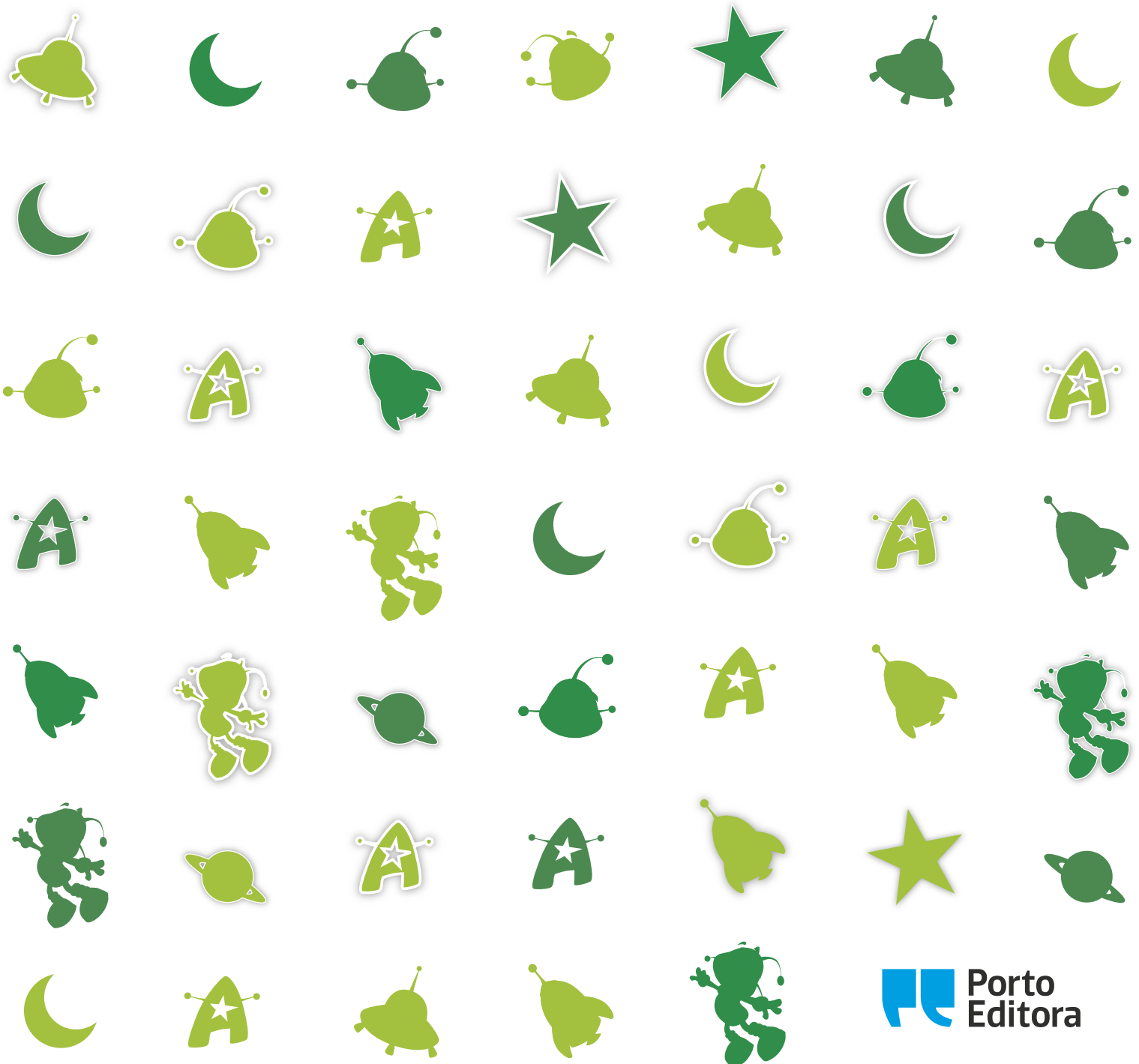




Expressões

1.º ano

Eva Lima · Nuno Barrigão · Nuno Pedroso · Susana Santos



Índice



Crachá de identificação	3
Painel de outono	5
Os animais	7
Roda dos Alimentos	9
Coroa de castanhas	11
Boneco de neve	13
Estrela de Natal	15
Palhaço articulado	17
Casa em origami	19
Jogo do galo	21
Borboletas simétricas	23
Poema ilustrado	25
A água	27
Marcador de livro	29
Galinha no ninho	31
Uma flor para a mãe	33
Caça ao rato	35
Jogo do ecoponto	37
Vira-vento	39
Moldes	41-47

Materiais

- lápis de cor
- tesoura
- cola
- fio de lã
- moldes
- furador

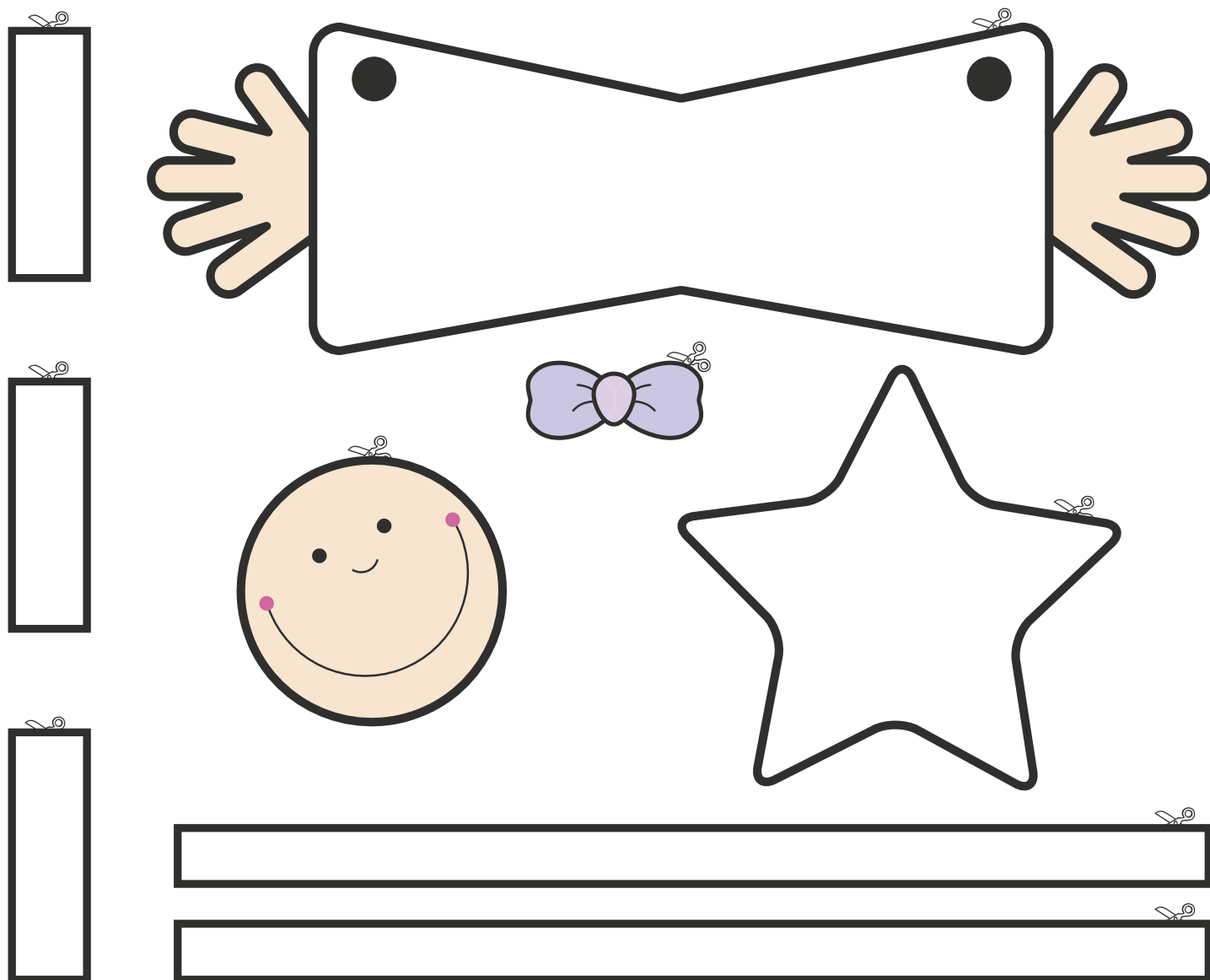
Como fazer?

- Pinta e recorta os moldes.
- Cola-os para formares um crachá como o da imagem.
- Cola as tiras de cartolina para o cabelo.
- Fura nos cantos e ata as pontas do fio ao crachá.
- Escreve o teu nome na estrela.



Alfadicas interdisciplinares

- Construção de um cartaz com a identificação dos alunos: nome, sexo e idade... (EM, página 8).
- Realização da atividade “Uma turma...”. 



Materiais

- folhas de videira
- folhas de desenho
- tintas
- esponjas
- cola
- tesoura
- papel crepe azul e castanho
- papel de cenário
- molde

Como fazer?

As uvas

- Recorta o molde do cacho de uvas.
- Faz bolinhas de papel crepe azul e cola sobre o molde.

As folhas

- Contorna, numa folha de desenho, folhas de videira.
- Pinta as folhas que desenhaste com uma esponja.
- Deixa secar e recorta as folhas.
- Aplica as folhas nas uvas.

Os ramos

- Torce papel crepe castanho para os ramos.

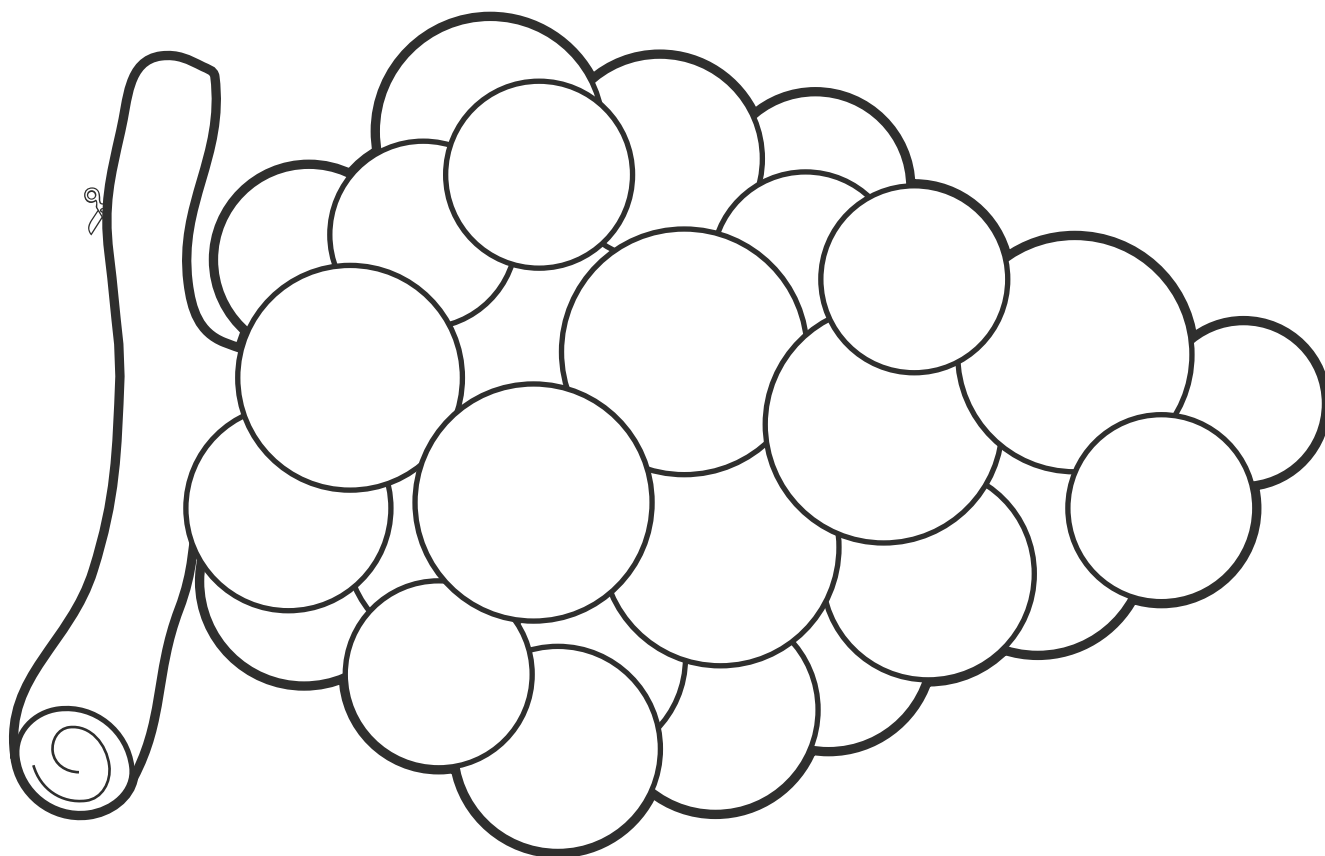
O cenário

- Pinta papel de cenário em dois níveis (azul e castanho) com esponjas.
- Aplica os elementos no cenário.



Alfadicas interdisciplinares

- Audição da canção “Balada ao outono”. 🎵
- Construção de um gráfico com os frutos preferidos dos alunos (MAT, página 27).
- Elaboração de outros frutos de outono, colando bolinhas de papel crepe sobre os moldes. 🍷
- Realização da atividade “Doce de abóbora”. 🍷



Materiais

- aguarelas
- lápis de cera
- tesoura
- restos de cartolina preta
- cola
- moldes

Como fazer?

A vaca

- Pinta e recorta os moldes da vaca.
- Molha o dedo em aguarela e pinta malhas por todo o corpo.
- Dobra o corpo ao meio e cola a cabeça.

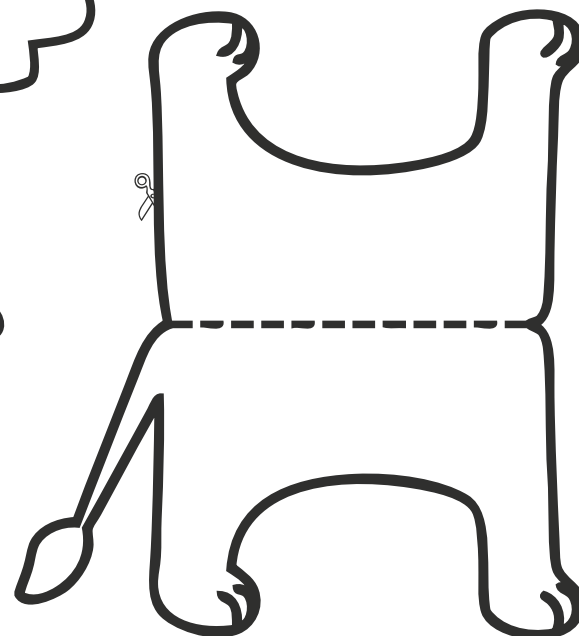
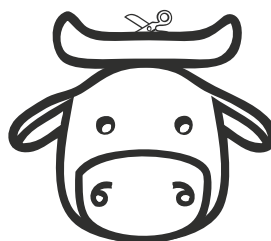
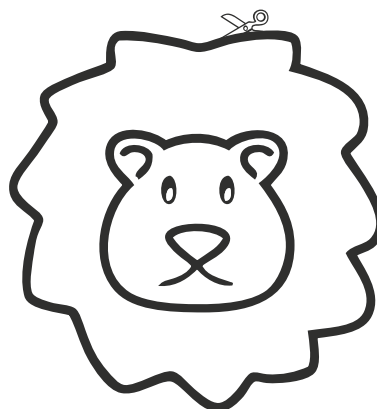
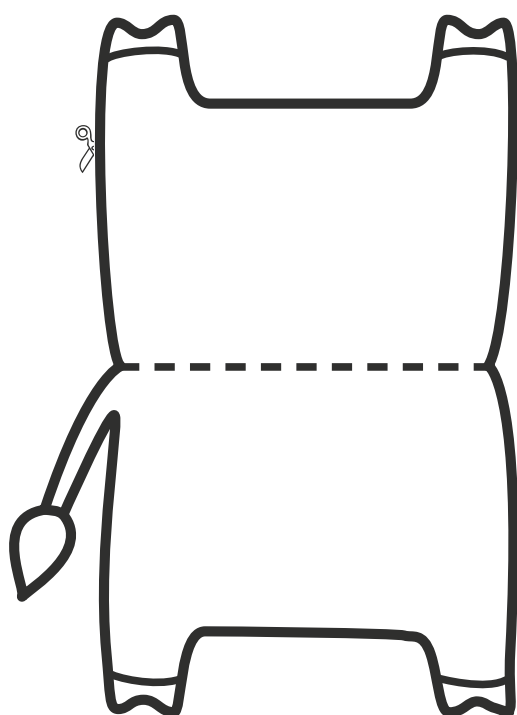
O leão

- Pinta e recorta os moldes do leão.
- Corta quatro tiras fininhas de cartolina preta para fazeres os bigodes do leão e cola-as no focinho.
- Dobra o corpo ao meio e cola a cabeça.



Alfadicas interdisciplinares

- Construção de outros animais, domésticos e selvagens, e dos respetivos ambientes naturais; organização de um cartaz (EM, página 70).
- Realização de uma atividade de expressão teatral: imitação de animais (movimento, vozes...).
- Exploração do texto da obra do PNL *Histórias pequenas de bichos pequenos*, de Álvaro Magalhães, ASA (1999).



Materiais

- lápis de cor
- cola
- tesoura
- folhetos de supermercado e revistas
- moldes

Como fazer?

- Pinta e recorta os alimentos.
- Cola-os na tua Roda dos Alimentos, que está na página 41.
- Completa a roda pesquisando outros produtos alimentares em folhetos ou revistas e cola-os nos locais corretos.



Alfadas interdisciplinares

- Realização da atividade “Um almoço equilibrado”. 🍽️
- Dramatização de uma ida a um supermercado.

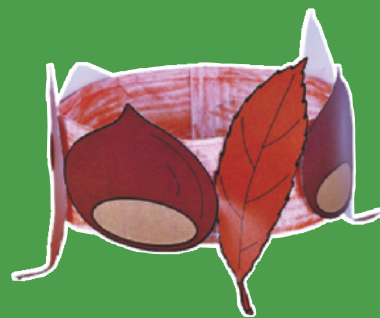


Materiais

- aguarelas
- pincéis
- tesoura
- cola
- tira de cartolina (5 cm x 60 cm)
- agrafador
- moldes

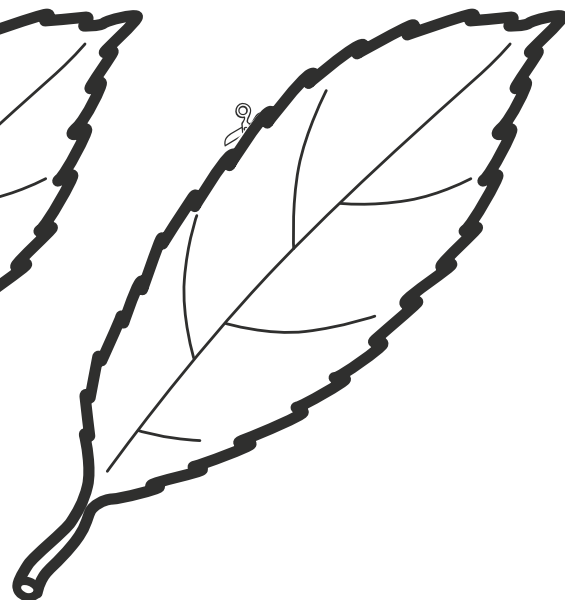
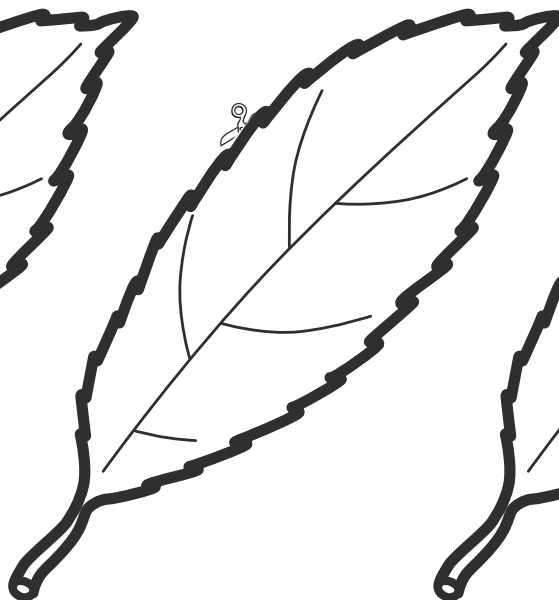
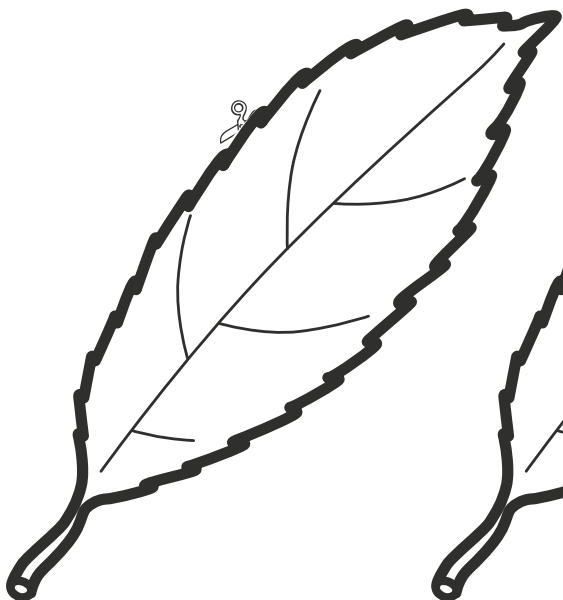
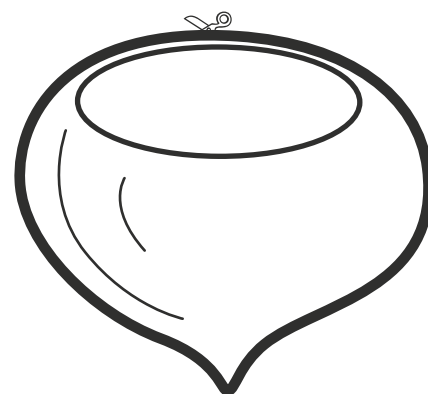
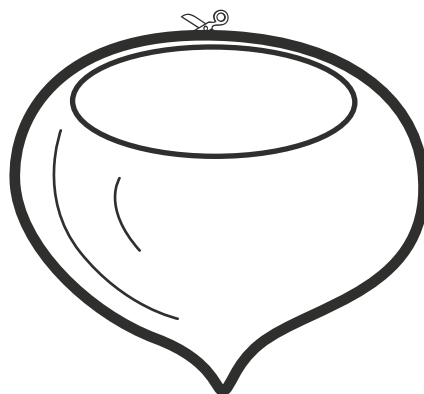
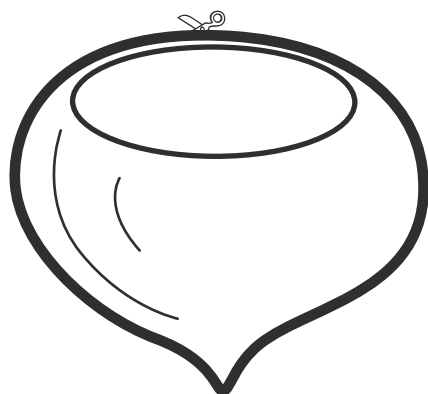
Como fazer?

- Pinta as folhas de castanheiro e as castanhas.
- Une as pontas da tira de cartolina e agrafa.
- Recorta as castanhas e as folhas e cola-as na tira de cartolina.



Alfadicas interdisciplinares

- Leitura e dramatização da lenda de São Martinho. 📖
- Realização de contagens com as castanhas e comparação de quantidades (MAT, página 52).
- Realização da atividade "Origami do copo". 📄



Materiais

- guaches
- pincéis
- tesoura
- cola
- pauzinhos de madeira
- moldes

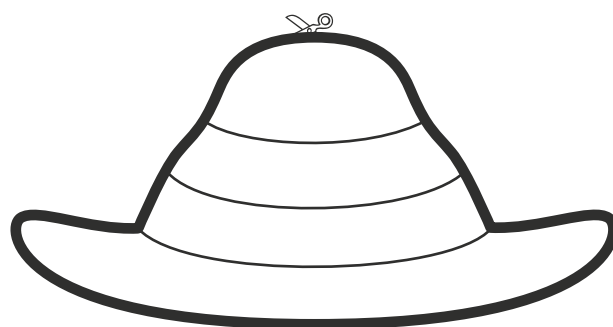
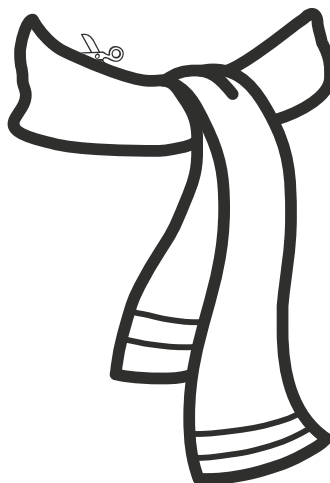
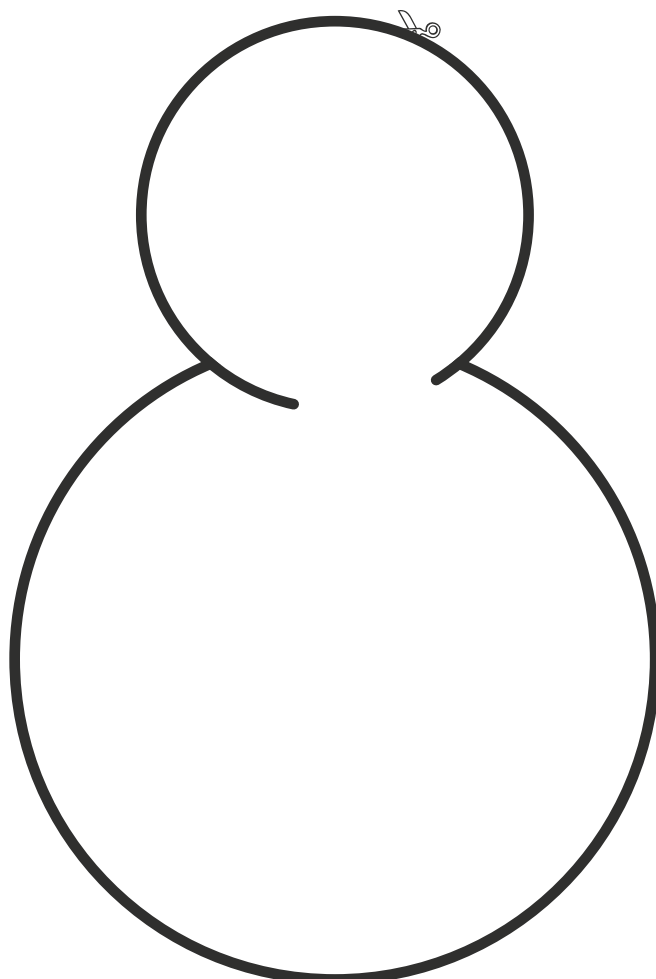
Como fazer?

- Pinta os adereços do boneco de neve.
- Recorta o corpo e os seus adereços e cola-os.
- Cola os paus para os braços, o nariz, os olhos e a boca.
- Aplica o teu boneco no rodapé do *placard* da tua sala e cria um friso com os bonecos dos teus colegas.



Alfadas interdisciplinares

- Audição da canção “O inverno nasceu”. 🎵
- Desenho, no computador, de um boneco de neve, utilizando círculos brancos e outras figuras geométricas.
- Ordenação da história de um boneco de neve (**MAT**, página 92).
- Realização da atividade “Cristal de gelo”. 🧊



Materiais

- tesoura
- furador
- cola branca
- massinhas ou sementes
- fio dourado ou rafia
- spray dourado
- molde

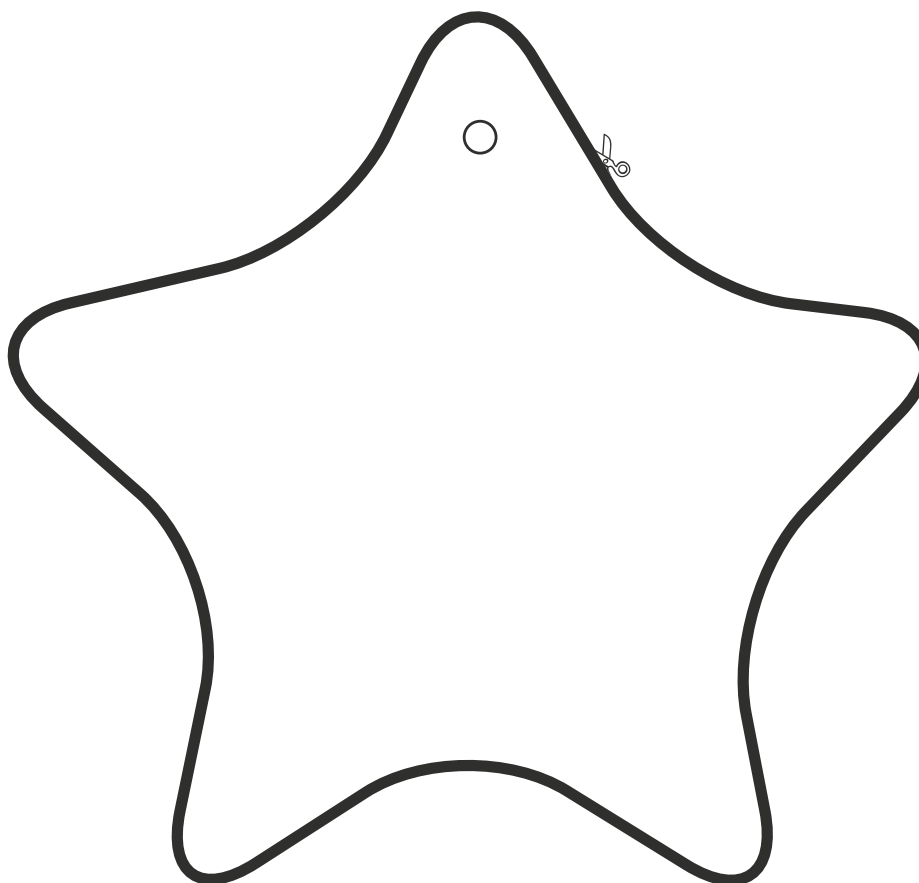
Como fazer?

- Recorta a estrela e com o furador faz o furo.
- Cobre toda a estrela com cola branca.
- Cola as massinhas ou sementes sobre a estrela.
- Deixa secar.
- Depois de seco faz o mesmo para o outro lado da estrela.
- Com a ajuda de um adulto, aplica o *spray* dourado.
- Enfia o fio dourado ou a rafia no furo da estrela.

Sugestão: podes pintar de outras cores.

**Alfadicas interdisciplinares**

- Decoração da árvore de Natal da escola com as estrelas dos alunos.
- Exploração do significado da época natalícia (a família, a partilha e a solidariedade) e registo das ideias (Ex.: registo de um sentimento no verso da estrela). Pesquisa sobre as tradições natalícias dos países da UE.
- Realização das atividades “Presépio de barro”, “Bola de papel” e “Coroa de rei”. 📺
- Audição do texto da obra do PNL *Babushka*, de Sandra Ann Horn, Campo das Letras (2007).



Materiais

- tesoura
- cola
- furador
- cinco *attaches*
- lápis de cera
- fios de lã coloridos
- moldes

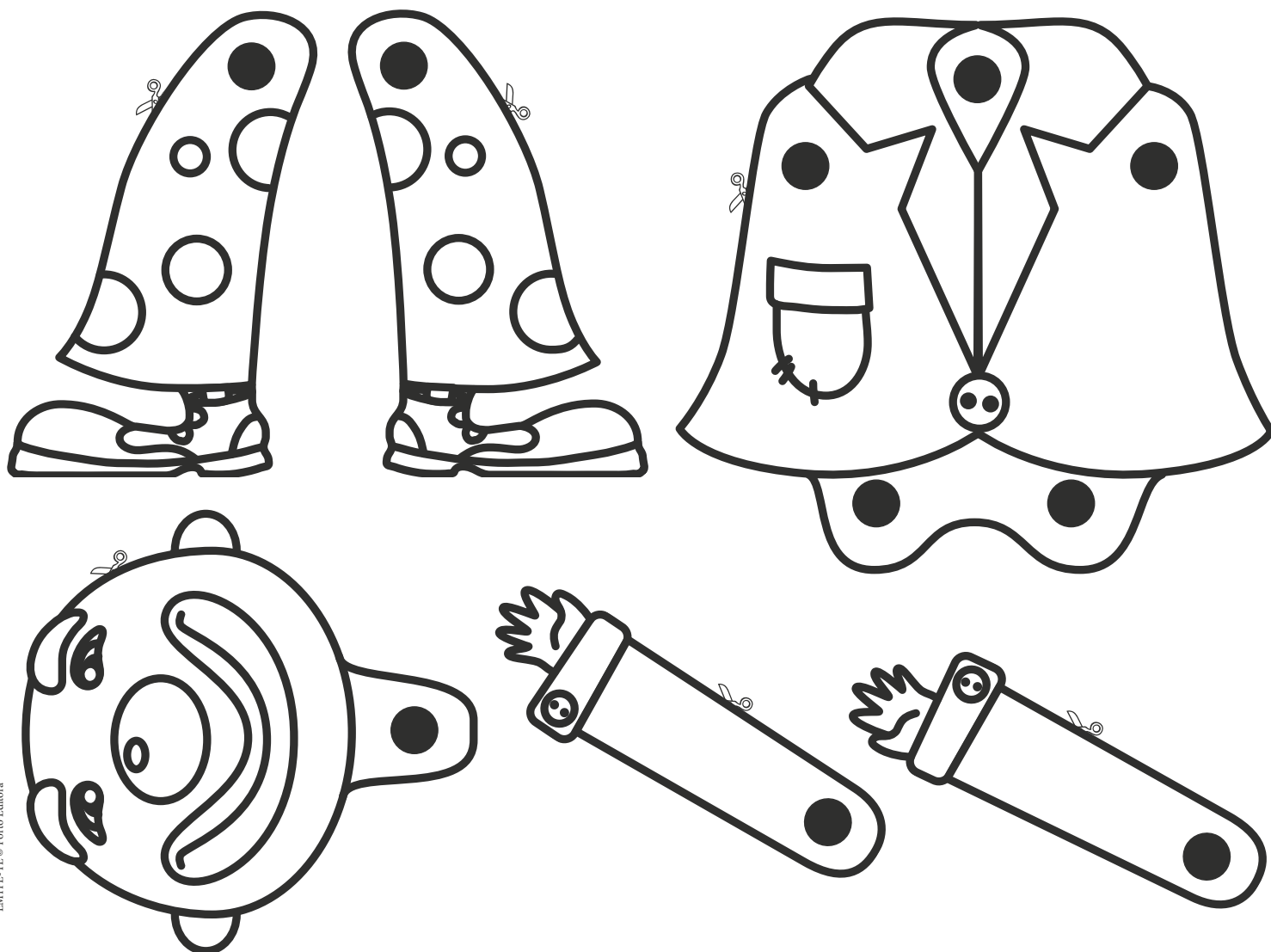
Como fazer?

- Pinta as diferentes partes do corpo do palhaço e recorta-as.
- Cola os fios de lã para fazeres o cabelo.
- Com o furador fura os pontos pretos e une as diferentes partes com os *attaches*.



Alfadicas interdisciplinares

- Desenho de um palhaço gigante em papel de cenário, utilizando o projetor. Decoração das roupas do palhaço com as letras já aprendidas.
- Realização de uma atividade de expressão teatral: mímica de profissões.
- Realização das atividades “Chapéu para palhaço” e “Pintura facial”.
- Audição e visualização, na biblioteca digital do PNL, da história *Inês vai ao circo*, de Lurdes Custódio, Ambar (2000).



Materiais

- tesoura
- lápis de cor
- molde

Como fazer?

- Recorta o quadrado e dobra-o seguindo as indicações.
- Desenha uma porta e uma janela na casa e pinta-as a teu gosto.

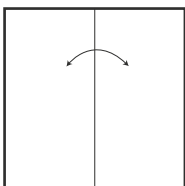


Atividades interdisciplinares

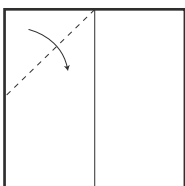
- Colagem do origami da casa numa folha branca e ilustração da família ao lado da casa.
- Estudo da casa e das suas divisões (**EM**, página 62) e diálogo acerca da importância da família.
- Agrupar as casas dos alunos segundo determinados critérios (por exemplo, duas a duas, três a três).
- Exploração da obra do PNL *Os três porquinhos*, de Anthony Browne, Verbo (1999).
- Exploração dos temas: família, igualdade, solidariedade.
- Realização da atividade “Para alguém especial”. 📱

Indicações

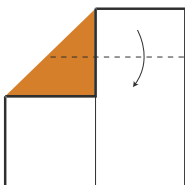
1



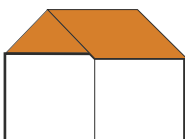
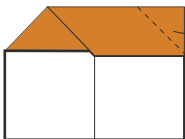
2

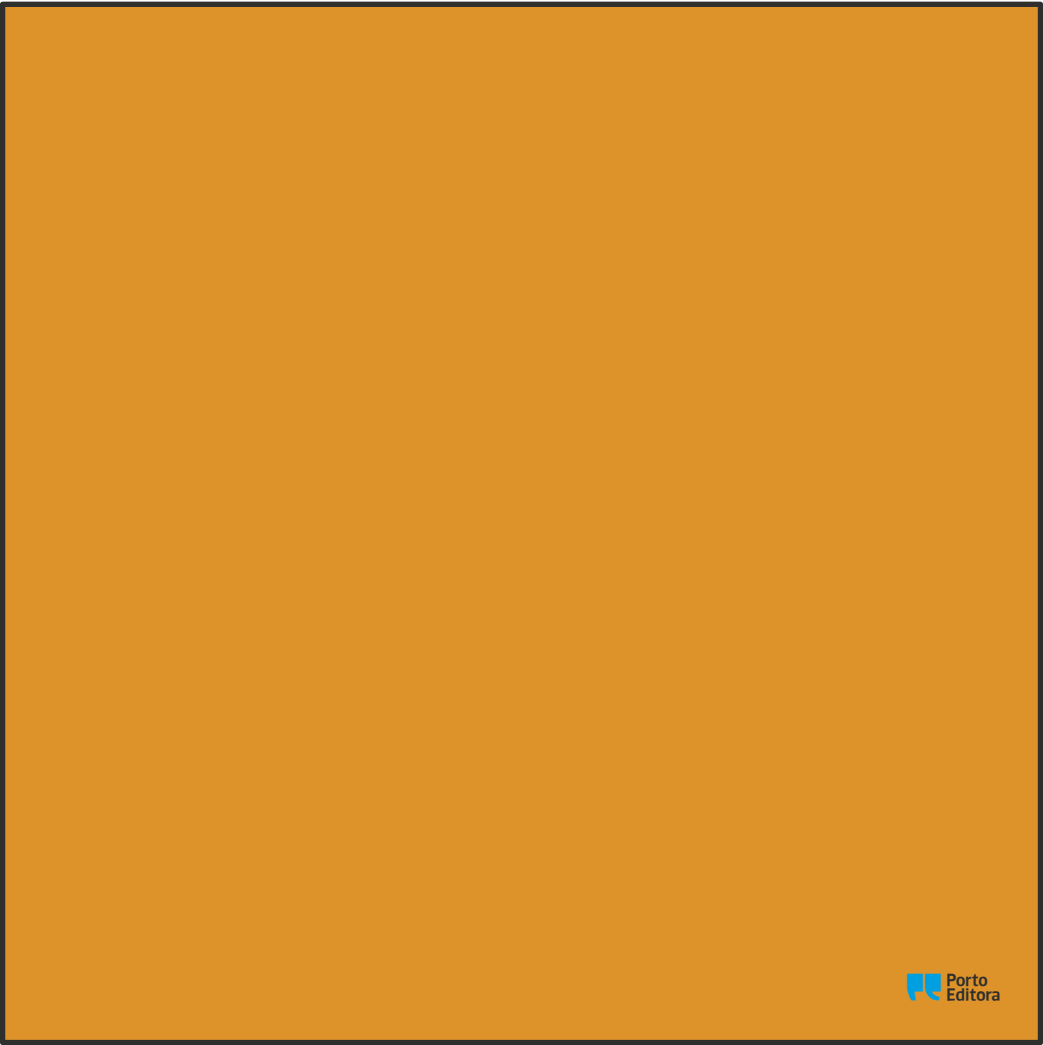


3



4





Materiais

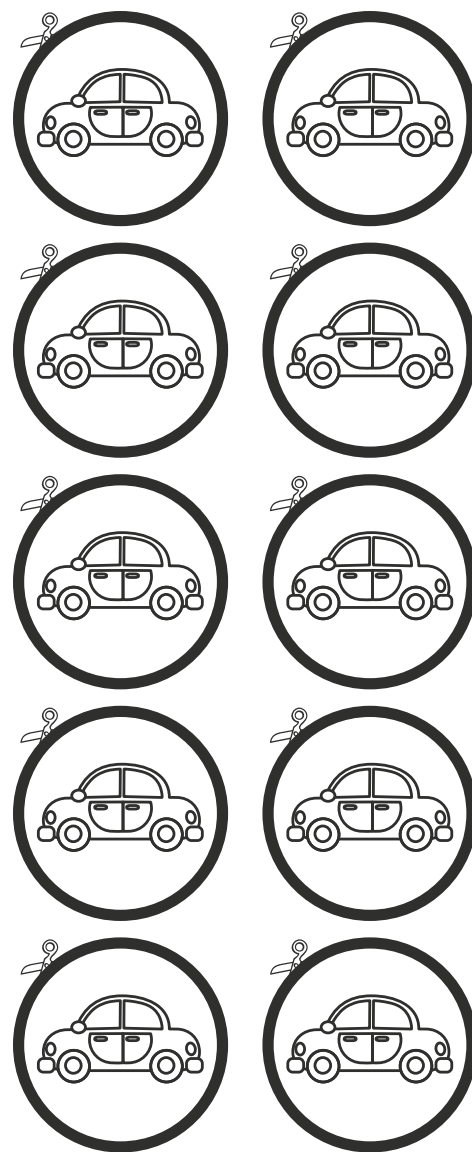
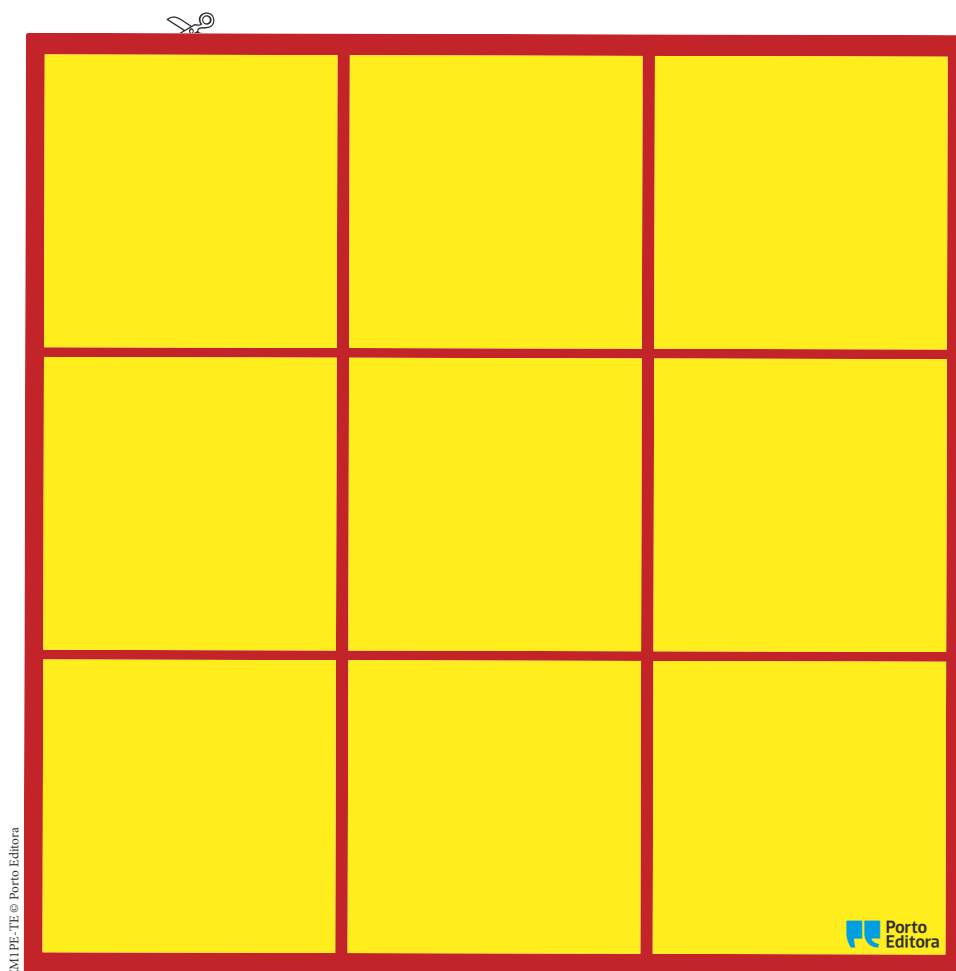
- tesoura
- cola
- lápis de cor
- dez tampas iguais de garrafas de plástico
- cartão
- corda
- moldes

Como fazer?

- Recorta o molde do jogo do galo e cola-o numa base de cartão.
- Cola pedaços de corda por cima das linhas centrais do tabuleiro.
- Pinta cinco carros de duas cores diferentes.
- Recorta os círculos com os carros e cola-os nas tampas de plástico.

**Alfardicas interdisciplinares**

- Convite aos pais para virem à escola realizar jogos populares com os alunos.
- Diálogo sobre a importância dos afetos.
- Diálogo sobre a importância da reutilização de materiais (tampas de plástico, caixas de cartão...).



Materiais

- tesoura
- cola
- tintas de água
- pincéis
- papel de cenário
- molde

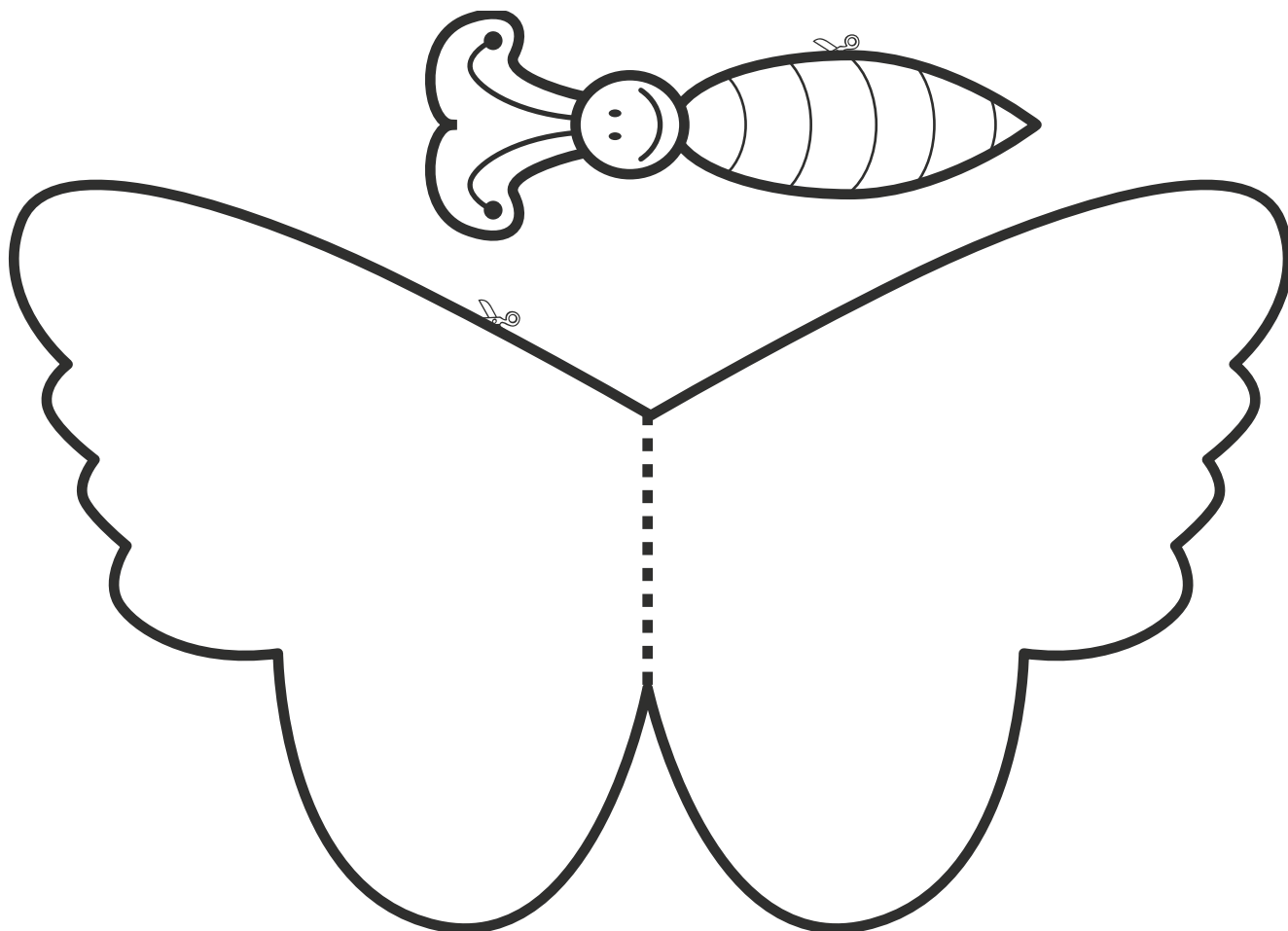
Como fazer?

- Recorta as asas e o corpo da borboleta.
- Dobra as asas pelo tracejado e abre novamente.
- Pinta apenas uma das asas, molhando os pincéis com bastante tinta.
- Fecha as asas da borboleta e pressiona bem.
- Abre as asas e deixa secar.
- Termina a borboleta pintando e colando o corpo.
- Cola-a no papel de cenário e constrói um cartaz da primavera com os teus colegas.



Alfadinhas interdisciplinares

- Audição da canção “Cheirinho a primavera”. 🎵
- Exploração de simetrias (**MAT**, página 126).
- Inclusão, no painel da primavera, de 26 flores com as letras do alfabeto ordenadas.
- Exploração do tema primavera, ligado à observação e identificação de cores, sons e cheiros da Natureza (**EM**, páginas 70 e 90).



Esta atividade pretende ilustrar o poema de Luísa Ducla Soares “Plantar uma Floresta”, da obra *A gata Tareca e outros poemas levados da breca*, Editorial Teorema (1990).

Materiais

- moldes
- cola
- tesoura
- aguarelas e pincéis

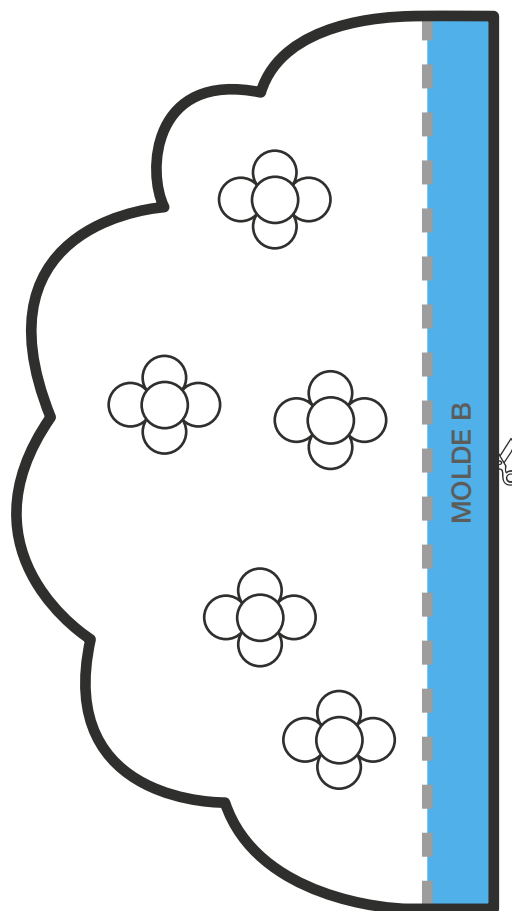
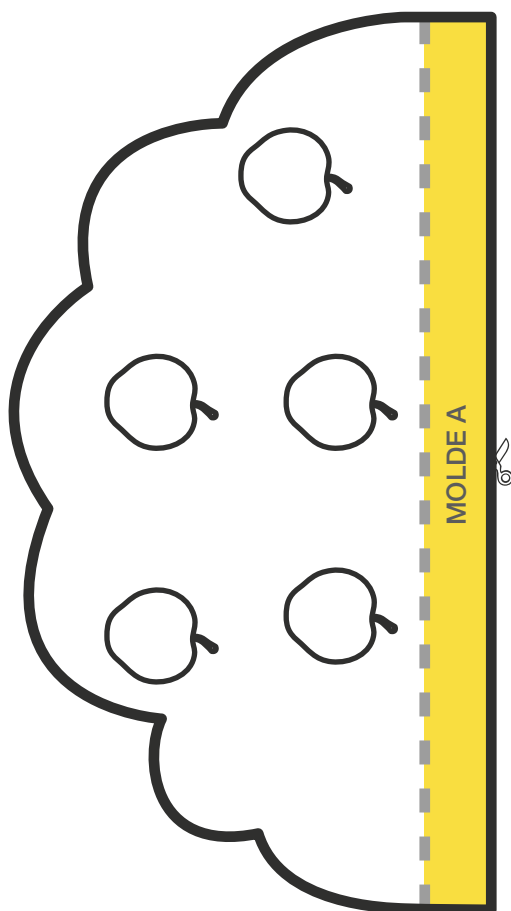
Como fazer?

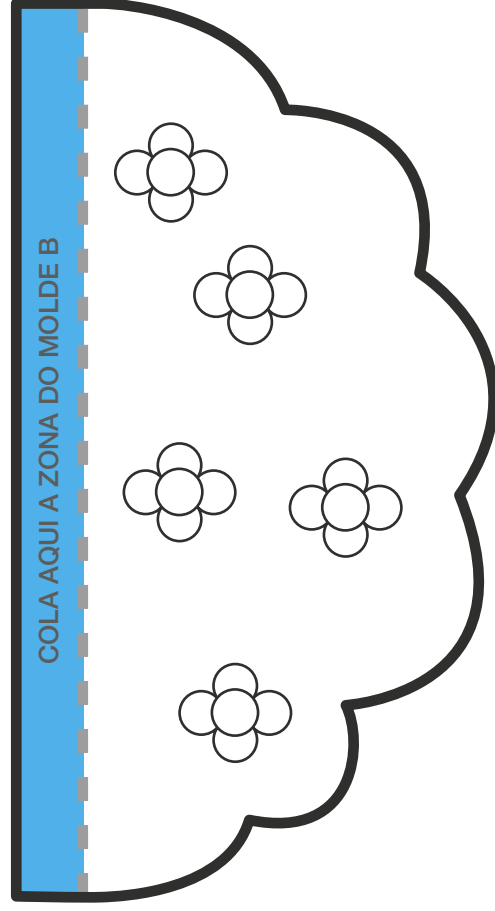
- Pinta os moldes desta página e da página 43 com as aguarelas.
- Recorta os moldes.
- Corta os moldes pelas zonas indicadas, sobrepondo-os na mesma posição.
- Ouve o poema e vai virando as copas para observares as transformações da árvore.



Alfadicas interdisciplinares

- Audição da canção “Cheirinho a primavera”. 🎵
- Audição do poema e diálogo sobre a importância das árvores.
- Observação e identificação de árvores no recreio da escola.
- Identificação das partes constituintes de uma planta (EM, página 73).
- Audição da leitura de poemas do livro do PNL, *Onde tudo aconteceu*, de António Mota, Gailviro (2005), para celebrar o Dia da Poesia.





Materiais

- tesoura
- lápis de cor
- agramador
- moldes

Como fazer?

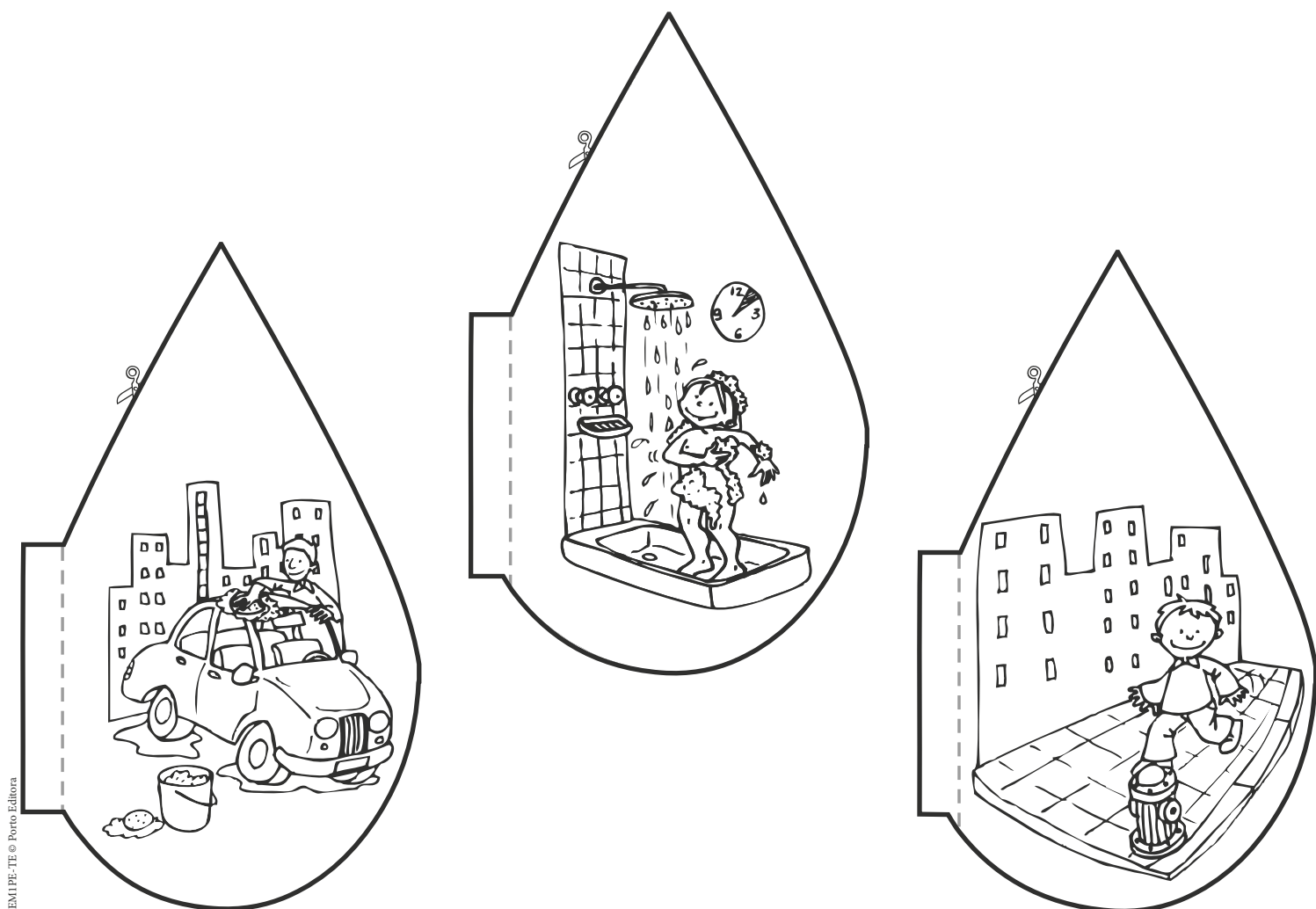
- Pinta e recorta as gotinhas de água desta página e da página 45.
- Junta os moldes pelas abas e agrafa, para formares o teu livrinho.

Sugestão: utilizar o molde da gota de água para criar outras páginas para o livro.



Alfardicas interdisciplinares

- Exploração oral do tema. Pesquisa na Internet sobre onde podemos encontrar água na Natureza (EM, página 83), a utilização da água e as formas de poupar a água.
- Realização de experiências com água (EM, páginas 84 a 86).
- Realização da atividade “Dia Mundial da Água”. 🇵🇹
- Leitura da obra do PNL *A menina gotinha de água*, de Papiniano Carlos, Campo das Letras (2000).



Material

- tesoura
- cola
- cordão colorido
- moldes
- furador

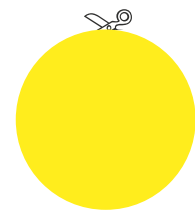
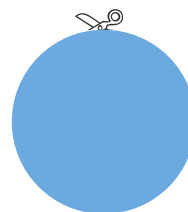
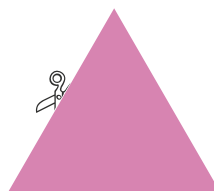
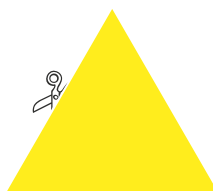
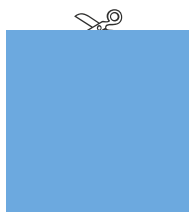
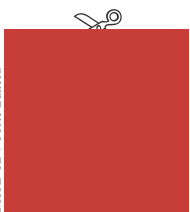
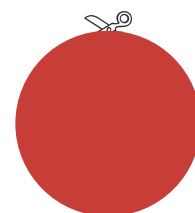
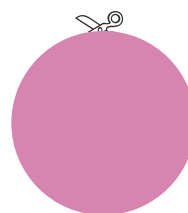
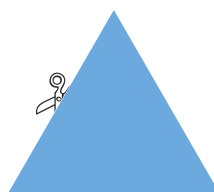
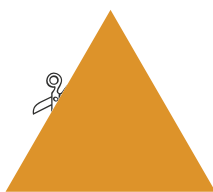
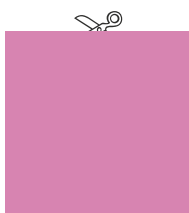
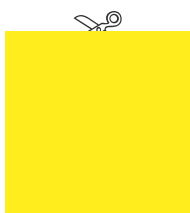
Como fazer?

- Recorta os moldes e cola as figuras no retângulo verde-escuro a teu gosto.
- Usa o furador para fazeres um furo no marcador e enfia o cordão colorido.



Alfadas interdisciplinares

- Escrita de frases simples relativas aos livros para escrever por trás do marcador.
- Diálogo sobre o cuidado a ter com os livros, a importância das imagens, a existência de livros na Internet, etc.
- Leitura da obra do PNL *A menina que detestava livros*, de Manjusha Pawagi, Terramar.





Materiais

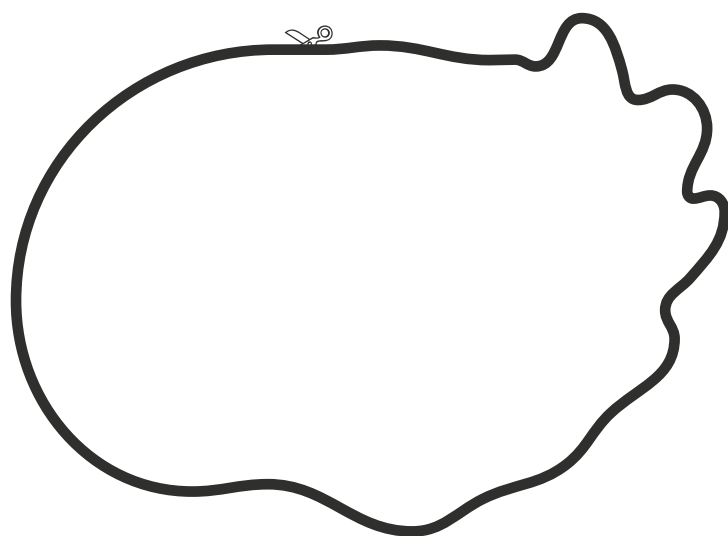
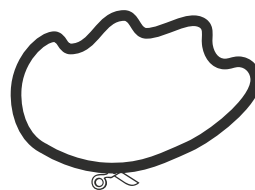
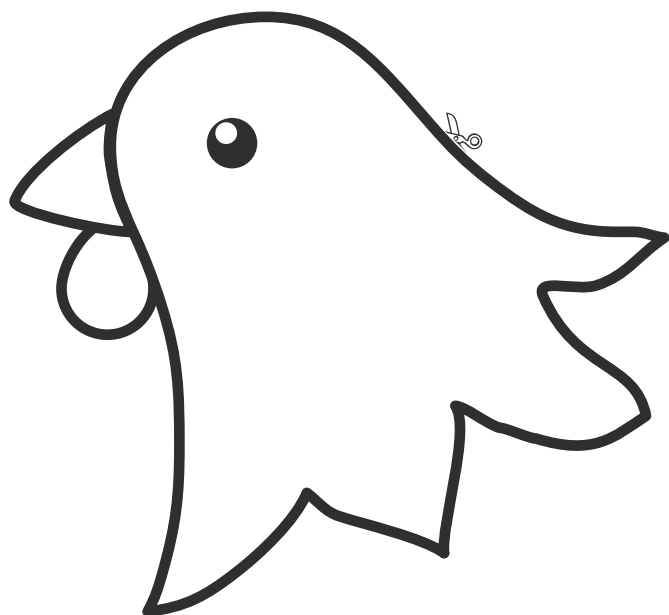
- tesoura
- cola
- mola da roupa
- quadrado de serapilheira (10 cm x 10 cm)
- fios de ráfia
- página de revista
- moldes
- lápis de cor

Como fazer?

- Pinta e recorta os moldes.
- Cola os elementos para formares a galinha.
- Cola a galinha na mola da roupa.
- Coloca, no centro do quadrado de serapilheira, a página da revista amachucada em forma de bola.
- Fecha a serapilheira à volta da bola de papel com fios de ráfia.
- Prende a galinha ao ninho.

**Alfadicas interdisciplinares**

- Leitura do poema “Os ovos”, de Luísa Ducla Soares.
- Leitura da obra do PNL *Os ovos misteriosos*, de Luísa Ducla Soares, Afrontamento (1994).
- Pesquisa acerca do significado e da origem dos diferentes símbolos e tradições da Páscoa, religiosos e não religiosos (por exemplo, o compasso, os ovos, o coelho, etc.).
- Realização da atividade “Ovos marmorizados”. 🥚



Materiais

- tesoura
- cola
- pau de espetada de madeira
- tira de papel crepe verde
- fotografia da mãe
- moldes

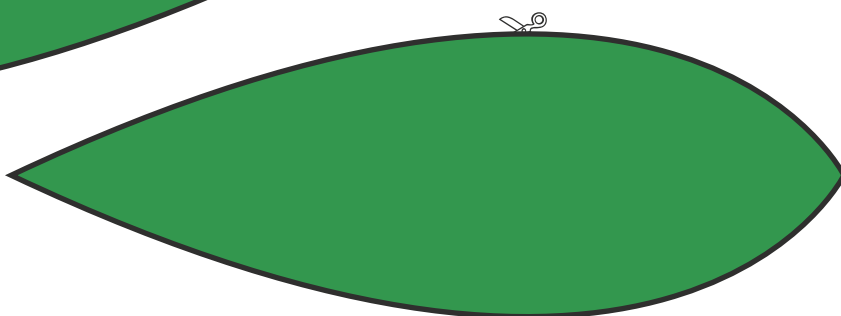
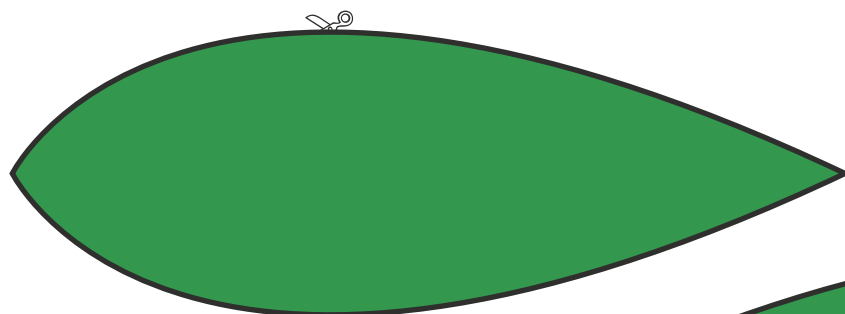
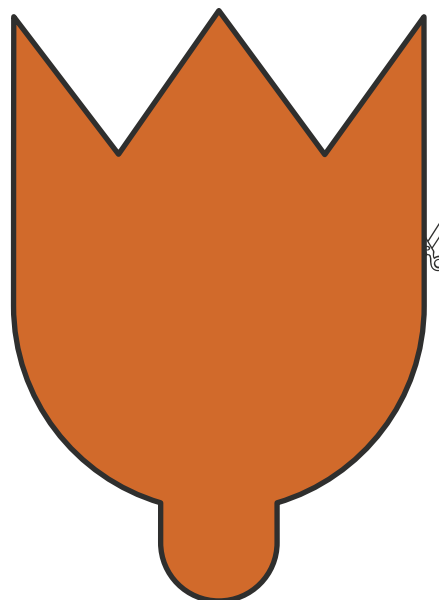
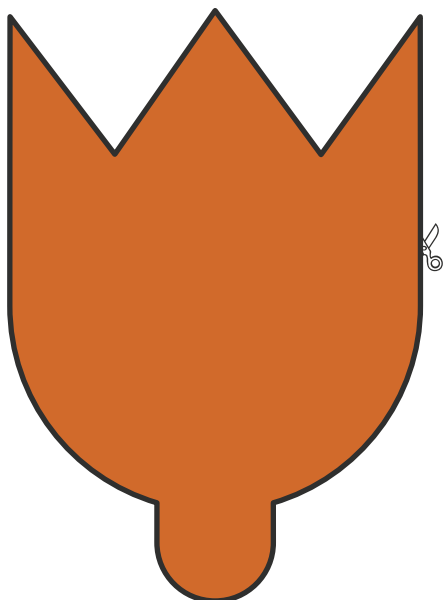
Como fazer?

- Recorta os moldes.
- Reveste o pau de espetada com a tira de papel crepe verde.
- Cola o espeto revestido no verso do molde da flor cor de laranja e cola o outro molde da flor nas costas.
- Cola as folhas a meio do espeto de madeira.
- Cola a fotografia da tua mãe.



Alfadas interdisciplinares

- Convide às mães para lerem uma história à turma.
- Realização da atividade “Sabonetes decorados”.



Materiais

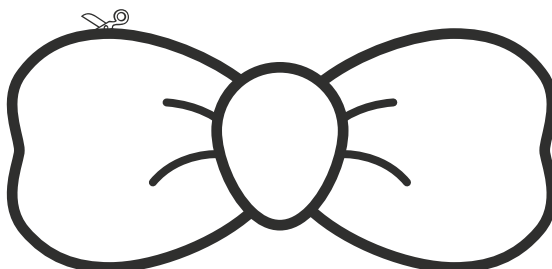
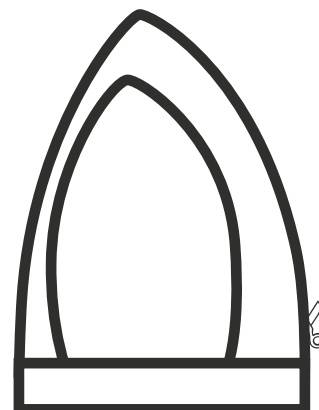
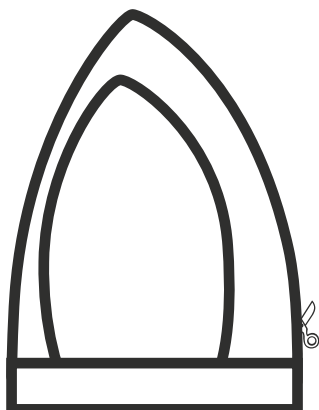
- copo de papel branco
- fio de algodão (50 cm aprox.)
- conta grande de madeira colorida
- tintas
- pincéis
- tesoura
- cola
- moldes

Como fazer?

- Pinta o copo de papel e deixa-o secar bem.
- Desenha o focinho do gato.
- Pinta e recorta os moldes das orelhas, dos olhos e do laço do gato.
- Cola as orelhas, os olhos e o laço no gato.
- Passa o fio pelo orifício da conta de madeira e dá dois nós (um de cada lado), para que esta não saia da extremidade do fio.
- Faz um orifício no fundo do copo. Passa o fio e dá um nó na extremidade que fica no interior do copo.
- Para jogar, segura o copo na mão com o fio pendurado. Faz balançar o cordão, movendo o gato (copo), e tenta encestar o rato (conta) dentro dele.

**Alfadinhas interdisciplinares**

- Realização do jogo “O gato e o rato”, no recreio.
- Exploração do tema Direitos e Deveres da Criança.
- Realização de jogos como “Toca e foge”, “Roda do lenço”, “Salto ao eixo”.



Material

- tesoura
- lápis de cor
- *attache*
- moldes

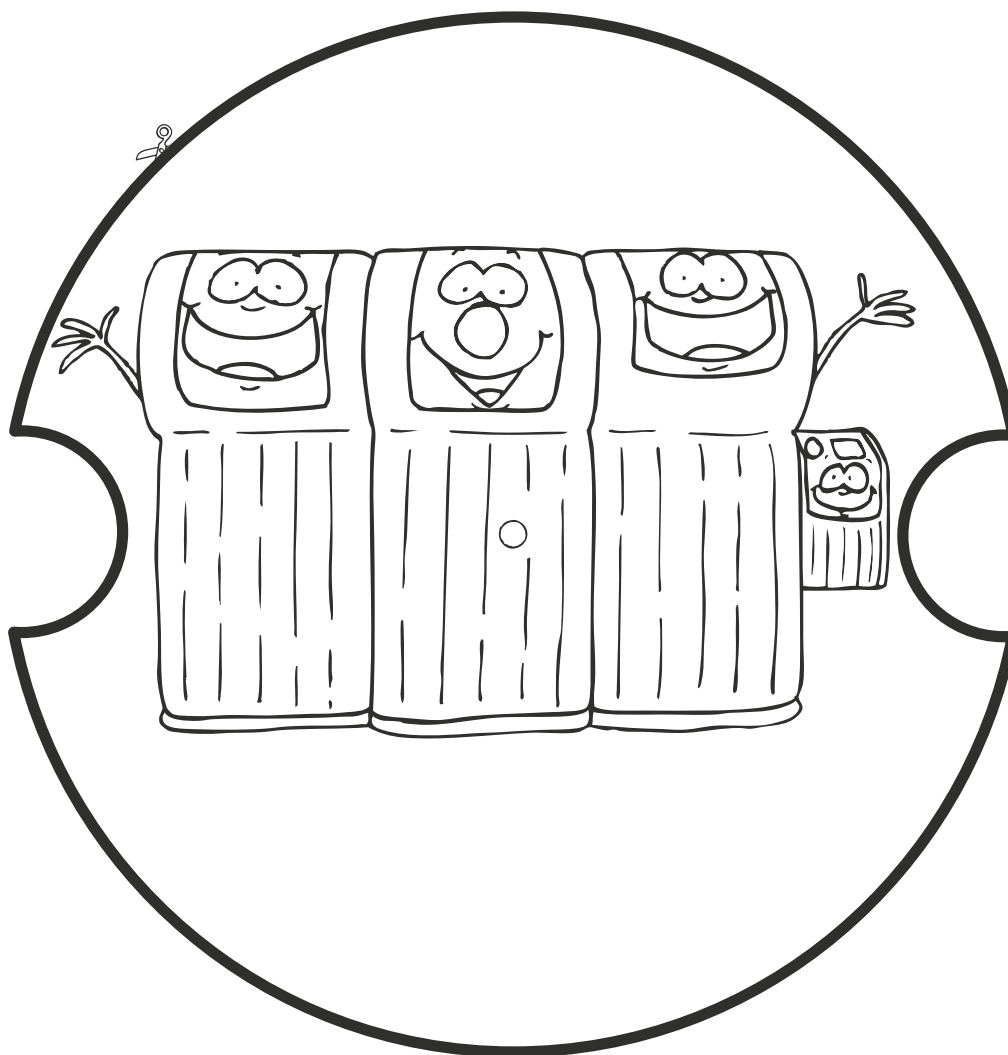
Como fazer?

- Pinta e recorta o molde dos quatro contentores.
- Recorta o molde da página 47.
- Coloca um *attache* no centro dos círculos sobrepostos e fá-los rodar.
- Pinta o contentor que aparece na abertura da cor correta, de acordo com o tipo de lixo que aparece na outra abertura.



Alfardicas interdisciplinares

- Realização de uma visita a um jardim/espço verde próximo da escola, para apreciar a Natureza (cores, sons, cheiros...).
- Audição e exploração do poema “Terra, esta terra”, de Luísa Ducla Soares.
- Exploração do tema “A reciclagem”.
- Realização de atividades de exploração da Natureza como percursos e jogos de orientação em corrida e em marcha.



Materiais

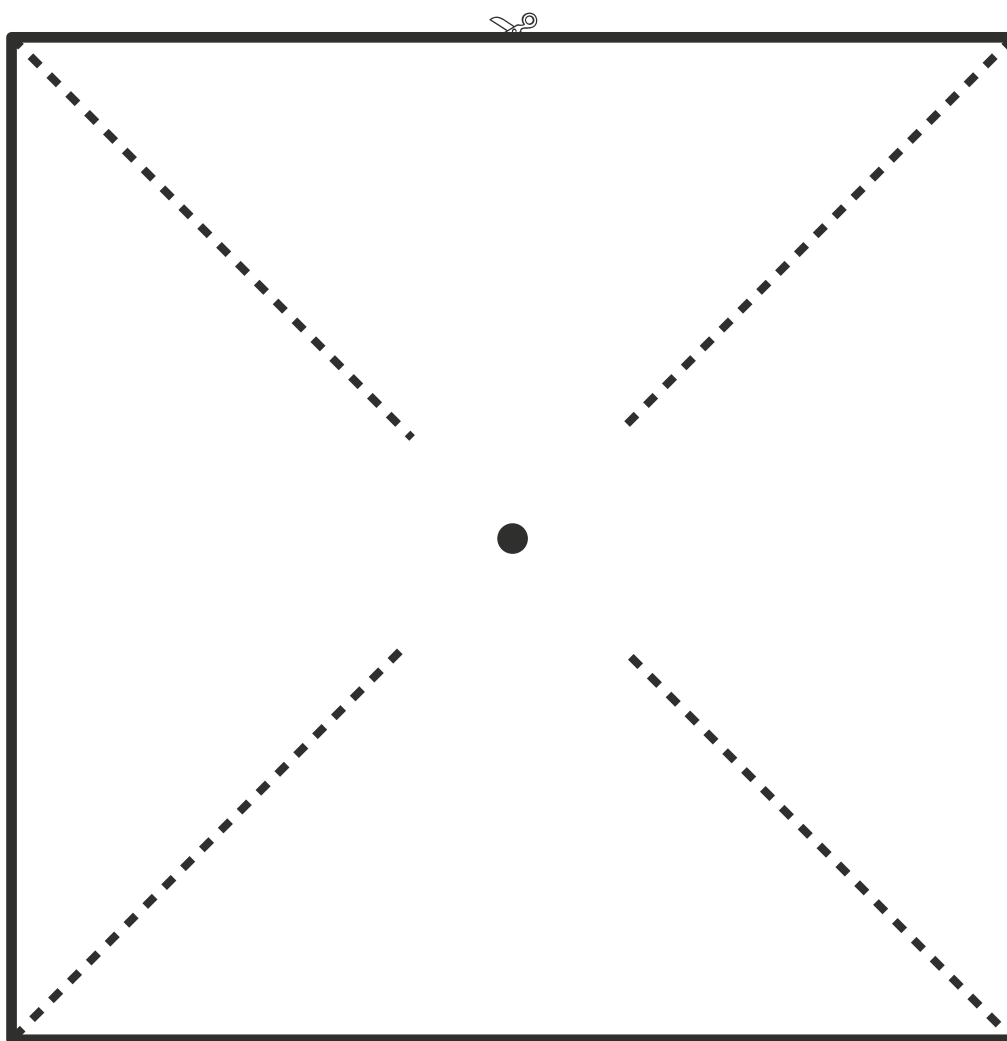
- lápis de cera
- tesoura
- pau de espetada
- alfinete de cabeça larga
- molde

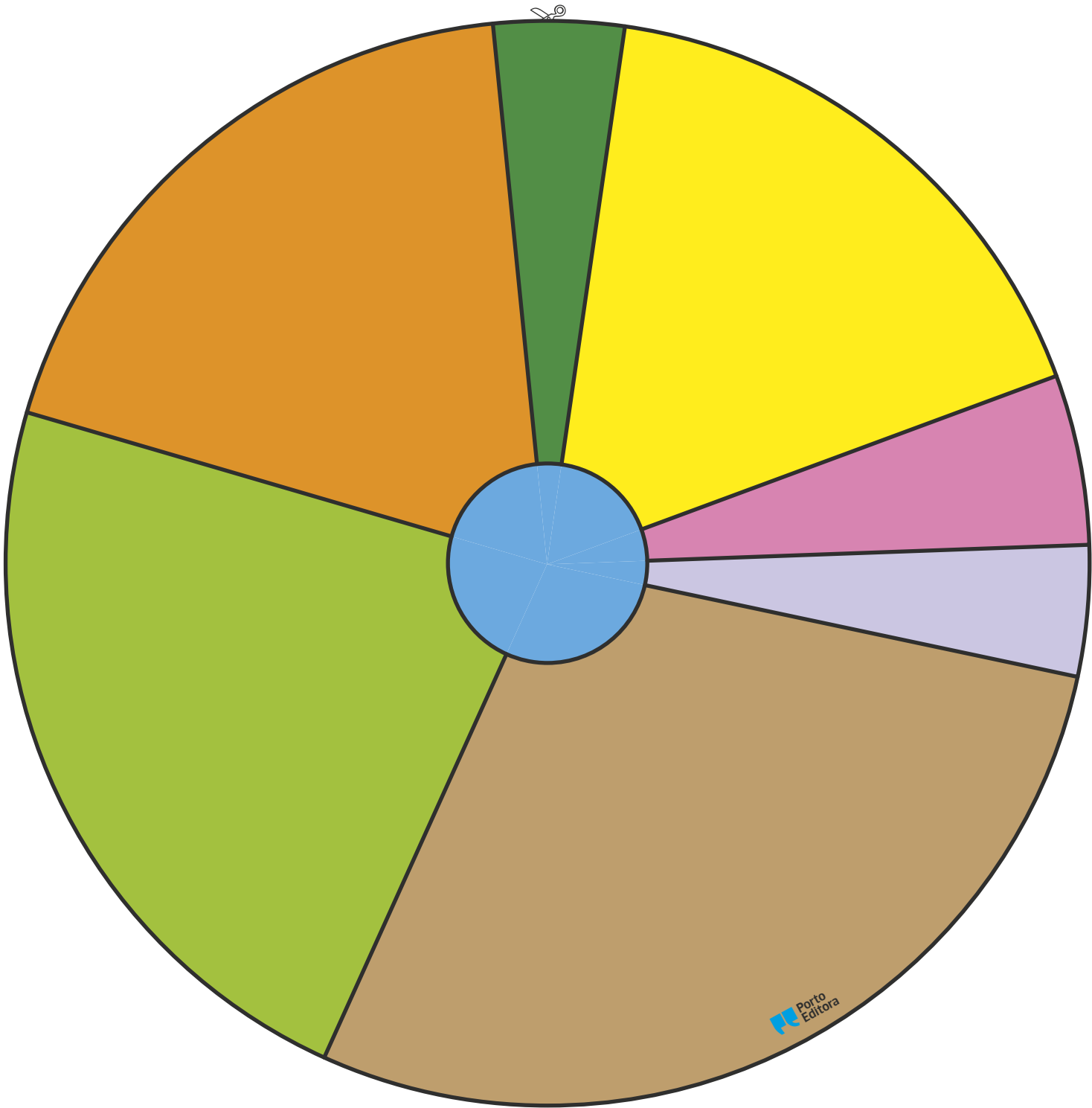
Como fazer?

- Pinta o quadrado de cores diferentes.
- Recorta o quadrado do molde e as linhas a tracejado.
- Junta quatro pontas intercaladas no centro e prende-as com um alfinete.
- Prega, com ajuda de um adulto, o alfinete no pau de espetada, que servirá de suporte do vira-vento. Certifica-te de que ele gira.

**Alfadas interdisciplinares**

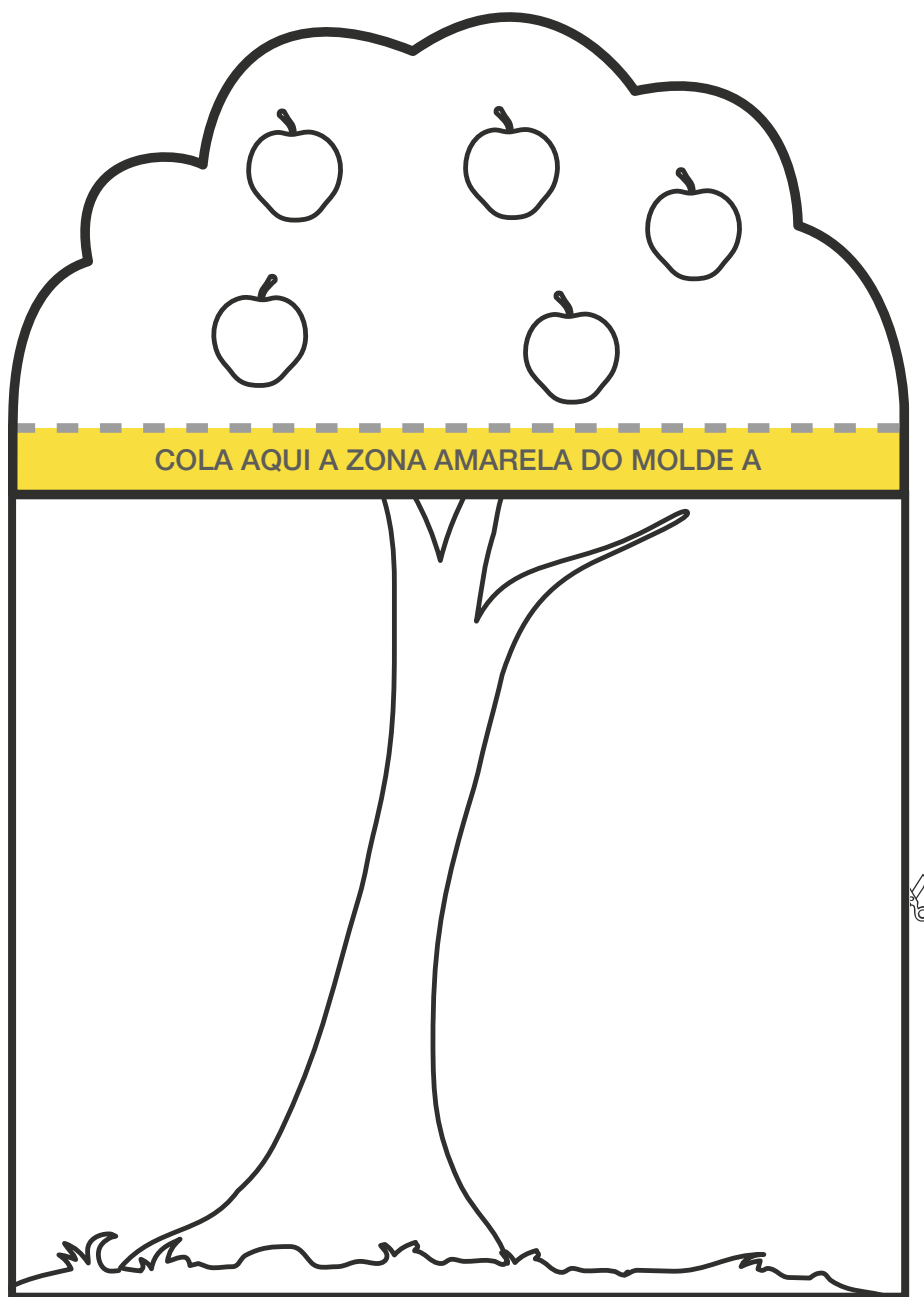
- Audição da canção “O verão voltou”. 🎵
- Realização das atividades: “Manjerico” e “Friso de peixes”. 🐟
- Realização de atividades rítmicas e expressivas com exploração do movimento, em harmonia com o ritmo (musical ou outro).
- Realização de jogos pré-desportivos como “Bola ao capitão”, “Bola ao poste”.

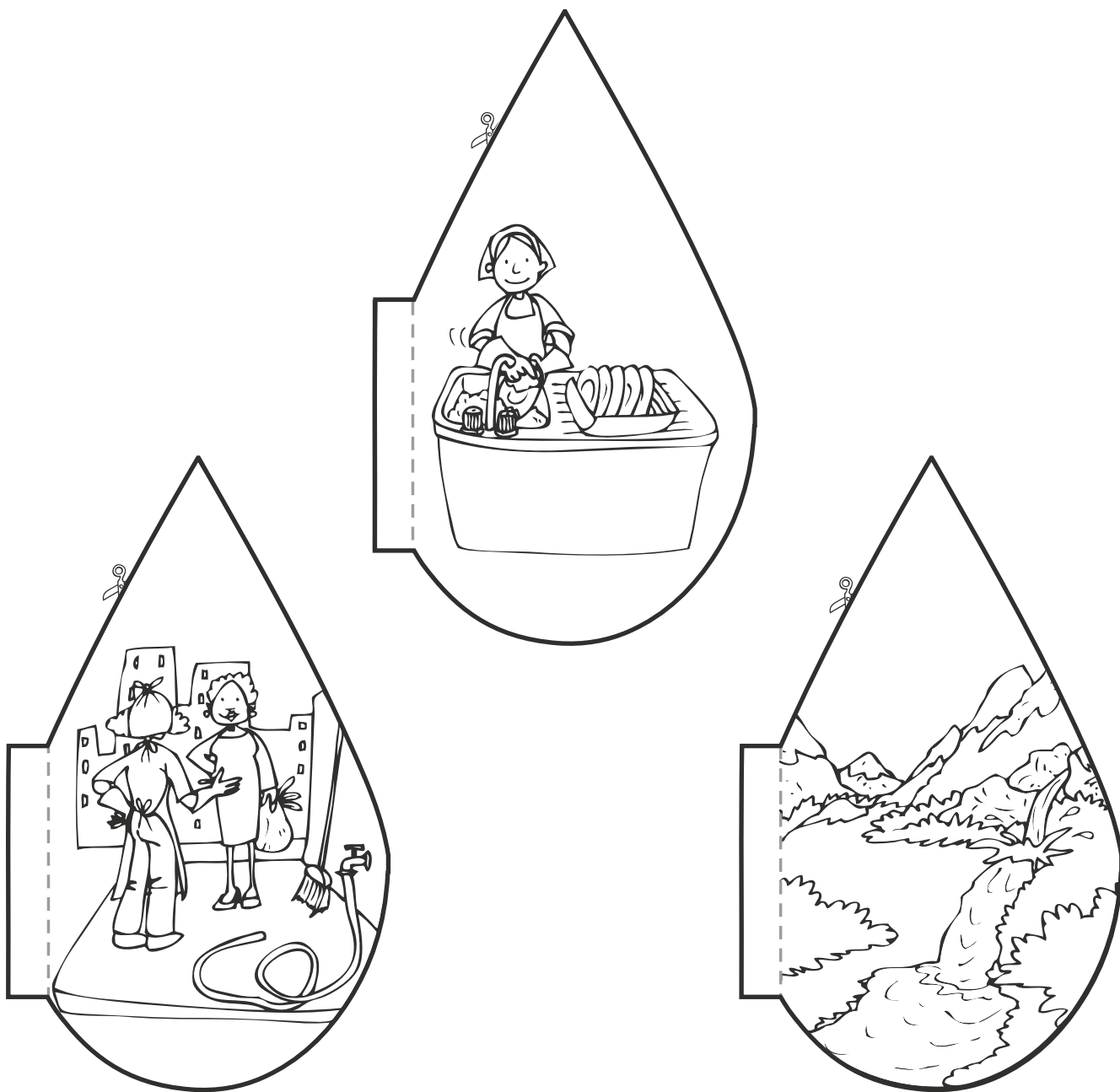




Poema ilustrado

Página 25





Jogo do Ecoponto

Página 37

