



HORÁRIO VIDA DAS ACTIVIDADES DIÁRIAS CENTRO INFANTIL AUTO AVALIAÇÃO BERÇÁRIO

Hora	Dias				
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
06h30-9h00	Chegada e Acolhimento (Recepção)	Chegada e Acolhimento (Recepção)	Chegada e Acolhimento (Recepção)	Chegada e Acolhimento (Recepção)	Chegada e Acolhimento (Recepção)
08h30-8h45	Primeiro Biberon	Primeiro Biberon	Primeiro Biberon	Primeiro Biberon	Primeiro Biberon
09h00-9h30	Pequeno Almoço e Digestão	Pequeno Almoço e Digestão	Pequeno Almoço e Digestão	Pequeno Almoço e Digestão	Pequeno Almoço e Digestão
09h35-10h05	Trocagem de fraldas	Trocagem de fraldas	Trocagem de fraldas	Trocagem de fraldas	Trocagem de fraldas
10h10-11h55	Actividades Dirigidas	Actividades Dirigidas	Actividades Dirigidas	Actividades Dirigidas	Actividades Dirigidas
11h00-11h40	Jogos livres (intervalo)	Jogos livres (intervalo)	Jogos livres (intervalo)	Jogos livres (intervalo)	Jogos livres (intervalo)
11h45- 12h00	Higiene do Rosto e das mãos	Higiene do Rosto e das mãos	Higiene do Rosto e das mãos	Higiene do Rosto e das mãos	Higiene do Rosto e das mãos
11h05-12h30	Almoço /Digestão	Almoço /Digestão	Almoço /Digestão	Almoço /Digestão	Almoço /Digestão
12h35-12h50	Higiene bucal /rosto e das mãos	Higiene bucal /rosto e das mãos	Higiene bucal /rosto e das mãos	Higiene bucal /rosto e das mãos	Higiene bucal /rosto e das mãos
13h00- 14h00	Hora do Sono	Hora do Sono	Hora do Sono	Hora do Sono	Hora do Sono
14h05- 15h00	Brincadeira /Exploração e horário de TV	Brincadeira /Exploração e horário de TV	Brincadeira /Exploração e horário de TV	Brincadeira /Exploração e horário de TV	Brincadeira /Exploração e horário de TV
15h30-16h15	Lanche	Lanche	Lanche	Lanche	Lanche e Músicas de Fecho de Semana, ao Som do Nosso DJ

HORÁRIO VIDA DAS ACTIVIDADES DIÁRIAS CENTRO INFANTIL AUTO AVALIAÇÃO 2 Aninhos

Hora	Dias				
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
06h30-9h00	Recepção	Recepção	Recepção	Recepção	Recepção
08h30-8h45	Ginástica Matinal	Ginástica Matinal	Ginástica Matinal	Ginástica Matinal	Ginástica Matinal
08h45-9h00	Higiene	Higiene	Higiene	Higiene	Higiene
09h00-9h30	Pequeno Almoço e Digestão	Pequeno Almoço e Digestão	Pequeno Almoço e Digestão	Pequeno Almoço e Digestão	Pequeno Almoço e Digestão
09h30-10h00	Actividades Dirigidas – 2 anos	Actividades Dirigidas – 2anos	Actividades Dirigidas – 2anos	Actividades Dirigidas – 2anos	Actividades Dirigidas – 2 anos
10h10-11h10	Desfralde	Desfralde	Desfralde	Desfralde	Desfralde
11h10-11h30	Jogos	Jogos	Jogos	Noções Inglês (2anos)	Noções Inglês (2anos)
11h30-14h00	Higiene/Refeição/Descanso	Higiene/Refeição/Descanso	Higiene/Refeição/Descanso	Higiene/Refeição/Descanso	Higiene/Refeição/Descanso
14h15-15h00	Canções Relacionadas ao Tema da Actividade Tida de manhã	Canções Relacionadas ao Tema da Actividade Tida de manhã	Canções Relacionadas ao Tema da Actividade Tida de manhã	Canções Relacionadas ao Tema da Actividade Tida de manhã	Aula de Ballet
15h30-16h00	Lanche	Lanche	Lanche	Lanche	Lanche e Músicas de Fecho de Semana, ao Som do Nosso DJ

ACTIVIDADE EXTRAS CURRICULARES MENSAIS, INCLUÍDAS NO VALOR DA PROPINA

1. **Aula de Inglês** na 3ª e 4ª Quinta-feira do Mês (Para as nossas crianças dos 2 aos 4 anos de Idade);
2. **Aulas de Ballet** na 1ª, 2ª e 3ª Sexta-feira de todos os Meses (Para as nossas crianças dos 2 aos 4 anos de Idade);
3. **Parque de Diversão Miramar** na última Sexta-feira de cada Mês (Para as nossas crianças dos 2 aos 4 anos de Idade);

HORÁRIO DE VIDA DAS ACTIVIDADES DIÁRIAS CENTRO INFANTIL “AUTO AVALIAÇÃO” DOS 3 AOS 5 ANINHOS - ANO 2025/2026

Hora	Dias				
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
06h30-9h00	Recepção	Recepção	Recepção	Recepção	Recepção
08h30-8h45	Ginástica Matinal	Ginástica Matinal	Ginástica Matinal	Ginástica Matinal	Ginástica Matinal
08h45-9h00	Higiene	Higiene	Higiene	Higiene	Higiene
09h00-9h30	Pequeno Almoço e Digestão	Pequeno Almoço e Digestão	Pequeno Almoço e Digestão	Pequeno Almoço e Digestão	Pequeno Almoço e Digestão
09h30-10h00	Actividades Dirigidas – 3 anos	Actividades Dirigidas – 3anos	Actividades Dirigidas – 3anos	Actividades Dirigidas – 3anos	Actividades Dirigidas – 3 anos
10h10-11h10	Actividades Dirigidas – 4 anos	Actividades Dirigidas – 4anos	Actividades Dirigidas –4anos	Actividades Dirigidas – 4 anos	Actividades Dirigidas – 4 anos
11h10-11h50	Jogos	Aula de Habituação à Informática (3 e 4 aninhos)	Jogos	Noções de Inglês (2 anos 5 anos)	Noções de Inglês (2 anos 5 anos)
11h30-14h00	Higiene/Refeição/Descanso	Higiene/Refeição/Descanso	Higiene/Refeição/Descanso	Higiene/Refeição/Descanso	Higiene/Refeição/Descanso
14h15-15h00	Canções Relacionadas ao Tema da Actividade Tida de manhã	Canções Relacionadas ao Tema da Actividade Tida de manhã	Canções Relacionadas ao Tema da Actividade Tida de manhã	Canções Relacionadas ao Tema da Actividade Tida de manhã	Aula de Ballet/Futebol
15h30-19h00	Lanche e Entrega	Lanche e Entrega	Lanche e Entrega	Lanche e Entrega	Lanche e Músicas de Fecho de Semana, ao Som do Nosso DJ

ACTIVIDADES EXTRAS CURRICULARES PARA AS NOSSAS CRIANÇAS

- 1. Frequência à Mediateca “28 de Agosto”** na 1ª Quarta-feira do Mês (Para as crianças dos 4 e 5 aninhos);
- 2. Aula de Natação Piscina do Alvalade** na 2ª Quinta-feira do Mês (Para as crianças de 3 e 4 Anos);
- 3. Aula de Inglês às 5ª e 6ª feiras** (Para as nossas crianças dos 2 aos 4 anos de Idade);
- 4. Aulas de Ballet** (crianças dos 2 aos 5 aninhos) **e futebol** (crianças dos 3 aos 5 aninhos) às Sextas-feiras, excepto à última do mês;
- 5. Parque de Diversão Miramar** na última Sexta-feira de cada Mês (Para as nossas crianças dos 3 aos 4 anos de Idade).