



DIVERSIDADE  
EMPATIA  
CARINHO  
ADE CUIDADO  
VOLUNTARIADO  
ALEGRIA  
COMPREENSÃO  
A COMUNICAÇÃO  
HARMONIA  
JUSTIÇA

coração cheio.

PCE-EB FERNANDO JOSE DOS SANTOS



Projeto Curricular de Escola  
2024-2028



## **Projeto Curricular de Escola – 2024/2028**

### **Equipa de educadoras/ professoras:**

Beatriz Aguiar

Catarina Grego

Filipa Santos

Helena Antunes

Helena Silva

**Coordenação:** Teresa Margarida Costa

**setembro 2024**





## Índice

Enquadramento – 4
Princípios Orientadores – 7
Ações Educativas – 8
Recursos – 14
Avaliação do Projeto – 15
Documentos de Apoio -16



## 1. Enquadramento

O Projeto Curricular de Escola que aqui se apresenta tem subjacente à sua elaboração o afinamento e concretização ao nível da Escola Básica Fernando José dos Santos (EB FJS) do exposto no Projeto do Agrupamento de Escolas Ibn Mucana (AEIM) e em outros documentos estratégicos do Agrupamento. Parte das práticas desenvolvidas no AEIM, nomeadamente no que concerne à Missão, à Visão, aos Valores, ao conjunto de Princípios Orientadores e de linhas de Ação Estratégica que pautam as prioridades do AEIM.

O presente projeto tem como foco a continuidade na promoção de uma Educação Integral, prevendo diferentes ambientes de aprendizagem, diversificação das práticas pedagógicas e inovação no processo de avaliação. É linha condutora da EBFJS a promoção de um ensino de qualidade, justo e solidário através de uma atitude de aprendizagem constante de todos os elementos da comunidade escolar.

O Projeto “Coração Cheio♥” pretende dar continuidade à abordagem do Ser como um todo, através do foco na relação interpessoal e funcionar como uma linha condutora que tenha cada aluno e as suas necessidades e interesses como centro de todas as atividades, promovendo a aprendizagem pela descoberta e em conjunto com o Outro.

Pretende dar resposta ao tema de Cidadania do 1.º Ciclo “Ser, estar, relacionar-se e compreender-se”, das Orientações Curriculares do Pré-Escolar para a Área de Formação Pessoal e Social e ao tema integrador do AEIM para 2024-2025 - “A Paz é o Caminho”.

As bases deste projeto remetem-nos para as questões do equilíbrio da pessoa consigo e com o mundo, tão prementes nos dias de hoje, e para as medidas promovidas pelas [Escolas Unesco](#) como a abordagem interdisciplinar dos temas (Direitos Humanos, Democracia e Sustentabilidade) com o intuito de criar um ambiente escolar saudável e sem violência.



### 1.1. Objetivos das Escolas Unesco

O Projeto "Coração Cheio ♥" pretende operacionalizar os seguintes objetivos das Escolas Unesco na Educação para a Paz:

- ♥ Desenvolver ações inovadoras, através de abordagens, métodos e recursos pedagógicos inovadores que promovam a pacificação das relações na comunidade escolar e uma educação de qualidade para todos;
- ♥ Reforçar a cooperação, a partilha de experiências e competências, entre parceiros e comunidade;
- ♥ Utilizar como referência os [quatro pilares de educação Delors](#): aprender a fazer, aprender a ser, aprender a conhecer, aprender a viver juntos;
- ♥ Fomentar relações de confiança, proximidade e empatia entre os alunos e a comunidade.

### 1.2 - A Educação socioemocional numa Comunidade Compassiva

A educação socioemocional promove habilidades vitais para a sustentabilidade das relações humanas tais como: a empatia, a resolução de conflitos e o controlo emocional. Com o desenvolvimento das soft skills (habilidades comportamentais relacionadas com a maneira como cada um lida com o outro e consigo mesmo em diferentes situações), os alunos estão mais capacitados para resolver conflitos, combater o bullying, promover a sua própria saúde mental e o seu bem-estar. As soft skills são habilidades subjetivas, mas servem de base ao trabalho a ser levado a cabo pela EBFJS na promoção de alteração de comportamentos incorretos, desajustado ou pouco saudáveis por outros mais potenciadores de saúde, bem-estar, sucesso e inclusão.

O espaço da EBFJS pretende funcionar enquanto elemento agregador da comunidade, onde se ligam crianças, familiares, comunidade docente e não docente com as instituições sociais, culturais e desportivas e com qualquer outra pessoa da comunidade que acrescente valor a este projeto, o que reforça a crença de que os pais e a comunidade são elementos essenciais na promoção dos Valores fundamentais para um cidadão, dentro e fora de casa.

Pretende a EBFJS, em conjunto com os seus parceiros, sensibilizar a comunidade educativa para a necessidade de se estabelecerem laços entre os habitantes da Amoreira que sejam potenciadores de uma [Comunidade Compassiva](#).

Numa Comunidade Compassiva todos se esforçam para se apoiar e cuidar mutuamente e buscam promover o cuidado empático e compassivo entre todos. São exemplos da expressão deste cuidado as ações de voluntariado que oferecem suporte físico, emocional e espiritual aos seus elementos, em especial os mais frágeis (nomeadamente crianças e idosos).

Com o objetivo de sensibilizar e inspirar a comunidade para a importância do bem-estar emocional e da valorização da autoestima, este projeto direciona-se para o exterior através das ações dos alunos, desafiando-os a pensar nos outros e a desenvolver um espírito ativo e de cidadania. Assim os alunos propõem o que gostariam que fosse promovido pela escola de forma a criar o impacto pretendido.

### 1.3. Palavras-chave

O Projeto “Coração Cheio ♥” é um projeto que se baseia na ação num movimento de “fora para dentro” e de uma visão “de portas abertas” para o exterior. Nesse sentido as palavra-chave são os verbos que se relacionam com as ações que serão levadas a cabo com o intuito de estabelecer estas pontes de compaixão:

- |             |              |                |
|-------------|--------------|----------------|
| ♥ Pensar    | ♥ Produzir   | ♥ Compreender  |
| ♥ Escutar   | ♥ Observar   | ♥ Apoiar       |
| ♥ Negociar  | ♥ Dialogar   | ♥ Experimentar |
| ♥ Aprender  | ♥ Visitar    | ♥ Sentir       |
| ♥ Semear    | ♥ Trabalhar  | ♥ Participar   |
| ♥ Partilhar | ♥ Investigar | ♥ Realizar     |
| ♥ Criar     | ♥ Cuidar     | ♥ Oferecer     |





### 3. Ações Educativas

Perante a Comunidade, a Escola, enquanto instituição assume a responsabilidade de educar moral e socialmente os indivíduos, permitindo-lhes oportunidades para pensar, interpretar e aplicar o conhecimento na sua vida. Ao adotar essas práticas, a escola desempenha um papel significativo na promoção de uma comunidade mais cuidadora, que valoriza a empatia e a solidariedade desde a infância e prepara cidadãos mais cuidadores.

As ações educativas no âmbito do Projeto “Coração Cheio ♥” irão basear-se em:

- ♥ Educação pelos Valores- integrada no desenvolvimento do currículo escolar, ensinando desde cedo a importância de cuidar dos outros e o valor da empatia, compaixão, respeito e solidariedade, entre outros;
- ♥ Projetos sociais- que envolvam os alunos em atividades de voluntariado e de serviço comunitário, como visitas a lares de idosos, campanhas de angariação de alimentos ou participação em campanhas de consciencialização sobre questões sociais;
- ♥ Projetos de mentoria intergeracional- estabelecer programas de mentoria que conectem as crianças com idosos da comunidade, permitindo que compartilhem histórias, habilidades e experiências de vida, promovendo o respeito mútuo e o entendimento entre gerações;
- ♥ Círculos de diálogo- onde as crianças possam discutir questões relacionadas à compaixão, empatia e cuidado com colegas, professores e membros da comunidade, promovendo uma cultura de compreensão e apoio mútuo;
- ♥ Promoção do bem-estar emocional- Integrar práticas que promovam o bem-estar emocional das crianças, como aulas de mindfulness, atividades artísticas e desportivas, para que aprendam a lidar com suas próprias emoções e desenvolvam empatia em relação aos outros.



### 3.1. Organização das Atividades Educativas

#### 3.1.1. Organização das Atividades Educativas: Pré-escolar

Horário	Atividade Diária
9:00 - 11:00	Atividade Letiva
11:00 - 11:30	Intervalo
11:30 - 12:30	Atividade Letiva
12:30 - 14:00	Intervalo
14:00 - 15:30	Atividade Letiva
15:30 - 18:30	Atividades de Animação e Apoio à Família (Facultativo)

Observação: A EB FJS abre os portões às 8:30 para o acolhimento dos alunos e encerra às 17:45.

#### 3.1.2. Organização das Atividades Educativas: 1.º Ciclo

Horário	Atividade Diária
8:00-9:00	Componente de Apoio à Família (Facultativo)
9:00 - 11:00	Atividade Letiva
11:00 - 11:30	Intervalo
11:30 - 13:00	Atividade Letiva
13:00 - 14:30	Intervalo
14:30 - 15:30	Atividade Letiva
15:30 - 16:00	Intervalo
16:00 - 17:00	Atividades de Enriquecimento Curricular (Facultativo)
17:00 - 17:30	Tempo de Brincar (Facultativo)
17:30-18:30	Componente de Apoio à Família (Facultativo)

Observação: A EB FJS abre os portões às 8:30 para o acolhimento dos alunos e encerra às 17:45.

### 3.2.1. Carga Horária Semanal: Pré-Escolar

Áreas Curriculares
Área de Formação Pessoal e Social
Área de Expressão e Comunicação
Área do Conhecimento do Mundo
Atividades de Animação e Apoio à Família
Apoio ao Estudo/ Oferta Complementar
EMRC
Atividades de Enriquecimento Curricular
Tempo de Brincar

### 3.2.2. Carga Horária Semanal: 1.º Ciclo

Componente do Currículo	Carga horária semanal	
	1.º e 2.º anos	3.º e 4.º anos
Português	7h	6h 30min
Matemática	7h	6h 30min
Estudo do Meio	3h	2h 30min
Expressões Artísticas e Educação Física	2h 30min	2h
Educação Física	1h	1h
Apoio ao Estudo/ Oferta Complementar	2h	2h
EMRC (Facultativo)	1h	1h
Inglês	---	2h
Atividades de Enriquecimento Curricular	5h	5h
Tempo de Brincar	2h 30min	2h 30min

### 3.3. Programa Crescer a Tempo Inteiro:

O Projeto Crescer a Tempo Inteiro, promovido pela Câmara Municipal de Cascais, desenvolve-se na EB FJS em parceria com a Associação de Pais da EBFJS e baseia-se neste Projeto Curricular e nos diferentes Projetos de Turma/ Grupo, com especial incidência no Plano Anual de Atividades, nomeadamente no Projeto Eco Escolas, na Estratégia de Educação para a Cidadania na Escola (domínios de Cidadania e Desenvolvimento) e dos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável [ODS 2016 - 2030] selecionados.

As atividades propostas aos alunos são programadas e desenvolvidas em articulação. Todos os docentes, não docentes e os elementos da equipa do Projeto Crescer a Tempo Inteiro ou, em sua representação, a técnica de referência da equipa, todos são envolvidos, assim como as famílias e a comunidade educativa e local.

As Atividades de Animação e Apoio à Família são planeadas ao longo do ano letivo em articulação com a Educadora Titular do Grupo e são maioritariamente momentos de brincadeira, propostas de expressão plástica e jogos lúdicos, abordagem abrangente de histórias infantis, entre outros.

As Atividades de Enriquecimento Curricular funcionarão em regime de oficinas em regime de escolha livre, embora todos os alunos participem, pelo menos uma vez por semana, numa oficina de movimento/ desporto. Os grupos são maioritariamente heterogéneos, embora possam ser compostos por elementos da mesma turma para desenvolvimento de competências específicas. A planificação do Projeto para o ano letivo é aprovada pelo Conselho Geral do AEIM.

Nas interrupções letivas e no alargamento de uma hora no início e no final do horário das atividades letivas funciona a Componente de Apoio à Família onde são desenvolvidas atividades lúdicas com os alunos inscritos. Este serviço é facultativo e tem um custo associado, sendo o número de vagas limitado.

### **3.3.1. Técnicos das AEC/ CAF e AAAF**

Os técnicos que compõem a equipa são:

- ♥ Ana Amaral – AAAF e CAF
- ♥ Duarte Pereira – AEC
- ♥ Érica Correia – AAAF
- ♥ Fátima Amaral – AEC e CAF
- ♥ Gonçalo Matos- AEC
- ♥ Joana Ribeiro - Técnica de Referência, AEC e CAF
- ♥ Manuela Miller - AAAF
- ♥ Maria João Travassos - Ludobiblioteca

### **3.4. Medidas/ Atividades de Promoção do Sucesso Escolar**

As medidas da Promoção do Sucesso Escolar são as definidas pelos Grupos de Ano e contemplam:

- ♥ Promoção de práticas pedagógicas diferenciadas e partilhadas;
- ♥ Promoção do comportamento pró-social;
- ♥ Intervenção com foco académico ou comportamental em grupos selecionados;
- ♥ Assembleias de Escola - Turma - Pais;
- ♥ Coadjuvação em Sala de Aula;
- ♥ Articulação com as oficinas do Programa “Crescer a Tempo Inteiro”;
- ♥ Ações de solidariedade junto da comunidade educativa;
- ♥ Dinamização de concursos (mascotes, desfiles temáticos...);
- ♥ Partilha com a comunidade;
- ♥ Tempos de brincadeira no exterior.



## 4 - Recursos

### 4.1. Recursos Humanos

A distribuição dos recursos humanos é a seguinte:

- ♥ Alunos Pré-Escolar - 46;
- ♥ Alunos 1.º Ciclo – 92 – (1 turma reduzida);
- ♥ Educadores de Infância e Professores de 1.º Ciclo a Tempo Inteiro– 7;
- ♥ Professor Bibliotecário (2h/ semana);
- ♥ Professor de Inglês (5h/ semana);
- ♥ Professor de Educação Especial (8h/ semana);
- ♥ Professor de Esgrima (2h/ semana);
- ♥ Professor de EMRC – 1 (2h/ semana);
- ♥ Assistentes Operacionais - 5;
- ♥ Encarregados de Educação/Pais/Famílias;
- ♥ Elementos das equipas de Apoio à Aprendizagem do AEIM (SPO, EMAI, etc)
- ♥ Elementos das Entidades Parceiras:
  - Associação de Pais EBFJS\_ monitores do Projeto Crescer a Tempo Inteiro – 3 (6h/dia), 6 (3h/semana);
  - Treinadores de Rugby – 2 (3h/ semana)– Escolinha de Rugby da Galiza;
  - Professor de Educação Física - 1 (1h/ semana) - Câmara Municipal Cascais;
  - Professor de Natação - 1 (1h/ semana) - Câmara Municipal Cascais;
  - Seniors da Associação Social de Idosos da Amoreira – agendado;
  - Enfermeira do Centro de Saúde - ocasional;

### 4.2. Recursos Materiais

Os recursos materiais necessários para o desenvolvimento do projeto distribuem-se por seis grandes tipos: lúdicos, didáticos, tecnológicos, desportivos, desgaste e equipamento.



## 5. Avaliação do projeto

A avaliação do Projeto Curricular de Escola será realizada de acordo com os critérios aprovados em Conselho Pedagógico e constantes nos documentos orientadores.

Este Projeto procura dar resposta às necessidades sentidas no dia a dia escolar, pelo que poderá ser sujeito a alterações durante a sua vigência. Será revisto anualmente no início de cada ano letivo.

### 5.1 – Impacto

Para alcançar o impacto pretendido pelo Projeto “Coração Cheio. ♥” pretende-se cumprir com as seguintes metas:

- ♥ Realizar, pelo menos, 10 atividades em cada ano letivo, com os alunos com fragilidades a nível comportamental, selecionados pelo Conselho Docente – projeto de melhoria da aprendizagem integral através da autodescoberta orientada (*coaching*) – “O que te enche o ♥?”
- ♥ Realizar, pelo menos, 3 assembleias de escola para o desenvolvimento do Projeto “Coração Cheio. ♥”, em cada ano letivo;
- ♥ Receber, pelo menos, 5 propostas de ações dos alunos para desenvolvimento do Projeto, em cada ano letivo;
- ♥ Dar suporte a, pelo menos, 5 propostas de ações dos Encarregados de Educação/ Famílias, em cada ano letivo;
- ♥ Desenvolver, pelo menos, 2 projetos em parceria com instituições locais, em cada ano letivo;
- ♥ Desenvolver, pelo menos, 4 ações destinadas à comunidade ao longo do ano letivo.

As evidências a recolher são as da concretização das metas definidas e da avaliação do seu impacto das mesmas, nomeadamente o nível de adesão e a redução de inconformidades.

## 6 - Documentos de Apoio

- ♥ Projeto Educativo - AEIM
- ♥ Regulamento Interno - AEIM
- ♥ Referencial de Avaliação - AEIM
- ♥ Estratégia Nacional de Educação para a Cidadania – AEIM
- ♥ Escolas Associadas Unesco 2023-2030 -  
<https://unescoportugal.mne.gov.pt/pt/redes-unesco/escolas-associadas-da-unesco>
- ♥ Relatório para a UNESCO da Comissão Internacional sobre Educação para o Século XXI, coordenada por Jacques Delors
- ♥ Portugal Compassivo - <https://www.portugalcompassivo.pt/quem-somos.html>
- ♥ Portugal 2030 - <https://portugal2030.pt/programas/>
- ♥ <https://youtu.be/jeCJxaTUvZQ?si=Jq22-cVaN59h5hM>
- ♥ Programa Pessoas 2030 – Programa Demografia, Qualificação, Inclusão  
<https://pessoas2030.gov.pt>

