

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

Acreditamos 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.



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.

EVENTO

dezembro 2025

Atividades na Quinta do Pisão
atividadesnatureza@cascaisambiente.pt



AEC - Atividades de Enriquecimento Curricular

TRI-CRI-BRINCA

Transforma-Cria-Brinca



No âmbito do projeto Tri Cri Brinca, as crianças participaram numa atividade ao ar livre para recolher bolotas, dando asas à criatividade e à imaginação. Munidas de sacos e muita curiosidade, percorreram os espaços verdes da escola e arredores, observando atentamente a natureza à sua volta.

O objetivo da atividade era recolher materiais naturais que seriam utilizados em futuros trabalhos artísticos, promovendo a ligação com o ambiente, o desenvolvimento da motricidade fina e a valorização do brincar criativo com elementos da natureza.



Após a recolha, as crianças utilizaram as bolotas e as sementes voadoras para construir um moinho, dando uma nova vida aos materiais naturais e transformando-os numa criação coletiva.



AEC - Atividades de Enriquecimento Curricular

Durante o processo, exploraram conceitos de movimento, equilíbrio e construção, experimentando diferentes formas de fazer o moinho rodar com o vento.

Os pequenos exploradores mostraram grande entusiasmo, colaborando entre si e descobrindo diferentes formas, tamanhos e cores de bolotas, enquanto aprendiam sobre árvores, sementes e ciclos da natureza. A atividade reforça a filosofia do Tri Cri Brinca, que combina brincar, aprender e criar, sempre em contacto com o mundo natural.

A equipa educativa destaca que momentos como este incentivam a curiosidade científica, a consciência ambiental e a imaginação das crianças, preparando-as para transformar materiais simples da natureza em peças únicas e projetos surpreendentes.



Sabias que:

Portugal é um país de moinhos!

Durante séculos, os moinhos de vento e os moinhos de água foram fundamentais para moer cereais e produzir farinha.

Ainda hoje existem em Portugal centenas de moinhos tradicionais, muitos foram recuperados e podem ser visitados.



AEC - Atividades de Enriquecimento Curricular

TRI-CRI-BRINCA

Transforma-Cria-Brinca



Este mês também brincamos com arte!
Conhecemos a técnica do pouring, também chamada pintura fluida.

Uma forma de arte moderna onde deixamos a tinta "correr" livremente sobre a tela, criando padrões únicos, orgânicos e imprevisíveis.

É uma técnica muito usada na pintura contemporânea porque combina ciência, criatividade e surpresa.

Neste trabalho também demos uso à mesa giratória que construímos no início do ano letivo. Assim a tinta fluiu ao máximo e a pintura ficou ainda mais divertida.

O resultado foram dois quadros abstratos inspirados nas galáxias.

Foi uma experiência divertida, sensorial e surpreendente. Pudemos experimentar, observar, manipular, errar, acertar.

No fim, ficamos orgulhosos das nossas criações.



AEC - Atividades de Enriquecimento Curricular



Sabias que...

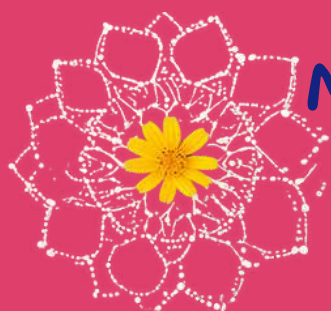
A técnica do pouring ganhou força no século XX, inspirada no Expressionismo Abstrato americano. Artistas como Jackson Pollock exploravam o movimento, a fluidez e a espontaneidade da tinta, e foi com o aparecimento das tintas acrílicas que esta técnica se tornou popular em todo o mundo.

AEC - Atividades de Enriquecimento Curricular

OFICINAS

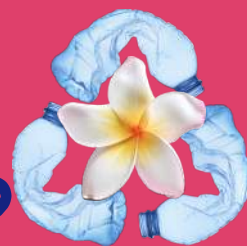
Lembram-se da cabana que construímos o mês passado com o tronco principal de uma árvore que caiu?

A nova cabana tornou-se rapidamente o centro das atenções. Inspiradas pelo tema da natureza e pela importância da sustentabilidade, as crianças têm desenvolvido atividades artísticas para a decorar



MANDALAS EM LÃ

FLORES COM PLÁSTICO RECICLADO



Entre as criações destacam-se flores feitas a partir de plásticos reciclados e mandalas de lã, produzidas com paciência, cor e muita imaginação.



Decoração sustentável com materiais reciclados



AEC - Atividades de Enriquecimento Curricular



Estas atividades estão a envolver todas as crianças, promovendo competências como o trabalho em equipa, a motricidade fina, a experimentação artística e a consciência ambiental. Mais do que um simples espaço de brincar, a cabana tornou-se um projeto comunitário, onde as crianças participam ativamente na construção de um recreio mais bonito, criativo e sustentável.

A inauguração informal da cabana está prevista para breve, e promete ser um momento especial para toda a comunidade escolar.



OFICINAS

OFICINAS



MASSA NUVEM

Nesta oficina as crianças criaram massa de modelar caseira utilizando apenas Maizena, condicionador de cabelo e corante vegetal.

A experiência, simples mas cheia de encanto, começou com a mistura de duas chávenas de Maizena, uma chávena de condicionador e algumas gotas de corante vegetal, sem adição de água. À medida que os ingredientes se combinavam, surgia uma massa suave e perfumada, perfeita para moldar figuras, animais ou formas abstratas.

Além de divertida, a atividade permitiu às crianças explorar conceitos científicos como textura, mistura de materiais, viscosidade e transformação da matéria. Também estimulou a criatividade e a motricidade fina, proporcionando um momento sensorial muito apreciado por todos.

A oficina terminou com muitas mãos coloridas, sorrisos e dezenas de pequenas esculturas criadas pelas crianças — prova de que a ciência pode ser simples, acessível e, acima de tudo, divertida.



AEC - Atividades de Enriquecimento Curricular

OFICINAS



RELAXAMENTO E BEM ESTAR

Relax



Esta oficina tornou-se uma das atividades mais aguardadas da semana — e são as próprias crianças que a querem ver repetida. O sucesso tem sido tão grande que a equipa decidiu continuar a dinamizar estes momentos de calma e bem-estar sempre que possível.

Entre exercícios de respiração, alongamentos, pequenas massagens e técnicas de consciência corporal, as crianças encontram um espaço seguro para abrandar, recentrar e gerir melhor as emoções do dia a dia.

Mas há um momento que se destaca como o favorito absoluto: colocar os pés na água a borbulhar. A sensação da massagem da água, o som das bolhas e o ambiente tranquilo transformam este instante num verdadeiro ritual de relaxamento para o grupo.

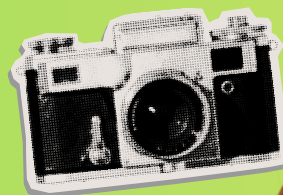
A oficina tem trazido benefícios visíveis: maior capacidade de concentração, mais tranquilidade na convivência e a aquisição de estratégias que as crianças começam a aplicar de forma autónoma quando se sentem cansadas ou frustradas.

Por tudo isto, e porque o pedido vem diretamente das crianças, a oficina continuará a fazer parte da rotina — um compromisso com o bem-estar emocional e o desenvolvimento saudável de todos.

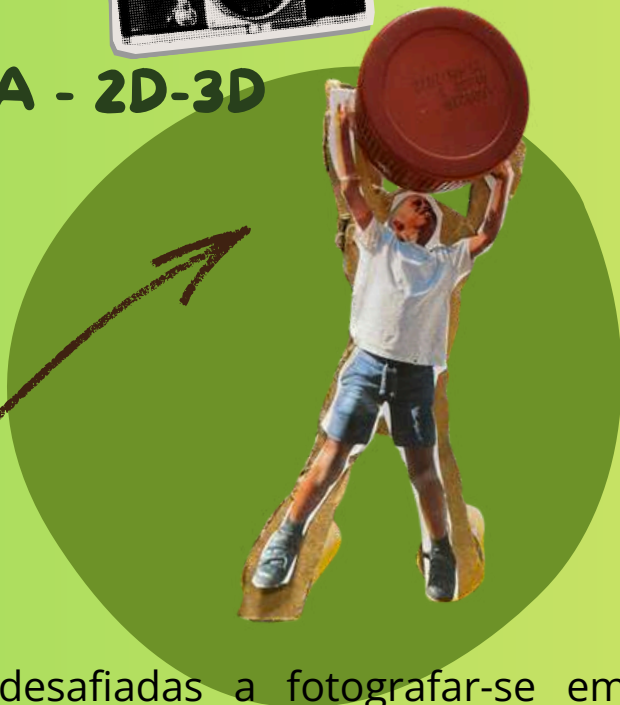


AEC - Atividades de Enriquecimento Curricular

OFICINAS



IMAGENS QUE GANHAM VIDA - 2D-3D



Durante esta oficina, as crianças foram desafiadas a fotografar-se em diferentes poses e situações. Depois de impressas, as fotos foram transformadas em pequenos cenários: cada criança colou objetos tridimensionais nas imagens, criando a ilusão de que estavam a segurar objetos reais, a subir estruturas ou a interagir com elementos que "saltam" da fotografia.

A atividade uniu imaginação, expressão corporal e experimentação artística, permitindo às crianças perceber as diferenças entre 2D e 3D de forma divertida e muito visual. O resultado final foram imagens surpreendentes, cheias de humor e criatividade.



AEC - Atividades de Enriquecimento Curricular



OFICINAS

CONSTRUÇÃO DE UMA CIDADE IMAGINADA

Está a nascer uma nova cidade — mas não uma cidade qualquer. As crianças começaram a construir uma “Cidade Imaginada”, feita com peças recicladas, materiais reaproveitados e elementos que se foram perdendo de vários jogos ao longo do tempo. Cada grupo escolheu o que queria criar: casas, pontes, estradas, parques, praças e tudo aquilo que imaginaram que uma cidade precisa de ter.

Este é um projeto que vai durar algumas semanas e que já está a gerar muita curiosidade e entusiasmo. Entre colagens, encaixes e invenções improváveis, a cidade cresce todos os dias e transforma-se com as ideias das crianças.

Quando estiver pronta, a “Cidade Imaginada” vai sair da mesa de trabalho e ganhar vida na rua, onde as crianças irão brincar com ela, explorar os seus caminhos e continuar a inventar histórias. Um projeto cheio de imaginação, sustentabilidade e muita vontade de criar em conjunto.



AEC - Atividades de Enriquecimento Curricular

OFICINAS

DA ESTUFA À HORTA: PEQUENAS PLANTAS A CRESCER COM AS CRIANÇAS



A nossa pequena estufa tem estado mais viva do que nunca. Depois de semearmos dezenas de sementes, as crianças acompanharam de perto o seu crescimento e ficaram encantadas ao ver as primeiras folhas a aparecer.

Entretanto, as plantas cresceram tanto que chegou o momento de dar o passo seguinte: foram cuidadosamente transferidas para pequenos vasos, onde terão mais espaço para continuar a desenvolver-se. As crianças participaram em todo o processo — da retirada da terra ao preenchimento dos novos vasos — aprendendo a cuidar, observar e ter paciência.

Quando estiverem mais fortes, as plantas seguirão para a nossa horta, onde vão ganhar raízes definitivas e transformar-se em legumes, flores ou ervas aromáticas.

Um ciclo simples, mas cheio de encanto, que tem aproximado as crianças da natureza e do cuidado diário com a vida.

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 amigos.

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.



BRINCADEIRAS orientadas

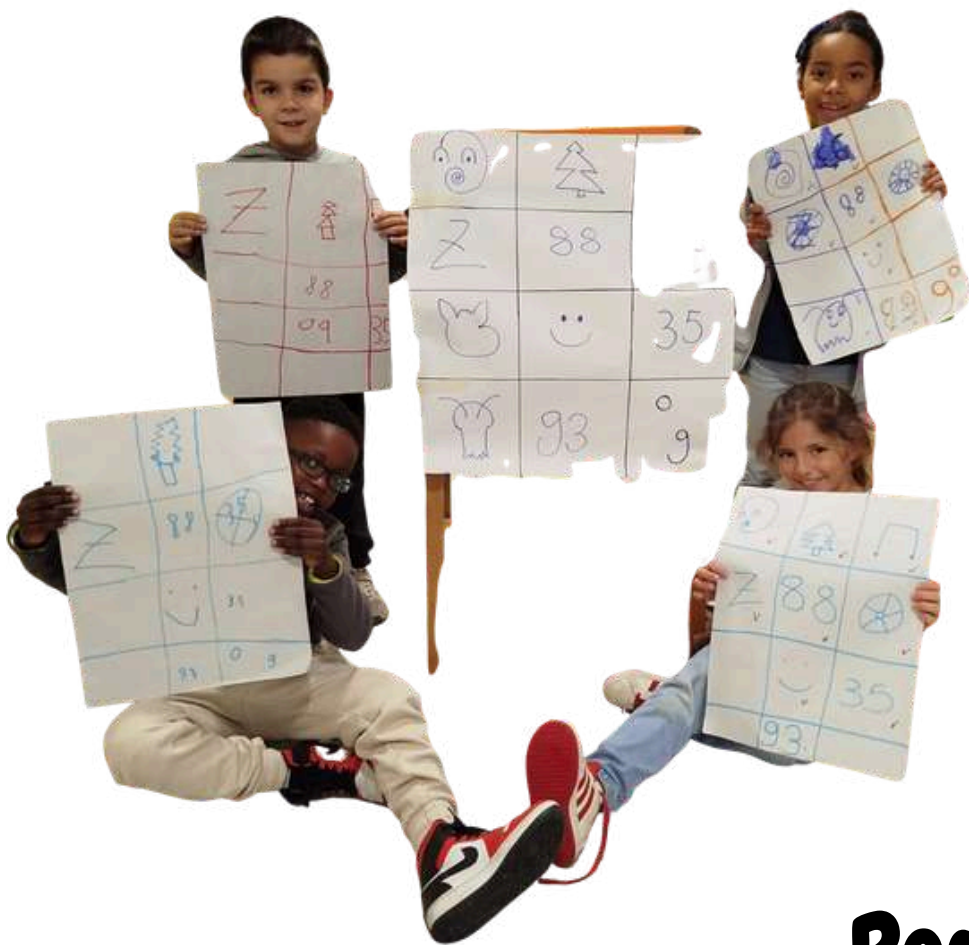
Sentir a terra nos pés



Desenhar de olhos fechados



Jogo da memória



Roda o copo



O balão que gruda



RECEITA

Materiais:

Balões pequenos e resistentes
Farinha de trigo ou amido de milho
Água e detergente (opcional, para a "mágica" de não grudar na mão)

Instruções:

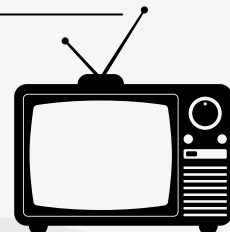
1. Encha os balões: Coloque uma pequena quantidade de farinha dentro do balão (pode usar um funil para ajudar). Encha o balão com ar, mas não muito, para que fique macio e maleável.
2. Retire o ar extra e dê um nó seguro.
3. Prepare a superfície (opcional): Para uma brincadeira extra, mergulhe as bolinhas numa mistura de água e detergente. Isso faz com que elas grudem nas superfícies, mas não nas mãos.
4. Grudar: As bolinhas vão grudar umas nas outras e em superfícies lisas, como vidros ou azulejos. Quanto mais tempo as deixar secar, melhor elas grudam entre si



BRINCADEIRA livre



CAF- Componente de Apoio à Família



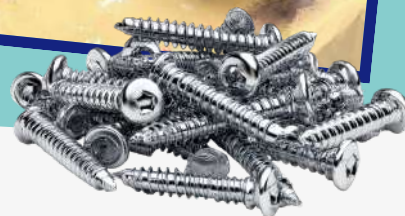
Nas últimas semanas, no espaço criar e construir do CAF, estivemos envolvidos num pequeno projeto.

Construir um expositor artístico para destacar, todos os meses, um livro ou jogo especial.

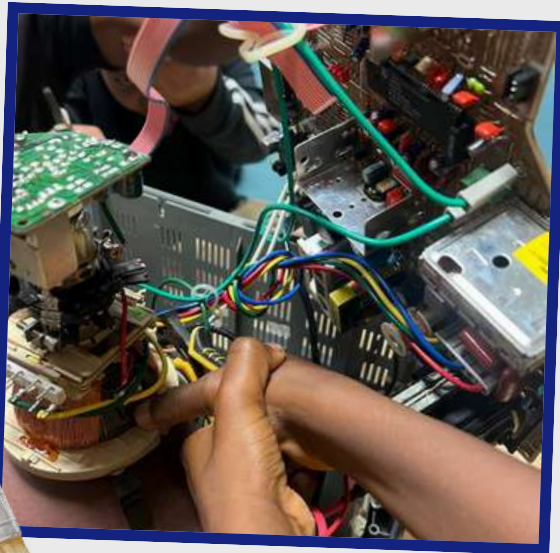
Começámos por dar uma nova vida a materiais que iriam para o lixo. Usámos um banco de madeira antigo e uma televisão velha, que desmontámos por completo. Esta etapa foi especialmente divertida. As crianças puderam desapertar parafusos, observar peças, fazer perguntas, explorar e descobrir como era o “interior” das televisões de antigamente.

Depois, puxamos da nossa criatividade e expressão artística. Pintámos tanto o banco como a estrutura da TV com cores vivas, linhas soltas e padrões abstratos, criando um expositor cheio de personalidade. No interior da TV colocámos luzes LED, e construímos uma seta em madeira onde escrevemos “destaque”.

O resultado é uma peça única colorida, luminosa e útil para o nosso espaço. Qualquer semelhança com enfeites de Natal é mera coincidência!



CAF- Componente de Apoio à Família



CAF- Componente de Apoio à Família



O nosso novo expositor artístico, onde destacámos o livro do mês, já foi visitado pelo primeiro leitor oficial!

Uma das crianças não resistiu à curiosidade e decidiu levar o livro para descobrir a história até ao fim.

Este pequeno grande momento encheu a equipa de alegria — é sempre especial ver quando um livro chama, prende e acompanha uma criança. Continuamos a destacar um novo livro todos os meses, esperando que mais leitores se deixem surpreender, página a página.



O dia a dia na CAAF



Preparativos de Natal já estão em marcha

Nas últimas semanas, começámos a criar as primeiras peças para o Natal, que serão vendidas na festa da escola. Entre colagens, recortes, pincéis e muita imaginação, as crianças e a equipa têm trabalhado lado a lado para dar vida a pequenas decorações. Para já, a mesa das oficinas está cheia de ideias, cores e materiais — e o entusiasmo cresce a cada nova peça concluída. Quando chegar o dia da festa, tudo estará pronto para ser partilhado com a comunidade, numa celebração onde o espírito de colaboração e alegria estará bem presente.



MOMENTOS QUE CONTAM!



Nesta secção reunimos instantes simples e verdadeiros que fazem parte do nosso dia a dia: gestos de cuidado, boa disposição, cumplicidade, brincadeiras espontâneas e frases daquelas que só as crianças sabem dizer. São pequenos momentos que revelam a forma como nos relacionamos, trabalhamos em equipa e vivemos a escola com leveza e carinho – e que, quando partilhados, contam muito sobre quem somos.

**JUNTOS SOMOS
MAIS FORTES**



**O LINO NÃO
LARGA O SKATE E
A JOANA A
BICICLETA**



*enjoy
every
moment.*



MOMENTOS QUE CONTAM!



O gang do arco iris

Frase do mês:

O projeto Tri-Cri-Brinca é muito humano

