

HORA DE BRINCAR!

Os nossos alunos prepararam uma sopa de letras especialmente para ti! És capaz de encontrar todas as palavras?

Procura na grelha as 24 palavras relacionadas com o Mês Internacional da Biblioteca Escolar.
Procura as palavras na vertical ↓, na horizontal → e na diagonal ↘.

Aprender	Contracapa	Informação	Livros
Autores	Digital	Inovar	Lombada
Bibliotecário	Escolar	Internet	Outubro
Cidadania	Formar	Leitor	Recursos
Competências	Ilustrador	Leitura	Saber
Conhecimento	imaginar	Literacia	Sonhar



Ficha Técnica:

Redação e Colaboração - Comunidade Escolar;
 Composição e Montagem - Biblioteca Escolar/Prof.ª Bibliotecária e Colaboradores;
 Tiragem - 120 exemplares (reprodução feita na Câmara Municipal da Moita).

APOIO: CÂMARA MUNICIPAL DA MOITA



ARCA DAS PALAVRAS

JORNAL TRIMESTRAL DO AGRUPAMENTO DE ESCOLAS FRAGATA DO TEJO - MOITA | 1.º PERÍODO 2023/24



ÍNDICE

Editorial.....	1
Início do Ano Letivo 2023/2024.....	2
Olá, outono.....	3
Dia do Animal - Recolha de Donativos.....	4
Día de La Hispanidad.....	5
Dia Mundial dos Correios.....	6
Dia Mundial da Alimentação.....	8
A Alimentação da Criança e o Desenvolvimento da Fala.....	9
Dia da Biblioteca Escolar - MIBE.....	10
Erasmus.....	11
Halloween.....	12
Clube de Ciências.....	13
São Martinho.....	14
A Terra Treme.....	15
Dia Mundial do Não Fumador.....	17
Dia Nacional do Pijama.....	18
Semana Europeia da Prevenção de Resíduos.....	19
Trisala em Transformação.....	20
Acróstico BE/CRE.....	21
PES em Ação.....	22
The Library Challenge.....	23
Desporto Escolar em Movimento.....	24
Outras Notícias.....	25
Nos Próximos Tempos.....	29
Hora de Brincar.....	30

NOS PRÓXIMOS TEMPOS...

As férias estão a chegar, mas... antes de irmos embora, ainda temos atividades muito divertidas! As crianças da Educação Pré-Escolar e os alunos do 1.º Ciclo das escolas da Moita, Gaio e Rosário vão terminar as atividades letivas com uma ida ao cinema, enquanto os alunos da escola da Barra Cheia vão passear até à Vila Natal de Óbidos!



A Rede de Bibliotecas Escolares e o nosso Agrupamento vão associar-se às comemorações do quinquagésimo aniversário da Revolução de 25 de Abril de 1974 com a iniciativa "Abril depois de abril". Esta iniciativa tem como propósito sublimar os valores conquistados com a Revolução, através de várias ações que conduzam à compreensão do seu impacto a nível local e nacional, convoquem para o exercício de uma cidadania democrática e reflexiva e estimulem o desenvolvimento da criação estética e cultural.

OUTRAS NOTÍCIAS

HO HO HO!

O Natal já chegou às nossas Bibliotecas!
Visita-as! Estamos à TUA espera!



EDITORIAL

Arca das Palavras é um testemunho de vida que deixa, na fita do tempo, momentos marcantes da vivência do nosso agrupamento enquanto comunidade educativa nas palavras e testemunho dos nossos alunos, professores e restante comunidade.

Divulga-se e partilha-se com a mesma intensidade com que foram vividas, dando sentido à vida escolar e, com isso, ao dar e receber como, porventura, a forma mais enriquecedora de aprender a aprender.

Este sentimento de partilha assume particular importância neste momento, em que se aproxima o Natal, com todo o seu significado para adultos, jovens e crianças, apelando ao espírito de tolerância, generosidade, solidariedade, paz e amor.

Para todos, um bom e Santo Natal!



Prof. Manuel João Veva
Diretor do Agrupamento de Escolas Fragata do Tejo

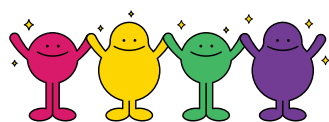
INÍCIO DO ANO LETIVO 2023/2024

O início do ano letivo chegou ao nosso Agrupamento com um burburinho de entusiasmo e expectativas! Alunos, professores e restante comunidade educativa retornaram às salas de aula, prontos para enfrentar desafios, aprender e construir momentos inesquecíveis juntos!

Como sempre, o início do ano foi um convite para uma jornada repleta de descobertas, amizades e aprendizagens.

Ao longo dos primeiros dias, foram realizadas diversas iniciativas de receção e integração dos novos alunos, onde se destacam as cerimónias de apadrinhamento dos novos alunos pelos alunos mais velhos.

Continuaremos, sempre, a trabalhar em conjunto na construção de uma escola inclusiva, solidária e sem violência!



OUTRAS NOTÍCIAS

CLUBES

Se ainda não te inscreveste, ainda vais a tempo!

Na EB 2, 3 Fragata do Tejo, estão a funcionar os clubes de Xadrez, de Dança, de Teatro e de Ciência Viva.

Aparece, experimenta e participa!



ESCOLA SEM FRONTEIRAS

Agora, podes explorar o mundo sem sair da tua escola com o novo placard "Escola sem Fonteias"!

Mantém-te atualizado sobre o que se passa no mundo!

Juntos, vamos expandir os nossos horizontes educacionais além dos limites geográficos!

OUTRAS NOTÍCIAS

Natal Solidário 2023

A Associação de Pais e Encarregados de Educação organizou a recolha de bens alimentares não perecíveis. Com os bens recolhidos, irão ser criados cabazes para distribuir às famílias que deles estejam a necessitar.

Parabéns pela iniciativa!



Na Biblioteca, já se iniciaram as comemorações dos 50 anos de abril! Visita a BE da Fragata do Tejo e inspira-te! Ainda podes participar no concurso do selo dos 50 anos de abril! No próximo período, novas atividades surgirão!



OLÁ, OUTONO!

Com a chegada do outono, a natureza vestiu-se em tons de castanhos e dourados! As folhas dançaram ao sabor do vento, formando um verdadeiro espetáculo de cores, e as árvores, aos poucos, despediram-se das suas folhas, preparando-se para o merecido descanso que precede a renovação na primavera.

Nas nossas escolas, a chegada do outono também não passou despercebida, com os nossos alunos a trabalharem esta temática de forma entusiástica e muito criativa!



DIA DO ANIMAL – RECOLHA DE DONATIVOS

O Dia do Animal comemorou-se a 04 de outubro, pelo que, durante esse mês, o nosso Agrupamento promoveu uma recolha de donativos para os gatinhos ao cuidado da Associação de Proteção Animal "Bobi & Flor"! Terminada a recolha, todos os bens angariados foram entregues à Associação e deixaram, certamente, os gatinhos a miar de alegria!

Obrigado a todos os que se juntaram a nós nesta iniciativa!



Biblioteca Escolar - "Local de Cidadania"

DIA DO ANIMAL

RECOLHA DE DONATIVOS

para Gatos

Associação de Proteção Animal "Bobi & Flor"

No âmbito da comemoração do Dia do Animal, a 04 de outubro, o Agrupamento de Escolas Fragata do Tejo juntou-se à Associação Bobi & Flor para apoiar os gatinhos que têm ao seu cuidado!

Até ao final do mês, dirija-se a uma das escolas ou jardins de infância do nosso Agrupamento e entregue os seus donativos!

Ajude-nos a ajudar!

BOBI & FLOR

- Rações (latas, pacotes, refeições)
- Areia para gatos
- Medicamentos
- Tostas e bolachas
- Causos e brinquedos
- Vasos sanitários
- Litrários
- Desinfectantes de ambiente



OUTRAS NOTÍCIAS

No âmbito das comemorações do MIBE, os alunos das turmas E2, E4 e E5 participaram num encontro com o escritor Carlos Canhoto, na Biblioteca Municipal da Moita. O escritor apresentou o seu novo livro "Zi, a Abelha Zonza" e partilhou muitos ensinamentos sobre as abelhas. Para além disso, apresentou os seus amigos fantoches com os quais divertiu toda a assistência.



Os alunos da turma E1 participaram numa animação de leitura, trazida pela Câmara Municipal da Moita até à biblioteca da EB1 n.º1 da Moita. O pirata deu vida à história que todos ouviram com atenção e entusiasmo. Nesse dia, também recebemos, oferta da Câmara, livros novos: "AVÓ, ONDE ESTAVAS NO 25 DE ABRIL?" e "A MÃE às Vezes Tem a Cabeça Cheia de Trovões". Obrigada, Câmara Municipal, pela partilha destes momentos!

DESPORTO ESCOLAR EM MOVIMENTO CORTA-MATO ESCOLAR 2023/24

No dia 15 de novembro, realizou-se o corta-mato do Agrupamento, no Parque Municipal da Moita. As crianças dos jardins de Infância das Arroteias, dos Brejos e do Rosário e os alunos dos 1.º, 2.º e 3.º ciclos participaram com grande entusiasmo e alegria. Foi uma manhã cheia de energia, determinação e desportivismo.

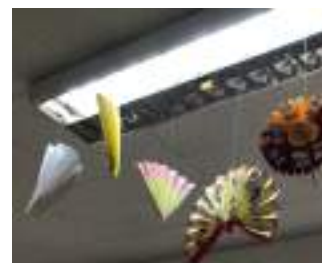
A iniciativa contou com o apoio de toda a Comunidade Educativa!
Parabéns a todos!



"DÍA DE LA HISPANIDAD"

O Día de la Hispanidad é celebrado, anualmente, no dia 12 de outubro, tanto em Espanha, como nos países de expressão espanhola. Comemora-se, nesse dia, a descoberta da América por Cristóvão Colombo, precisamente no dia 12 de outubro de 1492.

Os alunos das turmas dos 7.º anos de Espanhol do nosso Agrupamento realizaram diversos trabalhos para partilhar com a Comunidade Escolar a realidade espanhola. Fizeram cartazes de todos os 21 países que têm como língua oficial o Espanhol, bem como leques e cartazes culturais, todos em exposição.



DIA MUNDIAL DOS CORREIOS

O Dia Mundial dos Correios comemora-se a 09 de outubro. Para comemorar a ocasião, a Biblioteca Escolar organizou um concurso de postais! Todos os alunos puderam escrever um postal para alguém à sua escolha, fosse uma pessoa real ou uma personagem fictícia, e colocá-lo na caixa de correio!

Sabias que... em Portugal, a origem dos correios remonta a 1520, ano em que foram criados pelo rei D. Manuel I?



THE LIBRARY CHALLENGE



A biblioteca lançou um desafio aos alunos da turma do 9.º B, no sentido de iniciarem uma "corrente de leitura" na EB 2,3 Fragata do Tejo - The Library Challenge (O Desafio da Biblioteca): Leva-me, Lê-me ou Relê-me e depois Partilha.

Porquê LER? O objetivo do desafio é que os alunos leiam um livro e que, a partir dele, PARTILHEM ideias, aprendizagens, sentimentos ou opiniões, em assembleia.

Neste período, foram excecionais! O aluno Lucas Vaz elaborou um explicativo flyer para divulgar a iniciativa. Alguns alunos apresentaram à turma, como primeira experiência de partilha, nas aulas de Português, com a professora Paula Cardoso e com a presença da professora bibliotecária e de outros colaboradores da biblioteca, as apresentações sobre os livros que leram, os sentimentos que brotaram dessas leituras e uma reflexão sobre o "porquê e para quê ler". Foram apresentações fantásticas!

Decorrente destas apresentações, irá ser feita uma exposição - "O BOOKFLIX" LER ESTÁ NA MODA - TENDÊNCIAS/SUGESTÕES do 9.º B.

PARABÉNS A TODOS!



PES (PROMOÇÃO E EDUCAÇÃO PARA A SAÚDE) EM AÇÃO

Ao longo deste 1.º período, na escola sede do agrupamento, decorreram diversas sessões de sensibilização destinadas aos alunos dos vários anos de escolaridade, resultantes da parceria com a Equipa da Saúde Escolar e o DICAD (Divisão de Intervenção nos Comportamentos Aditivos e nas Dependências).

Pretendeu-se, com estas sessões, sensibilizar e esclarecer os alunos para as temáticas abordadas.

Sessões de sensibilização realizadas

TEMA	DINAMIZADOR
Alimentação saudável e nutrição	Patrícia Santos - Saúde Escolar
Emprego e formação profissional	Isabel de Almeida - Biblioteca da Escola
Atividade física e saúde	Patrícia Santos - Saúde Escolar
Segurança rodoviária e prevenção de acidentes	Patrícia Santos - Saúde Escolar
Segurança e prevenção de crimes	Patrícia Santos - Saúde Escolar
Segurança e prevenção de crimes	Patrícia Santos - Saúde Escolar



CONCURSO LOGÓTIPO BE

PARTICIPAÇÕES ATÉ 15 DE DEZEMBRO
CONSULTA AS REGRAS NA BIBLIOTECA OU NAS
NOSSAS REDES SOCIAIS



DIA MUNDIAL DA ALIMENTAÇÃO

A alimentação saudável é a pedra fundamental para uma vida plena e equilibrada. Uma alimentação saudável, além de fornecer os nutrientes essenciais para o funcionamento adequado do corpo, desempenha um papel crucial na prevenção de diversas doenças, promovendo a longevidade e o bem-estar. Além disso, a alimentação saudável influencia diretamente o equilíbrio mental, impactando positivamente o humor e a capacidade cognitiva.

O Dia Mundial da Alimentação comemora-se a 16 de outubro e, ao longo de várias semanas, os nossos alunos foram sensibilizados para a sua importância, através de palestras/conversas com profissionais, realização de trabalhos e confeção de deliciosos pratos saudáveis, como sopa, pizza de vegetais e salada de frutas!

Ainda neste âmbito, realizou-se, no dia 06 de novembro, uma ação de sensibilização sobre Alimentação Sustentável, com o apoio do Centro de Saúde da Moita e do Núcleo da REFOOD do Barreiro!

Um agradecimento à Dra. Carla Nobre, à Enfermeira Diana Chaves, à Nutricionista Sofia Martins, do Centro de Saúde da Moita; à Eng.ª Alimentar Eli Rodrigues, da Câmara Municipal da Moita; e, ainda, à voluntária Carina, do Núcleo da REFOOD do Barreiro, por tão preciosa colaboração! Bem hajam!



ACRÓSTICO BE/CRE

Um acróstico é um tipo de texto em que as primeiras letras de cada linha ou parágrafo formam verticalmente uma ou mais palavras.

Os nossos alunos da turma E do 7.º ano meteram a imaginação à prova na aula de Português, sob a orientação da Prof.ª Maria José Café, e escreveram alguns acrósticos da BE/CRE (Biblioteca Escolar/Centro de Recursos Educativos)!

Obras!

Ler;

Conhecer;

Recordar;

Estudar!

N.º 18, Pedro Ricardo;
N.º 20, Rodrigo Canaria



Basta acreditar em ti;
És capaz de trabalhar sozinho;
Computadores e tudo para
Recriar atividades na brecre!
Ens mil e uma coisas pra fazer lá!

N.º 2, Anderson Leiria;
N.º 18, Pedro Simões

Brinquedo perfeito para qualquer um;

Estudar é crescer!

Caminhada para o sucesso é aprendizagem!

Riqueza do conhecimento,

E no final do livro vem o melhor!

N.º 13, Luana Costa;
N.º 19, Rita Queiroz



Brinca com os teus amigos na biblioteca.
Esticar o cérebro para saber mais.
Crer que aprender é saber mais.
LeR para aprender.
Estudar para recordar.

N.º 8, Gonçalo Caldeira;
N.º 9 Gustavo Covas

Basta ler um livro!
Estudando és melhor!
Com um
SoRriso na cara
AprEndes melhor!

N.º 7, Elana Neto;
N.º 21, Santiago Barros

Bem nos faz ler um livro!
Estudar nos faz pensar!

Como os livros nos fazem imaginar tanta coisa!
Relembramos os livros mais fascinantes!
Espaço mágico onde podes passar o teu tempo!

N.º 14, Mariana Rodrigues;
N.º 22, Tatiana Camilo



Na Biblioteca podes...
Estudar para ser alguém.
No Computador podes obter informação,
Requisitar livros
E jogar jogos de tabuleiro.

N.º 3, Ângelo Gomes;
N.º 15, Paulo Graça

TRISSALA EM TRANSFORMAÇÃO PROJETO DE REMODELAÇÃO COM APOIO DA COMUNIDADE

A Trissala da nossa escola está a passar por uma incrível transformação, liderada pela dedicada professora Kimie Kon e com a colaboração entusiástica dos alunos Maria Leonor Barros, Francisca Rosado, Marta Ramos e Lucas Vaz.

Contamos, também, com a valiosa contribuição dos professores Carmen Garcia e Rui Torres.

A iniciativa recebeu um apoio essencial da loja de tintas Liveincolers, que tornou possível a realização deste ambicioso projeto de remodelação.

Já podemos observar os primeiros resultados desta parceria, com espelhos e o logotipo acabado.

Além disso, a sala está em pleno processo de renovação, com a notável adição de uma parede de escalada, vencedora do Orçamento Participativo.

Este novo elemento promete trazer uma dimensão única à Trissala, proporcionando experiências desafiadoras e estimulantes para todos os alunos.

Um aspeto inspirador desta iniciativa é a participação ativa da comunidade escolar, que está a dedicar horas voluntárias para a concretização deste projeto.

A Trissala não é apenas um espaço físico, mas sim um reflexo da colaboração e do empenho de todos os envolvidos.

Aguardamos ansiosos pelos próximos capítulos desta história, certos de que a Trissala se tornará um lugar ainda mais especial graças ao esforço conjunto dos alunos, professores e apoiantes locais.



A ALIMENTAÇÃO DA CRIANÇA E O DESENVOLVIMENTO DA FALA

Escrito por: Terapeuta da Fala Marisa Pereira

A mastigação desempenha um papel importante no desenvolvimento harmonioso do ser humano, mas de que forma poderá estar interligada ao desenvolvimento da fala?

Mal nascemos, vamos aprendendo a deglutir os alimentos, primeiramente o leite materno e líquidos, depois as papas, a comida grumosa e, finalmente, os sólidos. A introdução é feita gradualmente e acompanha o desenvolvimento psicomotor da criança. A chegada de comida sólida à sua dieta constitui um marco no seu desenvolvimento e contribui para promover uma dieta saudável e equilibrada relativamente a todos os nutrientes necessários.

Além do aspeto nutricional, existe também o social, pois comer deverá ser fonte de prazer e também uma forma de participação inclusiva.

A relação entre a mastigação e a produção de sons do discurso está comprovada e é simples: falamos e comemos com os mesmos músculos e estruturas. Mais concretamente, a presença de alimentos sólidos desenvolve capacidades motoras orais e estimula a musculatura dos lábios, língua, bochechas e músculos maxilares. Conjuntamente com o cérebro, todos são necessários para a produção de palavras e construção de frases orais. A introdução de várias texturas desenvolve, pois, diferentes capacidades motoras essenciais para o desenvolvimento do discurso. Por exemplo, comidas com pedaços promovem a mastigação, ao passo que alimentos completamente liquidificados (passados) não. Por exemplo, os sons /t/, /d/, /g/, /k/ exigem particularmente maior robustez muscular por parte da língua e outras estruturas para que sejam corretamente articulados. Faltando esta, poderemos esperar um discurso pautado por sons mais inexatos, que irão afetar a fala em maior ou menor grau consoante o impacto na musculatura, podendo ser mais difícil compreender o que nos diz a criança. A força mandibular, o vedamento dos lábios praticados durante a mastigação quando a criança tenta engolir sem deixar escapar alimento pela boca, contribuirão para pronunciar melhor sons bilabiais (ou sejam que exigem a contração dos lábios, como /m/, /p/ ou /b/). Esta correlação é tão próxima que nos orienta, muitas vezes, em relação ao trabalho que cada criança necessita de fazer para atingir um discurso mais claro e perceptível.

Podemos concluir então que, além de contribuírem para uma dieta mais variada, inclusiva, que abre portas também a momentos de partilha de refeição sem restrições, a introdução de uma dieta variada em tipos de alimentos e consistências diferentes confirma que todas as etapas do desenvolvimento psicomotor oral estará a fazer-se harmoniosamente e traz grandes vantagens ao desenvolvimento da fala de forma adequada e correta.



Imagem retirada de: Premium AllImage | a baby comfortably sitting in a high chair eagerly eating a colorful plate of mashed fruits and veg. (freepik.com)

DIA DA BIBLIOTECA ESCOLAR

MÊS INTERNACIONAL DAS BIBLIOTECAS ESCOLARES

O Mês Internacional das Bibliotecas Escolares (MIBE) comemorou-se durante outubro, com o Dia da Biblioteca Escolar a celebrar-se no dia 23, já que, em Portugal, este dia é sempre celebrado na quarta segunda-feira de outubro!

Este ano, o mote do MIBE era "Biblioteca Escolar: o meu lugar preferido para criar e imaginar!" e, nas nossas escolas e nas nossas bibliotecas, foi exatamente isso o que os nossos alunos fizeram e continuam a fazer!



SEMANA EUROPEIA DA PREVENÇÃO DE RESÍDUOS

Decorreu, entre 18 e 26 de novembro, a Semana Europeia da Prevenção de Resíduos (EWW - sigla em inglês) que, este ano, "Embalagens – Não te deixes embrulhar!"

Se por um lado a utilização de embalagens veio facilitar, por exemplo, a conservação e transporte de alimentos, a verdade é que a quantidade de embalagens que são produzidas e que se transformam em resíduo, tornou-se num problema ambiental.

Nas nossas escolas, os alunos do 5.º E, 6.º C e 6.º D, orientados pela Prof.ª Olga Caeiro, visionaram uma apresentação com os dados que a EWW publicou sobre os resíduos das embalagens na União Europeia e as ações que podemos ter para minimizar este acréscimo de desperdício nos últimos anos.

Após um debate sobre o assunto com os alunos e, como a época onde o uso de embalagens aumenta exponencialmente está mesmo a chegar, aprenderam-se várias formas, mais sustentáveis, de embrulhar os presentes.



DIA NACIONAL DO PIJAMA

A 20 de novembro, celebrou-se, em Portugal, o Dia do Pijama, uma data em que o uso do pijama vai além do conforto de casa e passa a representar valores educativos e solidários entre crianças.

A "Missão Pijama" foi criada em 2012 e tornou-se, desde então, fundamental nas celebrações da Convenção Internacional dos Direitos da Criança. As datas coincidem e, por isso, este dia é tradicionalmente marcado pelo uso de pijamas nas escolas e atividades educativas e solidárias.

No nosso agrupamento, os alunos chegaram à escola vestidos com o seu pijama e acompanhados pela casinha mealheiro, cujos donativos se destinaram à Associação Mundos de Vida, com a missão de ajudar outras crianças.

Os alunos participaram, ainda, em diversas atividades educativas, inspiradas na "Missão Pijama", como a construção de robôs, refletiram sobre os Direitos das Crianças e construíam a Casinha da Família!



ERASMUS

Nos dias 13 e 16 de outubro e nos 25 e 26 de outubro, recebemos professores polacos, da escola Publiczna Szkoła Podstawowa im. Armii Krajowej w Zawierzbiu e da escola Szkoła Podstawowa Nr 205 im. Żołnierzy Powstania Warszawskiego. O objetivo desta visita foi a realização de um trabalho de "job shadowing" nas aulas de 1.º ciclo, história, educação física, informática, ciências físicas- químicas, português, inglês e artes. De lembrar que o primeiro grupo de professores (13 e 16 de outubro) eram da mesma escola que visitou o nosso Agrupamento no passado ano letivo.

Os professores polacos observaram os alunos nas salas de aulas e aproveitaram para conhecer a Escola Básica Fragata do Tejo e a Escola Básica do 1.º Ciclo N.º 1 da Moita. Conversaram com professores, funcionários e alunos e ficaram encantados com a receção que tiveram no nosso Agrupamento!





HALLOWEEN

O Halloween, celebrado em muitos países ao redor do mundo, é uma festividade repleta de magia, mistério e diversão. Inspirado em tradições celtas e cristãs, esta celebração tornou-se um fenómeno cultural que transcende fronteiras. O Halloween é mais do que uma simples celebração: é um convite para soltar a imaginação, superar medos e compartilhar momentos memoráveis com amigos e familiares.

Nas nossas escolas, os alunos participaram com muito entusiasmo nas atividades, com a realização de trabalhos fantásticamente assustadores!



HALLOWEEN



DIA MUNDIAL DO NÃO FUMADOR

A 17 de novembro, comemora-se o Dia Mundial do Não Fumador, instituída em Portugal pela Resolução do Conselho de Ministros n.º 35/84, de 11 de junho, após ter sido recomendado pela 5ª Conferência Mundial sobre a Prevenção do Tabagismo a nível mundial a partir do ano de 1984.

Fumar é a principal causa de morte evitável a nível mundial e este dia visa sensibilizar as populações para os fatores de risco associados ao consumo de tabaco e as formas mais eficazes para deixar de fumar.

Nas nossas escolas, os alunos elaboraram cartazes e panfletos!



SABIAS QUE...?

20 minutos após parar de fumar, a frequência cardíaca baixa. Em 12 horas, o nível de monóxido de carbono no sangue volta ao normal. Em 2 a 12 semanas, a circulação melhora e a função pulmonar aumenta. Entre 1-9 meses, a tosse e a falta de ar diminuem. Dentro de 5 a 15 anos, o risco de AVC é reduzido ao de um não fumante. Em 10 anos, a taxa de mortalidade por cancro de pulmão é metade da de um fumante. Em 15 anos, o risco de doença cardíaca é igual ao de um não fumante.





Agrupamento de Escolas
fragata tejo

REBE REDE DE BIBLIOTECAS ESCOLARES

CONCURSO

"ESCRITA DE NATAL"

COM A BE, VOU CRIAR E IMAGINAR!

PARTICIPAÇÕES ATÉ 15 DE DEZEMBRO

Consulta as regras na biblioteca ou nas nossas redes sociais





CLUBE DE CIÊNCIAS

Recomeçaram, no mês de outubro, as atividades do clube de Ciência Viva "Experimentalis Frigate". Iniciou-se a montagem de braços robóticos e a aprendizagem da sua programação. Simultaneamente, está a ser inventariado o novo material que chegou. Durante este ano, está programada uma saída para um centro Ciência Viva, a visita a instituições de ensino de superior, onde vamos saber mais sobre a utilização do recurso que é a água e sobre desenvolvimento sustentável, e algumas saídas de campo para recolha de amostras para análise.

No final do passado ano letivo, a nossa escola passou a ter uma estação meteorológica (MeteoFragata) da Weatherlink. Qualquer pessoa pode instalar, no seu telemóvel, a app que torna possível a leitura dos dados emitidos pela estação. Ainda no ambiente do clube, foi fornecida ao grupo de educação física uma balança digital para recolha de dados como peso e altura, para serem trabalhados no âmbito da "alimentação saudável".

Juntando as atividades do clube e as solicitações da escola polaca Zespól Szkół Kształcenia Ustawicznego w Rzeszowie, vai ser realizado um trabalho conjunto que culminará com a receção de um grupo de 10 alunos e um professor polacos. Durante uma semana em maio, os alunos polacos vão participar nas nossas aulas e também vão ser realizadas atividades culturais conjuntas.



SÃO MARTINHO

O São Martinho é uma celebração tradicionalmente portuguesa, que ocorre a 11 de novembro, e é famosa pela tradição de assar castanhas, com as pessoas reunidas ao redor de fogueiras para compartilhar esse momento especial. A lenda de São Martinho, conhecida por todos, relata o ato generoso do soldado romano Martinho, que dividiu sua capa com um mendigo numa noite fria. Em agradecimento, o sol brilhou com intensidade, trazendo calor à atmosfera.

Os alunos do nosso Agrupamento também trabalharam a lenda de São Martinho, através de canções e recriações! Recortaram, colaram e pintaram pacotinhos para as castanhas. Claro que, no final, não faltaram umas quentinhas e deliciosas castanhas assadas!



A TERRA TREME

No dia 14 de novembro, às 11h14, o nosso Agrupamento integrou o exercício nacional A TERRA TREME, exercício público de sensibilização para o risco sísmico, promovido pela Autoridade Nacional de Emergência e Proteção Civi.

Esta iniciativa, com a duração de apenas 1 minuto, procura chamar a atenção para o risco sísmico e para a importância dos 3 gestos simples que os cidadãos devem adotar em caso de sismo, mas que podem salvar vidas: BAIXAR, PROTEGER E AGUARDAR!

Os nossos alunos aplicaram os seus conhecimentos com distinção nesta simulação!

