

# GAZETA

## VALSASSINA

dezembro 2015  
número 60



### EDUCAÇÃO EMOCIONAL:

APRENDER A SER PARA

APRENDER A FAZER

# Índice

Editorial	1
Aprendizagem sócio emocional: Um caminho para o sucesso	2
Aprender a ser para aprender a fazer	4
Educação emocional: pilar fundamental no modelo pedagógico do Jardim de Infância do Colégio Valsassina	6
Investigando as emoções nas aulas de Filosofia	8
Competências Sócioemocionais no Jardim de Infância	10
Promoção da Consciência Fonológica no Jardim de Infância	12
1º ciclo, 1º ano, 1º período	14
Ver, mexer, pensar e descobrir Matemática	16
Opereta ligeira nos montes de viriato	18
Educar para a leitura	19
Educar para a criatividade e para a escrita	20
Alunos do 10º ano do Valsassina realizaram experiência de contacto com o mundo do trabalho	22
Os meus três meses em Portugal...	24
Desenho a três mãos, desenho partilhado	26
A experimentação no Jardim de Infância	28
Aprendizagem baseada na resolução de problemas: um percurso em investigação científica	30
Plants in the Ova da Buffalora Riverbed	31
Estudo do ecossistema sublítico e das propriedades físicas do solo de locais da região de Sintra-Cascais e do Complexo Vulcânico Lisboa-Mafra	32
Diarios en español	33
Memórias imaginadas de uma guerra real	34
Projeto do trabalho no 1º ciclo, 2015/2016	36
Exames Nacionais 2015	37
Acesso ao Ensino Superior 2015	38
Quadro de Honra	40
Prémio Frederico Valsassina	44
O Prémio de sensibilidade ambiental	46
A minha segunda casa	47
Discurso para a Cerimónia de Entrega do Prémio “Melhor Aluno do Ensino Secundário”	48
Colégio em ação	49
Aconteceu...	50
Aconteceu no desporto...	52

## FICHA TÉCNICA

Fundadores **Frederico Valsassina Heitor**  
**Maria Alda Soares Silva e seus Alunos**  
Diretor **João Valsassina Heitor**  
Diretor Editorial **João Gomes**  
Paginação **Diana Almeida**  
Impressão **idg - Imagem Digital Gráfica**  
Propriedade **Colégio Valsassina**  
Tiragem 1500 exemplares

## Colégio Valsassina

Quinta das Teresinhas 1959-010 Lisboa  
218 310 900  
218 370 304 fax  
geral@cvalsassina.pt  
www.cvalsassina.pt

## editorial

João Valsassina Heitor Diretor pedagógico



Neste número da Gazeta é dada especial atenção à renovação do Modelo Pedagógico do Jardim de Infância. Numa altura em que se fala de uma progressiva universalização, e até obrigatoriedade de frequência, da escola a partir dos 3 anos devemos dar uma especial atenção às necessidades das crianças entre os 3 e os 6 anos, de forma a podermos oferecer um projeto educativo que esteja adaptado, quer aos seus interesses quer, muito em concreto, à vida quotidiana das famílias, neste final da segunda década do sec. XXI: vidas profissionais de ambos os Pais mais intensas, com horários prolongados, que não permitem, em muitos casos, ter o tempo necessário para um acompanhamento familiar, nos primeiros anos de vida, mais perto dos filhos. Por isso compete à escola enquanto colaborador na educação e formação das crianças, dar o apoio complementar necessário a um crescimento equilibrado, saudável e feliz das crianças.

Os pressupostos que atrás mencionei são determinantes na escolha do modelo pedagógico a desenvolver no Jardim de infância. Ou se opta por um modelo que privilegia as componentes cognitivas, através de uma aprendizagem precoce da escrita, da leitura e da matemática, antecipando a entrada no ensino básico, modelo este claramente rejeitado por muitos dos países que melhores resultados têm e que são apontados como referências de bons sistemas educativos, como é o caso da Finlândia onde as aprendizagens formais apenas têm o seu início aos 7 anos de idade ou em, contrapartida, desenvolvemos um modelo mais centrado no crescimento sócio emocional das crianças, estimulando a observação e o gosto pela descoberta ao mesmo tempo que se vai desenvolvendo, de forma criteriosa e ajustada à idade, a sua Inteligência global, trabalhando os vários fatores da inteligência sem entrar de forma precoce em aprendizagens que deverão fazer a partir da entrada no 1º ano do ensino básico já com outra maturidade e outra capacidade de aprenderem de forma mais formal. É esta a nossa opção.

Temos de estar conscientes que as crianças deste século necessitam que a escola também ajude os Pais, e complemente a sua ação, dando-lhes “mimo”, “colo”, **que os deixe correr e brincar, que os deixe descobrir os cheiros da quinta e subir às árvores, que tenham tempo para cuidar da horta e ver crescer os alimentos, que se habituem a experimentar e a descobrir o porquê das coisas. No fundo, que crie todas as condições para que sejam FELIZES.**

Como diz o Prof. Tal Bem-Shahar, Ph.D, “ In ,” Aprenda a ser mais feliz”

**“ Os professores precisam de criar na escola as condições que permitam aos alunos divertirem-se com a aprendizagem, com o crescimento, com a própria vida.”**

E nós Pais, também temos esse dever.

## em destaque **Aprendizagem sócio emocional: Um caminho para o sucesso**

Karla Sandy de Leça Correia



**“As emoções controlam a atenção dos alunos, influenciam a sua motivação para aprender, modificam a escolha das estratégias de aprendizagem, e afetam a autorregulação da aprendizagem.”**

Pekrun, 2014

O que determina o sucesso pessoal e profissional? Facilmente podemos responder a esta questão com alusão ao nível de inteligência ou ao resultado acadêmico como valor absoluto indicador de sucesso. Contudo, se pararmos para refletir conseguimos também facilmente encontrar exemplos que não corroboram esta simples resposta. Vêm à memória as lembranças de colegas academicamente brilhantes que não se assumem de forma tão eficaz no mercado de trabalho, e de outros, que em contrapartida, conseguem destacar-se profissionalmente embora os resultados ao longo do percurso escolar não fizessem assim antever este desfecho. E sim, também há quem tenha sucesso profissional, e ainda assim não se sinta satisfeito e de bem com a vida.

O conhecimento é sem dúvida relevante, mas por si só insuficiente. Temos que saber fazer uso do conhecimento e partilha-lo com os outros porque somos seres inerentemente sociais. Temos que saber comunicar, cooperar, ser capazes de gerir conflitos associados ao confronto com uma perspetiva diferente da nossa. Para tal, temos de conseguir despir a nossa pele e encarar a perspetiva do outro diferente de nós - com pensamentos, sentimentos, expectativas e crenças diferentes. Saber prestar ajuda e saber pedi-la ou recebê-la, saber aceitar as limitações inerentes à nossa condição humana, sem que isso nos faça desistir da vontade de crescer pela vida fora. Gerir relações implica reconhecer emoções em nós e nos outros, saber ler expressões e entender situações, utilizando as emoções como um facilitador do pensamento. Em suma, temos de ser social e emocionalmente competentes.

As emoções também fazem parte da aprendizagem: a curiosidade ou o prazer em aprender, a ansiedade perante um teste, o orgulho no sucesso ou a vergonha perante o insucesso, a surpresa perante uma tarefa, a frustração perante obstáculos, a repugnância por determinado tópico da matéria, a empatia pela personagem principal da história, o prazer e gosto pela pintura, a zanga com um colega e a simpatia por outro, a admiração pelo professor... As emoções controlam a atenção dos alunos, influenciam a sua motivação para aprender, modificam a escolha das estratégias de aprendizagem, e afetam a autorregulação da aprendizagem (Pekrun, 2014), tendo por isso um papel fundamental. Entre os fatores que influenciam a aprendizagem, surgem entre as primeiras onze categorias identificadas na literatura, vários associados à aprendizagem sócio emocional (Wang, Haertel, & Walberg, 1993).

A importância do desenvolvimento social e emocional no sucesso escolar desde a educação pré-escolar e do primeiro ciclo da educação básica tem sido cada vez mais valorizada (Bowman et al., 2001; Camilli et al., 2010), uma vez que determina quão bem “equipadas” estão as crianças para fazer face às exigências da sala de aula (CASEL, 2012).



Alguns estudos têm demonstrado que as **crianças com perfis mais positivos de competência socio emocional**, têm não só mais sucesso no desenvolvimento de atitudes positivas em relação à escola e uma adaptação inicial à escola bem-sucedida, mas também **melhoraram os resultados e aquisições escolares** (e.g. Bierman, Torres, Domitrovich, Welsh, & Gest, 2009; Caprara, Barbaranelli, Pastorelli, Bandura, & Zimbardo, 2000; Tentracosta & Izard, 2007).

Da mesma forma que os alunos aprendem competências acadêmicas, também podem aprender, praticar e aplicar competências sociais e emocionais através do seu envolvimento em atividades positivas dentro e fora da sala de aula (CASEL, 2003). A investigação tem demonstrado que a aprendizagem sócio emocional tem um impacto positivo no ambiente escolar e promove uma série de benefícios sociais, emocionais e acadêmicos nos alunos. Uma meta-análise sobre a eficácia de programas de aprendizagem sócio emocional em contexto escolar indicam que os alunos que beneficiam destes programas demonstram melhores resultados escolares, melhoram as atitudes e comportamento, apresentam menos comportamentos negativos e menor distress emocional (Durlak et al., 2011).

Cabe à família e a toda a comunidade educativa, proporcionar este tipo de oportunidades para de uma forma informal e/ou formal aprender a pensar, utilizando as emoções como um facilitador a caminho do sucesso – escolar, pessoal e profissional.

### Referências Bibliográficas

Bierman, K. L., Torres, M. M., Domitrovich, C. E., Welsh, J. A., & Gest, S.D. (2009). Behavioral and cognitive readiness for school: Cross-domain associations for children attending Head Start. *Social Development*, 18, 305-323. doi: 10.1111/j.1467-9507.2008.00490.x

Bowman, B., Donovan, M., & Burns, S. (Eds.) (2001). *Eager to learn: Educating our preschoolers*. Washington, DC: National Academy Press.

Camilli, G., Vargas, S., Ryan, S., & Barnett, W.S. (2010). Meta-analysis of the effects of early education interventions on cognitive and social development. *Teachers College Record*. Retrieved from: <http://www.tcrecord.org/Content.asp?Contentid=15440>

Caprara, G., Barbaranelli, C., Pastorelli, C., Bandura, A., & Zimbardo, P. (2000). Prosocial foundations of children's academic achievement. *Psychological Science*, 11, 302-306. doi: 10.1111/1467-9280.00260

Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning (2003). *Safe and sound: An educational leader's guide to evidence-based social and emotional learning (SEL) programs*. Retrieved from CASEL website: <http://casel.org/publications/safe-and-sound-an-educational-leaders-guide-to-evidence-based-sel-programs/>

Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning (2012). *Effective social and emotional learning programs: Preschool and elementary school edition*. Retrieved from CASEL website: <http://casel.org/guide/download-the-2013-guide/>

Durlak, J., Weissberg, R., Dymnicki, A., Taylor, R., & Schellinger, K. (2011). The impact of enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis of school-based universal interventions. *Child Development*, 82, 405-432. doi:10.1111/j.1467-8624.2010.01564.x

Trentacosta, C. J., & Izard, C. E. (2007). Kindergarten children's emotion competence as a predictor of their academic competence in first grade. *Emotion*, 7, 77-88. doi: 10.1037/1528-3542.7.1.77

Wang, M. C., Haertel, G. D., & Walberg, H. J. (1993). What helps students learn?. *Educational Leadership*, 51(4), 74-79.

## em destaque **Aprender a ser para aprender a fazer**

Teresa Grilo. Coordenadora do Jardim de Infância

### Competências emocionais:

- **Consciência emocional:** capacidade de ter consciência das próprias emoções e das dos outros;
- **Controlo emocional:** capacidade de gerir as emoções de forma adequada;
- **Autonomia emocional:** capacidade de produzir as emoções apropriadas num determinado momento. Isto inclui uma boa autoestima, atitude positiva perante a vida e responsabilidade;
- **Habilidades sócio-emocionais:** capacidade de manter boas relações com os outros;
- **Habilidades de vida e bem-estar emocional:** comportamentos apropriados e responsáveis para enfrentar desafios, o que permite organizar a vida de uma forma sã e equilibrada.

Um dos pilares em que assenta o modelo pedagógico do jardim de infância do Valsassina é a Educação Emocional.

O nosso principal objetivo é “ajudar as nossas crianças a conhecerem-se a si próprias, a gerir as suas emoções para se construírem interiormente e poderem ser **PESSOAS emocionalmente inteligentes**, capazes de, conhecendo-se e conhecendo os outros, interagir de uma forma positiva, contribuindo para um mundo melhor e mais **feliz**” (in Modelo Pedagógico).

Aos 3 anos as crianças distinguem já as emoções estar “feliz/contente” e “triste”. É iniciado nesta faixa etária uma rotina intencional onde cada criança tem oportunidade de exprimir e registar o que sente naquele momento. Em cada sala existe um “cantinho de emoções” onde depois de uma partilha oral é feito o registo individual no quadro das emoções. Ao longo do dia todas as crianças têm a possibilidade de, autonomamente alterar o registo do seu estado emocional.

Nesta faixa etária diversificamos as estratégias para trabalhar as emoções utilizando nomeadamente: histórias, conversas informais, jogos de expressão corporal e exploração da caixa das emoções. Nestes momentos as crianças demonstram estar atentas aos outros, preocupando-se com o seu bem-estar, dando sugestões e tentando encontrar soluções para a resolução de problemas do quotidiano.





**“Ajudar as nossas crianças a conhecerem-se a si próprias, a gerir as suas emoções para se construírem interiormente e poderem ser PESSOAS emocionalmente inteligentes, capazes de, conhecendo-se e conhecendo os outros, interagir de uma forma positiva, contribuindo para um mundo melhor e mais feliz.”**



Depois do almoço, na hora da sesta é promovido um ambiente tranquilo, calmo e relaxante ao som de uma música suave e podendo cada criança disfrutar da segurança que lhe é transmitida pelo seu “brinquedo preferido”.

Aos 4 anos os nossos alunos identificam já, não só o “contente” e o “triste” mas também o “zangado”. Conseguem verbalizar o que sentem e associam os sintomas físicos a cada emoção: quando estão “contentes” sentem o corpo mole e descontraído, quando estão tristes sentem a cara mais contraída e não conseguem rir e quando estão “zangados” o corpo fica “duro” e as mãos fechadas. Aprendem então que há formas de melhorar o nosso estado emocional – aprendem a gerir as emoções.

Aos 5 anos surge já o “assustado”. Todo o trabalho intencional continua a ser feito de uma forma sistemática dando todos os dias um tempo para o diálogo/partilha dos sentimentos e emoções de cada um. Nesta idade damos especial importância ao cuidado e à preocupação pelo outro, enfatizando a necessidade de todos contribuirmos para o bem estar e felicidade de todos.



## em destaque **Educação emocional: pilar fundamental no modelo pedagógico do jardim de infância do Colégio Valsassina**

No jardim de infância do Colégio Valsassina fomentamos um desenvolvimento pessoal e emocional que valoriza o respeito pela identidade individual e o reconhecimento e aceitação das diferenças que nos caracterizam.

O modelo pedagógico do Jardim de Infância do Colégio Valsassina está assente nas linhas estratégicas:

- **Educação emocional**

A educação emocional favorece o relacionamento intra-pessoal e inter-pessoal, melhora a aprendizagem, facilita a resolução de problemas e promove o bem-estar pessoal e social. É formada por um conjunto de competências, conhecimentos e atitudes, relacionadas com a capacidade de reconhecer e gerir de forma adequada as emoções, estabelecer relações positivas, efetuar escolhas éticas e construtivas contribuindo para uma boa autoestima nas crianças, o que lhes permite realizar as tarefas de forma eficaz.

- **Fatores múltiplos da inteligência**

Pretende-se trabalhar a inteligência de uma forma global e equilibrada, desenvolvendo os seus múltiplos fatores:

- **Fatores linguísticos** – desenvolvidos em todas as aulas que usam a expressão e compreensão oral tornando as crianças competentes no uso da linguagem, despertando o gosto por ouvir e contar histórias, lengalengas, poesias e uma progressiva aquisição de uma consciência fonológica que permitirá mais tarde uma aprendizagem formal da leitura e da escrita. A aprendizagem precoce do Inglês potencia também esse desenvolvimento uma vez que a aquisição de uma segunda língua estrangeira torna a criança mais apta para compreender outras culturas e outras formas de comunicar para além de ter um impacto positivo no desenvolvimento do cérebro; aos cinco anos, na filosofia para crianças, através do diálogo, discussão de ideias, questionamento e raciocínio, as crianças são levadas a saber pensar sobre um assunto e questioná-lo;

- **Fatores logico-matemáticos** - aquisição do sentido do espaço, do número e das operações a partir do quotidiano. As crianças aprendem a resolver problemas e a relacionar dados, o que é fundamental para uma aprendizagem formal mais fácil e com sucesso ao longo da sua vida escolar;

- **Fatores quinestésicos** - desenvolvidos através da manipulação de jogos, puzzles, jogos dramáticos e mímica na sala de aula, bem como nas aulas de Educação Física;

- **Fatores visuais/espaciais** - desenvolvida na Educação pela Arte através dos Ateliers de Expressão Plástica que privilegiam e estimulam o desejo de fazer, de inventar, de experimentar, de manipular materiais,



permitindo às crianças transformar o que vêem e sentem no seu equivalente estrutural: no desenho, na pintura ou na modelagem;

- **Fatores musicais** - desenvolvidos nas aulas com a educadora e nas aulas de Educação Musical.

- **Aprendizagem pela experimentação, promovendo deste modo uma Educação para a ciência**

A ciência para crianças é um processo que interpela o seu pensamento e leva à ação na procura de níveis superiores de conhecimento e compreensão do mundo físico e natural que as rodeia. É importante que a criança possa ter um contacto direto com atividades de natureza prática, contextualizadas, em que, incentivada pelo educador, possa fazer e pensar sobre o que faz, tenha a possibilidade de realizar explorações e manipulações que desenvolvam a sua natural curiosidade e criatividade, elevando-a ao limite máximo do potencial que há dentro de si.

Partindo das suas ideias vão construindo noções científicas e conceitos científicos simples que lhes permitirão evoluir mais tarde para conceitos mais complexos.

A aprendizagem do significado de termos científicos contribui ainda para o desenvolvimento da linguagem e enriquecimento do vocabulário



Assim, **pretende-se que à saída do Jardim de Infância a criança** seja, em geral:

- Calma, tranquila e feliz em diferentes contextos;
- Capaz de fazer uma boa gestão emocional de si e dos outros/grupo;
- Capaz de compreender a importância de cada um para o grupo e de todos para cada um;
- Capaz de desenvolver e manter uma boa autoestima e autoconfiança;
- Responsável;
- Curioso, criativo e com vontade de aprender;
- Autónomo e com iniciativa própria;
- Capaz de respeitar e aplicar as regras de convivência social;
- Capaz de caminhar para o sucesso, ultrapassar as dificuldades e não desistir perante estas;
- Capaz de resolver conflitos pacificamente;
- Interessado e com boas práticas na interação com o meio ambiente.



## em destaque **Investigando as emoções nas aulas de Filosofia**

**Cláudia Viana**, Professora de Filosofia



Também nas aulas de Filosofia (para crianças) os alunos das turmas dos 5 anos refletiram as emoções a partir das suas vivências e do diálogo colaborativo. Foi apresentada a cada turma um pequeno armário muito especial, composto por três gavetas – **o armário das emoções**, seguido da explicação da atividade. Cada gaveta serviria para arrumar emoções investigadas em aula, sendo este arrumo classificado da seguinte maneira:

- A gaveta “+”, a gaveta das emoções positivas e boas, identificadas como aquelas que gostamos de sentir;
- A gaveta “-”, a gaveta das emoções negativas e más, avaliadas como aquelas que não gostamos de sentir;
- E a gaveta “?”, uma gaveta muito particular pois nela podem ser incluídas as emoções que não sabemos se são positivas ou negativas, boas ou más, podendo ser benéficas numa circunstância e noutra não.

A cada grupo foram apresentados cartões com imagens alusivas às emoções primárias, sendo as investigadas até ao momento: a alegria, a tristeza, o medo e a raiva. A escolha de cada emoção coube aos participantes e a orientação das investigações foi feita através de questões levantadas pela professora, não excluindo as que pudessem surgir por parte dos alunos. A identificação e caracterização das emoções, a descrição de factos que as despertam e a gestão destas foram assim examinadas. Tratou-se de uma efetiva comunidade de investigação em torno das emoções que todos sentimos.

### ***Alguém já viu a alegria?***

A alegria passeia quando as pessoas riem e saltam. (**Maria Santana**) A alegria vê-se nos olhos das pessoas, quando brilham, e na boca aberta que sorri. (**Francisca Moura** e **Maria Serrasqueiro**).

### ***O que nos faz ficar alegre?***

As coisas de que gostamos, as brincadeiras, fazer aulas com os pais. (**Rodrigo Loureiro**, **Sofia Nobre** e **Pedro Fonseca**)

***Como fica o mundo quando estamos alegres? Se desenhássemos o mundo num momento em que estamos alegres, como seria o nosso desenho?***

O mundo fica brilhante. (**Francisca Moura**) Desenhava um mundo grande, com as cores do arco-íris. (**Afonso Bouça** e **Diogo Abreu**) Desenhávamos as pessoas felizes (**Martim Carrasco**).

### ***Podemos partilhar a alegria? Como?***

Sim, ajudando as pessoas, partilhando coisas, oferecer coisas bonitas, brincando e passando tempo com os outros. (**Afonso Mitra**, **Tomé Ferreira** e **Francisca Rosa**)

**A alegria foi arrumada na gaveta “+”.**





***Já se sentiram tristes? Como é estar triste?***

É mau, é ter vontade de chorar, é estar de cabeça baixa, até o andar é triste e lento. (**Sofia Nobre e Maria Serrasqueiro**)

***Como fica o mundo quando estamos tristes?***

Pequeno e azul-escuro. (**Beatriz Moreira e Leonor Dias**)

***Que “medicamento” podemos dar a quem está triste?***

Um presente bonito, uma folha de outono ou uma flor, um desenho, o remédio da amizade (**Madalena Oliveira, Diogo Abreu, Leonor Gomes e Tiago Carvalho**)

**A tristeza foi guardada na gaveta “ - “**

***O que é ter medo?***

É estar assustado com alguma coisa que não gosto ou não conheço. (**Manuel Paulino**) Quando estamos com medo trememos. (**Catarina Pereira e Francisco Silva**)

***Os fortes e valentes também têm medo?***

Sim, o meu pai é valente e também tem medo. (**Pedro Nunes**)

***Ter medo é bom ou mau?***

Ter medo pode ser bom, quando ajuda a não correr riscos. Mas muitas vezes é mau porque nos faz ficar parados e, assim, não fazemos as que nos metem medo, como dormir no nosso quarto. (**Inês Almeida**)

**O medo ficou na gaveta “ ? ”**



***Por que razão sentimos raiva?***

Quando somos contrariados. (**João Pedro Monteiro**)

***A raiva vê-se? Como é que sei que alguém está furioso?***

O corpo fica duro, os olhos e a cara ficam vermelhos, a pessoa grita e cerra os dentes (**Martim Fernandes e Maria Santana**)

***É bom sentir raiva, para nós e para os outros? Porquê?***

Não é bom porque magoamos os outros, com palavras ou com força, porque os outros não querem estar ao pé de nós e porque os outros podem ficar tristes e zangados connosco. (**Pedro Silva, Tomás Serrão e Tiago Carvalho**)

***Que receita dariam a quem está a sentir raiva?***

Um medicamento que nos fizesse esquecer o que nos faz sentir raiva, ver coisas que gostamos e nos alegam, uma corrida, gritar para a sanita e puxar o autoclismo (**Beatriz Moreira, Pedro Silva, Pedro Enguiça, Martim Fernandes**)

**E a raiva foi colocada na gaveta “ - “**



## em destaque **Competências Sócioemocionais no Jardim de Infância**

**Raquel Raimundo e Celeste Fernandes.** Gabinete Psicopedagógico



A inteligência emocional é considerada uma das capacidades mais importantes de um ser humano, sendo um forte preditor de sucesso em idade escolar e na vida adulta (Raimundo, 2012), pois fomenta as relações com os outros e consigo mesmo, melhora a aprendizagem, facilita a resolução de problemas e favorece o bem-estar pessoal e social. Ninguém nasce com a capacidade para identificar, diferenciar, expressar e gerir as emoções. Estas são competências que se adquirem no contacto com os outros, sendo fundamental que as crianças tenham disponíveis modelos adequados.

Segundo a Organização Mundial de Saúde (2004) os problemas de saúde mental são uma das duas maiores preocupações ao nível da saúde pública à escala mundial, recomendando a utilização de estratégias de promoção da saúde mental como um meio de prevenção. Neste sentido, o desenvolvimento das competências socioemocionais é um campo que tem merecido cada vez maior atenção em inúmeros países, com estudos que atestam a sua eficácia no plano internacional (Durlak, Weissberg, Dymnicki, Taylor & Schellinger, 2011) e nacional (Coelho, Sousa, Raimundo & Figueira, 2015; Raimundo, Marques-Pinto, & Lima, 2013).

O Colégio Valsassina tem vindo a implementar, desde o ano letivo 2008-2009 um programa de promoção de competências sócioemocionais (“Nino e Nina”) a todas as crianças dos 4 anos do jardim de infância, este ano alargado também às crianças de 3 e 5 anos. O programa, inserido no currículo, decorre de novembro a junho e é implementado por uma psicóloga educacional, na presença da educadora da sala. As principais competências desenvolvidas no programa são o autocontrolo e disciplina, a diferenciação emocional, a autoestima e as competências sociais, através de metodologias ativas de aprendizagem, nomeadamente, da leitura e projeção de histórias, de debates, de dramatizações, de jogos e de trabalho cooperativo. O programa tem sido anualmente avaliado no que diz respeito à sua eficácia tendo-se verificado ganhos significativos em todas os parâmetros avaliados da competência social, incluindo a cooperação social, a interação social e a independência social (Raimundo, Fernandes, Carmo & Coutinho, 2014).



O que disseram as crianças de 4 anos sobre vários aspetos trabalhados no programa ...

● **Os amigos são importantes e especiais porque:**  
“a Sara brinca comigo e não faz asneiras” – **Rafael**  
“a Catarina brinca com os amigos e fala sempre comigo” – **Sara Abrantes**  
“o Diogo brinca comigo e trabalha sempre muito bem” – **Catarina Fernandes**  
“o Alexandre brinca comigo e faz um esforço para ser crescido” – **Matilde**

● **Eu gosto de ti porque:**  
“ajudas-me a subir para o es-correga”, disse a **Inês ao Diogo**  
“ajudas-me e aos outros meni-nos também”, disse a **Inês ao António**  
“porque és minha amiga”, disse o **Diogo à Madalena**

● **A família é muito impor-tante e especial porque:**  
“... os pais levam-me ao parque; dão-me miminhos, brincam comigo e gostam muito de mim” - **Mariana**  
“... o pai deixa-me brincar no tablet; quando tenho uma ferida a mãe trata e depois deixa-me comer um gelado. Dão-me muitos miminhos” **Henrique Nunes**  
“... ajudam-me a fazer os tra-balhos; deixam-me ver filmes; brincam comigo e com os patinhos” – **Zé Pedro**  
“Os pais deixam ir para a cama deles, deixam tomar o pequeno almoço e deixam-me construir coisas com o meu irmão” **Duarte Mendes**

O que os alunos que usufruíram do Programa de Competências Sócioemocionais - Nino e Nina nos 4 anos, e que agora se encontram no 2º ano, responderam:

O que te lembras de ter gostado mais ou que achaste mais importante no trabalho com o Nino com a Nina nos 4 anos?

...“Gostei quando eles disseram que a nossa família é muito impor-tante e especial e nós trouxemos uma foto da família” – **Leonor Santana**

... “Ensinarão-nos as regras e lembro-me que fomos nós que os cria-mos com a nossa imaginação” – **Inês Quental**

... “Eles contaram uma história sobre “o esforço” e o cavalo tinha que se esforçar muito para comer as couves” – **Madalena Cunha**

... “Só me lembro que eles eram muito amigos e muito educados” – **Maria Filipa**

... Lembro-me do cavalo que estava sempre a fazer um esforço” – **João Neves**

### Referências Bibliográficas

Coelho, V., Sousa, V., Raimundo, R., & Figueira, A. (2015). The impact of a Portuguese middle school social-emotional learning program. *Health Promotion International*, 1-9. doi: 10.1093/heapro/dav064

Durlak, J., Weissberg, R., Dymnicki, A., Taylor, R., & Schellinger, K. (2011). The impact of enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis of school-based universal interventions. *Child Development*, 82, 405-432. doi:10.1111/j.1467-8624.2010.01564.x

Raimundo, R. (2012). “Devagar se vai ao longe”: Avaliação da eficácia e da qualidade da implementação de um programa de promoção de competências sócioemocionais. Dissertação de doutoramento não publicada. Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa, Lisboa, Portugal.

Raimundo, R., Fernandes, C., Carmo, J., & Coutinho, M. (2014, setembro). Avaliação de impacto de um programa de promoção de competências sócioemocionais no jardim de infância. Comunicação apresentada no IX Congresso Ibero-americano de Psicologia/ 2º Congresso da Ordem dos Psicólogos Portugueses, Lisboa, Portugal.

Raimundo, R., Marques-Pinto, A., & Lima, L. (2013). The effects of a social-emotional learning program on elementary school children: The role of pupils' characteristics. *Psychology in the Schools*, 50, 165-180. doi: 10.1002/pits.21667.



## em destaque **Promoção da Consciência Fonológica no Jardim de Infância**

Raquel Raimundo e Celeste Fernandes. Gabinete Psicopedagógico

### Imagens a Rimar

Instrução: Pinta as imagens que rimam.



### Imagens a Rimar

Nomeia as imagens. Identifica a sílaba final.  
Liga as imagens que terminam com a mesma sílaba.



Alguns exemplos de atividades de promoção de consciência fonológica

Quantas crianças deixam de acreditar em si mesmas? Quantas crescem a sentirem-se inferiores aos outros na sua capacidade de aprender, incapazes de alcançar notas de topo (Gonçalves, 2014)?

Saber ler e escrever são condições imprescindíveis para o sucesso individual, tanto em idade escolar, como na vida profissional, uma vez que estão presentes em muitas atividades diárias (Tomás & Carapeto, 2014). Contudo, ao contrário da aprendizagem da fala, a aprendizagem da leitura e escrita não é um processo natural (Freitas, Alves & Costa, 2007).

Um dos passos cruciais na iniciação à leitura e escrita consiste na promoção do treino da capacidade de identificar e isolar conscientemente os sons da fala, isto é, de desenvolver a sensibilidade para os aspetos fónicos da língua, com o objetivo da promoção da consciência fonológica. A consciência fonológica refere-se a uma capacidade metalinguística para identificar e manipular os fonemas ou sons que constituem a língua materna. Representa uma capacidade complexa em que a criança começa a aprender que o discurso é constituído por um conjunto de frases, e que estas podem ser segmentadas em palavras, as palavras em sílabas e as sílabas em unidades mínimas que são os fonemas (Freitas et al., 2007).

Da prática educacional, terapêutica e científica extrai-se, recorrentemente, a mesma conclusão: o desenvolvimento da consciência fonológica encontra-se intimamente relacionado com a aprendizagem da leitura e da escrita, justificando a importância de promover esta competência, desde cedo, e de forma generalizada a toda a população infantil, até à entrada no 1º ciclo. A intervenção visa prevenir dificuldades futuras no processo de aprendizagem da associação grafema-fonema (leitura) e fonema-grafema (escrita), constituindo-se como uma medida preventiva do insucesso escolar (Freitas et al., 2007; Sim-Sim, 1998).

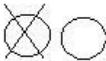
Neste sentido, o Gabinete Psicopedagógico (G.P.P.) do Colégio Valsassina desenvolveu um “programa de promoção de competências para a aquisição da leitura e de escrita no pré-escolar”. Este programa é aplicado 2 a 3 vezes por semana pelas educadoras dos 4 e 5 anos, sob orientação do G.P.P., que procede à monitorização da sua implementação. A eficácia da implementação do programa é aferida, mediante uma avaliação de competências das crianças ao nível silábico e fonémico antes e após a implementação do mesmo.

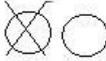
Se as crianças reavaliadas evidenciarem fragilidades a nível silábico e fonémico são sinalizadas para continuarem a usufruir de um trabalho mais sistemático (3 vezes por semana) no início das aprendizagens formais (1º ano, 1º período), em pequeno grupo, sendo esta intervenção assegurada por uma psicóloga educacional, em articulação com a coordenadora de ano e com os professores titulares de turma. A opção de efetuar uma intervenção seletiva/específica com os alunos do 1º ano previamente sinalizados é fundamentada pelas investigações que demonstram que as crianças que apresentam fragilidades no conhecimento das letras, correspondências grafema-fonema e consciência fonémica, necessitam de um treino explícito e sistemático que promova o conhecimento e a aquisição de estratégias para descodificar a mensagem escrita (Gaskins, Ehri, Cress, O'Hara & Donnelly, 1997; Torgesen, 2004).

Neste âmbito reforça-se a importância da sistematicidade e da consistência na estimulação da oralidade e da consciência fonológica no jardim de infância. A realização diária de exercícios com estruturas similares, mas com conteúdos distintos, consistentes e promotores de um determinado resultado ajudam à indução, à instalação, à consolidação e, finalmente, à automatização do processamento (meta) fonológico (Freitas et al., 2007).

**Suprimir sílabas**

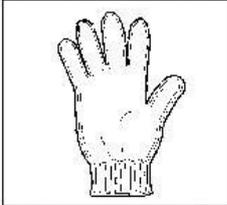
Instrução: Nomeia as imagens. Divide as palavras em sílabas. Se omitires a sílabas assinaladas que palavras obténs.

**Identificar fonemas**

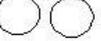
Pinta a sílaba que tem o tom [u]





### Referências Bibliográficas

- Freitas, M. J., Alves, D., & Costa, T. (2007). O conhecimento da língua: Desenvolver a consciência fonológica. Lisboa: Ministério da Educação - Direção-Geral de Inovação e de Desenvolvimento Curricular.
- Gaskin, I. W., Ehri, L. C., Cress, C., O'Hara, C., & Donnelly, K. (1997). Procedures for word learning: Making discoveries about words. *The Reading Teacher*, 50, 312-327.
- Gonçalves, D. (2014). Crenças e conceções pessoais sobre dificuldades de aprendizagem. In M. D. Gonçalves (Org.), *Encontros IDEA: Dificuldades para Aprender, Acreditar, Monitorizar, Evoluir. Livro II* (pp. 21-42). Óbidos, Portugal: Sinapis Editores.
- Sim-Sim, I. (1998). *Desenvolvimento da linguagem*. Lisboa: Universidade Aberta.
- Tomás, M. T., & Carapeto, M. J. (2014). Que ensino da leitura quando os currículos são funcionais: Algumas notas para uma reflexão. In M. D. Gonçalves (Org.), *Encontros IDEA: Dificuldades para Aprender, Acreditar, Monitorizar, Evoluir. Livro II* (pp. 265-282). Óbidos, Portugal: Sinapis Editores.
- Torgesen, J.K. (2004). Avoiding the devastating downward spiral: The evidence that early intervention prevents reading failure. *American Educator*, 28, 6-19.

# educar para a leitura e escrita

## 1º ciclo, 1º ano, 1º período

Sofia Araújo, Mariana Vasco e Pedro Alpuim. Professores do 1º Ciclo

Quando alguém quer identificar as aprendizagens nucleares do 1º Ciclo do Ensino Básico, facilmente refere três aprendizagens fundamentais: ler, escrever e contar. Sabemos todos que é muito mais do que isso, mas escolhemos ir por aí, para situar um pouco o trabalho desenvolvido nesta fase pelos alunos que este ano “entraram na escola”.



### Aprender a ler

O processo de ensino e aprendizagem da leitura é, sem dúvida, muito fascinante e desafiador para todos os intervenientes: os professores vão desvendando, um a um, os sons de cada letra; os alunos vão percebendo, sílaba a sílaba, a forma como os sons se fundem dando origem a um som maior e, um dia, num dado conjunto de letras descobrem e soltam a primeira palavra verdadeiramente lida, primeiro decifrada, depois reconhecida semanticamente. A partir daí, os pais assistem, com um misto de surpresa, ternura e orgulho, à urgência que os filhos têm de tudo lerem, dos rótulos das embalagens às palavras que descobrem na escrita presente nas ruas, em casa, nos media.

Os primeiros passos estão dados, mas é preciso não esquecer a meta: fazer de cada aluno um bom leitor, um leitor capaz de extrair informação do material escrito. É um processo longo mas fundamental, porque abre portas ao imenso universo cultural veiculado pela escrita, facilitando o conhecimento e compreensão do mundo.

Nestas idades, uma das vias mais motivantes de fomentar o desenvolvimento e o gosto pela leitura é o contacto com boas obras de literatura infantil. Por isso organizámos uma feira de livros com uma seleção de álbuns de grande qualidade, por conjugarem com mestria o texto e a ilustração de narrativas para a infância.

### 1º A

Eu já sei ler! Gosto de abrir um livro e descobrir o que está lá dentro.

**Francisco Fortes**

Como quero ir à biblioteca quero saber ler.

**Madalena Matias**

Ler é divertido. Primeiro junto as letras, depois escrevo palavras e no fim tenho uma história.

**Tiago Chen**

### 1º B

Quero ler para ter uma profissão.

**Duarte Mendes**

Ler é bom porque aumenta a nossa imaginação.

**Matilde Pinto**

Ler é bom porque me sinto a crescer.

**Diego Santos**

### 1º C

Quero aprender a ler para contar histórias aos meus filhos.

**Rodrigo Pissara**

Quero aprender a ler para ensinar o meu mano a ler e escrever.

**Diogo Caldeira**

Quer aprender a ler para ler o jornal.

**Gonçalo Matias**



### ... escrever

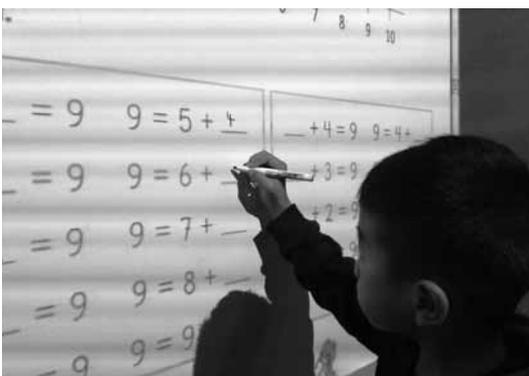
Da mesma forma que ler vai muito além da decodificação (só lê verdadeiramente quem compreende o que lê), escrever é muito mais do que o domínio da notação gráfica, é o domínio da produção de texto. Alcançar-se-á ao longo dos anos com o desenvolvimento da linguagem escrita. Mas aprender a desenhar corretamente cada uma das letras é um exercício que requer perícia nos movimentos finos. Evidência da concentração e esforço necessários a uma caligrafia correta é a típica “língua de fora”, que não conhece fronteiras.

### ... e contar

A matemática utiliza uma linguagem própria, com uma simbologia e uma gramática muito distintas da linguagem escrita. Requer a identificação de conceitos e o domínio, por vezes até automatização de muitos procedimentos, libertando a memória de trabalho para tarefas que exigem funções cognitivas superiores. Estes conhecimentos requerem, ao mesmo tempo que possibilitam, o desenvolvimento de capacidades e atitudes. Cientes das características, e da metodologia apontada nos documentos orientadores



**“Neste ciclo, os temas em estudo são introduzidos de forma progressiva, começando-se por um tratamento experimental e concreto, caminhando-se faseadamente para uma conceção mais abstrata”** (in: Programa e Metas Curriculares Matemática - Ensino Básico, DEB-MEC, 2012)



os professores organizaram o “Laboratório de matemática”. Trata-se de um conjunto de estratégias que visam, entre outros objetivos, a aquisição de conhecimentos através do prazer da descoberta, o desenvolvimento do raciocínio hipotético-dedutivo fomentado por desafios matemáticos, estimular a curiosidade por diferentes formas de resolução do mesmo problema, favorecer a comunicação do pensamento matemático oralmente e introduzindo a sua representação gráfica em linguagem matemática.

Surgem assim, como atividades regulares nas aulas, nesta fase em que se trabalha o conceito de número e se iniciam estratégias de cálculo:

- Realização de cálculos ou resolução de problemas, individualmente, a pares ou em grupo; posterior apresentação e discussão de resultados;
- Fichas de trabalho autónomo, com exercícios e sugestões de trabalho;
- Exercícios cuja resolução requer o recurso a materiais manipuláveis (quando os dedos das mãos não conseguem ajudar);
- Mini projetos sobre conteúdos em estudo;
- Resolução de desafios matemáticos.



Estamos no primeiro período. As fotos fixam alguns momentos destas iniciações. No Jornal de Parede, afixado em todas as salas, encontram-se muitos outros registos que ilustram a forma como trabalham os alunos do 1ºano nas aulas.

## educar para a matemática

# Ver, mexer, pensar e descobrir Matemática

Ana Paula Ferreira, Irene Costa, Tiago Filipe. Professores do 4º ano

A matemática continua a ser uma área que assusta e preocupa muitos alunos. Normalmente as dificuldades manifestadas nesta disciplina prendem-se com conteúdos demasiado abstratos para a faixa etária em que são lecionados e, também, porque apesar de a matemática estar um pouco por todo o lado, bem à nossa volta, os alunos continuam a não ter essa perceção e a não entender a sua utilidade.

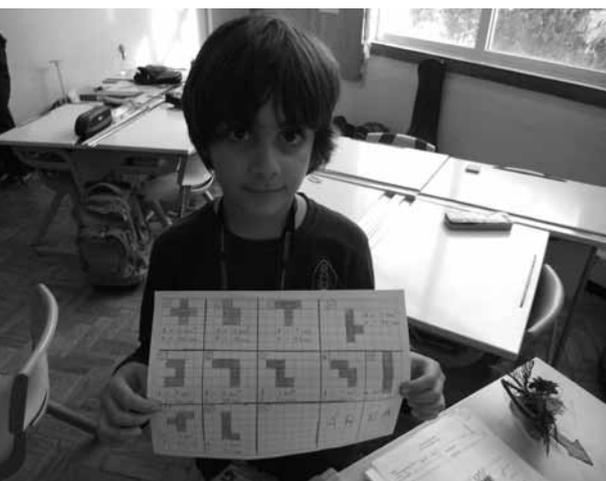
Numa tentativa de atenuar este problema, o 4º ano tem vindo a desenvolver algumas atividades que possibilitem aos alunos concretizar algumas noções matemáticas, manuseando objetos, discutindo resultados, observando,...

Neste período, a noção a ser trabalhada foi a noção de área.

No seguimento de uma visita ao Centro de Arte Moderna, onde puderam descobrir formas de pavimentação e abordar o tema “dimensão” em algumas obras de arte que estavam expostas, na sala de aula, os alunos tiveram oportunidade de:

- construir figuras com pentaminós para descobrir e comparar áreas;
- usar o geoplano para determinar áreas com diferentes unidades de área, comparar com as dos colegas;
- construir um metro quadrado, preenchê-lo com decímetros quadrados e um decímetro quadrado com centímetros quadrados para estabelecerem a relação entre eles.

Com estas tarefas esperamos criar uma dinâmica que possibilite abranger os vários tipos de inteligência para que a aprendizagem se transforme em conhecimento real.



Construir o  $m^2$  com os 100  $dm^2$  ajudou-me a perceber melhor a noção de área.

**Maria do Mar Ferreira 4ªA**

Antes de ir ao Centro de Arte Moderna não tinha percebido muito bem o que eram as “dimensões”.

**Francisco Chapouto 4ªA**

Trabalhar com os pentaminós, mexer naquele material e construir as nossas próprias figuras, ajudou-me a perceber a área e o perímetro.

**Carolina Gomes 4ªA**

Não sabia o que eram as “dimensões” de um objeto. Só me lembrava do 3D por causa dos filmes. Com a visita de estudo fiquei a compreender.

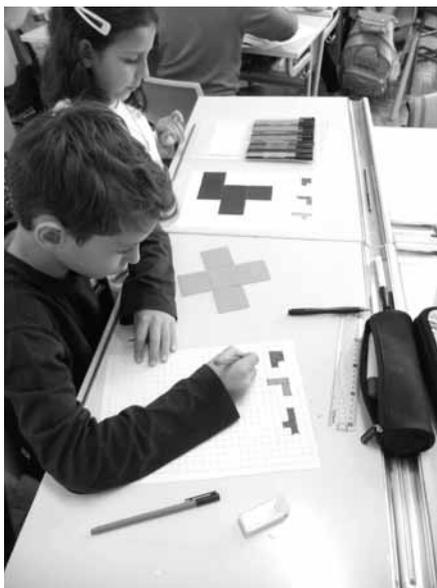
**Xavier 4ªA**

Quando trabalhei com o geoplano comecei a distinguir melhor a área do perímetro.

**Madalena Ramos 4ªA**

Trabalhar com vários materiais tornou mais divertido estudar e aprender mais sobre a área.

**Francisco Felner 4ªA**



## educar para a cultura

### Opereta ligeira nos montes de viriato

**Maria João Craveiro Lopes.** Professora de Música



No passado dia 1 de Outubro, Dia Mundial da Música, as três turmas do 4º ano apresentaram no Auditório esta peça musical às outras turmas, professores e funcionários em três sessões.

José Carlos Godinho, o autor desta e outras operetas e variadíssimas publicações composições de muita qualidade, é o pedagogo cujo Manual é adotado por nós no 1º Ciclo do E.B.

Assim, ao realizar um trabalho performativo de alunos para alunos com a finalidade de celebrar a Musica como Arte e linguagem universal, foi possível:

- Ensaiar três turmas em conjunto com os professores titulares o que permitiu uma interação muito positiva;
- Conhecer uma parte da História de Portugal, experienciando-a através da dramatização – ação;
- Aprender e memorizar uma sucessão de catorze músicas, nem todas isentas de complexidade rítmica, melódica e harmónica;
- Fabricar adereços simples em cartão (foram enviados para casa modelos de sugestão) em conjunto com os encarregados de educação, o que permitiu uma unidade estética para a performance.

Mais importante do que descrever o que foi por todos vivenciados é o próprio testemunho dos alunos:

Foi um momento que é impossível de esquecer.

**Leonor**

Eu senti alegria, amizade e trabalho de equipa.

**Luísa**

Eu aprendi muito sobre os romanos e lusitanos e um pouco da História de Portugal.

**Daniel**

Eu gostei muito, custou tanto mas conseguimos.

Foi uma ótima sensação! Nunca me tinha sentido assim.

**Maria Manuel**

Todos nos divertimos e acho que também divertimos o público.

**Carolina**

Senti-me de uma maneira especial por ter tido a oportunidade de fazer este espetáculo. Espero fazer outra coisa assim.

**Miguel**

Eu senti que estava numa época e gostei muito de ver as pessoas a aplaudir algo que eu fiz. fizemos três atuações e demorou duas horas e quinze minutos.

**Pedro**

Senti-me orgulhoso de mim próprio. Foi como se a música estivesse a rodar à minha volta.

**Xavier**

# educar para Ler

## a leitura

Mónica Silva. Professora de Português



### Ler

Ler é algo muito importante e indispensável na nossa vida, embora algumas pessoas não tenham a sorte de o saber fazer.

Na minha opinião, ler faz-nos enriquecer o nosso vocabulário e aprender, seja sobre história, ciências, amizade ou amor, aprendemos sempre quando lemos um livro.

Penso eu que ler nos ensina a sonhar, estimulando-nos a imaginação e outra maneira de ver o mundo. Ajuda-nos, assim, a escrever textos mais criativos e bem estruturados.

A meu ver, ler faz-nos pensar melhor sobre a vida, fugir para outro mundo que só o autor conta, e faz-nos, desta forma, crescer mais sábios.

Concluindo, se lermos um livro, talvez descubramos o que há de especial em nós, o que queremos ser e fazer. Ler dá-nos asas e abre-nos portas. Por isso, agarra num livro e lê-o, pois ler é saber!

Joana Monteiro 6ºB

Quem não lê, fala pouco, argumenta menos, escreve mal e debate pior ideias e conceitos. Por outro lado, o mundo da leitura é o fruir do tempo humano, dos ritmos bucólicos e naturais, e o livro um repositório de memórias, estimulando também o olfato e o tato. Ler para escrever, escrever para falar, ler para comunicar, para relembrar, para sonhar. Ler!

“A partir das frases do pediatra Mário Cordeiro, os alunos foram convidados a escrever sobre a leitura”.

### A importância de ler

Ler é importante. Ler é aprender. Quando lemos, aprendemos sempre alguma coisa nova.

Na minha opinião, ler desenvolve a mente, faz-nos pensar e imaginar. A meu ver, ler é muito importante, pois ao lermos a nossa escrita evolui, aprendemos novas palavras, argumentamos mais e melhor e temos mais ideias. Se não lermos, falamos menos e não conseguimos exprimir como deve ser as nossas ideias. Na minha opinião, não ler é como, por exemplo, não dormir. Se não dormirmos, não descansamos e ficamos cansados. Se não lermos, não desenvolvemos a nossa mente. Ler serve para imaginar e sonhar o que nós quisermos. Ler é como quando estamos na praia a relaxar. Ler também serve para comunicar. Ler descontrai-nos. Ao ler aprendemos sempre coisas novas, é como se estivéssemos na escola, pois aprendemos sempre alguma coisa.

Ler é desenvolver a mente, ler é aprender, ler faz-nos muito bem. Ler!

Teresa Coelho 6ºA

### Ler

Quem não lê, tem menos conhecimentos, menos cultura do que quem lê. Com os livros aprende-se muito, aumenta-se a cultura geral, lê-se histórias novas, descobre-se personagens novas.

A cada dia que passa enriquece-se mais o vocabulário e é por estas razões que gosto de ler. À noite, quando vou dormir, antes de apagar a luz, leio sempre um pouco.

Enquanto leio, imagino-me no meio da história, identifico-me com uma das personagens, enquanto que as outras identifico-as com as minhas amigas e pessoas conhecidas.

Ler também serve para passar o tempo. Ler faz bem. Depois, quando finalmente adormeço, sonho com o que li e com o que não li, ou seja, imagino o resto da história à minha maneira, acrescento personagens novas e lugares novos. Eu gosto de ler e ler faz-me sentir viva!

Patrícia Baião 6ºB

## educar para a criatividade e para a escrita

Os textos apresentados foram escritos em aula pelos alunos do 8ºA, em contexto de Oficina de Escrita ou de avaliação. Pretendem evidenciar a diversidade, a originalidade e a qualidade dos textos produzidos, assim como levar o leitor a partilhar do prazer que os alunos sentem ao escrever sobre o que os move.

Joana Baião. Professora de Português

**“Benditas sejam, para sempre, as histórias, mesmo as que ninguém me chegou a contar.”**

José Jorge Letria

## O Parque

Era uma manhã de verão, o Parque da Paixão era o mesmo de sempre, o café onde comprávamos o lanche, os caminhos em madeira, o sol a bater nas árvores para nos dar a ideia de que estávamos no paraíso.

Hoje eramos só nós, os outros não tinham vindo, tiveram que “estudar” ou “ir para almoços de família”. Eu observava o lago, mais precisamente uma pequena parte onde daria para nos sentarmos e apreciarmos a vista, eu nunca lá tinha ido e nem sabia porquê. Queria continuar a admirar tudo isto, mas fui interrompido por uma voz meiga:

- Porque olhas tão fixamente para lá?
- Não tenho razão... é bonito. - disse eu.
- Nunca lá fomos, pois não? - disse Sandra com um ar decidido.
- Não... mas não é precis...

Não pude terminar de falar, pois nesse momento já ela me puxava pela mão e me sorria com aquele sorriso doce que ela tinha. Não dissemos nada. Corríamos e corríamos, ríamos como se não houvesse amanhã. Quando lá chegámos sentámo-nos na ponte e fomos falando e comendo o lanche. A certa altura começámos a tirar fotos, primeiramente senti-me estranho, mas depois, como se nada fosse, o meu coração ganhou mais impulso do que eu, e só sentia todas as emoções juntas naquele momento, felicidade, alegria, medo de que não houvesse correspondência. Mas aquilo durou, durou, e eu queria mesmo que durasse.

No final, ela despediu-se. Fomos falando nos dias que se seguiram. E, ainda hoje, casado com ela, recordo esse dia como se fosse ontem.

Pedro Machado 8ºA

## A música

A música fala mais alto que as palavras. Palavras bonitas não significam nada quando as ações mostram outras coisas. A música diz a verdade que os lábios não dizem.

Talvez seja por isto que a música me fascina tanto. Desde que me lembro que a música está presente na minha vida, que eu sou apaixonada por ela. Quando era pequena, adorava cantar e passar várias horas a ouvir ou até dançar ao som da música; adorava ouvir todo o tipo de música.

Ao longo do tempo, esta paixão tem aumentado. Apercebi-me de que não consigo viver sem música, tenho de a ouvir todos os dias. Apaixonei-me também pelos instrumentos musicais, adoro o violino e o piano e desejo ardentemente poder vir a saber tocar estes dois instrumentos no futuro, sendo que já comecei com as aulas de violino.

A música emociona, liga corações. Quando duas pessoas tocam juntas e música fica em sintonia, os seus corações ligam-se, tornando-se um só. Eu também quero emocionar e ligar o meu coração com o de alguém. Adoro sentir a música, deixar que ela me envolva e me leve para outros sítios. Todos os tipos de música são motivos de fascínio para mim e eu nunca quero parar de a ouvir. Quero que a música esteja sempre presente na minha vida.

Mariana Reis 8ºA



## O Lenhador

Era uma manhã bonita de primavera. A geada dos pinheiros e carvalhos, que tinha ficado retida do inverno, estava a derreter e todos os animais, e até mesmo as plantas mais pequenas e inofensivas, estavam a acordar. Era a hora a que também o lenhador acordava, mas, ao contrário do resto dos bichos, esta manhã, para ele, não era a primeira manhã do ano, pois o lenhador estivera acordado todos os dias de inverno para recolher e queimar lenha para ele, para a sua família e para o resto da província.

Era apenas mais um dia para o lenhador, mas naquele dia algo estava errado, pois o seu machado, o mesmo que tivera a sua vida inteira e que recebera quando, pela primeira vez, tinha ido cortar árvores com o seu pai, tinha algo estranho. Ou seria a altura do lenhador se reformar? O nosso lenhador foi, pela primeira vez, de mãos a abanar, para casa, pois tinha estado neste diálogo consigo mesmo. À hora de jantar perguntou à mulher:

- Achas que estou velho?
- Não acho que sim, nem acho que não, apenas acho que devias arranjar um aprendiz, pois já não vais para novo e os nossos filhos não nos visitam, nem mandam cartas desde que chegaram à grande cidade.
- As cidades... aqui todos nos conhecemos e falamos uns com os outros, lá ninguém fala com ninguém. É uma tristeza!

E com este suspiro, o jantar tinha sido servido, e, como de costume, diziam as graças, comiam e depois iam dormir.

No dia seguinte, o lenhador acordou ainda mais cedo, antes dos bichos e do sol, para ver se ainda era um bom lenhador e se conseguia cortar alguma árvore. O lenhador lá ia conseguindo, uma aqui, outra acolá... mas cada vez era mais difícil, até ao ponto em que o seu pequeno machado lhe parecia um grande martelo. Decidido, foi ao ferreiro da cidade e perguntou-lhe se lhe vendia um machado novo, mas o ferreiro respondeu-lhe assim:

- Às vezes, o problema não existe nas coisas, não é nas tuas mãos nem da tua idade, apenas está na tua cabeça. Quanto ao machado, só precisa de ser afiado...

**João Diogo Gomes 8ªA**

## Paixão brasileira

A minha paixão é o Rio de Janeiro, porque é que escolhi uma cidade que está tão longe? Porque esta linda cidade faz parte de mim, a minha avó era de lá, mas veio estudar para cá, e aqui, em Lisboa, conheceu o meu avô e aí a minha mãe nasceu, por isso o meu coração está dividido ao meio, de um lado é verde, amarelo e azul, do outro é vermelho, verde e amarelo.

Como eu sou metade brasileira, vou ao Rio de Janeiro todos os anos e a minha paixão tem vindo a crescer de ano em ano. Cada vez que passo a alfândega daquele aeroporto sinto-me uma verdadeira carioca, eu sou como a minha mãe, adoro falar sobre esta cidade. A minha felicidade cresce até mil quando olho para aquela praia e percebo que estou na cidade maravilhosa.

As pessoas que nunca visitaram esta cidade não percebem quão bonita ela é e quão bom é podermos andar com roupa de praia e de havaianas por todo o lado sem ninguém a observar-nos. Os brasileiros são muito diferentes de nós, sem nos conhecerem falam connosco com muita simpatia, lá são todos família.

Por isso, todos deviam ter uma paixão como a minha, maravilhosa.

**Margarida Paim 8ªA**

## educar para o futuro

# Alunos do 10º ano do Valsassina realizaram experiência de contacto com o mundo do trabalho

No âmbito do projeto pedagógico do Valsassina, é nossa intenção continuar a facilitar aos alunos do ensino secundário uma preparação que permita não só uma ligação directa à Universidade, mas também às empresas e à atividade laboral em particular. Pretendemos estimular competências a nível da responsabilidade, da autonomia e da maturidade dos nossos alunos, preparando-os para a vida após o Colégio.

O programa “A minha primeira experiência no mundo do trabalho”, em vigor pelo 4º ano, visa, assim, facilitar aos alunos uma perspetiva do exercício de uma profissão dentro de temas selecionados por cada um.

Neste contexto, todos os alunos do 10º ano têm uma experiência de contacto com a realidade profissional, obrigatória, de 3 a 5 dias na semana de 15 a 19 de junho, numa empresa/instituição, sem qualquer remuneração, cumprindo o horário de trabalho respetivo, observando a atividade laboral e executando tarefas que lhe sejam propostas e adequadas à sua maturidade e nível de conhecimentos.

No final de mais um ano de projeto apresentamos uma amostra da avaliação que os alunos realizaram no final do mesmo:

Esta experiência foi muito importante pois permitiu-me conhecer a dinâmica de uma clínica e as suas diferentes áreas de competência. Fui confrontada com diferentes especialidades dentro da área da saúde, algumas com as quais me identifiquei e outras que excluí. Foi uma experiência enriquecedora que contribuiu para uma orientação do meu futuro.

**Ana Luís 10º1A.** Experiência realizada na **Clínica de St António**

Esta experiência permitiu que eu me integrasse e me apercebesse o que é realmente trabalhar. Permitiu que eu pudesse perceber qual é o dia-a-dia num hospital e sobretudo num bloco operatório. Permitiu que eu percebesse o que é trabalhar com doentes e pessoas que necessitam realmente de ajuda. Mas para mim o mais importante foi ver uma cirurgia. Quem considera medicina questiona-se sempre sobre essa parte e ver uma operação ajudou-me.

**Catarina Correia 10º1A.** Experiência realizada na **Clínica de St. António**

Esta atividade foi algo novo para mim. Foi muito interessante, explorar e analisar alguns seres marinhos e aprender sobre os processos de Investigação e sobre algumas das suas técnicas.

Para além de todos estes aspetos específicos ao estágio que eu integrei, existe também a aprendizagem geral retirada de todas as experiências de trabalho. Devido ao facto de eu estar a simular uma semana num emprego, fui obrigado a encarar mais responsabilidade aquilo que eu fazia, o que também acabou por trazer um gosto inerente à superação das dificuldades que se manifestaram. A minha concentração em todas as minhas atividades era quase máxima, de modo a que eu pudesse tirar o maior proveito das atividades que praticava, e para não cometer nenhum erro, porque algumas das experiências em que participe faziam parte de trabalhos e projetos reais que estavam a ser levados a cabo por pessoas do instituto, e que permitiram a nossa participação.

Considero que esta experiência foi extremamente importante, quer a nível académico, quer a nível do meu crescimento pessoal.

Foi fascinante, estar em contacto com o mundo do trabalho, criando uma relação séria com os trabalhadores da empresa, estagiando num ambiente descontraído, amigável mas não facilitista ou relaxado. Aperceber-me do fantástico entrosamento entre todos contribuiu, indubitavelmente, para me criar a imagem de que o mundo do trabalho, quando associado a uma equipa onde impera o espírito de grupo, poderá constituir um equilíbrio perfeito entre o cumprimento de um dever e o prazer em concretizá-lo.

**Sofia Lopes 10º1B**

Experiência realizada na **Intermoney Valores**

**Empresas parceiras do  
Valsassina no âmbito do  
projeto “A minha primeira  
experiência no mundo do  
trabalho” (ordem alfabé-  
tica):**

**AIP**

**Andrade Gutierrez**

**Brown’s Downtown Hotel**

**By – Interactive Brands Agency**

**Clínica de St. António**

**Dantas Rodrigues e Associados**

**– Sociedade de Advogados**

**Digital Mix**

**Dimensão Nova**

**Everis**

**Faculdade de Farmácia da**

**Universidade de Lisboa**

**Frederico Valsassina Arquitetos**

**Garage Films**

**Grupo Leya – Livraria Buchholz**

**Hospital dos Capuchos**

**Hospital da Luz**

**Iberfar**

**Instituto Nacional de Saúde Dr.**

**Ricardo Jorge**

**Instituto de Higiene e Medicina**

**Tropical**

**Instituto de Medicina Molecular**

**Instituto Português do Mar e**

**da Atmosfera**

**Intermoney Valores**

**Jardim Zoológico de Lisboa**

**Jerónimo Martins**

**Kidzania**

**MARE – Centro de Ciências do  
Mar e do Ambiente. Faculdade de  
Ciências, Universidade de Lisboa**

**Montepio Geral**

**Roff**

**Soltrópico**

**Sonae Sierra**

**TAP**

**TVI**

Considero esta experiência importante para as minhas decisões futuras e elucidante em relação às minhas ideias acerca da área da investigação.

**José Pedro Ferreira 10°1A.** Experiência realizada no **MARE, Centro de Ciências do Mar e do Ambiente da Faculdade de Ciências da Universidade de Lisboa.**

Sendo esta a área mais interessante para mim, posso dizer que, à partida, esta experiência já era algo que eu ansiava. Passados estes três dias concluo que foi uma experiência de extrema importância na medida em que aprendi coisas novas sobre os bastidores da aviação, isto é, aquilo que nós, enquanto passageiros, não vemos. No fim desta “minha primeira experiência no mundo do trabalho” mantenho as minhas prioridades: cursos de Engenharia Aeroespacial ou Mecânica.

**João Luís 10°1B.** Experiência realizada na **TAP (manutenção de aviões)**

Com esta experiência penso que me tornei numa pessoa mais autónoma e responsável. Também contribuiu para confirmar a minha opção de curso e profissão futura.

Este estágio, foi importante para perceber o que se passa dentro de uma empresa, os diversos departamentos que a compõem e os meios necessários para ela funcionar.

**Mafalda Machado 10°2.** Experiência realizada no **Grupo Jerónimo Martins**

A meu ver, esta primeira experiência no mundo laboral teve uma grande importância a nível educacional, mas também noutros diferentes aspetos que se encontram indissociavelmente relacionados, nomeadamente o trabalho de equipa, o ambiente do local de trabalho e a própria “hierarquização” dos postos de trabalho que vincam, irremediavelmente, uma posição/estatuto. Considero também imprescindível este primeiro contacto com uma empresa que desconhecemos a dinâmica e rotina, na medida em que “obriga” o aluno a sair da sua zona de conforto, expondo-o subtilmente às tarefas e deveres de um profissional.

**Cláudia Marques 10°2.** Experiência realizada na **Sonae Sierra.**

Achei esta experiência muito importante para mim porque fez-me perceber que talvez o design de produto seja uma opção no meu futuro. Fazer as atividades que fiz fez-me ganhar mais confiança em mim mesma e perceber que eu sou capaz de fazer coisas que achava que não iria conseguir fazer.

**Rita Marques 10°4.** Experiência realizada na **Dimensão Nova.**

Esta primeira experiência no mundo laboral permitiu-me concluir que a área da publicidade poderá ser uma potencial hipótese de escolha para a minha carreira. Foi uma ótima oportunidade para observar o que se faz neste tipo de empresa e o próprio ambiente de trabalho.

**Beatriz Pereira 10°4.** Experiência realizada na **Garage Films.**

Esta experiência foi importante, uma vez que nos pôs em contacto com um “mundo” a que podemos vir a pertencer daqui a algum tempo. Estimulou-nos a criatividade na medida em que nos desafiou a procurar solucionar os problemas de forma inovadora.

**Joana Silva 10°1A.** Experiência realizada no **Instituto Doutor Ricardo Jorge**

## educar para a interculturalidade

**"O programa de intercâmbio faz-te descobrir quem tu realmente és, e todo o teu potencial que não encontraste antes na tua vida."**

## Os meus três meses em Portugal...

Olá, chamo-me Ilaria, a nova «italiana» do Colégio Valsassina, e pediram-me para escrever um resumo da minha experiência de intercâmbio em Portugal. Posso começar por dizer que, em apenas três meses, vivi a aventura da minha vida!

Quando cheguei a Portugal, não sabia quase nada sobre a cultura portuguesa mas tive a sorte de ser acolhida por uma das famílias melhores do mundo, que me fez aprender muitos aspetos da cultura deste país. Desde o primeiro momento, fui tratada como um membro dessa família e não há nada melhor para te fazer sentir bem quando entras em contacto com um ambiente totalmente desconhecido. Estes três meses foram como um grande choque com a cultura Portuguesa, a começar pela comida (que me fez engordar muito, porque é ótima) e a acabar estudando a História de Portugal e os autores que fazem parte dela. Fiquei completamente apaixonada por Lisboa, com as suas ruas estreitas, as suas casas coloridas, os azulejos, o perfume de limpo das roupas que as senhoras deixam fora da casa para secar nas ruas do bairro da Graça. Adoro os castelos, as infinitas paisagens verdes que eu vi da janela do carro, quando eu e a minha família fizemos viagens fora de Lisboa, as praias portuguesas. Amo e odeio tomar banho no oceano tão frio. Gosto também do sorriso dos portugueses e da hospitalidade deles. Eu adoro esta língua tão suave, que um dia espero aprender ainda melhor do que já aprendi até agora. Gosto muito do meu quotidiano aqui e deixar tudo isso, para mim, significa deixar um bocado da minha vida.

Participar num programa de intercâmbio significa sentir a conexão entre ti e os teus pais de acolhimento sempre a crescer, significa também aprender a cada dia onde encontrar mais coisas em casa, entrar em contato com a vida quotidiana de pessoas que nunca tinha visto antes, voltar para a casa depois de um dia intenso e ter festinhas de um cão que, a cada dia que passa, está sempre mais apaixonado por ti.

O programa de intercâmbio é também pessoas. Pessoas que olham para ti como se fosses um "alien", pessoas que querem falar contigo, mas têm medo, pessoas que, pelo contrário, se aproximam de ti e não se arrependem. Pessoas que não tiveram paciência para te conhecer e pessoas que foram capazes de esperar e agora são amigos, amigos verdadeiros. Pessoas que esperam que fiques mais tempo, pessoas que não são muito simpáticas e aquelas pessoas que para brincar contigo falam mal do teu país na esperança que fiques ofendida.

O programa de intercâmbio faz-te descobrir quem tu realmente és, e todo o teu potencial que não encontraste antes na tua vida. Faz-te aprender que tu és uma pessoa que conhece a sensação de estar sozinha num mundo novo e completamente diferente, uma pessoa que é capaz de superar as dificuldades sem ninguém realmente conhecido e descobrir que podes realmente fazê-lo. Uma nova pessoa, mas não inteiramente.



**"...vivi a  
aventura da  
minha vida."**

Aprendi durante estes três meses que se realmente quero conseguir realizar os meus objetivos tenho que desejar tudo com todas as minhas forças sem ter medo de nada, porque é só uma barreira que impede de alcançar tudo o que quero fazer.

O programa de intercâmbio é também pensar, pensar sobre tudo. É confrontar-se todos os dias com hábitos estranhos, comida estranha, língua estranha. Às vezes, os meus dias foram tão cansativos que adormeci no autocarro no caminho de volta da escola e fiquei perdida muitas vezes em Lisboa. Às vezes penso nos meus pais e nos meus amigos em Itália e como será voltar para a minha vida de antes. Penso também nos programas de fim-de-semana com a família e com quem tenho de almoçar depois da escola entre os meus novos amigos. Também penso em como é maravilhoso ouvir televisão e rádio numa outra língua, que com muita paciência cada dia aprendo mais.

O programa de intercâmbio é também os estudantes de intercâmbio. São rapazes e raparigas que estão a viver a mesma experiência que tu, e a sentir as mesmas emoções, são as pessoas que te entendem melhor. São aquelas pessoas que precisam de uma hora para se tornarem surpreendentemente amigos e todo o tempo do mundo para se separarem. Pessoas que não sabes se vais voltar a ver de novo na tua vida, mas a última coisa que queres fazer é ficar longe deles. Ser um *exchange student* significa fazer parte de uma grande família que inclui todas as culturas do mundo, mas sentir-se sempre em casa.

O programa de intercâmbio significa crescer, e perceber que o mundo é igual e que não importa onde tu estás. Esta experiência longe do teu país de origem faz-te perceber que finalmente tu és independente, não interessa a idade que tens, tu podes ficar onde queres em todas as partes do mundo porque tens capacidades para conseguir fazer isso.

O programa de intercâmbio, às vezes, pode ser frustrante, porque há coisas que não podes fazer, coisas que não entendes, coisas que queres dizer, mas não podes, por vezes, coisas que dizes, mas significam completamente o oposto do que querias dizer.

Apesar de tudo, estes não são três meses na minha vida, mas é uma vida em três meses. Esta experiência não foi nada parecida com o que eu esperava, mas era tudo o que eu queria que fosse. Eu nunca vou esquecer o tempo que passei aqui, esta experiência será sempre uma parte de mim que vai ficar na minha mente para a vida inteira.

O programa de intercâmbio é algo que é difícil de entender se nunca se passou por isso.

Tenho aprendido que na vida é necessário desfrutar todo o tempo à disposição porque esta é uma oportunidade que não acontece uma segunda vez.

Eu espero que, ao ler estas palavras, convença alguém a viajar e a deixar a vida de todos os dias para mudar o mundo, por muito pouco que seja. Muito obrigada pela vossa atenção e acolhimento.

**Ilaria Sorge 12º1B**

## educar para as artes

**A par do ensinamento acadêmico inerente ao exercício em sala de aula, do explicar e aplicar conteúdos, o desafio lançado à turma de artes do 11º ano na disciplina de Desenho A, desta vez, incluiu uma atividade que quebrou com esse mesmo academismo.**

## Desenho a três mãos, desenho partilhado

Sofia Caranova. Professora de Artes Visuais

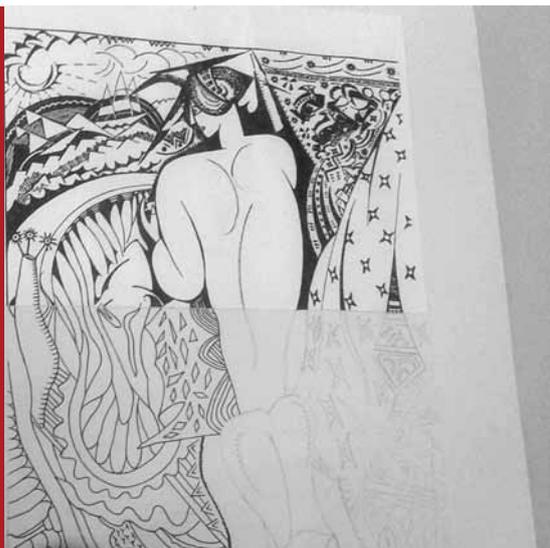
O exercício “Desenho a três mãos”, consistiu na elaboração de um desenho onde participaram três pessoas. Baseou-se na ideia do “Cadavre Exquis”, um jogo gráfico coletivo surrealista inventado por volta de 1925 na França.

O aluno começou por desenvolver um desenho inventivo, partindo de um pormenor de um dos desenhos do “Álbum XX Dessins”, de Amadeu de Souza Cardoso. Sem conhecer o desenho na íntegra, o aluno foi acrescentando formas e elementos gráficos, que no seu entender, passavam a fazer sentido ao criar uma nova composição gráfica. Mais descritivo ou mais figurativo, ou com uma composição final mais abstrata, todo o resultado era válido.

Após a primeira fase do exercício terminada, ainda desenho a duas mãos, a do artista e a do aluno, surge o desafio lançado pela professora: “Agora escolham um elemento da vossa família, cuja tarefa será a de dar cor ao desenho criado. Dêem-lhes liberdade na escolha das cores, do material. A ideia é que eles possam partilhar também da vossa experiência, dar continuidade e interferir num desenho criado por outras pessoas.”

Como seria de esperar, a adesão destes últimos “artistas” foi total e os resultados obtidos, e sobretudo a partilha, positiva.

Fica a mensagem final de que o desenho ensina-se, aprende-se e partilha-se.



Trabalho em aula de **Beatriz Pereira 11º4**

**"Procurei definições, elementos concretos. Precisava de saber o que estava a pintar! A partir do corpo, o único elemento definido, acabei por encontrar um contexto e pinte! Foi uma experiência interessante e igualmente difícil!"**

**Comentário da mãe da aluna Beatriz Neto 11º4**





Irmão da aluna **Beatriz 11<sup>ª</sup>** a pintar



"Eu gostei de fazer o trabalho. Gostava de ter tido mais tempo para o fazer, sem alguma pressão para o concluir."

Comentário da irmã da aluna **Rita Marques 11<sup>ª</sup>**



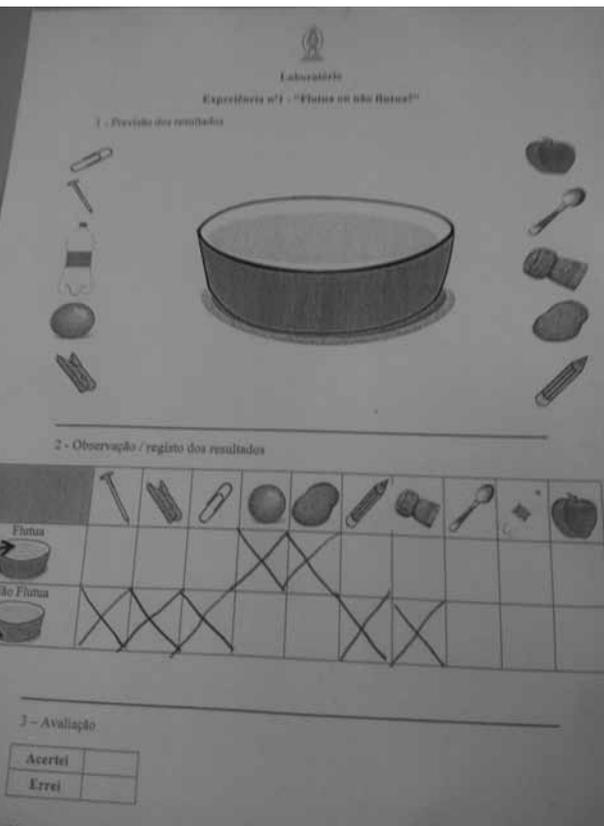
Trabalho final a três mãos, pintado pela irmã do aluno **César Maurício 11<sup>ª</sup>**



## educar pela experimentação

## A experimentação no Jardim de Infância

Educadoras de Infância



“O projeto de ciência para crianças, iniciado no jardim de infância, é um processo que interpela o pensamento e leva à ação, na procura de níveis superiores de conhecimento e compreensão do mundo físico e natural que nos rodeia. Partindo das suas ideias as crianças irão construindo **noções científicas e conceitos científicos simples** que lhes permitirão evoluir mais tarde para conceitos mais complexos.” (in Modelo Pedagógico).

Para uma maior concretização de todos os pequenos projetos científicos que se realizam ao longo do ano, os nossos alunos têm programadas atividades tanto no laboratório exterior – a horta do Valsassina, como quinzenalmente no laboratório interior.

A ideia da “ida ao laboratório” foi sentida pelas crianças com um enorme entusiasmo, esperando ansiosamente pelo dia da primeira experiência. Aquela que consideravam ser uma atividade de “crescidos” passou a fazer parte do seu dia a dia, sentindo-a como uma promoção para o desenvolvimento deste projeto, seguimos os procedimentos próprios do conhecimento científico:

- **formulação de hipóteses** – a partir de conhecimentos previamente adquiridos, delimitamos expectativas em relação aos resultados esperados;

- **experimentação** – processo de investigação de um determinado problema;

- **representação gráfica** – tradução em grelha ou desenho, de todo o processo;

- **interpretação de dados** - análise e avaliação dos resultados para a elaboração de conclusões.



**"Desenvolver nos nossos alunos a curiosidade espontânea, atividades positivas face ao insucesso, a perseverança, um espírito aberto e a importância do trabalho cooperativo para o sucesso individual e coletivo."**

Pretendemos assim desenvolver nos nossos alunos a curiosidade espontânea, atividades positivas face ao insucesso, a perseverança, um espírito aberto e a importância do trabalho cooperativo para o sucesso individual e coletivo.

A primeira experiência realizada em outubro debruçou-se sobre o tema "flutua/ não flutua". Este trabalho desenvolveu-se ainda numa segunda sessão em que, utilizando os mesmos objetos mas introduzindo-lhes algumas alterações, podemos verificar a sua flutuabilidade / não flutuabilidade.

A terceira experiência, realizada na semana aberta aos pais em novembro, foi sobre substâncias que dissolvem/ não dissolvem em água.

Temos sentido em todas as crianças um enorme entusiasmo e curiosidade pelas experiências realizadas.

" Fizemos experiências sobre os objetos que flutuam na água e aprendi quais são os que flutuam e não flutuam."

**Francisca 5 anos**

"Aprendi que os barcos só podem flutuar que tiverem as paredes altas."

**Tomás 5 anos**

"É giro fazer experiências porque descobrimos coisas."

**Inês 5 anos**

"Temos que trabalhar muito e aprender muito com os professores para fazermos experiências. Às vezes elas podem deitar fumo ou explodir. Eu adoro."

**Inês 5 anos**

"As experiências são lindas! São o que eu mais gosto."

**Beatriz 5 anos**



## educar para a ciência

# Aprendizagem baseada na resolução de problemas: um percurso em investigação científica

No âmbito da disciplina de Biologia e Geologia (10º ao 12º ano) é proposto aos alunos a realização de um projeto de investigação, que tem como objetivos demonstrar-nos o que realmente é esta área da ciência, quais os seus benefícios mas também quais os seus inconvenientes. Este projeto proporciona-nos a **oportunidade de integrar grupos de investigação de diversas faculdades e institutos**, de perceber que as coisas nem sempre saem como estamos à espera, no entanto que nunca devemos desistir, mas sim ser persistentes.

No nosso projeto foi desenvolvida uma parceria com o Instituto de Medicina Molecular, a qual nos permitiu efetuar um estudo que abrangeu 90 alunos do secundário do colégio. O objetivo do nosso trabalho foi estudar a presença da inserção de uma sequência repetitiva Alu transponível, no locus PV92 do cromossoma 16 na amostra em causa. Optámos pela realização deste projeto pelo facto do polimorfismo de inserção Alu PV 92 ajudar em estudos populacionais relativos à diversidade da população humana. Assim pela análise deste polimorfismo tivemos oportunidade de determinar a diversidade da população de alunos que constituía a nossa amostra. Ao longo deste trabalho consideramos que foi muito importante acompanhar também um pouco do trabalho de investigação que os investigadores do instituto iam realizando e de como trabalhavam quer em equipa quer individualmente, mas sempre com o espírito de grupo presente e com os mesmos objetivos.

Na madrugada de 20 de Junho de 2015, embaladas por um Capuccino do Starbucks do terminal 1 do aeroporto de Lisboa, recordámos aquilo que nos parecia (e ainda parece) um sonho: ver o nosso projeto reconhecido e premiado internacionalmente na IX Mostra Nacional de Ciência, 23º Concurso de Jovens Cientistas e Investigadores.

Aconteceu tudo tão rápido que apenas nesse momento começámos realmente a acreditar que iríamos representar Portugal à 26ª Semana Internacional da Vida Selvagem nos Alpes Suíços (IWRW 2015).

Nesta experiência, foi-nos requerido que fizéssemos um novo trabalho relacionado com algum tema que considerássemos interessante na região montanhosa de Valchava. Este trabalho deveria, do mesmo modo ser feito em grupos de 3 ou 4 pessoas de várias nacionalidades (de modo a promover o diálogo científico utilizando a língua inglesa) e teria de ser apresentado no final da semana a todos os nossos colegas, orientadores, bem como a quem demonstrasse interesse em assistir. Esta semana, além de ter sido preenchida de trabalho, foi também extremamente divertida e enriquecedora dos pontos de vista culturais e sociais, visto que convivemos com jovens de 12 países europeus e fizemos uma visita ao Mosteiro do Val Mustair.

**Madalena Carvalho e Rita Pinto 12º1A**



# Plants in the Ova da Buffalora Riverbed

The Alps are the highest and most extensive mountain range in Europe. Their area is 30,000 km<sup>2</sup> with an extension of 1,200 km. The Alps cross eight different countries: Switzerland, Italy, Slovenia, Monaco, Liechtenstein, Germany, France and Austria.

The diversity of plants in the Alps is enormous. There are at least 4,500 plant species living in the Alps (Landolt/Urbanska, 2003). However, they are not evenly distributed throughout the area, since some species live only at higher altitudes and others can live only in lower regions.

The main factors limiting plant growth in the Alps that affected our study are on one hand the extreme temperatures, dry air, and strong winds which bring the danger of frost and desiccation, especially in exposed areas, for example, on cliffs. Another factor is soil movement, which damages the plants by rock fall, covering of debris and denudation, for example in alluvial areas (Landolt /Urbanska 2003).

Our study area was the Ova da Buffalora riverbed. In this area the soil was composed mostly of stones (dolomite and verrucano), so it is very permeable. Therefore it allows the water that comes from the river or the rain to go through. That's why the river flow is not very stable and changes very often.

The main objective of this study is to find out which plants could live in the riverbed, and where they came from. Our hypothesis is that only strong and highly adapted plants can live in the riverbed. First we selected three different areas in the Ova da Buffalora riverbed. We measured each area with a measuring tape.

The first area that we measured was 25mx32m, the second area was 33mx32m and the third was 43mx32m. We wanted all sectors to have the same surface area but the river made it difficult, because the diameter of the riverbed changes really often. Then we divided each area into four sectors: Sector A: Zone with water always in it; Sector B: Two-meter zone from the water: area with water in it occasionally; Sector C: Zone with water rarely in it; Sector D: Zone with a 60° inclination that leads to the meadows. This zone almost never has water in it. After finishing the fieldwork we found 56 species of plants.

We found some species recognized as indicators of calcium such as *Salix reticulata*, *Kerneria saxatilis*, *Oxytropis campestris*, *Gyposphila repens*, *Saxifraga caesia*, *Globularia cordifolia* and *Helianthemum alpestre* (Landolt /Urbanska 2003). This concords with the stones in the riverbank which are composed mainly of dolomite.

We also found two species recognized as indicators of acidity such as *Primula hirsuta* and *Leucanthemopsis alpina* (Landolt/Urbanska 2003). This concords with the lower amount of verrucano in the riverbed.

The plants that live only in the riverbed could have possibly come from the mountains. This means that their seeds were transported by the river, the wind or animals. An example is *Linaria alpina*, which is occasionally found at lower altitudes when seeds are brought down from the mountains with runoff water (Landolt /Urbanska 2003). Another example is *Epilobium fleischeri*, which is typical for alluvial areas, talus, stony and base-rich soils (Landolt /Urbanska 2003). A final example is *Saxifraga aizoides*, which lives in scree, flushes, stony and intermittently humid soil (Landolt /Urbanska 2003). The answer to our hypothesis is that not all plants can live in the riverbed. Only species that are strong enough can grow there. This occurs because these species have more genetic variability: can adapt to all different types of conditions. We can also say that genetic variability is the answer to why plants only live in specific places, since they can support different conditions to live in according to the genes they possess.

**Madalena Carvalho e Rita Pinto 12°1A**



## educar para a ciência e investigação

# Estudo do ecossistema sublítico e das propriedades físicas do solo de locais da região de Sintra-Cascais e do Complexo Vulcânico Lisboa-Mafra



Foi desenvolvido um estudo que teve como principais objetivos entender e explicar o papel das rochas nos ambientes que as envolvem, ou seja as interações da geosfera com os outros subsistemas. Por outro lado, teve ainda como objetivo conseguir compreender a dinâmica e interações entre os vários subsistemas terrestres (geosfera, hidrosfera, biosfera e atmosfera).

Para tal, no dia 7 de outubro de 2015, foi realizada uma saída de campo ao Complexo Vulcânico de Lisboa (Penedo do Lexim), à Praia do Guincho, ao Maciço intrusivo da Serra de Sintra (Pedra do Urso) e à Boca do Inferno.

Para do desenvolvimento do trabalho foram planeadas duas etapas.

O trabalho de campo, desenvolvido in loco, teve como principal objetivo recolher materiais geológicos para que mais tarde estes nos permitissem a realização do estudo das propriedades físicas dos solos dos três locais. Foram também recolhidos dados para uma caracterização do ecossistema sublítico de cada local.

A segunda parte do trabalho realizou-se em laboratório, onde se procedeu à determinação e à análise das amostras de solo tendo em vista o estudo das propriedades físicas do solo. Por sua vez, caso houvesse necessidade executou-se uma identificação mais rigorosa de organismos encontrados no ecossistema sublítico.

As amostras de solo recolhidas foram relativamente grandes para que no caso de ocorrência erros se pudesse repetir o procedimento. No entanto, ao longo do trabalho fomos nos apercebendo de algumas falhas cometidas nas atividades laboratoriais, falhas estas que não afetaram o resultado final, uma vez que foi desenvolvida toda uma pesquisa paralela em volta deste estudo.

Os resultados deste estudo levam-nos a constatar que os quatro subsistemas terrestres estão em constante interação. Como tal, os dados obtidos demonstram uma inter-relação entre os seres vivos do ecossistema sublítico e as propriedades físicas dos solos, podendo considerar a existência de um equilíbrio dinâmico entre a comunidade e o biótopo.

**Margarida Rodrigues 10<sup>o</sup>1A**

# educar para o multilinguismo

## Diarios en español

Joana Baião. Professora de Espanhol

El proyecto de los diarios pretende desarrollar la destreza escrita de los alumnos de 8º y 9º cursos. El objetivo es que los alumnos escriban todas las semanas un pequeño texto en que cuenten lo que contarían a su diario.

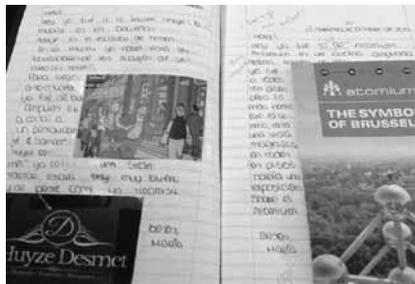
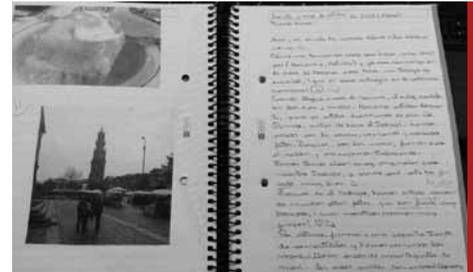
Para hacer cada diario hay que pasar por diferentes fases:

1. Adornar la portada del diario mezclando su personalidad y la cultura española
2. Presentarse, describirse y hablar de sus rutinas, gustos, actividades de ocio
3. Dar un nombre al diario y empezar contando lo que de especial, divertido, preocupante, rutinario o extraño pasa en sus vidas.
4. Los alumnos se expresan entusiasmados y comparten fotografías, billetes de futbol, entradas de museos, cuentan viajes a través de folletos o hacen dibujos... los diarios son corregidos cada quince días.

¡ Os dejamos algunos de nuestros textos e imágenes!

Diarios de las alumnas de español 8º B

Maria Braga  
Catarina Pinheiro  
Matilde Marvão  
Maria Inês Nicolau  
Mafalda Marques Pinto



## educar para a criatividade, para a memória e para a paz

# Memórias imaginadas de uma guerra real

Graça Luís. Professora de História e de Educação para a Cidadania

O esforço de cada um e o esforço de todos, a criatividade de cada um e a criatividade de todos, a sensibilidade de cada um e a sensibilidade de todos... foi assim que nasceu este projeto.

Mas que marcas deixará este livro nos alunos que o fizeram? Será que os tornará agentes de uma paz que conhecem e opoitores de guerras que estão tão longe e tão perto? Promoverá o seu espírito humanista, mas também humanitário?

A passagem do centenário da Primeira Guerra Mundial (1914/1918) ou da Grande Guerra, como também é conhecida, foi o motivo para estas e outras reflexões e, passo a passo, num trabalho que se quis transversal, foi-se erguendo esta obra que, pensamos, dignifica o trabalho de adolescentes do presente que não podem esquecer que jovens como eles, naqueles anos, viveram uma realidade bem mais difícil que a sua. Adultos ambiciosos e irresponsáveis para isso contribuíram, num tempo em que o desenvolvimento tinha atingido o seu auge e que se pensava irreversível...

O resto fica para reflexão do leitor.

**26 de Dezembro de 1914**

**Amigo Diário**

Muita coisa mudou desde que escrevi aquele primeiro texto. Já não me considero um jovem entusiasta, ingénuo. Mantenho o entusiasmo em proteger o meu país, mas o país ficou bastante abalado com a invasão dos alemães que praticamente chegaram a Paris. Graças a Deus que os ingleses nos ajudaram.

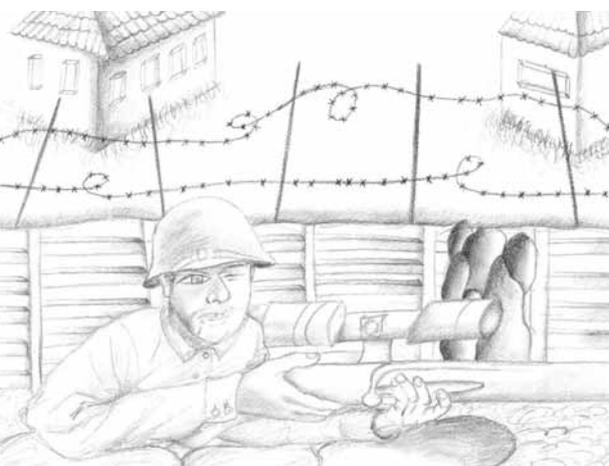
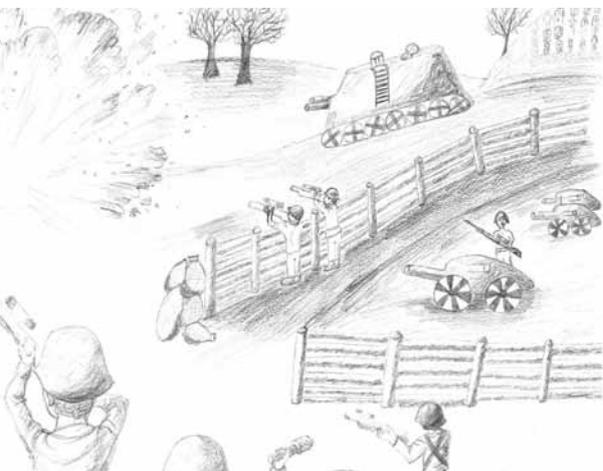
A guerra chegou a um impasse. Ambos os lados assumiram posições defensivas e começaram a escavar fossos, aos quais chamamos trincheiras. As condições pioram de dia para dia, devido à falta de alimentos e apenas chegam à frente de batalha alimentos de conserva.

Mas, guardei o melhor para o fim. Anteontem e ontem, na véspera e no dia de Natal, ambos os lados confraternizaram. Sim, confraternizaram.

Pensávamos que, pelo Natal, já estava tudo decidido, mas não. E não parece que esteja para breve o final.

Anteontem, ouvimos rumores de que tréguas tinham sido feitas por ambos os lados, começando em Ypres, na Bélgica, mas tínhamos receio de que fosse uma armadilha alemã. Começámos a cantar músicas natalícias e, do outro lado, logo nos começaram a imitar, apenas mudando a letra. Foi um momento especial, mas não ficou por aí. Um soldado alemão veio à terra de ninguém, dizendo, num francês macarrónico, que queriam tréguas. Então, na temida terra de ninguém, houve convívio e até troca de objetos das duas partes. Posso dizer que, para mim, foi uma boa mudança, como uma lufada de ar fresco. Estas tréguas mantiveram-se até ontem; porém, hoje, a tensão recomeçou.

**Bernardo Alves 10º1A**



**27 de novembro de 1917**

Minha querida família,

Ainda estou no Somme. A comida está a escassear. Estamos encharcados em dois metros de lama fria. Mas estamos otimistas. Um dos nossos espiões, infiltrado nas trincheiras inimigas, apurou planos de uma ofensiva aliada para amanhã. Pensam que nos vão apanhar desprevenidos.

Estamos num momento crucial que pode acabar a guerra. Não podia ter sido mais oportuno. Estou farto da guerra! Da morte, das doenças, do frio, da tristeza... Já vi muitos soldados a morrer à minha frente. Um era da tua idade, Lukas. Meu filho, espero que nunca precisas de lutar nesta carnificina.

Num ano, perdemos nove milhas de território. Pode não parecer muito, mas já se estão a ouvir rumores de que os EUA vão entrar na guerra. Se isso acontecer, não sei se vos verei mais alguma vez. A guerra estará acabada, e a pátria alemã ficará humilhada. Seremos um país ridicularizado. Nunca mais seremos levados a sério.

Apesar do pessimismo e da derrota, várias das ofensivas aliadas são um fracasso. Quando os soldados saem das trincheiras, é fácil abatê-los com metralhadoras. O que nos assusta, e que leva alguns soldados a perder a cabeça (figurativa e literalmente) são os bombardeamentos. Ontem houve um. Tive de ver mais de mil homens, consumidos pela lama e pela chuva, a perderem a vida.

Espero que acabe depressa, Friedrich.

**Guilherme Barroca 10º2**

**3 de junho de 1919**

Eu não estava preparada, mas sabia o que viria a acontecer. A imprensa já nos tinha avisado. Agora as canções que cantávamos na aldeia eram sobre as guerras sangrentas da história. Na escola, os pequenos eram preparados para o que viria. Era sobre o que todos falavam, havia uma grande hipótese de guerra.

Em Portugal eram tempos de república e, sendo eu uma pessoa informada, sabia o que se estava a passar. A Itália, a Alemanha e o Império Austro-Húngaro formaram a triplíce Aliance. Para se proteger, a França aliou-se à Rússia e à Inglaterra, chamados Triple Entente. Embora estivéssemos em paz qualquer provocação poderia iniciar o que todos temíamos. Ambas as alianças tinham recorrido ao armamento e em 1914 quando o herdeiro do trono austríaco foi assassinado na Bósnia, não tardou até a maioria da Europa estar em guerra...

O meu marido já tinha ido para França ajudar. Tenho muito medo que o Pedro tenha que ir para lá, só espero que a guerra não demore muitos anos... O Fernando escrevia sempre que podia. Contava as coisas por lá: a Alemanha tinha tentado chegar a Paris mas não conseguiu, em vez disso a França deteve o avanço alemão. Aquilo era muito duro, quando chovia, as trincheiras transformavam-se em rios de lama, eram sobrevoados pelos inimigos que libertavam gás asfíxiante. Estava grata por ele ainda continuar neste mundo.

Outra coisa que me assustou foram as batalhas: Verdun (causou 700 mil mortos) e Somme (mais de 1 milhão e 200 mil mortos!). Em 1918 acabou a guerra e o Fernando voltou para casa são e salvo. Foi o melhor momento da minha vida!

**Sara Tribuna 10º4**

**França, 25 de dezembro de 1917**

Querida família! Estou com imensas saudades vossas.

Cada dia que passa as coisas pioram. Temos homens a dar o corpo às balas dia e noite. Aqui, neste hospital improvisado, recebemos capitães, generais e soldados em sofrimento, a verem a morte cada vez mais próxima a cada minuto que passa. Por vezes, questiono-me se isto (a luta, a perda de homens) é mesmo necessária. Estes soldados estão aqui a representar e proteger a nação, a nossa pátria amada. Ainda hoje tratei um soldado. Dois tiros na perna esquerda. Tivemos de a amputar e está, neste momento, a recuperar.

Todos os dias chegam heróis, homens valentes psicologicamente devastados, exaustos e desgastados.

É impossível dormir. A meio da noite ouvem-se gritos “Avançar!” para dispararem os canhões. E é como se estivéssemos mesmo a centímetros deles! Os ouvidos a estalar com os estrondos, a perda de vidas... Não percebo como é que a humanidade se deixou levar até isto. Para quê usar a força quando a nossa maior força são as palavras?

A aliança com Inglaterra está a matar Portugal!

Na última noite, enquanto descansava um pouco, acordei exaltada com o general a suplicar-me para eu socorrer dois jovens militares. Infelizmente, um deles morreu. Não merecemos a guerra...

A força destes homens e de todos os que cá estão (militares, exército, médicos e enfermeiros) é incrível.

Deus queira que isto seja só um pesadelo e que passe rápido!

Feliz Natal família! Fiquem bem. Beijinhos e abraços para todos.

**Constança Gomes 10º3**

## educar para a tolerância e para o entendimento global



## Projeto de trabalho no 1º ciclo, 2015/2016

A equipa do 1º ciclo

Em Julho os professores dão início a um debate conducente à escolha anual de um projeto que tenha sentido para a realidade dos nossos alunos.

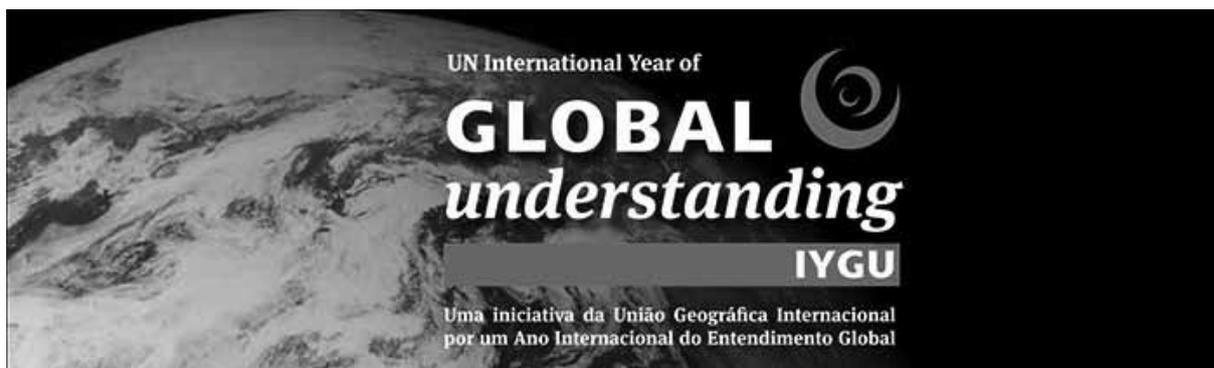
Habitualmente, temos como referência os anos Internacionais proclamados pela UNESCO e daí partir para adaptar o que nos parece ser viável para estes grupos etários. Este ano "O Conselho Internacional de Ciências (ICSU), o Conselho Internacional das Ciências Sociais (ISSC) e o Conselho Internacional de Filosofia e Ciências Humanas (CIPSH), anunciaram em conjunto, que 2016 será o Ano Internacional do Entendimento Global (IYGU)."

O seu **foco essencial são as alterações climáticas e a construção de um futuro sustentável** assim como a urgência de, desde cedo, alertar e intervir no âmbito destas questões. Daí surge a ideia de eleger uma obra literária de qualidade que seria um ponto de partida devidamente adaptado que, para além de focar estas temáticas nos desse oportunidade, ainda, de trabalhar valores pessoais e interpessoais e a implementação de atitudes positivas, contribuindo para a construção da paz no mundo.

E assim nos debruçamos de novo no início deste ano letivo em torno de enfoques possíveis no desenvolvimento de valores tais como a Solidariedade, a Amizade, a Persistência, e atitudes como a aceitação da diversidade, a superação de obstáculos, a capacidade de entreatajuda, a necessidade de silêncio e de reflexividade, ou a indispensabilidade de trabalhar melhor a sensibilidade, as emoções e sentimentos.

Traçamos já a metodologia a seguir que numa primeira fase consistirá na apresentação adaptada da obra aos alunos - apresentação esta que será aferida para cada ano de escolaridade - seguida de planificação específica também para cada ano, incluindo conteúdos curriculares formais e não formais, para que o projeto se concretize ao longo de todo o ano letivo envolvendo todos os alunos, professores e funcionários. Por fim haverá uma fase final de apresentação, mais performativa, à comunidade escolar, possivelmente inserida na programação de "Um Dia da Escola".

Oportunamente daremos mais novidades.



## educar para a qualidade e excelência

## Exames Nacionais 2015

Publicamos nesta edição da Gazeta Valsassina os resultados dos exames nacionais (do 4º ao 12º ano) e respetiva comparação com as médias nacionais. Todos os dados apresentados têm como fonte o Programa ENES do Ministério da Educação.



### Ensino da Matemática no Valsassina apresentado no Workshop "Aula Aberta: Boas Práticas"

O Aula Aberta é um portal para divulgar boas práticas educativas em escolas secundárias e colégios de referência do país. Escolas que apresentam consistentemente excelentes resultados nacionais nas disciplinas de Matemática e de Português foram convidadas a "abrir as suas aulas", dando a como trabalham diariamente com as suas turmas e com os seus alunos. O Colégio Valsassina foi uma das seis escolas envolvidas neste projeto, coordenado pela Fundação Calouste Gulbenkian (FCG) e pela Sociedade Portuguesa de Matemática.

No dia 28 de novembro, realizou-se o Workshop "Aula Aberta: Boas Práticas", dirigido, a professores do 3.º ciclo e do ensino secundário.

O Colégio Valsassina esteve representado pelo Diretor Pedagógico, **Dr. João Valsassina** e pelo professor **Luís Carvalho** os quais partilharam o seu testemunho sobre o envolvimento neste projeto.

### 4º Ano de Escolaridade

DISCIPLINAS	NOTA MÉDIA DO EXAME	
	Valsassina	Nacional
Matemática	82.2%	59.6%
Português	78.1 %	65.6%

### 6º Ano de Escolaridade

DISCIPLINAS	NOTA MÉDIA DO EXAME	
	Valsassina	Nacional
Matemática	82,1%	51%
Português	83.2%	59,5%

### 9º Ano de Escolaridade

DISCIPLINAS	NOTA MÉDIA DO EXAME	
	Valsassina	Nacional
Matemática	3,71 (72.16%)	58%
Português	3,65 (71,77%)	48%

### 11º e 12º Anos de Escolaridade (só alunos internos)

DISCIPLINAS	NOTA MÉDIA DO EXAME	
	Valsassina	Nacional
Matemática A	165	120
Português	131	110
GD A	180	122
Biologia e Geologia	109	89
Economia A	149	115
Física e Química A	126	99
Geografia A	137	112

**educar para  
a qualidade  
e excelência**

## **ACESSO AO ENSINO SUPERIOR 2015**

**Aos novos Universitários desejamos que encontrem grande realização nos cursos que escolheram.**

<b>Aluno</b>	<b>Curso</b>	<b>Faculdade</b>
Adriana Gouveia Coutinho Sá Couto	Engenharia Informática e de Computadores	Universidade de Lisboa - Instituto Superior Técnico
Afonso Marques da Luz Pinto de Almeida	Gestão de Empresas	Universidade Lusíada - Faculdade de Ciências da Economia e da Empresa
Ana Catarina Moreira Pauleta	Enfermagem	Escola Superior de Enfermagem de Lisboa
Ana Teresa Barata Rodrigues	Ciências Biomédicas	Universidade de Lisboa - Instituto Superior Técnico
António Francisco Castro e Almeida Romano Colaço	Gestão	Universidade Nova de Lisboa - Faculdade de Economia
António Palma Lima da Silva Parente	Gestão	Universidade Católica de Lisboa
Bárbara da Costa Amaro Júlio	Gestão	Universidade de Lisboa - Instituto Superior de Economia e Gestão
Bárbara Sena Fonseca Claro de Castro	Engenharia Agronómica	Universidade de Lisboa - Instituto Superior de Agronomia
Bárbara Veríssimo Choon	Gestão	Universidade Nova de Lisboa - Faculdade de Economia
Bernardo Nicolau dos Santos Santana Camilo	Economia	Universidade Católica de Lisboa
Carlos André Macedo Hilário de Almeida	Filosofia	Universidade Nova de Lisboa - Faculdade de Ciências Sociais e Humanas
Carolina Maria Sardinha Kendall Brandão	Engenharia Civil	Universidade de Lisboa - Instituto Superior Técnico
Catarina Allen D'Ávila Silveira	Engenharia Biomédica	Universidade de Lisboa - Instituto Superior Técnico
Diogo Gaspar de Lacerda Macedo	Gestão	Universidade Católica de Lisboa
Duarte Maria Mantero Morais Gerales Cardoso	Relações Internacionais	Universidade Católica de Lisboa
Filipe Maria Silva Carvalho Soares Franco	Engenharia Florestal e dos Recursos Naturais	Universidade de Lisboa - Instituto Superior de Agronomia
Filipe Mateus Azevedo	Engenharia Mecânica	Universidade Nova de Lisboa - Faculdade de Ciências e Tecnologia
Francisco Eugénio de Sá Borges Paim	Gestão	Universidade Católica de Lisboa
Francisco Ferreira Saraiva de Oliveira e Costa	Gestão	Universidade Católica de Lisboa
Francisco Ferreira Vicente Silva Nunes	Engenharia Eletrotécnica e de Computadores	Universidade de Lisboa - Instituto Superior Técnico
Francisco João de Oliveira Soares	Gestão	Universidade Católica de Lisboa
Francisco Ribeiro Lamego Costa Santos	Direção e Gestão Hoteleira	Escola Superior de Hotelaria e Turismo do Estoril
Gustavo Augusto Toscano Morais	Engenharia Informática	ISCTE - Instituto Universitário de Lisboa

Aluno	Curso	Faculdade
Henrique Metelo Rita de Almeida	Engenharia Informática e de Computadores	Universidade de Lisboa - Instituto Superior Técnico (Taguspark)
Hugo Miguel Estorninho Carreira Luís	Gestão	Universidade Autónoma de Lisboa
Inês Garcia Nunes Coelho	Medicina Dentária	Universidade de Lisboa – Faculdade de Medicina Dentária
Inês Seabra Pinto	Reabilitação Psicomotora	Universidade de Lisboa – Faculdade de Motricidade Humana
Inês Vieira da Costa Parente de Araújo	Gestão	ISCTE – Instituto Universitário de Lisboa
João de Castro Lourenço e Sousa	Gestão	Instituto Superior de Gestão
João José Carvalho Martos Gonçalves	Direito	Universidade de Lisboa – Faculdade de Direito
João Nuno Gameiro da Costa Martins Pedro	Gestão	Universidade de Lisboa – Instituto Superior de Economia e Gestão
José Francisco Serra Dias Agapito Fernandes	Gestão	Universidade Autónoma de Lisboa
Karim Azim Manji	Direção e Gestão Hoteleira	Escola Superior de Hotelaria e Turismo do Estoril
Mafalda de Albuquerque Núncio Pereira Coutinho	Arquitetura Paisagista	Universidade de Lisboa – Instituto Superior de Agronomia
Manuel António da Costa Ramos	Gestão	Universidade Lusíada
Manuel Gamboa Peixoto Escudeiro Dias	Engenharia Mecânica	Universidade de Lisboa - Instituto Superior Técnico
Maria Carolina Miranda Cardoso de Abrantes Viana	Gestão	ISCTE – Instituto Universitário de Lisboa
Maria Inês Bispo David	Ciências Biomédicas	Universidade de Aveiro
Maria Leonor da Costa Pereira e Cetra	Gestão (ensino em inglês)	Universidade de Lisboa – Instituto Superior de Economia e Gestão
Mariana Horta Marques Rocha Vieira	Química + Química Tecnológica	Universidade de Lisboa – Faculdade de Ciências
Mariana Leal Palma Fernandes D'Aguiar	Gestão de Informação	Universidade Nova de Lisboa – Instituto Superior de Estatística e Gestão de Informação
Mariana Monteiro Alves Vieira Neves	Engenharia Civil	Universidade de Lisboa - Instituto Superior Técnico
Mariana Oliveira Marques Ávila	Psicologia	Instituto Superior de Psicologia Aplicada
Miguel Cunha Quiaios	Economia (ensino em inglês)	Universidade de Lisboa – Instituto Superior de Economia e Gestão
Miguel Soares Marques	Engenharia Informática e de Computadores	Universidade de Lisboa - Instituto Superior Técnico
Pedro Francisco Fernandes Jorge	Ciências da Saúde	Universidade de Lisboa
Rita Romero Passaporte Antunes Hormigo	Psicologia	Instituto Superior de Psicologia Aplicada
Tomás Passos Roque Franco Carreira	Estudos Gerais	Universidade de Lisboa – Faculdade de Letras

# educar para a qualidade e excelência

## Quadro de Honra 3º P 2014/15

Do quadro de honra fazem parte os alunos que, no final de cada período, apresentem excelentes resultados escolares (média de 5 no ensino básico e de 17 valores no ensino secundário), quer no domínio curricular quer no domínio dos complementos curriculares. Devem apresentar também um bom comportamento.

Número	Nome	Turma
<b>5º ANO</b>		
4397	Glória Maria Malta de Abreu Neto Ferreira	5º A
4401	Rafael Gueifão Cruz	5º A
4370	Joana Alves Pereira de Ferreira Monteiro	5º B
4425	Margarida de Amarante P. Santos Leite	5º B
5194	Inês Madeira de Almeida Ribeiro	5º B
4808	Inês Pereira Poiars Mourinho Félix	5º C
5589	Afonso Machado Madeira	5º C
5517	Maria Madalena Marques Pires de Carvalho Pastilha	5º D
5541	Miguel Antão Soares de Pinho	5º D
5563	Helena Fidalgo Mendes	5º D
5614	Miguel Velho Cabral da Rocha Henriques	5º D
5615	Susana Wu Wang	5º D
5701	Rita Veloso Dias Simões	5º D
<b>6º ANO</b>		
4199	Marta Jesus Maurício	6º A
4234	Duarte Rebelo de São José	6º A
4242	Sofia Correia Braz Lopes Simas	6º A
4247	Constança Lagoa R. Contreras Garcia	6º A
5195	Inês Lourenço Galvão	6º A
4258	Francisca Machado Luís	6º B
4262	Carolina Bidarra Andrade Centeno	6º B
5356	Lorena Barbosa Antunes da Silva	6º B
4540	Joana Ordaz Silveira Leitão	6º C
4556	Vera Godinho Ferraz Leal	6º C
4584	Maria Inês Dias Portela Caldeira	6º C
4670	Inês Maria dos Santos Rodrigues da Silva	6º C
4830	Rui Miguel de Sá Vilarça Venâncio Martins	6º C
4859	Frederico Nogueira Gonçalves Pereira	6º C
5420	Maria Joana Facha Loureiro de Brito	6º D
5428	Maria Carolina Brito Caiado Correia Alemão	6º D
<b>7º ANO</b>		
4013	Ana Sofia Torre Amaral	7º B
4115	Joana Bugalho Mah Alves da Silva	7º B
4009	Margarida Lima Grilo Fernandes da Silva	7º C
4017	Francisco Miguel Moutinho Neves Moreira	7º C
4018	Catarina Ribeiro Luís Marques	7º C
4042	Joana Correia Pinto Hipólito Baptista	7º C
4098	Joana Diogo Alves Correia	7º C
<b>8º ANO</b>		
3887	Catarina Ferreira Vicente Silva Nunes	8º A
3893	Filipa Dias Coelho Tojal Silva	8º A
4229	Mariana Brandão da Silva F. Serra	8º A
4387	Maria Laura Cortez Mota	8º A
5131	Maria Leonor Miguel Neto	8º A
3892	Duarte Tomás Cardoso Rezio Martins	8º B
4257	Afonso José da Costa e Ervideira Coelho	8º B
5152	João Afonso Nobre da Costa Fernandes	8º B
5656	Giovanna Navarro Miotto	8º B
3895	Francisco Gameiro da Costa M. Pedro	8º C
4213	Patrícia Teixeira Belo Marques	8º C
4259	Francisca Madeira Fonseca	8º C
4266	João Pedro Morgado Centeno	8º C
5822	Berke Duarte dos Santos	8º C
5079	Teresa Santos Costa Cabral	8º D
5092	Sofia Maria Duarte Ferrão	8º D
5116	Pedro Miguel Martins Rocha Nunes Dias	8º D
5130	Rita Frada Reis Vieira	8º D
<b>9º ANO</b>		
3710	Gonçalo Caldeira Espinha Pinheiro Castela	9º A
3788	Miguel Pinto Correia Cardoso e Cunha	9º A
3809	Manuel Maria da Ponte Salema Garção	9º A
4963	Raquel Maria Silva Novo	9º A
5015	Guilherme M. Borges Fernandes Barroca	9º A
4005	Margarida Serrão Presa Rodrigues	9º B
4076	Beatriz Henriques Ferreira M. Bernardo	9º B
4910	Mariana Almeida Martins	9º B
3697	Beatriz Pinto Correia Cardoso e Cunha	9º C

Número	Nome	Turma
3703	Carolina Viegas Dias Gomes	9º C
3704	Catarina da Costa Gameiro	9º C
3714	Joana Santos Pereira dos Reis	9º C
3726	Marta de Oliveira M. Pugsley Inocêncio	9º C
3727	Miguel Henrique dos S. Vicente Alves Nabais	9º C
3732	Teresa Maria de Moura Coutinho Soromenho	9º C
4291	Francisco Henriques Botelho S. Alves	9º C
4913	João Neto Afonso Dickson Leal	9º D
4970	Afonso Morgado Mota	9º D
5633	Bernardo José Soares Alves	9º D
<b>10º ANO</b>		
3579	Joana Lima Grilo Fernandes da Silva	10º 1A
3869	Ana Machado Luís	10º 1A
3937	Joana dos Santos Nobre da Costa	10º 1A
3939	João Marques Pereira Nicolau	10º 1A
3941	Maria Inês Feliz Barreiros Gama	10º 1A
4702	Beatriz da Cruz G. Rodrigues Gaspar	10º 1A
4706	Catarina Castro Gaspar Cortesão Correia	10º 1A
4777	Miguel Costa Reis Cunha Neto	10º 1A
3944	Miguel Maria S. C. de Magalhães Crespo	10º 1A
4696	Ana Rita Landeiro Filipe de Sousa	10º 1B
4771	Diogo Manuel Duarte Ferrão	10º 1B
5613	João Miguel Martins Barros Luís	10º 1B
4100	Cláudia Teixeira Belo Marques	10º 2
3580	Rita Ribeiro Luís Marques	10º 4
4844	Ana Beatriz Miguel Neto	10º 4
<b>11º ANO</b>		
3376	Mariana S. Espada Venâncio Carrasco	11º 1A
3393	Mafalda Viegas Dias Gomes	11º 1A
3751	Rita Lopes da Costa Marques Pinto	11º 1A
3875	Marta F. Velosa Silva Zambujal de Oliveira	11º 1A
4580	João Pedro Vicente Ribeiro Esteves da Rosa	11º 1A
5625	Maria Margarida D. P. de Nóbrega Alves	11º 1A
3359	Duarte José Rodrigues Mendes da Silva	11º 1B
3735	César Manuel Caldeira de Sousa	11º 1B
3922	Miguel Micaelo Bengala	11º 1B
4147	Joana Miranda Salreu Martinho	11º 1B
5459	Tomás Calado Franco	11º 1B
5483	Aisha Ismail Ahmad	11º 1B
600	Maria Frederica Vicente Tojal Valsassina	11º 2
3378	Maria Inês Veloso Gago da Graça	11º 2
4569	Maria Soares de Almeida	11º 2
4586	Ana Clara do Carmo St. Aubyn	11º 2
4606	Maria João Pessoa de Araújo S. Sancho	11º 2
4629	Marta Almeida Martins	11º 2
5045	Maria Carolina Osório Gonçalves	11º 2
<b>12º ANO</b>		
3195	Maria Inês Bispo David	12º 1A
3205	Manuel Gamboa Escudeiro Dias	12º 1A
3208	António Francisco Romano Colaço	12º 1A
3220	Inês Garcia Nunes Coelho	12º 1A
3221	Mariana Leal Palma Fernandes D' Aguiar	12º 1A
3544	Mariana Horta Marques Rocha Vieira	12º 1A
3799	Henrique Metelo Rita de Almeida	12º 1A
4372	Miguel Soares Marques	12º 1A
5035	Ana Alexandra Carvalho Reis	12º 1A
3202	Francisco Ferreira S. de Oliveira e Costa	12º 1B
3206	Mariana Monteiro Alves Vieira Neves	12º 1B
4364	Catarina Allen D'Ávila Silveira	12º 1B
3522	Bárbara Veríssimo Choon	12º 2

# educar para a qualidade e excelência

## Quadro de Excelência 2014/15



Do Quadro de Excelência fazem parte os alunos que, no final de cada ano, obtenham excelentes resultados escolares, quer no domínio da dimensão académica quer no domínio da dimensão humana e tenham figurado no quadro de honra, pelo menos, em dois períodos ao longo do ano letivo.

Número	Nome	Turma
<b>5º ANO</b>		
4401	Rafael Gueifão Cruz	5º A
4370	Joana Alves Pereira de Ferreira Monteiro	5º B
5194	Inês Madeira de Almeida Ribeiro	5º B
4808	Inês Pereira Poiares Mourinho Félix	5º C
5589	Afonso Machado Madeira	5º C
5517	Maria Madalena Marques Pires de Carvalho Pastilha	5º D
5701	Rita Veloso Dias Simões	5º D
<b>6º ANO</b>		
4199	Marta Jesus Maurício	6º A
5195	Inês Lourenço Galvão	6º A
5356	Lorena Barbosa Antunes da Silva	6º B
4540	Joana Ordaz Silveira Leitão	6º C
4584	Maria Inês Dias Portela Caldeira	6º C
4670	Inês Maria dos Santos Rodrigues da Silva	6º C
4830	Rui Miguel de Sá Vilarça Venâncio Martins	6º C
5420	Maria Joana Facha Loureiro de Brito	6º D
5428	Maria Carolina Brito Caiado Correia Alemão	6º D
<b>7º ANO</b>		
4013	Ana Sofia Torre Amaral	7º B
4009	Margarida Lima Grilo Fernandes da Silva	7º C
4017	Francisco Miguel Moutinho Neves Moreira	7º C
4018	Catarina Ribeiro Luís Marques	7º C
4042	Joana Correia Pinto Hipólito Baptista	7º C
4098	Joana Diogo Alves Correia	7º C
<b>8º ANO</b>		
4387	Maria Laura Cortez Mota	8º A
5131	Maria Leonor Miguel Neto	8º A
3892	Duarte Tomás Cardoso Rezio Martins	8º B
4257	Afonso José da Costa e Ervideira Coalho	8º B
4213	Patrícia Teixeira Belo Marques	8º C
4259	Francisca Madeira Fonseca	8º C
5079	Teresa Santos Costa Cabral	8º D
5130	Rita Frada Reis Vieira	8º D
<b>9º ANO</b>		
3788	Miguel Pinto Correia Cardoso e Cunha	9º A
4963	Raquel Maria Silva Novo	9º A
5015	Guilherme M. Borges Fernandes Barroca	9º A
4005	Margarida Serrão Presa Rodrigues	9º B
4076	Beatriz Henriques Ferreira M. Bernardo	9º B
3697	Beatriz Pinto Correia Cardoso e Cunha	9º C
3703	Carolina Viegas Dias Gomes	9º C
3704	Catarina da Costa Gameiro	9º C
3714	Joana Santos Pereira dos Reis	9º C
3726	Marta de Oliveira M. Pugsley Inocêncio	9º C
3727	Miguel Henrique dos S. Vicente Alves Nabais	9º C
3732	Teresa Maria de Moura Coutinho Soromenho	9º C
4291	Francisco Henriques Botelho S. Alves	9º C
4913	João Neto Afonso Dickson Leal	9º D
4970	Afonso Morgado Mota	9º D
5633	Bernardo José Soares Alves	9º D
<b>10º ANO</b>		
3579	Joana Lima Grilo Fernandes da Silva	10º 1A
3937	Joana dos Santos Nobre da Costa	10º 1A
3939	João Marques Pereira Nicolau	10º 1A
4702	Beatriz da Cruz G. Rodrigues Gaspar	10º 1A
4706	Catarina Castro Gaspar Cortesão Correia	10º 1A
4696	Ana Rita Landeiro Filipe de Sousa	10º 1B
4771	Diogo Manuel Duarte Ferrão	10º 1B
5613	João Miguel Martins Barros Luís	10º 1B
4100	Cláudia Teixeira Belo Marques	10º 2
3580	Rita Ribeiro Luís Marques	10º 4

Número	Nome	Turma
<b>11º ANO</b>		
3376	Mariana S. Espada Venâncio Carrasco	11º 1A
3393	Mafalda Viegas Dias Gomes	11º 1A
3875	Marta F. Velosa Silva Zambujal de Oliveira	11º 1A
3359	Duarte José Rodrigues Mendes da Silva	11º 1B
3922	Miguel Micaelo Bengala	11º 1B
5459	Tomás Calado Franco	11º 1B
5483	Aisha Ismail Ahmad	11º 1B
3378	Maria Inês Veloso Gago da Graça	11º 2
4586	Ana Clara do Carmo St. Aubyn	11º 2
4606	Maria João Pessoa de Araújo S. Sancho	11º 2
4629	Marta Almeida Martins	11º 2
5045	Maria Carolina Osório Gonçalves	11º 2
<b>12º ANO</b>		
3195	Maria Inês Bispo David	12º 1A
3220	Inês Garcia Nunes Coelho	12º 1A
3221	Mariana Leal Palma Fernandes D' Aguiar	12º 1A
3544	Mariana Horta Marques Rocha Vieira	12º 1A
4372	Miguel Soares Marques	12º 1A
5035	Ana Alexandra Carvalho Reis	12º 1A
3206	Mariana Monteiro Alves Vieira Neves	12º 1B
4364	Catarina Allen D'Ávila Silveira	12º 1B
3522	Bárbara Veríssimo Choon	12º 2

## Cerimónia do Quadro de Excelência 2015

No passado dia 8 de outubro realizou-se a cerimónia de entrega de medalhas do Quadro de Excelência. Nesta cerimónia foram distinguidos os alunos que, no passado ano letivo, se destacaram não só pelo excelente desempenho na dimensão académica mas também pelas boas qualidades evidenciadas na dimensão humana, as quais foram reconhecidas pelos seus pares, pelos Conselhos de Turma e pela Direção.

Nesta cerimónia foram entregues os seguintes prémios:

### Melhor aluno do 2º ciclo

**Inês Maria dos Santos Rodrigues da Silva, 6º C**

**Maria Joana Facha Loureiro de Brito, 6º D**

Concluíram o 6º ano com nível 5 em todas as disciplinas tendo obtido também nível 5 nos exames nacionais de Português e Matemática.

### Melhor aluno do 3º ciclo

**Miguel Pinto Correia Cardoso e Cunha, 9º A**

**Guilherme M. Borges Fernandes Barroca, 9º A**

**Carolina Viegas Dias Gomes, 9º C**

Concluíram o 9º ano com nível 5 em todas as disciplinas tendo obtido também nível 5 nos exames nacionais de Português e Matemática.

### Prémio sensibilidade social

**Maria Inês Ferrão Camilo, 10º 1A**

### Prémio sensibilidade ambiental

**Mafalda Viegas Dias Gomes, 11º 1A**

### Prémio empreendedorismo

**António Francisco Romano Colaço, 12º 1A**

**Adriana Gouveia Coutinho Sá Couto, 12º 1A**

**Mariana Leal Palma Fernandes D' Aguiar, 12º 1A**

**Gustavo Augusto Toscano Moraes, 12º 1A**

### Melhor aluno do ensino secundário

**Laura Cardoso Seara Gonçalves Cabeça, 12º 2**

### Prémio matemática – ensino secundário

**Manuel de Gamboa P. Escudeiro Dias, 12º 1A**

**Ana Alexandra Carvalho Reis, 12º, 1A**

### Prémio português – ensino secundário

**Laura Cardoso Seara Gonçalves Cabeça, 12º 2**

**educar para  
a qualidade  
e excelência**



Uma organização da Associação dos Antigos Alunos do Valsassina em parceria com a Direcção do Colégio Valsassina



Em Outubro de 2014 a Homenagem ao antigo Director Frederico Valsassina Heitor encheu a rampa com antigos e actuais alunos, amigos, professores e funcionários na inauguração de um monumento junto à entrada do Liceu.

## Prémio Frederico Valsassina

Associação dos antigos alunos do Valsassina

O Dr. Frederico Valsassina estará sempre presente nas nossas melhores memórias, pelo menos nas gerações que tiveram o privilégio de o conhecer, de o ter como professor, director, amigo, conselheiro, "pai"....sim, era tudo isto. Com muito carinho e saudade, é sempre comentado, há sempre uma história para contar, as suas alcunhas, os seus ensinamentos e valores ficaram marcados em cada um de nós.

Para o futuro, às gerações mais novas que agora começam e as que hão de vir, cabe também a nós, antigos alunos, transmitir essa imagem e perpetuar a figura: o Prémio **Frederico Valsassina Heitor** será o meio para atingir esse fim. É também uma forma de estreitar a relação entre os antigos e os actuais alunos, mostrar a importância da tradição e da História do Valsassina, de que todos continuamos a fazer parte.

No dia 8 de Outubro de 2015, no decorrer da cerimónia de entrega de medalhas do Quadro de Excelência e Mérito do Colégio, foi apresentado e entregue o primeiro Prémio Frederico Valsassina Heitor, ao aluno **Miguel Cardoso e Cunha**. Muitos Parabéns Miguel!

Criámos uma secção especial no nosso site de modo a relembrar a Homenagem e apresentar o Prémio: o conceito, o regulamento e os premiados - saiba tudo em [www.aaavalsassina.com](http://www.aaavalsassina.com).

### Direção de Antigos Alunos do Valsassina

#### O que é o Prémio Frederico Valsassina Heitor?

É um prémio de mérito criado pelos Antigos Alunos do Valsassina em honra do seu antigo director e amigo Frederico Valsassina Heitor. Distingue anualmente um aluno finalista do 9º ano do Colégio que alie uma brilhante prestação académica a notáveis qualidades humanas desenvolvidas ao longo dos anos.

#### Quem organiza?

O prémio é organizado pela Associação dos Antigos Alunos do Valsassina em parceria com a Direcção do Colégio Valsassina.

#### Porque foi criado?

Em Outubro de 2014, no âmbito da Homenagem dos Antigos Alunos do Colégio Valsassina ao Director Frederico Valsassina Heitor - a exemplo das Homenagens prestadas anteriormente a todos os outros antigos Directores -, foi decidida a construção de um monumento em sua honra junto à entrada do pavilhão liceal do Colégio Valsassina. Como a angariação de fundos junto de Antigos Alunos, Professores do Colégio, Amigos e Familiares, excedeu o valor do monumento, foi decidido criar este prémio. Pretende-se deste modo prolongar a homenagem a Frederico Valsassina Heitor por muitos anos.



FREDERICO VALSASSINA  
PRÊMIO'2015



Média final do 9º ano: 5 (nível 5 a todas as disciplinas)  
Média de Português: 5  
Média de Matemática: 5  
Notas dos exames nacionais:  
Português – 100%  
Matemática – 97%

### Qual é o seu objectivo?

Premiar e promover junto dos actuais alunos o mérito académico e as qualidades humanas naquilo que é o espírito Valsassina.

### A quem se destina?

É premiado um aluno do 9º Ano de Escolaridade do Colégio à entrada para o Ensino Secundário e deverá fazer parte do Quadro de Excelência, estar matriculado no 10º Ano no Colégio Valsassina e ser aluno há pelo menos cinco anos lectivos no momento da atribuição do Prémio.

### O que recebe o premiado?

O premiado recebe um Diploma e um prémio de 500€ (quinhentos euros) destinados à realização de uma viagem/visita de estudo a um destino relacionado com a sua área vocacional (científica, tecnológica, artística, etc...). Desta forma pretende-se assinalar o Mérito Académico e Qualidades Humanas do premiado, marcando o seu percurso com uma experiência inédita

## Miguel Cunha: Prémio Frederico Valsassina 2015

Nome: **Miguel Pinto Correia Cardoso e Cunha**

N.º de Aluno: **3788**

Valsassina: **Desde 2003**

Sou o Miguel Cardoso e Cunha e entrei para o Valsassina no ano de 2003, do qual datam as minhas primeiras recordações e memórias de vida. Filho e sobrinho de antigos membros desta instituição escolar e, na altura, primo e amigo de atuais alunos, a escolha de me inscreverem a mim e à minha irmã gémea no Colégio foi natural.

Ao longo destes 12 anos de Valsassina, fui criando amizades e construindo a personalidade e a pessoa de que me orgulho ser. Sempre considerei o Colégio como a minha segunda casa, onde estão e passam indivíduos com as mesmas perspectivas, expectativas e objetivos de vida que eu, o meu local e “dos meus”.

A faceta desportiva faz também parte do meu trajeto neste Colégio. Após uma breve passagem pelo ténis na pré-primária e no 1º ano, fui um orgulhoso membro da equipa de futebol e futsal do Colégio do 4º ao 9º ano, tendo, inclusivamente, conquistado um espetacular bicampeonato distrital.

**O Valsassina, tal como a minha família, incutiu-me o espírito de trabalho, dedicação e esforço.** Assim, tenho trabalhado arduamente ao longo do meu percurso académico para alcançar o êxito e a excelência, tendo sido premiado em todos os anos do 2º e 3º ciclos com a distinção do Quadro de Excelência. No presente ano, fui também galardoado com o prémio de Melhor Aluno do Terceiro Ciclo e com o Prémio Frederico Valsassina Heitor, sentindo-me profundamente honrado por ser o primeiro aluno a quem este prémio é atribuído.

## educar para a qualidade e excelência

**"Compreendi a importância de arriscar e sair da nossa zona de conforto e de agarrar novas oportunidades."**



## O Prémio de sensibilidade ambiental

É fundamental distinguir todos aqueles que apesar da elevada exigência do colégio, ainda conseguem despender parte do seu reduzido tempo para ingressar em projetos de cariz social, ambiental, entre outros. Daí advém a relevância da atribuição de distinções que premeiem o espírito de iniciativa e dedicação destes alunos. No meu caso, o prémio Sensibilidade Ambiental foi o reconhecimento de um percurso árduo, mas extremamente gratificante e enriquecedor.

Tudo começou no início do 10º ano quando apresentei a minha candidatura à missão Alentejo 2014, uma iniciativa de jornalismo ambiental promovida pelo programa internacional Jovens Repórteres para o Ambiente. Tratava-se de um programa completo de sete dias na vila portuguesa de Barrancos, com o alojamento no Parque Natureza de Noudar, um pequeno santuário para a conservação da biodiversidade. Durante estes sete dias, integrei um grupo constituído por estudantes estrangeiros da Bélgica, Malta e Chipre, sendo a única portuguesa presente. Assim, numa única semana, passei de estudante do 10º ano para intérprete, tradutora, fotógrafa, entrevistadora e jornalista.

No ano letivo seguinte, integrei a comitiva portuguesa no Workshop Internacional YRE Litter Less, que decorreu em Chipre de 25 a 29 de Setembro de 2014; participei na missão nacional JRA Conservação ex-situ no Jardim Zoológico de Lisboa e ainda estive presente na IX Mostra Nacional de Ciência com um projeto desenvolvido ao longo do ano letivo.

Não irei negar que por vezes foi difícil conciliar a vertente académica com os diversos projetos em que estive envolvida. Apesar de terem sido dois anos bastante exigentes, não constituíram um impedimento para a minha participação em projetos extraescola.

Através destas iniciativas, partilhei a minha paixão e entusiasmo pela temática ambiental com pessoas oriundas de outras partes do país, Europa e Mundo. Conheci novas realidades, novas culturas e novos locais. Compreendi a importância de arriscar e sair da nossa zona de conforto e de agarrar novas oportunidades.

Talvez esta sede de conhecimento seja algo inerente à minha personalidade, mas penso que também derivou da educação proporcionada pelos meus pais e da influência de alguns professores. Assim, não queria deixar de expressar o meu agradecimento ao professor João Gomes, que me contagiou com o seu entusiasmo no ensino da Biologia, algo que levarei comigo ao longo da minha vida.

**Mafalda Gomes**12º1A

**"Fomos, desde cedo, crescendo neste "espaço-quinta", estimulando o pensamento com as atividades desenvolvidas pelas educadoras da Infantil e Pré-primária e, fundamentalmente, criando amizades que ainda hoje perduram."**



## A minha segunda casa

Chamo-me Miguel Cardoso e Cunha e entrei para o Valsassina no ano de 2003, do qual datam as minhas primeiras recordações e memórias de vida. Filho, sobrinho e primo de antigos alunos, a escolha de me inscreverem a mim e à minha irmã gémea no Colégio foi natural.

Fomos, desde cedo, crescendo neste "espaço-quinta", estimulando o pensamento com as atividades desenvolvidas pelas educadoras da Infantil e Pré-primária e, fundamentalmente, criando amizades que ainda hoje perduram.

Já no 2º ciclo estudava mais regularmente, do que na Primária, para obter os excelentes resultados com que tanto sonhava. Por ser um aluno empenhado, cumpridor e com um método de trabalho bem definido, consegui superar os obstáculos e obter boas classificações em todos os elementos de avaliação.

A transição para o 3º ciclo marcou fortemente o meu percurso escolar. Percebi que tinha de reforçar o meu empenhamento, autonomia, e estudo se quisesse alcançar um patamar de excelência (do qual fiz parte desde o 5º ao 9º ano), pois a mudança de ciclo implicava um acréscimo da dificuldade e complexidade dos conteúdos lecionados. **Assim, estudar tornou-se rotina: todos os dias revia a matéria das diversas disciplinas**, nunca esquecendo os trabalhos de casa que me ajudavam a complementar os conhecimentos. Não o fazia por obrigação, mas sim porque sempre me interessei em saber mais. E é gratificante conseguir superar sucessivamente os meus limites desta forma tão positiva.

Sei que o nosso esforço será compensado, se estudarmos e trabalharmos afincada, honesta e humildemente, com o objetivo de melhorar todos os dias. O Valsassina, tal como a minha família, incutiu-me o espírito empreendedor e de dedicação, valores que acarretarei para sempre.

Gosto de desporto e acho essencial conciliá-lo com os estudos. Além de ser saudável, permite-nos crescer como indivíduos, respeitando os outros ao mesmo tempo que se consolidam amizades. Aos cinco anos, joguei ténis e, do 4º ao 9º ano, fui um orgulhoso membro da equipa de futebol e futsal do Colégio.

Ao longo destes 12 anos de Valsassina, lado a lado com a minha irmã, fui construindo a personalidade e a pessoa de que me orgulho ser. Considero o Colégio a minha segunda casa, onde estão e passam pessoas com as mesmas perspetivas, expectativas e objetivos de vida que eu, o meu local e "dos meus".

Por tudo isto e para finalizar, não posso deixar de referir que o Prémio Frederico Valsassina Heitor, do qual me orgulho ser o primeiro contemplado, tem um significado muito especial para mim, pois tive o privilégio de conviver com o Dr. Frederico, símbolo do verdadeiro "Espírito Valsassina", com quem eu dialogava sobre a escola e o nosso grande Sporting.

**Miguel Carsoso e Cunha 10º 1B**

## educar para a qualidade e excelência

**"E, peço-vos que não abandonem a resiliência, a dedicação, o esforço e a capacidade de trabalho que o colégio vos fez ter. Levem esses ensinamentos pela vida fora e vivam intensamente. Que esta seja uma das melhores alturas do vosso percurso."**

## Discurso para a Cerimónia de Entrega do Prémio "Melhor Aluno do Ensino Secundário"

Boa tarde a todos.

Muitos parabéns pelos vossos prémios, e obrigada ao Colégio pelo meu.

Acabei agora de chegar de Londres, onde estou a estudar. Estar aqui torna-se, por isso, muito mais emotivo. Obrigada aos meus pais por me terem feito esta surpresa. Obrigada por se terem apercebido da importância deste prémio e deste momento para mim.

O meu período Valsassina foi uma longa, extenuante e extremamente compensadora caminhada, um conjunto de inúmeras passagens. Para mim, ao contrário da maioria dos presentes, só começou no sétimo ano.

Ter cá estado para mim: Passou de um 48% no meu primeiro teste de matemática para um 19 no exame do décimo segundo ano. Passou de não saber que "breakfast" queria dizer "pequeno-almoço", para agora estar a estudar e a fazer a minha vida toda em inglês. Passou de não saber distinguir o Sr. António do Sr. Luís, para agora vos poder dizer a que horas os podem encontrar nos respetivos corredores. Passou de o Dr. João não saber o meu nome, para agora me tratar, invariavelmente, por Laurinha. As meninas do bar, que não me distinguiam dos restantes, passaram a saber o meu número e o meu pedido habitual. Sabem que tomo o meu café cheio e que prefiro o pão de malte ao de sementes. Chegaram até, depois de me terem apanhado numa crise de choro incontável, a pôr o colégio todo a tentar descobrir o que se passava.

A experiência no Colégio fez-me passar duma fase em que não estava consciente da pobreza e das dificuldades que me rodeavam, para me envolver em projectos e campanhas de solidariedade que, inclusivamente, me fizeram ganhar o prémio de "Sensibilidade Social" há uns anos atrás.

Passei de me tentar esquivar a todas as aulas de educação física com o Prof. Cruchinho, para finalmente perceber a importância e as mais-valias do exercício. Cheguei a inscrever-me e a frequentar um ginásio! Passei de não saber o que era uma associação de estudantes, para ter sido parte integrante de uma. Uma campanha eleitoral era uma incógnita... e ainda que a uma pequena escala, hoje já fiz parte da organização de duas. Passei de não conhecer os professores, nem muito menos eles a mim, para agora os considerar pessoas com quem posso contar, qualquer que seja a situação, porque sei que dificilmente me esquecerão.

Passei de não ter amigos importantes cá, para agora só os ter de cá. Amigos que sei que fiz para a vida, mas, novamente, isso só o tempo confirmará. Passei de não me sentir parte da família do colégio, para este ano ter sido "Miss Valsassina". Passei de achar que nunca me integraria aqui, para sentir que não me poderia ter integrado melhor noutro sítio qualquer. Passei dos três e dos quatro que teimavam em não subir, para estar hoje a falar convosco com este prémio na mão. Obrigada a todos os educadores da minha vida.

A mensagem que gostava que retivessem é a seguinte: Por mais difícil que as coisas pareçam, por mais exigentes que sejam, menos intuitivas e mais complicadas, no final bate sempre tudo certo. E, peço-vos que não abandonem a resiliência, a dedicação, o esforço e a capacidade de trabalho que o colégio vos fez ter. Levem esses ensinamentos pela vida fora e vivam intensamente. Que esta seja uma das melhores alturas do vosso percurso.

É um prazer estar aqui. É um prazer ter-vos conhecido.

**É um prazer ser Valsassina.**

**Laura Cabeça.**

## colégio em ação



**“A Música é o tipo de arte mais perfeita: nunca revela o seu último segredo”**

Oscar Wilde

## Valsamat 2015

Realizou-se de 9 a 13 de novembro, a ValsaMat 2015 – Semana da Matemática do Colégio Valsassina.

Tal como nos anos anteriores, a ValsaMat foi o pretexto para levar aos alunos uma visão mais lúdica e divertida da Matemática, diferente da matemática “de papel e lápis” a que estão habituados.

O programa deste ano contou com as seguintes iniciativas:

- Conferência sobre "Tecnologia no Ensino da Matemática" pelo **Professor Doutor António Domingos** da Faculdade de Ciências e Tecnologia da Faculdade Nova de Lisboa. 8º ano.

- Olimpíadas da Matemática. 5º ao 12º ano.
- Simultânea de Xadrez com o mestre Luís Reynolds. 5º ao 12º ano.
- Participação no concurso “Literacia 3D”. 7º ano.

## Semana da Ciência e da Tecnologia 2015

A Semana Nacional da Ciência e da Tecnologia no Colégio Valsassina decorreu de 23 a 27 de novembro de 2015. Mais uma vez o Colégio Valsassina assinalou esta semana dinamizando várias atividades para toda a comunidade escolar de modo a despertar a curiosidade para o mundo que nos rodeia; motivar os alunos para a Ciência; e contribuir para um aumento da sua literacia científica.

Da programação deste ano destacamos:

- Laboratórios abertos com atividades (na área da Biologia, Física e Química) dinamizadas pelos alunos do ensino secundário (10º, 11º e 12º) para os colegas do 1º e 2º ciclo;
- Exposição de trabalhos sobre o sistema solar (elaborados por alunos do 7º ano, na disciplina de Física e Química);
- Participação no concurso “Literacia 3D – Ciências Naturais” (7º ano);
- Visita ao Microscópio eletrónico da FCUL (11º ano);
- Construção de células 3D (Ciências Naturais, 8º ano);
- Sessão com o **Biólogo e investigador Miguel Pais** (7º ano).

## Celebrando a Música

**Vanessa Freitas. Professora de Música**

Quando Ludwig van Beethoven compôs a 9ª Sinfonia, que inclui o Hino à Alegria (Ode à Alegria) pretendia que a Música chegasse, não apenas, aos ouvidos mais privilegiados assim como àqueles ouvidos onde a Música funcionava como veículo promotor.

Hino à Alegria tornou-se um hino à liberdade, à exaltação dos direitos humanos, meio de expressão de sentimentos relacionados com a paz e a solidariedade. A Música como Arte permite libertar as palavras através de melodias que ecoam a ciência que ela esconde.

Existe um dia marcante nos festejos desta arte, o Dia Mundial da Música. Este dia comemora-se a 1 de outubro com a finalidade de promover a arte musical nas suas variadas vertentes. Neste dia, o “mundo” leva a cabo diversas iniciativas que visam divulgar, fomentar e homenagear esta arte tão nobre, a Música.

O Colégio Valsassina prestou homenagem à Música através de apresentações de instrumentos, flashmobs, concertos abertos, óperas infantis e histórias musicais participadas. Durante dois dias (1 e 2 de outubro), os alunos tiveram a oportunidade de participar, assistir, ouvir e experimentar a Música.

## aconteceu...



### Renovação do Galardão Bandeira Verde

O trabalho desenvolvido em 2014/2015 no âmbito do projeto ecoValsassina foi distinguido, pelo 12º ano consecutivo, com o Galardão Bandeira Verde. Este, certifica a qualidade e coerência do trabalho desenvolvido no colégio Valsassina, ao longo do ano letivo anterior.

O projeto ecoValsassina está orientado para a implementação da Agenda 21Local, visando a aplicação de conceitos e ideias de educação e gestão ambiental à vida quotidiana da escola.

### Inauguração da horta do jardim de infância

No passado dia 18 de setembro, foi inaugurada a (nova) Horta do Valsassina.

Os alunos começaram por descobrir os espaços - estufa, canteiros, pomar - e conhecer o nosso hortelão chefe - o Sr. Miguel! Com ele, aprenderam a plantar alface, alho francês e couve.

Com as mãos na terra, são desafiados a experimentar e descobrir como nascem e crescem tantos legumes até chegarem ao nosso prato!

Como consta do modelo pedagógico do Jardim de Infância: “É importante que a criança possa ter um contacto direto com atividades de natureza prática, contextualizadas, em que, incentivada pelo educador, possa fazer e pensar sobre o que faz, tenha a possibilidade de realizar explorações e manipulações que desenvolvam a sua natural curiosidade...”

### Comemoração do Dia Europeu das Línguas

No dia 28 de setembro de 2015, o departamento de línguas comemorou o Dia Europeu das Línguas e ofereceu múltiplas possibilidades de contactarmos com a diversidade linguística em que nos inserimos. Durante toda a semana decorreram iniciativas que tornaram mais divertida a aprendizagem das línguas.

- Exposições (átrio do liceu)
  - Portugal - mapa de variedades linguísticas
  - Projeção do vídeo - Cala a tua língua com a minha!
- Atividades (átrio do liceu)
  - Mural das Línguas
  - Lançamento de balões ( exterior)
  - Dramatização da peça Não me venhas com estórias! - no auditório do colégio, às 14h.
  - Jogo das 4 Línguas- Tão parecidas e tão diferentes - Provérbios, Expressões idiomáticas...

Os alunos do primeiro ciclo tiveram a oportunidade de conhecer e trabalhar algumas rimas e lengalengas em Inglês, de acordo com o ano de escolaridade em que se encontram.

Os alunos do Jardim-de-Infância tiveram também a oportunidade de ouvir e trabalhar rimas e lengalengas, acompanhadas pela canção correspondente.

Os alunos das turmas de quinto e sexto ano construíram, em conjunto, um mural com palavras em diferentes línguas europeias.

As professoras de Inglês de segundo ciclo desafiaram os alunos e pediram-lhes que escrevessem palavras ou frases que transmitissem uma ideia ou mensagem positivas. Para além de escreverem essas mesmas palavras em Inglês, puderam ainda colocar palavras noutras línguas faladas na Europa. Cada aluno pôde dar o seu contributo pessoal o que enriqueceu ainda mais o nosso VALSAWALL.



### It's Halloween! Trick or Treat?

No passado dia 31 de Outubro, celebrou-se o Halloween. No âmbito desta comemoração os alunos do primeiro ciclo tiveram a oportunidade de ouvir histórias da coleção "Winnie the Witch". Os alunos do primeiro ano experimentaram a tradição: Trick or treat? com os colegas das outras turmas.

Os alunos do Jardim de Infância ouviram canções sobre o tema e fizeram tarefas de associação de cor e vocabulário.

### Dia de Muertos

El Altar de Muertos, también conocido como ofrenda del Día de Muertos, es un elemento fundamental en el conjunto de tradiciones mexicanas del día 2 de noviembre.

La tradición consiste en instalar altares domésticos en honor de los muertos que echamos de menos, poniendo alimentos, velas, flores y objetos del uso cotidiano del fallecido en un altar. Así se celebrará la memoria y la vida de la persona fallecida.

Nuestro altar es un altar con dos niveles, estos constituyen una representación de la división del cielo y de la tierra. Lo hicimos en honor a Don Quijote, el caballero de la triste figura.



### Fórum de Orientação Profissional

No âmbito do Programa de Orientação Vocacional, o Gabinete Psicopedagógico do Colégio Valsassina, dinamizou o Fórum de Orientação Profissional para todos os alunos do 9.º ano. Esta atividade, que se realizou entre 4 e 13 de novembro, teve como principal objetivo permitir o contacto com ex-alunos do Colégio Valsassina (estudantes do ensino superior), de diversas áreas, no sentido de partilharem o seu processo de tomada decisão ao longo da carreira e o que fazem no seu dia-a-dia, enquanto profissionais.

O Fórum de Orientação Profissional encontrou-se dividido em quatro painéis (Ciências Sócio-Económicas; Ciências e Tecnologias – "Engenharias"; Ciências e Tecnologias – "Saúde"; e Artes Visuais).



### Sessão Academia Empreender Jovem

Atualmente, o empreendedorismo é entendido como um motor de desenvolvimento económico de um país e, por isso, é considerado uma das 8 competências chave que deve ser adquirida nas escolas, tal como o Português, a Matemática ou outra qualquer disciplina de base dos programas curriculares. Perante este contexto o Colégio Valsassina e a AIP assinaram um protocolo de trabalho que tem permitido aos nossos alunos do 12.º ano desenvolver um projeto no âmbito da "Academia Empreender Jovem". Este projeto de empreendedorismo consiste na realização de 10 sessões/espacos de partilha (com cerca de 90 min. de duração) e de "germinação" de ideias, onde cada aluno é ator e contribuinte. A primeira sessão realizou-se no passado dia 11 de novembro e contou com a presença do **Dr. Frederico Carvalho Pinto**, que apresentou aos alunos as principais linhas orientadoras do projeto e os desafios que terão de resolver ao longo do ano. A sessão final de apresentação de projetos está agendada para o dia 31 de maio.

### Book Fair

Realizou-se, nos dias 25, 26 e 27 de novembro uma feira de livros em língua inglesa. Os alunos visitaram a Feira e foram realizadas várias atividades para motivar para a leitura.



### **Voluntariado na recolha nacional do Banco Alimentar Contra a Fome**

Dando continuidade à colaboração desenvolvida pelo Colégio na recolha nacional do Banco Alimentar Contra a Fome, algumas dezenas de voluntários do Valsassina participaram no dia 29 de novembro, nos trabalhos nos armazéns, na Avenida de Ceuta. Participaram alunos, pais e professores do Valsassina.

### **Apresentação de comunicação na FCSH-UNL**

No âmbito do projeto educativo da UNESCO Património para a Paz e a Reconciliação, foi publicado em língua portuguesa o Manual para Professores “Património para a Paz e a Reconciliação – Salvar o Património Cultural Subaquático da Primeira Guerra Mundial”.

Aquando do lançamento deste manual, a Comissão Nacional de UNESCO organizou um seminário, que se realizou no dia 17 de novembro na FCSH-UNL, que contou com a presença de vários especialistas na área. Pelo trabalho desenvolvido no projeto de evocação da I Grande Guerra o Colégio Valsassina foi convidado a apresentar uma comunicação. Em representação dos alunos envolvidos neste projeto, os alunos **Afonso Mota, Bernardo Alves, Carolina Gomes e Margarida Rodrigues** apresentaram os seus testemunhos e motivação para a elaboração dos textos. Participaram também na comunicação os professores João Gomes e Graça Luís.

### **Projeto Boomerang Sessão sobre Bullying**

Boomerang é o nome de um projeto do Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa que permite a estudantes do curso de Medicina voltarem à escola onde realizaram o ensino secundário, para dinamizar sessões de informação e esclarecimento sobre temas atuais e interesse para os alunos. Neste âmbito, os antigos alunos **Joana Duarte, Gonçalo Pereira e Pedro Leal**, promoveram, no dia 25 de novembro, três sessões sobre Bullying e pressão dos pares, destinada a alunos do 9º ano.

### **Mais um professor do Valsassina conclui o Doutoramento**

A professora **Maria João Craveiro Lopes** concluiu o seu Doutoramento na área da Educação para a Arte, mais especificamente sobre o tema “Pioneiras da Educação pela Arte: Enfoques Biográficos sobre Alice Gomes, Cecília Menano e Maria Manuela Valsassina”. Os nossos Parabéns pela conclusão de tão importante etapa.

### **Campanha de Natal**

À semelhança dos anos anteriores, e no sentido de dar continuidade à nossa de responsabilidade social e promovendo junto dos Jovens o sentido da Solidariedade o Colégio realizou mais uma Campanha de Natal de recolha de produtos alimentares, brinquedos e bens de primeira necessidade, a favor da comunidade local.

### **Festa de Natal**

A Festa de Natal 2015 do jardim-de-infância realizou-se no dia 17 de dezembro. Foi um final de dia muito animado em que a comunidade Valsassina se juntou para celebrar mais um Natal.

## **Aconteceu no desporto...**

### **Torneio de voleibol - infantis A**

No dia 21 de novembro, decorreu o 1º Torneio de Voleibol, no escalão Infantis A. Este torneio, realizou-se no ginásio do Colégio Valsassina e marcou, oficialmente, a abertura das competições das atividades desportivas no ano letivo 2015/2016.

## Vai acontecer... Janeiro

- Semana da Geografia
- Semana das Línguas
- Seminário Nacional Eco-Escolas
- Ações de intervenção no Parque Natural de Sintra-Cascais
- Concurso Nacional de Leitura
- Olimpíadas da Biologia
- Conferência do ciclo “Eu, a Ciência e a Sociedade”
- Sessão com um deputado no âmbito do Projeto Parlamento dos Jovens

## Fevereiro

- Ações de intervenção no Parque Natural de Sintra-Cascais

## Março

- Semana da Educação Física
- Ações de intervenção no Parque Natural de Sintra-Cascais
- Viagem de finalistas 9º e 12º ano

## Blogues do Valsassina

Acompanhe na blogosfera algumas das atividades do Colégio Valsassina

### Arte na Escola

“Arte na escola” é um espaço onde se pretende divulgar e dar a conhecer as atividades realizadas nas disciplinas de vertente artísticas no Colégio Valsassina, desde o 1º Ciclo até ao Ensino Secundário: <http://www.evtvalsassina.blogspot.pt/>

### Educação Ambiental e Educação para o Desenvolvimento Sustentável

Atividades do projeto ecoValsassina: <http://geracaoecovalsassina.blogspot.pt/>

### Ciência, ensino experimental, projetos de investigação dos alunos

<http://biovalsassina.blogspot.pt/>

### Combater as alterações climáticas numa Low Carbon School

<http://co2amais.blogspot.pt/>

### Cultura, literatura, escrita

<http://15menosumquarto.blogspot.pt/>

<http://os20versosdavalssa.blogspot.pt/>

### Evocação do centenário da I Grande Guerra

<http://omaiormuseudomundo.blogspot.pt/>

“A edição da Gazeta Valsassina envolve o uso de um recurso natural que vem das árvores, o consumo de energia para produzir o papel, imprimi-lo e transportá-lo, liberta gases com efeito de estufa responsáveis pelo aquecimento global. Assumindo-nos como uma Low Carbon School compensamos as emissões que não conseguimos evitar. A Gazeta Valsassina é carbonfree – livre de emissões de carbono.”





COLÉGIO  
VALSASSINA

