

# Plano de Atividades

## AAAF/CATL 2026



**“No meio da natureza, há tanto para viver,  
a brincar e a explorar, vamos aprender!”**



## Objetivos Gerais

- Promover o desenvolvimento das crianças através de experiências educativas ao ar livre, favorecendo o bem-estar físico, emocional e social;
- Fortalecer a ligação com a natureza, estimulando o respeito a curiosidade e o cuidado com o meio ambiente;
- Oferecer momentos de lazer, criatividade e cooperação, valorizando a brincadeira ao ar livre e espontâneo como forma de aprendizagem ;
- Participar e organizar passeios e visitas de estudo onde possam vivenciar, aprender sobre animais, plantas e tudo o que a natureza nos tem para oferecer e onde possam aprender mais como a proteger e preservar;
- Favorecer a socialização e a brincadeira em grupo sempre que possível no exterior e em contacto com o meio ambiente;
- Estimular a audição atenta e a concentração através de atividades que envolvam ritmo, melodia e movimentos corporais com exploração de sons da natureza, (exemplo passarinhos, grilos,... ;
- Promover regras, valores e sensibilizar as crianças para a proteção do meio ambiente;
- Promover para a ecologia, reciclagem e a proteção do ambiente;

- Explorar contos, histórias, músicas, jogos que envolvam a natureza e o meio ambiente como tema;
- Promover convívios e atividades familiares no meio da natureza, como piqueniques, caminhadas ao ar livre, etc;
- Incentivar e dinamizar atividades físicas e desportivas sempre outdoor.

## Objetivos específicos

- Promover hábitos de uma vida saudável, incluindo a alimentação e o tempo ao ar livre;
- Estimular a autonomia nas atividades diárias, permitindo que as crianças façam escolhas seguras;
- Aprimorar a motricidade grossa e fina através de jogos ar livre, contacto com a agricultura, caminhadas e desafios naturais;
- Desenvolver competências emocionais, como a empatia, partilha, o escutar e a resolução de conflitos;
- Criar brinquedos e brincadeiras com materiais recicláveis, explorando sons, cores e texturas.
- Visitar museus, parques, anfiteatros onde possam explorar tradições e distinguir e apreciar diferentes culturas e realidades ambientais;
- Participar ou organizar eventos no meio da natureza, que promovam a proteção do ambiente e ecologia;

- Estimular a memória e a linguagem por meio de canções, que envolvam a repetição com mensagens ecológicas;
- Valorizar a cultura local, incluindo histórias da região, tradições agrícolas e interação com a comunidade rural

## **Janeiro**

- Assinalar o dia de Reis;
- Interrupção letiva para reuniões de avaliação (26 a 30 de janeiro);
- Ida ao Cinema City em Leiria assistir um filme musical;
- Apresentação do livro “A Corujinha”;
- Brincadeira livre.

## **Fevereiro**

- Assinalar o dia de São Valentim;
- Preparativos para o Carnaval;
- Participação no Desfile de Carnaval;
- Interrupção letiva (16 a 18 de fevereiro);
- Explorar música, danças e histórias alusivas à época;

## **Março**

- Comemoração do Dia do Pai;
- Dinamizar uma aula de música com a presença dos pais;
- Comemoração da chegada da Primavera (decorações, música, jogos...)
- Passeios ao ar livre, sempre que a meteorologia permitir.

## **Abril**

- Interrupção letiva (30 de março a 6 de abril);
- Comemoração da Páscoa com a atividade “**Caça aos ovo**”;
- Saídas a locais próximos como o Parque de Merendas, o Parque da Amieira.
- Saída até Lisboa, visitar o Museu das Ilusões e Centro Cultural de Belém;
- Brincadeiras ao ar livre.

## **Maio**

- Comemoração do dia mãe (**elaborar um presente em parceria com a escola**);
- Assinalar o dia da família;
- Dinamizar uma atividade desportiva para reunir a família, seguida de um lanche partilhado;
- Brincadeiras livres e atividades em grupo.

## **Junho**

- **Comemoração do Dia da Criança com a participação na Visita de estudo Escolar** (Parque dos Monges em Alcobaça);
- Comemoração dos Santos Populares com decorações e criação de ambiente festivo;
- Ensaios para a Festa de Final de Ano letivo;
- Participação na festa de Final de Ano letivo.

## **Julho**

- Comemoração do dia dos Avós;
- Saídas à praia, piscinas e parques aquáticos;
- Atividades ao ar livre;
- Piqueniques em parques de merendas das redondezas.

## **Agosto**

- Muita brincadeira livre, música e histórias;
- Atividades de Yoga;
- Aulas de zumba;
- Encher as nossas piscinas e desfrutar de bons momentos nosso canto;
- Pausa para férias. (Última quinzena de agosto).

## **Setembro**

- Conhecer, acolher e ambientarmos aos novos alunos, professores, cuidadores e ao ambiente escolar e de ATL;
- Conhecer as regras e todo o meio envolvente;
- Muita brincadeira livre, música e histórias;
- Criar de laços e confiança;

## **Outubro**

- Criar e ensinar música para as rotinas do dia a dia;
- Início das atividades físicas (ginástica e karaté) e das aulas de música;
- Trabalhos manuais com material reciclável para enfeitar o nosso espaço;
- Preparação e participação na **festa de outono em parceria com a Escola.**

## **Novembro**

- Assinalar e participar no **Dia do Bolinho em parceria com a escola;**
- Comemoração do **S.Martinho;**
- Brincadeira livre.

## **Dezembro**

- Aprendizagem de músicas e danças natalícias;
- Trabalhos manuais para a decoração de **Natal**;
- Organização de Almoço de Natal ;
- Interrupção letiva;
- Atividades lúdicas.

**Trabalho realizado  
Pela Coordenadora do ATL  
Nélia Oliveira**