

## NESTA EDIÇÃO



---

**DAC - “Valorizar e cuidar do nosso corpo”**  
envolveu a comunidade  
na aprendizagem dos alunos

---



---

**Assinalar o Dia de S. Valentim**  
é partilhar carinho e afeto

---



---

**“#Liberdade” para sermos autênticos**  
e (bem) informados sobre saúde sexual

---



---

**Sensibilizar os mais novos**  
para o uso seguro da internet

---

# A SEMEAR CIÊNCIA

Departamento do 1.º ciclo

No âmbito do Projeto “Semear Ciência”, os alunos do 1.º ciclo realizam, com regularidade, atividades experimentais. Estas são planificadas para que, com base na partilha dos seus conhecimentos prévios, os alunos descubram, durante o desenvolvimento da atividade, a resposta a questões-problema, através da observação, recolha, registo e interpretação dos resultados.

Deste modo, as atividades são desenhadas e orientadas tendo em conta o currículo e o ano de escolaridade, para que os alunos possam compreender, de forma sustentada, fenómenos do dia a dia.

Os docentes envolvidos na ação reconhecem-lhe particularidades que promovem a melhoria das aprendizagens e o desenvolvimento de algumas das áreas de competências do PASEO, tais como o raciocínio, a resolução de problemas e o pensamento crítico.

Verificamos, com agrado, que os alunos participam com empenho em todas as atividades experimentais, revelando curiosidade e responsabilidade em manusear objetos e materiais específicos do laboratório.

E assim se faz Ciência ...



**1A**



**1/2D**



**2.ºA**



**3.ºA**



**3/4D**



**4.ºA**



**1/4B**

---

## VALORIZAR E CUIDAR DO NOSSO CORPO

### PROJETO INTERDISCIPLINAR

*Lurdes Roque, docente do 3/4D*

Os alunos do 3/4D gostam de realizar projetos interdisciplinares, porque perceberam que, assim, se envolvem mais nas tarefas e cada um dá o melhor de si. Gostam, igualmente, de ver todos os professores a trabalhar a mesma temática, das saídas de campo e da presença de encarregados de educação e de elementos da comunidade na sala de aula.

Foi assim que enriquecemos este projeto. As docentes de Inglês e de AEC - Expressão Musical, os Bombeiros de Santa Marinha do Zêzere, a Junta de Freguesia de Gestaçô e a mãe de uma aluna foram imprescindíveis para a melhoria e a consolidação das aprendizagens sobre o corpo humano.

### Textos elaborados pelos alunos do 3/4D sobre as atividades realizadas

A propósito deste projeto, exploramos vários textos do nosso manual de Estudo do Meio sobre queimaduras, hemorragias, distensões, fraturas e hematomas. Falamos também sobre estilos de vida saudável e da valorização do corpo humano.

Foi muito divertido trabalhar estas temáticas, pois a professora propôs-nos atividades muito interessantes. Por exemplo, vimos vídeos, fizemos *quizzis* e debates, visitamos os Bombeiros de SMZ, e resolvemos duas tarefas dos cadernos PRESSE sobre higiene corporal e o corpo humano como algo único e especial.

Este projeto fez-nos perceber que é muito importante protegermos e valorizarmos o nosso corpo.



### Saída de campo ao quartel dos Bombeiros Voluntários SMZ

No quartel, o senhor comandante explicou-nos o processo de atendimento das chamadas ao 112 e a forma como são encaminhadas para cada quartel de bombeiros. Alertou-nos para a importância de sabermos a nossa morada com precisão, pois, em caso de acidente, o socorro chega mais rápido e é mais eficaz.

De seguida, mostrou-nos as diversas ambulâncias e as funções a que se destinam. Pudemos entrar numa e ver os vários equipamentos e aprender a sua finalidade. O plano duro despertou especialmente a nossa curiosidade. O senhor comandante exemplificou o seu funcionamento e todos juntos pegamos nele. Trata-se de um sistema de recuperação, transporte e imobilização de um paciente com suspeita de lesões vertebrais.

---

Posteriormente, descemos ao salão e aí assistimos a uma demonstração de Técnicas de Suporte Básico de Vida (SBV). Estivemos muito atentos às explicações e às manobras realizadas. Logo de seguida, cada um de nós pôde replicá-las no modelo existente. Aprendemos que é muito importante e uma questão de cidadania conhecê-las, uma vez que alguns segundos podem fazer a diferença entre a vida e a morte.

Para além das aprendizagens que fizemos, esta saída de campo fez-nos perceber a importância da missão dos bombeiros no auxílio e socorro às vítimas de acidentes.



### Atividade Experimental

Com este projeto realizamos duas atividades experimentais: “Será que os ossos se mantêm sempre resistentes?” e “Como serão os pulmões de um fumador?”.

Na primeira, verificamos que os ossos não se mantêm sempre resistentes e que substâncias ácidas, como o vinagre, provocam o desgaste dos ossos, enfraquecendo-os.

Constatamos, depois, que o tabaco é altamente prejudicial para os pulmões. Só com um cigarro que acendemos, o algodão, que representava os pulmões, ficou amarelo, logo os pulmões de um fumador devem estar muito afetados e alterados pelo fumo do cigarro.

Com estas atividades práticas, pudemos perceber melhor os textos que tínhamos lido e interpretado nas aulas de Estudo do Meio e, mais uma vez, percebemos que devemos cuidar muito bem do nosso corpo.



### Palestra sobre o corpo humano

A mãe da nossa colega Matilde é fisioterapeuta e veio à nossa sala de aula falar-nos sobre o corpo humano. Esta palestra despertou a nossa atenção e interesse, pois foi apresentada de uma forma muito dinâmica e interativa.

Os vários ossos e órgãos que constituem o corpo humano foram-nos apresentados um de cada vez e, à medida que iam surgindo, fomos questionados sobre o seu nome. De seguida, a fisioterapeuta Sílvia explicou a sua função e falou-nos sobre algumas curiosidades. Pegamos e manipulamos os diversos órgãos e ossos e, com a sua ajuda, montamos o corpo humano.

De forma descontraída, aprendemos como é formado o corpo humano, quer ao nível do esqueleto, quer dos órgãos principais.



## Inglês

Na disciplina de inglês, aprendemos a identificar as partes do corpo humano em inglês. Montamos um corpo humano e fizemos a sua legenda. Aprendemos e cantamos a canção: "*Head shoulders knees and toes*".

Foi muito divertido!

Veja aqui...



## AEC de Expressão Musical

Nas aulas de AEC de expressão musical, aprendemos a canção "*Corpo humano*" e a respetiva coreografia. Durante as aulas, aprendemos a letra da canção, a coreografia e divertimo-nos imenso. Foram aulas cheias de animação e de entusiasmo.

Vejam o resultado do nosso trabalho neste pequeno vídeo.

Veja aqui...

---

## TEATRO-DEBATE – “#LIBERDADE” PARA SERMOS AUTÊNTICOS

*Maria João Sousa, aluna do 9.º A*

Na manhã do dia 13 de fevereiro, véspera do Dia de São Valentim, eu e os meus colegas do 9.º ano participamos numa sessão de teatro-debate sobre saúde sexual e reprodutiva, no auditório da escola. Esta atividade foi dinamizada no âmbito do Projeto de Educação para a Saúde e Educação Sexual, segundo o que nos foi dito pela respetiva coordenadora, nossa professora de Ciências.

Quando, no final da semana anterior, recebemos uma mensagem da *stora*, no grupo do *WhatsApp*, para avisar que não teríamos aula de Português na segunda-feira seguinte, porque iríamos participar numa apresentação de teatro-debate, o entusiasmo foi geral, até porque o tema era bastante sugestivo. De facto, a sexualidade é uma dimensão muito importante na vida de todos nós e contribui, de forma decisiva, para o nosso equilíbrio físico e psicológico. Este tema é particularmente importante na nossa idade, uma fase de descoberta, em que a curiosidade está bem presente.

Naquela manhã, já devidamente instalados no auditório, fomos apresentados aos quatro jovens atores que ali nos aguardavam. O moderador do debate fez uma breve introdução ao que ali se iria passar. Cada um dos atores fez a apresentação do seu personagem: o Alberto, a Carminho, o Tiago e a Jéssica, todos com personalidades e aspetos muito diferentes. Ganharam, desde logo, a atenção da plateia, pela forma leve e descontraída como se apresentaram.





A peça de teatro era composta por um conjunto de cenas e, no intervalo de cada uma, havia discussão/debate sobre o assunto apresentado. Os alunos eram desafiados a comentar as atitudes dos personagens. Ao longo da apresentação, quer através das cenas da peça, quer através do debate, foram desmistificados alguns assuntos relacionados com as relações de amor ou de amizade (mais ou menos colorida). Surgiram temas como “o primeiro encontro”, “a primeira vez”, ou perda da virgindade e a forma como é encarada por rapazes e raparigas, entre outros. Numa atitude algo provocatória, o moderador procurou sempre desconstruir estereótipos, chamando a atenção para o que é realmente importante nas relações. Os alunos participaram de uma forma bastante efusiva e divertida, mas ao mesmo tempo responsável e assertiva.



Terminada a apresentação, os alunos saíram do auditório, para o intervalo, e, cá fora, não se falava de outro assunto. Todos comentavam a história do Tiago e da Carminho... todos concordavam que o teatro foi a melhor forma de abordar os temas mais delicados que ali foram debatidos.

Esta peça fez mesmo magia nas nossas mentes. É como se sássemos a ver com mais clareza os fenómenos do nosso dia a dia. Ajudou-nos a refletir e ver a vida com outros olhos, fazendo-nos perceber o que realmente importa. E o importante mesmo é sermos livres e verdadeiros nas nossas escolhas. Como diria o Alberto, "se a pessoa for a certa, o medo nunca vai interferir."

“A peça foi bem representada e o tema discutido tem muito interesse para a nossa vida e para o nosso futuro. Acho bastante importante este tipo de debates, pela mensagem que passam.”

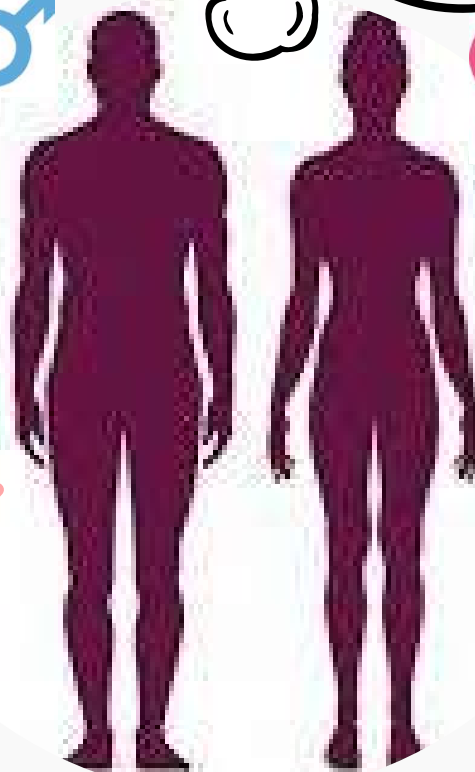
Ana Margarida Carvalho, 9.º C

“Sexualidade é um tema muito importante para todos nós, sobretudo na adolescência. Portanto, esta atividade fez todo o sentido.”

Francisco Silva, 9.º A

“Gostei da apresentação. Foi uma excelente forma de nos ajudar a compreender temas que são muito difíceis na nossa idade.”

Patrícia Pinto, 9.º B



“A peça de teatro foi muito bem representada e conseguiu transmitir muito bem a sua mensagem. Gostei muito. Queria mais atividades como esta.”

Ana Teixeira, 9.º C

“A peça de teatro-debate foi muito divertida e muito interessante. Abordou temas muito atuais e muito importantes. Acho que foi muito útil para entender melhor alguns fenómenos da nossa vida.”

Mariana Lourenço, 9.º A

“O teatro é o espaço onde a magia acontece. Este não foi diferente, pois, para além de divertido, despertou em nós várias emoções. Foi muito educativo!”

Érica Fonseca, 9.º B

“Este tema é muito importante para nós. Com esta apresentação de teatro-debate, pude compreender melhor alguns assuntos, de uma forma divertida.”

Maria Inês Rocha, 9.º A

“Este teatro-debate foi muito eficaz na forma simples e divertida como apresentou assuntos relacionados com a sexualidade.”

Margarida Pereira, 9.º B

“Esta peça, cujo tema foi “saúde sexual e reprodutiva”, foi, a meu ver, muito importante para nós e para o nosso crescimento, enquanto adolescentes e jovens. Acho que se deviam realizar mais atividades como esta.”

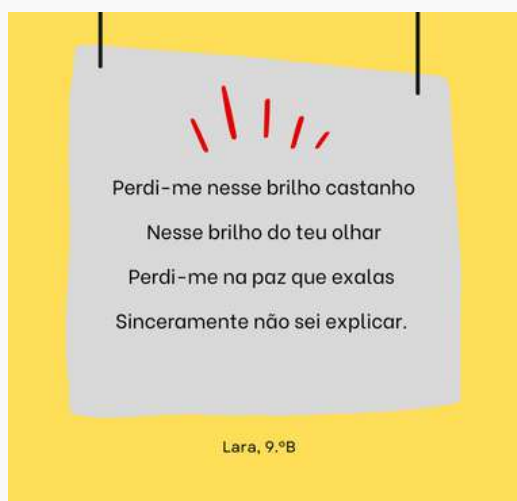
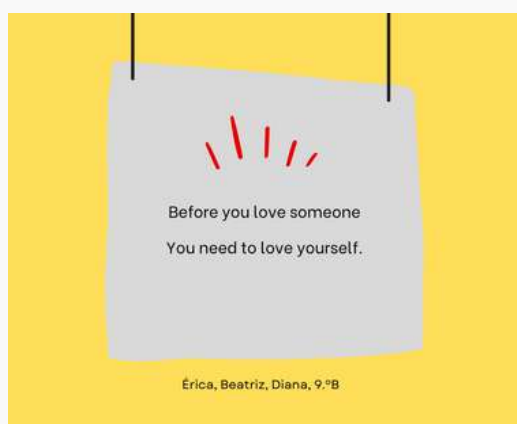
Beatriz Rodrigues, 9.º C

## POR AMOR? ATÉ ERA CAPAZ DE BORDAR!

Gonçalo Azevedo, aluno do 8.ºA

Para comemorar o Dia de São Valentim, foi proposta aos alunos uma atividade muito interessante: criar lenços dos namorados, ou lenços de amor, que imitassem a tradição de Viana.

Claro que nós não os iríamos bordar, portanto, toca lá a arranjar pequenos quadrados de linho, e outros tipos de tecido, para desenhar a nossa versão desses românticos lenços.



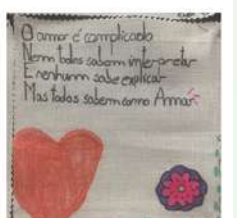
Muitos de nós nem sabiam da existência desses símbolos da nossa cultura e, ainda por cima, quando fomos pesquisar à *Internet*, quase todos os lenços tinham vários erros ortográficos. Será que algum professor nos deixaria cometer aqueles erros? Não acreditei.

De qualquer forma, mãos à obra, pois... para além de desenhar, tínhamos de escrever pequenas mensagens de amor ou de amizade nas três línguas: português, francês e inglês, mas sem erros, o que nos afastava ligeiramente da tradição.

Desde o dia catorze de fevereiro que os lenços estão expostos nas paredes do primeiro piso e é com orgulho que, diariamente, olhamos, de relance ou com mais atenção, para um ou outro que se vai destacando pela cor, pela criatividade ou pelas palavras e rimas.

Para mim, todos os lenços ficaram incríveis e a atividade ajudou-nos a desenvolver a criatividade e o “engenho e arte”, como diz Camões, o autor que estamos agora a estudar!

Os que por lá passaram encantaram-se. Para os que não tiveram essa oportunidade, fica aqui a memória de mais uma atividade realizada para e com os alunos.



---

## DIA DE SÃO VALENTIM – AMOR É...

Célia Campelo, Coordenadora PESES

O Dia de São Valentim tem sido assinalado, no nosso agrupamento, como uma forma de celebrar o amor, a amizade e os afetos, em geral, porque a nossa saúde mental e social depende, também, da forma como nos relacionamos connosco e com os outros. Neste sentido, foram desenvolvidas algumas iniciativas que procuraram promover relações interpessoais saudáveis.



A semana começou com a apresentação de uma sessão de teatro-debate, na qual se abordaram temas que preocupam os adolescentes, no que se refere às relações de amor e de amizade. Esta iniciativa será desenvolvida mais à frente, nesta publicação, com os testemunhos de alguns alunos que participaram na atividade.

Aproveitando a data e sabendo que há, nestas ocasiões, uma maior sensibilidade para o tema, a coordenadora PESES optou por colocar os alunos a refletir sobre o que é e o que não pode ser AMOR. Numa espécie de *brainstorming*, os alunos das turmas A, B e C do 9.º ano e da turma C do 8.º ano, selecionaram palavras que pudessem completar as frases “Amor é...” e “Não pode ser...”. De uma forma simples, procurou-se clarificar o que podem ser formas saudáveis de amor, apontando outras que se tornam “tóxicas”, como são vulgarmente designadas pelos nossos jovens. As palavras escolhidas foram, posteriormente, inscritas em flores, usadas, também, para decorar o átrio principal da escola, constituindo o pano de fundo para as já famosas *selfies* que inundaram os *stories*, nas redes sociais.

Este ano, em particular, a equipa PESES juntou-se à Associação de Pais e aos alunos do 9.º ano que, com a ajuda de alguns pais e professores, dinamizaram a “Feirinha de São Valentim”. O evento decorreu durante o dia 14 de fevereiro, dia de São Valentim, na escola sede do Agrupamento, onde pais, alunos e restantes elementos da comunidade educativa foram recebidos com muita alegria a boa disposição. Foram vendidas pequenas lembranças alusivas à data. Porque o amor também é isto, cooperação, companheirismo, trabalho em equipa... Que nunca nos falte amor!





Amor...

# CRESCER CONSCIENTE E PRONTO PARA SALVAR O PLANETA

*Departamento do Pré-escolar*

Este ano, o mote para a atividade de Carnaval foi a sustentabilidade. E porque é urgente e importante sensibilizar e consciencializar as crianças, as famílias e a comunidade para a importância do ambiente e do desenvolvimento sustentável, o trabalho iniciou sem demoras!

Assim, durante o mês de fevereiro, educadoras e crianças, em colaboração com os encarregados de educação e elementos da comunidade, tornaram-se agentes ativos e construíram peças e adereços, refletindo, desta forma, sobre os efeitos favoráveis e desfavoráveis da ação das pessoas sobre o ambiente, bem como sobre o papel de cada um na preservação dos recursos naturais.



A atividade final, o tão desejado e esperado desfile de Carnaval, regressou às ruas e a vila de Santa Marinha parou para ver o espetáculo de alegria e cor.

Esperamos que a mensagem tenha passado: contribuir para a diversidade e, sobretudo, direcionada para o objetivo comum de salvar o planeta.



17 FEV

# CARNAVAL

DESFILE



agrupamento de escolas do sudeste de baião





---

## PROMOVER A PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA TODOS OS DIAS

*João Gomes, Coordenador do Desporto Escolar*

Explicar os benefícios de praticar atividade física é ajudar as crianças e os jovens a melhorar a sua qualidade de vida e, mais concretamente, a sua capacidade cognitiva, a memória e o raciocínio. A escola, enquanto instituição educativa, deve ser e é promotora da prática desportiva, até porque é essencial para a saúde física e mental do ser humano e uma excelente forma de prevenir doenças associadas à obesidade, diabetes e hipertensão arterial.

O nosso Agrupamento dinamiza atividades desportivas variadas, não só internamente e nas aulas de educação física, mas também na organização de torneios e atividades extracurriculares.

Durante o mês de fevereiro, os alunos puderam participar nas várias atividades, propostas no plano de atividades, pelo grupo de educação física, de entre as quais, salientamos o corta-mato, fase CLDE, que se realizou em Lousada, com a participação de 22 alunos e alunas nos escalões de infantis e iniciados e no mega sprinter, com a participação dos dois melhores classificados em cada turma, masculinos e femininos, nas suas várias modalidades.

A seleção para esta atividade foi feita em cada turma, com a participação dos alunos nas várias modalidades: velocidade 40 metros, salto em comprimento e lançamento do peso. Daqui saíram os dois selecionados nos vários escalões/modalidades que vão representar a escola na fase CLDE. A atividade contou com a participação de 80 alunos e alunas.

Para além destas atividades, os alunos estiveram envolvidos nas várias jornadas do desporto escolar que se realizaram em Cinfães, com o grupo equipa de iniciados masculinos de futsal; em Santa Marinha do Zêzere, com o grupo equipa de iniciadas futsal; e ainda o grupo equipa de xadrez que participou na jornada concentrada em Baião. Nestas jornadas estiveram envolvidos cerca de 36 alunos e alunas.

[Veja aqui...](#)



O grupo de educação física do Agrupamento comunga dos mesmos propósitos que os restantes docentes: promover o bem-estar físico, emocional e mental dos seus alunos.

---

## AÇÃO DE SENSIBILIZAÇÃO PARA LEMBRAR REGRAS E CUIDADOS

NAVEG@ SEGURO

Isabel Rodrigo, Mediadora escolar e Hélder Coelho, Técnico de informática

A Internet é, atualmente, o meio de comunicação mais cativante para as crianças e para os jovens. Todavia, no dia a dia, multiplicam-se situações em que os jovens não se apercebem dos perigos decorrentes do mau uso da internet.

Conscientes desta realidade, a mediadora escolar e o técnico de informática prepararam uma ação de sensibilização para os alunos do 3.º ano do Agrupamento, que se realizou no dia 27 de fevereiro, na sala digital do Agrupamento.

Durante a sessão, os alunos foram alertados para os perigos do uso da internet com mostra de vídeos sobre temas como o *ciberbullying*, o uso indevido de informações privadas e a dependência das tecnologias e da *internet*. Os técnicos sugeriram alguns *sites* de interesse como a [www.seguranet.net](http://www.seguranet.net) e a [www.internetsegura.pt](http://www.internetsegura.pt) para os ajudar a navegar de forma prudente.

Todos quiseram expor as suas dúvidas e partilhar alguns episódios das suas experiências *online* e de outros de que já tinham ouvido falar.

No final da sessão, os grupos exploraram, de uma forma interativa, os conteúdos abordados sobre os perigos da internet, através do Jogo do Galo *online*.

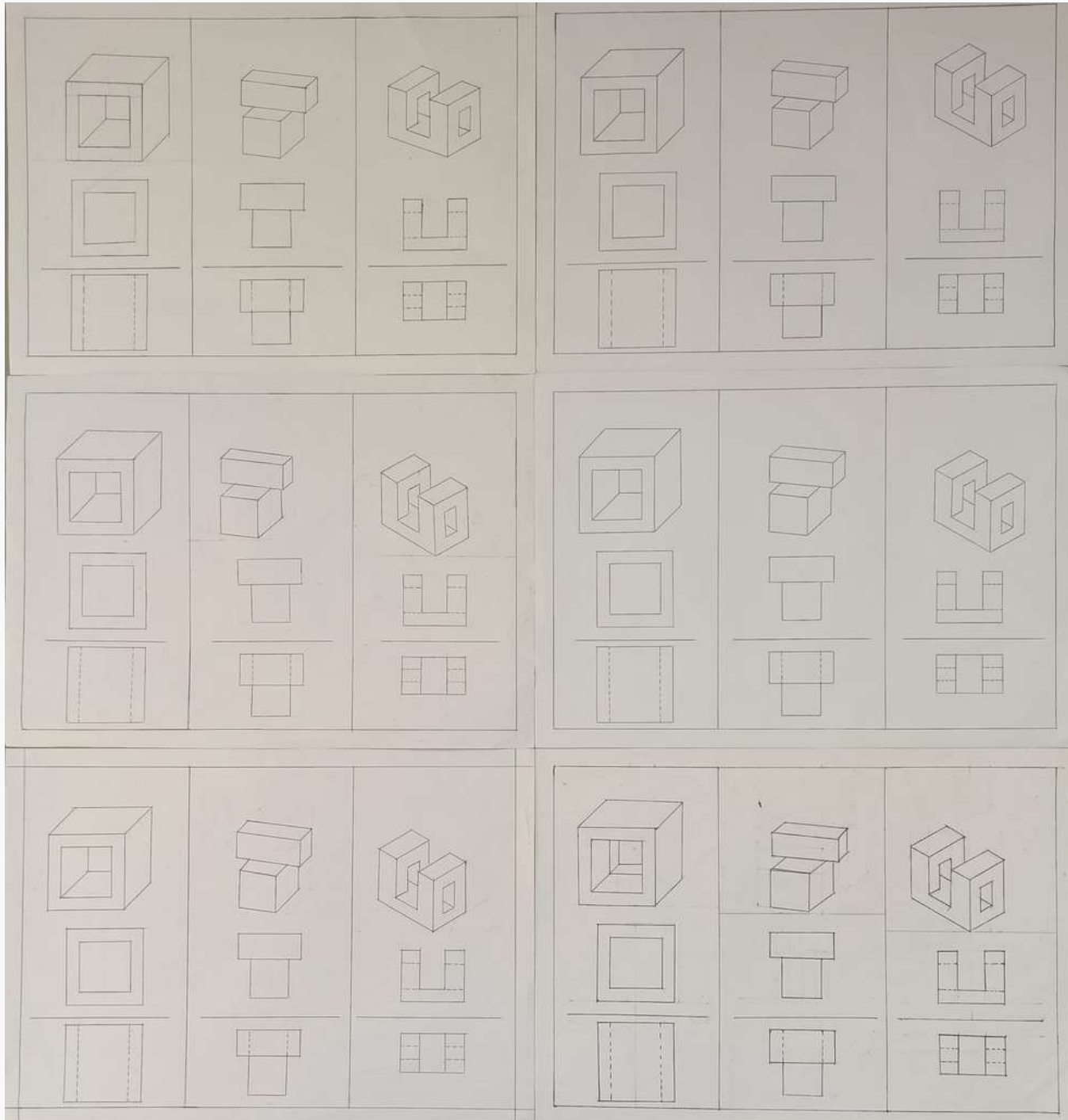




# AQUI HÁ ARTE

*Armando Ribeiro, docente de Educação Visual*

Dupla projeção ortogonal e respectiva perspectiva axonométrica.



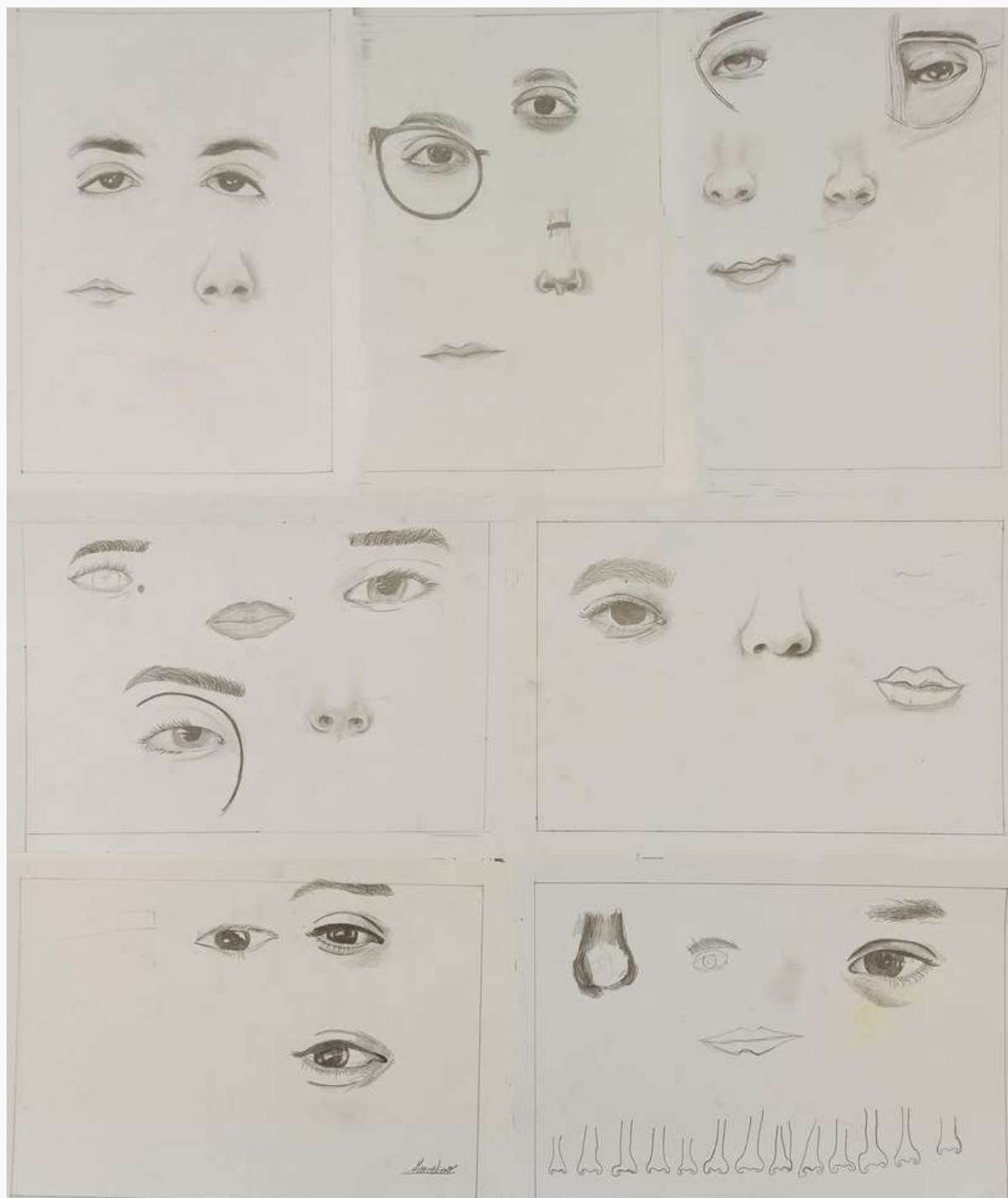
Trabalhos realizados na disciplina de educação visual pelos alunos do 9.ºB.

---

# AQUI HÁ ARTE

*Armando Ribeiro, docente de Educação Visual*

Pormenores do rosto humano, autorretrato.



Trabalhos realizados na disciplina de educação visual pelos alunos do 8.º ano.

---

# SEMANA DA LEITURA

## PROGRAMA

6

MARÇO

### 09h 30 - Storytelling

"Brown Bear, Brown Bear  
What do you see?"

Público - 1/4B

Dinamizadora - Susana Aleixo

### 10h 50 - Tertúlias Literárias Dialógicas

Público - 7A

Dinamizadora - Bibiana Monteiro

### 11h 45 - Ciência com Poesia

Público - 7A e 7B

Dinamizadoras - Bibiana Monteiro,  
Cátia Fraga e Lília Gonçalves

### 14h 00 - Storytelling

"Brown Bear, Brown Bear  
What do you see?"

Público - 3A

Dinamizadora - Susana Aleixo

### 15h 40 - Apresentação do DAC

"Aprender com as Estrelas"

Público - 7A, 7B e EE

Dinamizadoras - Bibiana Monteiro,  
Cátia Fraga e Lília Gonçalves

7

MARÇO

### 09h 30 - Peça de teatro

"A invasão"

Público - 2A

Dinamizadores - alunos do 3A,  
Carla Pereira e Fátima Almeida

8

MARÇO

### 09h 00 - Concurso de Leitura

Expressiva

Público - alunos do 1/4B e 4A

Júri - Manuel Pereira, Sónia  
Teixeira e Isabel Rodrigo

### 14h 30 - Dramatização

"O coelhinho Branco"

Público - JI do Sudeste

Dinamizador - CAA

9

MARÇO

### 09h 00 - Laços de leitura

Ouve a minha mãe

Público - 8A

Dinamizadora - Rosa Freitas

### 10h 00 - Leitura e

### 11h 00 Mindfulness

Livro "Tudo é possível" de Kobi  
Yamada

Público - 5A e 5B

Dinamizadoras - Isabel  
Rodrigo e Carla Pereira

### 14h 30 - Peça de teatro

"A invasão"

Público - 1/4B e 4A

Dinamizadores - alunos  
do 3A, Carla Pereira e  
Fátima Almeida

10

MARÇO

### 09h 15 - Um encontro com...

### 11h 00 Manuela Mota Ribeiro

"Girafriz Aprende uma Lição"

Público - 1.º ciclo

JI Rua

JI Sudeste

JI Barroncal

JI Carvalhais

Dinamizadora - BE

Entrega dos prémios aos vencedores por ciclo.

Clube de Teatro "Conflito de Gerações".

Entrega dos prémios dos Lenços dos namorados.

2.º ciclo (Port/Ing) e 3.º ciclo (Port/Ing/Francês).

EXPOSIÇÃO 1 2 3 É A NOSSA VEZ - LENGUA-LENGA (JI)  
CONCURSO "O SUPER FÃ"