

ATIVIDADES 05/10 à 16/10

NOSSO  
**JARDIM**  
2020

“Que minha alma floresça novamente,  
Apaixonada por toda existência.”

Rudolf Steiner

ILUSTRAÇÃO: ROBERTA VIOLA

ESCOLA  
WALDORF  **10**  
ANOS  
*angelim*  
QUERO ESSA ESCOLA PRA MIM!

# EDITORIAL

Nos despedimos da época de Micael mas ainda trazemos conosco a coragem e força com que fomos inspirados, seguimos em frente e damos boas-vindas a Primavera que chega com suas cores, frutos e flores. Duas épocas que nos ensinam a enfrentar os desafios e a florescer, travessia e renovação.

Essa é a primeira edição do Nosso Jardim de Primavera, e foi escutando o que as famílias tinham a dizer e como cada uma tem recebido esse material dentro do ritmo de suas casas que, após uma pesquisa e à pedidos, o Nosso Jardim passa agora a ser quinzenal.

Temos nessa edição lindas músicas que trazem as imagens da estação, uma vivência artística de um botão de flor, falamos sobre a modelagem dentro do Ritmo, sugerimos brincadeiras e receitas deliciosas e coloridas e trazemos duas histórias para a época, o conto rítmico A Beterraba e o conto de fadas Rapunzel.

Podemos observar a vida que se renova ao nosso redor diante dessa estação e época tão bonita! O movimento é de expansão e os dias mais longos, o convite é o de que a natureza se revele e os começos e recomeços floresçam também dentro de nós.

Professoras Ligia e Cláudia

# MÚSICAS

Professoras Marina e Josy

Uma flor, uma flor  
Crescia pro sol  
E o sol, e o sol  
Olhava a flor  
Uma flor, uma flor  
Sorria pro sol  
E o sol, e o sol  
Esquentava a flor



Desperta no bosque, gentil primavera  
Com ela chegou o canto, gorjeio do sabiá  
Trá lá lá...

Com lindos trinados, suaves e belos  
Gentis são os passarinhos  
Saudando a primavera  
Trá lá lá...

Parece que há festa  
Em toda a floresta  
Os pássaros gorjeando  
Saltitam de cá pra lá  
Trá lá lá...

# VIVÊNCIA ARTÍSTICA

Professoras Lis e Roberta Krug

## Botão de Flor

Ah a primavera, como é lindo de se ver uma flor nascer! Nesta semana a nossa sugestão é um lindo botão de flor que pode enfeitar o cantinho de época de Primavera ou quarto da criança. De uma forma tão singela e delicada trazemos a época para dentro de casa, unindo o “fazer com as mãos” e o “mundo é belo”, tão importantes para a criança pequena.

"Entrei num jardim com flores,  
Não sei qual escolherei...  
Escolho a mais formosa,  
Com ela eu dançarei..."

Para fazer esse lindo botão de flor você irá precisar:

- 1 Pedaco de feltro (aprox. 10x10 cm)
- 1 Pedaco de feltro de outra cor (aprox. 4x4 cm)
- 1 Pedaco de tecido de malha ou outro tecido de sua preferência (aprox. 3x5 cm)
- 1 Pedacinho de lã para enchimento ou qualquer material que dê formato a cabeça do boneco
- Linha
- Agulha
- Tesoura



- 01 Faça um molde de flor como o da foto
- 02 Dobre o feltro em dois e corte no molde da flor.
- 03 Costure em caseado as duas partes da flor.
- 04 Faça uma bolinha com a lã de enchimento, enrole o tecido de malha e amarre bem firme formando um bonequinho.
- 05 Em um pedaço pequeno de feltro desenhe uma pequena flor e corte.
- 06 Costure a flor na cabeça do bonequinho de tecido.



# O RITMO NO JARDIM: MODELAGEM

Professoras Elza e Cláudia

"Todos os meus dedos já sabem bailar! Todos os meus dedos já sabem bailar! Bailam, bailam, e vão descansar, prontos estão para trabalhar!"

Queridas crianças, vamos brincar de modelar?

A modelagem é uma atividade que permite trabalhar o social (muita conversa rola enquanto amassam), desenvolve o tato, a coordenação motora grossa, pois exercitamos os músculos das mãos de várias maneiras através dos movimentos e vem colaborar também com o desenvolvimento da linguagem quando fazemos o movimento com as pontas dos dedos, além da criatividade que a massinha proporciona! E as crianças adoram!

Assim como na massinha, podemos também considerar o brincar de modelar os bolinhos de "lamas", fazer as deliciosas bolachinhas e sovar a massa do pão! Enfim há muito trabalho para as nossas mãos!

Segue aqui uma receita de MASSINHA!

- 1 xícara de sal
- 4 xícaras de farinha de trigo
- 1 xícara e meia de água
- 3 colheres de sopa de óleo
- Corante alimentício (ou pode deixar ela branca também)

Como preparar a massa para modelar?

A receita de massa de modelar é muito fácil e legal de fazer. Em uma vasilha grande misture a farinha e o sal em seguida adicione a água e o óleo. Misture até que todo o conteúdo forme uma massa homogênea. Se ficar muito mole você pode adicionar mais farinha, e se ainda estiver seca e quebradiça adicione mais água. O último ingrediente é o corante, você pode usar um corante natural como o colorau. A quantidade de colorau que você colocar é que vai dar o tom mais avermelhado ou mais alaranjado da massinha. Uma outra opção também é colocar um pouquinho de tinta de aquarela. Ficam com cores bem bonitas!

Uma boa brincadeira para todos!



# BRINCADEIRAS

## COLAGENS



Nessa brincadeira sugerimos que as crianças recortem, (pode ser rasgando com a mão), de revistas antigas imagens diversas e colem em uma folha. Em um dia elas podem procurar fotos de cachorros, em um outro, carros, em um outro ainda imagens que tenham algo na cor verde, e assim por diante.

## BRINCAR COM EMBALAGENS

Com embalagens vazias (caixa de maizena, caixa de granola, potes de iogurte e outros) e fita crepe as crianças podem fazer um robô, fazer um binóculo com rolo de papel higiênico e outros brinquedos. Pode ser algo não muito pronto, pode ser um “monstrinho” para que não seja algo muito difícil pra fazer sozinho.

# RECEITAS

Professores Carlos e Kelly

A primavera já chegou e traz com ela mais flores, pássaros, calor e a vontade de ter pratos fresquinhos à mesa. Nesta edição vamos trazer a Salada de Macarrão com molho de iogurte, vegetais salteados e um suco, que além de nutritivo é muito saboroso.

## SALADA DE MACARRÃO COM MOLHO DE IOGURTE

### INGREDIENTES

- 500gr de macarrão farfalhe (gravatinha).
- 2 Unidades de ovos grandes cozidos e picadinhos.
- 250gr de peito de peru defumado, em um pedaço só, cortado em tirinhas.
- 2 Colheres de sopas de alcaparra picadinhas.
- 1 xicara (chá) de azeitona picadinhas.
- 340 Gramas de iogurte desnatado.
- 2 Colheres (sopa) de mostarda.
- 4 Colheres (sopa) de azeite de oliva.
- 2 Colheres (sopa) de erva-doce picadinha
- Sal a gosto
- Pimenta- do- reino a gosto



### MODO DE PREPARO

- Cozinhe o macarrão conforme as instruções da embalagem. Escorra, passe em água fria para interromper o cozimento e coloque numa saladeira grande.
- Junte os ovos cozidos, o peito de peru defumado, as alcaparras, as azeitonas e reserve.
- Para o molho, misture bem o iogurte com a mostarda, o azeite, o sal e a pimenta- do- reino, nesta ordem. Junte a erva-doce e misture bem.
- Coloque sobre a massa reservada e misture delicadamente. Sirva a seguir. Um bom apetite para todos!



## VEGETAIS SALTEADOS

### INGREDIENTES

- 500 ml de água
- 1 xícara (chá) de cenouras cortadas em cubos pequenos
- 1 xícara de (chá) de brócolis japonês
- 1 xícara de (chá) de abobrinha sem semente, cortadas em cubos pequenos
- 2 Colheres de sopa de maionese
- 1 Colher de salsinha picada



### MODO DE PREPARO

- Em uma panela, coloque 500ml de água e a cenoura. Leve ao fogo alto para ferver.
- Quando ferver, junte os brócolis e a abobrinha. Deixe cozinhar por 5 minutos ou até a cenoura estar “ao dente”. Escorra e volte os ingredientes à panela.
- Acrescente a maionese e misture até que todos os vegetais estejam envolvidos por ela.
- Volte a panela ao fogo, deixe aquecer bem, polvilhe a salsa e retire do fogo.
- Sirva em seguida, ainda quente, ou leve à geladeira para esfriar e ser servido bem fresquinho.

## SUCO DE BETERRABA COM LARANJA E CENOURA

### INGREDIENTES

- 1 cenoura
- 1 beterraba
- 5 laranjas

### MODO DE PREPARO

- Em um liquidificador adicione o suco de laranja (sem sementes).
- Depois acrescente a beterraba e a cenoura descascadas e cortadas em cubos pequenos.
- Bata no liquidificador por alguns minutos até virar uma mistura homogênea. Se preferir, passe o suco na peneira. Bom apetite!



# CONTO DA ÉPOCA

Professoras Luciana e Roberta Viola

Compartilharemos aqui duas histórias, um conto rítmico para crianças menores, de 3 anos (A Beterraba) e um conto de Fadas para crianças de Jardim (Rapunzel).

Como das outras vezes, os convidamos a ler as histórias, deixar elas viverem em vocês, deixar as imagens os permearem para depois desse caminho contarem para os pequenos. As histórias alimentam animicamente as crianças mas também nos preenchem.

Desejamos dias coloridos! Que a Primavera nos floreie também!

## A Beterraba

Conto folclórico alemão

Vovô plantou uma beterraba e disse-lhe:  
-Cresça, beterraba, cresça e fique bem doce!  
-Cresça, beterraba, cresça e fique bem forte!  
A Beterraba cresceu - doce, forte e grande. Enorme.  
Vovô foi tirar a beterraba da terra. Puxava, puxava, mas não conseguia tirá-la da terra.  
Vovô então foi chamar a vovó.  
Vovó segurava o vovô,  
Vovô segurava a beterraba,  
Puxavam, puxavam, mas não conseguiam tirar a beterraba da terra.  
Vovó então chamou o netinho.  
O netinho segurava a vovó.  
Vovó segurava o vovô.  
Vovô segurava a beterraba.  
Eles puxavam e puxavam, mas não conseguiam tirar a beterraba da terra.  
O netinho então chamou o cachorrinho.  
O cachorrinho segurava o netinho.  
O netinho segurava a vovó.

A vovó segurava o vovô.  
O vovô segurava a beterraba.  
Eles puxavam e puxavam, mas não conseguiam tirar a beterraba da terra.  
O cachorrinho então foi chamar o gatinho.  
O gatinho segurava o cachorrinho.  
O cachorrinho segurava o netinho.  
O netinho segurava a vovó.  
A vovó segurava o vovô.  
O vovô segurava a beterraba.  
Eles puxavam e puxavam, mas não conseguiam tirar a beterraba da terra.  
O gatinho então foi chamar o ratinho.  
O ratinho segurava o gatinho.  
O gatinho segurava o cachorrinho.  
O cachorrinho segurava o netinho.  
O netinho segurava a vovó.  
A vovó segurava o vovô.  
O vovô segurava a beterraba.  
Eles puxaram e puxaram e conseguiram tirar a beterraba da terra.  
Então, o vovô lavou, picou e fez uma saladinha.



# Rapunzel

Irmãos Grimm

Era uma vez um casal que desejava muito ter um filho. O tempo passava e, mesmo após anos estando juntos, a mulher não engravidava. Até que um dia ela ficou muito feliz ao notar que vinha tendo estranhos e diferentes desejos.

Finalmente estava esperando um bebê!

O marido passou a receber pedidos no meio da madrugada e sempre os atendia, até o dia que a mulher pediu para comer rapunzel.

Naquele lugar onde moravam, as pessoas plantavam em casa e havia uma verdura difícil de ser cultivada, chamada rapunzel.

A única horta onde era possível encontrar rapunzel era na casa de uma vizinha do casal, uma mulher muito mal-encarada, misteriosa, que só saía de noite. Todos diziam que ela era uma bruxa.

A mulher viu a horta da bruxa pela sua pequena janela e desde então, só pensava em comer rapunzel. Quando o marido ouviu o pedido da esposa, respondeu que seria melhor ela ter outro desejo, porque este ele não podia atender. Pedir a verdura para aquela bruxa era muito perigoso.

Mas, com o passar dos dias, a mulher foi ficando fraca. Nada que lhe traziam para comer ela aceitava. Só queria rapunzel.

Vendo a mulher tão magra e pálida, começou a pensar que poderiam perder o bebê e, assim, criou coragem. Quando a noite chegou, pulou a cerca e apanhou algumas folhas da verdura fresquinha.

Levou para a esposa, que comeu tudo, deliciando-se. Mas, no dia seguinte, ela queria mais!

O marido esperou anoitecer e fez exatamente como na noite anterior. Só que desta vez, assim que pulou a cerca, deu de cara com a bruxa, que já o esperava!

- Então é você que está roubando meu rapunzel? Vai pagar caro por isso!

O homem tentou explicar e a resposta da bruxa não poderia ter sido pior:

- Está bem. Eu lhe dou o rapunzel, mas, em troca, quando sua filha que vai nascer completar quinze anos, você terá que entregá-la para mim.

Ele achou que seria melhor aceitar o acordo, pois se não o fizesse, talvez o bebê nem chegasse a nascer.

E foi assim que, quando aquela linda menina com pose de princesa nasceu, recebeu o nome de Rapunzel, em homenagem à verdura que salvou a vida de sua mãe.

O tempo passou e quando completou quinze anos, exatamente no dia do aniversário, a bruxa apareceu para cobrar o acordo.

Levou a linda menina. Deixou que seus cabelos

crescessem a ponto de conseguir fazer uma trança com eles, bem comprida, como se fosse uma corda. Prendeu Rapunzel no meio de uma floresta em uma torre muito alta, sem porta de entrada, apenas com uma pequena janela por onde entrava e saía. Quando queria ver a moça, gritava:

- Rapunzel, jogue-me suas tranças.

A moça jogava as tranças, ela subia, ali ficava um pouco e depois descia.

Rapunzel cantava. E seu canto era tão lindo, que podia ser confundido com o mais belo canto de pássaro da floresta.

Numa tarde, passava por ali um príncipe, que ouviu aquele canto e foi por ele atraído. Procurando de onde vinha aquela canção, avistou a bruxa aproximar-se e gritar para que Rapunzel jogasse suas tranças.

Quando a bruxa foi embora, ele próprio chegou até embaixo da janela e gritou:

-Rapunzel, jogue-me suas tranças. - Ele subiu e, quando a moça o avistou, esta levou um grande susto:

- Mas você não é a bruxa!

- Não, sou um príncipe, mas não se assuste, fui atraído pelo seu lindo canto...

E, assim, ele passou a visitá-la todas as tardes.

Mas, um dia, a bruxa, passando por ali fora do horário de costume, viu o príncipe subindo no alto da torre! Ficou furiosa.

Quando ele foi embora, ela subiu na torre, cortou as tranças de Rapunzel e levou-a para um deserto, onde ficou abandonada à própria sorte.

O príncipe, sem saber de nada, foi visitar sua amada e logo a bruxa jogou as tranças para que ele subisse.

Ao chegar lá no alto, deu de cara com a bruxa, que, sem dó, soltou as tranças e o príncipe caiu. Não morreu, mas seus olhos caíram em uma planta cheia de espinhos e ele ficou cego. Saiu vagando, sem rumo, e andou por um ano, sempre com a esperança de reencontrar Rapunzel.

Andou tanto, que acabou chegando naquele deserto onde a bruxa havia deixado a moça. De repente, começou a ouvir um canto que lhe pareceu familiar. Foi andando em sua direção e... Sim, era ela mesma! Rapunzel estava ali!

Quando ela soube o que havia acontecido com seus olhos, começou a chorar. Suas lágrimas de amora caíram sobre os olhos do príncipe, que, no mesmo instante, voltou a enxergar! Assim, ele pode ver sua amada e os dois filhos gêmeos dos quais ela estava cuidando sozinha, com muito sacrifício. Casaram-se e foram muito felizes.

# DEPOIMENTO DA COMUNIDADE

por Flávia - mãe do Vitor (maternal manhã)

Apesar de todas as mudanças trazidas pela quarentena, como o distanciamento físico da escola e o isolamento social, acredito que tem sido um grande presente para mim este período. Estou aprendendo a deixar de lado o menos importante, a respeitar mais o meu tempo e as minhas prioridades, a observar melhor as coisas a minha volta e a acompanhar de forma consciente o crescimento e o desenvolvimento do Vitor como um ser individual.

Em casa, já costumávamos fazer algumas atividades propostas e brincadeiras, além de oferecer uma alimentação mais natural.

Mas com a vinda do Nosso Jardim passamos a nos dedicar mais a prática de outras atividades que não fazíamos ainda. Confesso que é um esforço, e que não conseguimos fazer tudo que é proposto dentro da mesma semana, mas mesmo assim está valendo a pena, pois conseguimos perceber a diferença e notar o seu reencontro com os elementos do ritmo, as atividades e receitas da escola que despertam algo diferente no Vitor, como aquelas boas lembranças que guardamos para sempre na memória afetiva.

Na alimentação passei a incluir as receitas sugeridas com as coisas que ele lembra com muito carinho, como o painço com churros, o melado, que acordou para entrar no recheio da panqueca e a sopa que ele ganhou na carreta.

Alguns contos que a Elza nos indicou, ajudaram nosso filho a vencer alguns medos importantes. Hugo passou a memorizar os contos para contar por várias semanas na hora de dormir. Passei a cantar as músicas enviadas, e a contar os contos e versos indicados. Para me ajudar na memorização, transcrevo as letras das músicas e dos versos para o papel, bem coloridas com giz de cera, e coloco nas paredes, misturadas com nossos desenhos.

E sempre que me esqueço de algo, tenho a mão uma “colinha”.

Com tudo isso, observamos algumas mudanças de comportamento positivas e tivemos momentos bem especiais com ele, como a festa da lanterna, que repetimos por vários dias; nossa mini fogueira de São João; o teatro de sombras e o de mesa, que foram grandes surpresas para o Vitor e que também repetimos várias vezes.

Quando contei a história O Menino que gostava de vento pela primeira vez para ele também foi bem marcante. Estávamos na varanda em frente de casa, ele se deitou na rede e eu sentei no chão e comecei a ler a história. Foi como se o vento estivesse ouvindo também, e assim que comecei a falar, ele apareceu, começou a ventar forte e os olhos dele brilharam. A cada frase, percebia que ele vivenciava mais a história e quando terminei, Vitor estava tão presente, que saiu correndo, junto com o vento, pela rua. Ele estava realmente muito feliz, sem casaco e descalço, como o personagem do conto. Depois de correr por um tempo na nossa rua, ele pediu para ir mais longe, e saímos pelas ruas correndo literalmente, até chegar em uma subida, onde precisei parar (quase morri...kkkk). Continuamos andando por bastante tempo observando as coisas e conversando. Acho que nunca vou me esquecer deste dia.

Observo que todo o material compartilhado e as ações desenvolvidas pelo Corpo Pedagógico, vem possibilitando nossa presença nos momentos do dia a dia, que ele vivenciaria na escola, sem nossa participação, e por isso, somos gratos pela oportunidade de estarmos nesta comunidade, sendo sempre acolhidos, incentivados e desafiados a cada dia a melhorarmos como pais, para cuidar de nosso Vitor da forma mais simples e amorosa possível, que é tudo que ele essencialmente precisa.

# NOSSA CARREATA DE MICAEL

DE MUITO AMOR E CARINHO

No dia de São Micael, 29 de Setembro, nos encontramos em mais uma carreata. Os olhos revelaram sorrisos e saudades, os carros foram instrumentos de aproximação e as espaldas de Micael puderam então chegar às mãos de corajosas crianças.





# RITMO SEMANAL

	SEGUNDA FEIRA	TERÇA FEIRA	QUARTA FEIRA	QUINTA FEIRA	SEXTA FEIRA
ATIVIDADES	Desenho Jardinagem* Circuito**	Desenho Kântele	Pão	Desenho Aquarela	Limpeza***
CEREAL	Arroz integral	Cevadinha	Painço	Centeio	Aveia
	LILÁS	VERMELHO	AMARELO	LARANJA	VERDE

(\*) A jardinagem é feita diariamente, as crianças ajudam a rastelar as folhas do parque, regar ou colher algum tempero para preparar o lanche. Porém, às segundas-feiras geralmente é o dia que o parque precisa de mais “jardineiros”.

(\*\*) O circuito também pode ser feito em diversos dias durante o brincar dentro. As crianças ajudam a professora a montar a “ponte” com várias cadeiras, bancos e mesa, onde elas pulam no colchão.

(\*\*\*) As atividades de limpeza são feitas diariamente (lavar a louça, varrer, lavar os paninhos da aquarela, entre outros). Mas na sexta-feira eles fazem algo a mais como lavar galochas, panos da sala, varanda, entre outros. Essa atividade é realizada no parque nos dias de sol.

## RITMO DIÁRIO (jardim)

8h05	Acolhimento
8h15	Desenho / atividade do dia e brincar dentro
9h	Música da água e todos sobem a “ponte” (banco e cadeirinhas) para beber água. No frio às vezes oferecemos um chá
9h15	Música para arrumar a sala
9h30	Roda rítmica
10h	Lanche
10h30	Os ajudantes do dia ficam com a professora auxiliar lavando a louça e arrumando a sala
11h	Música da água no parque
11h25	Música para arrumar o parque
11h30	Conto: ritual de harmonização com vela, kântele, música para a fada da chaminha. Surpresinha e agradecimentos do dia.
12h	Música de despedida

# SUGESTÃO DE RITMO DIÁRIO CASA

7h00	<b>Acordar e café da manhã</b>
8h00	Brincar dentro de casa: <ul style="list-style-type: none"><li>– <b>Brincar livre</b></li><li>– fazer um desenho</li><li>– brincar com massinha</li><li>– fazer aquarela</li><li>– Marcenaria: martelar</li><li>– culinária: fazer pão, bolo, sopa, lavar e picar legumes ou frutas, ajudar a preparar o suco. Importante: atividades com começo, meio e fim</li><li>– colocar a mesa do lanche: toalha, plantinha, alimentos, louça e cobrir com toalha para o “lanche dormir” enquanto lavam as mãos</li></ul> *Importante: arrumar os brinquedos antes do lanche
10h00	Lanche Cantar música para lavar as mãos Cantar música para agradecer o alimento Ajudar a tirar a mesa e lavar a louça
10h30	Brincar fora: <ul style="list-style-type: none"><li>- <b>Brincar livre</b></li><li>- Momento de maior expansão que pode ser no quintal ou mesmo dentro de casa em dias de chuva, mas com atividades de maior movimento – ex: brincar no colchão (cambalhota, pular, rolar)</li><li>- Brincar com água: ajudar a lavar roupa, regar plantas, ajudar a lavar o carro ou a garagem</li><li>- Cuidar do jardim: rastelar, colher temperos da horta, recolher frutas ou folhas secas do chão</li><li>- Brincar de “caçar tesouros” no quintal ou na rua: pedrinhas, sementes, achar um formigueiro ou uma lagarta</li></ul> *Importante: arrumar os brinquedos antes do lanche
12h00	Almoço Ajudar a colocar/tirar a mesa e seguir ritual do lanche com agradecimento
13h00	Soneca ou só ficar deitado descansando
14h00	Brincar dentro
15h30	Lanche
16h00	Brincar fora
18h00	Banho
18h30	Jantar
19h00	Música do anjinho ou oração, conforme costume da família. Harmonização (massagem, música ou kantele), contar história, agradecimento e dormir. *Importante: crianças no primeiro setênio devem dormir por volta de 11 ou 12 horas por dia.



#### EXPEDIENTE

Curadoria de textos: Corpo Pedagógico do Jardim

Diagramação: Natalia Viarengo

Redação final: Brena Zanon

Apoio: Comissão de Divulgação

#### UNIDADE GRAMADÃO

Av. Aristides Mariotti, 911 - Bairro IV Centenário . Jundiaí SP

11.4582.2380 | 11.97699.5752 - secretaria@escolaangelim.com.br

#### UNIDADE ENGORDADOURO

Rua Profº Clarismundo Fornari, 2200C - Engordadouro . Jundiaí SP

11.4582.2380 | 11.97699.5752 - secretaria@escolaangelim.com.br

[www.escolawaldorfangelim.com.br](http://www.escolawaldorfangelim.com.br)

  [escolawaldorfangelim](#)