



Atividades extracurriculares

9 atividades propostas para o início do Externato Ayana, com continuidade até ao secundário.

1

Caligrafia e escrita legível

Classes indicadas: Prioridade na 1.ª–3.ª; apoio específico na 4.ª–6.ª.

O que se faz: Exercícios curtos de formação de letras, espaçamento, alinhamento, postura e utilização do lápis. Pequenos textos, cartões e jogos de coordenação fina, respeitando o ritmo de cada criança.

Porque recomendamos: Ajuda a tornar a escrita mais legível e funcional. O foco deve ser escrever com conforto e clareza; a aprendizagem não exige que todos tenham o mesmo estilo de letra.

Progressão: Na 1.ª–2.ª, trabalhar traços e letras; na 3.ª, fluidez e pequenos textos; na 4.ª–6.ª, apoiar quem precisa. No secundário, apoio individual ou lettering artístico opcional.

2

Inglês prático

Classes indicadas: Da 1.ª à 6.ª, em grupos por idade e nível.

O que se faz: Jogos, canções, histórias, vocabulário do quotidiano, diálogos e dramatizações: apresentar-se, falar da família, pedir algo e descrever objetos. A compreensão e a conversação têm destaque.

Porque recomendamos: Cria oportunidades de utilizar o inglês e ganhar confiança. Se já existir inglês nas aulas, o clube complementa-o com prática oral e atividades participativas.

Progressão: Na 1.ª–2.ª, ouvir e falar com apoio visual; na 3.ª–4.ª, diálogos simples; na 5.ª–6.ª, apresentações e projetos. No secundário, conversação, debate e comunicação para situações reais.



Expressão e acompanhamento

O conteúdo e a dificuldade devem acompanhar a idade, o nível e as necessidades dos alunos.

3

Artes visuais e trabalhos manuais

Classes indicadas: Da 1.ª à 6.ª, com materiais e desafios adaptados.

O que se faz: Desenho, pintura, colagem, modelagem, dobragens e construções com materiais reutilizáveis. Criar cartazes, maquetes, objetos decorativos e exposições com temas da escola e da cultura local.

Porque recomendamos: Oferece oportunidades para explorar criatividade, coordenação, planeamento e expressão pessoal. Valoriza talentos diferentes e permite concretizar ideias com recursos acessíveis.

Progressão: Na 1.ª-2.ª, explorar formas e materiais; na 3.ª-4.ª, construir trabalhos por etapas; na 5.ª-6.ª, realizar projetos em grupo. No secundário, fotografia, design, ilustração e cenografia.

4

Estudo orientado

Classes indicadas: Da 1.ª à 6.ª; acompanhamento conforme as necessidades.

O que se faz: Organizar tarefas, realizar trabalhos de casa, esclarecer dúvidas e rever conteúdos. Incluir leitura acompanhada, exercícios dirigidos e estratégias de estudo; orientar sem fazer o trabalho pelo aluno.

Porque recomendamos: Oferece acompanhamento regular e ajuda a criar hábitos de organização e autonomia. Deve distinguir a simples supervisão das tarefas do apoio pedagógico a dificuldades específicas.

Progressão: Na 1.ª-2.ª, orientação próxima e tarefas curtas; na 3.ª-4.ª, organização do material e do tempo; na 5.ª-6.ª, planeamento e revisão. No secundário, resumos, preparação para avaliações e gestão do estudo.



Tecnologia e desporto

O conteúdo e a dificuldade devem acompanhar a idade, o nível e as necessidades dos alunos.

5

Informática e criação digital

Classes indicadas: Introdução na 1.ª-2.ª; clube estruturado na 3.ª-6.ª.

O que se faz: Aprender a usar rato e teclado, guardar ficheiros, escrever textos, desenhar e criar cartazes ou apresentações. Trabalhar privacidade, segurança e respeito online; introduzir programação por blocos nos grupos preparados.

Porque recomendamos: Desenvolve autonomia digital através de projetos concretos. As sessões devem ter objetivos claros, tempo de ecrã adequado e acompanhamento, com atividades individuais e em pares.

Progressão: Na 1.ª-2.ª, comandos básicos e desenho; na 3.ª-4.ª, documentos e cartazes; na 5.ª-6.ª, apresentações, pesquisa orientada e programação inicial. No secundário, folhas de cálculo, multimédia, programação e projetos digitais.

6

Clube de desporto

Classes indicadas: Da 1.ª à 6.ª, em grupos por idade e capacidade.

O que se faz: Jogos de movimento, circuitos, corridas, saltos, lançamentos e jogos cooperativos. Introduzir mini-basquetebol e mini-voleibol com bolas, cestos, redes e regras adequados às crianças.

Porque recomendamos: Cria oportunidades de movimento, coordenação, cooperação e respeito pelas regras. Deve acolher diferentes capacidades e dar prioridade à participação antes da competição.

Progressão: Na 1.ª-2.ª, movimento e jogos variados; na 3.ª-4.ª, fundamentos das modalidades; na 5.ª-6.ª, jogos adaptados e encontros internos. No secundário, clubes separados de basquetebol e voleibol, conforme a procura.



Valores e raciocínio

O conteúdo e a dificuldade devem acompanhar a idade, o nível e as necessidades dos alunos.

7

Cidadania, Valores e Competências Pessoais

Classes indicadas: Da 1.ª à 6.ª; continuidade no secundário.

O que se faz: Conversas, histórias, dramatizações e projetos sobre respeito, honestidade, responsabilidade, emoções, diversidade, convivência e resolução de conflitos. Aplicar os temas na vida diária da turma.

Porque recomendamos: Dá uma aplicação prática à Moral e Cívica e ajuda os alunos a refletir sobre decisões e relações. Funciona melhor com exemplos, participação e coerência entre o que se ensina e as práticas da escola.

Progressão: Na 1.ª-2.ª, partilha, regras e emoções; na 3.ª-4.ª, cooperação e resolução de conflitos; na 5.ª-6.ª, participação dos alunos e pequenos projetos comunitários. No secundário, liderança, debate e cidadania digital.

8

Xadrez e jogos de lógica

Classes indicadas: Da 1.ª à 6.ª, com iniciação progressiva.

O que se faz: Aprender as peças e as regras do xadrez, resolver desafios e jogar partidas. Alternar com tangram, puzzles, jogos de padrões, damas e desafios numéricos adequados ao nível dos alunos.

Porque recomendamos: Permite praticar atenção, planeamento, reconhecimento de padrões e respeito pelo adversário. Tem material reutilizável e ocupa pouco espaço; não deve ser apresentado como garantia de melhoria das notas.

Progressão: Na 1.ª-2.ª, jogos concretos e desafios sobre as peças; na 3.ª-4.ª, partidas simples e puzzles; na 5.ª-6.ª, tática e torneios internos. No secundário, estratégia, análise de partidas e organização de competições.



EXTERNATO AYANA

PROPOSTA PEDAGÓGICA • 1.ª À 6.ª CLASSE

Ensino religioso opcional

Uma atividade para as famílias que desejam complementar a formação religiosa dos seus filhos.

9

Madrassa

Classes indicadas: Da 1.ª à 6.ª, em grupos por idade e nível de aprendizagem.

O que se faz: Ensino religioso islâmico com leitura e recitação do Alcorão, iniciação às letras e à leitura em árabe, aprendizagem das práticas religiosas e reflexão sobre valores islâmicos, de acordo com o programa definido pelo docente responsável.

Porque recomendamos: Oferece às famílias interessadas uma oportunidade de formação religiosa articulada com a rotina escolar. Pode facilitar a organização dos horários e criar continuidade na aprendizagem, desde que exista procura e um docente preparado.

Progressão: Na 1.ª-2.ª, histórias, aprendizagem oral e iniciação ao alfabeto árabe; na 3.ª-4.ª, leitura e recitação progressivas; na 5.ª-6.ª, aprofundamento da leitura e compreensão de conteúdos selecionados. No secundário, aprofundamento conforme o nível, o programa e a orientação do docente.

Organização recomendada

Inscrição opcional por escolha dos encarregados de educação. Apresentar previamente os conteúdos, a frequência e os horários. Formar grupos também pelo conhecimento prévio de árabe e leitura do Alcorão, pois alunos da mesma classe podem estar em níveis diferentes.

Prever uma atividade alternativa para os alunos que não frequentam Madrassa. A formação em Cidadania, Valores e Competências Pessoais continua a ser dirigida a todos, respeitando as diferentes crenças presentes na comunidade escolar.



Clube de xadrez: nomes e jogos

Três opções de nome e exemplos de desafios para diferentes etapas de aprendizagem.

Três opções de nome

- 1. Clube de Xadrez e Raciocínio** — Recomendado: comunica claramente a presença do xadrez e permite incluir outros desafios.
- 2. Clube de Estratégia e Lógica** — Dá destaque ao planeamento, às decisões e à variedade de jogos.
- 3. Mentes em Jogo** — Nome apelativo; usar o subtítulo “Xadrez e desafios de lógica” para esclarecer a proposta.

Jogos / desafios	O que se faz	Classes sugeridas
Tangram e puzzles	Compor figuras e resolver encaixes.	1.ª–6.ª
Padrões e sequências	Descobrir regras com cores, formas e números.	1.ª–6.ª
Quatro em linha	Antecipar jogadas e bloquear o adversário.	1.ª–6.ª
Damas	Planear movimentos, capturas e defesa.	2.ª–6.ª
Sudoku adaptado	Começar com grelhas 4 × 4; avançar conforme o nível.	3.ª–6.ª
Desafios de xadrez	Resolver posições simples, ameaças e mates.	3.ª–6.ª
Problemas de dedução	Usar pistas para encontrar uma solução.	4.ª–6.ª

Como começar no Ayana

Começar com sessões de descoberta e permitir que os alunos escolham um clube. Caligrafia pode integrar o apoio à escrita; estudo orientado funciona como serviço de acompanhamento; cidadania deve estar presente no quotidiano. Artes, inglês, desporto, informática e xadrez podem ter períodos próprios.

Sugestão de sessões: 30–40 minutos na 1.ª–2.ª e 45–60 minutos na 3.ª–6.ª, ajustados ao horário. Avaliar após um trimestre: participação, assiduidade, trabalhos realizados e opinião dos alunos e encarregados.

As classes são indicativas: adaptar ao desenvolvimento de cada aluno. A proposta organiza atividades e apoio académico; não define disciplinas obrigatórias nem substitui o currículo escolar.