



Externato Nossa Senhora das Dores

Horário semanal letivo - 1º ano

Ano letivo 2023/2024
Prof.^a Mariana Moreno

1º ano	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
9:00 – 9:45	Português	Matemática	Português	Matemática	Português
9:45 – 10:30					
10:30 – 11:00	INTERVALO				
11:00 – 11:45	Matemática	Português	Matemática	Português	Matemática
11:45 – 12:30		Inglês			
12:30 – 13:15	ALMOÇO	RECREIO	ALMOÇO	RECREIO	ALMOÇO
13:15 – 14:00	RECREIO	ALMOÇO	RECREIO	ALMOÇO	RECREIO
14:00 – 14:45	Ed. Física	Estudo do Meio	Português	Oficina da Tecnologia/ Clube dos Pensadores	Inglês
14:45 – 15:30	Exp. Dramática		Apoio ao Estudo	Exp. Plástica	Estudo do Meio
15:30 – 16:00	INTERVALO				
16:00 – 17:00	Inglês	Exp. Plástica	Ed. Física	Ed. Musical	EMRC
17:00 – 17:45	Formação Integral				
17:10 – 18:00	Karaté (3º e 4º anos) Órgão (2º ano)	Dança (3º e 4º anos) Órgão (1º ano)	Karaté (1º e 2º anos) Órgão (4º ano)	Dança (1º e 2º anos) Órgão (3º ano)	Coro

Nota: A Educação para a Cidadania é transversal a todas as áreas curriculares. Este horário é flexível, podendo sofrer modificações de acordo com as necessidades e interesses da turma. Todas as atividades são de frequência obrigatória.



Externato Nossa Senhora das Dores

Ano letivo 2023/2024

Horário semanal letivo - 2º ano

Prof.ª Bárbara Ferreira

2º ano	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
9:00 – 9:45	Português	Matemática	Português	Matemática	Português
9:45 – 10:30					
10.30 – 11.00	INTERVALO				
11:00 – 11:45	Matemática	Português	Matemática	Português	Matemática
11:45 - 12:30				Apoio ao estudo (30)	Apoio ao estudo (30)
12.30 – 13.15	ALMOÇO	RECREIO	ALMOÇO	RECREIO	ALMOÇO
13.15 - 14.00	RECREIO	ALMOÇO	RECREIO	ALMOÇO	RECREIO
14:00 – 14:45	Inglês	Estudo do Meio	Ed. Física	Exp. Dramática	Exp. Plástica
14:45 – 15:30	Estudo do Meio		Inglês	Oficina da Tecnologia/ Clube dos Pensadores	Inglês
15:30 – 16:00	INTERVALO				
16:00 – 17:00	Ed. Física	Exp. Plástica	Ed. Musical	EMRC	Estudo do Meio
17:00 – 17:45		Formação Integral			
17:10 – 18:00	Karaté (3º e 4º anos) Órgão (2º ano)	Dança (3º e 4º anos) Órgão (1º ano)	Karaté (1º e 2º anos) Órgão (4º ano)	Dança (1º e 2º anos) Órgão (3º ano)	Coro

Nota: A Educação para a Cidadania é transversal a todas as áreas curriculares. Este horário é flexível, podendo sofrer modificações de acordo com as necessidades e interesses da turma. Todas as atividades são de frequência obrigatória.



Externato Nossa Senhora das Dores

Ano letivo 2023/2024

Horário semanal letivo - 3º ano

Prof.ª Marta Pereira

3º ano	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
9:00 – 9:45	Português	Matemática	Português	Matemática	Português
9:45 – 10:30					
10:30 – 11:00	INTERVALO	INTERVALO	INTERVALO	INTERVALO	INTERVALO
11:00 – 11:45	Matemática	Português	Matemática	Português ----- Apoio ao Estudo (30)	Matemática ----- Apoio ao Estudo (30)
11:45 – 12:30					
12:30 – 13:15	RECREIO	ALMOÇO	RECREIO	ALMOÇO	RECREIO
13:15 – 14:00	ALMOÇO	RECREIO	ALMOÇO	RECREIO	ALMOÇO
14:00 – 14:45	Oficina da Tecnologia/ Clube dos Pensadores	Ed. Física	Exp. Plástica	Inglês	Estudo do Meio
14:45 – 15:30	Estudo do Meio	Inglês		Exp. Dramática	
15:30 – 16:00	INTERVALO	INTERVALO	INTERVALO	INTERVALO	INTERVALO
16:00 – 17:00	Ed. Musical	Estudo do Meio	EMRC	Ed. Física	Inglês
17:00 – 17:45			Formação Integral		
17:10 – 18:00	Karaté (3º e 4º anos) Órgão (2º ano)	Dança (3º e 4º anos) Órgão (1º ano)	Karaté (1º e 2º anos) Órgão (4º ano)	Dança (1º e 2º anos) Órgão (3º ano)	Coro

Nota: A Educação para a Cidadania é transversal a todas as áreas curriculares. Este horário é flexível, podendo sofrer modificações de acordo com as necessidades e interesses da turma. Todas as atividades são de frequência obrigatória.



Externato Nossa Senhora das Dores
Horário semanal letivo - 4º ano

Ano letivo 2023/2024
Prof.ª Ana Maria Jacobetty

4.º ano	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
9:00 – 9:45	Português	Matemática	Português	Matemática	Português
9:45 – 10:30					
10.30 – 11.00	INTERVALO				
11:00 – 11:45	Matemática	Português	Matemática	Português	Matemática
11:45 – 12:30				Apoio ao Estudo (30)	Apoio ao Estudo (30)
12:30 – 13:15	RECREIO	ALMOÇO	RECREIO	ALMOÇO	RECREIO
13:15 – 14:00	ALMOÇO	RECREIO	ALMOÇO	RECREIO	ALMOÇO
14:00 – 14:45	Ed. Musical	Inglês	Estudo do Meio	Ed. Física	Estudo do Meio
14:45 – 15:30	Inglês	Exp. Plástica	Exp. Dramática	Estudo do Meio	Oficina da Tecnologia/ Clube dos Pensadores
15:30 – 16:00	INTERVALO				
16:00 – 17:00	EMRC	Ed. Física	Inglês	Estudo do Meio	Exp. Plástica
17:00 – 17:45				Formação Integral	
17:10 – 18:00	Karaté (3º e 4º anos) Órgão (2º ano)	Dança (3º e 4º anos) Órgão (1º ano)	Karaté (1º e 2º anos) Órgão (4º ano)	Dança (1º e 2º anos) Órgão (3º ano)	Coro

Nota: A **Educação para a Cidadania** é transversal a todas as áreas curriculares. Este horário é flexível, podendo sofrer modificações de acordo com as necessidades e interesses da turma. Todas as atividades são de **frequência obrigatória**.