

# O Marinheiro

Jornal Escolar da Escola Básica da Marinheira, Madeira

f marinheira

## Prémio de Mérito



Decorreu no dia 12 de setembro no Museu da Imprensa da Madeira, em Câmara de Lobos, a cerimónia de entrega do Prémio de Mérito Escolar Joaquim Pestana, poeta câmara-lobense do século XIX. No total foram distinguidos 123 alunos desde o 1º ciclo ao ensino secundário, passando pelos cursos profissionais e percursos alternativos. Este prémio pretende reconhecer os melhores alunos de cada ano de escolaridade de todas as escolas do concelho, no ano transato.

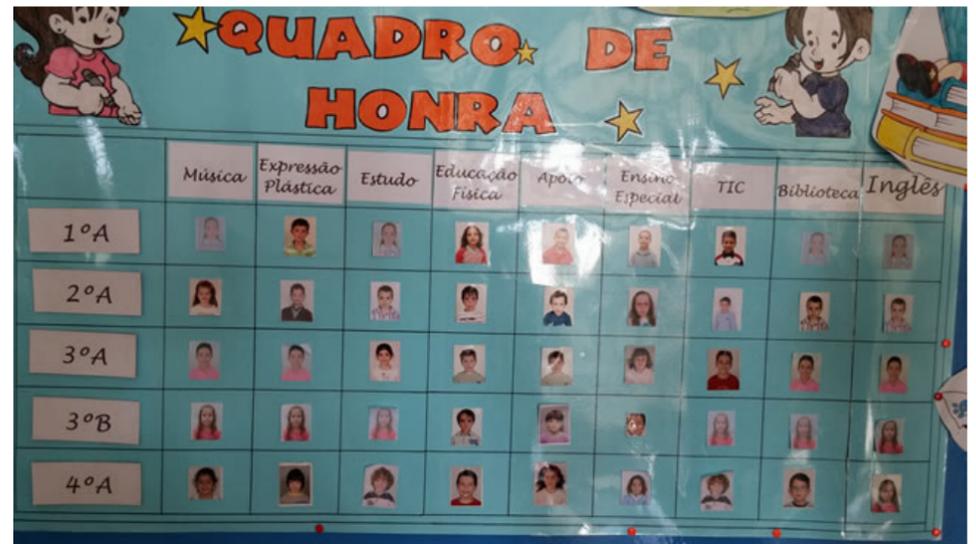
Estiveram presentes na cerimónia o Secretário Regional de Educação, Jaime Freitas, e o presidente da Câmara Municipal de Câmara de Lobos, Pedro Coelho. Ambos enaltecem o esforço e dedicação não apenas dos alunos distinguidos, mas também das suas famílias e das respetivas comunidades educativas.

A escola da Marinheira esteve representada pelos alunos que no ano letivo 2013/2014 revelaram um melhor desempenho escolar: Guilherme Soeiro, Valéria Abreu, Francisco Figueira e João Pedro Freitas.

## Quadro de Honra

Este ano, a EB1/PE da Marinheira decidiu implementar o Quadro de Honra.

Trata-se de uma estratégia que visa não só premiar os alunos que mais se destacam nas diferentes atividades de enriquecimento curricular, mas também criar estímulos e motivação no sentido de uma crescente melhoria no trabalho individual.



Para o efeito, cada docente escolherá, trimestralmente, um aluno do 1º ciclo, de cada ano de escolaridade, que mais se destaque na sua área, atendendo aos seguintes critérios: aquisição de conteúdos e competências, assiduidade, pontualidade, empenho, participação, interesse, organização e comportamento.

A foto dos alunos premiados foi exposta num cartaz elaborado para o efeito.

## Feliz Natal

### Aconteceu



Destacamos as atividades próprias do 1º período como o Halloween, o Pão-por-Deus ou o Magusto.

// p.2

### SRPNE



Seguindo a tradição do ano anterior, comemorámos a Semana Regional da Pessoa com Necessidades Especiais.

// p.8

### Trabalhos dos alunos



Dedicamos uma secção à apresentação de alguns dos trabalhos das turmas.

// p.11

### Últimas



Como é hábito, por esta altura celebramos o Natal aqui na escola com a tradicional festa.

// p.17

## Dia da Alimentação

No âmbito das comemorações do Dia Mundial da Alimentação, evento celebrado no dia **16 de outubro**, a nossa escola decidiu assinalar a data com a confeção de uma sobremesa saudável.

Assim, as crianças do Pré-Escolar, ao longo da semana trouxeram fruta variada e, com a ajuda das Educadoras e das Auxiliares, todos os meninos tiveram a oportunidade de experimentar frutos novos e de participar na confeção da salada de fruta. O resultado traduziu-se numa saborosa sobremesa consumida ao almoço. Uma forma lúdica de incentivar as crianças a terem hábitos de alimentação saudáveis.



## Cumpriu-se a tradição!

# HALLOWEEN

De caráter internacional, o Halloween, também festejado no dia **31 de outubro**, trata-se de uma tradição anglo-saxónica, de origem pagã. A nossa escola decidiu assinalar esta data com a decoração da sala de Inglês e a realização de adereços assustadores.

Os alunos, como tem sido habitual nos anos anteriores, aderiram muito bem às atividades propostas, revelando entusiasmo e interesse pela festividade.

Realizou-se por altura do Halloween um concurso de chapéus de bruxa utilizando materiais reciclados. Os premiados foram: 1º lugar Andreia Henriques (1ºA); 2º lugar André Jesus (2ºA) e 3º lugar Milton Santos (3ºA). Parabéns aos vencedores pela sua criatividade!



## Pão-por-Deus

A nossa escola assinalou no dia 31 de outubro o Pão-por-Deus. Trata-se de uma festividade na qual, tradicionalmente, se efetua a partilha de alimentos, nomeadamente frutos típicos da época. A sua história remonta a séculos passados e retrata o costume, de origem portuguesa, de as crianças realizarem um peditório. Na escola da Marinheira, as crianças trouxeram, ao longo da semana, frutos de casa e efetuaram a sua partilha.

De salientar que a Expressão Plástica contribuiu com a concretização e decoração dos saquinhos.



## Teatro "Solta a Corda"

A nossa escola foi brindada no dia 6 de novembro com a apresentação da peça de teatro com marionetas de fio *Solta a corda*, dinamizada pela Equipa de Animação do DSEAM.

Tratou-se de um momento em que as crianças foram transportadas para o mundo fantástico do Cosmos, a partir da narração da história da menina "Luna". Um conto recheado de valores, ricamente enquadrado num cenário assombroso.

Os alunos do Pré-Escolar, 1º e 2º anos corresponderam favoravelmente, revelando-se interessados e participativos aquando a exploração da história.



## Teatro "A Gata Borralheira"



No dia 28 de novembro a turma do 3ºA foi a uma visita de estudo ao Cine Teatro de Santo António para ver a peça de teatro "A Gata Borralheira".

Os alunos tiveram a oportunidade de, previamente, nos dias que antecederam a ida ao teatro, trabalhar a história tradicional e já iam com curiosidade para ver se a peça era igual ou diferente.

Apesar de ser fiel à história tradicional em alguns aspetos houve momentos que não era bem igual, o que a tornou ainda mais interessante.

Os alunos mantiveram-se atentos e interagiram com os atores, quando solicitados.

Foi uma peça de teatro em que os alunos aprenderam alguns valores importantes para as suas vidas, nomeadamente não prejudicarem os outros intencionalmente, não serem demasiado ambiciosos, não serem invejosos, serem solidários, entre outros.

Foi uma visita de estudo que privilegiou a socialização e a comunicação.

## Magusto

Desde tempos antigos que o dia 11 de novembro é dedicado ao São Martinho. Neste dia, um pouco por toda a região, assinala-se o evento com a realização de algumas atividades de cariz tradicional.

Na nossa escola, uma vez mais quisemos preservar a tradição e, a par da exploração da Lenda de São Martinho e de outras atividades pedagógicas, realizámos o Magusto. Os alunos contribuíram ativamente com a entrega de castanhas, tendo-se contado na sua confeção com a ajuda de um Encarregado de Educação. Todos os alunos tiveram a oportunidade de encher os seus cartuchos com deliciosas castanhas assadas.



## Desporto Escolar



## Multiatividades desportivas

Realizou-se, ao longo da manhã de 28 de outubro, no parque de Santa Catarina, no Funchal, o primeiro encontro do Desporto Escolar 2014.

Denominado de Multiatividades Desportivas e Atletismo Jogado, tem como finalidade proporcionar aos alunos a realização de atividades diversas e diferenciadas das comuns ao dia a dia da escola, como por exemplo, slide, escalada e tirolesa.



No dia 17 de novembro, foi a vez de se realizar, no Estádio da Madeira, mais uma atividade do Desporto Escolar, direcionada para os alunos do 1º e 2º anos.

Os alunos fizeram diversas atividades relacionadas com a modalidade de ginástica, utilizando aparelhos que não existem na escola.

A atividade culminou com uma coreografia conjunta entre todos os alunos participantes.



## Palestra : Educar para a Felicidade

No dia 26 de novembro, a escola da Marinheira promoveu uma palestra subordinada ao tema “Educar para a Felicidade”, inserida no Projeto FlowEscolas. O evento teve como dinamizador o Professor Doutor Ricardo Alves e dirigiu-se aos Encarregados de Educação e restante comunidade escolar. De salientar que a adesão foi significativa.

A dinamização da palestra ocorreu num ambiente descontraído, a partir do qual o palestrante abordou, de uma forma entusiasmada, assuntos relacionados com a felicidade do ser humano, levando a assembleia a questionar-se e a reflectir. Vários foram os momentos em que se estabeleceu uma ponte entre a escola e a família, enquanto entidades promotoras da educação e felicidade das crianças. As pessoas foram convidadas e envolvidas numa reflexão conjunta sobre os comportamentos, atitudes e escolhas que norteiam o quotidiano de cada um de nós. No fundo, o momento serviu para passar uma mensagem de esperança num tempo conturbado, apelando aos afetos e à necessidade de sermos assertivos com o próximo.

No cômputo geral, a palestra representou um momento significativo em que cada um dos presentes teve a oportunidade de se voltar um pouco para o seu interior, aprendendo novas perspetivas para olhar a vida.



## Serafim e Malacueco na corte do Rei Escama

Durante o primeiro período, a turma do 4ºA trabalhou diversas obras literárias, integradas no Plano Nacional de Leitura. Uma delas foi o Teatro às Três Pancadas, que incorpora alguns textos dramáticos. Um desses textos, foi escolhido para realizar uma pequena dramatização, que se intitula “*Serafim e Malacueco na corte do Rei Escama*”. Após diversas leituras e estudo do texto (através de visionamento de vídeos, elaboração de fichas de interpretação, pesquisas de palavras...), alguns alunos da turma começaram os ensaios da pequena peça dramática. Decoraram os diálogos e a ordem das didascálias.



A apresentação da peça decorreu no dia quatro de dezembro aos alunos da turma do segundo A, que decorreu bem, com os alunos do segundo ano bastante entusiasmados e animados pelo desempenho dos pequenos “atores” da turma do quarto ano.

## Oficina do Pai Natal



No dia 15 de dezembro os alunos do 1º e 2º anos, acompanhados por 4 adultos foram em visita ao Centro Paroquial da Nazaré em São Martinho, a fim de assistirem a uma peça de teatro denominada “A oficina do Pai Natal”.

Esta peça foi da responsabilidade do Gabinete de Expressão Artística da Madeira, que apresentou um misto de teatro e marionetas, aliando fantasia e realismo (valores) sobre situações desta época festiva.

Foi um belo espetáculo de animação cativou a atenção de pequenos e graúdos do princípio ao fim.



# ECO-ESCOLAS

O crescente desenvolvimento de atitudes e práticas ambientais sustentáveis, faz com que as escolas adotem, cada vez mais, comportamentos *amigos do planeta* e tentem criar cidadãos mais responsáveis pelo seu próprio futuro.

Assim, tendo em conta esta ideia, no dia 7 de novembro de 2014, realizou-se a Cerimónia de Hastear as Bandeiras Verdes, relativas à obtenção do galardão 2013/2014, de todas as Escolas do concelho de Câmara de Lobos, do Projeto Eco-Escolas.

A escola da Marinheira aliou-se a esta iniciativa através da participação da turma do 3ºB. Assistiu-se a uma cerimónia simples que contou com o discurso de várias entidades, a entrega de certificados, o hastear das Bandeiras e culminou com um eco desfile, em que as Escolas puderam apresentar alguns fatos criados



a partir de materiais reutilizáveis.

Esta cerimónia evidencia o esforço que as escolas manifestam na prossecução dos seus projectos, nomeadamente do projeto Eco-Escolas; a EB1/PE Marinheira, continua na mesma linha de orientação e já se trabalha para o próximo galardão...



## Atividade Experimental: A Água dos Polos



Aliar o tema “Água” às alterações climáticas é uma tarefa imprescindível para os alunos entenderem as modificações que se vão constatando no planeta, à medida que o tempo vai passando.



Assim, na aula do Projeto Eco-Escolas, os alunos do 4º ano puderam realizar uma atividade experimental, cujos objetivos foram:

- Distinguir, ao nível da constituição, a água doce da água salgada;
- Introduzir os conceitos «soluto» e «solvente»;
- Observar o comportamento dos icebergs;
- Reconhecer que a parte visível dos icebergs é muito inferior, cerca de 1/8, à que se encontra submersa;
- Conhecer as principais características do Ártico e da Antártida;
- Compreender que as alterações climáticas podem influenciar a distribuição das espécies;
- Compreender o efeito devastador da poluição no processo de degelo;

Desta forma, a partir da utilização de água com sal, cubo de gelo e álcool, pôde-se simular uma situação prática de água do mar (num recipiente) e água do mar com elementos poluidores (noutro recipiente).

recipiente).

Os alunos puderam constatar que a água poluída teve um efeito mais rápido no processo de derretimento do iceberg, o que comprova que a poluição dos mares está a provocar alterações aos icebergs e, conseqüentemente, no estilo de vida de algumas espécies marinhas que usufruem dos seus habitats neste tipo de superfícies.



Elemento poluidor: álcool etílico.



Iceberg em água poluída.



Iceberg em fase de desaparecimento.



Alunos observam os resultados.

## Ação de Sensibilização: Separação de Resíduos



No âmbito do Projeto Eco-Escolas, a escola da Marinheira promoveu no dia **28 de novembro** uma ação de sensibilização relacionada com a separação de resíduos.

O evento dirigiu-se ao Pessoal não Docente e teve como objetivo consciencializar os funcionários para a importância da correta separação dos resíduos e, simultaneamente, dotá-los de conhecimentos básicos nessa matéria.

A ação foi desenvolvida pela professora Janette Ramos, coordenadora do projeto.





# SRPNE 2014

Semana Regional da Pessoa com Necessidades Especiais

Pelo segundo ano consecutivo, a escola da Marinheira associou-se a esta iniciativa regional que visa lutar por um futuro melhor para a população com necessidades especiais e alcançar níveis efetivos de inclusão social.

## INCLUSÃO: tornemos o desafio real!

“A educação especial e de reabilitação tem por objetivo a inclusão educativa e social, o acesso e o sucesso educativo, a autonomia, a estabilidade emocional, bem como a promoção da igualdade de oportunidades, a preparação para o prosseguimento de estudos ou para uma adequada preparação para a vida pós-escolar ou profissional das crianças e dos jovens com necessidades educativas especiais.”

(Decreto Legislativo 33/2009)

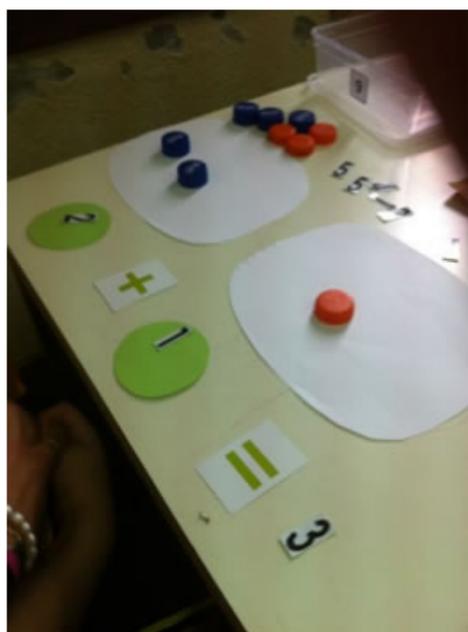
### opinião\*

Todas as crianças devem ter o direito de alcançar o sucesso educativo e social bem como sentirem-se felizes e capazes na sua vida escolar, familiar e social. Neste sentido, para que todas as crianças tenham essa oportunidade, o docente da educação especial deverá promover, adaptar e consolidar a prática educativa de acordo com as dificuldades dos alunos.

Assim sendo, durante o 1º período, a intervenção pedagógica especializada foi direcionada para a organização das salas do 1º e 2º anos, planificação de atividades curriculares, organização de portefólios e cadernos, organização das áreas de computador e brincadeira, bem como área individual de trabalho dos alunos.



Torna-se imprescindível referir que a utilização de materiais multissensoriais são uma parte integrante e imprescindível para a consolidação das aprendizagens, quando falamos de alunos com necessidades especiais. Recorrer aos sentidos é uma forma de recordar e viver as aprendizagens!!!



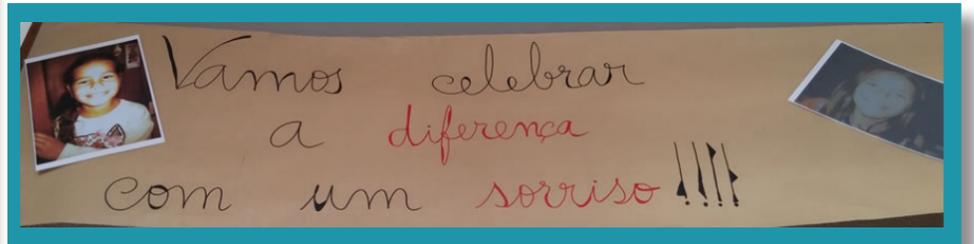
Siga-nos no Facebook e veja as imagens e histórias das atividades realizadas na nossa escola no âmbito da Semana Regional da Pessoa com Necessidades Especiais.

[facebook.com/marinheira](https://www.facebook.com/marinheira)

Esta é uma escola que aceita e valoriza a diferença e esses são valores para toda a vida!

\* Professora da educação especial Sofia Melo

# Exposição de Trabalhos



# Workshops



FESTA FINAL





# Plano Nacional de Leitura



Ilustração da história "A Ovelha rosa de D. Rosa" de Donald Buchweitz, narrada pelos alunos do 3ºB (Andreia Henriques)

Ilustração da história "O Coelho Branco" (Leandro Gonçalves)



Pão-por-Deus (Tiago Afonso)

O Banho e o Duche (Rodrigo Neves)



Trabalho de grupo alusivo à comemoração do Pão-por-Deus



No âmbito do Plano Nacional de Leitura, os alunos do 1º ano trabalharam uma obra de António Torrado "O Coelho Branco". Entre os dias 6 e 17 de outubro, estes observaram, ouviram e recontaram a

história que, por apresentar uma linguagem mista (linguagem escrita e pictórica), suscitou grande curiosidade pela mesma. A partir desta, foram realizados trabalhos e pesquisas sobre o autor e sobre a obra, da qual resultou a composição cuja foto documenta.

## O cão do João

Guilherme Soeiro

O cão do João  
é muito trapalhão.  
Faz muitos disparates,  
e rebola no chão.



O cão do João  
chama-se Pimpão.  
Rói os chinelos,  
mas tem um bom coração.

O cão do João  
vai com ele à escola.  
Tem muitos amigos,  
mesmo se morde a bola.

## O meu animal de estimação

Micael Mizeu

O meu gato  
É muito brincalhão  
Ora pula  
Ora rebola no chão.

O meu gato é peludo  
Tem o pelo branquinho  
É muito divertido  
E também é fofinho.



20A

Textos Coletivos



## O outono

O outono é uma das quatro estações do ano. Durante o outono algumas árvores deixam cair as folhas formando lindos tapetes mágicos. A natureza transforma-se em belos tons. Podemos observar o amarelo, o castanho, o laranja, o vermelho, entre outros. O cheirinho da natureza fica mais intenso. As plantinhas oferecem-nos sabores diferentes.

No outono predominam os momentos de silêncio entre os sons da natureza. Os seres vivos sentem algum frio. O vento sopra mansinho e a chuva cai levemente dando movimento e brilho à natureza. A temperatura diminui e alguns animais (andorinhas, cegonhas) emigram para outros cantinhos. Nós usamos roupas mais quentinhas.

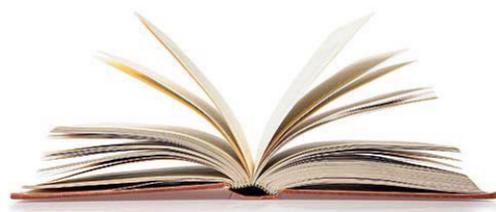
As nossas brincadeiras são divertidas. Podemos pegar nas folhinhas, lançar papagaios, correr na direção do vento, sentir a chuva,...

Os dias são mais curtos e as noites mais longas.

Nós gostamos muito do outono.

## Se eu fosse...

### ... um livro!



Se eu fosse um livro, eu seria o melhor amigo de todos os seres vivos.

A minha capa seria em tom de branquinho e douradinho.

As minhas letrinhas seriam fofinhas. Os meus desenhos seriam amorosos e coloridos. O meu número de páginas seria infinito. Eu seria gigantesco.

Teria umas asas brancas. Eu seria um anjinho e ajudaria o planeta Terra. Seria um livrinho com um coração cheio de sentimentos queridinhos (carinho, amor, amizade, ternura, bondade, simpatia, ...).

Eu observaria e ajudaria a natureza/ambiente. Acompanharia todos os seres vivos nos momentos bons e de sofrimentos.

Se eu fosse um livro transformaria o nosso cantinho num paraíso.

### ... um golfinho!

Se eu fosse um golfinho seria o melhor amigo do planeta Terra.

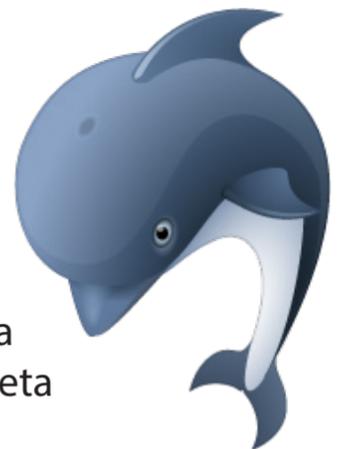
O meu corpo seria grande e em tom cinza. Os meus olhinhos seriam azuis. O nariz seria comprido. A minha boca seria em tom rosa. Teria umas longas barbatanas. Eu seria o animal mais inteligente do mundo.

O meu coração guardaria sentimentos queridinhos (amor, paixão, amizade, bondade, carinhos, ternura, simpatia, ...).

Eu tentaria passar na água dos oceanos, na terra e no mar para conhecer todos os seres vivos. Estaria atento a todas as situações.

Eu teria uma grande família. Nós estaríamos sempre juntinhos.

Ajudaria todos os seres vivos a serem felizes todos os dias e iria proteger e defender o mundo. Seria um golfinho especial.





## Quadras de São Martinho

S. Martinho, S. Martinho  
Compra o pão e bebe o vinho  
S. Martinho, S. Martinho  
Assa castanhas e bebe o suminho.

Tatiana

É dia de S. Martinho  
Vamos apanhar castanhas  
Assá-las e comê-las  
Saborosas e quentinhas.

Miguel

S. Martinho  
Vem assar castanhas comigo  
Vem brincar comigo  
E comer bacalhauzinho.

Valéria



S. Martinho milagroso  
Oh! Meu adorado santo  
Dá-me castanhas assadas  
Que é coisa de que gosto tanto!

Rosário

No dia de S. Martinho  
Os mais velhos bebem o vinho  
Assam castanhas  
E os mais novos bebem suminho.

Nádia

Castanhas e bacalhau assado  
No S. Martinho são tradição  
As crianças divertem-se  
E aprendem uma lição.

Aléxis

A 11 de novembro  
Comemoramos o S. Martinho.  
Comemos castanhas assadas  
e os adultos provam o vinho.

João

No dia de S. Martinho  
Come bacalhau assado  
Prova o vinho  
E fica saciado.

Afonso



## A minha terra, antigamente!

Andreia Dinis



e para beber e cozinhar iam às fontes buscar água.

As estradas não eram alcatroadas, eram de pedra.

Nos tempos livres, as meninas, brincavam à cabra-cega, ao lencinho, ao anel e à corda e os meninos jogavam ao pião e andavam de carrinhos de esferas. As raparigas aprendiam a bordar e a fazer tapetes de flores.

Para passar a ferro era usado um ferro de brasas.

A vida não era fácil, mas todos pareciam felizes.

Quando eu nasci, os meus pais viviam na Ilha da Madeira, mais precisamente na freguesia do Estreito de Câmara de Lobos.

Antigamente, as pessoas trabalhavam muito na terra. Os instrumentos mais usados eram a enxada, a foice e a pá.

Também não havia luz elétrica, nem havia água em casa. As casas eram iluminadas com luzes de petróleo ou então com velas. Para lavar a roupa, as pessoas iam às "poças"



## Feriado Municipal

Valéria Abreu

O nosso concelho é Câmara de Lobos. É um dos onze concelhos da Região Autónoma da Madeira. O feriado municipal é comemorado a 16 de outubro. Neste dia há cerimónias oficiais na Câmara Municipal.

No dia 16 de outubro nós não viemos à escola, mas aprendemos que o nome do nosso concelho se deve a uns lobos-marinhos que foram encontrados a dormir em cima de pedras quando o descobridor João Gonçalves Zarco explorava a nossa ilha.

No início, chamou-lhe "Cama de Lobos", mais tarde passou a chamar-se Câmara de Lobos.

É bom viver neste concelho e conhecer a sua história.



problema matemático

$$3+4=7$$

A escola da Marinheira foi inaugurada em MCDXCIX.



Quantos anos tem a escola da Marinheira? \_\_\_\_\_

Quantos anos tinha a escola quando nasceste? \_\_\_\_\_



Para a SRPNE, a turma do 3º B trabalhou uma fábula sinfónica, cujo tema era sobre a **Diferença** e a **Amizade**. Os alunos recontaram a história na sala de aula e dialogaram sobre os valores nela contidos e sua importância. Apresentaram, ainda, uma dramatização para todos os alunos, professores e funcionários da escola.



## A Quinta da Amizade

Numa noite de temporal, os animais acordaram assustados com a notícia de que uma grande tempestade estava a chegar. Sem saberem para onde ir, correram em todas as direções. De repente, ouviram crianças a chamá-los para se abrigarem na Quinta da Amizade.

Quando chegaram à quinta, os animais brincaram com as crianças, até que ouviram um barulho estranho. Era o elefante que também procurava um abrigo. Contudo, os animais assustaram-se, porque nunca tinham visto um animal assim e, por ser diferente, expulsaram-no da quinta.

Triste, o elefante foi desabafar com as crianças:

- Os animais não querem ser meus amigos! Podem ajudar-me?
- Claro que sim! Nesta quinta existe uma regra muito importante: ser amigo de todos! – exclamaram as crianças.
- Já sabemos como te vamos ajudar.

As crianças dirigiram-se aos animais e entoaram a Canção da Amizade, que fez com que os animais percebessem que todos eram diferentes e, o que realmente importava, era serem amigos.

Se o elefante é pesado  
 Não é por isso que não tem um coração.  
**Gostar de todos, ser amigo de verdade:  
 Esta é a lei da nossa Quinta da Amizade.**

Não é pecado ser diferente:  
 Se toda a gente fosse igual a toda a gente  
**O nosso mundo era muito aborrecido...  
 E este elefante é um bicho divertido!**

Uns têm bico, outros focinho;  
 O cão pastor não é igual ao passarinho;  
**O pato grasna, arrulha a pomba...  
 Porque não há de o elefante andar de tromba.**

*Poema: João Aguiar*

*Música: Jorge Salgueiro*

A Beatriz foi contar a história "**A Ovelha Rosa da Dona Rosa**" aos alunos do 1ºA.



A turma do 3ºB realizou alguns problemas. Diverte-te a tentar resolvê-los!

Na véspera de Natal, o Pai Natal foi distribuir os presentes por todo o mundo. A primeira paragem foi em Portugal e deixou 149 999 presentes. A seguir, parou em Espanha, deixando 257 521 presentes. De seguida, dirigiu-se a França e lá ficaram 281 499 presentes.

- a) Até este momento, quantos presentes já foram distribuídos?
- b) Decompõe esse número.
- c) Arredonda-o, preenchendo a seguinte tabela.

Número	Centena de Milhar	Dezena de Milhar	Unidade de Milhar	Centena	Dezena



## Dia Mundial da Alimentação

Francisco Figueira & Nélio Santos

No dia dezasseis de outubro comemora-se o Dia Mundial da Alimentação. É um dia muito importante para a nossa saúde! O Dia Mundial da alimentação foi criado para lembrar às pessoas de todo o mundo a importância de uma alimentação saudável e equilibrada. A alimentação é o primeiro passo para sermos saudáveis, juntamente com a prática de exercício físico regular.

Neste dia é importante lembrar a roda dos principais alimentos que devemos consumir. Divide-se em grupos de diferentes tamanhos, de acordo com a proporção de alimentos a ingerir. Devemos ingerir todos eles são importantes para o correto funcionamento do organismo.



Existem sete grupos na roda dos alimentos, seguido dos seguintes grupos: hortícolas,

Se seguirmos a roda dos alimentos teremos completa. Por todos esses motivos vamo-nos esforçar por ter uma alimentação correta e seguir os conselhos da roda dos alimentos, para termos um futuro saudável.

do maior é o grupo dos cereais e derivados, fruta, laticínios, carne/ peixe/ovos.

uma alimentação variada, equilibrada e

esforçar por ter uma alimentação correta e seguir

## Dia da Partilha

Pedro Santos

No dia 31 de outubro comemora-se o grande dia da partilha, o "Pão por Deus".

Na minha escola é uma tradição muito popular, na minha ilha (Madeira) é um dia muito especial. Na "Expressão Plástica" fiz um saquinho muito bonito e em todos os anos a nossa professora faz sempre um saco diferente. Quando chegámos, o professor das aulas curriculares falou sobre o Pão por Deus e principalmente sobre a partilha que é fundamental.

Depois do intervalo, o professor decidiu partilhar os frutos do outono (castanhas, figos secos, banana, nozes, amendoim, maçã, laranja...). Uns dias antes trouxemos frutos para partilhar com os nossos colegas. Nesse dia todas as pessoas estão alegres, cheias de amizade e de bondade. E nós adoramos os doces!

No nosso País, principalmente no sul do país, comemora-se o Pão por Deus. É uma tradição que existe há muitos anos. E comemora-se todos os anos. Eu gosto de partilhar e todos devíamos gostar.

É um dia muito especial! Adoro partilhar!



## Ser diferente é bom!

Ser diferente é bom, se fossemos todos iguais o mundo não teria sentido... Imaginemos se todos nós tivéssemos os mesmos gostos?

la ser uma grande confusão! Todos nós iríamos vestir da mesma forma, íamos usar a mesma cor, os mesmos penteados. la ser muito aborrecido!

Não teríamos só os mesmos gostos, também teríamos as mesmas formas de agir. A sociedade ficaria monótona e sem ideias novas. Não conseguiríamos ter ideias novas ou seja não evoluiríamos como pessoas.

Já vimos que não podemos ser todos iguais, porque precisamos de evoluir. Assim devemos aceitar as diferenças de todas as pessoas, incluindo as diferenças de cor, raça e intelectuais. Na nossa escola também há meninos diferentes. Alguns alunos têm dificuldades na aprendizagem, outros na aula de Educação Física e outros na linguagem. Contudo devemos aceitar as suas limitações e tentar reforçar as suas qualidades, porque todas as pessoas têm qualidades e defeitos.

Concluimos que ser diferente não é motivo para exclusão. Devemos aceitar todas as pessoas como elas são. Todos diferentes, mas todos amigos!

Texto coletivo



## + - Desafios

## × = Matemáticos

Durante o primeiro período do presente ano letivo, a turma do 4º A esteve a trabalhar números fracionários. Parece difícil, contudo através da utilização de algumas estratégias, aprender frações até se revela engraçado! Resolveram diversas situações problemáticas, algumas propostas pelo **Projeto CEM** (Construindo o Êxito em Matemática), no qual participaram através de várias atividades e jogos, utilizando materiais manipuláveis, como barras *cuisenair*, sólidos geométricos e o *tangram*. Assim, aprender matemática torna-se motivador e divertido!



## A Alegria do Natal

Sónia Gonçalves (4ºA)

Era uma vez uma estrela cadente. A estrela gostava de realizar desejos e de ver pessoas contentes.

De noite, numa noite de Natal, havia um menino pobre.

Ele desejava ter por perto os seus pais para festejar o Natal que, para ele, significava muito. Como a estrela cadente só passava uma vez por mês, ele pedia sempre um desejo.

O menino, que se chamava Martim, tinha um amigo chamado Antony.

De repente, apareceu-lhe um menino à frente, mas mais velho. O Martim não sabia quem era e perguntou-lhe:

- Quem és tu?

Respondeu-lhe, então:

- Jesus! E quem sois vós?

- Sou Martim, aquele que é pobre, aquele que não tem família, mas sim um amigo que me ama!

- Que fazeis aqui? - perguntou Jesus a Martim.

- Não tenho família! Olha ali Jesus, uma estrela cadente! - exclamou o menino.

- Pede-lhe um desejo! - advertiu Jesus

O menino pediu:

- Senhora Estrela: eu desejo ter uma família e festejar este dia em comunhão!

Jesus, como gostava de crianças, achou que o Martim iria ficar muito contente com o desejo. Por isso, fez acontecer o que Martim mais queria.

Então, chegou um casal que queria adotar uma criança. Martim aceitou porque foi sempre seu grande desejo. Então exclamou:

- Jesus do Universo, estes são de confiança?

Jesus respondeu-lhe:

- Claro que sim! Amareis ao próximo como a ti mesmo!

- E porquê é que... E o meu amigo Antony... ele... ele... ele... - exclamou Martim angustiado.

- Ele fica bem. Acredita! - disse Jesus.

Desde esse dia comemora-se o dia do Martim, o Natal e o Nascimento de Cristo.

Desde esse dia o Martim recorda sempre a estrela cadente, o dia de Natal, o nascimento de Cristo e o seu amigo Antony.



## APOIO PEDAGÓGICO

Jéssica Soraia, Carlos Lopes, José Carlos e Lúcia Jesus (4ºA)

Na nossa escola festejou-se o Pão Por Deus no dia 31 de outubro.

Durante a semana, que antecedeu ao dia do Pão Por Deus, foram realizadas várias atividades: na expressão plástica fizemos um saquinho bem bonito para guardarmos os frutos e na sala de aula fizemos a partilha dos frutos que trouxemos de casa, com os nossos colegas e o nosso professor. Ficamos ainda a conhecer um pouco da história do Pão por Deus e como surgiu esta festa/tradição e aprendemos que esta festa consiste na partilha e que é importante partilharmos o que temos com os outros, principalmente com quem tem menos.

# festa de NATAL 2014\*

18 DEZ



\* Todas as fotos da Festa de Natal em <http://1drv.ms/1GTRftR>

**VISITE** OS MARINHEIROS

As últimas notícias da nossa escola na internet. Visite-nos e deixe o seu comentário.

[eb1marinheira.blogspot.pt](http://eb1marinheira.blogspot.pt)

O MARINHEIRO é um projeto da área TIC da escola da Marinheira.

TIC NEWS  
coordenador