

NEWSLETTER



SERVIÇO DE PSICOLOGIA E ORIENTAÇÃO

MAIO DE 2025

O SPO é uma unidade especializada, dirigida a toda a comunidade educativa, orientada para avaliar e intervir em situações problemáticas relacionadas com o desenvolvimento pessoal, social, comportamental e a aprendizagem dos alunos. Articula, ainda, com projetos e estruturas da escola, no sentido da criação das melhores respostas educativas. É, ainda, outra função do SPO implementar ações no âmbito da orientação escolar e vocacional, envolvendo alunos e famílias na construção do projeto de vida profissional.

SOBRE NÓS

A Newsletter mensal pretende dar a conhecer as atividades e projetos que a Equipa vai dinamizando nas escolas e dotar a comunidade educativa sobre variadas temáticas relacionadas com a infância e a adolescência.

A EQUIPA

Ana Silva - anacatarinasilva@esfcastro.pt

Catarina Carvalho - catarinacarvalho@esfcastro.pt

Mariana Neves - mariananeves@esfcastro.pt

Sandra Resende - sandradesende@esfcastro.pt

Vânia Guiomar - vaniaguimar@esfcastro.pt

Telefone: 256666070

Facebook: SPO Ferreira de Castro



PROJETOS ESCOLARES

INTERVENÇÃO DISLEXIA

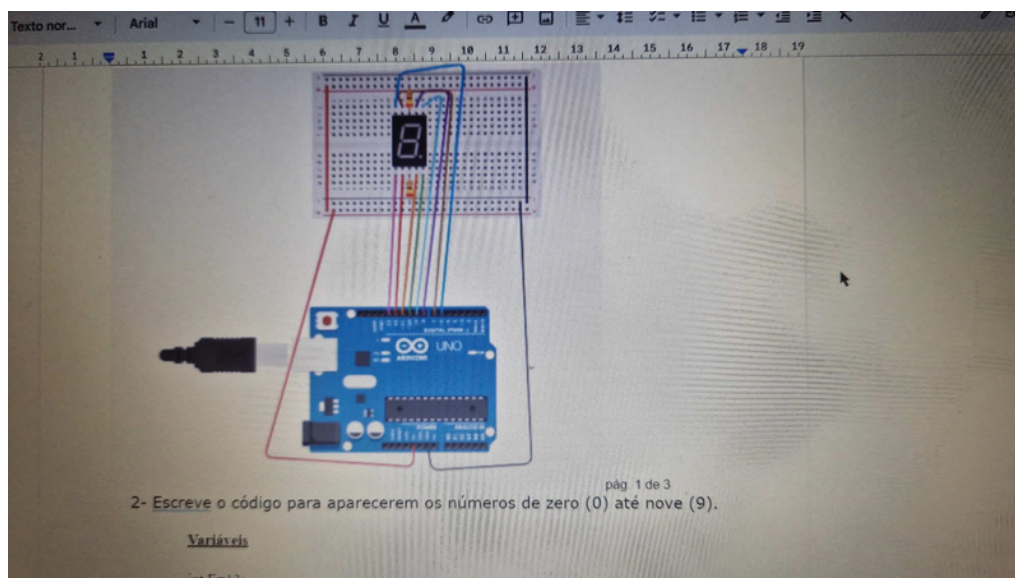
No mês de maio, a psicóloga Ana continuou a intervenção individual em dislexia com um aluno. A intervenção tem como objetivos: estimulação neuropsicológica das áreas em déficit (e.g. memória auditiva, percepção) e treino das competências psicopedagógicas: consciência fonológica, velocidade, acuidade e compreensão leitora, desenvolvimento do vocabulário, desenvolvimento de estratégias metacognitivas e treino da autorregulação da escrita.



PROJETOS ESCOLARES

AULA DE TIC- APOIO AO ALUNO

A psicóloga Ana tem estado, semanalmente na aula de TIC, a auxiliar um aluno com dislexia que, naturalmente, evidencia dificuldades em contexto de sala de aula, e condicionantes no aproveitamento escolar.



PROJETOS ESCOLARES

PROJETO "SER FELIZ PARA APRENDER +: INTELIGÊNCIA EMOCIONAL EM AÇÃO" – 1º CICLO

Com o objetivo de trabalhar a empatia, o não julgamento, a aceitação, a comunicação não violenta, o pensamento crítico e sensibilizar para a importância da diferença e diversidade, a Psicóloga Mariana Neves realizou algumas atividades com o 1º ciclo, nomeadamente "vejo o que tu vês" com recurso ao desenho e "Somos todos eu" com recurso ao livro "Tu és Tu!". Os alunos falaram das diferenças entre eles e de algumas dificuldades que sentiam em lidar com alguns colegas e em respeitar essas diferenças.

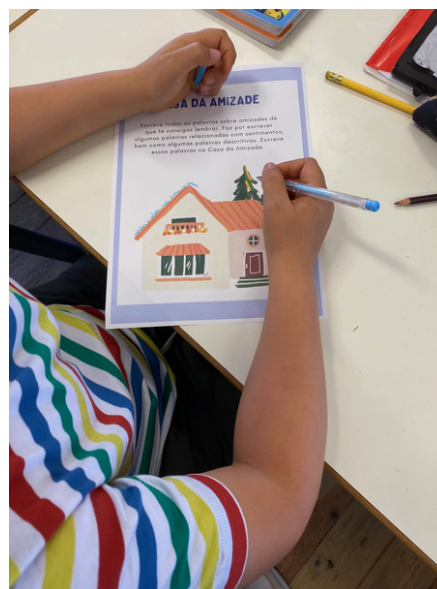


PROJETOS ESCOLARES

PROJETO "SER FELIZ PARA APRENDER +: INTELIGÊNCIA EMOCIONAL EM AÇÃO" - 1º CICLO

No âmbito do Projeto "Ser Feliz para Aprender Mais: Inteligência Emocional em Ação" do 1º ciclo, a Psicóloga Mariana Neves realizou atividades com o objetivo de trabalhar a amizade e as relações interpessoais. Foi realizada a "casa da amizade" e "um bom amigo é...".

Nesta atividade, os alunos tinham que pensar e escrever acerca do significado da amizade, o que é ser bom amigo e o que é ser mau amigo. Os alunos refletiram sobre a amizade, a importância da mesma na vida deles, apresentaram situações de conflito que vivenciam com os seus amigos e tentaram encontrar soluções para resolver essas situações.



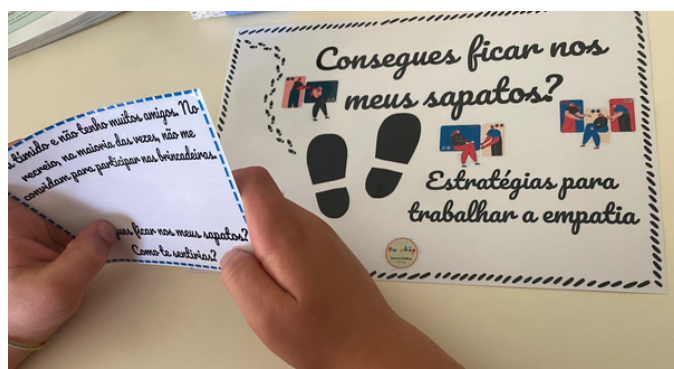
PROJETOS ESCOLARES

PROJETO "SER FELIZ PARA APRENDER +: INTELIGÊNCIA EMOCIONAL EM AÇÃO" - 1º CICLO

A Psicóloga Mariana Neves realizou atividades em pequeno grupo nas escolas do 1º ciclo com o objetivo de trabalhar a empatia, o respeito pelo outro, pela diferença e o trabalho em equipa.

Estas atividades foram realizadas com recurso a dois jogos. O primeiro jogo consistia num conjunto de dados com desenhos e o objetivo era que o grupo contasse uma história utilizando os desenhos que calhavam a cada um e que no final essa história fizesse sentido.

O outro jogo era o "consegues ficar nos meus sapatos" e consistia num conjunto de cartões em que perante determinada situação, cada um deles tinha que explicar como se sentiria e o que faria naquela situação.



PROJETOS ESCOLARES

MOSTRA DE OFERTA FORMATIVA PÓS-SECUNDÁRIA

No dia 03 de maio, o Serviço de Psicologia e a Direção do Agrupamento, com a colaboração da Associação de Pais, organizaram uma Mostra de oferta formativa pós-secundária. Esta dinâmica contou com a presença de várias Instituições de Ensino Superior públicas e privadas, Forças Armadas e policiais e Escolas Profissionais. Foi um evento muito interessante e esclarecedor, que possibilitou aos alunos do 9º ano e ensino secundário um contacto mais próximo com as Instituições.



PROJETOS ESCOLARES

AÇÃO DE INFORMAÇÃO SOBRE O ENSINO SECUNDÁRIO

No dia 03 de maio, o Serviço de Psicologia e a Direção do Agrupamento organizaram uma Ação para Alunos e Encarregados de Educação dos Alunos dos 9º anos de escolaridade, sobre a temática relativa aos cursos e áreas que os alunos podem frequentar após a conclusão do 9º ano de escolaridade.



PROJETOS ESCOLARES

ORIENTAÇÃO ESCOLAR E VOCACIONAL – 8º ANOS DE ESCOLARIDADE

Neste mês de maio, o SPO iniciou a orientação escolar e vocacional com as turmas dos 8º anos de escolaridade, fazendo a preparação para a sua continuidade ao longo de todo o 9º ano.

Abordámos as diferentes possibilidades de escolha, cursos, características, áreas e disciplinas que os alunos terão como possibilidade de escolha após o 9º ano.



PROJETOS ESCOLARES

SESSÃO DE ESCLARECIMENTO DE DÚVIDAS SOBRE O ENSINO SECUNDÁRIO

No dia 20 de maio, o SPO e a Direção do Agrupamento organizaram uma reunião com alunos e encarregados de educação dos 9º anos de escolaridade, com o objetivo de esclarecer dúvidas, informar procedimentos, ajudar no preenchimento das matrículas e divulgar a oferta formativa do Agrupamento.

Foi uma sessão que contou com a presença de bastantes pais e em que procuramos chegar a todos, com a informação necessária à escolha e a este processo de decisão.



PROJETOS ESCOLARES

PROJETO ERASMUS

No dia 19 de maio, regressaram da mobilidade a Turim os 9 alunos que, durante 30 dias, lá realizaram a sua formação em contexto de trabalho.

Os seus relatos retratam uma experiência enriquecedora em convívio, aprendizagem, competências pessoais e técnicas e em cultura.

O SPO acompanhou de perto cada um destes 9 alunos, apoiando o seu desenvolvimento e integração no grupo e na mobilidade.

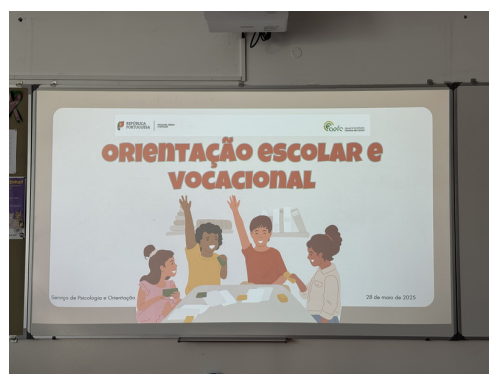


PROJETOS ESCOLARES

DIA DO PATRONO: O QUE DINAMIZOU O SPO?

No dia 28 de maio - dia em que se comemorou o Dia do Patrono - o SPO integrou a dinamização de duas atividades.

As Psicólogas estiveram presentes numa sala, em que procuraram responder a questões dos alunos finalistas do ensino básico e do ensino secundário, seguido de uma outra atividade na Sala Polivalente, com todas as turmas do 9o ano. Informamos, esclarecemos dúvidas e os alunos ouviram os testemunhos dos alunos finalistas do ensino secundário sobre a sua experiência em cada área.



PROJETOS ESCOLARES

DESENVOLVIMENTO PESSOAL E SOCIAL: APOIO AO ESTUDO DO 6º ANO

Durante o mês de maio, o SPO continuou a dinamizar, todas as quintas-feiras de tarde, durante 90 minutos, a sala de desenvolvimento pessoal e social para os alunos que frequentam o 6º ano de escolaridade.

Realizamos atividades que pretendem a capacitação dos alunos ao nível da comunicação, assertividade, adequação de comportamento, desenvolvimento de competências pessoais e sociais, resolução de problemas e ao nível do relacionamento interpessoal.



PROJETOS ESCOLARES

O DOUTOR DAS EMOÇÕES: À DESCOBERTA COM “O MONSTRO DAS CORES”

As crianças do pré-escolar participaram numa atividade inspirada no livro “O Monstro das Cores”, onde assumiram o papel de “Doutores das Emoções”.

Durante a sessão, foram exploradas diferentes emoções — como a alegria, a tristeza, a raiva e o medo — bem como estratégias para as acalmar, como a respiração profunda, o diálogo e o reconforto.

A atividade permitiu às crianças reconhecer e compreender melhor o que sentem, promovendo a empatia e o autocontrolo de forma lúdica e educativa.



PROJETOS ESCOLARES

ESTIMULAÇÃO COGNITIVA NO PRÉ-ESCOLAR: MEMÓRIA E LINGUAGEM EM AÇÃO

As crianças do pré-escolar participaram em sessões de estimulação cognitiva com o objetivo de promover competências fundamentais como a memória, a atenção e a linguagem. As atividades foram desenvolvidas com base num programa específico de estimulação precoce, focado em exercícios estruturados e adaptados à faixa etária, que envolvem jogos de sequência, nomeação, categorização e discriminação visual e auditiva.



COMUNICAÇÃO

COMUNICAÇÃO AOS ALUNOS DO ENSINO SECUNDÁRIO SOBRE O ENSINO SUPERIOR OU PÓS-SECUNDÁRIO

- 20 de maio - informação enviada sobre o **Dia Aberto ICBAS**, a realizar a 17 de julho;
- 29 de maio - informação enviada sobre a **Força Aérea - Curso de Sargentos** - candidaturas até 16 de junho.