

**O**lá Papás! Aqui estamos mais uma vez para vos contarmos tudo o que fizemos ao longo deste mês.

Não deixem de ler e aproveitem para conversar connosco e relembrar-nos de tudo.

## OUTUBRO

Este foi o mês de Início de Atividades Extracurriculares. Ao longo deste mês tivemos as nossas primeiras aulas de Hip-Hop (2ª feiras), Inglês(4ª feiras), Música(5ª Feiras) e Natação(6ª feiras). As aulas de hip-Hop e Natação são opcionais, quanto às de Inglês e música fazem parte do currículo pedagógico. Noutra altura conversaremos um pouco mais sobre isso.

No dia 4 celebrámos o dia Mundial do Animal e tivemos oportunidade de mostrar fotografias e conversar acerca dos nossos animais de estimação.

No dia Mundial da alimentação (16) conversámos sobre os frutos da época e fizemos um sumo de frutas natural para o nosso lanche. Que delícia! No final do dia ainda levámos uma adivinha para contar aos nossos papás e uma fruta para o vosso jantar.

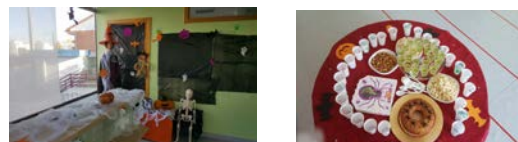
Dia 18 realizámos uma visita de estudo ao Centro de Educação Alimentar Vitamimos, onde tivemos oportunidade de cozinhar uma deliciosa pasta de grão com coentros e beterraba. Podem não acreditar mas nem aquelas palavras esquisitas que nos assustam como leguminosas, verduras ou legumes nos afastaram de provar e saborear vezes sem conta tostinhas

coloridas com saborosa iguaria.



Além disso, ainda tivemos tempo de ir visitar uma horta biológica, de alimentar os patos e ainda de brincar no parque infantil.

Terminámos o mês celebrando o Halloween e o Pão por Deus no mesmo dia(31) Durante a manhã fomos a todas as salas pedir “Pão por Deus” e “Doçura ou travessura”. Viemos cheios de guloseimas! Ao lanche bebemos um sumo de laranja natural saboroso e terminámos o dia com uma festa horripilantemente assustadora de Halloween onde pudemos mostrar os nossos dotes artisticos para dançar e ainda comer alguns doces, sim porque em dias de festa também podemos.



## NA NOSSA SALA...

O nosso Projeto Escola **Crescer saudável** já está em andamento e alguns de nós já levámos trabalhos de casa. Mais tarde

também saberão novidades acerca deste tema.

### AS NOSSAS ATIVIDADES

As actividades deste mês andaram à volta do tema da alimentação e como ser saudável. Tivemos também uma semana dedicada aos animais.

- Exploração de canções sobre alimentos;
- Diálogos em grande grupo sobre os temas abordados: alimentação saudável, roda dos alimentos e o corpo;
- Realizámos jogos de movimento e tivemos uma aula de zumba;
- Fizemos sumos naturais para os nossos lanches;
- Visitámos um centro de educação alimentar;
- Fizemos um mapa das nossas alturas;

### ANIVERSÁRIOS DO PROXIMO

#### MÊS DE NOVEMBRO

- Leonor Cabecinha- 9
- Guilherme Ferreira- 16



### DESENHOS DO MÊS



Cláudia

Duarte S

### NO PROXIMO MÊS

Os dias especiais do próximo mês serão:

- Dia 10 contamos convosco para um lanchinho de São Martinho às 17h;
- Dia 14 iremos realizar uma visita de estudo à quinta pedagógica da Paia;
- Dia 15 iremos ter as fotografias da nossa sala;
- Dia 20 será o Dia Nacional do Pijama.

### ADIVINHA

Tenho coroa mas não sou rei,

Tenho escamas mas não sou peixe,

Quem sou eu?

