



FÉRIAS ESCOLARES

JULHO



segunda feira

terça feira

quarta feira

quinta feira

sexta feira

05

06

07

08

09

Manhã

Elaboração do painel:
"As férias chegaram à APDAF"

Tarde

Festa de verão

12

Manhã

Caminhada matinal

Tarde

Tarde do brinquedo

13

Manhã

Persas Piscinas Municipais
Crocas Hora do conto
Caramelos Riscos e Rabiscos (Avós)
Pongos Ginástica ao ar livre

Tarde

Persas Karaté; Jogo do semáforo
Crocas Karaté; Massa de cores
Caramelos Karaté; Jogo de estafetas
Pongos Karaté; Mindfulness Kids

14

Manhã

Persas Hora do conto
Crocas Piscinas Municipais
Caramelos Ginástica ao ar livre
Pongos Riscos e Rabiscos (Avós)

Tarde

Persas Massa de cores
Crocas Mindfulness Kids
Caramelos Jogo do semáforo
Pongos Jogo de estafetas

15

Manhã

Persas Ginástica ao ar livre
Crocas Riscos e Rabiscos (Avós)
Caramelos Piscinas Municipais
Pongos Hora do conto

Tarde

Persas Ioga; Mindfulness Kids
Crocas Ioga; Jogo de estafetas
Caramelos Ioga; Massa de cores
Pongos Ioga; Jogo do semáforo

16

Manhã

Persas Riscos e Rabiscos (Avós)
Crocas Ginástica ao ar livre
Caramelos Hora do conto
Pongos Piscinas Municipais

Tarde

Persas Jogo de estafetas
Crocas Jogo do semáforo
Caramelos Mindfulness Kids
Pongos Massa de cores

19

Manhã

Rodas e rodinhas

Tarde

Brincadeira livre

20

Manhã

Persas Piscinas Municipais
Crocas Hora do conto
Caramelos Prenda do Dia dos avós
Pongos Parque dos piratas
Parque Linear

Tarde

Persas Karaté; Prenda do Dia dos avós
Crocas Karaté; Jogos de água
Caramelos Karaté; A teia de aranha
Pongos Karaté; Pinturas com giz

21

Manhã

Persas Hora do conto
Crocas Piscinas Municipais
Caramelos Parque dos piratas
Parque Linear
Pongos Prenda do Dia dos avós

Tarde

Persas Pinturas com giz
Crocas Prenda do Dia dos avós
Caramelos Jogos de água
Pongos A teia de aranha

22

Manhã

Persas Prenda do Diados avós
Crocas Parque dos piratas
Parque Linear
Caramelos Piscinas Municipais
Pongos Hora do conto

Tarde

Persas A teia de aranha
Crocas Pinturas com giz
Caramelos Prenda do Dia dos avós
Pongos Jogos de água

23

Manhã

Persas Parque dos piratas
Parque Linear
Crocas Prenda do Dia dos avós
Caramelos Hora do conto
Pongos Piscinas Municipais

Tarde

Persas Jogos de água
Crocas A teia de aranha
Caramelos Pinturas com giz
Pongos Prenda do Dia dos avós

26

Manhã

Caminhada matinal

Tarde

Tarde do brinquedo

27

Manhã

Persas Piscinas Municipais
Crocas Hora do conto
Caramelos Pulseiras e colares de verão
Pongos Pinturas livres

Tarde

Persas Karaté; Penteados com estilo
Crocas Karaté; Jogos de rimas
Caramelos Karaté; Jogo: Sou detetive
Pongos Karaté; Mindfulness Kids

28

Manhã

Persas Hora do conto
Crocas Piscinas Municipais
Caramelos Pinturas livres
Pongos Pulseiras e colares de verão

Tarde

Persas Jogos de rimas
Crocas Mindfulness Kids
Caramelos Penteados com estilo
Pongos Jogo: Sou detetive

29

Manhã

Persas Pinturas livres
Crocas Pulseiras e colares de verão
Caramelos Piscinas Municipais
Pongos Hora do conto

Tarde

Persas Ioga; Mindfulness Kids
Crocas Ioga; Jogo: Sou detetive
Caramelos Ioga; Jogos de rimas
Pongos Ioga; Penteados com estilo

30

Manhã

Persas Pulseiras e colares de verão
Crocas Pinturas livres
Caramelos Hora do conto
Pongos Piscinas Municipais

Tarde

Persas Jogo: Sou detetive
Crocas Penteados com estilo
Caramelos Mindfulness Kids
Pongos Jogos de rimas





FÉRIAS ESCOLARES

JULHO



- As crianças deverão estar até às 10h na APDAF, exceto nos dias de piscinas, até às 9h30m.
- A atividade da manhã terá início às 10h15m e a da tarde às 16h15m.
- Caso a criança venha fora deste horário deverá contactar a valência.



- Pedimos que cada criança traga uma mochila com o lanche da manhã, chapéu, garrafa de água, protetor já aplicado no corpo. Ao longo do dia vamos reforçando a sua aplicação.



Piscinas Municipais: Trazer uma mochila prática com: a toalha, os chinelos, a garrafa de água, o lanche da manhã, o chapéu, a roupa interior. O fato de banho deverá vir vestido e o protetor já aplicado no corpo.



Rodas e Rodinhas: As crianças poderão trazer de casa as suas trotinetes e triciclos devidamente identificados. Não nos responsabilizamos por qualquer dano no equipamento.



Tarde do brinquedo: As crianças poderão trazer de casa um pequeno brinquedo devidamente identificado. Não nos responsabilizamos por qualquer dano no brinquedo.



Karaté: Será dinamizado pelo professor Pedro Raposo. Cada grupo tem um horário específico para a atividade que será posteriormente comunicado e afixado na sala.



Ioga: Será dinamizado pela professora Cristina Santos. Cada grupo tem um horário específico para a atividade que será posteriormente comunicado e afixado na sala.



Mindfulness Kids: Será dinamizado pela psicóloga Verónica Pereira. Cada grupo tem um horário específico para a atividade que será posteriormente comunicado e afixado na sala.



- Este plano é flexível e está sujeito a alterações de acordo com as condições climatéricas e com as orientações da DGS.



- Para mais informações ou em caso de necessidade pode contactar a valência através do número: 917 021 712.

