

Projeto Curricular de Sala



Sala: 3/4 anos

Educadora de Infância: Carla Pinto

Auxiliar de Educação: Nádía Araújo



Projeto Curricular 2025/2026

“A principal meta da educação é criar pessoas capazes de fazer coisas novas e não simplesmente repetir o que outras gerações fizeram.”

Jean Piaget



Índice

Introdução

Caracterização do grupo de 3 anos

Caracterização do grupo de 4 anos

Caracterização do grupo

Dinâmica do Grupo – Crianças de 3 e 4 anos

Rotina diária da sala 3/4 anos

Organização do tempo e das atividades

Objetivos do projeto

Objetivos específicos

Atividades complementares

Avaliação

Conclusão



Introdução

No Jardim de Infância, o conhecimento constrói-se a partir da curiosidade, da ação e da relação com o mundo que rodeia a criança. Na faixa etária dos 3/4 anos, esta construção faz-se essencialmente através da descoberta do “eu”, do outro e do ambiente envolvente.

O projeto “Exploradores do Meu Mundo” surge como resposta ao natural desejo das crianças em compreender quem são, de onde vêm, com quem vivem e como se relacionam com os espaços, objetos, afetos e acontecimentos à sua volta. Partindo do que lhes é mais familiar — o corpo, a família, as emoções, os gostos pessoais — este projeto vai progressivamente alargando horizontes, permitindo que a criança explore o jardim de infância, os amigos, o bairro, a natureza e as tradições da comunidade onde está inserida.

Ao longo do ano, as crianças serão convidadas a observar, a perguntar, a experimentar, a criar e a partilhar, numa abordagem de aprendizagem ativa, onde se valoriza o brincar, o fazer de conta, o movimento, a expressão artística e a participação em grupo.

Ao privilegiar a exploração do mundo próximo da criança, este projeto possibilita uma abordagem holística e integrada das áreas de conteúdo, promovendo aprendizagens significativas e contextualizadas. Através da observação, da escuta atenta e do diálogo constante, a educadora terá um papel de facilitadora, criando ambientes ricos em estímulos, desafiadores e afetivos. Assim, o projeto “Exploradores do Meu Mundo” será não apenas um fio condutor das atividades ao longo do ano, mas também uma ponte entre o universo interior da criança e o mundo que a rodeia — sempre com lugar para a imaginação, o encantamento e a descoberta partilhada.

Caracterização do grupo de 3 anos

O grupo de crianças de 3 anos encontra-se numa fase de grandes transformações e conquistas, sendo esta, para muitas, a sua primeira experiência num contexto educativo fora do ambiente familiar. Neste momento do seu percurso, a adaptação ao Jardim de Infância envolve o reconhecimento de um novo espaço, a construção de vínculos afetivos com os adultos de referência e o início das relações com os pares.



As crianças de 3 anos vivem centradas em si próprias, estão ainda a consolidar o conceito de “eu” e a iniciar o processo de perceber o outro como alguém distinto, com vontades e necessidades próprias. Este processo traduz-se, muitas vezes, em dificuldades na partilha de brinquedos, em conflitos pontuais e em resistência às regras do grupo, o que é natural e esperado nesta fase do desenvolvimento.

A comunicação verbal está em franca evolução. Algumas crianças já usam frases simples para expressar desejos e sentimentos, enquanto outras ainda recorrem a gestos, palavras isoladas ou vocalizações. A linguagem é fortemente influenciada pelas interações com os adultos e pelos contextos de brincadeira, sendo essencial promover um ambiente rico em comunicação, com escuta ativa, diálogo e estímulo à expressão.

Do ponto de vista motor, as crianças de 3 anos apresentam uma necessidade constante de movimento e exploração. Estão a ganhar maior coordenação e controlo do corpo, mas ainda precisam de tempo e espaço para correr, saltar, transportar, empilhar, encher e despejar — ações que são, para elas, formas fundamentais de conhecer o mundo.

Nesta idade, a autonomia começa a emergir em pequenos gestos do dia a dia: tirar e pôr o casaco, lavar as mãos, tentar comer sozinhas ou arrumar os brinquedos. No entanto, ainda necessitam de apoio e encorajamento constante dos adultos, num ambiente seguro, previsível e emocionalmente acolhedor.

Assim, o trabalho com crianças de 3 anos exige uma abordagem flexível, respeitadora do ritmo individual e centrada no brincar, como principal forma de aprendizagem e expressão. Cabe ao adulto observar, acolher e proporcionar experiências ricas e significativas, que promovam o bem-estar, a segurança emocional e o desenvolvimento global da criança.

Caracterização do grupo de 4 anos

As crianças de 4 anos encontram-se numa fase de maior estabilidade emocional e de crescente autonomia, fruto das experiências vividas no contexto educativo e da maturação natural do seu desenvolvimento. Nesta idade, demonstram uma maior capacidade de adaptação às rotinas do Jardim de Infância, reconhecendo e antecipando momentos do dia, respeitando regras simples e participando com mais segurança nas atividades propostas.



Aos 4 anos, o egocentrismo começa gradualmente a dar lugar a uma maior consciência do outro. As crianças procuram ativamente a interação com os pares, manifestando interesse em brincar em grupo, partilhar ideias e colaborar em pequenas tarefas. As relações de amizade ganham importância, sendo comuns as brincadeiras de faz de conta, com papéis definidos, que revelam criatividade, imaginação e compreensão do mundo que as rodeia.

O desenvolvimento da linguagem torna-se mais evidente, com frases mais completas, vocabulário mais rico e maior vontade de comunicar. As crianças começam a verbalizar melhor os seus sentimentos, a fazer perguntas sobre o funcionamento das coisas e a expressar ideias e opiniões, o que permite um trabalho mais intencional ao nível da linguagem oral, da escuta e do diálogo.

No domínio motor, observa-se uma maior coordenação e controlo corporal. As crianças de 4 anos demonstram prazer em explorar desafios motores mais complexos — subir, descer, equilibrar-se, correr com direção, saltar com ambos os pés — e em manipular materiais diversos com mais precisão, o que se reflete nas atividades de expressão plástica, construção e motricidade fina.

Ao nível da autonomia, revelam maior iniciativa na realização de tarefas do quotidiano, como vestir-se, arrumar os seus pertences ou participar nas rotinas da sala. Mostram interesse em ajudar e em assumir pequenas responsabilidades, o que deve ser valorizado e incentivado como parte integrante do processo educativo.

Assim, o grupo dos 4 anos apresenta-se mais estruturado e disponível para atividades que envolvam escuta, concentração, cooperação e resolução de problemas. Cabe à educadora criar propostas que respeitem os ritmos individuais, mas que também desafiem e estimulem a curiosidade, o pensamento crítico e a construção de conhecimento, sempre através do brincar e da exploração ativa do mundo.

Caracterização do grupo

O projeto “as profissões” destina-se a uma sala de 3/5 anos, constituída por 21 crianças sendo que 11 são meninas e 10 são meninos. Do grupo, as 8 crianças com 3 anos, fazem a sesta da tarde após o almoço. As 13 crianças de 5 anos, neste período, permanecem na sala em atividade com a Educadora.



O grupo de crianças com idades entre os 3 e os 5 anos é composto por diferentes níveis de desenvolvimento, características típicas da faixa etária e um espírito bastante participativo. Este grupo apresenta uma energia natural, demonstrando dificuldade em permanecer em silêncio e em atividades que exijam longos períodos sentados, o que é esperado nestas crianças com esta faixa etária, devido á necessidade de movimento e exploração.

As crianças mais velhas do grupo têm mostrado grande interesse em auxiliar os colegas mais novos, o que favorece um ambiente de cooperação e aprendizado entre os pares. Essa interação entre diferentes idades contribui para o desenvolvimento social e emocional, além de promover vínculos afetivos importantes para o ambiente da sala.

Apesar da agitação natural, as crianças revelam entusiasmo e curiosidade em atividades coletivas, participando ativamente nas propostas pedagógicas. Esse dinamismo é uma característica positiva, que pode ser canalizada para o desenvolvimento de habilidades como a criatividade, a comunicação e o trabalho de equipa, desde que sejam oferecidas estratégias pedagógicas que respeitem as necessidades e interesses das crianças. Dessa forma, o grupo apresenta grande potencial de desenvolvimento quando inserido num ambiente que equilibre os momentos de movimento e atividades lúdicas com práticas que incentivem a escuta, a concentração e o respeito ao espaço coletivo. Por meio das estratégias pedagógicas que valorizem as suas características, como a curiosidade, é possível promover aprendizagens significativas, ao mesmo tempo em que se trabalha de forma gradual as noções de limites e cooperação.

Dinâmica do Grupo – Crianças de 3 e 4 anos

A convivência entre as crianças de 3 e 4 anos na mesma sala cria uma dinâmica rica e desafiante, que favorece aprendizagens mútuas e o desenvolvimento de competências sociais. As crianças de 4 anos, por serem mais experientes e autónomas, funcionam muitas vezes como modelos para os mais novos, influenciando positivamente o comportamento e as atitudes dos colegas de 3 anos.

Esta convivência permite que as crianças de 3 anos se sintam mais seguras e motivadas a explorar o ambiente, beneficiando do apoio e do exemplo dos maiores. Por outro lado, as crianças de 4 anos aprendem a exercer a empatia, a responsabilidade e a cooperação ao interagirem com os mais novos, desenvolvendo competências sociais importantes para o seu crescimento.



Para a educadora, este grupo heterogéneo exige uma atenção diferenciada, com propostas adaptadas aos diversos níveis de desenvolvimento, garantindo que todos os momentos são inclusivos, desafiantes e significativos. O trabalho em pequenos grupos, o planeamento de atividades ajustadas e a criação de espaços variados são estratégias fundamentais para potenciar esta convivência enriquecedora.

Organização do tempo e das atividades

A organização do tempo e das rotinas na sala é fundamental para criar um ambiente previsível, seguro e acolhedor para as crianças. Uma estrutura diária equilibrada, que integra momentos de atividade livre, propostas dirigidas, alimentação, descanso e higiene, favorece o bem-estar, a autonomia e a aprendizagem progressiva.

As rotinas ajudam as crianças a compreender o ritmo do dia, a desenvolver hábitos de higiene e socialização, e a interiorizar regras e limites. Para além disso, a diversidade das atividades planificadas permite trabalhar diferentes áreas do desenvolvimento — motora, cognitiva, emocional e social — garantindo um percurso educativo completo e harmonioso.

A educadora adapta a organização do tempo às necessidades do grupo, respeitando os ritmos individuais e promovendo a participação ativa das crianças, estimulando a curiosidade, a criatividade e a autonomia em todos os momentos do dia.

Seguidamente será exposta a grelha descritiva da rotina da sala dos 3/4 anos:

Manhã:

7h30-09h00 - Acolhimento

09h00 – 09h30 - Reforço

09h30 -11h15 - Atividades orientadas/ Atividades extracurriculares

11h15 -11h30 - Higiene

11h30 -12:15 – Almoço

12h15-14h30 – Higiene/ Repouso

Tarde:

14h30-15h00 - Higiene

15h30-16h00 - Lanche



16h00-17h30 – Higiene / Atividade orientada

17h30-19h30 – Atividades Livres / Entrega das crianças

Objetivos do projeto

O projeto “Exploradores do Meu Mundo” tem como principal objetivo promover a descoberta do “eu” e do “outro”, valorizando a construção da identidade pessoal e social das crianças. Pretendemos estimular a curiosidade e a exploração do meio envolvente, incentivando a observação, o questionamento e a experimentação ativa, fundamentais para um desenvolvimento integral. A linguagem oral e a comunicação serão desenvolvidas através do diálogo, da expressão de sentimentos e da partilha de experiências, criando um ambiente rico em interação e aprendizagem. Ao mesmo tempo, procuramos fomentar a autonomia e a iniciativa das crianças, promovendo a sua participação nas rotinas diárias e na tomada de pequenas decisões, fortalecendo o seu sentido de responsabilidade. O brincar é valorizado como o principal meio de aprendizagem, pelo que serão integradas atividades lúdicas, expressivas e sensoriais que favoreçam o desenvolvimento global. O projeto visa ainda estimular as relações sociais positivas e a cooperação, promovendo o respeito, a partilha e a empatia entre pares. Para isso, serão explorados diferentes ambientes e contextos, incluindo a família, o jardim de infância, o bairro e a natureza, reforçando o sentido de pertença e a ligação ao meio. Por fim, pretende-se promover o desenvolvimento motor, cognitivo e emocional através de experiências diversificadas que respeitem os ritmos e interesses individuais das crianças, garantindo um percurso educativo equilibrado e motivador.

Este projeto será desenvolvido num ambiente acolhedor e seguro, onde as crianças se sintam encorajadas a explorar e a expressar-se livremente. Através de propostas diversificadas e ajustadas às suas necessidades, cada criança será apoiada na construção do seu conhecimento, respeitando o seu ritmo e a sua individualidade. A participação das famílias será também valorizada, reconhecendo o papel fundamental que desempenham no desenvolvimento integral das crianças e fomentando uma relação de parceria entre a escola e o contexto familiar. Deste modo, “Exploradores do Meu Mundo” pretende não só potenciar as aprendizagens curriculares e sociais, mas também contribuir para o



desenvolvimento de cidadãos conscientes, autónomos e responsáveis, capazes de se relacionar de forma positiva com o mundo que os rodeia.

Objetivos específicos

Ao longo deste ano letivo, e tendo em consideração, os interesses e necessidades das crianças iremos trabalhar o tema “as profissões”, obedecendo ao plano individual de cada criança, elaborado a partir do perfil de desenvolvimento dos 3 e dos 4 anos.

Objetivos a atingir por áreas 3 anos:

Área da Expressão e Comunicação

Domínio da Educação Artística

Subdomínio da Música:

Dança ao som da música

Desenvolve a memorização

Distingue mudanças de ritmo

Distingue o ruído/silêncio

Distingue o som fraco/som forte

Identifica alguns instrumentos musicais

Reproduz e mima canções simples/esquemas e ritmos simples

Subdomínio das Artes Visuais:

Controla progressivamente o lápis/ pincel

Identifica as cores

Subdomínio do Jogo Dramático / Teatro:

Imita situações do quotidiano

Interage com os outros em atividades espontâneas ou sugeridas de faz-de-conta

Recria situações imaginárias



Domínio da Educação Física

Corre

Faz a coordenação óculo manual

Amassar

Desatar

Desenhar

Modelar

Pegar

Salta ao pé coxinho

Sobe

Transporta objetos

Utiliza pequenos objetos e instrumentos como lápis, pincéis...

Domínio da Linguagem Oral e Abordagem à Escrita

Compreende as mensagens do adulto e dos colegas

Faz perguntas e responde demonstrando que compreendeu a informação

Faz rabiscos com lápis e marcadores

Utiliza a linguagem oral para descrever pessoas, objetos, acontecimentos

Domínio da Matemática

Classifica/ seria/ ordena os objetos segundo a cor

Classifica/ seria/ ordena os objetos segundo o tamanho

Conta até 10

Conta quantos objetos tem uma dada propriedade

Identifica figuras geométricas: (círculo, quadrado, retângulo, triângulo)

Identifica noções básicas: (aberto/ fechado/ igual/ diferente/ grosso/ fino)

Identifica noções de medida: (comprido/ curto/ alto/ baixo)

Identifica noções de posição: (em cima/ em baixo/ à frente/ atrás)

Identifica noções de quantidade: (um/ poucos/ muitos)

Identifica noções de tamanho: (grande/ médio/ pequeno)

Identifica os números de 1 a 5

Interpreta dados apresentados em tabelas ou pictogramas simples



Área da Formação Pessoal e Social

- Ajuda os amigos
- Arruma as coisas no lugar
- Calça-se
- Colabora em atividades de pequeno grupo / grande grupo
- Conhece as rotinas diárias
- Consegue estar sentado
- Controla os esfíncteres e vai à casa de banho sozinho
- Cumprer regras
- Descalça-se
- Despe-se
- Espera pela sua vez
- Identifica membros da família
- Revela interesse em aprender
- Utiliza a faca e o garfo corretamente
- Veste-se

Área do Conhecimento do Mundo

- Conhece as partes principais do seu corpo e identifica-as noutros
- Distingue alguns animais domésticos e selvagens
- Distingue unidades de tempo básicas: (dia/ noite, manhã/ tarde)
- Identifica alguns animais domésticos e selvagens
- Identifica os meios de transporte que existem no meio em que se deslocam
- Identifica uma fotografia e associa à realidade
- Reconhece a utilidade e funções de alguns objetos da vida quotidiana
- Reconhece momentos importantes da vida pessoal
- Utiliza ou “faz de conta” que utiliza diferentes recursos tecnológicos



Objetivos a atingir por áreas 4 anos:

Área da Expressão e Comunicação

Domínio da Educação Artística

Subdomínio da Música:

- Memoriza e reproduz canções
- Memoriza e reproduz lengalengas
- Participa em coreografias simples
- Possui sentido rítmico

Subdomínio das Artes Visuais:

- Consegue colorir em espaços limitados
- Descreve e emite juízos sobre o que vê: objetos, fotografias, obras de arte, pintura, sobre os seus trabalhos...
- Expressa as suas vivências através do desenho
- Identifica algumas cores secundárias
- Identifica as cores primárias
- Modela com ajuda de utensílios ou com as mãos
- Representa e desenha a figura humana completa
- Revela preocupação na apresentação de trabalhos
- Utiliza de forma adequada o lápis
- Utiliza de forma adequada o pincel

Subdomínio do Jogo Dramático / Teatro:

- Cria jogos de faz-de-conta
- Imita situações e vivências do quotidiano
- Imita vozes de animais

Domínio da Educação Física

- Executa pequenos circuitos
- Salta a pés juntos
- Salta ao pé coxinho
- Salta de pernas afastadas
- Segue comandos verbais (incluindo diversas direções)



Domínio da Linguagem Oral e Abordagem à Escrita

- Compreende histórias e identifica as suas personagens
- Copia o seu primeiro nome
- Distingue letras de números
- Identifica algumas letras
- Inventa histórias
- Manifesta as suas opiniões
- Mostra interesse pelos livros
- Pega corretamente num livro

Domínio da Matemática

- Completa puzzles
- Compreende e interpreta tabelas de dupla entrada e gráficos de barras
- Conta até 20
- Forma conjunto simples
- Identifica os números até 10
- Realiza classificações atendendo a um critério: (tamanho/ forma/ função)
- Reconhece as principais figuras geométricas
- Tem a noção de primeiro e último

Área da Formação Pessoal e Social

- Aperta e desaperta botões
- Brinca com diferentes amigos
- Calça-se corretamente
- Começa e acaba os seus trabalhos
- Compreende e executa uma ou mais ordens
- Conhece e respeita as regras dentro e fora da sala
- Despe-se sem apoio
- Diferencia graus de parentesco
- Escolhe jogos e atividades
- Expressa e começa a controlar os sentimentos e emoções
- Identifica membros da família
- Inicia e termina com autonomia uma tarefa
- Participa na arrumação e organização da sala



- Participa na conversa de grupo
- Partilha objetos/materiais com os outros
- Pede ajuda quando sente dificuldades
- Pede desculpa sem que seja necessário lembrar
- Resolve pequenos problemas sem ajuda
- Sabe o nome próprio dos pais
- Sabe o seu nome completo e a idade
- Segue as regras de um jogo, imitando as ações de outras crianças
- Trata da sua higiene pessoal
- Veste-se sem apoio
- É capaz de executar ordens simples

Área do Conhecimento do Mundo

- A criança demonstra ter conhecimento sobre aspetos relacionados com o meio ambiente
- Conhece algumas tradições do seu país
- Conhece festividades do ano: (natal, carnaval, ...)
- Demonstra interesse por experiências científicas simples
- Identifica algumas características das estações do ano
- Identifica alguns habitats dos animais
- Identifica características dos diferentes animais (revestimento)
- Identifica e nomeia frutos/ alimentos
- Reconhece e identifica alguns recursos tecnológicos
- Tem consciência das diferentes condições atmosféricas
- Utiliza ou “faz de conta” que utiliza diferentes recursos tecnológicos

Atividades complementares PAA

No âmbito do projeto “Exploradores do Meu Mundo”, serão desenvolvidas diversas atividades complementares que visam alargar o universo de experiências das crianças e enriquecer o seu processo de aprendizagem de forma significativa, lúdica e participativa. Estas atividades permitirão explorar o “eu”, o outro e o meio, promovendo a construção da identidade e a relação com o mundo envolvente.



Projeto Curricular 2025/2026

Ao longo do ano letivo, está prevista a realização de visitas de estudo a espaços com valor educativo e afetivo, bem como a dinamização de sessões com convidados especiais, oficinas e momentos de expressão artística, sempre em articulação com os interesses do grupo e os objetivos do projeto.

Exemplos de Atividades Complementares Possíveis:

Visitas de Estudo:

- Quinta pedagógica (contacto com animais e vida rural)
- Parque/jardim da cidade (exploração da natureza e brincadeira livre)
- Biblioteca municipal (hora do conto e exploração de livros)
- Mercado local (descoberta de alimentos e contacto com comerciantes)
- Museu ou espaço cultural com proposta infantil

Intervenção da Comunidade:

- Ações de partilha e solidariedade com a comunidade (troca de brinquedos, recolha de bens)

Atividades Expressivas e Sensoriais:

- Oficinas de artes plásticas (“o meu autorretrato”, “a minha casa”, etc.)
- Pintura com mãos, pés, pincéis ou materiais naturais
- Dramatizações de histórias ou situações vividas pelo grupo
- Sessões de dança livre e expressão corporal
- Experiências sensoriais com água, areia, espuma, barro, massa, etc.
- Atividades de relaxamento e bem-estar (música suave, respiração, massagem entre pares)

Registos e Memórias:

- Painéis com fotografias, desenhos e frases das crianças

Todas estas atividades serão organizadas de acordo com o desenvolvimento do grupo, os seus interesses e as oportunidades que surgirem ao longo do ano, num ambiente seguro, afetivo e estimulante.



Avaliação

A avaliação do projeto será um processo contínuo e reflexivo, centrado na observação sistemática das crianças e na análise da sua participação, interesse e desenvolvimento ao longo das diferentes fases. Pretende-se que a avaliação permita ajustar as práticas pedagógicas, garantir a adequação das atividades aos ritmos e necessidades do grupo, e promover a melhoria constante do percurso educativo.

Para isso, serão utilizados vários meios de registo e acompanhamento, como anotações, álbuns de fotografias, vídeos das atividades e trabalhos das crianças, que documentam as suas experiências, aprendizagens e progressos em contextos reais de exploração e descoberta. A participação das crianças será valorizada, dando espaço à sua expressão e à partilha das suas perceções e sentimentos sobre as atividades desenvolvidas.

A colaboração das famílias será fundamental, através de conversas informais, reuniões e partilha de informações, para compreender melhor o percurso individual de cada criança e assegurar uma continuidade entre o contexto escolar e familiar.

A avaliação abrangerá diferentes áreas do desenvolvimento – motor, cognitivo, social, emocional e da linguagem – procurando identificar competências adquiridas e aspetos a fortalecer. Desta forma, será possível garantir um acompanhamento personalizado e promover um ambiente inclusivo, onde cada criança se sinta valorizada e estimulada a crescer de forma integral e harmoniosa.

Conclusão

O projeto “Exploradores do Meu Mundo” representa uma oportunidade única para as crianças da sala dos 3/4 anos descobrirem e explorarem o seu meio envolvente de forma ativa e significativa. Através de experiências diversificadas, que respeitam os seus ritmos e interesses, pretende-se potenciar o desenvolvimento global das crianças, promovendo a sua autonomia, criatividade e competências sociais.

Este percurso educativo visa não só enriquecer os conhecimentos das crianças sobre o mundo que as rodeia, mas também fortalecer a sua confiança e sentido de pertença, criando uma base sólida para aprendizagens futuras. A colaboração entre educadores, crianças e



Projeto Curricular 2025/2026

famílias é um elemento essencial para o sucesso do projeto, garantindo um ambiente harmonioso e estimulante.

Assim, “Exploradores do Meu Mundo” é um convite à descoberta, à partilha e ao crescimento, onde cada criança é reconhecida como protagonista do seu próprio desenvolvimento e aprendizagem.