

## Canoagem na Albufeira da Praia das Rocas

No dia 16 de Outubro, os professores de Educação Física da Escola EB 2/3 Dr. Bissaya Barreto dinamizaram uma actividade de canoagem, na Praia das Rocas, em colaboração com a Federação Portuguesa de Canoagem (FPC). No início, o monitor da FPC ensinou os alunos a colocar os coletes, a utilizar as pagaias e a coordenar os movimentos de pares. Aprendeu-se que o responsável pelo desequilíbrio da canoa é o elemento detrás, e que o da frente é o responsável pela velocidade. Os alunos participaram de forma muito activa e a boa disposição fez com que tudo se realizasse num ambiente agradável. No final do dia, os participantes regressaram à Escola com vontade de repetir esta experiência.



Os alunos participaram de forma muito activa e a boa disposição fez com que tudo se realizasse num ambiente agradável. No final do dia, os participantes regressaram à Escola com vontade de repetir esta experiência.

## Red Bull Air Race

É uma competição electrizante entre os melhores pilotos do mundo que se desafiam uns aos outros. É considerada uma espécie de formula 1, mas no ar.

No dia 1 de Setembro de 2007, sobre o rio Douro, entre a ponte D. Luís e a ponte da Arrábida, realizou-se a prova Red Bull Air Race.

Os aviões participantes têm 320 cavalos e só precisam de 250 metros para deslocar e aterrar; são muito leves e com uma relação de peso-potência muito boa com uma velocidade média de 200km/h.

As equipas começaram a chegar ao Porto a partir do dia 21 de Agosto, sendo doze os participantes (dois americanos e dez europeus).

A prova consistiu em realizar um "slalon" a uma velocidade máxima de 400km/h entre os pilares insufláveis com cerca de 20 metros de altura.

A segurança é para a Red Bull uma questão prioritária e, ainda, não houve acidentes em nenhuma prova, visto que os pilares são uma espécie de Air Bag (esvaziam e não danificam o avião).

Acima de tudo, esta prova é um espectáculo e foi a primeira em Portugal, tendo sido um verdadeiro sucesso. Pena foi não ter havido acrobacias por baixo da ponte.

Ana Margarida - 8.º A

## Bruxas e Abóboras em Dia de Halloween

No dia 31 de Outubro, comemorou-se na nossa Escola o Halloween - desfile de bruxas e monstros e concurso de abóboras -, de acordo com o plano anual de actividades. Este ano e pela primeira vez, esta actividade estendeu-se, também, ao 1.º Ciclo, tendo participado todas as turmas.

A participação no desfile contou com cerca de 90 alunos dos 1.º e 2.º ciclos. No que diz respeito ao concurso de abóboras, participaram todos os ciclos de ensino. A organização deste evento esteve a cargo dos alunos do 9.º ano bem como a apresentação da actividade, tendo uma aluna apresentado os vários momentos em Inglês e outra em Língua Portuguesa.



Após o desfile, o júri, constituído por professoras, um elemento do Conselho Executivo e uma auxiliar educativa, procedeu à respectiva pontuação, tendo sido dado a conhecer os alunos premiados. De seguida, foi realizado o concurso de abóboras, tendo-se atribuído, também, os 1.º, 2.º e 3.º prémios. Os prémios serão entregues no decurso da Festa de Natal da Escola.



★ Pág. 2

**EDITORIAL  
BRIGADA "AGENTE SEM  
CIGARROS"**

★ Pág. 3

**VIVÊNCIAS DA NOSSA  
ESCOLA NUMA TARDE DE  
SÃO MARTINHO**

★ Pág. 4

**PROJECTO "EDUCAÇÃO  
PARA A SAÚDE"  
SENSIBILIZOU PARA UMA  
EDUCAÇÃO SAUDÁVEL**

## ÍNDICE

★ Pág. 5

**BIBLIOTECA ESCOLAR  
CONTINUA FÉRTIL NA  
EXECUÇÃO DO SEU PLANO  
DE ACTIVIDADES**

★ Pág. 6

**ANSIEDADE INFANTIL  
COMEMORAÇÃO DO 1.º DE  
DEZEMBRO DE 1640  
ASSOCIAÇÃO DE PAIS**

★ Pág. 7

**ALUNOS DO 9.º ANO  
FORAM AO TEATRO  
DESPORTO ESCOLAR  
PROMOVE CORTA-MATO**

# O Casconha

JORNAL DA ESCOLA EB 2/3 DR. BISSAYA BARRETO - CASTANHEIRA DE PERA



*Empunhando cartazes e vestindo t-shirts brancas, alunos e professores da Escola Dr. Bissaya Barreto marcharam pelas ruas da vila rumo ao Centro de Saúde, repetindo slogans em favor da vida*

Página 4

## Natal na Escola

*Depois de um período lectivo, durante o qual os nossos alunos foram chamados a dar o seu melhor, eis que chega a primeira pausa lectiva, associada ao tempo do Natal. Respeitando as diferenças, as várias disciplinas e áreas curriculares trabalharam esta temática, tornando a Escola mais viva, mais colorida e também mais alegre com um recheado programa de actividades. Afinal, Natal também significa criatividade e tolerância. O Casconha formula votos de Feliz Natal para todos.*



FICHA TÉCNICA

Propriedade
Escola Básica dos 2º e 3º Ciclos
Dr. Bissaya Barreto
Av. 25 de Abril
3280-011 Castanheira de Pera
Periodicidade
Trimestral
Coordenação e Revisão
Rui Abreu
Luís Subtil
Equipa de Redacção
Diana Pais
Mariana Pais
Marta Pais
Impressão
Adília Fonseca
Paginação e Grafismo
Luís Subtil
Administração
Sandra Cruz
Logótipos
Ana Margarida Henriques
Luís Lopes
Tiragem
150 Exemplares

A comunidade pode colaborar com artigos, que serão publicados de acordo com o espaço disponível, reservando-se o direito à coordenação de sintetizar ou de não os publicar. Os artigos assinados são da responsabilidade dos seus autores.



@casconha@gmail.com

Editorial

Adegmos leitoresdos¹,

O Casconha regressa, novamente, às mãos dos nossos leitores: comunidade educativa da Escola EB 2/3 Dr. Bissaya Barreto e habitantes desta bonita terra de Castanheira de Pera.

Felicitemos os nossos colaboradores, por mais este número, em especial os membros do Clube de Jornalismo - que entrou em funções este ano lectivo - e que muito se empenharam nesta primeira edição de 2007-2008.

À semelhança dos números anteriores, damos a conhecer aos nossos leitores as actividades promovidas na e pela escola. Comemorámos efemérides, tais como o Dia de São Martinho, com o Bolo "Gigante" de Castanha, o Dia das Bruxas (este no âmbito da disciplina de Inglês) e promovemos comportamentos saudáveis, através do Projecto de Educação para a Saúde - Dia da Alimentação, Dia do Não Fumador e Dia Mundial da SIDA com a marcha pelas ruas da vila em prol da VIDA.

Certos de que a Escola é um espaço importante para estimular relações sãs entre os indivíduos, para a preservação do meio ambiente e para a prática do exercício físico, damos a conhecer a tradicional Viagem de Estudo ao Teatro, a prática de canoagem e o Corta-Mato.

As nossas opiniões e preocupações sobre os problemas da sociedade actual reflectem o que nos vai na alma. Continuamos a contar com o Espaço de Psicologia, que desvenda o mundo da ansiedade infantil, e a presença atenta da Associação de Pais.

Porque importante é também alimentarmos o nosso espírito com variadíssimos saberes, contamos convosco na página da Biblioteca Escolar.

Deixem-se levar pelos vossos dedos nas nossas folhas e... apreciem-nos. Votos de um Santo Natal e de um Próspero Ano Novo.

¹Caros leitores, (Láinte)

Brigada "Agente sem Cigarros"

No dia 16 Novembro antecipou-se a comemoração do dia do não fumador, que ocorre no dia 17 de Novembro.

Os alunos do 6.º ano constituíram a brigada "agente sem cigarros". Durante os intervalos, esta brigada distribuiu cigarros de papel que continham uma mensagem no seu interior a alertar para os malefícios do tabaco. Estas mensagens foram criadas pela brigada na aula de Língua Portuguesa.

Foi também realizada uma experiência identificada como "garrafa fumadora": furou-se uma rolha, colocou-se um tubo no furo da rolha com algodão colado na ponta, fez-se um furo no fundo da

garrafa, que foi tapado com cola; depois encheu-se a garrafa com água até a meio; por fim, colocou-se um cigarro aceso no tubo. Durante a experiência, leu-se o texto "Nicotina".



A Brigada "Agente sem Cigarros", alunos dos 6.ºs A e B, no momento da partida para a acção

Alunos das Turmas do 9.º ano foram ao Teatro

No dia 26 de Outubro, os alunos do 9.º ano, acompanhados de professores, deslocaram-se às instalações do INATEL - Coimbra, em transporte facultado pelo Município, em Visita de estudo.

Assistiram à adaptação teatral do Auto da Barca do Inferno, de Gil Vicente, levada à cena pelo grupo "VicenTeatro", que estava a ser objecto de estudo nas aulas de Língua Portuguesa.

O espectáculo agradeu bastante a todos e contou com a participação de alguns alunos da Escola, que foram figurantes em palco.

Após o almoço, no Centro Comercial FORUM, foi feita uma visita à Zona Universitária, à Biblioteca Joanina e à capela de São Miguel.

Para assinalar a actividade, foi distribuído um Marcador de Livros com títulos de textos dramáticos.

Os docentes Cristina Delgado e Rui Abreu, promotores desta actividade, ficaram com a noção de que os objectivos definidos foram manifestamente alcançados, dada a avaliação feita pelos alunos.

Numa fase posterior, estes elaboraram relatórios da viagem e teceram comentários ao espectáculo teatral. Eis apenas dois desses comentários:

«O espectáculo teatral "Auto da Barca do Inferno" (...) salienta muitíssimo bem todo o tipo de crítica de Gil Vicente. Houve muito trabalho na adaptação deste Auto. Eram cerca de quatro actores para protagonizar todas as personagens, o que é espantoso! Alguns deles representaram mais do que um papel, mas, mesmo fazendo-o, marcaram a diferença de personagem para personagem: a atitude, a maneira de falar, a forma como "saíam" de umas personagens para outras, etc. As personagens que estavam em cena dialogavam com os espectadores e faziam com que eles participassem na peça, algo que não é muito comum, mas que faz com que as pessoas vivam o espectáculo e que o cómico que existe sobressaia mais. Foi um espectáculo autêntico, apesar de não ter sido nas instalações de um verdadeiro teatro.

(Andreia Martins, 9.º A)

«O teatro foi bastante interessante, cómico e os actores representaram muito bem. Também gostei de ir à Biblioteca Joanina e à capela de S. Miguel. Fiquei a saber muitas coisas interessantes como, por exemplo, a Biblioteca Joanina, antigamente chamada a Casa da Livraria, que recebeu os primeiros livros depois de 1750. O edifício tem três andares e alberga cerca de 200.000 volumes, havendo no piso nobre cerca de 40.000 volumes, podendo ser todos requisitados. A capela de São Miguel foi uma sede de Confraria de Lentes e Estudantes sob a invocação de Nossa Senhora da Luz e a sua estrutura arquitectónica é manuelina.

Bem, eu adorei a visita de estudo. Foi muito interessante.»

(Michaela Pires, 9.º B)

Desporto Escolar promove Corta-Mato

No dia 28 de Novembro de 2007, realizou-se o corta-mato escolar. Esta prova teve lugar no espaço exterior, envolvente à escola, e contou com a participação de todo o Agrupamento da Castanheira de Pera. Participaram 140 alunos, divididos em 5 escalões. Este ano a participação foi superior em relação ao ano anterior. Todos deram o máximo.



Presidente do Conselho Executivo distribuindo as medalhas pelos vencedores

Estão de parabéns!

Esta prova teve muito sucesso, não só pelos resultados como também pela organização. Este evento contou com a colaboração dos Bombeiros Voluntários, Guarda Nacional Republicana e Câmara Municipal da Castanheira de Pera.

CLASSIFICAÇÕES

Table with classification results for various age groups: Infantis A - 97/98, Infantis B - 95/96, Iniciados - 93/94, Juvenis 91/92, and Juniores 90 e anteriores. Columns include Class, Nome, Turma, and Turma.

## ESPAÇO PSICOLOGIA

Psicóloga MARGARIDA ALMEIDA



### Ansiedade Infantil

**A**nsiedade é um problema em grande expansão entre adultos e crianças. A preocupação constante pode condicionar bastante a vida dos indivíduos. Esta reacção depende de vários aspectos, desde a repetição e gravidade de experiências traumatizantes à predisposição do indivíduo.

Assim, também algumas crianças podem ser praticamente invulneráveis às tensões da vida, e outras mais sensíveis, apresentando baixa tolerância ao stress.

Algumas situações que podem desencadear esta reacção nas crianças são:

- discussões dos pais;
- nascimento de irmãos;
- hospitalização;
- morte de entes queridos;
- mudanças constantes nos seus hábitos de vida;
- grande carga de responsabilidades/ actividades em excesso;
- problemas na escola.

Os sintomas deste problema podem ocorrer a nível físico e psicológico:

- dores de cabeça/barriga;
- agitação motora;
- náuseas;
- enurese nocturna;
- gaguez;
- dificuldades nas relações interpessoais;
- insegurança e medo excessivo;
- comportamentos de oposição;
- dificuldades escolares;
- terrores nocturnos.

Assim, pais e professores devem estar alerta para este problema, ajudando a criança a reconhecer, expressar e aceitar os seus sentimentos, preparando-a, através do diálogo e da vivência de situações, para enfrentar de forma saudável as mudanças que podem ocorrer na sua vida.

Muitos psicólogos consideram, ainda, que a ansiedade pode ser evitada através da modificação de hábitos comportamentais: fazer exercício físico, ter uma alimentação saudável, estabelecer uma rotina correcta do sono, distribuir adequadamente as tarefas e deixar diariamente algum tempo para o ócio ou passatempos relaxantes. □



*"O ideal é estimular a criança a pensar, e não inculcar-lhe juízos de valor."*

Myriam Tricate (pedagoga)

### Comemoração do 1.º de Dezembro de 1640 na Biblioteca da Escola

No dia 30 de Novembro de 2007, antecipou-se o dia da comemoração da Restauração da Independência em 1640.

Realizou-se um trabalho sobre esse tema, feito pelos alunos do 6.º ano da turma B, com ajuda da professora Cristina Lapo Oliveira, de História e Geografia de Portugal, na hora de Estudo Acompanhado. As apresentadoras foram Mariana Pais e Noemi Lopo, escolhidas pelas professoras de Estudo Acompanhado, que reservaram uma hora para ensaiar.

A turma do 6.º A foi a escolhida para ver o power point, que deste modo ficou a conhecer melhor este acontecimento da nossa História. □

## ASSOCIAÇÃO DE PAIS

### O PROBLEMA DE UM É PROBLEMA DE TODOS

**U**ma vez, um rato olhou pelo buraco da parede e ficou aterrorizado quando viu o fazendeiro a armar uma ratoeira. O rato saiu a correr para comunicar aos outros animais.

Quando avisou a galinha, esta disse:

- Mas isso não é problema meu, não me incomoda nada.

O rato foi avisar o porco, mas ele também disse que nada podia fazer, pois não era problema seu. O rato foi, então, avisar a vaca sobre o perigo da ratoeira, mas ela pouca atenção lhe deu. Também não era problema dela. Naquela noite, a dona da casa foi à cozinha, para ver se algum rato tinha sido apanhado pela ratoeira, mas, como estava escuro, não viu uma cobra venenosa que a picou. A mulher adoeceu e, no dia seguinte, acordou com febre. Resolveram matar a galinha porque um doente recupera-se com uma boa canja. No fim-de-semana, muitos amigos foram visitar a mulher doente e, para lhes servir o almoço, o fazendeiro resolveu matar o porco. A mulher não melhorou, vindo a falecer. Foi tanta a gente que compareceu no enterro que o fazendeiro viu-se obrigado a abater a vaca para poder alimentar os amigos.

\*\*\*

Quando na escola ou em qualquer organização lhe for solicitado que colabore nalguma tarefa, que aparentemente não seja da sua conta, lembre-se: um problema na escola atinge sempre todos, o insucesso escolar bem como o não cumprimento da escolaridade não são um problema individual, mas sim das comunidades e do país.

O Presidente da Associação  
António Manuel Santos Varanda

## Vivências da nossa Escola numa tarde de São Martinho

**D**ando cumprimento ao Plano de Actividades da Biblioteca Escolar (BE), no âmbito da Comemoração de Efemérides, assinalou-se o Dia de São Martinho com uma exposição alusiva, com material pesquisado e elaborado por alguns alunos dos 8.ºs anos (A e B), que esteve patente ao público na BE. Desse material faziam parte textos do património oral - lenda de São Martinho, provérbios, canções, quadras-, assim como receitas gastronómicas com castanha. A mesma foi ornamentada, pela aluna Mariana Santos (8.º B), com folhas do castanheiro, ouriços e "ratos" feitos com castanhas, lã e arame.

No intervalo da manhã, a aluna Ana Margarida (8.º A) apresentou em *powerpoint* um trabalho sobre São Martinho e sua influência na tradição portuguesa. Alguns alunos da sua turma apoiaram-na na animação, lendo textos.

O desfecho desta comemoração culminou com a confecção, na cantina da escola, de um bolo "gigante" de castanha, em parceria com alunos, docentes e auxiliar da acção educativa da Sala de Apoio. O bolo foi saboreado por toda a comunidade educativa, acompanhado com sumo



Alunos saboreando o bolo de castanha

oferecido pela Escola, no átrio em frente ao bloco B, no intervalo da tarde do dia 15 de Novembro.

Isto só foi possível com a participação especial dos alunos e dos docentes promotores e colaboradores da actividade, pois responderam ao apelo feito para que trouxessem castanhas, algumas já cozidas e descascadas. Os restantes ingredientes foram oferecidos pelos docentes.

A título de curiosidade, o bolo levou 7 kg de castanha, 60 ovos, 4 kg de açúcar e um pacote de fermento em pó.

A todos (alunos, professores e auxiliares da acção educativa e administrativos) foi dada a possibilidade de provar o bolo e beber um copo de sumo, numa tarde solarenga. A alegria, estampada no rosto dos alunos, a confraternização e a boa disposição foram a nota dominante desta efeméride.

De parabéns estão todos aqueles que se empenharam particularmente na sua confecção, arregaçando as mangas e lançando as mãos na massa.

E assim se cumpriu a tradição, que ainda é o que era, e esperamos que para o ano haja mais! □



A qualidade do bolo justificou a concorrência nas filas

## Bolo de Castanha

### Ingredientes

- 10 ovos
- 900 g. castanha cozida e moída
- 450 g. de açúcar
- 1 colher de fermento em pó

### Confecção

Cozer as castanhas, descascá-las e passá-las pelo passe-vite. Bater as gemas com o açúcar, juntar o miolo da castanha e o fermento. Finalmente, acrescentar as claras batidas em castelo. Levar ao forno aproximadamente 50 a 60 minutos. Depois de frio, cobrir com chantilly e decorar com castanhas.



## Alunos marcharam pelas ruas de Castanheira em luta contra a Sida a favor da Vida

A Escola EB 2/3 Dr. Bissaya Barreto de Castanheira de Pera, no âmbito do Projecto de Educação Para a Saúde, assinalou o Dia Mundial da Luta Contra a Sida.

Alunos e professores realizaram uma marcha da Escola ao Centro de

Saúde, onde foram recebidos pelo Director do Centro e Enfermeiros que distribuíram material informativo alusivo ao evento.

De regresso à Escola construíram, na Praça da Notabilidade, um Laço Vermelho, símbolo de solidariedade para

com as pessoas infectadas com o HIV.

A iniciativa teve como principal objectivo a sensibilização dos alunos e da comunidade para esta doença, alertando para a necessidade de adopção de comportamentos preventivos.



Alunos ostentando cartaz "Juntos pela Luta contra a Sida"



Uma das turmas da Escola vestindo T-Shirt branca



Grande laço vermelho construído na Praça da Notabilidade junto à Escola

## Projecto Educação Para a Saúde sensibilizou para uma Alimentação Saudável

No dia 16 de Outubro, comemorou-se o Dia Mundial da Alimentação. A equipa do Projecto de Educação para a Saúde dinamizou várias actividades como forma de sensibilização para a adopção de hábitos alimentares saudáveis.

As actividades desenvolvidas passaram pela escolha de uma ementa para o almoço de acordo com as regras para uma alimentação equilibrada. A cada aluno foi distribuído um panfleto, em forma de fruto, contendo informação nutricional sobre os alimentos que estavam a ingerir e indicando o papel que cada nutriente irá desempenhar no

seu organismo. Foi ainda divulgado, através de projecção no refeitório, a toda a comunidade educativa, o resultado do inquérito aos alunos sobre os seus hábitos alimentares, que se encontra disponível na página da escola. Na entrada principal da escola foi criado um espaço de exposição de trabalhos realizados pelos alunos do 6º ano e construída uma Roda dos Alimentos, com alimentos naturais, que captou a atenção e curiosidade dos alunos. A dinâmica criada em torno da "Nova Roda dos Alimentos", com a distribuição de um folheto desdobrável, facilitou a passagem da mensagem pretendida.

### A NOVA RODA DOS ALIMENTOS

A Nova Roda dos Alimentos ajuda-nos a praticar uma alimentação equilibrada.



### Ingredientes das Sandes Saudáveis

- ❖ Sandes de atum: atum, alface, tomate e ovo;
- ❖ Sandes de queijo: queijo, cenoura e alface;
- ❖ Sandes mistas: fiambre, queijo, cenoura e alface;

- ❖ Sandes de fiambre: fiambre, cenoura e alface;

- ❖ Sandes de delicias do mar: delicias do mar, ovo, tomate e alface;

### TOP DE VENDAS

- ❖ 12 sandes de atum
- ❖ 5 sandes de delicias do mar
- ❖ 6 sandes mistas
- ❖ 8 sandes de fiambre
- ❖ 4 sandes de queijo
- ❖ 35 no total

## Biblioteca Escolar continua fértil na execução do seu Plano de Actividades

O Plano de Actividades do presente ano escolar segue a mesma linha do do ano transacto, contemplando um trabalho ao nível da organização e gestão da Biblioteca, bem como na vertente da animação cultural, dando grande relevo a actividades de promoção do livro e de motivação para a leitura.

De forma a dar prossecução a estes objectivos, são realizadas, neste espaço de aprendizagem, actividades, como:

Exposições de fundo documental, nomeadamente, das novidades. Eis alguns dos títulos adquiridos mais recentemente:

- O MALHADINHAS, de Aquilino Ribeiro
- O PORTÃO DO CORVO, de Anthony Horowitz
- LÁGRIMAS COLORIDAS, de Ana Macedo
- SEM PECADOS NA CULPA, de Ana Macedo
- DIÁRIO CRUZADO DE JOÃO E JOANA, de Ana Mª. Magalhães e Isabel Alçada
- GRAMÁTICA DE PORTUGUÊS para todos, de J. M. C. Pinto
- 25 DE ABRIL 1974 - ROTEIRO DA REVOLUÇÃO, de Creatix



Participantes no Concurso Nacional de Leitura de 2007.

Já se encontram publicados o Concurso Nacional de Leitura de 2008 e A Casa dos Animais (ver os respectivos regulamentos e livros recomendados num expositor da Biblioteca Escolar).



Exposição de textos da tradição oral, alusiva à Comemoração do Dia de São Martinho



A montagem de um Jornal de Parede, em placard, cujos textos vão sendo renovados e contemplam o registo de efemérides



A já habitual «Hora do Conto», animada com a colaboração de alunos

No início do ano lectivo, foi levada a cabo a actividade «À Descoberta da Biblioteca Escolar», visita guiada pelos professores da equipa da Biblioteca Escolar aos alunos dos 2.º e 3.º Ciclos, de acordo com uma calendarização previamente definida. Esta visita teve como objectivos aproximar os alunos da realidade Biblioteca/Centro de Recursos: organização, materiais ao dispor, funcionamento, normas a adoptar e motivar para a sua frequência, adoptando comportamentos adequados.



“ Descubram as maravilhas do mundo real e do mundo da fantasia. Aprendam e sonhem. Divirtam-se, divirtam-se muito! Ah, como é bom viajar assim, faça sol ou faça chuva, haja ou não haja dinheiro na algibeira para gastar. Ah, como é bom ir à Biblioteca! ”

Luísa Ducla Soares