

Notas:

- As atividades programadas estão sujeitas a alterações sem aviso prévio.
- Os alunos devem levar, diariamente para as atividades, o seu estojo com material escolar (lápis de carvão, afia, borracha, lápis e canetas de cor, lápis de cera, marcadores, tesoura, cola e pincel).
- Nos dias de “Jogos de Pavilhão”, os alunos devem levar o seu *Kit* de Educação Física.
- Na atividade “Sobre rodas” os alunos podem levar para o colégio: bicicleta, trotineta, patins ou skate com o respetivo equipamento de proteção individual.

1 de setembro de 2021



	Grupo 1 Espaço A Coberto do 1º Ciclo	Grupo 2 Espaço B Coberto do 1º Ciclo	Grupo 3 Espaço C Relvado do 1º Ciclo	Grupo 4 Espaço D Coberto do 2º Ciclo	Grupo 5 Espaço E Coberto do 2º Ciclo	Grupo 6 Espaço F Relvado do 2º Ciclo
9:30 10:45	Dinâmica de grupo Apresentação dos novos alunos Caminhada <i>Pelos espaços do colégio</i>	Momento literário “Saudades do teu abraço” de Eoin McLaughlin e Polly Dunbar Artes Bubble Art	Desporto Corrida de obstáculos	Momento literário “Poemas de mentira e de verdade” de Luísa Ducla Soares Ilustração de poemas	Momento Mindfulness Jogo da malha na floresta	Momento literário “Saudades do teu abraço” de Eoin McLaughlin e Polly Dunbar Artes Construção de marcadores
Intervalo	Espaço A	Espaço B	Espaço C	Espaço D	Espaço E	Espaço F
11:15 12:15	Artes Auto-retrato	Desporto Aula de ginástica	Momento Mindfulness Brincar na floresta	Dança Inventa coreografias	Desporto Jogos de pavilhão	Jogos de cooperação Caça ao tesouro
Almoço						
14:15 15:15	Música “Clap clap song”	Momento Mindfulness Jogos de cooperação Acerta na Pinhata	Artes Desenhos livres	Jogo dramático Mímica	Perceção visual Enigma das cores	Ciências Experiências
Intervalo	Espaço A	Espaço B	Espaço C	Espaço D	Espaço E	Espaço F
15:30 16:30	Momento Mindfulness Brincar na floresta	Expressão Dramática “Talentu’s”	Jogo de tabuleiro Bingo	Desporto Corrida de obstáculos	Jogo de coordenação “Pés e mãos”	Desporto Torneio do Mata
Intervalo	Espaço A	Espaço B	Espaço C	Espaço D	Espaço E	Espaço F



2 de setembro de 2021

	Grupo 1 Espaço A Coberto do 1º Ciclo	Grupo 2 Espaço B Coberto do 1º Ciclo	Grupo 3 Espaço C Relvado do 1º Ciclo	Grupo 4 Espaço D Coberto do 2º Ciclo	Grupo 5 Espaço E Coberto do 2º Ciclo	Grupo 6 Espaço F Relvado do 2º Ciclo
9:30 10:45	Desporto Corrida de obstáculos	Circuito saudável Música “Clap clap song”	Momento literário “Saudades do teu abraço” de Eoin McLaughlin e Polly Dunbar Artes Bubble Art	Momento literário “Saudades do teu abraço” de Eoin McLaughlin e Polly Dunbar Artes Construção de marcadores	Momento literário “Poemas de mentira e de verdade” de Luísa Ducla Soares Ilustração de poemas	Momento Mindfulness Jogo da malha na floresta
Intervalo	Espaço A	Espaço B	Espaço C	Espaço D	Espaço E	Espaço F
11:15 12:15	Momento Mindfulness Brincar na floresta	Artes Auto-retrato	Desporto Aula de ginástica	Jogos de cooperação Apanha a bola	Dança Inventa coreografias	Desporto Jogos de pavilhão
Almoço						
14:15 15:15	Sessão de cinema	Jogo de cooperação Caça ao tesouro	Momento Mindfulness Jogos de cooperação Acerta na Pinhata	Ciências Experiências	Jogo dramático Mímica	Perceção visual Enigma das cores
Intervalo	Espaço A	Espaço B	Espaço C	Espaço D	Espaço E	Espaço F
15:30 16:30	Artes Desenhos livres	Momento Mindfulness Brincar na floresta	Expressão Dramática “Talentu’s”	Desporto Torneio do Mata	Desporto Corrida de obstáculos	Jogo de coordenação “Pés e mãos”
Intervalo	Espaço A	Espaço B	Espaço C	Espaço D	Espaço E	Espaço F



3 de setembro de 2021

	Grupo 1 Espaço A Coberto do 1º Ciclo	Grupo 2 Espaço B Coberto do 1º Ciclo	Grupo 3 Espaço C Relvado do 1º Ciclo	Grupo 4 Espaço D Coberto do 2º Ciclo	Grupo 5 Espaço E Coberto do 2º Ciclo	Grupo 6 Espaço F Relvado do 2º Ciclo
9:30 10:45	Momento literário “Saudades do teu abraço” de Eoin McLaughlin e Polly Dunbar Artes Bubble Art	Desporto Corrida de obstáculos	Circuito saudável Música “Clap clap song”	Momento Mindfulness Jogo da malha na floresta	Momento literário “Saudades do teu abraço” de Eoin McLaughlin e Polly Dunbar Artes Construção de marcadores	Momento literário “Poemas de mentira e de verdade” de Luísa Ducla Soares Ilustração de poemas
Intervalo	Espaço A	Espaço B	Espaço C	Espaço D	Espaço E	Espaço F
11:15 12:15	Desporto Aula de ginástica	Momento Mindfulness Brincar na floresta	Jogo de cooperação Caça ao tesouro	Desporto Jogos de pavilhão	Jogos de cooperação Caça ao tesouro	Dança Inventa coreografias
Almoço						
14:15 15:15	Momento Mindfulness Jogos de cooperação Acerta na Pinhata	Sessão de cinema	Artes Auto-retrato	Perceção visual Enigma das cores	Ciências Experiências	Jogo dramático Mímica
Intervalo	Espaço A	Espaço B	Espaço C	Espaço D	Espaço E	Espaço F
15:30 16:30	Expressão Dramática “Talentu’s”	Artes Desenhos livres	Momento Mindfulness Brincar na floresta	Jogo de coordenação “Pés e mãos”	Desporto Torneio do Mata	Desporto Corrida de obstáculos
Intervalo	Espaço A	Espaço B	Espaço C	Espaço D	Espaço E	Espaço F



6 de setembro de 2021

	Grupo 1 Espaço A Coberto do 1º Ciclo	Grupo 2 Espaço B Coberto do 1º Ciclo	Grupo 3 Espaço C Relvado do 1º Ciclo	Grupo 4 Espaço D Coberto do 2º Ciclo	Grupo 5 Espaço E Coberto do 2º Ciclo	Grupo 6 Espaço F Relvado do 2º Ciclo
9:30 10:45	Ciências Experiências	Desporto Sobre rodas	História “Todos no sofá” de Luísa Ducla Soares Dramatização da história	Momento Mindfulness Artes Leques divertidos	Desporto Jogos de pavilhão	Artes Inspirados em Andy Warhol
Intervalo	Espaço A	Espaço B	Espaço C	Espaço D	Espaço E	Espaço F
11:15 12:15	Música Entoar canções	Artes Land Art	Artes Oficina de origamis	Desporto Jogos tradicionais	Perceção visual Diferenças & Ponto a ponto	Desporto Jogos de água
Almoço						
14:15 15:15	Artes Marcadores de livros	Jogo de mímica “O que vês?”	Sessão de cinema	Jogo de cooperação Peddy Papper	Jogo de tabuleiro Bingo	Momento Mindfulness Brincar na floresta
Intervalo	Espaço A	Espaço B	Espaço C	Espaço D	Espaço E	Espaço F
15:30 16:30	Momento Mindfulness Brincar na floresta	Desporto Sobre rodas	[Sessão de cinema] Brincadeiras livres	Desporto Hulla Hoop Lasso	Ciências Experiências	Dança Vamos de roda
Intervalo	Espaço A	Espaço B	Espaço C	Espaço D	Espaço E	Espaço F



7 de setembro de 2021

	Grupo 1 Espaço A Coberto do 1º Ciclo	Grupo 2 Espaço B Coberto do 1º Ciclo	Grupo 3 Espaço C Relvado do 1º Ciclo	Grupo 4 Espaço D Coberto do 2º Ciclo	Grupo 5 Espaço E Coberto do 2º Ciclo	Grupo 6 Espaço F Relvado do 2º Ciclo
9:30 10:45	Artes Inspirados em Andy Warhol	Ciências Experiências	Desporto Sobre rodas	Momento Literário “Fábulas Esopo” Dramatização das histórias	Momento Mindfulness Artes Leques divertidos	Desporto Jogos de pavilhão
Intervalo	Espaço A	Espaço B	Espaço C	Espaço D	Espaço E	Espaço F
11:15 12:15	Desporto Jogos de água	Música Entoar canções	Artes Land Art	Artes Oficina de origamis	Desporto Jogos tradicionais	Percepção visual Diferenças & Ponto a ponto
Almoço						
14:15 15:15	Momento Mindfulness Brincar na floresta	Artes Marcadores de livros	Jogo de mímica “O que vês?”	Sessão de cinema	Jogo de cooperação Peddy Papper	Jogo de tabuleiro Bingo
Intervalo	Espaço A	Espaço B	Espaço C	Espaço D	Espaço E	Espaço F
15:30 16:30	Dança Vamos de roda	Momento Mindfulness Brincar na floresta	Desporto Sobre rodas	[Sessão de cinema] Brincadeiras livres	Desporto Hulla Hoop Lasso	Ciências Experiências
Intervalo	Espaço A	Espaço B	Espaço C	Espaço D	Espaço E	Espaço F



8 de setembro de 2021

	Grupo 1 Espaço A Coberto do 1º Ciclo	Grupo 2 Espaço B Coberto do 1º Ciclo	Grupo 3 Espaço C Relvado do 1º Ciclo	Grupo 4 Espaço D Coberto do 2º Ciclo	Grupo 5 Espaço E Coberto do 2º Ciclo	Grupo 6 Espaço F Relvado do 2º Ciclo
9:30 10:45	Desporto Jogos de pavilhão	Artes Inspirados em Andy Warhol	Ciências Experiências	Desporto Sobre rodas	Momento Literário “Fábulas Esopo” Dramatização das histórias	Momento Mindfulness Artes Leques divertidos
Intervalo	Espaço A	Espaço B	Espaço C	Espaço D	Espaço E	Espaço F
11:15 12:15	Percepção visual Diferenças & Ponto a ponto	Desporto Jogos de água	Música Entoar canções	Artes Land Art	Artes Oficina de origamis	Desporto Jogos tradicionais
Almoço						
14:15 15:15	Ciências Experiências	Momento Mindfulness Brincar na floresta	Artes Marcadores de livros	Jogo de mímica “O que vê?”	Sessão de cinema	Jogo de cooperação Peddy Papper
Intervalo	Espaço A	Espaço B	Espaço C	Espaço D	Espaço E	Espaço F
15:30 16:30	Jogo de tabuleiro Bingo	Ciências Experiências	Caminhada Saudável	Desporto Sobre rodas	[Sessão de cinema] Brincadeiras livres	Desporto Hulla Hoop Lasso
Intervalo	Espaço A	Espaço B	Espaço C	Espaço D	Espaço E	Espaço F



9 de setembro de 2021

	Grupo 1 Espaço A Coberto do 1º Ciclo	Grupo 2 Espaço B Coberto do 1º Ciclo	Grupo 3 Espaço C Relvado do 1º Ciclo	Grupo 4 Espaço D Coberto do 2º Ciclo	Grupo 5 Espaço E Coberto do 2º Ciclo	Grupo 6 Espaço F Relvado do 2º Ciclo
9:30 10:45	Momento Mindfulness Artes Leques divertidos	Desporto Jogos de pavilhão	Artes Inspirados em Andy Warhol	Ciências Experiências	Desporto Sobre rodas	Momento Literário “Fábulas Esopo” Dramatização das histórias
Intervalo	Espaço A	Espaço B	Espaço C	Espaço D	Espaço E	Espaço F
11:15 12:15	Desporto Jogos tradicionais	Perceção visual Diferenças & Ponto a ponto	Desporto Jogos de água	Música Entoar canções	Artes Land Art	Artes Oficina de origamis
Almoço						
14:15 15:15	Jogo de cooperação “O Maestro”	Jogo de tabuleiro Bingo	Momento Mindfulness Brincar na floresta	Artes Marcadores de livros	Jogo de mímica “O que vê?”	Sessão de cinema
Intervalo	Espaço A	Espaço B	Espaço C	Espaço D	Espaço E	Espaço F
15:30 16:30	Desporto Hulla Hoop Lasso	Dança Vamos de roda	Dança Vamos de roda	Momento Mindfulness Brincar na floresta	Desporto Sobre rodas	[Sessão de cinema] Brincadeiras livres
Intervalo	Espaço A	Espaço B	Espaço C	Espaço D	Espaço E	Espaço F



10 de setembro de 2021

	Grupo 1 Espaço A Coberto do 1º Ciclo	Grupo 2 Espaço B Coberto do 1º Ciclo	Grupo 3 Espaço C Relvado do 1º Ciclo	Grupo 4 Espaço D Coberto do 2º Ciclo	Grupo 5 Espaço E Coberto do 2º Ciclo	Grupo 6 Espaço F Relvado do 2º Ciclo
9:30 10:45	História "Todos no sofá" de Luísa Ducla Soares Dramatização da história	Momento Mindfulness Desporto Jogos tradicionais	Desporto Jogos de pavilhão	Artes Inspirados em Andy Warhol	Ciências Experiências	Momento Mindfulness Desporto Sobre rodas
Intervalo	Espaço A	Espaço B	Espaço C	Espaço D	Espaço E	Espaço F
11:15 12:15	Artes Oficina de origamis	História "Todos no sofá" de Luísa Ducla Soares Dramatização da história	Perceção visual Diferenças & Ponto a ponto	Desporto Jogos de água	Música Entoar canções	Artes Land Art
Almoço						
14:15 15:15	Sessão de cinema	Artes Oficina de origamis	Jogo de tabuleiro Bingo	Momento Mindfulness Brincar na floresta	Artes Marcadores de livros	Jogo de mímica "O que vês?"
Intervalo	Espaço A	Espaço B	Espaço C	Espaço D	Espaço E	Espaço F
15:30 16:30	[Sessão de cinema] Brincadeiras livres	Desporto Hulla Hoop Lasso	Ciências Experiências	Dança Vamos de roda	Momento Mindfulness Jogo "O Maestro"	Desporto Sobre rodas
Intervalo	Espaço A	Espaço B	Espaço C	Espaço D	Espaço E	Espaço F



13 de setembro de 2021						
	Grupo 1 Espaço A Coberto do 1º Ciclo	Grupo 2 Espaço B Coberto do 1º Ciclo	Grupo 3 Espaço C Relvado do 1º Ciclo	Grupo 4 Espaço D Coberto do 2º Ciclo	Grupo 5 Espaço E Coberto do 2º Ciclo	Grupo 6 Espaço F Relvado do 2º Ciclo
9:30 10:45	Sessão de cinema	Jogo de coordenação "Pés e mãos"	Música Construir um instrumento	Momento Mindfulness Brincar na floresta	<i>Caminhada Mindfulness</i> Jogo de tabuleiro Bingo	Artes Carimbos de cartão
Intervalo	Espaço A	Espaço B	Espaço C	Espaço D	Espaço E	Espaço F
11:15 12:15	[Sessão de cinema] Brincadeiras livres	Dança Inventar coreografias	Desporto Jogos de pavilhão	Jogo dramático Mímica	Momento Mindfulness Brincar na floresta	Desporto Jogos de pavilhão
Almoço						
14:15 15:15	Artes Balão foguetão	Momento literário "A casa da Mosca Fosca" Artes "Vamos ilustrar?"	Sessão de cinema	Artes Pinturas com aquarelas	Ciências Experiências	Dança Solta as bolas
Intervalo	Espaço A	Espaço B	Espaço C	Espaço D	Espaço E	Espaço F
15:30 16:30	Dança Aula de aeróbica	Desporto Jogos de pavilhão	[Sessão de cinema] Brincadeiras livres	Desporto Jogos de pavilhão	Desporto Jogos de pavilhão	Desporto Torneio do Mata
Intervalo	Espaço A	Espaço B	Espaço C	Espaço D	Espaço E	Espaço F



14 de setembro de 2021

	Grupo 1 Espaço A Coberto do 1º Ciclo	Grupo 2 Espaço B Coberto do 1º Ciclo	Grupo 3 Espaço C Relvado do 1º Ciclo	Grupo 4 Espaço D Coberto do 2º Ciclo	Grupo 5 Espaço E Coberto do 2º Ciclo	Grupo 6 Espaço F Relvado do 2º Ciclo
9:30 10:45	Portugal dos Pequenitos Visita-oficina de cerâmica ou serigrafia	Sessão de cinema	Momento literário “A casa da Mosca Fosca” Artes “Vamos ilustrar?”	Música Construir um instrumento	Momento Mindfulness Brincar na floresta	Jogo de tabuleiro Bingo
Intervalo	Espaço A	Espaço B	Espaço C	Espaço D	Espaço E	Espaço F
11:15 12:15	Artes Carimbos de cartão	[Sessão de cinema] Brincadeiras livres	Dança Inventar coreografias	Desporto Jogos de pavilhão	Portugal dos Pequenitos Visita-oficina de cerâmica ou serigrafia	Momento Mindfulness Brincar na floresta
Almoço						
14:15 15:15	Dança Soltar as bolas	Artes Balão foguetão	Portugal dos Pequenitos Visita-oficina de cerâmica ou serigrafia	Sessão de cinema	Jogo dramático Mímica	Ciências Experiências
Intervalo	Espaço A	Espaço B	Espaço C	Espaço D	Espaço E	Espaço F
15:30 16:30	Momento Mindfulness Brincar na floresta	Dança Aula de aeróbica	Jogo de coordenação “Pés e mãos”	[Sessão de cinema] Brincadeiras livres	Artes Pinturas com aquarelas	Desporto Jogos de pavilhão
Intervalo	Espaço A	Espaço B	Espaço C	Espaço D	Espaço E	Espaço F



15 de setembro de 2021

	Grupo 1 Espaço A Coberto do 1º Ciclo	Grupo 2 Espaço B Coberto do 1º Ciclo	Grupo 3 Espaço C Relvado do 1º Ciclo	Grupo 4 Espaço D Coberto do 2º Ciclo	Grupo 5 Espaço E Coberto do 2º Ciclo	Grupo 6 Espaço F Relvado do 2º Ciclo
9:30 10:45	<i>Caminhada Saudável</i> Jogo de tabuleiro Bingo	Desporto Jogos de pavilhão	Sessão de cinema	Momento literário “A casa da Mosca Fosca” Artes “Vamos ilustrar?”	Jogo dramático “O que vês’	Momento Mindfulness Brincar na floresta
Intervalo	Espaço A	Espaço B	Espaço C	Espaço D	Espaço E	Espaço F
11:15 12:15	Momento Mindfulness Brincar na floresta	Artes Carimbos de cartão	[Sessão de cinema] Brincadeiras livres	Dança Inventar coreografias	Desporto Jogos de pavilhão	Artes Pinturas com aguarelas
Almoço						
14:15 15:15	Ciências Experiências	Dança Solta as bolas	Artes Balão foguetão	Momento Mindfulness Brincar na floresta	Sessão de cinema	Jogo dramático Mímica
Intervalo	Espaço A	Espaço B	Espaço C	Espaço D	Espaço E	Espaço F
15:30 16:30	Desporto Jogos de pavilhão	Ciências Experiências	Dança Aula de aeróbica	Jogo de coordenação “Pés e mãos”	[Sessão de cinema] Brincadeiras livres	Desporto Ginástica
Intervalo	Espaço A	Espaço B	Espaço C	Espaço D	Espaço E	Espaço F



16 de setembro de 2021

		Grupo 2 Espaço B Coberto do 1º Ciclo	Grupo 3 Espaço C Relvado do 1º Ciclo	Grupo 4 Espaço D Coberto do 2º Ciclo	Grupo 5 Espaço E Coberto do 2º Ciclo	Grupo 6 Espaço F Relvado do 2º Ciclo
9:30 10:45		Portugal dos Pequenitos Visita-oficina de cerâmica ou serigrafia	<i>Caminhada Saudável</i> Artes Carimbos de cartão	Sessão de cinema	Momento literário “A casa da Mosca Fosca” Artes “Vamos ilustrar?”	Desporto Jogos de pavilhão
Intervalo		Espaço B	Espaço C	Espaço D	Espaço E	Espaço F
11:15 12:15		Jogo de tabuleiro Bingo	Desporto Jogos de pavilhão	[Sessão de cinema] Brincadeiras livres	Dança Inventar coreografias	Portugal dos Pequenitos Visita-oficina de cerâmica ou serigrafia
Almoço						
14:15 15:15		Ciências Experiências	Dança Solta as bolas	Portugal dos Pequenitos Visita-oficina de cerâmica ou serigrafia	Momento Mindfulness Brincar na floresta	Sessão de cinema
Intervalo		Espaço B	Espaço C	Espaço D	Espaço E	Espaço F
15:30 16:30		Momento Mindfulness Brincar na floresta	Ciências Experiências	Dança Aula de aeróbica	Jogo de coordenação “Pés e mãos”	[Sessão de cinema] Brincadeiras livres
Intervalo		Espaço B	Espaço C	Espaço D	Espaço E	Espaço F