

Cafícias

NOTÍCIAS DAS AAAF/CAF

ANO LETIVO 2020/2021 | 1.ª EDIÇÃO

Regressámos com a primeira edição deste ano letivo!

É, sem dúvida, um ano diferente, mas juntos iremos ultrapassar as adversidades, para que o bem-estar das nossas crianças esteja sempre em primeiro lugar.

Nesta primeira edição deixamos algumas das atividades que as crianças da AAAF/CAF mais gostaram e muitas surpresas. Esperamos que gostem tanto de ver, como eles gostaram de fazer!



Abertura do ano letivo 2020 /2021:

Damos início a um novo ano letivo, uma nova etapa, cheia de desafios e com uma nova realidade. O atual estado de pandemia, veio exigir que nos adaptássemos a um novo contexto escolar e familiar, criando barreiras e distanciamentos sociais. Nem sempre é fácil encarar esta nova fase que, esperamos, seja tão breve quanto possível, mas juntos estamos, e continuaremos, a trabalhar para que a segurança e o bem-estar das nossas crianças prevaleçam.

Aprender, socializar, brincar são verbos que não foram substituídos, mas que são diariamente adaptados e trabalhados pela nossa equipa.

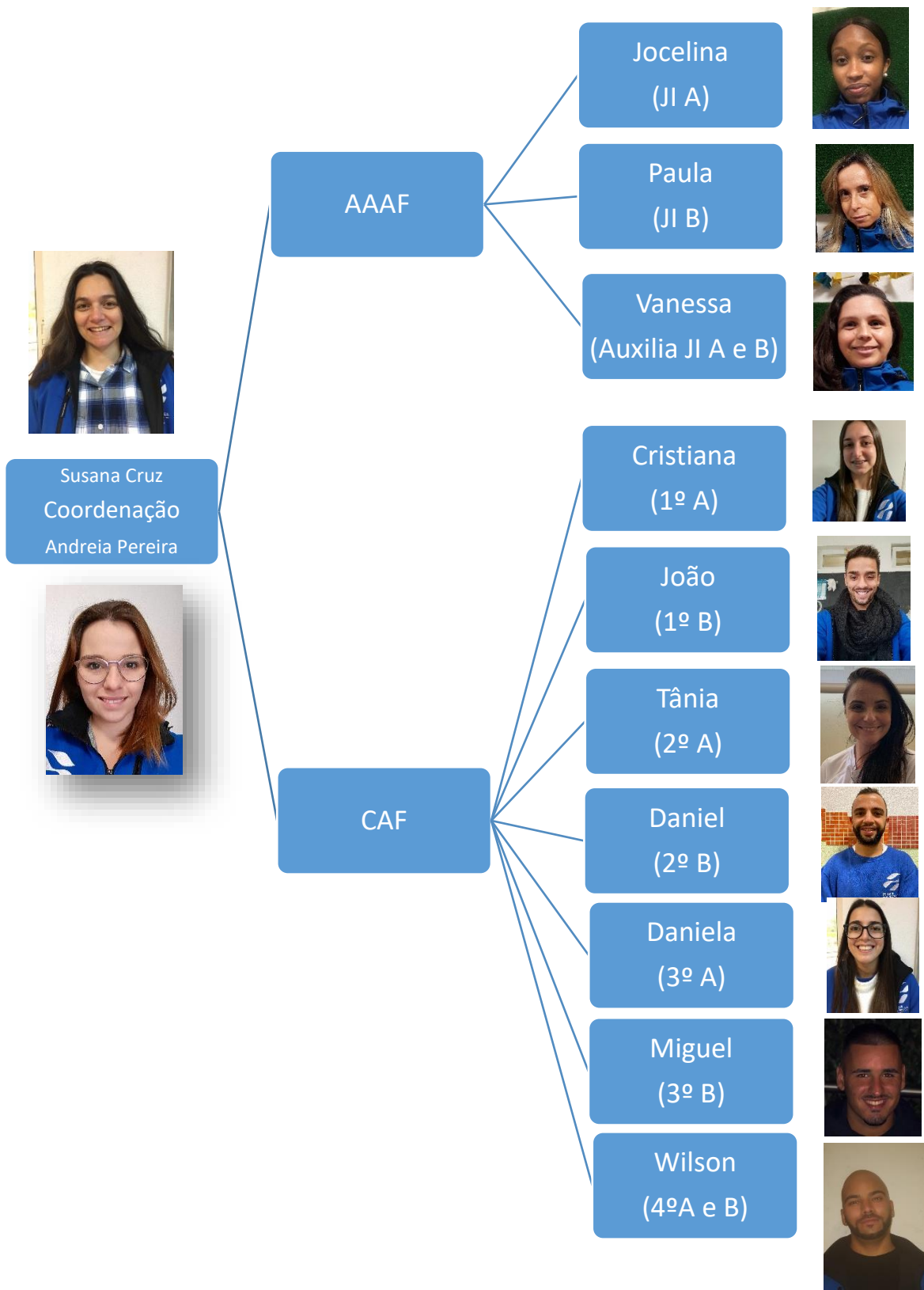
Um bom ano a todos.

A Coordenação da AAAF/CAF





Apresentação da equipa



Atividades Jardim-de-infância – Sala A e B

O outono chegou, e os nossos meninos do jardim-de-infância fizeram um trabalho de pintura e colagem com folhas secas para assinalar a chegada da nova estação do ano.



Poema do Outono:

Quando chega o outono
Caiem castanhas no chão.
Umas vão dentro do bolso
Outras levo-as na mão.
Eu gosto de apanhar folhas
Ouvir o vento soprar
Correr pela estrada fora
Como se fosse a voar.





















O Magusto

(São Martinho)



A LENDA



O céu estava cheio de  .  ia montado no seu  . Quando viu grandes  . Começou a  muito e o  pôs-se a correr.  viu um  cheio de frio e mandou o  parar. Com a  rasgou a  ao meio e ofereceu metade ao  .  foi tão simpático que o  rompeu por entre as  e pôs-se a brilhar! Em homenagem a  , todos os anos comemos  assadas. E sempre que vemos o  brilhar lembramo-nos desta história!



A expressão dramática e a sua importância nas crianças:

A expressão dramática é importante porque contribui para desenvolvimento global, da criança a nível cognitivo, afetivo, sensorial, motor e até mesmo estético. Permite também explorar outras expressões como a plástica, a corporal, a musical e a motricidade.

Ao utilizar a expressão dramática desenvolve-se um conjunto de competências sociais e de personalidade, através da utilização do "faz de conta", de fantoches, de representações, de sombras chinesas, diversos tipos de roupa e vários adereços.

A expressão dramática é importante porque, acima de tudo, incentiva à amizade, companheirismo, o respeito pelo próximo, a igualdade, o desenvolvimento cognitivo e emocional.



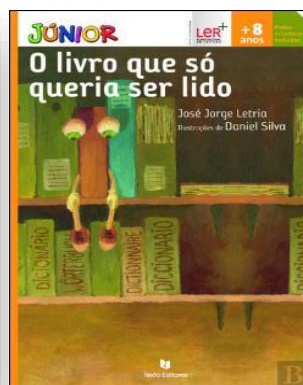


A expressão dramática decorre todas as quartas-feiras, entre as 15h15 e as 16h30.

Jogos de equipa e contos são alguns dos meios utilizados para a realização da aula de expressão dramática com os meninos do Jardim de Infância.



Sugestões de leitura em família jardim-de-infância:



As crianças da AAF, interiorizando o espírito natalício, começaram a preparar a árvore de Natal e umas surpresas para levarem para casa.





Programa Heróis da Fruta

Uma vez mais aceitamos o desafio do programa Heróis da Fruta. Este programa tem 3 grandes objetivos:

1. "Motivar as crianças a ingerirem «super alimentos» (frutas e legumes) na quantidade diária recomendada (5 porções por dia);
2. Encorajar as crianças a reduzir o consumo de «super mascarados» (alimentos com excesso de açúcar, sal e gordura);
3. Sensibilizar pais e encarregados de educação para a importância da nutrição na saúde das crianças.



O desafio deste ano letivo consiste em escolhermos um "Super Desafio" dos cinco possíveis, escolhemos o desafio **Comer uma fruta ao lanche e este ser 100% saudável**, este desafio consistia durante 5 semanas, ou seja, 25 dias, as crianças pintarem todos os dias uma estrela se tivessem trazido um lanche com fruta e este ser 100% saudável. O desafio foi feito durante o mês de novembro. Podemos dizer que as nossas crianças da AAF **SUPERARAM** o desafio.



SUPER DESAFIO 25 DIAS
ESCOLHER APENAS UM DOS DESAFIOS A CUMPRIR DURANTE 25 DIAS

Comer fruta ao lanche
Comer fruta ao lanche e este ser 100% saudável
Comer fruta ao lanche e este ser 100% saudável e ecológico
Comer fruta ao lanche e este ser 100% saudável e saudável
Comer fruta ao lanche e este ser 100% saudável e saudável e saudável

PENTAR ESTRELAS SÓ NOS DIAS QUE CUMPRIR O DESAFIO ESCOLHIDO

DATA INICIAL	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
SEMANA 1	★	★	★	★	★
SEMANA 2	★	★	★	★	★
SEMANA 3	★	★	★	★	★
SEMANA 4	★	★	★	★	★
SEMANA 5	★	★	★	★	★

Como recompensa receberam uma mascarilha para decorarem ao seu gosto e um diploma.

HERÓIS DA FRUTA DESAFIO CUMPRIDO!

Certificamos que _____, da Sala/Turma _____ do Estabelecimento _____ completou com **inesgotável empenho** no ano letivo _____ o super desafio durante 25 dias de **comer fruta ao lanche e este ser 100% saudável**. Agora tem pela frente a ambiciosa missão de continuar a cumprir este desafio não apenas na escola, mas também em casa.

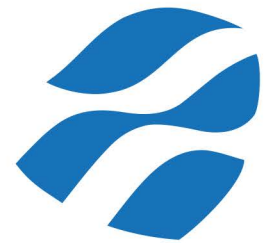
NUNCA DEIXES DE ALIMENTAR OS TEUS SUPERPODERES!

Um abraço YAGB
1 x 1 = 2 TAC
Um beijinho Suete



O Halloween é uma das festas que o 1º ciclo mais gosta e este ano os monitores criaram, com a ajuda das crianças uma sala "assustadora" com jogos e atividades para passarem um dia bem divertido.





Programa Missão Continente

Continuamos a nossa participação no Programa Escola da Missão Continente, este “Programa Escola Missão Continente visa apoiar as escolas de 1.º Ciclo de Ensino Básico na **sensibilização para uma alimentação saudável, estilos de vida saudável e um consumo consciente**, abordando temas como as escolhas alimentares mais adequadas no dia-a-dia ou de que forma os mais novos podem adotar comportamentos mais sustentáveis.”

O 1.º Desafio teve como tema o conceito do Prado ao Prato que consistiu em selecionarem e pesquisarem um alimento ou prato regional para contar a sua história. Mas o resultado final só veremos em dezembro, até lá deixamos algumas imagens do que as turmas têm feito.



Dia Mundial da Alimentação

A celebração deste dia, a 16 de outubro, tem como principal objetivo consciencializar para a importância da nutrição e alimentação. Este dia foi criado pela FAO (*Food and Agriculture Organization of the United Nations*). Todos os anos há um tema à volta deste dia, este ano o tema foi *Crescer, Nutrir, Sustentar Juntos*.



Dia Mundial do cinema

No dia 5 de novembro celebramos o dia da sétima arte - o Cinema, as nossas crianças foram ao auditório ver o filme *Coco* e *Para Além da Lua*.



Dia Universal dos Direitos da Crianças

O Dia Universal dos Direitos da Criança é celebrado, anualmente, a 20 de novembro, desde 1954, com o intuito de promover a consciencialização mundial e a solidariedade internacional em torno dos direitos da criança.



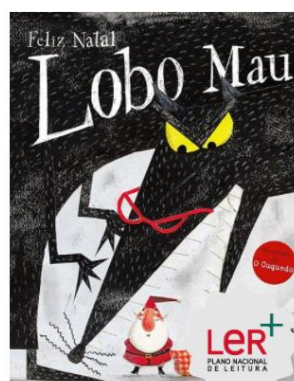
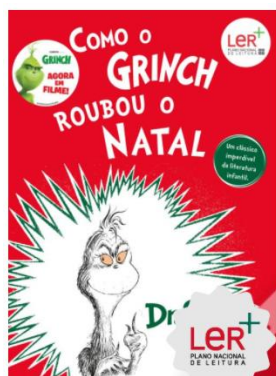


Preparativos para o Natal

Nesta quadra natalícia deixamos algumas das árvores que as crianças na AAAF/CAF construíram, bem como alguns dos presentes que fizeram.



Sugestões de leitura em família 1.º Ciclo:





Momento mini repórter

No nosso *Cafícias* vamos ter o momento mini repórter, onde convidamos os nossos meninos a pensarem em alguém da comunidade escolar de quem gostariam de saber um pouco mais. Nesta edição as crianças do 2.º e 3.º anos escolheram a assistente operacional Helena, uma cara bem conhecida das manhãs da nossa escola. Esperemos que gostem tal como eles gostaram deste momento.

Como é que se chama?

- O meu nome é Maria Helena Ramos.

Há quanto tempo é que está nesta escola?

- Estou nesta escola há 20 anos.

Como é que tem paciência para nos aturar?

- Por vezes é difícil, mas com boa disposição e um bom ambiente torna-se numa missão divertida e agradável.

Como é que consegue cuidar de tantos meninos quando está no portão?

- Ao princípio era difícil ter olhos e atenção a toda a hora, mas com o tempo e a experiência percebi onde estar mais atenta e a que aspetos ter em conta.

Gosta do que faz?

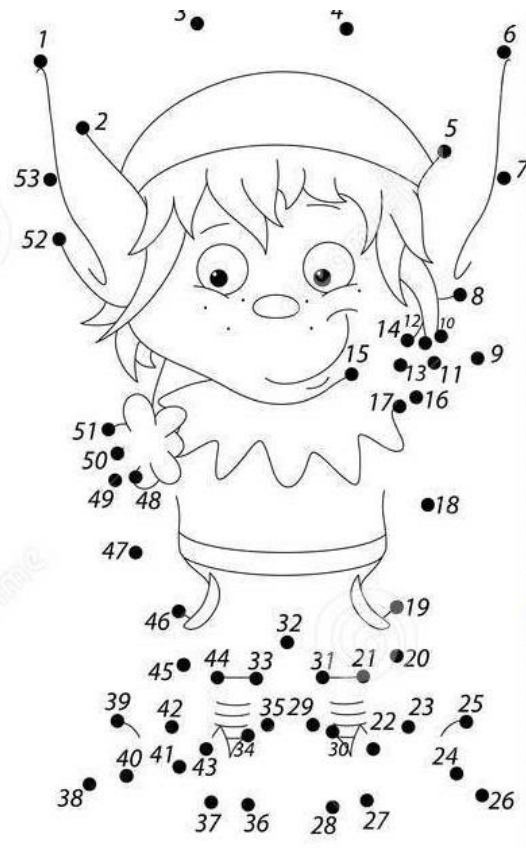
- Gosto muito do que faço. Trabalho com crianças desde muito nova e é um prazer ver o sorriso e ouvir o bom dia das crianças todos os dias.



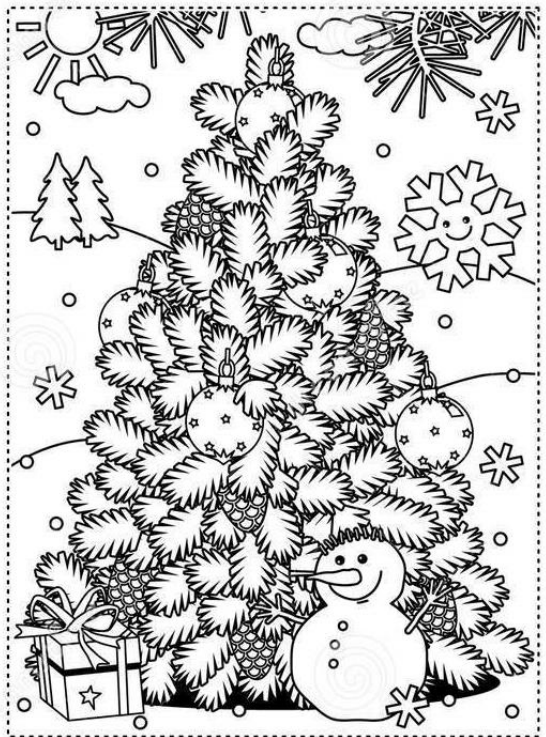
Agora passamos ao momento dos passatempos, esperamos que se divirtam!



Para colorires:



Descobre as 10 diferenças e pinta





Vamos ver quem consegue resolver os seguintes enigmas!

Desafio de Natal

$$\text{Gift} + \text{Gift} + \text{Gift} = 12$$

$$\text{Tree} + \text{Gift} + \text{Tree} = 28$$

$$\text{Gift} + \text{Tree} - \text{Santa} = 9$$

$$\text{Santa} + \text{Tree} \div \text{Gift} = ?$$

$$\text{Candy} + \text{Candy} = 9$$

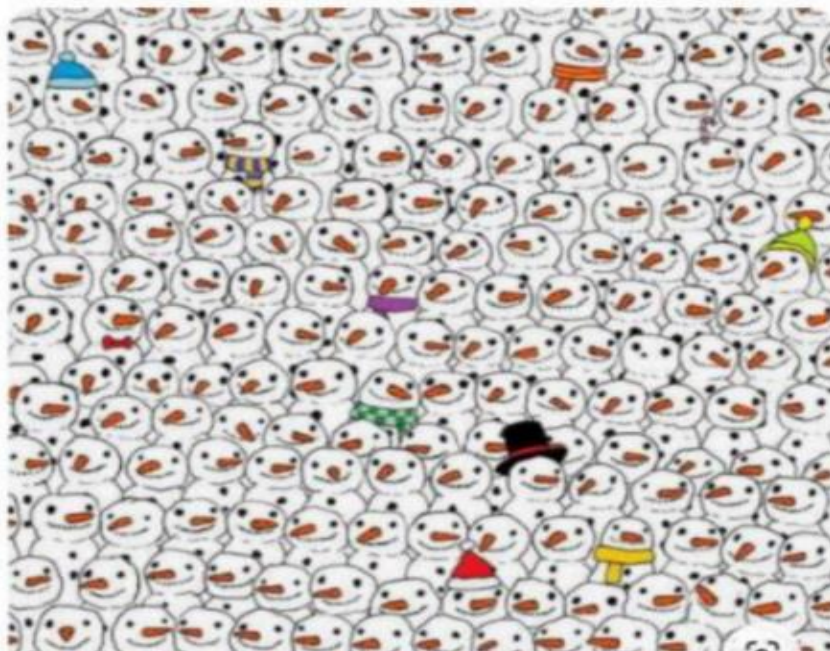
$$\text{Santa} + \text{Snowman} = 15$$

$$\text{Reindeer} + \text{Snowman} - \text{Santa} = 5$$

$$\text{Snowman} + \text{Santa} - \text{Candy} = 8$$

$$\text{Reindeer} + \text{Reindeer} \times \text{Snowman} - \text{Santa} = ??$$

Onde anda o Panda?



Contos e Lendas

Conta a lenda que, vindos do Oriente, três Reis Magos, Melchior, Gaspar e Baltazar, seguiram a Estrela de Belém, que os levou até ao menino Jesus. Os Magos, ao saber que se tratava do nascimento de um rei, tinham perguntado ao Rei Herodes sobre Ele. O Rei Herodes, que de nada sabia, pediu aos Reis Magos que assim que O encontrassem, o informassem sobre o local do nascimento, de modo a poder também ele visitá-Lo. É claro que a intenção de Herodes era ver-se livre desse novo Rei, pois considerava-O uma ameaça.

Os três Reis Magos, ao encontrarem o Menino Jesus, celebraram com júbilo o Seu nascimento oferecendo-Lhe Ouro, Incenso e Mirra, e venerando-O como Rei dos Judeus.

Os Reis Magos não voltaram a estar com o Rei Herodes, após serem alertados em sonhos, da intenção deste em matar Jesus.

Fonte: <http://natal.com.pt/lendas-reis-magos>





Momento Mini Chef em família

Bolachas de manteiga saudáveis



Ingredientes:

- 200 gramas de flocos de aveia;
- 120 gramas de manteiga;
- 60 gramas de açúcar de coco.

Modo de preparação:

Comece por colocar os flocos num triturador para reduzir a farinha. Depois, junte a manteiga e misture. Adicione o açúcar de coco e misture novamente. Agora, faça bolinhas com as mãos e achate ligeiramente (também pode experimentar usar o rolo e cortar a massa no formato desejado).

De seguida, coloque as bolachas num tabuleiro forrado com papel vegetal e leve ao forno durante cerca de dez minutos. Deixe arrefecer antes de comer.

Fonte: <https://www.nit.pt/fit/alimentacao-saudavel/bolachas-de-manteiga-saudaveis-3-ingredientes>

Ficha técnica

Jornal realizado no âmbito da AAAF/CAF

Título: **Cafícias**

Estabelecimento de ensino: **Escola Básica Integrada Vasco da Gama.**

Jornalistas/Colaboradores: **Equipa AAAF/CAF, crianças que frequentam a AAAF/CAF.**

Endereço: **Rua Ilha dos Amores, Parque das Nações, 1990-112 Lisboa**

Telefone: **218 930 300**

E-mail: **educacao@jf-parquedasnacoes.pt**

N.º médio de páginas: **20 páginas**

Periodicidade: **Trimestral**

Nível de escolaridade: **AAAF – Jardim-de- infância, CAF 1.º ciclo do ensino básico .**

Formato: **A4**

