito veneno. A horta escolar nos ensina a **valorizar a diversidade**.

Solo e Água Preciosos

Quando cultivamos uma horta, aprendemos que a água e o solo são preciosos. Cada muda que cresce mostra como a natureza retribui quando cuidamos bem dela. É um jeito simples de lembrar que nossa comida **vem da terra**.

Aprendizado prático

Na horta da escola, todos podem participar: plantar, regar, observar as folhas, esperar a colheita. Assim, a sala de aula se amplia, e o aprendizado ganha **cheiro, cor e sabor**.

Palavra nova?

Agroecologia: jeito de produzir alimentos respeitando a natureza, as pessoas e os saberes das comunidades.

Palavra nova?

Monocultura: plantar só uma espécie. Empobrece o solo e atrai pragas. A diversidade de plantas equilibra a natureza.

Palavra nova?

Pragas : bichinhos que prejudicam as plantas. Mas abelhas e joaninhas são amigas da horta!

E você, o que gostaria de plantar na horta da escola? Por quê?

Antes de plantar: lugar, luz e água



☐ **Você sabia?** Cobrir o solo com folhas ou capim economiza água e protege a horta do calor.

☐ **Palavras novas?**

Cobertura morta: camada de folhas secas ou capim que protege o solo.

Canteiro: faixa de terra organizada para o cultivo de plantas.

→ Escolha do Local

- Mínimo de 4 horas de sol por dia.
- Longe de fossas ou lixo para evitar contaminação.
- Perto de fonte de água limpa, evitando encharcamento.

→ Segurança na Escola

- Ferramentas: usar sempre com ajuda de adulto.
- Cuidado: mangueiras e galhos não podem atrapalhar a passagem.

→ Preparando o Solo

- "Terra fofa": leve, permite água e ar às raízes.
- Cobertura morta: folhas secas/capim, protege do sol e mantém umidade.

O que plantar primeiro (fácil e rápido)



Na nossa região do Pantanal e Cerrado, algumas plantas crescem rápido e são fáceis de cuidar. Podemos começar com: alface crespa ou de verão, rúcula, coentro, cebolinha e couve. O quiabo também é ótimo, mas demora mais para dar frutos.

Um bom jeito de organizar é fazer um canteiro de 1 metro. No meio, duas fileiras de folhas, como alface e rúcula. Nas bordas, pode-se plantar cebolinha ou até manjericão. Essas plantas ajudam a proteger o canteiro, atraem insetos amigos e afastam as pragas.

❑ **Você sabia?** Algumas plantas são chamadas de "amigas", porque juntas conseguem afastar insetos ruins e atrair polinizadores que ajudam no crescimento.

No início, a rega deve ser pouquinha e frequente. A ideia é deixar a terra sempre úmida, mas sem virar lama. Para cuidar, é só arrancar os matinhos que nascem perto das mudas, sempre com atenção e com a ajuda de um adulto.

❑ **Palavras novas?**

- Mudas: plantas jovens, ainda pequenas, prontas para serem cultivadas no canteiro.
- Polinizadores: insetos como abelhas e borboletas que levam pólen de uma flor a outra, ajudando a planta a dar frutos.

👉 Quando as folhas estiverem grandes e firmes, é quase hora de colher!

Você sabia? Na agroecologia (como na nossa horta), a gente planta sem veneno e cuida da terra. Já nas plantações de uma coisa só (monoculturas) usam agrotóxicos que fazem mal para a natureza e o ser humano.

Cuidar todo dia: regar, proteger e colher

Uma horta precisa de atenção diária. A rega deve ser feita de manhã cedo ou no fim da tarde, usando regadores ou uma mangueira com jato fino. Para saber se precisa molhar, faça o teste do aperto: pegue um pouco de terra, aperte na mão e veja se ela forma um "torrãozinho" úmido.



Para proteger a horta sem usar venenos, podemos catar lagartas com pinça ou luva. Se aparecer um inseto que você não conhece, guarde num potinho e mostre ao professor: pode ser um inseto amigo, como joaninhas e abelhas.

Outra dica é usar cobertura morta, como folhas secas, que mantêm o solo úmido. Já as formigas podem cortar folhas, então é bom observar sempre.

Quando chegar a hora da colheita, escolha as folhas mais tenras, lave bem e aproveite o sabor daquilo que a turma plantou junto.

☐ **Você sabia?** Regar demais também faz mal: as raízes podem "afogar" e apodrecer.



Diário da Horta + Plantas do Quintal

Objetivo: observar o crescimento das plantas por 2 semanas e conhecer plantas comestíveis dos quintais das famílias, valorizando os saberes da comunidade.

Materiais: folha A4 com tabela simples (8 linhas), régua, lápis; papel e lápis para desenhar.



Como fazer — na escola (2 semanas)

- Escolham 1 canteiro/planta da horta para observar.
- Meçam com régua e anotem altura ou número de folhas na tabela.
- Toquem a terra e marquem a umidade: seco / ok / molhado.
- Façam um desenho de algo novo que encontraram (flor, inseto, raiz).
- Combinem quem cuida em cada dia da semana.



Como fazer — em casa (1 visita)

- Conversem com pais, avós, tios ou responsáveis:
- "Quais plantas comestíveis temos no quintal? (folhas, frutas, temperos, raízes)"
- "Como usamos essas plantas na nossa comida?"
- Desenhem e escrevam o nome de pelo menos 2 plantas do quintal.
- Tragam para a próxima aula. Se não der para conversar em casa, tudo bem: tragam lembranças ou desenhos de plantas que conhecem.

 Tempo: 5–10 minutos por visita.

Tabela a ser feita e preenchida:

Data	Altura/folhas	Umidade do solo (seco/ok/molhado)	Observações (insetos? flores?)

Socialização (na escola) — 40 minutos

- 

Em grupos, compartilhem o Diário da Horta e as Plantas do Quintal.
- 

Observem: quais plantas são mais comuns? Para que servem? Que cuidados elas precisam?
- 

Montem um mural: "Nossa Horta + Nosso Quintal" (desenhos ou palavras).
- 

Lembrem dos bons cuidados: sem veneno, rega gentil, cobertura do solo, plantas na beira do canteiro.

☑ Quem cuida, aprende e colhe!

Capítulo 5: Da semente ao canteiro: fazer mudas e transplantar

Da semente ao pratinho

Quando plantamos direto no canteiro, muitas sementinhas podem não resistir. Por isso, começamos em um pratinho ou copinho: é como se fosse um berçário, onde a planta fica protegida até crescer um pouco mais forte. Assim, cuidamos de cada semente bem de pertinho.

Nesse espaço, conseguimos observar todos os dias como a muda vai crescendo. Algumas ficam mais fortes e bonitas, e são essas que levamos depois para o canteiro. É como escolher os atletas mais preparados para correr uma corrida.

As mudinhas precisam de um lugar com bastante claridade, mas não do sol muito quente do meio-dia. Prefira um espaço iluminado, mas protegido, como perto de uma janela ou em um cantinho ventilado.

Com atenção, você verá nascer as primeiras folhinhas, chamadas cotilédones. Logo depois, aparecem as folhas verdadeiras — e quando a muda estiver com mais folhinhas e tamanho, é sinal de que está pronta para ir ao canteiro.

☐ **Você sabia?** Os cotilédones são as "primeiras folhinhas" que ajudam a planta a começar a vida.



☐ **Palavra nova?** Sementeira: lugar onde as sementes nascem e viram mudas (copinhos, bandejas, potes limpos).

Qual semente você quer ver nascer primeiro e por quê?

Rebrotar cebolinha no copo

Rebrotar é ver a vida nascer de novo! É simples: não precisa de terra, só de um copo com água e vontade de observar a natureza trabalhando. Assim, até o restinho da cebolinha pode virar folhas novas e verdinhas.

- **Atividade — Rebrotar de Cebolinha (em sala, sem terra)**

Materiais (por dupla):

- 1 copo transparente (plástico ou vidro)
- Água limpa
- 2 bases de cebolinha com raiz (sobras da cozinha ou da feira)
- 1 régua pequena

- **Passos:**

1. Corte a cebolinha a uns 3 dedos acima da raiz (peça ajuda).
2. Coloque as bases no copo e cubra só as raízes com água.
3. Leve para um lugar claro, mas sem sol forte.
4. Troque a água dia sim, dia não.
5. Meça os brotos com a régua a cada 2 dias e desenhe o crescimento.
6. Quando chegarem a 3–4 dedos de altura, conte para a turma o que mudou.

- **Dicas e Segurança**

Segurança: não beba essa água e lave as mãos depois de mexer nas plantas.

Dica: quem quiser, pode plantar a cebolinha em um vaso com solo úmido (sempre com ajuda de um adulto).

☐ **Você sabia?** Trocar a água ajuda a planta a respirar pelas raízes.

☐ **Palavra nova?** Rebrotar: quando a planta nasce de novo a partir da base.

✨ Que tal fotografar sua rebrota ao lado da régua?



Transplante sem machucar a raiz

01

Quando transplantar

Espere a mudinha ter 4–6 folhas verdadeiras e a raiz preencher o potinho, mas sem ficar espremida demais. Se você ver raízes pelas laterais ou no fundo, já está na hora.

02

Antes de tirar

Molhe o potinho ou vaso para a terra ficar úmida e não quebrar. No canteiro, deixe o buraco pronto: do tamanho do torrão (o montinho de terra que vem junto com as raízes).

03

Como tirar

Aperte de leve as laterais do potinho, vire um pouco e segure pelo torrão. Nunca puxe pelo caule, porque ele pode arrebentar.

04

Como colocar

Ponha o torrão dentro do buraco, deixando o "pescoço" da planta na mesma altura do solo (não enterre as folhas). Firme de leve a terra com a mão ao redor e regue.

05

Depois

Dê sombra leve por 1–2 dias para a planta se acostumar. Cubra o solo com folhas secas ou capim (cobertura morta) para manter a umidade.



📌 **Você sabia?** Sombra leve no começo ajuda a planta a se adaptar sem murchar.

📌 **Palavra nova?** Torrão: montinho de terra que abraça as raízes na hora de tirar do pote.

✨ Pronto! Sua muda ganhou casa nova.

Depois do transplante: cuidar e resolver pequenos problemas



Checagem do dia seguinte

- Folhas firmes (não caídas).
- Solo úmido, mas não encharcado.
- Cobertura do solo (folhas secas, capim) no lugar.
- Plantas com espaço entre elas, sem estarem grudadas.

☐ **Você sabia?** Regar demais também faz mal: a raiz fica sem ar.

Boas práticas de cuidado

- Rega sempre fina e gentil, para não machucar a planta.
- Reforçar a cobertura morta quando precisar.
- Manter caminhos livres entre as plantas, evitando pisar no canteiro.

Se murchou...

Dê sombra leve por 1–2 dias e regue de leve, sempre de manhã cedo ou no fim da tarde.

Se encharcou...

Use o dedo para abrir o solo ao redor da muda, deixando o ar entrar. Não regue por um dia.

Se tem bichinhos...

Use pinça ou luva para catar. Guarde o inseto em potinho para o/a professor(a) identificar. Observe: alguns são amigos da horta, como a joaninha e a abelha.

Capítulo 6: Compostagem & cobertura do solo: restos que viram alimento da horta

1

O que é compostagem e por que ajuda a horta

Quando comemos frutas, verduras ou preparamos uma refeição, sempre sobram cascas, talos e folhas. Esses restos não precisam ir para o lixo: eles podem se transformar em um adubo natural cheio de vida.

2

A natureza não desperdiça

Na natureza, nada se perde. O que cai no chão — folhas secas, frutas estragadas — vai se desfazendo até virar uma "terra preta" que alimenta as plantas novamente. Assim, a gente cuida da natureza: menos lixo nas ruas e mais força no solo.

3

Comunidade do Chumbo

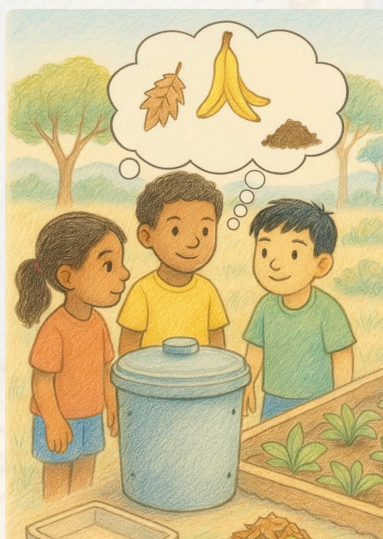
Aqui na Comunidade do Chumbo, onde o clima é quente, a decomposição acontece rápido. As folhas secas que caem das árvores também ajudam, porque podem virar cobertura do solo e proteger a horta do sol forte.

4

Ciclo da Vida

Quando juntamos restos da merenda com folhas secas, iniciamos um ciclo: o que era sobra se transforma em vida para as plantas da horta da escola.

❏ **Você sabia?** Minhocas e microorganismos quebram os pedacinhos e deixam o solo fofinho.



❏ **Palavra nova?** Decomposição: quando restos de plantas se desfazem e viram adubo.

✨ "Que restos da merenda viram adubo? Vamos descobrir!"

O que pode e o que não pode na composteira

Nem tudo que sobra vai para a composteira. Alguns restos viram adubo, mas outros estragam o processo. É importante saber o que entra e o que fica de fora.

✓ Pode:

- cascas e restos crus de frutas e legumes
- folhas secas
- cascas de ovo amassadas
- borra de café
- saquinho de chá sem grampo
- papel-toalha sem tinta
- serragem pura



✗ Não pode:

- carne ou peixe
- laticínios
- óleo
- comida muito temperada
- plástico
- metal
- vidro
- cocô de cachorro ou gato

🎲 Atividade — Jogo de Cartas "Vai ou não vai?"

Materiais (por grupo)

16 cartas com desenhos (sem palavras).

- **Cartas PODE (8):** casca de banana; casca de mandioca/abóbora; folhas secas; casca de ovo; borra de café; saquinho de chá sem grampo; papel-toalha limpo; serragem pura.
- **Cartas NÃO PODE (8):** espinha de peixe; queijo/leite; garrafa de óleo; resto de comida gordurosa; plástico; lata; vidro; cocô de cachorro.

Passos

1. Vire todas as cartas para cima.
2. Separe em duas pilhas: "Vai" (pode) e "Não vai" (não pode).
3. Confiram com o/a professor/a e expliquem 1 motivo de cada escolha.
4. Montem uma mini-exposição das cartas corretas.

🕒 **Tempo:** 10–15 minutos ⚠️ **Segurança:** a atividade usa desenhos, não restos de comida.

✨ "Prontos para montar a composteira?"



Como montar uma composteira simples na escola - no balde ou em leiras no chão

• ♦ Opção A — Balde com furos (pátio coberto)

1. Pegue um balde com tampa e faça furos pequenos nas laterais e no fundo (Com a ajuda e supervisão da professora ou professor).
2. Coloque a primeira camada de folhas secas no fundo.
3. Adicione uma camada fina de restos crus de frutas e legumes picados.
4. Cubra sempre com folhas secas por cima, para não atrair moscas.
5. Verifique a umidade: o certo é parecer esponja úmida, não encharcado.
6. Mexa de vez em quando com uma pazinha.

• ♦ Opção B — Leira de folhas (no chão, canto com sombra)

1. Faça um montinho de folhas secas e capim.
2. Intercale poucos restos crus com folhas secas por cima.
3. Molhe de leve quando o monte estiver muito seco.
4. Cubra com um pedaço de pano ou saco de estopa para evitar moscas.

☐ **Palavra nova?** Composto (ou torrão de composto): o material escuro e soltinho, pronto para usar na horta.

→ Cuidados comuns:

- Não colocar carne, óleo ou comida temperada.
- Lavar bem as mãos depois de mexer.
- Melhor em lugar sombreado.
- Composteira não tem mau cheiro: se fedeu, tem coisa errada!

☐ **Você sabia?**
A umidade certa é como esponja espremida.

Cobrir o solo e usar o composto

Cobertura do solo (mulching): espalhe folhas secas ou capim entre as plantas. Não encoste no caule.

Por quê? A cobertura guarda a umidade, protege contra o sol forte e atrapalha os matinhos de nascerem.

Quando usar o composto:
peneire e misture ao canteiro antes do plantio. Também pode usar uma camada fina ao redor das plantas, mas sem amontoar no caule.

Sinais de que o composto está bom: cor escura, cheiro de terra, pedacinhos quase invisíveis.

Se aparecerem bichinhos:
observe com calma. Muitos são amigos da horta. Se notar ataque nas plantas, avise o professor ou a professora.
Nunca use venenos.



☐ **Você sabia?** Com cobertura, a terra seca mais devagar.

✨ "Transformar restos em vida é cuidar do nosso território!"

Capítulo 7: Quando o lugar adoecer: lixo, queimadas, mineração e agrotóxicos

O que deixa um lugar doente?

Um lugar pode ficar saudável quando é bem cuidado. Mas também pode "adoecer" quando a gente machuca a natureza. Jogar lixo no chão, queimar folhas no tempo seco, arrancar plantas da beira do rio, fazer buracos grandes de mineração ou usar venenos ou agrotóxicos são atitudes que estragam o ambiente.

Agrotóxico é veneno. Ele pode machucar a nossa saúde, os bichinhos do rio e as abelhas que ajudam as flores. A chuva pode levar esse veneno para a água e ele também pode descer pelo solo e chegar à água escondida debaixo da terra (lençol freático). Por isso, nossa escolha é cuidar sem venenos.

Essas coisas acontecem bem perto de nós. Pode ser na fazenda próxima à comunidade, na rua da escola, no pátio onde brincamos ou na beirada de um córrego. Aos poucos, o lugar vai ficando feio, sujo e triste.

Mas também existe o outro lado: cuidar. Jogar o lixo no lugar certo, deixar plantas nas margens, guardar a água limpa, não usar agrotóxicos e pedir ajuda a adultos quando algo errado acontece são formas simples de proteger o que temos.



☐ **Você sabia?** Plantas nas margens seguram a terra e ajudam a água a ficar mais limpa.

☐ **Palavra nova?** Poluição: quando a água, o ar ou o solo ficam sujos.

☐ **Palavra nova?** Lençol freático: é a água escondida debaixo da terra. Fica entre as camadas do solo e alimenta poços e nascentes. Quando cai veneno ou lixo no chão, essa água também pode se contaminar.

O que é degradação ambiental?

Quando jogamos lixo no chão, a chuva leva tudo para a valeta e depois para o córrego ou rio. O que parecia pequeno vira um problemão para a água.

As queimadas também machucam. A fumaça faz mal para quem respira, e o calor mata bichinhos e plantas que vivem por perto.

Quando gado ou pessoas pisam demais nas margens, ou quando alguém corta todas as plantas, a terra fica solta e cai dentro do rio. Isso se chama assoreamento: a água vai ficando rasa e barrenta. Se o gado pisa bem em cima de uma nascente (olho d'água), ela pode até secar. Por isso é importante cercar e proteger as nascentes.



A mineração, se não for cuidada, mexe no solo e pode deixar a água suja. Já os agrotóxicos usados nas grandes fazendas e por alguns adultos no campo podem escorrer com a chuva ou serem levadas pelo vento e chegar até o rio. Os agrotóxicos são um tipo de veneno: eles podem matar insetos importantes (como abelhas) e estragar o solo. Até a água debaixo da terra (lençol freático) pode ficar contaminada.

Tudo isso se junta com a enxurrada. Por onde a água passa, ela carrega sujeiras, lixo e terra.

☐ Palavra nova?

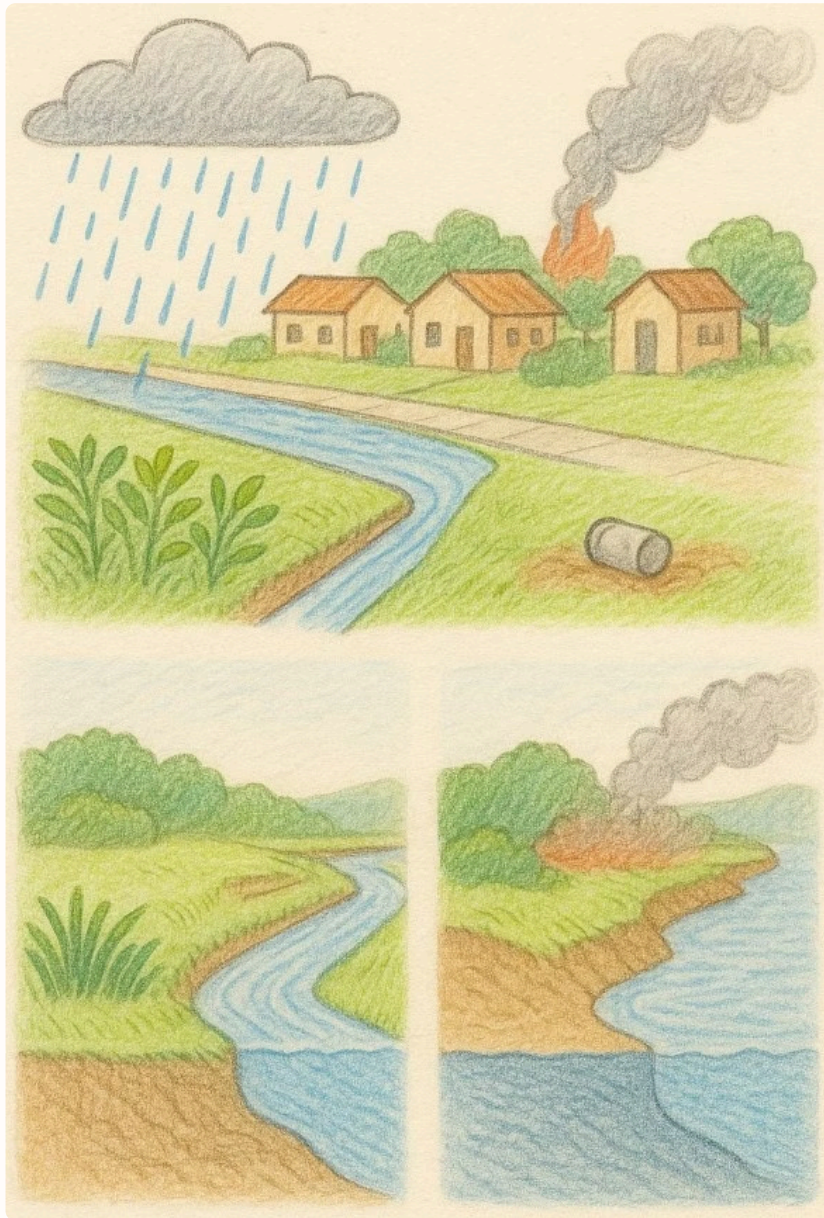
Assoreamento: quando muita terra cai no rio e deixa a água rasa.

☐ **Você sabia?** Depois de uma chuva forte, a água da valeta pode ficar marrom por causa da terra que desceu.

Como isso afeta rios e pessoas?

Quando a sujeira chega ao rio, a água que antes era clara fica barrenta. Os peixes têm menos espaço para nadar e podem morrer. Quem precisa dessa água também sofre, porque ela não serve mais para beber nem para brincar.

A fumaça das queimadas viaja com o vento. Ela deixa o ar pesado, irrita os olhos e pode causar tosse. Crianças, idosos e animais são os que mais sentem o impacto.



O solo, quando perde as plantas que o seguram, se solta e vai cobrindo as águas. Aos poucos, o córrego fica mais raso e pode até desaparecer.

Tudo isso atinge a comunidade: mais calor, menos sombra, rios sujos e fica mais difícil plantar e colher nossa comida. Por isso, cuidar do lugar é também cuidar da nossa saúde, da família e dos vizinhos.

"Se o território está bem, a comunidade também vive melhor."

Semáforo do Cuidado

Objetivo: aprender a decidir o que protege e o que machuca o lugar onde vivemos.



Verde = bom cuidado



**Amarelo = atenção, tem
jeito melhor**



**Vermelho = machuca o
lugar**

Materiais (por aluno):

- 3 círculos de papel: verde, amarelo e vermelho (se não tiver colorido, pode pintar atrás da folha).
- Lápis.

Como jogar (passos):

1. O/a professor/a lê uma frase em voz alta.
2. Você escolhe e mostra um círculo:

Frases para o/a professor/a usar:

- Jogar garrafa no chão perto do córrego.
- Plantar árvores ou capim nas margens do córrego.
- Queimar só um montinho de folhas secas no quintal.
- Guardar o lixo para colocar na lixeira.
- Deixar o gado pisar dentro do córrego.
- Cobrir o solo com folhas secas perto das plantas.
- Usar agrotóxico (adultos). (mesmo com EPIs agrotóxico é veneno e não deve ser usado)
- Jogar óleo de cozinha usado direto na pia.
- Separar o lixo reciclável em casa.
- Derrubar árvores das margens para abrir caminho.
- Lavar a calçada com mangueira aberta.
- Chamar um adulto quando ver fumaça.
- Enterrar o lixo no quintal.
- Deixar animais beberem direto no córrego.
- Jogar resto de sabão ou detergente na terra.
- Guardar latinhas ou plásticos para vender, mas deixar acumulados no quintal sem proteção.
- Usar a água da chuva para regar as plantas.



Explique em 1 frase por que escolheu essa cor.

Tempo: 10–15 minutos. **Dica:** se puder, tire uma foto do semáforo da turma e faça um cartaz com as melhores ideias.

Capítulo 8: Fogo não é brincadeira: tempo seco, queimadas e fumaça

O que é queimada e por que acontece

Queimada é quando o fogo aparece no mato. Muitas vezes começa porque alguém põe fogo em folhas ou lixo no quintal. Outras vezes, o capim bem seco pega fogo sozinho com o calor e o vento espalhando.

Algumas pessoas acham que queimar é o jeito mais rápido de "limpar" o terreno. Outras vezes, crianças ou adultos brincam com fósforos e fogueiros. Mas isso nunca é seguro: o fogo cresce rápido e pode virar um incêndio.

Aqui na Comunidade do Chumbo, onde o Cerrado encontra o Pantanal, o tempo seco é muito comum. O vento forte e a falta de chuva deixam a terra, o capim e até as árvores mais frágeis. Por isso, qualquer faísca pode se transformar num fogo grande que machuca o lugar onde vivemos.



☐ **Você sabia?** O vento pode levar faíscas bem longe e aumentar o fogo.

☐ **Palavra nova?** Fumaça: o ar sujo que sai do fogo e irrita os olhos e a respiração.

☐ **Palavra nova** Garimpo é quando pessoas cavam à procura de ouro ou outro minério, muitas vezes dentro do rio, sem muito cuidado. Pode sujar bastante a água

Evitar queimadas é cuidar da nossa comunidade, dos bichos e da saúde de todos. Se cada um fizer a sua parte, o fogo não começa.

☐ **Nosso lugar — Comunidade do Chumbo**

Nossa comunidade sofre com fumaça das queimadas, água suja pelo garimpo e venenos de fazendas próximas. Por isso, cada cuidado nosso faz diferença.

O que o fogo causa: solo, bichos, ar e gente

Solo

No solo, o fogo queima as folhas secas que serviam de cobertura.

Também mata os bichinhos invisíveis que deixam a terra fofinha e fértil.

Ar e Saúde

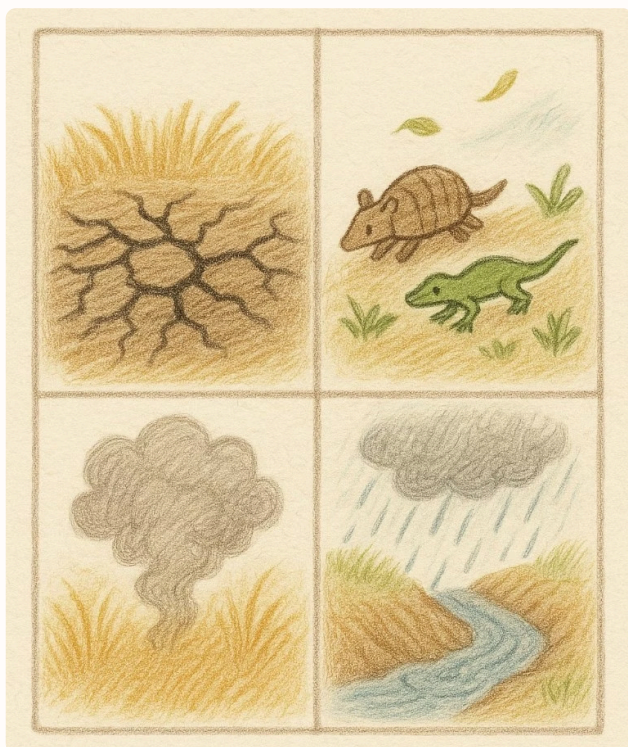
No ar e na saúde, a fumaça deixa o céu cinza. Ela arde os olhos, dá tosse e cansaço para respirar, principalmente em crianças e idosos.

Bichos e Plantas

Nos bichos e plantas, muitos precisam fugir correndo. Outros não conseguem e morrem. O lugar fica sem flores, sem alimento e sem abrigo por um bom tempo.

Água

Na água, quando a chuva chega, arrasta as cinzas e a terra solta. Isso escorre para as valetas, chega aos córregos e segue até o rio.



☐ **Você sabia?** Depois de um fogo, a primeira chuva pode levar muita cinza para a água.

☐ **Palavra nova?** Cinzas: o pó que sobra quando algo queima.

✨ "Que sinais mostram que um lugar sofreu com o fogo?"

Como evitar e o que fazer no tempo seco

1

Evitar

Nunca queime folhas ou lixo no quintal. Não brinque com fósforos ou isqueiros. Nunca solte balão — ele pode cair pegando fogo em qualquer lugar.

2

Cuidar do lugar

Junte folhas secas com ajuda de um adulto e use para compostagem ou para cobrir a terra da horta. Caminhos limpos também ajudam a prevenir o fogo.

3

Se vir fumaça perto da escola ou de casa

Avise um adulto ou professor e professora. Afaste-se do local. Não tente apagar o fogo sozinho.

4

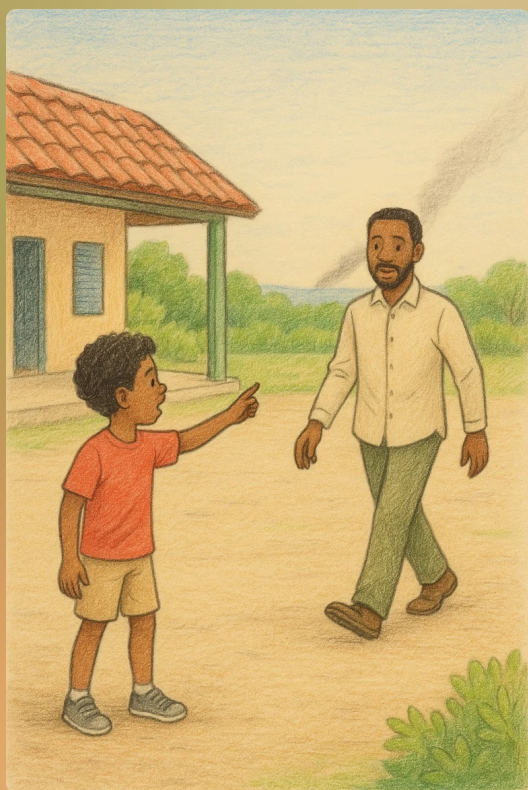
Em dia de fumaça

Fique em lugar arejado e seguro. Beba bastante água. Se sentir cansaço, descanse. Ajude colegas que tenham alergia ou asma a procurar um adulto.



Você sabia? Em tempo seco, a gente sente mais sede e o corpo cansa mais rápido.

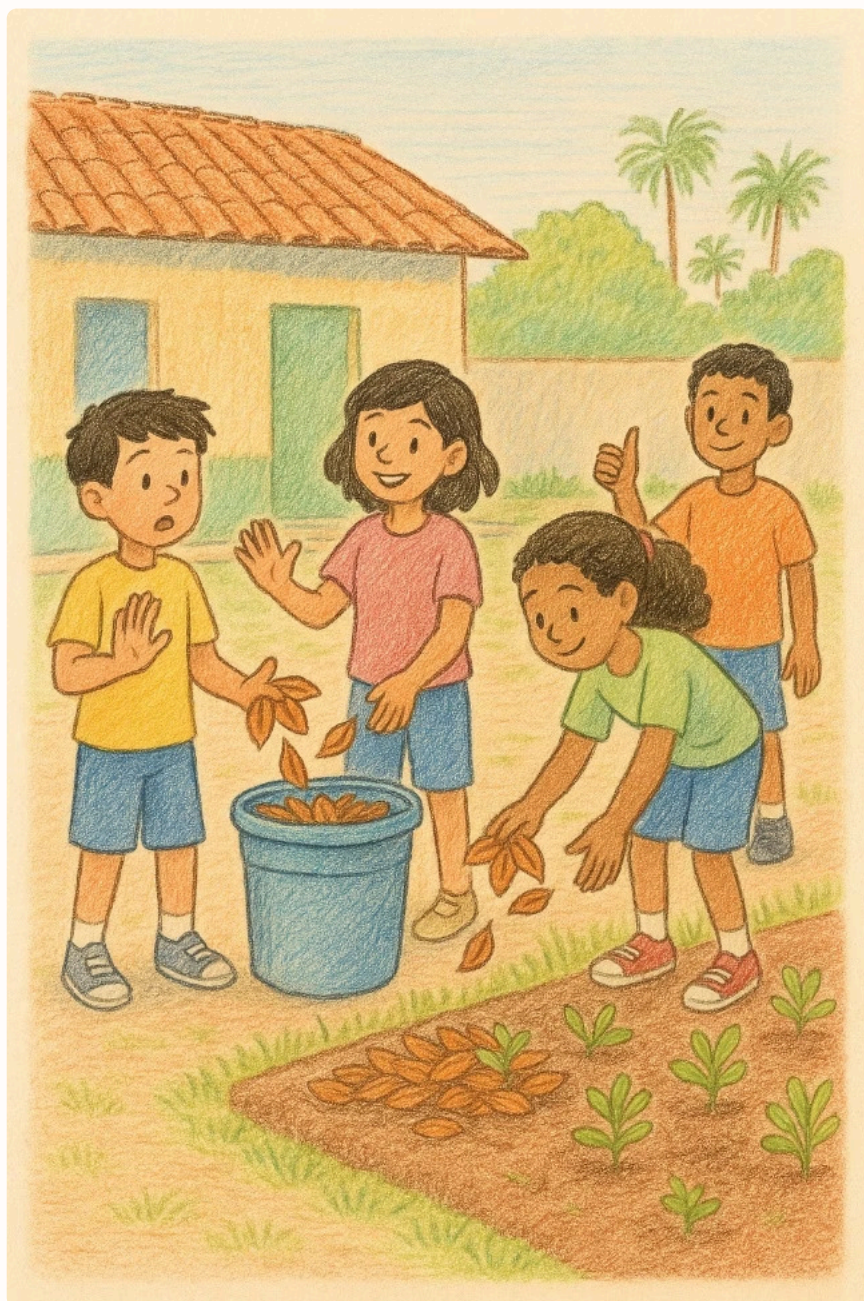
✨ "Prevenir é o melhor cuidado!"



Teatro de bolso — "Fogo não é brincadeira"

Objetivo: mostrar de forma divertida como o fogo pode começar e como podemos evitar.

Como fazer: a turma se divide em dois tipos de grupos — uns mostram o problema, outros mostram a solução. Cada grupo faz uma cena curtinha (menos de 2 minutos). Não precisa cenário complicado: pode ser na sala ou no pátio, com gestos e falas simples.



Exemplo de cena sugerida:

- **Grupo 1 — O problema:** alguém finge querer queimar folhas ou chega perto do fogo.
- **Grupo 2 — A solução:** os colegas mostram outro jeito — juntar folhas para compostagem, avisar um adulto e não se aproximar.
- **Fecho final:** todos juntos cuidam do lugar, bebem água, protegem os bichos e comemoram um território sem fogo!

No fim, cada grupo conta o que aprendeu e o que mudou entre o problema e a solução.

✨ "Quando cuidamos juntos, o fogo não vira perigo!"

Capítulo 9: O garimpo, agrotóxicos e o rio: como proteger nossa água

Quem cuida da água? Adultos, empresas e regras

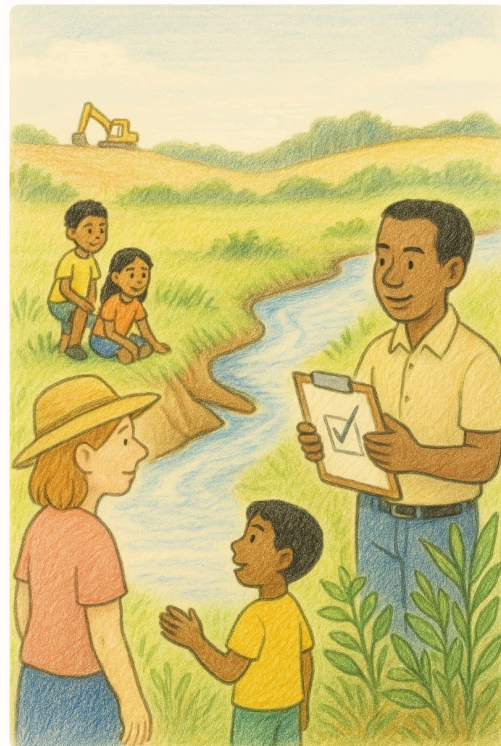
O garimpo (mineração ilegal em rios) e a mineração de empresas retiram areia, terra e metais do solo. No garimpo, muitas vezes os garimpeiros usam produtos tóxicos e cortam muita mata, deixando a água suja e perigosa.

Já os agrotóxicos são produtos que fazendeiros usam nas plantações para tentar controlar pragas e doenças das plantas, mas que causam problemas de saúde em nós, seres humanos, nos animais e contaminam o meio ambiente.

Com a mineração, o garimpo e os agrotóxicos, a água pode ficar suja, contaminada e perigosa. Isso faz mal para as pessoas, para os peixes e também para as plantas que vivem nos rios e nascentes.

Por isso, existem regras e fiscalização. Empresas e fazendas precisam seguir essas regras para não estragar os rios e o ambiente. Fiscalização é quando adultos treinados verificam se tudo está sendo feito do jeito certo.

E qual o papel das crianças? Vocês podem observar o lugar onde vivem, não se aproximar de áreas perigosas, cuidar do pátio da escola e sempre avisar um adulto ou o professor e a professora quando perceberem algo errado.



❏ **Você sabia?** Existem leis e fiscalização para proteger rios, nascentes e pessoas.

❏ **Palavra nova?** Fiscalização: quando órgãos públicos conferem se as regras estão sendo seguidas.

❏ **Você sabia?** Na comunidade, a água limpa é nosso tesouro – mas o garimpo no rio e o veneno das fazendas podem sujá-la, então todos precisam cuidar bem dela.

✨ "O que você observa no caminho da escola que ajuda a proteger a água?"

Como a água pode ficar suja

No garimpo ou na mineração, as empresas mexem muito no solo. Quando chove, a água da chuva pode arrastar terra solta e sujeira. Primeiro vai para a valeta, depois para o córrego e, por fim, chega ao rio. Assim, a água fica turva e barrenta.

No campo, os adultos usam agrotóxicos nas plantações. A chuva ou o vento também podem carregar um pouco desses produtos até a água dos córregos, rios e água subterrânea (lençol freático).



Quando a água fica turva, escura, com espuma ou cheiro estranho, ela não pode ser bebida. Nessas horas, as crianças não devem mexer: precisam avisar um adulto ou a professora e o professor.

Empresas e fazendas só podem trabalhar com licenças. Isso quer dizer que existe uma autorização com regras para não machucar o rio. E a fiscalização serve para conferir se essas regras estão sendo cumpridas.

☐ **Você sabia?** Quando a água está turva, é melhor não beber e avisar um adulto.

☐ **Palavra nova?** Licença: autorização que diz como a atividade deve respeitar a natureza.

✨ "Quais sinais da água mostram que precisamos chamar um adulto?"

Cuidar da saúde e do rio



Para cuidar da saúde, siga sempre os caminhos seguros: beba água filtrada ou fervida quando orientado. Nunca beba água turva. E lembre-se: lave as mãos antes da merenda.

Se você notar algo estranho — como água marrom, espuma ou cheiro forte — não se aproxime. Afaste-se e avise um adulto ou a professora e o professor.

Lugares perigosos não são brincadeira. Não entre em áreas de garimpo ou mineração. Também não toque em líquidos ou metais desconhecidos.

Perto da escola e da sua casa, você pode ajudar o rio: manter plantas nas margens, usar folhas secas como cobertura do solo, não jogar lixo e varrer o pátio antes da chuva.

☐ **Você sabia?** Plantas nas margens seguram a terra e ajudam a água a ficar limpa.

☐ **Palavra nova?** Água potável: água própria para beber, limpa e segura.

✨ "Nossa turma pode ser guardiã do rio com pequenas ações todo dia."

Rio Vivo, Rio Morto — Em Busca das Histórias Perdidas

Materiais: folha para anotar (opcional).

Objetivo: descobrir, com ajuda da família, se agrotóxicos já contaminaram rios/córregos da nossa região e como isso afetou a natureza e a vida da comunidade.



Como fazer (em casa)

1. Converse com pais, avós, tios ou responsáveis.
2. Faça as perguntas e, se quiser, anote o que ouviu (sem escrever nomes de pessoas ou lugares):
 - **Memórias do rio:** "Alguma vez a água ficou diferente? Mudou de cor ou de cheiro? Já teve peixe morto?"
 - **Peixes de antes e de hoje:** "Antigamente tinha mais peixe? Sumiram de algum lugar?"
 - **Possível causa:** "Alguém comentou sobre veneno na plantação perto da água? O que acharam que aconteceu?"
1. Traga suas descobertas para a escola. Se não der para conversar em casa, tudo bem: traga suas lembranças do rio ou de alguma história que você ouviu.

Socialização (na escola) — 40 minutos

- Em grupos, cada criança conta o que ouviu (sem nomes).
- O grupo destaca sinais de RIO VIVO (água clara, peixes, plantas na margem, cheiro bom) e RIO MORTO (cheiro forte, peixes mortos, espuma/óleo, poucas plantas).
- A turma monta um mural com dois lados: RIO VIVO × RIO MORTO (desenhos ou palavras).
- **Fechamento:** o que podemos fazer para ter mais "Rio Vivo"? (sem fogo, sem veneno, com planta na beira do rio).

Capítulo 10: Plantas que cuidam

Saberes do nosso lugar



As plantas que cuidam são aquelas que muitas famílias usam para aliviar dores, fazer chás, cuidar de feridas ou acalmar. Elas crescem nas matas, nos quintais, nas hortas e até perto da escola. É como se a natureza tivesse guardado pequenos segredos de cuidado em cada folha.

Na nossa região, os mais velhos — avós, pais, mães, vizinhos, vizinhas — conhecem muitas dessas plantas e sabem como usá-las. Esse saber vem do costume de observar e experimentar ao longo do tempo. Quando a gente ouve e respeita essas histórias, aprende a valorizar a comunidade e o ambiente onde vivemos.

Mas é importante ter cuidado: criança não deve tomar chá ou remédio de planta sozinha. Sempre precisa pedir ajuda de um adulto da família, do professor, da professora ou de um profissional de saúde (médico(a)/enfermeiro(a)). Assim, a sabedoria tradicional é usada com segurança e respeito.

Cuidar das plantas também é parte do respeito. Elas não devem ser arrancadas sem necessidade. Aprender com elas é um jeito de agradecer à natureza e às pessoas que guardam esses saberes.

☐ **Você sabia?** Em comunidades de Mato Grosso é comum usar hortelã, capim-santo, boldo, babosa e erva-cidreira no cuidado do dia a dia.

☐ **Palavra nova?** Tradição: conhecimento que passa de geração em geração.

"Que planta sua família conhece? Vamos ouvir e registrar esse saber."

Como reconhecer com segurança (sem provar)

O capim-santo tem folhas compridas como fitas, que crescem juntas em touceiras. Quando a gente amassa levemente a folha, sai um cheirinho de limão.

A hortelã tem folhas verdes que nascem em pares opostos. O cheiro é forte e fresco. Se observar bem, o caule pode ser um pouco quadrado.

O boldo-de-horta tem folhas grossinhas, peludinhas e com a borda ondulada. Ao amassar, solta um cheiro bem marcante.



A babosa tem folhas bem grossas, cheias de gel dentro. Nas bordas, aparecem pequenos espinhos. Aqui, só observar, sem apertar.

A erva-cidreira verdadeira tem folhas ovais e também cheira a limão. Pode confundir com o capim-santo: um tem folha larga, o outro parece fita.

O guaco é uma trepadeira com folhas em forma de coração. Quando a gente amassa, aparece um cheiro doce.

Atenção: algumas plantas parecem iguais. Nunca provar nada sozinho. Só mexa nas plantas com a presença de um adulto. Se a pele coçar, lave bem e avise logo.

Você sabia?

Amassar suavemente a folha libera o cheiro, que ajuda a identificar.

Palavra nova?

Identificação: reconhecer uma planta pelas pistas (folha, cheiro, forma).

"Qual pista ajuda mais você a reconhecer sem errar?"

Regras de ouro para cuidar da saúde

01

Nunca provar plantas

Crianças só podem usar se um adulto responsável indicar e acompanhar.

02

Sempre lavar bem as mãos

Depois de tocar nas plantas. Isso evita alergias e sujeiras.

03

Se a pele coçar, arder ou ficar vermelha

Pare, lave com água e avise logo um adulto.

04

Não arrancar plantas de margens de rios

Nascentes ou áreas protegidas. Esses lugares precisam ser respeitados.

05

Em vez de levar a planta para casa

Guarde o nome, uma foto ou desenho para mostrar a um adulto ou profissional de saúde.



Também é importante avisar o adulto ou professor quando notar algo estranho: água turva perto de plantações, cheiro forte diferente ou pessoas usando produtos no campo.

☐ **Você sabia?** Algumas plantas boas podem ter "cópias perigosas" que não são seguras. Por isso, confira sempre com um adulto.

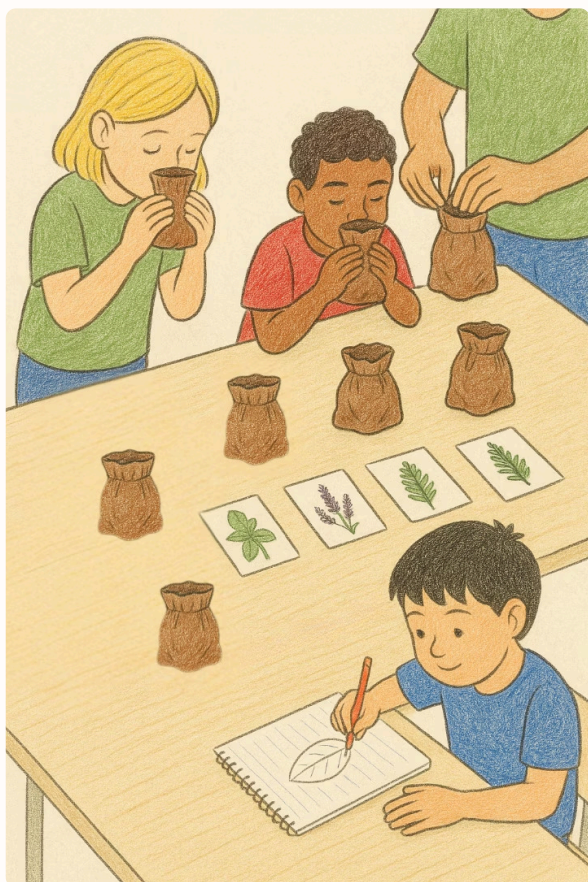
"Cuidar com atenção = cuidar de você e do território."

Detetives do Cheiro Seguro

Objetivo: descobrir cheiros da natureza e aprender como algumas plantas ajudam a afastar insetos sem usar veneno.

Materiais (por grupo de 4-5):

- Pequenos potes, copinhos ou saquinhos limpos (5 a 8 por grupo)
- Pedações de plantas com cheiros diferentes (hortelã, capim-santo, erva-cidreira, melão-de-São-Caetano, casca de laranja, folhas de limão, etc.)
- Tiras de papel e lápis
- Pano ou fita para cobrir os olhos



🔔 Como investigar

01

Caça aos cheiros

Junto com o/a professor(a), caminhem pelo pátio, horta ou quintal da escola. Observem e escolham plantas que tenham cheiro forte ou agradável. Peçam ajuda de um adulto antes de colher qualquer parte!

02

Preparem as amostras

Coloquem um pedacinho de cada planta em um potinho. Numerem ou marquem os potes com símbolos (estrela, bolinha, folha).

03

Jogo dos detetives

Um colega fica com os olhos cobertos e cheira um dos potes. Ele tenta adivinhar o que é e onde já sentiu aquele cheiro (em casa, no chá, no quintal...). Depois de todos jogarem, revelem os nomes das plantas e conversem: Quais cheiros são fortes? Quais lembram limpeza, comida ou remédio? Alguma dessas plantas espanta insetos?

04

Crie seu "cheiro amigo"

Cada grupo desenha uma das plantas descobertas e dá um nome para ela: "Cheiro de Casa Limpa", "Cheiro que Acalma", "Cheiro do Quintal"... Monte uma mini exposição com os desenhos e os potes.

Capítulo 11: Como colher e guardar

Colher com cuidado

Antes de colher, lembre-se da higiene. Lave bem as mãos com água e sabão. Tesoura e potes também precisam estar limpos. Assim, as folhas ficam seguras para usar.



Olhe a planta com atenção: veja se não tem poeira ou bichinhos escondidos. Se tiver, avise um adulto antes de colher.

Na maioria das vezes usamos as folhas: hortelã, capim-santo, boldo, erva-cidreira e guaco. Em outras situações, podem ser usadas cascas e raízes. A babosa é diferente: usamos o gel de dentro da folha, mas só o adulto pode cortar, pois suas folhas têm espinhos.

E nada de exagero! A regra é simples: colher no máximo um terço das folhas e deixar a planta bonita para crescer de novo.

As crianças nunca devem cortar sozinhas. Sempre chame a família ou o professor e professora para ajudar.

☐ **Você sabia?** Colher de manhã, quando não está muito quente, ajuda a manter o cheirinho das folhas.

☐ **Palavra nova?** Higienizar = deixar limpo (mãos, tesoura e potes).

🌱 "Qual planta da nossa horta você colheria sem exagerar?"

Como colher sem machucar a planta

1

Hortelã

Peça a tesoura limpa ao adulto. Corte o ramo logo acima do "nó" (onde nascem duas folhinhas novas). Nunca arranque pela raiz. Lembre-se: só até 1/3 das folhas.

2

Capim-santo

O adulto corta 1 ou 2 folhas na base. A criança pode segurar no meio da folha para não se cortar. Colha no máximo 1/3 da touceira.

3

Erva-cidreira

Retire apenas folhas e pontinhas dos ramos. Não tire um ramo inteiro. Sempre até 1/3 da planta.

4

Boldo-de-horta

Deve ter só as folhas maiores retiradas. Espalhe a colheita pelos lados, sem desfolhar tudo de um lado só. Máximo de 1/3 também.

5

Guaco

Gosta de subir. Colha algumas folhas do ramo mais comprido, deixando outras para ele continuar crescendo. Não passe de 1/3.

6

Babosa

É especial: só o adulto corta. Retira uma folha externa, mais velha. A criança só observa, pois a folha tem espinhos pequenos.

☐ **Você sabia?**
Cortar acima do "nó" ajuda a planta a brotar de novo.



☐ **Palavra nova?**
Poda: corte cuidadoso para a planta crescer melhor.

🌱 "Que parte você identifica na sua planta: folha, ponta do ramo ou gel?"

Como guardar bem

Se for usar fresco

Peça ajuda a um adulto. Lave em água limpa, escorra num pano limpo e guarde em pote fechado na geladeira. Só por pouco tempo.

Para secar à sombra

Junte raminhos pequenos, amarre e pendure em lugar arejado e sem sol. Quando estiver seco e quebradiço, guarde em pote limpo com tampa.

Não esqueça da etiqueta

Escreva o nome da planta e a data. Pode ser no rótulo do pote.

A babosa

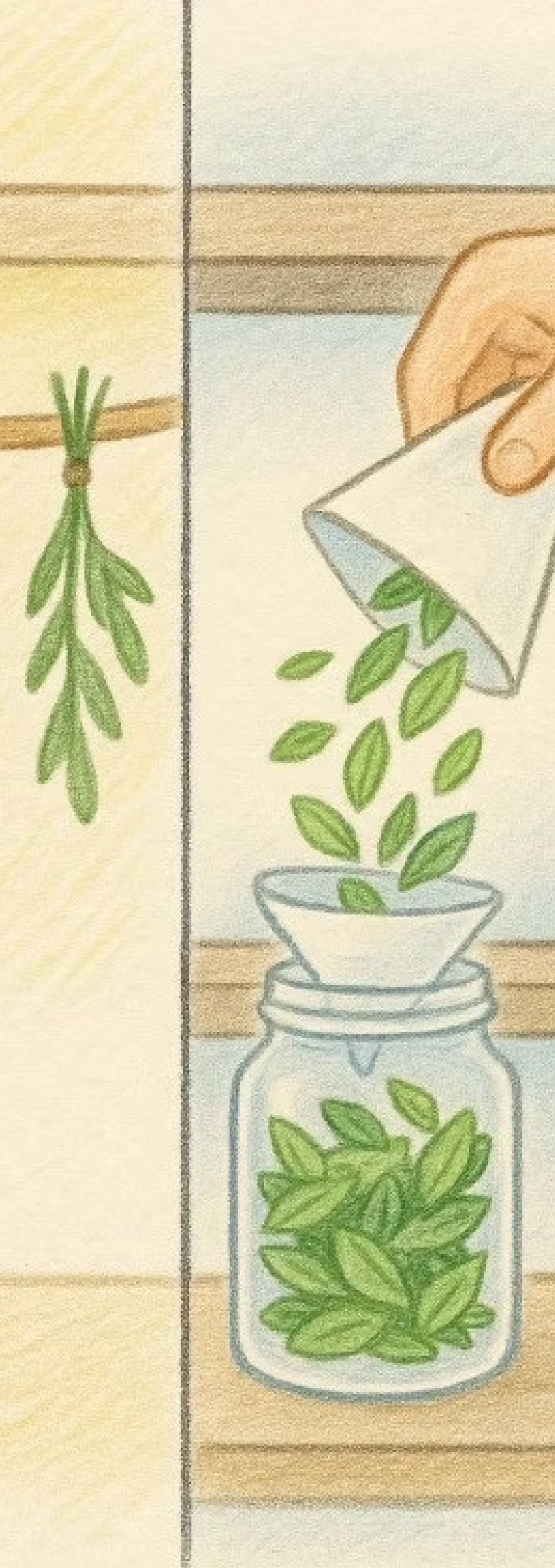
Só o adulto manipula. O gel vai para a geladeira por pouco tempo. Nunca misturar com produtos de limpeza.

Cuidado extra

Deixe longe do sol, calor e umidade. Se a cor ou o cheiro mudarem, descarte e avise um adulto.

☐ **Você sabia?** Sol direto e calor fazem as folhas perderem o cheirinho e a cor.

"Guardar bem é cuidar da planta e da nossa saúde."



Mostra de Ervas da Família



Objetivo

Compartilhar como cada família usa a erva e para quê, registrando a parte usada e o tipo de uso — sempre com um adulto.

Materiais (por aluno):

- 1 folha ou pequeno ramo de uma erva segura que tenha em casa (trazer com um adulto, em pote/saquinho limpo) ou foto/desenho.
- 1 cartão de etiqueta em branco e lápis.

Materiais (do professor):

- 1 mesa para exposição e fita crepe.
- 1 cartaz "Como usar (sempre com adulto)" com opções: chá, banho/infusão, gel externo (babosa), cheirinho/aromatizar, outro (escreva).
- 1 cartaz "Para quê?" (frases curtas).

Como fazer (passos):

1. Lavar as mãos. Organizar a mesa de exposição.
2. Cada aluno mostra sua erva sem aproximar do rosto. Diz o nome que a família usa e a parte usada (folha/ramo/gel).
3. Com ajuda do adulto/professor, marcar no cartaz como usar (exemplo: chá; banho/infusão; gel externo — babosa; cheirinho/aromatizar; outro).
4. No cartaz Para quê?, escrever 1 frase simples do uso na família (exemplos: "cheiro gostoso na cozinha", "tradição em dia de frio", "gel na pele depois do sol — só externo", "aroma para deixar o quarto agradável").
5. Preencher a etiqueta com o nome da planta e a data e colar ao lado da amostra/foto/desenho.

 **Tempo:** 10–12 minutos.  **Segurança:** sem ingestão na escola; sempre com adulto. Babosa: quem corta é o adulto (bordas espinhosas). Se não souber qual é a planta, coloque no espaço "para identificar" e não usar.

 "Saber usar com cuidado é valorizar o saber da família e da natureza!"

Capítulo 12:

Respeito aos saberes tradicionais

O que é saber tradicional?

Saber tradicional é o que aprendemos com nossa família e comunidade. Pode ser uma história contada pelos avós, um jeito de plantar na época certa, uma forma de cuidar da água ou o uso de plantas para espantar insetos.

Esses saberes são importantes porque guardam a memória de quem veio antes da gente. Eles mostram como viver bem no território, respeitando a natureza e ajudando a cuidar do nosso lugar.

Para aprender com alguém, é preciso escutar com atenção e respeito. Agradecer a quem ensina é valorizar esse conhecimento. Também é bom registrar: fazer um desenho, anotar num caderno ou contar para os colegas.

Mas tem uma regra: nunca rir ou tirar sarro do que foi contado. Todo saber tem valor e merece cuidado e respeito.

☐ **Você sabia?**

Muitos saberes passam de geração em geração na nossa comunidade.

☐ **Palavra nova?**

Ancestralidade: o que vem dos mais velhos e dos nossos antepassados.

"Qual história sobre o nosso lugar você já ouviu em casa?"



Cada saber no seu lugar

É importante respeitar as tradições da comunidade. Ao mesmo tempo, precisamos respeitar a ciência e a saúde. Os dois caminhos podem andar juntos.

As crianças nunca devem usar receitas sozinhas. Sempre peça a ajuda de um adulto e do profissional de saúde do posto.



Quando procurar o posto?

- Se tiver febre alta.
- Se sentir dor forte.
- Se faltar ar.
- Se aparecer alergia na pele ou nos olhos.
- Se houver ferimento.
- Se o mal-estar não melhorar.

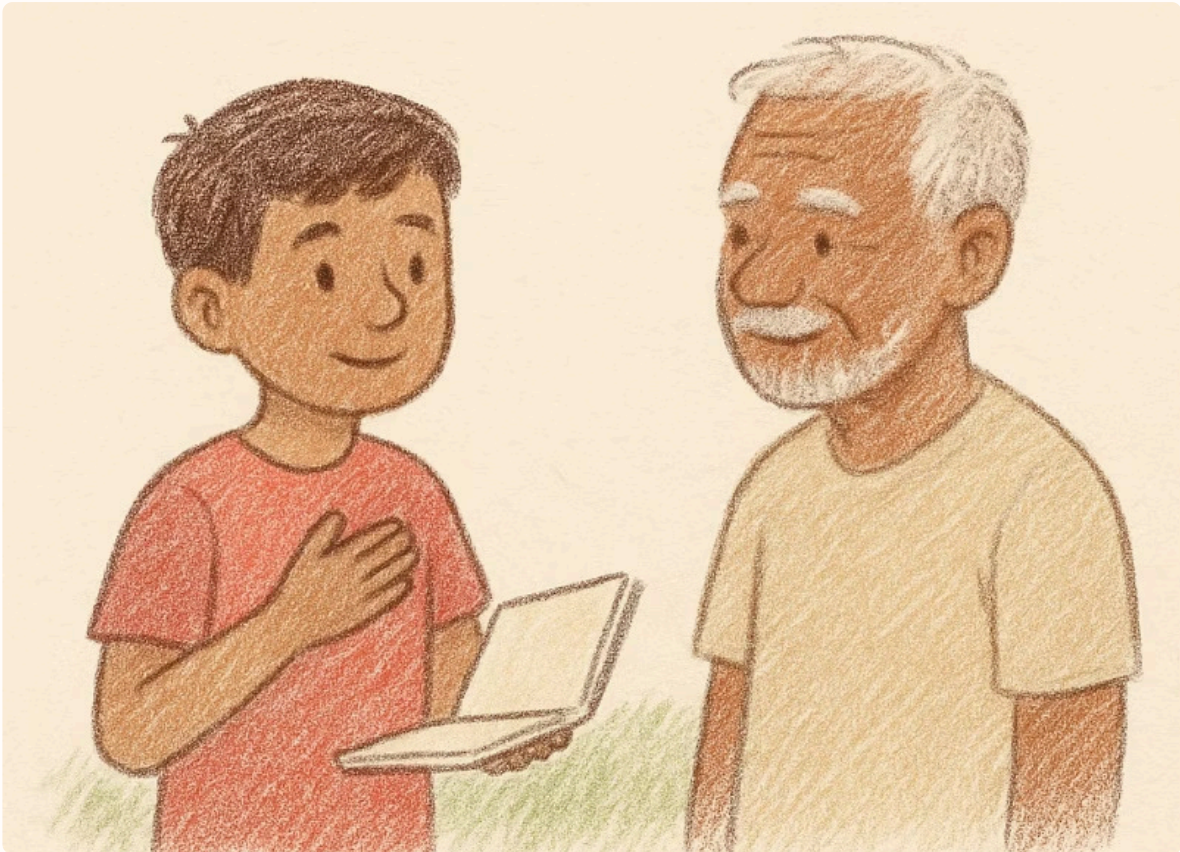
Conviver bem é ouvir e aprender com cuidado. Não espalhe uma receita ou história sem ter certeza e sem autorização.

☐ **Você sabia?** O posto de saúde existe para cuidar de todos e orientar melhor.

☐ **Palavra nova?** Diagnóstico: quando o profissional descobre o que a pessoa tem.

"Quem você procura quando precisa de ajuda de saúde?"

Como ouvir e registrar com respeito



01

Peça permissão

Antes de ouvir e anotar ou desenhar. Se quiser gravar ou fotografar, só faça com autorização do adulto.

02

Anote a data e o primeiro nome

De quem contou, junto com o parentesco. Exemplo: vó Rosa, vizinho João.

03

Registre o que viu

Em desenho ou escrita: o lugar, a planta ou o objeto. Não invente coisas que não estavam na história.

04

Sempre dê crédito

Quando contar para a turma, diga de quem você aprendeu.

05

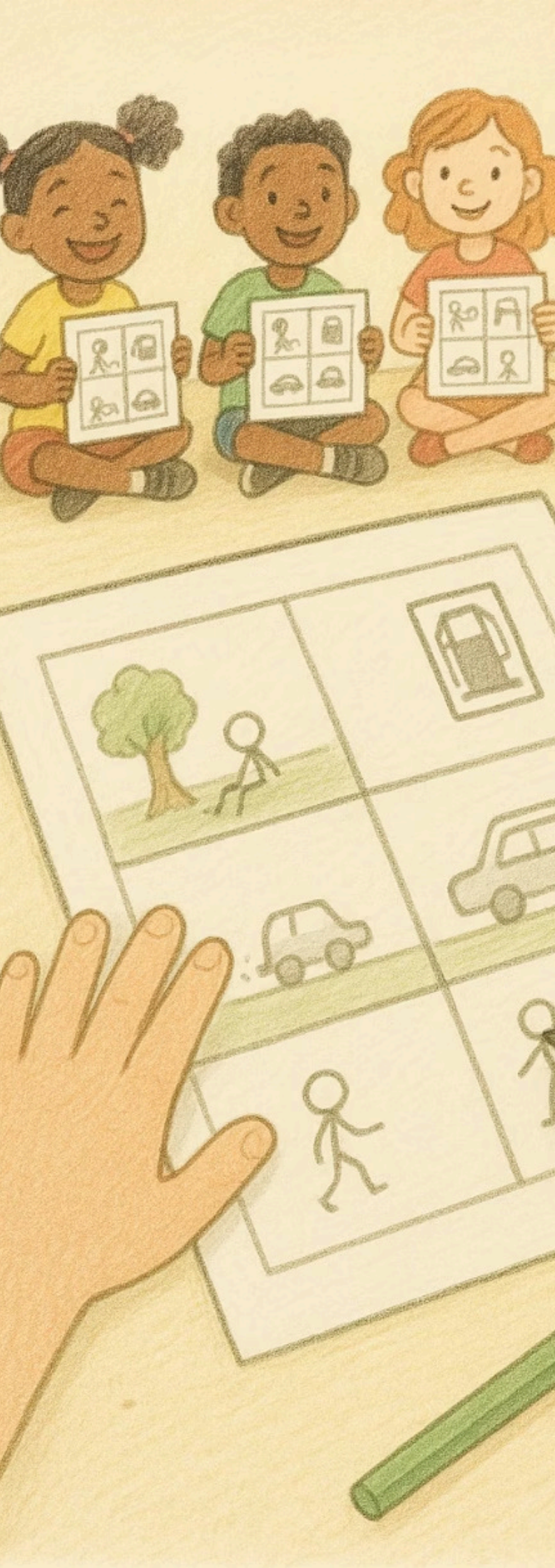
Tenha cuidado ao compartilhar

Algumas histórias são da família e não podem ser publicadas em mural ou rede sem autorização.

☐ **Você sabia?** Alguns saberes da comunidade são protegidos e não devem ser copiados sem autorização.

☐ **Palavra nova?** Autoria: dizer quem fez ou contou o que você está mostrando.

"Respeito começa na escuta e no agradecimento."



Roda de Histórias em Quadrinhos (4 quadros)

Objetivo: valorizar um saber da comunidade e mostrar cuidado com a saúde, lembrando quando procurar o posto.

Materiais (por dupla): 1 folha A4 dividida em 4 quadros (feita à mão), Lápis e borracha

Como fazer (passos):

1. Escolha uma história ou conselho que você ouviu em casa ou na comunidade (sem nomes completos, só primeiro nome ou parentesco).
2. Quadro 1: desenhe quem contou e onde (exemplo: vó no quintal).
3. Quadro 2: desenhe o que foi ensinado (exemplo: como cuidar do rio, plantar ou guardar água).
4. Quadro 3: desenhe como isso ajuda a cuidar do lugar (exemplo: margem com plantas, água limpa).
5. Quadro 4 (selo de cuidado): desenhe "Quando procurar o posto" (exemplo: dor forte, febre alta, alergia) e faça uma seta para o posto de saúde.

Tempo: 12–15 minutos. **Segurança:** não desenhar remédios ou receitas detalhadas; não usar nomes completos.

"Nossa turma tem muitas histórias — vamos cuidar e agradecer a quem ensinou!"

Capítulo 13: Componentes naturais do lugar

Onde vivemos: Pantanal e Cerrado juntos

Nós moramos na Comunidade do Chumbo, em Poconé-MT. Nosso lugar é muito especial: fica no Pantanal, mas também tem o Cerrado. É uma região de transição, onde os dois biomas se encontram e convivem.

“

A natureza tem quatro grandes componentes:

- água, que está nos rios, baías e corixos.
- solo, que pode ser mais arenoso ou mais argiloso.
- seres vivos, que são as plantas e os animais que dependem desse ambiente.
- clima, que marca o ritmo das chuvas no verão e da seca no inverno.

”

“

Problemas que esses biomas sofrem:

- Cerrado perde espaço para grandes plantações com veneno.
- Pantanal enfrenta queimadas e mineração que ameaçam a vida no rio Bento Gomes.

”

Tudo está ligado: a chuva enche os rios e as baías; o solo com plantas segura a terra para que não vá parar na água; os animais precisam de sombra e água limpa; e o clima muda o cenário do ano, trazendo cheias e secas.

📄 **Você sabia?** No Pantanal, algumas áreas alagam em parte do ano e depois secam.

📄 **Palavra nova?** Corixo: caminho de água que liga rios e baías.

✨ "Qual componente você vê no caminho da escola hoje?"

Água e clima do nosso lugar

Perto de nós corre o Rio Bento Gomes, que passa pela cidade de Poconé e ajuda a abastecer as famílias. O Rio Cuiabá também recebe águas da região e segue até encontrar o grande Pantanal.

1

Clima

Tem dois momentos: chuvas no verão e seca no inverno.

2

Impacto da Chuva

Quando chove muito, as baías e os corixos se enchem de água.

3

Impacto da Seca

No tempo seco, alguns lugares ficam com pouca água.



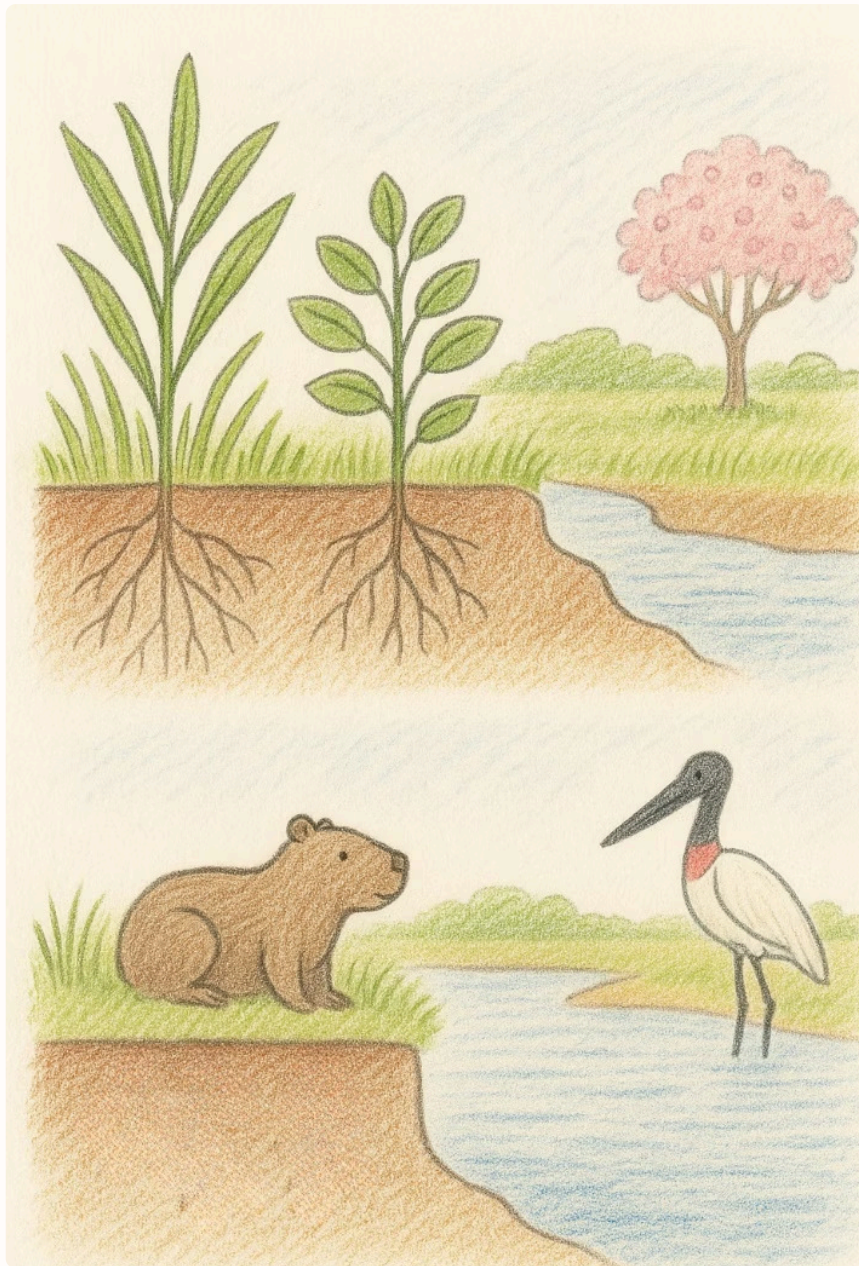
Por isso precisamos cuidar da água: não jogar lixo nas margens, manter plantas nas beiras dos rios e não fazer queimadas. Se a água estiver turva ou com cheiro estranho, é importante avisar um adulto ou professor.

☐ **Palavra nova?** Baía: lagoa do Pantanal que enche com a chuva.

☐ **Você sabia?** No tempo seco, o vento e o sol evaporam mais água dos rios e baías.

✨ "Onde a chuva da sua casa vai parar?"

Solo e seres vivos que moram aqui



Seres Vivos

- o tuiuiú, ave símbolo do Pantanal
- a capivara
- o jacaré-do-pantanal
- a arara-azul, conhecida no mundo todo
- ipês coloridos e capins que crescem em áreas abertas e úmidas

☐ **Você sabia?** Raízes funcionam como "dedos" que abraçam a terra e evitam que ela caia no rio.

☐ **Palavra nova?** Mata ciliar: plantas das margens que cuidam do rio.

Tipos de Solo

O solo pode ter mais areia, que deixa a água escorrer rápido, ou mais argila, que segura a água por mais tempo.

Proteção do Solo

É importante ter uma cobertura de folhas ou capim, que amortece a chuva forte e evita que a terra seja levada embora.

Mata Ciliar

Nas margens dos rios e corixos, suas plantas seguram a terra com as raízes e ajudam a manter a água limpa.

Para cuidar, precisamos observar os animais de longe, sem alimentar, e não retirar plantas das áreas protegidas. Assim, cada ser vivo pode continuar vivendo bem no seu ambiente.

✨ "Que planta ou bicho você já viu perto da água?"



Mosaico no Caderno (1–2–4 do Nosso Lugar)

Materiais (por aluno):

Caderno e lápis.

Tempo:

12–15 minutos.

Objetivo:

Reconhecer Água, Solo, Seres Vivos e Clima no Chumbo e mostrar como eles se ligam — de um jeito simples, só com caderno e lápis.

Como fazer:

- 1** Abra o caderno e divida a página em 4 (em cruz). O/a professor/a escreve no quadro os títulos para copiar: Água | Solo | Seres Vivos | Clima.
- 2** Desenhe 1 exemplo real do Chumbo em cada parte (ideias: água = corixo; solo = areia; seres vivos = tuiuiú/jacaré; clima = sol).
- 3** Em dupla (2–3 minutos): mostrem os desenhos e contem 1 ligação entre eles (exemplo: "chuva forte (clima) enche a baía (água)").
- 4** Em grupo de 4 (4–5 minutos): escolham a melhor ligação (exemplo: "chuva → baía cheia → capim cresce → raiz segura o solo"). Treinem uma frase curtinha.
- 5** Compartilhar (3–4 minutos): 2 ou 3 grupos contam suas ligações. O/a professor/a anota no quadro as cadeias de cuidado (água–solo–seres vivos–clima).

"Quando a gente entende o lugar, fica mais fácil cuidar dele!"

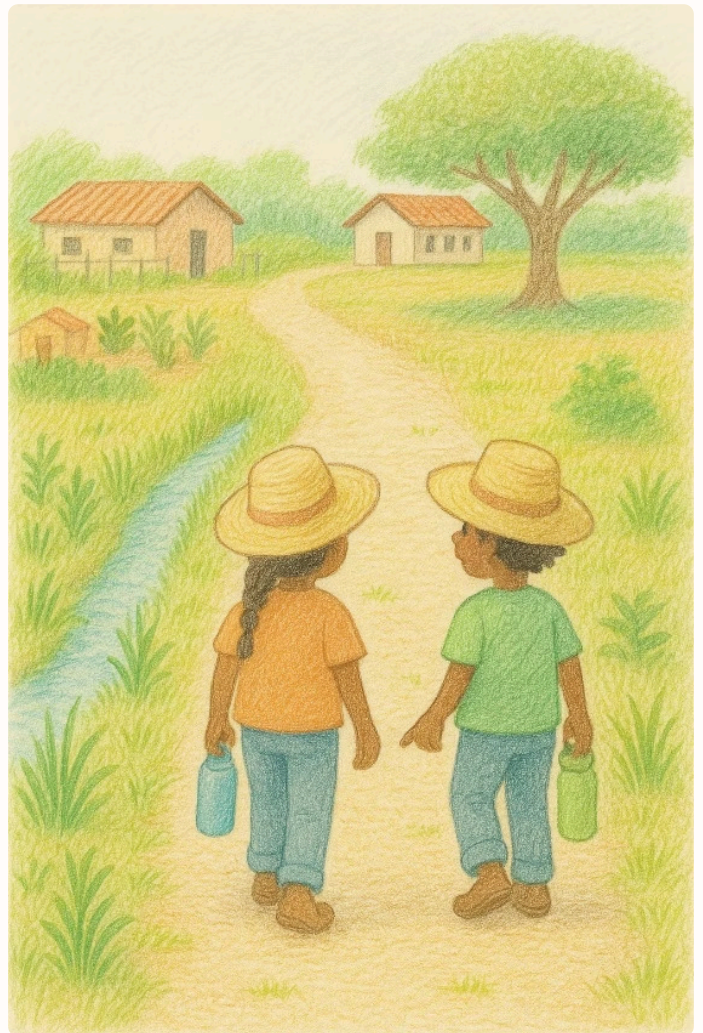
Capítulo 14: Como fazemos parte disso?

Somos parte da natureza do nosso lugar

Nós moramos no Chumbo, um território cheio de rios, baías, capins, bichos e gente que trabalha e cuida do campo. Esse lugar é nossa casa grande: ele guarda a vida e também guarda a história da comunidade.

Mas nosso território também tem desafios: todo ano sofrermos com a fumaça de queimadas no tempo seco, e a água do nosso rio às vezes fica suja por causa do garimpo e dos venenos (agrotóxicos) usados em fazendas vizinhas.

Cada escolha que fazemos ajuda o nosso território. Quando guardamos a água limpa, quando plantamos sem queimar, quando deixamos plantas nas margens dos rios e quando levamos o lixo para o ponto certo, estamos cuidando do chão onde vivemos.



No dia a dia isso aparece em coisas simples: no quintal, regar a horta de manhã cedo; na roça, não usar fogo; no rio, não jogar nada dentro; no caminho da escola, trazer o lixo de volta na mochila.

☐ **Você sabia?** Várias pequenas atitudes, juntas, mudam muita coisa no território.

☐ **Palavra nova?** Território tradicional: lugar onde uma comunidade vive, trabalha e guarda seus saberes.

✨ "Qual escolha boa você já fez hoje pelo nosso lugar?"



Em casa e no quintal

1

Água: Uso Consciente

Use a água com consciência: encha sua garrafinha, feche a torneira ao escovar os dentes e regue cedo ou no fim da tarde. Não desperdice.

2

Água: Para Beber

Água potável é segura para beber. Use filtro ou ferva (se orientado pela família). Se estiver turva ou com cheiro estranho, avise um adulto.

3

Lixo: Separação Correta

O lixo precisa ser separado. O que dá para reaproveitar, guarde. Nunca jogue em valeta ou córrego. Espere até levar ao ponto certo.

4

Horta: Cuidado e Composto

Use folhas secas para cobrir o solo. Restos crus de frutas e verduras viram composto. Não coloque carne nem óleo. Sempre lave as mãos depois.

5

Animais: Proteção no Quintal

Os animais do quintal precisam de sombra e água limpa. Nunca solte animal perto do córrego.

6

Fogo: Risco Zero

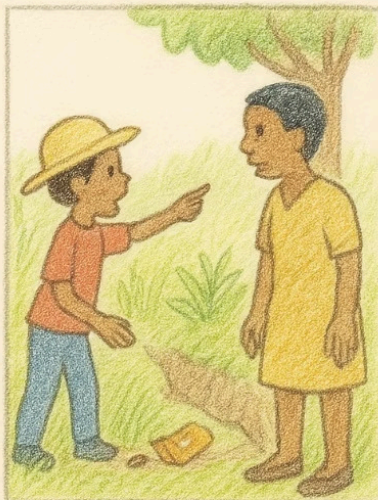
O fogo não deve ser usado para queimar folhas ou lixo. Em tempo seco, todo cuidado é pouco.

☐ **Você sabia?** Regar de manhã cedo ou no fim da tarde economiza água.

☐ **Palavra nova?** Cisterna: caixa que guarda água da chuva (com cuidado de adultos).

✨ "O que você pode melhorar esta semana no quintal?"

Na roça, no rio e no caminho da escola



Nas margens e barrancos, não pise onde a terra está solta. As plantas nas bordas seguram o chão. Não arranque essas plantas.

No rio e no córrego, não jogue nada na água. Sempre traga o lixo de volta. Nunca beba água turva. Pesque só com um adulto, em lugar permitido.

Pense na segurança: não entre em áreas de garimpo ou mineração. Não toque em embalagens nem em poças estranhas. Sempre avise um adulto ou professor/professora.

No caminho da escola e no tempo seco, beba água e descansa à sombra. Se um colega passar mal, ajude a procurar um adulto. Nunca faça fogo.

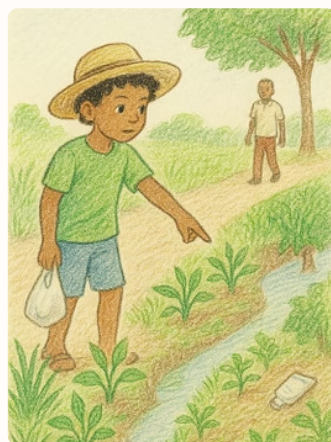
O pisoteio do gado nas margens estraga as plantas que protegem a beira do córrego. Sem elas, a terra cai mais fácil na água. Se vir gado dentro d'água, avise um adulto e o(a) professor(a): precisamos cercar e proteger as margens.

☐ **Você sabia?** Plantas das margens seguram a terra e ajudam a água a ficar limpa.

☐ **Palavra nova?** Barranco: margem alta de rio ou valeta que pode desmoronar se pisar muito.

✨ "Qual cuidado você gostaria de combinar com a turma?"

Trilha das Boas Escolhas do Chumbo



Objetivo: compreender, de forma divertida, como nossas escolhas do dia a dia podem proteger ou prejudicar a água, o solo e a vida na comunidade.

Materiais (por grupo de 4-5):

- 1 cartolina ou folha grande (para o tabuleiro)
- Lápis de cor, canetinha, tesoura e cola
- 1 tampa de garrafa (pino) por jogador
- 1 dado (ou roleta feita à mão)
- Papéis pequenos para as cartas do jogo

Etapas de criação

• Planejar o tabuleiro

Em grupo, desenhem uma trilha de 15 a 20 casas até chegar ao "rio limpo". Usem o formato que quiserem: espiral, caminho, ondas, zigue-zague... Pintem o início (escola) e o final (rio limpo) com cores diferentes.

• Criar a roleta ou dado

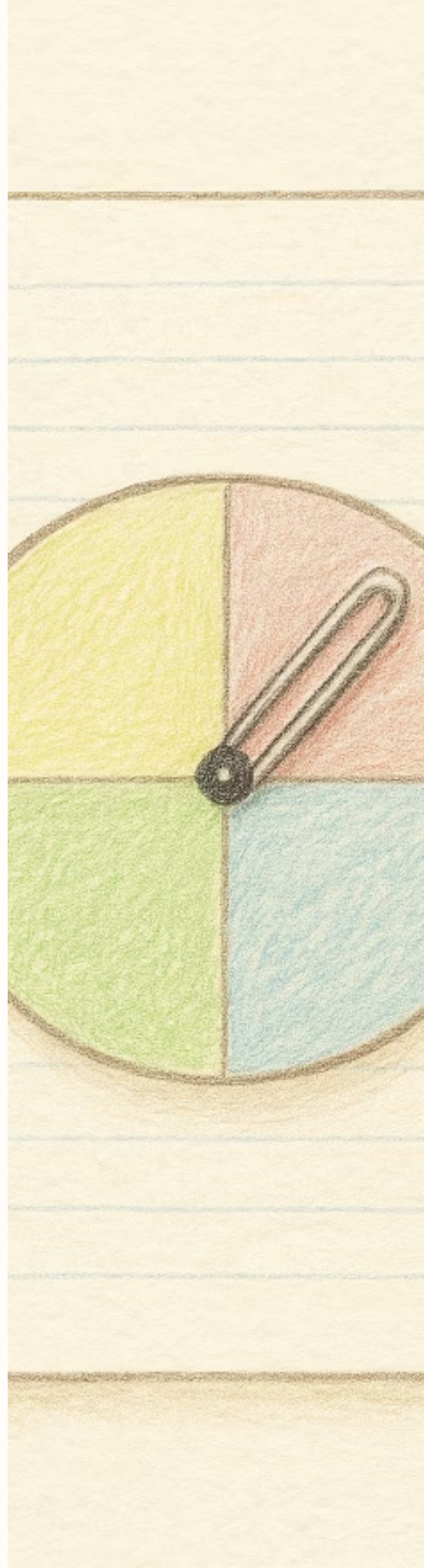
Se não tiver dado, desenhem um círculo dividido em 6 partes e escrevam: → 1, 2, 3, 4, 5, 6 ou desenhem ícones (folha, gota, sol, peixe etc.). Furem o centro e usem um palito de dente com um pedacinho de papel dobrado como ponteiro.

• Fazer as cartas do jogo

Cada grupo cria 6 cartas verdes (boas escolhas) e 6 vermelhas (más escolhas). Nas verdes, desenhem ações que ajudam o ambiente (exemplo: regar plantas com balde, plantar árvore). Nas vermelhas, desenhem atitudes que fazem mal (exemplo.: jogar lixo no rio, deixar torneira aberta). No verso, deixem um símbolo (gota, folha ou coração) para todas ficarem iguais.

• Testar e jogar

Comecem todos na escola. Joguem o dado ou girem a roleta. Se caírem em uma casa com símbolo, peguem uma carta e sigam a instrução: Boa escolha → avance 2 casas. Má escolha → volte 1 casa. Ganha quem chegar primeiro ao rio limpo!



✨ "Qual boa escolha você vai levar pra casa hoje?"

Capítulo 15:

Do mapa ao corpo d'água

O que é um mapa do nosso lugar?

Um mapa é como um desenho visto de cima. Ele mostra onde estão as coisas importantes: a escola, a estrada de chão, a ponte, as árvores grandes e até o córrego, a baía ou o rio.

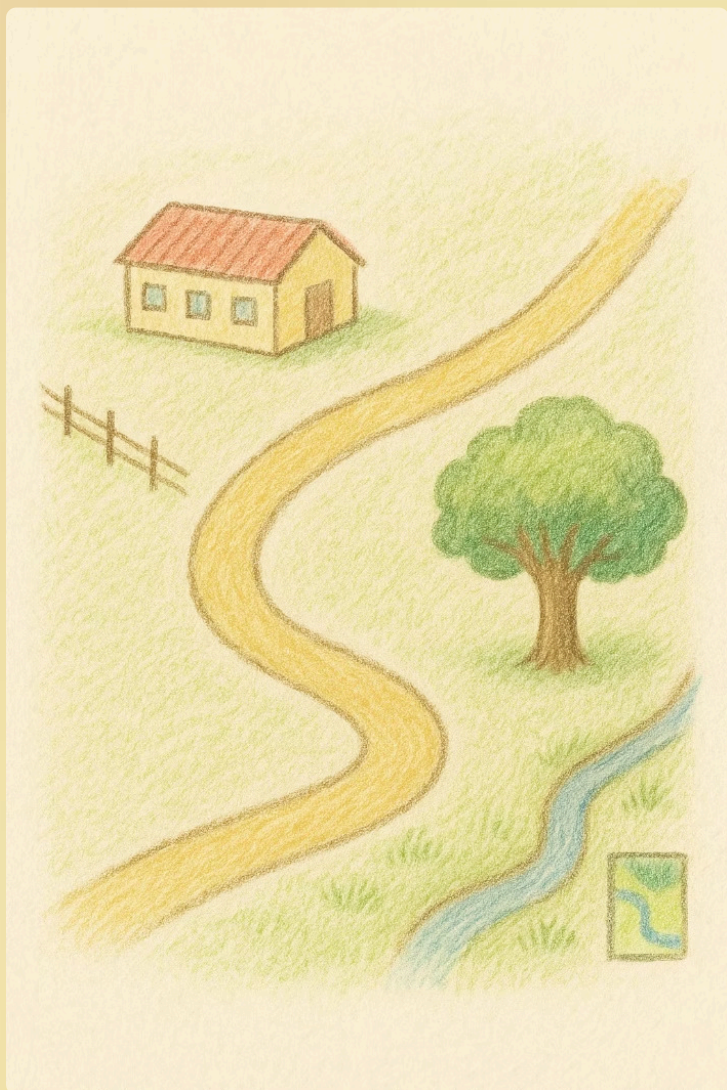
Para se localizar, usamos pontos de referência. Eles são sinais que ajudam a gente a lembrar e a contar os caminhos. Pode ser uma curva da estrada, uma casa colorida, um pé de manga ou até a sombra de uma árvore.

O mapa também ajuda a cuidar. Ele mostra por onde passa a água da chuva, onde estão as margens dos rios e os lugares que precisam de atenção. Assim, podemos proteger o nosso território.

☐ **Você sabia?** Nos mapas, a gente imagina olhar o mundo de cima, como um passarinho.

☐ **Palavra nova?** Referência: um ponto que ajuda a gente a se achar no lugar.

✨ "Quais são as referências do seu caminho?"



Meu caminho até a escola

Pense no seu trajeto: da sua casa até a escola. No caminho, você passa por curvas, cercas, árvores grandes, pontes ou campos abertos. Cada detalhe pode ser um ponto que ajuda a lembrar o lugar.



É importante pensar também na segurança. Sempre que puder, ande em grupo. Use chapéu ou procure sombra no sol forte. Leve sua garrafinha de água. Respeite cercas e animais que encontrar no trajeto.

Cuidar da natureza também faz parte. Não jogue nada no córrego ou na valeta. Guarde o lixo na mochila até chegar em casa ou na escola. Observe as plantas que crescem nas margens: elas ajudam a proteger a água.

☐ **Você sabia?** Em dias de tempo seco, beber água e procurar sombra ajuda o corpo a ficar bem.

☐ **Palavra nova?** Trajeto: o caminho que a gente faz.

✨ "Que marcos existem no seu caminho até a escola?"

Do mapa ao corpo d'água

No nosso território existem corpos d'água: córrego, baía ou rio. Eles guardam vida: plantas, peixes, aves e muitos outros seres.

Quando chove, a água desce pelo terreno e sempre procura o lugar mais baixo. Primeiro passa por valetas, depois vai para os córregos, segue para os rios e chega até as baías.



As margens com plantas são muito importantes. Elas seguram a terra para não escorregar e ajudam a manter a água mais limpa.

Pertencer ao território é também cuidar do caminho da água. Não queimar perto, não jogar lixo, avisar um adulto se a água estiver turva ou com cheiro estranho.

☐ **Você sabia?** A água sempre procura descer: por isso ela segue trilhas até o córrego.

☐ **Palavra nova?** Margem: a beira do rio, córrego ou baía.

✨ "Que cuidado com a água você faria hoje?"

Mapa Eu–Escola–Água

Objetivo: descobrir como a escola, as casas e os caminhos se ligam à água da comunidade — rios, córregos, bicas, poços, valetas ou nascentes.

Materiais (por dupla ou trio):

- Folha de caderno ou papel usado (verso limpo)
- Lápis, borracha e canetinha
- Tampinhas, pedrinhas ou folhinhas (para representar coisas do mapa)

Como fazer o mapa

1

Comece pela escola

No meio da folha, desenhe a escola (pode ser o prédio, o pátio ou o portão).

2

Mostre o caminho até sua casa

Faça o caminho que você usa para chegar, com ruas, pontes ou trilhas. Desenhe o que tem pelo caminho: árvores, cercas, córrego, poço, campo, roça.

3

Desenhe o que tem por perto

Acrescente lugares importantes (igreja, posto de saúde, casa de amigos, horta). Mostre onde existe água: rios, caixas d'água, torneiras, bicas, cisternas. Use cores: Azul = água, Verde = plantas, Marrom = chão ou caminhos

4

Use materiais da natureza (opcional)

Se quiser, coloque tampinhas, pedrinhas e folhas em vez de desenhar. Cada coisa representa algo: tampinha = casa, pedrinha = nascente, folhinha = árvore, galhinho = cerca

5

Mostre para os colegas

Cada grupo apresenta seu mapa e explica por onde a água passa e quem usa essa água.

✨ "Nosso mapa mostra que a turma cuida da água do nosso território!"

Cuidar é coisa de criança grande



Cantiga do Cuidado do Nosso Lugar (chamada e resposta)

Prof(a): Quem cuida do rio?

Turma: Eu e você!

Prof(a): Quem cuida do chão?

Turma: Eu e você!

Prof(a): Sem fogo, sem veneno, com planta na beira do rio...

Turma: Nosso território fica bem cuidado!

Prof(a): Quem vai levar essa ideia pra casa e pra escola?

Turma: A nossa turma toda!

Mini-desafio "Leve para casa"

Ensine a cantiga para alguém da família. Conte 1 cuidado que você já faz: sem fogo, sem veneno, com planta na beira do rio.

Poema — "Pequenos Cuidadores"

Somos os pequenos cuidadores
Do rio, da terra e do ar;
Com amor e pequenas ações,
fazemos a natureza brilhar.

Não jogamos lixo no chão,
plantamos com sabedoria;
O futuro do nosso Chumbo
floresce a cada dia!

AGRADECIMENTOS



