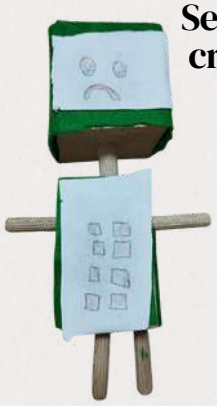
AEC e CAF - Misericórdia de Cascais - EB1/JI Trajouce

Brincar, Ser e Crescer

Nº 2- 2025-2026 | novembro 2025

Segundo a OCDE, competências como criatividade, pensamento crítico e colaboração são essenciais para o futuro — e o brincar é uma ferramenta poderosa para desenvolvê-las.



Um olhar atento todos os dias

Areditamos que cada criança merece ser ouvida e cuidada todos os dias. Por isso, a nossa equipa faz questão de perguntar diariamente às crianças como estão, criando um momento simples, mas poderoso, de atenção e escuta.

Este gesto ajuda a perceber os seus sentimentos, a identificar necessidades e a reforçar a confiança. Mais do que palavras, é um sinal de cuidado, respeito e presença, que mostra às crianças que o que sentem importa hoje e sempre.

Porque ouvir diariamente é também ensinar que as emoções têm valor e que a escola é um espaço seguro para crescer e aprender.

EVENTO

dezembro 2025

Atividades na Quinta do Pisão
atividadesnatureza@cascaisambiente.pt

Brincar hoje, preparar o futuro amanhã

Aprender não se resume a livros ou testes. No nosso projeto com crianças do 1.º ciclo, vemos todos os dias que brincar é uma forma de adquirir competências essenciais para a vida e para o futuro profissional. Quando exploram os espaços da escola, constroem cabanas, criam jogos ou carrinhos, estão a exercitar criatividade, pensamento crítico, autonomia e capacidade de trabalhar em equipa.

Cada decisão que tomam, cada erro que corrigem e cada projeto que concretizam é um treino para a vida. Ao colaborar com colegas, aprendem a negociar ideias, assumir responsabilidades e desenvolver liderança — competências que, segundo a OCDE, os alunos precisarão para prosperar num mundo em constante mudança.

Brincar de forma estruturada e criativa não é apenas diversão: é preparar cidadãos e profissionais confiantes, curiosos e capazes de transformar desafios em oportunidades. Dar às crianças este espaço é ajudá-las a crescer com autonomia, iniciativa e capacidade de inovar.

AEC (Atividades de Enriquecimento Curricular)

OFICINAS

#INSTRUMENTOS MUSICAIS COM PALHINHAS

Usando palhinhas, construímos um instrumento musical a que chamámos "o instrumento irritante". Tem um funcionamento parecido ao da flauta, mas um som totalmente diferente. Aprendemos que se fizermos buracos na palhinha, conseguimos ter sons muito diferentes! Experimentámos e fizemos imenso barulho!

#MÚSICA - "O PRIMEIRO DIA"

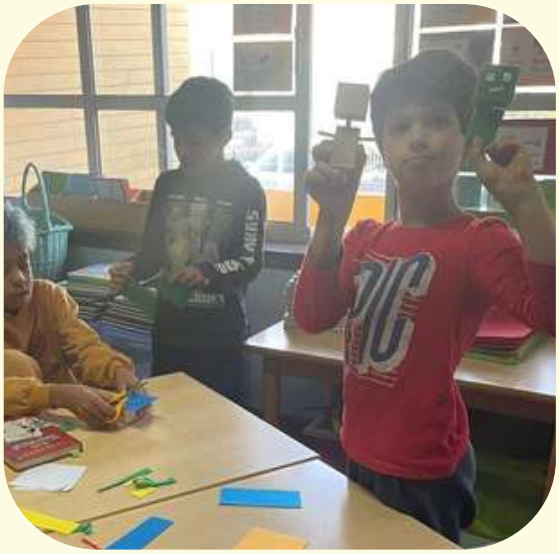
Nesta oficina a música portuguesa esteve em destaque. As crianças exploraram diferentes estilos musicais a partir da canção "O Primeiro Dia", de Sérgio Godinho.

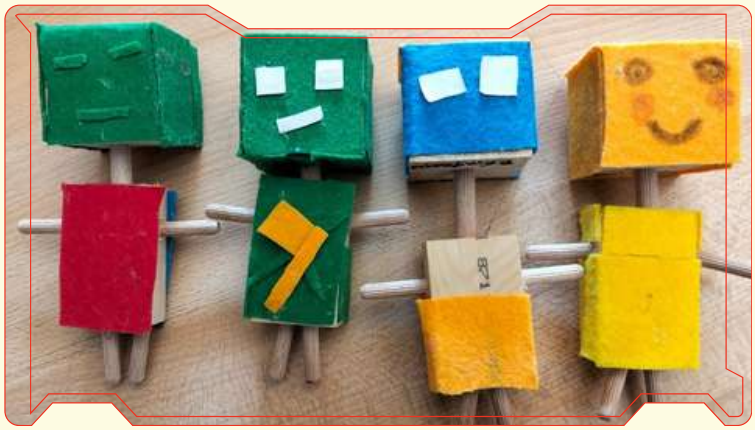
.Depois de conhecerem a letra e o contexto da obra, aventuraram-se num desafio especial: interpretar a canção em versão fado.
No início, adaptar a melodia e o ritmo ao estilo fadista revelou-se exigente, mas, com prática e entusiasmo, o grupo foi ganhando confiança. A cada repetição, a voz afinava, o sentimento crescia e a música transformava-se.
A oficina terminou com uma sensação de conquista — uma experiência que uniu aprendizagem musical, criatividade e muita entrega.

Bonecos em madeira

Criatividade, sustentabilidade e expressão emocional juntaram-se na nossa oficina de construção de bonecos!

Utilizando desperdícios de madeira, pequenos pedaços de feltro e outras peças reaproveitadas, as crianças transformaram materiais simples em personagens únicas. Cada uma decidiu como seria o seu boneco, acrescentando braços, pés e até roupa — e, pouco a pouco, os bonecos começaram a refletir aquilo que elas próprias sentiam e queriam representar.
Para além da componente artística, esta atividade teve um impacto emocional: ao construírem e personalizarem as suas figuras, muitas crianças sentiram-se espelhadas nos bonecos e conseguiram expressar emoções que, por vezes, são difíceis de colocar em palavras. A criação tornou-se assim uma forma segura e criativa de comunicar sentimentos.



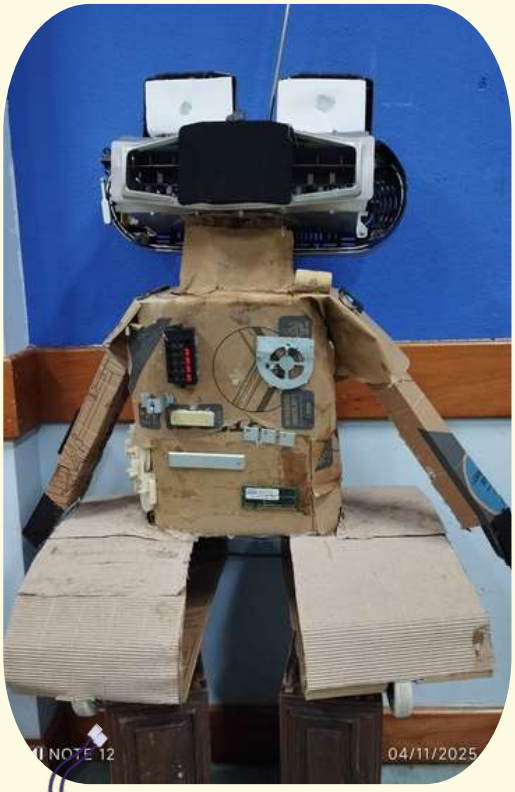


No final, a diversão continuou enquanto todos brincavam com as suas personagens — feitas com as próprias mãos, com materiais que ganharam nova vida e com um bocadinho de cada um refletido nelas. Uma oficina sustentável, divertida e cheia de significado!

Robot

A tecnologia ganhou nova vida na nossa oficina de construção!

A partir de peças de eletrónica antigas e inutilizáveis — teclados, colunas, motores, ventoinhas e muito mais — as crianças uniram esforços para criar um robot em tamanho real. O desafio não era simples, mas rapidamente o grupo entrou em ação: umas mãos seguravam, outras encaixavam, outras ainda imaginavam onde cada peça poderia ficar.
O resultado final surpreendeu todos: um robot que parecia mesmo "a sério", cheio de personalidade e feito inteiramente com materiais que, de outra forma, teriam sido deitados fora. O espírito de equipa e a criatividade deram forma à nossa nova mascote tecnológica.
E, como qualquer robot especial, precisava de um nome. Depois de muitas ideias divertidas, a escolha foi unânime: Jonas.
Uma oficina que mostrou que, com imaginação e colaboração, até o que já não funciona pode ganhar uma segunda vida extraordinária!



#Tesouros da natureza

As crianças exploraram o exterior da escola e recolheram diversos materiais naturais — pinhas, folhas, pequenos ramos e plantas secas. De regresso à sala, transformaram esses elementos em verdadeiras obras de arte, combinando texturas, cores e formas únicas.
Entre descoberta, criatividade e contacto direto com a natureza, a atividade permitiu valorizar o que o ambiente nos oferece e mostrar que até os materiais mais simples podem dar origem a peças cheias de beleza e significado.
Uma oficina onde a imaginação floresceu... literalmente!

#Paraquedas

Nesta oficina, transformámos simples sacos do lixo em verdadeiros paraquedas artesanais, seguindo um processo completo de planificar, construir e experimentar. Tudo começou com a fase de projeto: cada criança idealizou o formato do seu paraquedas e desenhou-o, percebendo quais as partes necessárias e como deveriam encaixar.
Depois passou-se da ideia à prática. Com sacos do lixo, cordões e muita criatividade, cada criança procurou concretizar o seu plano, ajustando o tamanho, os cortes e a montagem até obter um modelo funcional. Foi um verdadeiro exercício de engenharia em pequena escala.
Finalmente, chegou o momento mais esperado: experimentar brincando. Os testes de voo foram cheios de entusiasmo — e voaram mesmo! Entre risos e surpresas, os paraquedas subiram, flutuaram e pousaram suavemente.
A experiência foi tão envolvente que já nasceu o próximo desafio: numa futura oficina, vamos construir um único paraquedas — mas gigante! Uma aventura que promete elevar ainda mais a criatividade e o espírito de experimentação.

#Capoeira

Ao longo de várias oficinas, as crianças tiveram a oportunidade de experimentar duas expressões culturais brasileiras cheias de energia: o Maculelê e a Capoeira.
O Maculelê, com raízes indígenas e africanas da Bahia, simula uma luta tribal com bastões. Para além de ser uma dança poderosa e ritmada, é também um treino de agilidade, coordenação, força e identidade cultural, sempre acompanhado por músicas e percussões vibrantes.
Já a Capoeira revelou-se uma arte marcial única, que combina dança, acrobacias, jogo corporal e música. Ao entrar na roda, cada criança explorou movimentos, balanço, ritmo e colaboração.
Praticar Capoeira e Maculelê em conjunto mostrou-se uma experiência completa: desenvolve o corpo, estimula a mente e reforça o sentido de comunidade, num ambiente onde o movimento e a música se entrelaçam.
Uma viagem artística e cultural que trouxe energia, história e muito entusiasmo às nossas oficinas!

Sabias que: a Capoeira, nasceu da resistência dos povos africanos escravizados, combinando elementos de luta, dança e acrobacias. Para além de uma arte marcial, a Capoeira é uma forma de expressão cultural e comunitária, com música e cantos que contam histórias e preservam a herança afro-brasileira.

#Uno

Desta vez, tivemos uma ideia diferente: construir o nosso próprio baralho do jogo Uno, partindo de um jogo que já conhecemos, mas com algumas diferenças. Passo a passo, as crianças criaram as cartas, decoraram-nas com cores e desenhos próprios, colocaram os números e símbolos tradicionais... e até inventaram algumas regras novas, tornando o jogo ainda mais divertido e original.
O resultado? Um baralho único, cheio de personalidade, pronto para partidas cheias de risos, estratégia e muita diversão. Uma atividade que combinou imaginação, planeamento e espírito lúdico, mostrando que até jogos já existentes podem ganhar vida nova quando são reinventados pelas crianças!

AEC - Atividades de Enriquecimento Curricular

Este mês continuamos a celebrar o brincar como parte natural do dia das crianças.

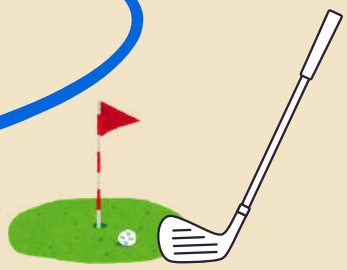
Ao longo das últimas semanas, as propostas dos técnicos deram origem a jogos, construções, desafios e momentos cheios de imaginação, que fazem parte da **brincadeira orientada**. Cada atividade abriu espaço para experimentar coisas novas, rir, criar em conjunto e descobrir outras formas de estar com os colegas.

Em equilíbrio com isso, muitos momentos foram também de **brincadeira livre** — aqueles instantes em que as crianças inventam as suas próprias regras, transformam objetos em mundos imaginários, seguem interesses espontâneos e ocupam o espaço à sua maneira.

Entre o orientado e o livre, o mais importante continua a ser que as crianças tenham tempo e liberdade para brincar, estar com os outros, divertir-se e viver com verdade.

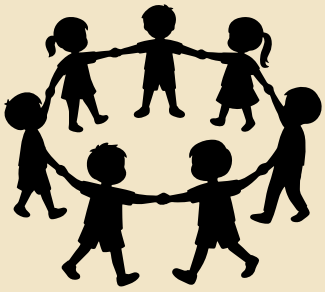
Nesta secção partilhamos alguns desses momentos — simples, genuínos e cheios de vida.

Berlindes e construções



Jogos de pontaria

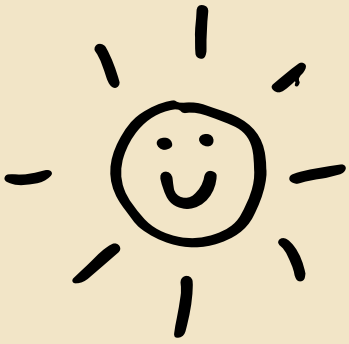
Movimento e manipulação



Cooperação

Imaginação

Alegria e Amizade



Cidade imaginária!

Uma das brincadeiras deste mês levou-nos novamente a um espaço especial do recreio — o mesmo onde, no ano passado, tínhamos construído uma estrada para brincar às cidades. Como o tempo e a chuva tinham deixado marcas, começámos por limpar o espaço em conjunto, preparando-o para uma nova aventura

.

No nosso tempo de brincar, e com o terreno arrumado, começámos então a dar vida à nossa aldeia/cidade imaginária. Utilizámos peças de madeira, casas e carros criados por nós e vários bonecos, construindo edifícios, caminhos, praças e tudo aquilo que a imaginação pediu. Assim que colocámos as primeiras peças no chão, as histórias começaram a surgir naturalmente: novas ideias, personagens, ruas e desafios iam aparecendo de forma espontânea.

Renovar este espaço significou muito mais do que arrumar e recomeçar. Foi trazer de volta uma brincadeira que adoramos, dar-lhe uma nova forma e transformá-la num projeto vivo, sempre a crescer. E, como sempre, a melhor parte foi vê-los cooperar, imaginar e brincar juntos — construindo não só uma cidade, mas também memórias felizes no nosso tempo de brincar.

CAF Componente de Apoio à Família

:

Na CAF, cada semana traz novas descobertas!

Depois de um início de ano cheio de escolhas e exploração dos nossos cantinhos, este mês aprofundámos ainda mais as nossas brincadeiras e projetos. Continuamos a ter os nossos espaços de sempre, mas o que realmente marcou estas semanas foram as ideias que nasceram das próprias crianças e que transformaram a CAF num laboratório vivo de imaginação.

Organizámos pequenas missões no exterior, construímos objetos a partir de materiais inesperados, experimentámos novas formas de criar e até inventámos jogos completamente novos. Várias atividades surgiram espontaneamente: desde montar "mini oficinas" improvisadas até preparar pequenos espetáculos para mostrar aos colegas.

O que mais se destacou foi o espírito de colaboração. As crianças ajudaram-se, ensinaram-se umas às outras e partilharam as suas descobertas, tornando cada momento uma oportunidade de aprender e brincar ao mesmo tempo.

A CAF continua a ser um espaço onde as ideias ganham forma, onde cada dia é diferente e onde a brincadeira é levada muito a sério. E as aventuras continuam... sempre com a criatividade das crianças no centro de tudo!

Na CAF, a ciência é descoberta livre!

:

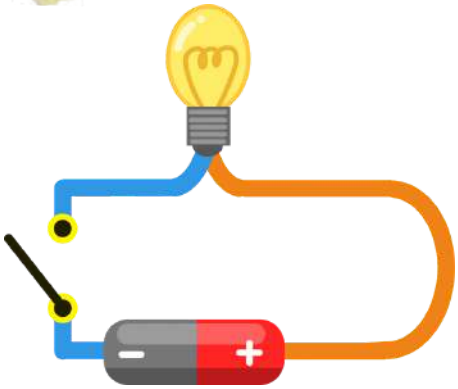
Um dos espaços que mais entusiasmo tem despertado nas últimas semanas é o cantinho da ciência experimental. Assim que chega o tempo de brincar, muitas crianças correm para lá, cheias de vontade de explorar e perceber “como é que as coisas funcionam”.

À disposição têm ímans, motores, luzes, fios, pilhas e pequenas peças eletrónicas, que podem combinar, desmontar e voltar a montar de mil maneiras diferentes. O mais especial neste espaço é que não existe certo ou errado: há apenas curiosidade, tentativa, erro, risos, surpresas e muitas descobertas.

É comum vê-los a testar a força dos ímans, a tentar fazer um motor girar, a perceber como ligar uma luz, ou simplesmente a juntar materiais para ver o que acontece. Pelo caminho, surgem perguntas, hipóteses e pequenas teorias — criadas por eles, a partir da experimentação direta.

Mais do que aprender conceitos científicos, as crianças estão a desenvolver pensamento crítico, autonomia, criatividade e confiança nas suas próprias ideias. A ciência torna-se brincadeira... e a brincadeira transforma-se em aprendizagem.

Um espaço simples, mas onde acontecem grandes descobertas!



AAAF Atividades de Animação e Apoio à Família

:

O 1.º PRÉMIO É NOSSO!

As crianças das AAAF participaram no concurso "Pequenas Vozes, Grandes Impactos", promovido pela Câmara Municipal de Cascais no âmbito do Fórum Anual dos Direitos das Crianças, integrado na Capital Europeia da Democracia — e conquistaram o 1.º lugar! Partindo do tema "Democracia e a Voz das Crianças", desenvolveram um projeto muito especial: construíram um rádio interativo com gravações das suas vozes a refletirem sobre os direitos e deveres das crianças e sobre as autonomias que vivem no dia a dia. O trabalho integrou uma exposição e destacou-se pela criatividade e pela força da mensagem, tendo sido reconhecido pelo júri com o prémio máximo do concurso.

Além disso, as nossas crianças foram convidadas a estar presentes no seminário "A Democracia na Consolidação dos Direitos da Criança", que teve lugar no passado dia 28 de novembro, onde receberam muitos aplausos e o prémio diretamente das mãos do Senhor Vereador Pedro Morais Soares — um momento de grande orgulho para todas as crianças e para a equipa.

Este resultado mostra a importância de ouvir e valorizar a participação ativa das crianças — elas têm muito para dizer e fazem-no com impacto!

AAAF Atividades de Animação e Apoio à Família

E como aconteceu tudo isto?

Perguntámos às crianças:
“Como é que as crianças podem ser ouvidas?”
Ao longo de várias semanas, explorámos a ideia de viver em sociedade, de participar, de ter direitos e também responsabilidades. Fizemo-lo sempre através da conversa, do brincar e da escuta das próprias crianças.
Lemos livros que nos ajudaram a pensar e a falar sobre estes temas, como:
“O que é Viver em Sociedade?” – que nos ajudou a perceber que fazemos parte de um grupo e que as nossas ações têm impacto nos outros;
Livros sobre direitos das crianças (como adaptações de “A Convenção dos Direitos da Criança”), que nos ajudaram a identificar o que é importante para crescer com bem-estar;
Histórias que falam sobre liberdade, autonomia e escolhas, para que as crianças pensassem sobre o que já conseguem fazer sozinhas no dia a dia.
À medida que conversávamos as crianças iam trazendo ideias claras e pertinentes sobre o que significa ter direitos, deveres e autonomia e sugeriram também formas de serem ouvidas, mencionando a televisão, o telemóvel e, especialmente, o rádio, como um meio de transmitir vozes.

AAAF Atividades de Animação e Apoio à Família

Decidimos então criar algo que desse forma e voz a tudo aquilo que tinham pensado.
Assim nasceu o “Rádio criança – sintoniza-nos!”:
Um rádio construído por elas, que transmite aquilo que têm para dizer ao mundo.
Cada botão do rádio corresponde a uma “estação” diferente, representada por um QR code:

1. Sintoniza os nossos Direitos
2. A frequência dos nossos Deveres
3. A voz das nossas Autonomias nas AAAF

Quem apontar o telemóvel a cada código pode ouvir diretamente a voz das crianças gravada, explicando como veem estes temas e o que é importante para si.
A instalação pretende mostrar que a democracia também se aprende desde cedo, quando as crianças têm espaço para falar, serem ouvidas e participar na vida do grupo.
Para dar ainda mais significado à instalação, o rádio foi colocado sobre um escadote antigo, que se torna também parte integrante da obra.
Assim, o escadote simboliza o caminho de elevação e a jornada das crianças, conectando o passado ao presente e mostrando que a voz infantil é atemporal e essencial

AAAF Atividades de Animação e Apoio à Família

Portas abertas à família

Este mês, vivemos momentos muito especiais nas AAAF do pré-escolar: recebemos alguns pais que vieram partilhar atividades connosco!
Desde pequenas oficinas criativas a histórias, jogos e experiências simples, cada visita trouxe algo novo — não só às crianças, mas também a toda a equipa.
A presença dos pais tem sido muito importante por vários motivos. Em primeiro lugar, reforça a ligação entre família e escola, mostrando às crianças que os adultos que mais gostam delas também fazem parte do seu dia-a-dia e valorizam o que vivem na AAAF.
Além disso, quando um pai ou mãe entra na sala para fazer uma atividade, cria-se um ambiente de confiança e entusiasmo, onde as crianças se sentem ainda mais seguras e motivadas.

Pinturas faciais
(Mãe do Bernardo Barreto)

AAAF *Atividades de Animação e Apoio à Família*

Artes plásticas
(Mãe do Diogo Souza)

Estamos a gostar especialmente desta experiência porque:

- aproxima as famílias do nosso trabalho, permitindo que vejam de perto a forma como brincamos, aprendemos e crescemos juntos;
- traz novas ideias e talentos, enriquecendo as atividades com diferentes saberes e perspetivas;
- fortalece a comunidade, mostrando que todos — técnicos, famílias e crianças — têm um papel importante no que construímos diariamente.

AAAF Atividades de Animação e Apoio à Família

Cozinhar
(Pais da Teresa Marquez)

Tem sido um prazer ver as crianças orgulhosas, curiosas e tão felizes por partilharem o seu espaço com os pais. E nós também estamos muito gratos: cada visita torna a AAAF ainda mais rica, humana e especial

AAAF Atividades de Animação e Apoio à Família

E depois de tudo isto?
BRINCAR, BRINCAR, BRINCAR

AAAF Atividades de Animação e Apoio à Família

Uma aventura no parque que se transformou em missão de cuidar!

Durante uma ida ao parque, no nosso tempo de brincar, fizemos uma descoberta que despertou muita curiosidade: caracóis! As crianças observaram-nos com atenção, seguiram os seus movimentos e começaram a fazer perguntas sobre onde viviam, o que comiam e como podiam ser cuidados.

A partir desta descoberta espontânea, surgiu uma ideia: cuidar dos caracóis como pequenos exploradores da natureza. Arranjámos uma "gaiola" adequada para os acolher, usando materiais que permitissem criar um ambiente seguro e confortável. Colocámos folhas, ramos e outros elementos naturais para que se sentissem "em casa".

Agora, as crianças estão responsáveis por tratar da "casinha" e dos próprios caracóis — limpam, observam e adicionam comida. Esta experiência tem sido uma forma divertida e prática de descobrir mais sobre a natureza, ao mesmo tempo que desenvolvemos responsabilidade, cuidado e respeito pelos seres vivos.

Uma pequena descoberta que se transformou numa grande aprendizagem