

Nº 04



Aeos Newsletter

Agrupamento de Escolas Ordem de Sant'Jago



2020/21

www.aveordemsantiago.pt

Newsletter

Agrupamento de Escolas Ordem de Sant'Jago

EB/JI MANTEIGADAS “BULLYING É PARA OS FRACOS”

Esta semana a Escola Segura desenvolveu junto da turma 15 das Manteigadas uma ação de sensibilização com a temática do Bullying, por forma a prevenir este tipo de comportamento.



EB1/JI SETÚBAL

A RECICLAGEM DE FORMA TRANSVERSAL

A turma 42 do 3.º ano trabalhou a temática da reciclagem de forma transversal.

Depois do visionamento de um vídeo, de um debate sobre a importância de reciclar e quem recicla em casa e de uma canção os alunos recortaram embalagens, vidro e papel e colaram no respetivo ecoponto.

Foi feito um íman com o cartaz elaborado para os alunos levarem para casa e sensibilizarem os familiares a reciclar.

A reciclagem será feita diariamente na sala de aula.

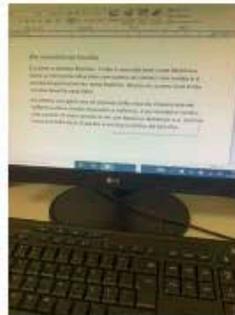




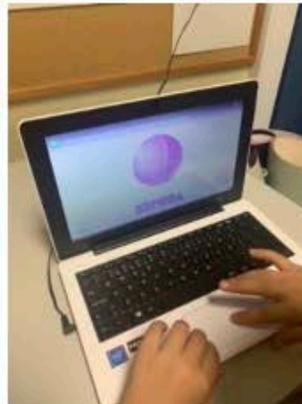
"O Computador também vem à Escola"

A turma 28, do 3º ano da E.B.1J/I Nº5, deu mais uma vez continuidade ao projeto "O Computador também vem à Escola".

Para celebrar o "Dia Mundial da Família" os alunos construíram textos sobre as suas famílias e deixaram algumas mensagens muito importantes.



Na matemática, e com a ajuda da internet, trabalhamos os sólidos geométricos e as horas.



Na próxima semana haverá muito mais ...

Turma 28

Reserva Natural do Estuário do Sado



No dia 01/10/2021, a turma 3, do 4º ano, da EB1 nº2 do Faralhão, participou numa iniciativa proposta pela **Reserva Natural do Estuário do Sado**, Instituto de Conservação da Natureza e das Florestas, no âmbito da comemoração do 41º aniversário do Estuário do Sado como reserva natural.

Fomos muito bem recebidos por todos e para começar bem o dia fomos até ao observatório da Mourisca e, com a ajuda da vigilante da natureza Inês Nobre, podemos observar e aprender mais sobre este habitat.



De seguida participamos numa apresentação sobre o Estuário do Sado, localização, fauna e flora, Claro que ficamos sempre de olhos postos nos nossos amigos Roazes do Sado, e neste dia aprendemos muito mais sobre estes simpáticos animais.

Após um merecido lanche cantámos os parabéns à reserva e não faltou o bolo de aniversário.



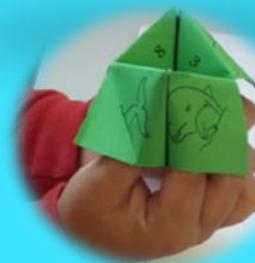


Para finalizar, estivemos à conversa com as já nossas amigas **Guardiãs do Mar da Ocean Alive**, que nos presentearam com mais um momento de aprendizagem divertido e reconfortante.



Um muito obrigado à Eng^a Ana Falcão que nos proporcionou uma manhã divertida e recheada

de aprendizagens e novos conhecimentos. Partimos para a escola com algumas propostas de atividades que dinamizamos em sala de aula e também em casa para passarmos às famílias, todas estas importantes informações sobre o nosso Estuário do Sado e sobre a importância a sustentabilidade dos oceanos.

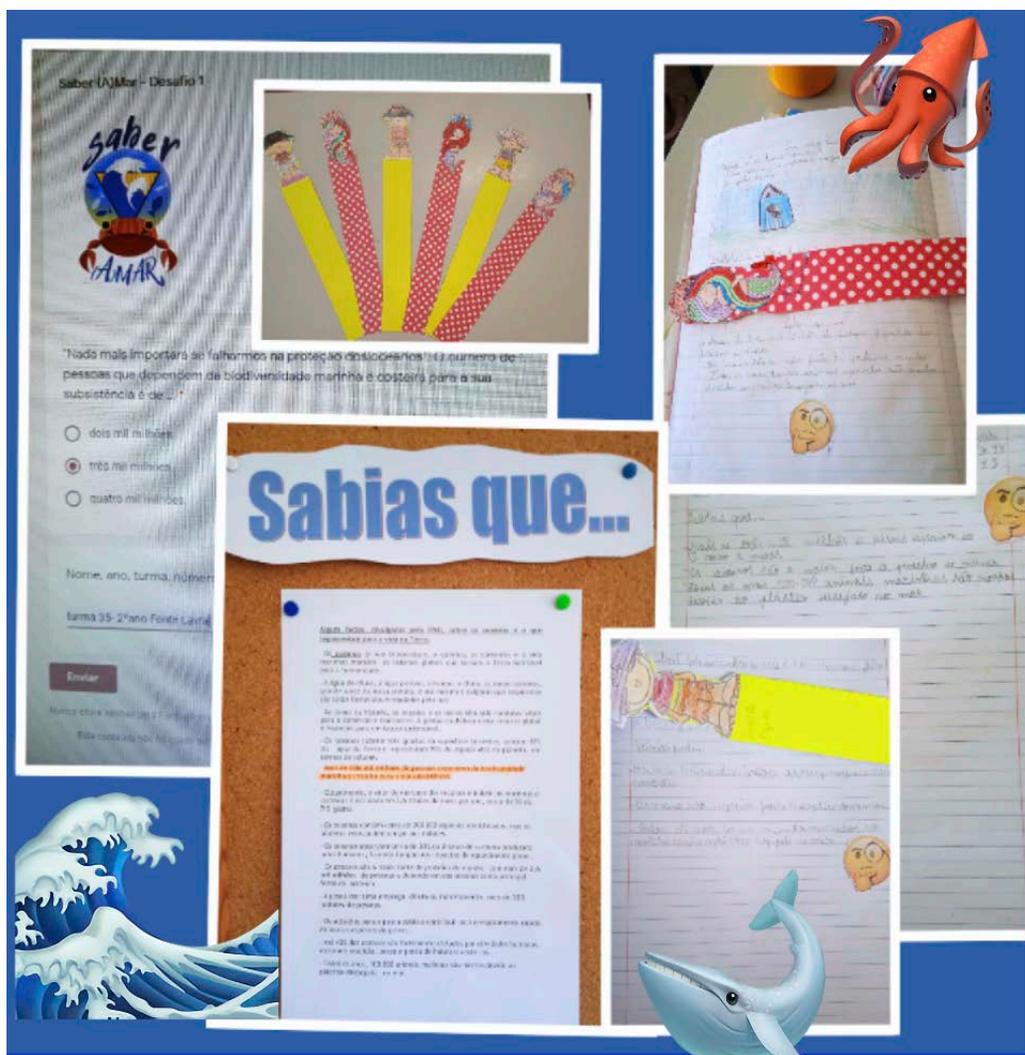


EB1 Nº 7 O MAR ÀS QUARTAS-FEIRAS

Todos os dias desenvolvemos a nossa consciência cívica, todos os dias tentamos crescer mais responsáveis, preparando nós para fazermos parte de uma sociedade melhor! Mas é às 4f que marcamos encontro com o MAR...partilhamos com ELE opiniões, ouvimos os SEUS queixumes, tentamos conhece ló melhor...

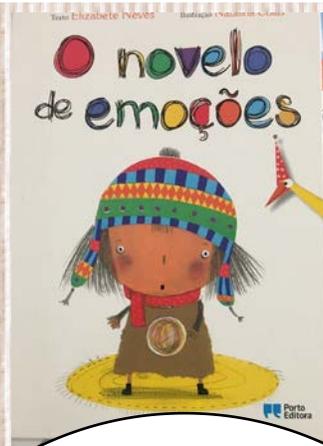
Exploramos as notícias que saem semanalmente na nossa Newsletter, respondemos ao desafio do “saber (A)Mar e registamos nos cadernos que aprendemos!! Até os nossos marcadores vão navegar em histórias de (A)Mar, com sereias e piratas!!

A turma 35, navegando em alto mar  

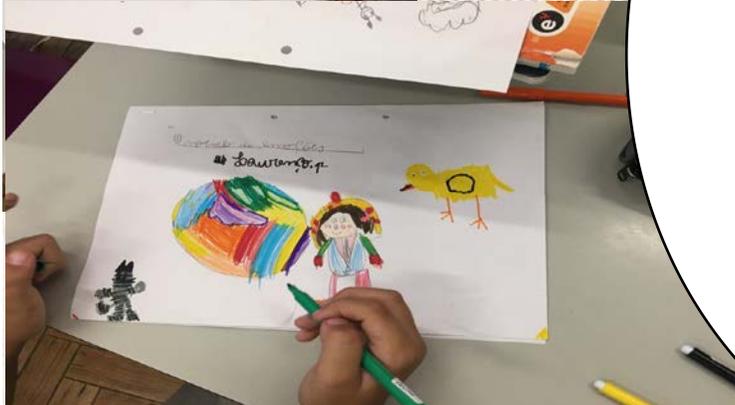
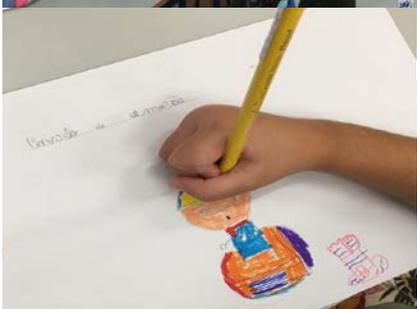


EB1 N.º 2 DO FARALHÃO

Exploração da obra:



As turmas 3, 4 e 5, cada uma na sua “bolha” ouviram a leitura da história, e de seguida os alunos realizaram desenhos e conversaram sobre as suas emoções.





EB1 Faralhão Nº 2

Os jogos tradicionais foram lembrados assim:



A turma 5 jogou à “cabra cega” e “Jogo das latas”.



A turma 3 foi para o pátio da escola e participou na corrida com os arcos, jogo da corda e jogo dos sacos.





Psicologia na AEOSNewsletter

Recomendações gerais para um Sono Saudável

Tornar o sono uma prioridade.

Estabelecer e manter bons hábitos de sono exige persistência, podendo demorar algum tempo.

Preparar o espaço de sono.

O período de sono deverá ocorrer num espaço adequado que assegure o máximo de conforto.

Respeitar horários de sono.

Em média, considera-se que um adulto deva dormir, entre 7 a 9 horas por noite (mesmo aos fim-de-semana). As exceções são isso mesmo, exceções!

Adotar uma rotina de sono.

A realização de atividades como tomar um banho de imersão ou ler um livro, antes do período destinado ao sono, ajudem a “desligar” de forma tranquila e relaxada.

Evitar comportamentos que podem comprometer a qualidade do sono.

Fazer sestas com frequência, utilizar os momentos antes de adormecer para refletir sobre as preocupações do dia ou utilizar ecrãs menos uma hora antes do período de sono, são exemplos de atividades que podem comprometer a qualidade do sono.

Preparar a hora de acordar.

A escolha uma melodia agradável como despertador, esticar os músculos antes de sair da cama, abrir as janelas devagar, tomar um bom pequeno-almoço são algumas atividades que podem ajudar a acordar de forma agradável.

Atenção! No tratamento das perturbações do sono, importa entender as suas causas. O que resulta com uma pessoa pode não resultar com outra.

Maria Cristina Andrade

(psicóloga/SPO)

Fonte: Ordem dos Psicólogos Portugueses

Justiça?



Comemoração do Dia Mundial Contra a Pena de Morte

Comemorou-se, no dia 10 de outubro, o Dia Mundial Contra a Pena de Morte. Para assinalar a efeméride, desenvolveu-se, durante a última semana, em contexto de sala de aula, no âmbito das disciplinas de Área de Integração e Comunicação e Relações Interpessoais, um debate sobre a problemática da (i)moralidade da pena de morte.

Tendo como pressuposto o conceito de pena de morte enquanto processo legal pelo qual uma pessoa é morta pelo Estado como punição por um crime cometido, @s alun@s do Ensino Profissional foram convidad@s a apresentar argumentos a favor e contra a pena de morte, exercitando a capacidade argumentativa, o espírito crítico e o respeito perante a existência de perspetivas diferentes.

Tendo como objetivo primordial educar para os valores e para a cidadania e assumindo-se a vida como um dos direitos consagrados na Declaração Universal dos Direitos Humanos (DUDH), os debates realizados permitiram avaliar criticamente a (in)validade dos argumentos a favor da *pena capital*.

O valor do exercício lógico de defender a pena de morte não impediu que os seguintes argumentos contra essa forma de punição fossem reafirmados, cumprindo-se, desse modo, os pressupostos de uma autêntica educação para a cidadania:

- o direito à vida é inalienável e está consagrado na DUDH;
- condenar à morte alguém que matou, ainda que de modo qualificado, não elimina a existência do(s) homicídio(s) ocorrido(s); pelo contrário, aumenta o número de mortes;
- a justiça não deve ser meramente punitiva, mas também educativa, pelo que deve ser dada a possibilidade de as pessoas se redimirem e reabilitarem social e/ou psicologicamente;
- nos casos extremos em que se demonstre, objetivamente, que a reabilitação social é impossível e que a reinserção na sociedade implica um risco para a vida de alguém, poder-se-á substituir a pena de morte pela pena de prisão perpétua;
- há evidência científica de que a maioria das pessoas que comete crimes não reincide nos mesmos, após cumprir pena de prisão;
- é discutível a autoridade moral (e até legal!) de quem condena alguém à pena de morte;
- existirá sempre a possibilidade de se condenar um inocente à pena de morte, tal como o apuramento de factos *a posteriori* tem demonstrado.

Henrique Costa



BIBLIOTECA ESCOLAR ORDEM DE SANT'IAGO

COMEMORAÇÃO DO DIA MUNDIAL DA
ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

SER SAUDÁVEL SER FELIZ

CURTA-METRAGEM "BAO"

VENCEDORA DO OSCAR DE 2019 DE MELHOR CURTA DE ANIMAÇÃO



FERRAMENTA DIGITAL CANVA

ATELIER DE ESCRITA

Reservas aqui: **CRIATIVA**

<https://biblioteca-ordem-sant-iago.reservio.com>

besaveos@gmail.com

Sabia que ...

... o planeta Terra está a escurecer?

O Planeta Terra está a escurecer e a principal causa apontada está no aquecimento das águas do oceano, provocada pelas alterações climáticas. A Terra está a refletir cerca de menos meio watt por metro quadrado, em comparação há 20 anos atrás, revela um novo estudo publicado na *Geophysical Research Letters*.



Uma equipa de cientistas do Big Bear Solar Observatory, nos Estados Unidos, estudou o albedo da Terra entre 1998 e 2017, e chegou à conclusão de que este declínio do brilho refletido no Planeta se deu nos últimos três anos. O albedo é uma parcela de radiação solar que a Terra reflete de volta para o espaço, sendo que por norma a reflexão é de 30% da luz solar. Relativamente ao declínio verificado, foi de 0,5%.

“A redução do albedo foi uma surpresa para nós quando analisámos os últimos três anos de dados após 17 anos de albedo quase plano”, afirma Philip Goode, principal autor do estudo.

Esta mudança está a ser provocada pelo aquecimento das águas do oceano Pacífico Oriental, devido à redução da cobertura das nuvens baixas. Este conjunto de energia solar adicional que se encontra no oceano e na atmosfera da Terra contribui para o aquecimento global, dado que, segundo os especialistas, esta luz solar é da mesma magnitude que o impacto do homem no clima nas últimas duas décadas.

Notícia publicada em:

<https://greensavers.sapo.pt/o-planeta-terra-esta-a-escurecer-e-a-culpa-e-das-alteracoes-climaticas/>



Newsletter do AEOS

O arquivo completo dos números anteriores pode ser consultado em:

http://www.aveordemsantiago.pt/newsletter_aeos.html



Projeto cofinanciado:



EDUCAÇÃO

