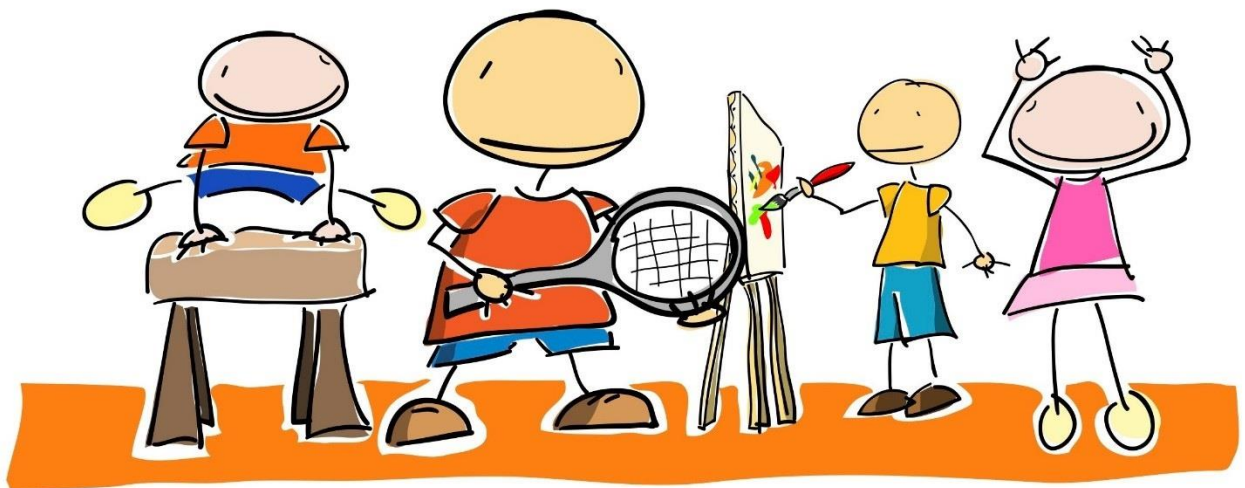


# idades ativas

# Circum escolares

1º e 2º  
CICLOS



# 1 Apresentação

As atividades circum-escolares - **A.C.E.**, são parte fundamental do Projeto Educativo do Colégio de S. João de Brito. Procuram potenciar aprendizagens e fomentar valores que complementem as vivências curriculares.

Destinam-se aos alunos do 1º e 2º CEB e têm inscrição e frequência obrigatórias. Desenvolvem-se dentro do horário curricular e têm uma carga horária de 2 tempos letivos semanais.

As ACE decorrem no período letivo da tarde. Distribuem-se por dois tempos, separados por um intervalo de 10/15 minutos:

1º e 2º anos	6ª feira	14H10 às 15H00
3º e 4º anos	3ª feira	
5º e 6º anos	4ª feira	15H20 às 16H10

## 2 Objetivos gerais

No contexto da formação integral dos nossos alunos, consideramos este espaço educativo como uma das primeiras e principais etapas do seu desenvolvimento pessoal e social.

As idades dos alunos alvo correspondem a uma fase de excelência para a descoberta e para a aprendizagem, que poderão ser marcantes na sua vida futura.

Tendo em consideração a transversalidade das atividades físico-motoras e expressivas propostas, pretende-se que os alunos vivenciem um leque alargado de experiências que possibilitem:

- Compreensão de regras e limites;
- Noção de grupo e sentimento de pertença;
- Melhoria da imagem corporal, autoestima, segurança e motivação;
- Autonomia e maturidade;
- Treino da atenção e da concentração;
- Controlo das emoções e da agressividade;
- Comunicação verbal e não-verbal;
- Capacidade de liderança e de resolução de problemas;
- Aquisição de hábitos de vida ativa e saudável, combate à obesidade, aumento do dispêndio energético.

## 3 Atividades propostas

### 1º Ciclo

- Atletismo
- Artes plásticas
- Ballet
- Ciência divertida
- Costura criativa
- Expressão dramática
- Ginástica desportiva e trampolins
- Jogos desportivos coletivos (3º e 4º anos)
- Jogos pré-desportivos (1º e 2º anos)
- Natação
- Órgão de Tubos (3º e 4º anos)
- Patinagem
- Piano

- Robótica, eletrónica e programação (3º e 4º anos)
- Ténis
- Ténis de mesa
- Viola
- Xadrez

- Ginástica desportiva e trampolins
- Horticultura, floricultura e jardinagem
- Natação
- Órgão de Tubos
- Piano
- Patinagem
- Robótica, eletrónica e programação
- Teatro
- Ténis
- Ténis de mesa
- Viola
- Voleibol
- Xadrez

### 2º Ciclo

- Atletismo
- Andebol
- Artes plásticas
- Ballet
- Basquetebol
- Costura criativa
- Dança
- Futebol

## 4 Início das atividades

- 1º e 2º anos - 15 de setembro
- 3º e 4º anos - 19 de setembro
- 5º e 6º anos - 13 de setembro

## 5 Normas de funcionamento

A mudança de atividades poderá verificar-se, apenas, no final de cada período. Os encarregados de educação deverão requerer, por escrito, a alteração na Secretaria do Colégio.

Todas as faltas às ACE terão de ser justificadas junto do Professor Responsável.

Os alunos deverão inscrever-se em duas atividades diferentes. **Caberá ao Colégio determinar a distribuição dos alunos pelos dois períodos de atividades.**

Todas as atividades funcionarão com um número mínimo e máximo de alunos. As vagas de cada atividade (exceto piano) serão preenchidas respeitando a ordem de chegada da respetiva inscrição.

## 6 Inscrições

**Julho, agosto e setembro** (até dia 6) - através do formulário on-line (encerra no dia 6 de setembro às 17:00) ou na Secretaria do Colégio das 8:00 às 13:00 e das 14:00 às 17:00.

**Informações:** Mário Prole - [atividades@csjb.pt](mailto:atividades@csjb.pt) | Tel. 217519093

## ATLETISMO

<b>Destinatários</b>	Alunos do 1º (3º e 4º Anos) e 2º CEB
<b>Programa</b>	Esta atividade pretende promover a iniciação ao atletismo sob a forma jogada, aumentando progressivamente a complexidade das atividades propostas ao grupo etário.
<b>Custos</b>	Gratuito
<b>Local</b>	Campo sintético
<b>Professor</b>	Hugo Serra (Professores de Ed. Física CSJB) (Técnicos da Federação Portuguesa de Atletismo)

## Artes plásticas

<b>Destinatários</b>	Alunos do 1º e 2º CEB
<b>Programa</b>	Esta atividade tem como objetivo sensibilizar os jovens para a diversidade e expressividade das artes. Os alunos poderão desenvolver a sua criatividade através do manuseamento e experimentação dos diferentes materiais e suportes. Pretende-se, assim, que com a mesma destreza com que fazem um desenho, passem a construir modelos de brinquedos, esculturas e composições gráficas.
<b>Custos</b>	Preço Trimestral - 95€
<b>Local</b>	1º CEB - Edifício do 1º CEB   2º CEB - Sala de E.V.T.
<b>Professora</b>	Liliana Lúcio

## Ballet

<b>Destinatários</b>	Alunos do 1º e 2º CEB												
<b>Programa</b>	Aprendizagem dos conceitos básicos da arte do Ballet Clássico. Desenvolvimento da expressão, da criatividade, do movimento, da concentração, da disciplina, através de um acompanhamento da música clássica.												
<b>Custos</b>	Preço Trimestral - 118€												
<b>Local</b>	Sala de Ballet - edifício da piscina (1º piso)												
<b>Professor</b>	Dimitri Alexander												
<b>Observação</b>	Horário: <table><tr><td>1º ano</td><td>6ª feira</td><td>14:10-15:00</td></tr><tr><td>2º ano</td><td>6ª feira</td><td>15:15-16:10</td></tr><tr><td>3º ano e 4º Ano</td><td>3ª feira</td><td>14:10-15:00</td></tr><tr><td>5º e 6º ano</td><td>4ª feira</td><td>14:15-15:05</td></tr></table>	1º ano	6ª feira	14:10-15:00	2º ano	6ª feira	15:15-16:10	3º ano e 4º Ano	3ª feira	14:10-15:00	5º e 6º ano	4ª feira	14:15-15:05
1º ano	6ª feira	14:10-15:00											
2º ano	6ª feira	15:15-16:10											
3º ano e 4º Ano	3ª feira	14:10-15:00											
5º e 6º ano	4ª feira	14:15-15:05											

## Ciência divertida

<b>Destinatários</b>	Alunos do 1º CEB
<b>Programa</b>	A Ciência Divertida tem por objetivo despertar as crianças para o mundo da ciência, através da experimentação e da observação. Ao longo do ano letivo abordamos várias áreas da ciência, tais como: Física, Química, Arquitetura, Astronomia, Saúde e Higiene, Ambiente, etc., com programa próprio consoante o nível que frequentam. As crianças podem frequentar as atividades sem repetir as experiências, existindo uma evolução da complexidade, consoante o nível em que se encontram. DISCOVER - Parte à descoberta - 1º e 2ºanos EXPLORER - Torna-te um explorador - 3º e 4ºanos
<b>Custos</b>	Preço Trimestral - 132€
<b>Local</b>	1º CEB - salas de aula
<b>Professores</b>	Monitores com formação específica "Ciência Divertida"

## Costura criativa

<b>Destinatários</b>	Alunos do 1º CEB e 2º CEB
<b>Programa</b>	Execução de projetos de costura criativa. Os projetos serão ajustados aos períodos festivos contemplados no calendário escolar (Natal, Páscoa,...) procurando ainda respeitar o calendário familiar (aniversários dos pais, irmãos,...). Serão fornecidos todos os materiais necessários ao desenvolvimento da atividade e executados projetos que o aluno leva sempre para casa.
<b>Custos</b>	Preço Trimestral - 122€
<b>Local</b>	Salas de aula do 1º e do 2º CEB
<b>Professores</b>	Monitores da Rosapomposa

## Dança

<b>Destinatários</b>	Alunos do 2º CEB
<b>Programa</b>	As aulas incluem uma variedade de estilos e culturas de dança. A base é a Dança Clássica e o Jazz-Modern, mas serão dados a conhecer e aprendidos outros estilos
<b>Custos</b>	Preço Trimestral - 118€
<b>Local</b>	Sala de Ballet
<b>Professor</b>	Dimitri Alexander

## Expressão dramática

<b>Destinatários</b>	Alunos do 1º CEB
<b>Programa</b>	Desenvolvimento motor - coordenação/lateralidade. Desenvolvimento psicomotor oral. Coordenação e movimento. Desenvolvimento lúdico. Criação e recriação de histórias. Utilização do material escolar no desenvolvimento criativo. Transformação e criação de objetos. Animação e manipulação de objetos.
<b>Custos</b>	Preço Trimestral - 138€
<b>Local</b>	1º CEB
<b>Professor</b>	Ana Castro

## Ginástica desportiva e trampolins

<b>Destinatários</b>	Alunos do 1º CEB e 2º CEB
<b>Programa</b>	Iniciação às atividades gímnicas, desenvolvendo as capacidades motoras do aluno, através da execução de saltos de tapete e saltos de minitrampolim.
<b>Custos</b>	Gratuito
<b>Local</b>	Pavilhão
<b>Professores</b>	João Passos, Tiago Silva, Pedro Lencastre e João Peixinho

## Horticultura, floricultura e jardinagem

<b>Destinatários</b>	Alunos do 2º CEB
<b>Programa</b>	Preparação do terreno e fertilização. Propagação das plantas por semente ou estacaria. Assistência às plantas. Regas, desbastes, monda, etc.
<b>Custos</b>	Gratuito
<b>Local</b>	Horta do Colégio
<b>Professor</b>	Jerónimo Alves Professores do Departamento de CTV

## Jogos desportivos coletivos

### Andebol/Basquetebol/Futebol/Voleibol

<b>Destinatários</b>	Alunos do 3º e 4º ano: jogos desportivos coletivos Alunos do 2º CEB: escolhem uma modalidade
<b>Programa</b>	A história de cada modalidade. Aprendizagem dos elementos técnicos, táticos e regras desportivas das modalidades. Levar o aluno a: <ul style="list-style-type: none"><li>• Escolher o gesto técnico (percepção e interpretação das situações);</li><li>• Refletir sobre a causa do sucesso ou insucesso da sua ação;</li><li>• Comentar as atividades em grupo;</li><li>• Interessar-se e empenhar-se na prática desportiva.</li></ul>
<b>Custos</b>	Gratuito
<b>Local</b>	Instalações desportivas do Colégio
<b>Professores</b>	Professores de Educação Física do Colégio

## Jogos pré-desportivos

<b>Destinatários</b>	Alunos do 1º e 2º ano
<b>Programa</b>	Pretende-se possibilitar mais um espaço de motricidade, onde o saltar, o correr e o jogar contribuam para melhorar as atitudes percetivo-motoras.
<b>Custos</b>	Gratuito
<b>Local</b>	Instalações desportivas do Colégio
<b>Professores</b>	Professores de Educação Física do Colégio

## Natação

<b>Destinatários</b>	Alunos do 1º e 2º CEB
<b>Níveis e material</b>	Os alunos serão agrupados por classes nos respetivos níveis de avaliação. Por trimestre realizar-se-á uma competição informal. É obrigatório o uso de touca, chinelos e fato de banho próprio para piscinas.
<b>Custos</b>	Preço Trimestral - 120€
<b>Local</b>	Piscina
<b>Professores</b>	Professores de Ed. Física CSJB Professores de Natação CSJB

## Órgão de Tubos

<b>Destinatários</b>	Alunos do 1º CEB (3º e 4º ano) e 2º CEB
<b>Programa</b>	O programa curricular está dividido em componente prática e teórica. A componente teórica permite ao aluno aprender a ler partituras e estudar harmonia, essenciais para a interpretação ao órgão. A componente prática versa sobre a interpretação de um repertório variado e adequado ao nível de cada aluno. As inscrições são limitadas a 2 alunos por tempo letivo.
<b>Custos</b>	Preço Trimestral - 104€
<b>Local</b>	Igreja
<b>Professor</b>	Célia Sousa Tavares

## Patinação

<b>Destinatários</b>	Alunos do 1º CEB e 2º CEB
<b>Programa</b>	Aprender a deslocar-se de uma forma diferente, adquirindo domínio do espaço, equilíbrio e agilidade.
<b>Custos</b>	Gratuito
<b>Local</b>	Ringue de patinação
<b>Professores</b>	Cristiano Agulhas
<b>Observações</b>	Horário 2º CEB 15.15-16.05

## Piano

<b>Destinatários</b>	Alunos do 1º e 2º CEB - <i>Devido ao limitado número de vagas, será dada prioridade aos alunos que frequentaram a atividade no ano letivo anterior. Será constituída uma lista de candidatos interessados que serão chamados de acordo com eventuais vagas. Os alunos que se encontram nestas condições deverão escolher uma atividade alternativa.</i>
<b>Programa</b>	Pretende-se com esta atividade cativar e estimular a criatividade dos alunos e "ensiná-los" a ouvir e a perceber a música como uma arte e não como uma disciplina. O programa baseia-se numa forte componente de formação musical para que o aluno adquira os conhecimentos necessários para poder ler música e interpretar partituras musicais.
<b>Custos</b>	Preço Trimestral - 189€
<b>Local</b>	Auditório
<b>Professor</b>	Filipe Malta



## Robótica, Eletrónica e Programação

<b>Destinatários</b>	Alunos do 1º CEB (3º e 4º ano) e 2º CEB
	Programa educativo baseado numa metodologia construtiva que apela ao espírito de criação de cada um dos alunos. Os alunos irão desenvolver competências nas áreas da eletrónica, programação, física, robótica, design e ferramentas digitais.
<b>Programa</b>	<b>1º Trimestre</b> <ul style="list-style-type: none"><li>. Desmontar eletrodomésticos</li><li>. Componentes eletrónicos (inputs e outputs), potenciómetros, sensores, motores....</li><li>. Estruturas (pontes, paraquedas, torres de marshmallows).</li></ul> <b>2º Trimestre</b> <ul style="list-style-type: none"><li>. Programação em Scratch e Arduino.</li><li>. Técnica de Animação <i>Stop Motion</i>.</li></ul> <b>3º Trimestre</b> <ul style="list-style-type: none"><li>. Forças mecânicas e magnéticas</li><li>. Fabricação digital e manual</li><li>. Projeto (*)</li></ul> (*) O projeto implica que os alunos em grupo desenvolvam um trabalho com todos os conhecimentos adquiridos ao longo do ano. Exemplo: jogo de tabuleiro interativo com LEDs e programação
<b>Custos</b>	Preço Trimestral - 142€
<b>Local</b>	1º e 2º CEB
<b>Professores</b>	Monitores "The Inventors"

## Teatro

<b>Destinatários</b>	Alunos do 2º CEB
<b>Programa</b>	Desenvolvimento das várias capacidades criativas. Leitura e desenvolvimento oral de textos relacionados com o seu programa escolar. Interpretar e desenvolver as várias vertentes criativas do seu processo imaginário. Criar e recriar textos utilizando o imaginário e o quotidiano.
<b>Custos</b>	Preço Trimestral - 138€
<b>Local</b>	Cripta
<b>Professor</b>	Ana Castro

## Ténis

<b>Destinatários</b>	Alunos do 1º e 2º CEB
<b>Níveis</b>	Os alunos serão distribuídos por classes segundo o seu nível técnico. Cada classe é constituída por 10 alunos. Em cada trimestre, os alunos a partir do 3º ano, terão a possibilidade de participar em duas competições.
<b>Custos</b>	Preço Trimestral - 121€
<b>Local</b>	Courts de ténis do Colégio
<b>Professor</b>	Rodrigo Barbosa Professores de Ténis CSJB

## Ténis de mesa

<b>Destinatários</b>	Alunos do 1º CEB (3º e 4º ano) e 2º CEB
<b>Programa</b>	A atividade do ténis de mesa é um meio pedagógico, entre outros, ao serviço da criança para afinar, desenvolver e reforçar a sua motricidade.
<b>Custos</b>	Preço Trimestral - 46€
<b>Local</b>	Pavilhão do Colégio
<b>Professores</b>	Professores de Educação Física CSJB

## Viola

<b>Destinatários</b>	Alunos do 1º e 2º CEB
<b>Programa</b>	História do instrumento. Primeiros exercícios práticos com as duas mãos. Leitura da pauta com pequenas melodias. Formação de acordes e suas aplicações. Escalas maiores, menores e pentatónicas. Aprendizagem de tablaturas. Rock, blues e obras clássicas.
<b>Custos</b>	Preço Trimestral: 136€
<b>Local</b>	1º CEB - sala de música   2º CEB - sala de música
<b>Professores</b>	António Ribeiro e Francisco Aparício

Nota: os alunos serão agrupados segundo o seu nível de conhecimentos.

# Xadrez

<b>Destinatários</b>	Alunos do 1º CEB e 2º CEB
<b>Programa</b>	<p>O ensino das bases de xadrez de forma estruturada e sequencial com dois objetivos primordiais:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Aumento das capacidades de concentração;</li><li>• Aumento das capacidades de cálculo (também ao nível espacial).</li></ul> <p>Paralelamente e de forma a reduzir a aquisição de tendências egocêntricas, muito comuns em desportos de cariz individual, serão criados grupos (equipas de trabalho), para partilha e troca de informações na descoberta dos problemas apresentados.</p>
<b>Custos</b>	Preço Trimestral - 87€
<b>Local</b>	Salas de aula
<b>Professor</b>	Andriy Ferents

## Custo das atividades

Atividades	€ Trimestral
Atletismo	Gratuito
Andebol   basquetebol   futebol   voleibol (5° e 6°anos)	Gratuito
Artes plásticas	95
Ballet	118
Ciência divertida (1° ao 4° ano)	132
Costura criativa	122
Dança (5° e 6° anos)	118
Expressão dramática (1° ao 4° ano)	138
Ginástica desportiva e trampolins	Gratuito
Horticultura, floricultura e jardinagem (5° e 6°ano)	Gratuito
Jogos desportivos coletivos (3°e 4°anos)	Gratuito
Jogos pré-desportivos (1° e 2°anos)	Gratuito
Natação	120
Órgão de Tubos (3° ao 6°ano)	104
Patinagem	Gratuito
Piano	189
Robótica, Eletrónica e Programação (3° ao 6° ano)	142
Teatro (5° e 6°ano)	138
Ténis	121
Ténis de mesa (3° ao 6°ano)	46
Viola	136
Xadrez	87