

Brincar, Ser e Crescer

Nº 3- 2025-2026 | dezembro 2025 e janeiro 2026



O destaque que as crianças esperam

Todos os meses, na CAF, um jogo ou um livro ganha lugar de destaque. A escolha é feita pelos adultos, a partir do que vamos observando nas crianças — os seus interesses, desafios e curiosidades. As crianças sabem que esse momento chega e esperam-no com entusiasmo.

O destaque é apresentado numa televisão antiga, desmontada e vazia por dentro, pintada pelas próprias crianças e colocada sobre um banco igualmente transformado por elas. Aquilo que antes servia para ver, passou a servir para mostrar e partilhar.

Este pequeno ritual valoriza o brincar, a leitura e a curiosidade, criando expectativa e sentido de pertença. São gestos simples, mas cheios de intenção, que ajudam a construir uma CAF viva, atenta e feita com as crianças.

O tempo de escuta no final das atividades como espaço de aprendizagem, expressão e participação das crianças



Sentar em roda para ouvir quem somos

O tempo de escuta não serve apenas para encerrar uma atividade. Serve para dar sentido ao que foi vivido, ajudando as crianças a reconhecer emoções, a organizar ideias e a compreender o outro. É também um tempo essencial para os educadores, que nos permite conhecer melhor cada criança, ajustar práticas e fortalecer relações.

Seja numa atividade artística, num jogo, numa construção ou numa brincadeira, este momento final é sempre tempo de aprendizagem — emocional, social e humana. É aqui que se constrói confiança, sentido de pertença e respeito.

A escola precisa destes momentos. Precisa de tempo para parar, ouvir e olhar com atenção. Colocar todos em roda é mais do que uma organização do espaço: é uma escolha pedagógica e humana. É afirmar que todos contam, que todas as vozes importam e que aprender também é sentir, partilhar e refletir juntos. É assim que construímos uma escola mais próxima, mais consciente e mais humana — para as crianças, para as famílias e para toda a comunidade.

No final de cada atividade, quando os materiais já estão arrumados e o espaço começa a acalmar, há um momento que escolhemos não apressar nem dispensar: sentar em roda.

É neste círculo que a atividade continua. As crianças partilham o que sentiram, o que gostaram, o que foi mais difícil, o que aprenderam e o que fariam de outra forma. Falam das emoções, dos desafios e das conquistas, usando as palavras, os gestos e os silêncios que melhor representam o que viveram. Sabem que aquele é um espaço onde a sua voz tem tempo e valor.

Estes momentos lembram-nos que a criança não é apenas alguém que executa atividades pensadas por adultos. É um ser com voz, pensamento próprio e capacidade de refletir sobre a sua experiência. Uma criança com agência, que interpreta o mundo, constrói significados e participa ativamente no seu percurso. Escutar as crianças é reconhecer essa competência.

AEC – Atividades de Enriquecimento Curricular

TRI-CRI-BRINCA

Transforma-Cria-Brinca



No âmbito do projeto Tri Cri Brinca, durante o período de Natal, as crianças construíram um presépio no pátio da escola, num processo coletivo e participado. Fomos buscar paletes para servir de base, recolhemos musgo e outros elementos naturais e pensámos em conjunto a composição da aldeia, as personagens do Natal e os diferentes espaços. Ao presépio juntaram-se casinhas em madeira feitas pelas próprias crianças, elementos da natureza e luzes, dando vida a um espaço construído com tempo, cuidado e imaginação. O pátio transformou-se num lugar de encontro, observação e partilha.

Depois do Dia de Reis, e como manda a tradição, o presépio foi desmanchado.

A pedido das crianças, a base foi mantida e está agora a ser pensada e construída por elas como uma cidade aberta ao brincar. Entre decisões, construções e reorganizações, o espaço vai ganhando nova forma, permitindo brincar com casinhas, carrinhos e outros materiais.

Este processo mostra como um mesmo espaço pode ganhar novos significados a partir das ideias das crianças, valorizando a continuidade do brincar, a reutilização de materiais e a escuta ativa das suas propostas.



Do Presépio
à Cidade



AEC – Atividades de Enriquecimento Curricular

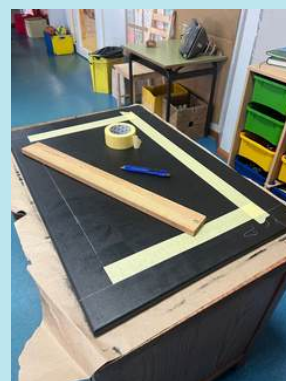
TRI-CRI-BRINCA

Transforma-Cria-Brinca

No Tricribrinca, desenvolvemos uma atividade artística. A proposta foi recriar uma obra de arte que encontrámos nas redes sociais. Com esta atividade, percebemos que a internet e as redes sociais também podem ser usadas de forma positiva, como fontes de inspiração, criatividade e aprendizagem.

Partimos de uma tela que tinha sido encontrada no lixo e decidimos dar-lhe uma nova vida. Voltámos a pintá-la e reutilizámo-la como base para criar uma nova obra de arte. Como elemento principal, utilizámos pinhas, um material natural que tinha sobrado das decorações de Natal.

Cada pinha foi pintada com diferentes tonalidades de roxo, mantendo a mesma paleta de cores, e aplicada na tela. No final, criámos uma obra tridimensional, com relevo, textura e volume. Ao longo do processo, as crianças exploraram cores, formas, materiais naturais, reutilização de recursos e expressão artística.



AEC – Atividades de Enriquecimento Curricular



Ficámos super contentes com a linda obra de arte que criámos.



AEC – Atividades de Enriquecimento Curricular



OFICINAS



Mensagem SECRETA

Neste mês, as crianças participaram numa atividade de escrita de mensagens secretas, usando sumo de limão como tinta invisível. Com cotonetes e pincéis, escreveram palavras, frases e desenhos em papel branco, que à primeira vista parecia vazio.

A surpresa aconteceu depois: ao aquecer o papel, as mensagens tornaram-se visíveis, revelando aquilo que estava escondido. Esta experiência despertou grande curiosidade e entusiasmo, levando as crianças a levantar hipóteses, fazer perguntas e querer repetir o processo.

A atividade permitiu explorar a escrita de forma lúdica, estimular a curiosidade científica e trabalhar a atenção e a paciência. Entre segredo e descoberta, as crianças perceberam que aprender também pode ser um jogo cheio de mistério.



TOP SECRET



AEC – Atividades de Enriquecimento Curricular

A horta inspira a criação



Neste mês, realizámos uma oficina de land art com as crianças, a partir da exploração da horta da escola. O ponto de partida foi simples: observar, recolher e escolher materiais naturais disponíveis no espaço — folhas, paus, pedras, terra, flores e sementes.

Com estes elementos, as crianças criaram composições artísticas no chão, experimentando formas, padrões e combinações livres. Cada peça foi construída coletivamente, respeitando as ideias do grupo e o próprio ritmo do processo.

Mais do que o resultado final, esta oficina valorizou a observação da natureza, a criatividade, o trabalho em equipa e a relação com o espaço exterior. A land art permitiu às crianças criar sem acrescentar, usando apenas o que a natureza oferece e devolvendo tudo ao seu lugar no final.

Foi um momento de criação, escuta e ligação à natureza, onde a horta se transformou num verdadeiro espaço de expressão artística e de aprendizagem ao ar livre.



OFICINAS

PAUS DE CHUVA

PAUS DE CHUVA



O mau tempo transformou-se em inspiração. Os dias de chuva deram origem à criação de paus de chuva, um instrumento musical simples e cheio de encanto. E a verdade é que, quanto mais chove, mais pedidos temos recebido.

Com materiais muito simples — tubos de cartão, papel colorido e arroz — as crianças construíram os seus próprios instrumentos, explorando sons, ritmos e texturas. Cada pau de chuva ficou diferente, tanto no som como no aspeto, refletindo a criatividade de quem o construiu.

De uma forma ou de outra, hoje muitos vão adormecer ao som da chuva... feita por eles. Um exemplo de como, mesmo nos dias cinzentos, a imaginação das crianças continua a brilhar.



AEC - Atividades de Enriquecimento Curricular



OFICINAS



A CASA DA ÁRVORE

Na escola nasceu um novo espaço especial: a Casa d'Árvore. Um lugar onde muitas ideias florescem, a criatividade ganha forma e inúmeras histórias começam a ser contadas. Aquilo que para muitos poderia ser visto como lixo transformou-se, com força, persistência e dedicação, em algo significativo. Aproveitámos parte de uma árvore da escola que teve de ser cortada por apresentar risco e demos-lhe uma nova vida. Hoje, podemos dizer que não temos uma casa na árvore, mas sim uma casa feita com ela.

Este espaço seguro tornou-se rapidamente um local muito procurado pelas crianças, que gostam de ali estar, brincar, conversar e imaginar. Com o tempo, a Casa d'Árvore tem vindo a ganhar mais cor e vida. Recentemente, as crianças criaram flores a partir de diversos materiais reciclados para enfeitar os ramos, acrescentando ainda mais beleza e identidade ao espaço. Cada flor traz a marca de quem a fez, tornando este lugar verdadeiramente coletivo e vivo.

A Casa d'Árvore é hoje um exemplo de como reutilizar, cuidar e criar em conjunto pode transformar a escola num espaço ainda mais acolhedor e cheio de significado.





Always play. Duas palavras simples, mas cheias de significado. Mais do que um convite ao jogo, são um lembrete: brincar é essencial, em qualquer idade.

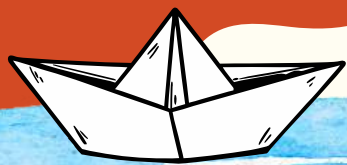
Na escola, brincar não é apenas um intervalo entre aprendizagens formais. Continuamos a garantir momentos de

Brincadeira Orientada e de **Brincadeira Livre**, reconhecendo que ambas têm um papel fundamental no desenvolvimento das crianças. Na brincadeira orientada, surgem desafios, propostas e descobertas acompanhadas por adultos. Na brincadeira livre, as crianças escolhem, inventam, negociam regras e dão forma às suas próprias ideias.

É através do brincar que as crianças experimentam, criam, erram, tentam de novo e se relacionam com os outros. O jogo não precisa de vencedores para ter valor. Importa o processo, a descoberta, a imaginação e a partilha. Always play é também um convite aos adultos para não perderem a atitude lúdica, a curiosidade e a disponibilidade para experimentar. Porque quando damos espaço ao brincar — livre e orientado — estamos a dar espaço ao crescimento, à relação e à aprendizagem.

Na nossa escola, acreditamos que brincar é coisa séria. Por isso, always play — sempre!





BRINCADEIRAS orientadas

Barquinhos



Limonada do nosso limoeiro



Receita da limonada

Ingredientes:

- Limões (do nosso limoeiro)
- Água
- Açúcar ou mel (a gosto)

Preparação:

1. Lavar bem os limões.
2. Cortá-los ao meio e espremer o sumo.
3. Juntar água ao sumo de limão, ajustando a quantidade ao gosto.
4. Adoçar com um pouco de açúcar ou mel.
5. Mexer bem... e provar!



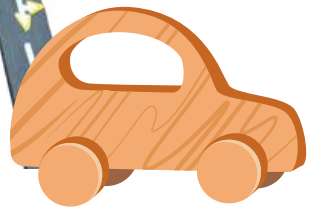
Na escola temos um limoeiro que faz parte do nosso dia a dia. Aproveitando os seus frutos, fomos colher limões e preparar uma bela limonada, pensada para ajudar a combater gripes e constipações.

Entre colheita, espremer e provar, as crianças participaram em todo o processo, aprendendo de onde vêm os alimentos e como pequenos gestos podem cuidar de nós. A limonada soube ainda melhor por ter sido feita em conjunto, com ingredientes da nossa própria escola.

Um momento simples, cheio de sabor, partilha e cuidado — daqueles que aquecem mesmo nos dias mais frios.



Pistas e carrinhos

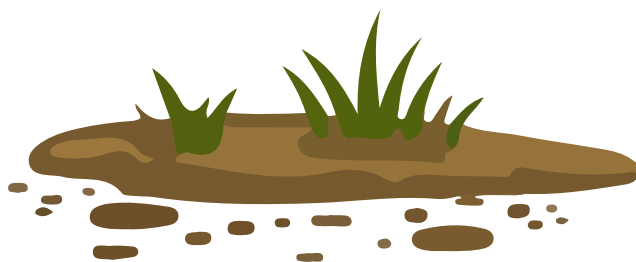


Equilíbrio

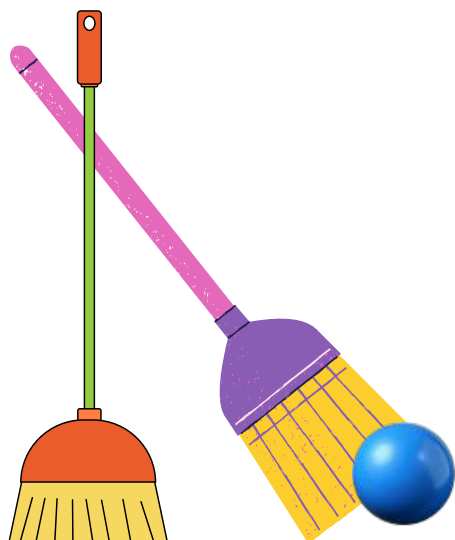




Terra e lama!



**Jogo do
“varre bola”**





BRINCADEIRA livre





BRINCADEIRA
livre



Friends



CAF- Componente de Apoio à Família

Nas últimas semanas, na CAF, estivemos envolvidos num pequeno projeto de melhoria de espaços da escola, com a participação ativa das crianças. Desta vez, o foco foi uma parede da entrada que estava bastante danificada — e que quisemos transformar num ponto mais cuidado e bonito para todos.

Começámos por forrar a parede com pedaços de papel castanho. Rasgámos as folhas e fomos colando, bocadinho a bocadinho, com cola branca, até criar uma camada protetora, resistente e uniforme. Foi um trabalho feito com tempo, paciência e muitas mãos, onde o processo foi tão importante como o resultado.

Depois, com a ajuda do pai do Miguel Bemposta, que nos ofereceu caixas de madeira de garrafas de vinho, criámos pequenas “prateleiras” na parede. Estas caixas foram fixadas e passaram a servir de suporte para expor trabalhos das crianças, dando ao espaço uma nova utilidade e identidade.

O resultado é uma entrada mais acolhedora e cuidada — construída em conjunto, com criatividade e sentido de pertença. Quando as crianças participam na transformação da escola, a escola deixa de ser apenas um lugar onde se está: passa a ser um lugar que também lhes pertence.



O dia a dia na CAF



Teatro improvisado

Um teatro criado pelas crianças

Na CAF da manhã, neste mês, as crianças decidiram criar um pequeno teatro. A ideia surgiu de forma espontânea e foi crescendo aos poucos: organizaram papéis, escolheram personagens, juntaram músicos e iniciaram os ensaios.

Com os materiais disponíveis, prepararam o necessário para a apresentação e, depois de alguns momentos de experimentação e repetição, apresentaram o espetáculo aos colegas. Houve música, encenação e muita colaboração entre todos.

Este momento mostrou como, quando há espaço para a iniciativa das crianças, surgem projetos cheios de criatividade e sentido. O teatro nasceu do brincar, da vontade de criar em conjunto e da confiança para partilhar com os outros aquilo que imaginaram.



AMIZADES QUE FICAM

A escola é muito mais do que um lugar de aprendizagens académicas. É também o espaço onde nascem amizades, onde se constroem laços e onde muitas crianças encontram, pela primeira vez, alguém que caminha ao seu lado de forma verdadeira.

Na escola também se aprende a fazer amigos: a partilhar, a esperar, a cuidar do outro, a resolver conflitos e a celebrar juntos. As amizades constroem-se nos recreios, nas brincadeiras, nos trabalhos em grupo, nas conversas pequenas e nos gestos simples do dia a dia. Às vezes começam com um jogo, outras com um pedido de ajuda ou um sorriso tímido.

Para muitas crianças, os amigos da escola tornam-se amigos para a vida. São essas relações que ficam na memória, que atravessam os anos e que ajudam a construir quem somos. Ter um amigo é sentir que se pertence, que se é aceite, que se é visto. É saber que não se está sozinho.

Estas relações são fundamentais para o bem-estar emocional das crianças. A amizade dá segurança, fortalece a autoestima e ajuda a enfrentar desafios. Ensina empatia, respeito e cooperação — aprendizagens que não vêm nos manuais, mas que são essenciais para a vida.

Enquanto adultos, cabe-nos criar tempo e espaço para que estas relações aconteçam. Valorizar o brincar, o estar juntos, o conversar e o resolver conflitos com escuta e cuidado. Porque quando uma criança cria laços verdadeiros na escola, cria também raízes.

A escola é um lugar de saber, mas é também um lugar de encontros. E muitas vezes, aquilo que as crianças levam para sempre não é apenas o que aprenderam, mas quem encontraram pelo caminho.



O dia a dia na CSEF



Tempo para estar

Há momentos simples na escola que fazem toda a diferença. Quando um adulto se disponibiliza verdadeiramente para estar com uma criança — sem pressa, sem interrupções, apenas presente — algo especial acontece.

Em alguns dias, o Marcos tem jogado xadrez com as crianças. Sentam-se, pensam as jogadas, esperam, conversam e jogam. O jogo torna-se um pretexto para o encontro, para a atenção partilhada e para o tempo de qualidade.

Estes momentos mostram a importância da relação e da presença do adulto. Jogar xadrez é aprender regras, estratégia e concentração, mas é também sentir-se acompanhado, valorizado e escutado. São instantes assim, discretos mas profundos, que constroem confiança e deixam marcas positivas no quotidiano das crianças.



O dia a dia na CAF



Um quadro coletivo

No dia a dia da CAF, as crianças desenham muito. Pedem folhas, criam personagens, escrevem, rabiscam e dão asas à imaginação. Com isso, fomos acumulando uma quantidade enorme de desenhos ao longo dos meses. Alguns eles levam para casa, outros deixam na escola, e às vezes há algum desperdício de papel. Muitas vezes temos de os lembrar de que não precisamos de uma nova folha só por causa de um pequeno risco.

Para dar um novo significado a esses desenhos e reforçar a ideia de reutilização, decidimos criar um quadro coletivo. Pegámos em partes de vários desenhos feitos pelas crianças desde o início do ano e compusemos uma grande obra de arte conjunta. Cada recorte trouxe um pedaço da imaginação de cada um, transformando o que poderia ser descartado em algo belo e coletivo.

Assim, mostrámos às crianças que cada linha tem valor e que, juntos, podemos dar nova vida ao que parecia já não servir. E a parede da nossa escola ganhou mais um pedaço de arte, feito pelas mãos de todos.





FÉRIAS DE NATAL



Durante a pausa letiva do Natal, juntámos crianças de diferentes projetos e escolas: a Escola Padre Andrade, a Escola de Trajouce e o projeto PEE na Frei Gonçalo de Azevedo. Entre as crianças, temos também meninos e meninas com necessidades educativas especiais, que participam connosco em todas as atividades. Fazemos questão de que cada criança seja plenamente incluída, ajustando o ritmo e as propostas de forma a garantir que todos possam participar, aprender e brincar em conjunto.

Durante cinco dias úteis, criámos assim um grande grupo heterogéneo, com idades entre os 3 e os 12 anos, aprendendo uns com os outros e mostrando que a diversidade é uma riqueza.

Nesses dias, vivemos uma rotina especial. As diferentes idades e necessidades ajudaram a criar um ambiente de apoio mútuo: os mais novos aprenderam com os mais velhos, os mais velhos desenvolveram mais tolerância e cuidado, e todos ganharam com a convivência inclusiva e respeitosa.

Quando a árvore de Natal é feita por amigos ela dura todo o ano.



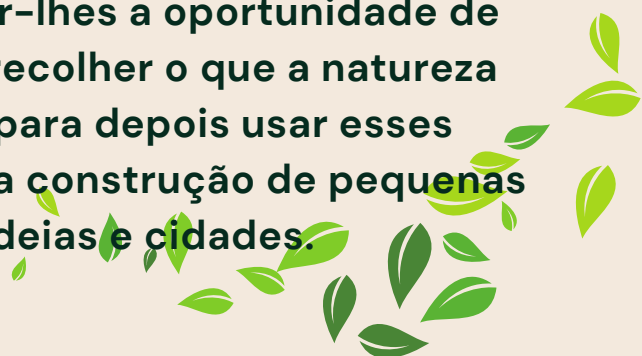


CAF- Componente de Apoio à Família

RECOLHA NO PARQUE



Num dos dias, saímos com as crianças para o jardim perto da escola, onde recolhemos materiais naturais como paus, pedras e folhas. A ideia era simples: dar-lhes a oportunidade de explorar e recolher o que a natureza oferece, para depois usar esses elementos na construção de pequenas aldeias e cidades.





CAF- Componente de Apoio à Família

ALDEIAS NATALÍCIAS

Aos materiais que recolhemos na natureza juntámos uns pedaços de madeira que recolhemos de carpintarias locais – pedaços que seriam deitados fora, mas que para as crianças se transformaram em matéria-prima para a imaginação. Dividimos o material em grupos e convidámos as crianças a criar as suas mini aldeias e mini cidades. Depois, essas criações foram pintadas com tintas acrílicas, dando-lhes ainda mais cor e personalidade.

Algumas crianças quiseram levar as suas obras para casa, enquanto outras deixaram-nas na escola. A ideia agora é usar essas pequenas construções para criar uma cidade no espaço exterior, onde todos possam brincar e dar vida a um novo cenário feito por eles mesmos.





CAF- Componente de Apoio à Família

“BOLOTÓ”

A Lenda do Bolotó

Os mais velhos dizem que, no final de cada ano, quando a Terra completa uma volta ao Sol,

as árvores descansam e o tempo abranda. Nesse momento nascem pequenos guardiões feitos de bolota. Chamam-se Bolotós.

Os Bolotós não falam, mas escutam.

Esse é o seu maior poder.

Vivem nos nossos bolsos, nas mochilas, nas secretárias...

Guardam os nossos desejos, os nossos planos e sonhos para o ano novo.

E também podem ouvir os nossos segredos, receios e alegrias.

A criatividade fluiu nesta atividade que realizámos.

Construímos “bolotós” usando vários tipos de materiais.

No final os nossos “bolotós” ficaram incríveis!

Aqui temos vários Bolotós, o Bolotó surfista, o Bolotó engenheiro informático, o Bolotó skater, Bolotó stranger things, o baby Bolotó, Bolotó robot...





CAF- Componente de Apoio à Família

BOLACHAS DE NATAL

Durante as férias de Natal, uma das atividades mais aguardadas foi a confeção de bolachas de manteiga. As crianças participaram em todo o processo: misturar os ingredientes, amassar, moldar e preparar as bolachas para ir ao forno.

Depois veio a melhor parte: provar. Entre risos e comentários, as bolachas desapareceram rapidamente, confirmando que cozinhar em conjunto sabe sempre melhor.

Esta atividade permitiu trabalhar a partilha, a autonomia e o prazer de fazer com as próprias mãos – e mostrou que, às vezes, as aprendizagens mais saborosas acontecem à volta de uma mesa.





CAF- Componente de Apoio à Família

FUTEBOL 3X3

Durante as férias de Natal, realizámos um mini-torneio de futebol 3x3, aberto a todas as crianças que quiseram participar. As inscrições foram feitas pelos próprios e, antes dos jogos, houve um momento para ouvir e compreender as regras do torneio. Mais do que ganhar, o foco esteve no fair-play, no respeito pelos colegas e no prazer de jogar em equipa.

Entre jogos, golos e aplausos, o ambiente foi de entusiasmo e diversão.

Este momento mostrou que o desporto é também um espaço de aprendizagem, onde se desenvolvem valores como a cooperação, o respeito e o espírito de grupo – sempre com alegria.

Equipes	Jornada 1	Jornada 2	Jornada 3	Jornada 4	Jornada 5	Jornada 6
Equipe 1	3 vs 0	2 vs 1	1 vs 0	0 vs 1	1 vs 0	0 vs 0
Equipe 2	0 vs 3	1 vs 2	0 vs 1	1 vs 0	0 vs 1	0 vs 0
Equipe 3	0 vs 0	0 vs 0	0 vs 0	0 vs 0	0 vs 0	0 vs 0
Equipe 4	0 vs 0	0 vs 0	0 vs 0	0 vs 0	0 vs 0	0 vs 0
Equipe 5	0 vs 0	0 vs 0	0 vs 0	0 vs 0	0 vs 0	0 vs 0
Equipe 6	0 vs 0	0 vs 0	0 vs 0	0 vs 0	0 vs 0	0 vs 0





CAF- Componente de Apoio à Família

CONSTRUÇÃO DE AVIONETE

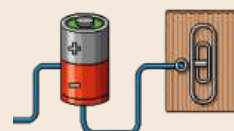


Iniciámos a construção de uma avioneta feita com canas, num projeto pensado e desenvolvido com as crianças. Antes de começar a construir, houve tempo para planificar: desenharam ideias, conversaram sobre formas e funções e reuniram os materiais necessários.

Com a ajuda do Zé Carlos, deram então início à construção da estrutura. Pouco a pouco, a avioneta começou a ganhar forma. Seguiu-se o desafio de criar a cadeira do piloto e de pensar na parte técnica: a colocação de um motor, as pilhas e a forma como a energia faria rodar o motor e, consequentemente, a hélice.

Este processo permitiu às crianças experimentar, fazer perguntas, testar hipóteses e compreender, de forma prática, como diferentes elementos se ligam e funcionam em conjunto. Mais do que construir um objeto, este projeto foi uma oportunidade para aprender fazendo, em equipa e com tempo.

A avioneta é, desde o primeiro momento, um exemplo de criatividade, colaboração e aprendizagem partilhada.



MOMENTOS QUE CONTAM!



A equipa de técnicos foi convidada a estar presente na sede da Misericórdia de Cascais para dinamizar um workshop de Natal. Levámos connosco os materiais naturais que usamos habitualmente com as crianças e a vontade de partilhar formas simples de criar e brincar.

Durante uma tarde inteira, ajudámos os participantes a construir pequenas aldeias recorrendo a desperdícios de madeira e a criar moinhos com bolotas e folhas, conhecidas como “sementes voadoras”. O processo foi o mesmo que vivemos tantas vezes com as crianças: observar, experimentar, errar, ajustar e criar em conjunto.

Desta vez, a oficina foi pensada para adultos — mas o entusiasmo, a curiosidade e o envolvimento foram exatamente os mesmos. Este momento mostrou que o brincar, a criação e o contacto com materiais simples e naturais não têm idade, e que todos beneficiamos de tempo para parar, criar e experimentar com as mãos.

