

Colégio de
S. João de Brito



ATIVIDADES EXTRACURRICULARES



CONTEÚDO

APRESENTAÇÃO	3
ATIVIDADES DO JARDIM DE INFÂNCIA	4
Ballet	4
Expressão Dramática	5
Ginástica	5
Judo	6
Mini-tênis.....	7
Natação.....	7
The Inventors	8
ATIVIDADES DO 1.º, 2.º, 3.º CEB E ENSINO SECUNDÁRIO	9
Atletismo	9
Bandas	9
Bateria.....	10
Canto	11
Ciência Divertida	12
Coro	13
Costura Criativa.....	14
Dança e ballet	14
Fotografia	15
Guitarra elétrica	16
Judo.....	17
Natação.....	18
Piano	19
Teatro	20
Tênis	21
The Inventors	22
Viola.....	22
Xadrez	23
Centro de Línguas	24
DESPORTO COLEGIAL.....	25
Andebol.....	26
Futebol	27
Ginástica	28
Voleibol	29

APRESENTAÇÃO

As atividades extracurriculares (AEC) são parte fundamental do Projeto Educativo do Colégio de S. João de Brito, concorrendo para a formação integral dos alunos. São de inscrição facultativa e têm lugar tanto em horário letivo, podendo sobrepor-se aos horários definidos para as atividades circum-escolares, como em horário pós-letivo.

A inscrição nas atividades é feita antes do início do ano letivo e é válida para todo o ano. No entanto, no final de cada período, é aberta uma nova fase de inscrições, podendo nessa altura ser solicitada, através de *email* enviado à secretaria, a mudança ou a desistência de atividades.

Uma vez que as atividades funcionam com números mínimos e máximos de alunos, as vagas de cada atividade serão preenchidas respeitando a ordem de chegada da respetiva inscrição.

No âmbito do desporto colegial, os acidentes ocorridos no contexto da prática federada são cobertos exclusivamente pelo seguro contratualizado com a respetiva associação ou federação desportiva. Com o intuito de promover a responsabilização pelo respetivo equipamento desportivo, os alunos que integram as equipas desportivas adquirem os equipamentos necessários à sua participação em cada equipa.

Para mais informações, contactar Mário Prole – *email*: atividades@csjb.pt | telefone: 217519093

ATIVIDADES DO JARDIM DE INFÂNCIA

Ballet

DESTINATÁRIOS	Alunos dos 5 anos
HORÁRIO	2.ª feira, das 16h30 às 17h30
PROPINA MENSAL	30€

PROGRAMA

Nesta primeira fase, as aulas de ballet são desenvolvidas de forma lúdica, de acordo com as fases de desenvolvimento de cada criança, tendo em vista a aprendizagem dos passos de dança, a memorização e a execução da técnica.

OBJETIVOS

Conhecer os exercícios de barra do chão.
Desenvolver a correção postural.
Aprender as posições de pés e braços.
Aumentar a flexibilidade.
Aprender duas danças com passos básicos de polka e marcha.



Expressão Dramática

DESTINATÁRIOS	Alunos dos 4 e 5 anos
HORÁRIO	5.ª feira, das 16h30 às 17h30
PROPINA MENSAL	30€

PROGRAMA

Esta atividade tem como foco principal a construção de habilidades sociais, emocionais e cognitivas por meio do teatro, como atividade lúdica.

OBJETIVOS

Desenvolver a expressão corporal.
Desenvolver a criatividade.

Ginástica

DESTINATÁRIOS	Alunos dos 4 e 5 anos
HORÁRIO	3.ª e 6.ª feira, das 16h30 às 17h30
PROPINA MENSAL	25€

PROGRAMA

Esta atividade constitui uma introdução à base gímnica, realizada de forma estruturada e lúdica, tendo em vista a satisfação obtida com o sucesso na concretização dos exercícios e com a conquista dos objetivos.

OBJETIVOS

Realizar enrolamento à frente com auxílio de um plano inclinado ou com a ajuda de um professor em superfície plana.
Realizar o apoio facial invertido (pino) com o auxílio de um espaldar e de um professor.
Realizar um salto a pés juntos no trampolim para um colchão em plano elevado.
Progredir na realização de elementos gímnicos como a roda, enrolamento à retaguarda, ponte e pino de cabeça.

Judo

DESTINATÁRIOS	Alunos dos 3, 4 e 5 anos
HORÁRIO	Alunos dos 3 e 4 anos: 2.ª feira, das 16h30 às 17h30 Alunos dos 5 anos: 3.ª feira, das 16h30 às 17h30
PROPINA MENSAL	35€

PROGRAMA

Atividade promovida pela Escola de Judo Nuno Delgado, que promove o autoconhecimento e a autoconfiança por via de exercícios de controlo muscular, de aperfeiçoamento de reflexos, a par do desenvolvimento do raciocínio, do carácter, da concentração e do respeito. Não tendo carácter competitivo (ausência de quadro competitivo), termina com a passagem de cinto no final da atividade.

Observação: os pais deverão comprar um fato de judo para a prática da atividade.

OBJETIVOS

Desenvolver o respeito pelos colegas e professor.
Cooperar com os colegas na realização dos exercícios.
Aprofundar o autocontrolo emocional e comportamental.
Desenvolver a coordenação geral.
Respeitar as regras durante a realização de exercícios que implicam o contato físico.



Mini-ténis

DESTINATÁRIOS	Alunos dos 4 e 5 anos
HORÁRIO	2.ª e 5.ª feira, das 16h30 às 17h30
PROPINA MENSAL	30€

PROGRAMA

Esta atividade pretende ser uma introdução lúdica e divertida ao ténis. Os alunos vão desenvolver habilidades básicas da modalidade, como controlo da bola, coordenação motora e noções de espaço, utilizando material adaptado às diferentes idades.

OBJETIVOS

Aprender os movimentos básicos do ténis por meio de exercícios simples.
Desenvolver a capacidade de atenção e a concentração.

Natação

DESTINATÁRIOS	Alunos dos 3, 4 e 5 anos
HORÁRIO	2.ª a 6.ª feira, às 16h30
PROPINA MENSAL	1 x semana – 30€ 2 x semana – 50€ 3 x semana – 70€

PROGRAMA

Esta atividade visa promover a adaptação ao meio aquático. Proporciona aos alunos um ambiente seguro e encorajador que ajuda a superar o medo da água.

OBJETIVOS

Aprender a adequar a respiração ao meio aquático.
Aprender a mergulhar e a saltar para dentro de água, através de jogos e de brincadeiras.

The Inventors

DESTINATÁRIOS	Alunos dos 5 anos
HORÁRIO	5.ª feira, das 16h30 às 17h15
PROPINA MENSAL	60€

PROGRAMA

Esta atividade pretende levar os alunos a explorar uma variedade de áreas e ferramentas tecnológicas e criativas que incluem eletrónica, programação, animação, mecânica e design. Através de uma abordagem de ensino centrada em projetos *hands-on*, e seguindo uma metodologia construtivista, é enfatizado o papel ativo dos alunos na construção do seu próprio conhecimento.

OBJETIVOS

Desenvolver a criatividade e a capacidade de inovação.
Compreender o poder individual de criar, inventar e transformar o mundo ao redor.



ATIVIDADES DO 1.º, 2.º, 3.º CEB E ENSINO SECUNDÁRIO

Atletismo

DESTINATÁRIOS	Alunos do 3.º ao 9.º ano
HORÁRIO	4.ª feira, das 17h30 às 18h30
PROPINA MENSAL	25€

PROGRAMA

As atividades de atletismo privilegiam a aprendizagem e o aperfeiçoamento de gestos técnicos de corrida, incluindo a postura, o ritmo e a coordenação dos movimentos dos braços, assim como o treino de velocidade. Simultaneamente, os alunos poderão praticar a execução de saltos horizontais (comprimento) e verticais (altura e vara), além do treino de técnicas básicas de lançamento de engenho, como o dardo de iniciação (vortex) e a bola. Os exercícios propostos são alinhados com o desenvolvimento físico, motor e social dos alunos.

OBJETIVOS

Desenvolver habilidades motoras básicas, como correr, saltar e lançar.
Compreender as regras de segurança do atletismo.
Fortalecer a condição física geral e as competências de socialização.

Bandas

DESTINATÁRIOS	Alunos do 2.º CEB, 3.º CEB e Ensino Secundário
HORÁRIO	5.ª ou 6.ª feira, das 16h30 às 17h30
PROPINA MENSAL	30€

PROGRAMA

A atividade de Bandas visa a interpretação de temas musicais conhecidos e a criação de novos temas. Gera-se também a oportunidade de os alunos estabelecerem relações interpessoais de proximidade emocional, sendo a música o centro da relação. A linguagem própria de cada instrumento será desenvolvida como modo de expressão pessoal em comunidade. Embora seja favorável que os alunos tenham alguma experiência musical prévia, não é um requisito essencial.

OBJETIVOS

Desenvolver o reconhecimento auditivo de diferentes estilos e géneros musicais.
Desenvolver a técnica musical no formato da banda de jazz do século XX (secção rítmica e *front line*).
Aprender a comunicar com linguagens novas associadas à música e à produção musical.
Trabalhar em equipa para um objetivo comum, incluindo a gestão de conflitos.



Bateria

DESTINATÁRIOS	Alunos do 2.º CEB, 3.º CEB e Ensino Secundário
HORÁRIO	30 min/semana/aluno
PROPINA MENSAL	1 x semana: 70€

PROGRAMA

A atividade de Bateria pretende ajudar o aluno a desenvolver a sua coordenação motora, ritmo, expressão musical e do instrumento. A partir da exploração de repertório do interesse do aluno, bem como de propostas apresentadas pelo professor, serão trabalhados conceitos técnicos e musicais essenciais. Desta forma, o aluno aprenderá a dominar o instrumento, o tempo e dinâmicas, preparando-se para integrar conjuntos musicais em estilos diversos

OBJETIVOS

Nível de Iniciação:

Aprender a postura e a pega adequada das baquetas (Grip)
Aprender a coordenação motora básica entre mãos e pés
Aprender a leitura de partitura para bateria
Aprender ritmos e levadas elementares (Rock, Pop)

Aprender viradas (fills) simples e noções de tempo/metronomo

Aprender repertório de nível inicial

Aprender a desenvolver estudo autónomo no instrumento

Nível de Continuação:

Aperfeiçoamento técnica (rudimentos: single e double strokes, paradiddles, ruffles, acentuações)

Independência e coordenação avançada dos quatro membros

Domínio de groove, tempo e afinação do instrumento

Exploração de estilos diversos (Funk, Jazz, Bossa Nova, Metal, Latin)

Improvisação, dinamismo e construção de solos

Estruturas modelo de canções e independência na aprendizagem



Canto

DESTINATÁRIOS	Alunos do 2.º CEB, 3.º CEB e Ensino Secundário
HORÁRIO	2.ª feira, das 16h30 às 17h00 ou 17h00 às 17h30
PROPINA MENSAL	40€

PROGRAMA

As aulas de canto são um espaço de liberdade artística em que os alunos poderão aprender mais sobre si próprios com um acompanhamento pessoal e personalizado. Esta atividade é dirigida a quem está a dar os primeiros passos no canto, bem como para os que desejam desenvolver a sua prática com técnicas mais avançadas.

OBJETIVOS

Aprender uma nova linguagem de expressão pessoal.

Aprimorar o conhecimento do corpo humano como instrumento musical.

Desenvolver um repertório musical que vá ao encontro dos gostos e interesses pessoais.

Participar em momentos de performance.

Ciência Divertida

DESTINATÁRIOS	Alunos do 1.º e 2.º CEB
HORÁRIO	2.ª feira, das 16h30 às 17h30
PROPINA MENSAL	50€

PROGRAMA

A Ciência Divertida alia a vertente educativa à vertente experimental e lúdica, envolvendo as crianças em atividades divertidas, despertando-as para o mundo da ciência, através da experimentação e da observação. Na Ciência Divertida é promovido o modelo STE(A)M- Ciência, Tecnologia, Engenharia, Artes e Matemática (*Science, Technology, Engineering, Arts, Mathematics*), como forma de estimular o conhecimento através de experiências práticas que todas as crianças podem fazer, com um nível de complexidade que vai evoluindo consoante o nível em que os alunos se encontram. As crianças podem frequentar as atividades sem repetir as experiências.

OBJETIVOS

Usar conhecimentos e princípios científicos para entender o contexto, testar hipóteses e tomar decisões.

Executar operações técnicas, segundo uma metodologia de trabalho adequada, para atingir um objetivo ou chegar a uma decisão ou conclusão fundamentada.

Identificar, analisar e avaliar situações, ideias e informações para formular respostas e soluções.

Fazer perguntas e demonstrar abertura de espírito e curiosidade.

Trabalhar em equipa com um objetivo comum, incluindo a capacidade de prevenir e gerir conflitos.



Coro

DESTINATÁRIOS	Alunos do 1.º CEB
HORÁRIO	4.ª feira, das 12h30 às 13h30
PROPINA MENSAL	24€

PROGRAMA

A atividade de Coro contempla a aprendizagem de canções corais e a escuta ativa e passiva de um repertório coral de várias épocas e estilos.

OBJETIVOS

Desenvolver a técnica vocal, a postura e a sua utilização em grupo.

Aprender a entoar através do sistema dó móvel e por solmização.

Reconhecer algum do repertório coral de várias épocas e estilos, com foco na música erudita, litúrgica e secular de vários compositores e épocas.

Participar em momentos de performance (audições, pequenos momentos musicais, concertos).



Costura Criativa

DESTINATÁRIOS	Alunos do 1.º CEB e do 2.º CEB
HORÁRIO	4.ª feira, das 16h30 às 17h30
PROPINA MENSAL	50€

PROGRAMA

A costura criativa como ferramenta lúdica e educacional oferece à criança a possibilidade de desenvolver a sua criatividade. Ao mesmo tempo, promove o desenvolvimento de atividades académicas, como contar, medir, ordenar, fracionar, reconhecer e transpor para formas geométricas; ler e interpretar textos (interpretar instruções); escrever (fazer as suas próprias instruções); experimentar e ter conhecimento sobre a origem dos materiais (origem geográfica – no Mundo e em Portugal; origem dentro do mundo animal e plantas); conhecer as regras de segurança; interpretar símbolos de etiquetas de roupa (pode lavar, a quantos graus); desenvolver a expressão plástica/artes; desenvolver a motricidade fina e a coordenação motora.

Observação: serão fornecidos todos os materiais necessários ao desenvolvimento da atividade e executados projetos que o aluno leva sempre para casa.

OBJETIVOS

Desenvolver a capacidade percetivo-motora.

Aprofundar a capacidade artística e de improviso.

Fortalecer a capacidade sócio emocional, particularmente a superação do fracasso.

Dança e ballet

DESTINATÁRIOS	Alunos do 1.º CEB, 2.º CEB, 3.º CEB e Ensino Secundário
HORÁRIO	1.º ano: 6.ª feira, das 13h50 às 14h50 2.º ano: 6.ª feira, das 15h05 às 16h05 3.º ano: 3.ª feira, das 13h50 às 14h50 4.º ano: 3.ª feira, das 15h05 às 16h05 5.º e 6.º ano: 4.ª feira, das 14h15 às 15h15 5.º e 6.º ano: 4.ª feira, das 15h20 às 16h20 2.º, 3.º CEB e Ensino Secundário: 3.ª feira, das 16h30 às 17h30
PROPINA MENSAL	1 x semana: 30€

PROGRAMA

As atividades propostas na Dança e Ballet privilegiarão a dança clássica e o jazz moderno, mas os alunos terão contacto com outros estilos.

1.º ao 4.º ano:

Será utilizado o modelo da escola de Vaganova, proporcionando aos alunos o contacto com diferentes estilos e culturas de dança.

5.º ano e seguintes:

Os alunos realizam trabalho de improvisação, de pares e em grupo, e aprendem os passos elementares da técnica da dança clássica.

OBJETIVOS

Aprender diferentes ritmos musicais.

Dominar o movimento com graciosidade, a postura correta e o equilíbrio do corpo.

Desenvolver competências como coordenação, força, flexibilidade, concentração, disciplina, expressividade e interpretação.



Fotografia

DESTINATÁRIOS	Alunos do 3.º CEB e Ensino Secundário
HORÁRIO	5.ª feira, das 16h30 às 17h30
PROPINA MENSAL	1 x semana: 40€

PROGRAMA

O laboratório de fotografia cria oportunidades para que os alunos descubram e aprofundem a relação com a fotografia enquanto leitura e escrita de luz. Os alunos explorarão técnicas de captura e manipulação da imagem e aprofundarão a experiência do olhar

OBJETIVOS

Conhecer a história da fotografia
Adquirir alguma cultura visual
Fotografar livremente
Conhecer processos de captura e impressão alternativos
Fazer livros de fotografia

Guitarra elétrica

DESTINATÁRIOS	Alunos do 2.ºCEB, 3.º CEB e Ensino Secundário
HORÁRIO	30 min/semana/aluno
PROPINA MENSAL	1 x semana: 70€

PROGRAMA

A atividade de Guitarra Elétrica pretende ajudar o aluno a encontrar a sua voz neste instrumento. O conhecimento de repertório familiar ao aluno, assim como as propostas de repertório feitas pelo professor, abrirão caminho para aplicar conceitos técnicos que ajudarão o aluno a retirar o som que deseja do instrumento, assim como prepará-lo para acompanhar conjuntos musicais em estilos diversos e ajudá-lo a expressar-se, compondo e improvisando.

OBJETIVOS

Nível de iniciação:

Aprender o posicionamento da mão direita e esquerda
Aprender as notas do instrumento
Aprender repertório
Aprender a ler tablaturas

Nível de continuação:

Aperfeiçoamento de técnica
Improvisação

Conhecimento de outras escalas e as suas aplicações
Acompanhamento de cantores e bandas
Composição
Sonoridades de guitarra elétrica - efeitos
Blues/Rock/Jazz - linguagens

Judo

DESTINATÁRIOS	Alunos do 1.º CEB, 2.º CEB, 3.º CEB e Ensino Secundário
HORÁRIO	Alunos do 1.º e 2.º ano: 5.ª feira, das 16h30 às 17h30 Alunos do 3.º e 4.º ano: 3.ª feira, das 13h50 às 14h50; 3.ª feira, das 15h05 às 16h05; 6.ª feira, das 16h30 às 17h30 Alunos do 5.º ao 12.º ano: 4.ª feira, das 16h30 às 17h30
PROPINA MENSAL	35€

PROGRAMA

Atividade promovida pela Escola de Judo Nuno Delgado, que promove o autoconhecimento e a autoconfiança por via de exercícios de controlo muscular, de aperfeiçoamento de reflexos, a par do desenvolvimento do raciocínio, do carácter, da concentração e do respeito. Não tendo carácter competitivo (ausência de quadro competitivo), termina com a passagem de cinto no final da atividade.

Observação: os pais deverão comprar um fato de judo para a prática da atividade.

OBJETIVOS

Desenvolver o respeito pelos colegas e professor.
Cooperar com os colegas na realização dos exercícios.
Aprofundar o autocontrolo emocional e comportamental.
Desenvolver a coordenação geral.
Respeitar as regras durante a realização de exercícios que implicam o contato físico.

Natação

DESTINATÁRIOS	Alunos do 1.º CEB, 2.º CEB, 3.º CEB e Ensino Secundário
HORÁRIO	De acordo com o nível: 2.ª a 6.ª feira, das 16h30 às 17h15 e das 17h15 às 18h00 Alunos do 1.º e 2.º ano: 6.ª feira, das 13h50 às 14h50; 6.ª feira, das 15h05 às 16h05 Alunos do 3.º e 4.º ano: 3.ª feira, das 13h50 às 14h50; 3.ª feira, das 15h05 às 16h05 PT: sábados, das 9h às 9h45; 9h45 às 10h30; 10h30 às 11h15; 11h15 às 12h; e das 12h às 12h45.
PROPINA MENSAL	Aulas de 45 minutos 1 x semana – 30€ 2 x semana – 50€ 3 x semana – 70€ Competição 2 x semana – 70€ 3 x semana – 100€ Aula de PT (individual): 35€ por aula

PROGRAMA

As atividades de natação proporcionam a adaptação ao meio aquático, contribuindo para que os alunos saibam estar em segurança na água, e integra a prática dos quatro estilos (costas, crawl, bruços e mariposa). Esta modalidade oferece inúmeros benefícios para a saúde física (movimenta grande parte dos músculos e articulações do corpo) e para a saúde mental, sendo, por isso, uma das atividades desportivas mais completas.

OBJETIVOS

AMA 1

Desenvolver a capacidade de adaptação ao meio aquático.

Superar o medo da água, experimentando-a como um ambiente seguro e encorajador.

AMA 2

Aperfeiçoar a capacidade de respirar, mergulhar e saltar para dentro de água.

Aprender a propulsão e a rotação de braços nas técnicas de crawl e costas (inicial).

APR

Aprofundar as técnicas de crawl e costas, aprendendo as respetivas partidas e viragens.

Aprender a técnica de bruços.

APE

Aperfeiçoar as técnicas de crawl, costas e bruços.

Aprender e desenvolver a técnica de mariposa.

Dominar as viragens de todos os estilos, assim como as viragens de 100 metros estilos.



Piano

DESTINATÁRIOS	Alunos do 1.º CEB, 2.º CEB, 3.º CEB e Ensino Secundário 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.
HORÁRIO	Todos os dias, a partir das 16h30 ou noutros horários a combinar com o professor.
PROPINA MENSAL	Aulas de 30 minutos: 85€ Aulas de 45 minutos: 130€

PROGRAMA

A atividade de Piano visa incrementar a criatividade e o espírito crítico dos alunos e incentivá-los a compreender 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 ler música e interpretar partituras variadas, abrangendo diferentes estilos musicais: clássico, jazz, pop/rock, entre outros.

Serão feitas apresentações públicas em contexto individual (audições de piano, extensível a todos os alunos) e de grupo (concertos em formato de banda, com músicos convidados).

OBJETIVOS

Nível de iniciação:

- Aprender a notação musical e saber interpretá-la numa pauta.
- Aplicar os conceitos básicos de leitura ao piano.
- Valorizar a formação musical e aproveitar a música como forma de expressão e de comunicação.
- Organizar o estudo individual de modo a desenvolver a autonomia.

Nível de continuidade:

- Aperfeiçoar a técnica pianística.
- Desenvolver a leitura à primeira vista e ser capaz de memorizar o repertório.
- Colaborar com os pares durante a prática em conjunto.
- Refletir sobre o seu próprio desempenho, identificando pontos fortes e áreas a melhorar.
- Estudar com regularidade e autonomia.



Teatro

DESTINATÁRIOS	Alunos do 3.º CEB e do Ensino Secundário
HORÁRIO	4.ª feira, das 16h30 às 18h00
PROPINA MENSAL	35€

PROGRAMA

A atividade de teatro visa promover o desenvolvimento integral dos alunos através da expressão dramática. Esta atividade tem como foco principal a construção de habilidades sociais, emocionais e cognitivas. Os alunos são incentivados a participar em diversas práticas teatrais, como a improvisação, o jogo teatral, a criação de personagens e a participação na encenação de peças.

OBJETIVOS

Desenvolver a expressão verbal e corporal.
 Aperfeiçoar a literacia: ler, compreender, interpretar e usar a linguagem escrita.
 Fortalecer a autoconfiança em situações de exposição pública.
 Desenvolver competência de trabalho em equipa, atitudes de colaboração e cooperação, essenciais para o sucesso da montagem de uma apresentação teatral e para a sua apresentação.
 Aprofundar a sensibilidade e empatia face ao outro, sendo capaz de gerir e de prevenir conflitos.
 Aperfeiçoar a autoconsciência e a valorização cultural e social.
 Fortalecer a criatividade.

Ténis

DESTINATÁRIOS	Alunos do 1.º CEB, 2.º CEB, 3.º CEB e Ensino Secundário
HORÁRIO	De acordo com o nível (INI – Iniciação; AP – Aperfeiçoamento; COMP – Competição) 1.º CEB: 2.ª a 6.ª feira, das 12h30 às 13h30; das 16h30 às 17h30 2.º CEB, 3.º CEB e Ensino Secundário: 2.ª a 6.ª feira, das 16h30 às 17h30; das 17h30 às 18h30; Alunos do 1.º e 2.º ano: 6.ª feira, das 13h50 às 14h50; 6.ª feira, das 15h05 às 16h05 Alunos do 3.º e 4.º ano: 3.ª feira, das 13h50 às 14h50; 3.ª feira, das 15h05 às 16h05 Alunos do 5.º e 6.º ano: 4.ª feira, das 14h15 às 15h15; 4.ª feira, das 15h20 às 16h20 Aulas de competição (aulas de 90') – mínimo 2 x semana
PROPINA MENSAL	Aulas de 60' 1 x semana – 30€ 2 x semana – 50€ 3 x semana – 70€ Aulas de 90' 2 x semana – 75€ 3 x semana – 105€

PROGRAMA

Esta atividade permite que os alunos desenvolvam habilidades físicas específicas da modalidade, melhorando também a sua motricidade geral.

OBJETIVOS

Realizar os movimentos do ténis adequados a cada fase do desenvolvimento do aluno.
Realizar um jogo de ténis com as regras e pontuações referentes ao respetivo escalão.
Desenvolver competências de disciplina, resiliência e esforço.



The Inventors

DESTINATÁRIOS	Alunos do 1.º CEB e 2.º CEB
HORÁRIO	Alunos do 1.º CEB: 3.ª feira, das 16h30 às 17h30; Alunos do 2.º CEB: 4.ª feira, das 16h30 às 17h30;
PROPINA MENSAL	60€

PROGRAMA

Nesta atividade, privilegia-se a exploração de diversas áreas e ferramentas tecnológicas e criativas, que incluem eletrónica, programação, animação, mecânica e design. Através de uma abordagem de ensino centrada em projetos *hands-on*, os alunos são incentivados a dedicarem-se a experiências práticas e interativas, aplicando conhecimentos e habilidades de forma concreta. É seguida uma metodologia construtivista, enfatizando o papel ativo dos alunos na construção do seu conhecimento.

1.º trimestre: montagem de elementos (circuitos eletrónicos básicos); construção de componentes mecânicos; introdução às notas musicais e comprimentos de onda (conceitos básicos de música e física do som).

2.º trimestre: técnica de animação *Stop Motion*; energias limpas e renováveis.

3.º trimestre: forças mecânicas e magnéticas; introdução às técnicas de fabrico digital (como impressão 3D) e manual; fenómenos de reflexão e refração (reflexão e refração da luz, velocidade da luz e do ar).

OBJETIVOS

Desenvolver competências nas áreas da eletrónica, programação, física, robótica, engenharia, design e ferramentas digitais.
Desenvolver a autonomia e a iniciativa.

Viola

DESTINATÁRIOS	Alunos do 1.º CEB, 2.º CEB, 3.º CEB e Ensino Secundário
HORÁRIO	Alunos do 1.º e 2.º ano: 6.ª feira, das 13h50 às 14h50; das 15h05 às 16h05 Alunos do 3.º e 4.º ano: 3.ª feira, das 13h50 às 14h50; das 15h05 às 16h05 Alunos do 5.º e 6.º ano: 4.ª feira, das 14h15 às 15h15; das 15h20 às 16h20 De acordo com os níveis: 3.ª, 4.ª ou 6.ª feira, das 16h30 às 17h30
PROPINA MENSAL	35€

PROGRAMA

Nas aulas de Viola, os alunos poderão contactar com o mais popular de todos os instrumentos musicais, um instrumento adaptável a todos os géneros e estilos musicais. Nas aulas de iniciação, os primeiros exercícios são dirigidos para a colocação correta das mãos. Com a continuação da prática, virá a coordenação (harmonização) das mãos para a execução de pequenas melodias infantis, populares, clássicas, com leitura das tablaturas-pautas. Com o avançar das aulas, anos de estudo e prática, os exercícios serão mais complexos e exigentes.

Observação: os alunos deverão ser portadores do seu próprio instrumento.

OBJETIVOS

Conhecer a história do instrumento.
Dominar exercícios práticos com as duas mãos.
Ler pautas com pequenas melodias.
Formar acordes e aplicá-los.
Conhecer escalas maiores, menores e pentatônicas.
Ler tablaturas.

Xadrez

DESTINATÁRIOS	Alunos do 3.º ao 12.º ano
HORÁRIO	Alunos do 3.º e 4.º ano: 3.ª feira, das 13h50 às 14h50; 3.ª feira, das 15h05 às 16h05 Alunos do 2.º ao 12.º ano: 4.ª feira, das 16h30 às 18h00
PROPINA MENSAL	30€

PROGRAMA

A atividade de Xadrez implica a construção de um plano individual para cada um atleta, que envolve os seguintes domínios:

- Teoria das aberturas;
- Plano profundo do meio do jogo e final do jogo;
- Tática e estratégia;
- Treino da memória visual.

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. A atividade inclui igualmente a participação em provas a nível escolar, clubes e federados.

OBJETIVOS

Aumentar a capacidade de concentração.
Aperfeiçoar a capacidade de cálculo, nomeadamente ao nível espacial.

Centro de Línguas

DESTINATÁRIOS

Alunos do 1.º CEB ao 12.º ano

INGLÊS

NÍVEIS	HORÁRIO	PROPINA MENSAL
Junior 1 (1.º ano)	3.ª feira, das 17h00 às 18h15	75€
Junior 2 (2.º ano)	2.ª feira, das 17h00 às 18h15	75€
Junior 3 (3.º ano)	2.ª feira, das 17h00 às 18h15	80€
Junior 4 (4.º ano)	3.ª feira, das 17h00 às 18h15	80€
MOVERS – A1	4.ª feira, das 16h40 às 18h20	125€
KET (Key Examination Test)	4.ª feira, das 16h40 às 18h20	125€
PET (Preliminary English Test)	5.ª feira, das 16h40 às 18h20	135€
FCE (First Certificate in English)	2.ª feira, das 16h340 às 18h20	145€
CAE (Certificate in Advanced English) – nível C1 ¹	3.ª feira, das 17h15 às 18h55	150€

OBSERVAÇÕES

- O Colégio de S. João de Brito é um Centro Cambridge credenciado.
- A frequência do CAE obriga a que o aluno tenha obtido o certificado de FCE.
- Se, num dado nível, o número de inscrições o justificar, uma nova classe poderá ser criada, que poderá decorrer à mesma hora, num dia diferente.
- Com a exceção dos níveis Júnior 1 e 2, os restantes constituem-se como preparações para certificações do Cambridge.
- Para as aulas de Inglês, é obrigatória a aquisição do *coursebook* recomendado.
- Todos os alunos novos no CLE têm de fazer um teste de diagnóstico. Os testes de diagnóstico são realizados numa data a determinar em horário pós-letivo (16h30/17h30).
- Os currículos de todos os níveis de Inglês podem ser consultados na ligação no site do Colégio.
- Os horários propostos podem sofrer algumas alterações decorrentes dos horários curriculares atribuídos aos alunos no início do ano letivo.

¹ Este curso destina-se apenas a alunos que tenham tido aprovação no exame FCE. Curso de dois anos.

DESPORTO COLEGIAL

O Colégio proporciona aos seus alunos, após o horário letivo, atividades desportivas para os diversos escalões etários, nas modalidades de andebol, ginástica, futebol e voleibol.

O objetivo desta prática desportiva colegial é contribuir para a formação integral dos alunos, no sentido de reforçar a aquisição e vivência dos valores próprios do humanismo cristão. A identidade colegial, assente nestes valores concretiza-se em vivências diárias de superação perante a adversidade, de competitividade equilibrada face às próprias capacidades, bem como a cooperação e sentido de pertença a um grupo. É neste eixo de crescimento pessoal e do grupo de pertença, que surgem as competições com outros grupos ou equipas desportivas, sejam as regulares ao longo do ano letivo ou num período de tempo próprio. Por outro lado, o grupo de técnicos que assegura esta prática desportiva procura adequar o nível competitivo das suas equipas às múltiplas opções de competição existentes. É assim que surge a participação de equipas do Colégio em campeonatos regionais ou nacionais das associações e federações desportivas, em encontros de Desporto Escolar promovido pelo Ministério da Educação, em torneios, em clínicas de aperfeiçoamento nacionais ou no estrangeiro ou, ainda, nos encontros com outras equipas dos colégios da Companhia de Jesus, em Espanha ou em outros países europeus.

A prática desportiva no Colégio pressupõe o acompanhamento dos pais e encarregados de educação. Ao inscreverem os seus educandos, é essencial que assumam um compromisso de apoio e de acompanhamento, não permitindo, salvo por motivos de força maior, que se verifiquem ausências aos treinos e jogos. Os custos associados às deslocações do aluno ou das equipas são suportados pelos pais e encarregados de educação.

Acidentes

Os acidentes ocorridos no âmbito da prática federada são cobertos exclusivamente pelo seguro contratualizado com a respetiva Associação ou Federação desportiva. Estes custos de acidentes pessoais são imputados aos pais e encarregados de educação no momento da inscrição do atleta na respetiva associação e federação desportiva, sendo depois remetidos para as mensalidades dos alunos.

As participações de sinistro ao seguro são específicas de cada modalidade desportiva, havendo situações em que se recorre a um link de acesso a um formulário disponibilizado aos clubes junto do respetivo acesso de utilizador e *password*, como será o caso do futebol (AFL e FFP), ou o preenchimento de um impresso próprio disponibilizado para o efeito pelas associações e federações desportivas. Os valores de franquia variam consoante as modalidades desportivas e em função dos diferentes escalões etários, sendo aplicados por sinistro e por pessoa segura. Estes valores são da responsabilidade dos pais e encarregados de educação.

Além da prática desportiva federada, haverá lugar à participação em outras competições, em torneios ou em clínicas de aperfeiçoamento. As participações incluem provas do desporto escolar, torneios nacionais ou ainda as provas desportivas no estrangeiro. Estas participações são objeto de informação específica e anuência individual, prevendo-se sempre os custos das deslocações inerentes e da inscrição na prova em referência,

sendo os montantes imputados aos pais e encarregados de educação na respetiva mensalidade, após informação do coordenador das atividades de complemento curricular.

Alunos externos

Os alunos que interrompam o seu percurso escolar antes de finalizarem o ensino secundário e, por conseguinte, se venham a considerar como antigos alunos durante a sua escolarização básica ou secundária, terão um custo mensal para a manutenção da prática competitiva regular de 75€ (+IVA) durante a época desportiva. A participação dos alunos que terminaram o 12.º ano no Colégio mas pretendem continuar a sua atividade no *TeamGym* tem um custo associado de 45€ (+IVA) mensais. Estes valores não contemplam as quantias de filiação associativa ou federativa e outras devidas à consequente competição desportiva, como é o caso do seguro. Os custos associados às deslocações do aluno ou das equipas são suportados pelos próprios. A aceitação de antigos alunos nas equipas está sujeita à aprovação da Direção.

Andebol

DESTINATÁRIOS	Alunos do 1.º CEB, 2.º CEB, 3.º CEB e Ensino Secundário
HORÁRIO	Bambis (1.º ao 4.º ano): 2.ª e 5.ª feira, das 12h30 às 13h30 Minis (5.º e 6.º ano): 2.ª e 4.ª feira, das 16h30 às 18h00 Infantis (7.º e 8.º ano): 3.ª e 5.ª feira, das 16h30 às 18h00 Iniciados (9.º e 10.º ano): 3.ª e 5.ª feira, das 18h00 às 19h30 Juvenis (11.º e 12.º ano): 2.ª e 4.ª feira, das 18h00 às 19h30
PROPINA MENSAL	1.º CEB: 25€ 2.º CEB ao Secundário – 30€

PROGRAMA

O andebol é um jogo de partilha, em que o conceito do coletivo estimula a competitividade saudável e o trabalho colaborativo, proporcionando um desenvolvimento global do aluno. Este desporto favorece a interação com os colegas de equipa na busca de um objetivo comum e também a interação com os adversários. Promove ainda a disciplina no cumprimento das regras e o respeito pelos treinadores e árbitros.

OBJETIVOS

Desenvolver a resiliência e a capacidade de adaptação.
Aprender a aceitar as próprias falhas e as dos colegas.
Saber lidar com situações adversas.
Superar derrotas e encará-las como oportunidades de desenvolvimento.
Aprender a perder e a ganhar.

Futebol

DESTINATÁRIOS	Alunos do 1.º CEB, 2.º CEB, 3.º CEB e Ensino Secundário
HORÁRIO	Formação (1.º ano): 4.ª e 6.ª feira, das 16h45 às 17h45 Formação (2.º ano): 4.ª e 6.ª feira, das 16h45 às 17h45 Formação (3.º ano): 3.ª e 6.ª feira, das 16h45 às 17h45 Escolas (4.º ano): 3.ª e 5.ª feira, das 16h45 às 17h45 Benjamins (5.º ano): 2.ª e 5.ª feira, das 16h30 às 18h00 Infantis Futebol 7 (6.º ano): 2.ª e 5.ª feira, das 16h30 às 18h00 Infantis Futebol 11 (7.º ano): 2.ª e 5.ª feira, das 18h00 às 19h30 Iniciados Futebol 11 (8.º ano): 2.ª e 4.ª feira, das 18h00 às 19h30 Iniciados Futebol 11 (9.º ano): 3.ª feira, das 18h00 às 19h30 e 5.ª feira, das 19h00 às 20h30 Juvenis Futebol 11 (10.º ano): 3.ª feira, das 19 às 20h30 e 6.ª feira, das 18h00 às 19h30 Juvenis Futebol 11 (11.º ano): 4.ª feira, das 19 às 20h30 e 6.ª feira, das 18h00 às 19h30
PROPINA MENSAL	1.º CEB: 25€ 2.º CEB ao Secundário – 30€

PROGRAMA

O núcleo desportivo de futebol permite que os alunos, num ambiente de colaboração, adquiram valores sociais e humanos, ao mesmo tempo que melhoram a sua aptidão física e reforçam o gosto pela prática regular das atividades físicas. Os alunos têm condições para compreender e aplicar os princípios, os processos e questões da participação no futebol, valorizando a ética, o espírito desportivo, a responsabilidade pessoal e coletiva, a cooperação e a solidariedade.

OBJETIVOS

Cooperar com os colegas, quer nos exercícios, quer no jogo.

Conhecer o objetivo do jogo, a função e o modo de execução das principais ações técnico-táticas, consoante a sua idade.

1.º e 2.º ano:

Realizar corretamente as ações técnicas de passe, receção, condução e remate; saber enquadrar-se com a baliza; realizar e perceber o conceito de desmarcação; executar corretamente um lançamento lateral; jogar com os companheiros, realizando uma ocupação racional do espaço, progredindo no terreno de jogo de 3 X 3 e de 4 X 4, sem GR.

3.º e 4.º ano:

Em situação de jogo de 7 x 7, os alunos devem realizar as seguintes ações: criar situações de superioridade numérica utilizando adequadamente os três corredores de jogo segundo o dispositivo tático da equipa; colaborar com os companheiros, na fase ofensiva, cumprindo os princípios do jogo de modo manter a posse de bola e criar situações de finalização; realizar ações técnico-táticas, na fase defensiva, que permitam a recuperação da posse da bola ou a proteção da própria baliza; jogar com os companheiros, realizando uma ocupação racional do espaço, progredindo no terreno no jogo de GR+6 X 6+GR.

5.º e 6.º ano:

Procurar criar desequilíbrios na defesa adversária, através de combinações a 3 recursos: passe em triângulo, desmarcação de rotura e o jogo em largura; defender em bloco para o lado da bola, procurando fechar o corredor central; desenvolver os princípios da penetração, da contenção e da cobertura defensiva; avaliar a capacidade de jogo e o posicionamento ofensivo e defensivo.

7.º e 8.º ano:

Em situação de jogo de 9 X 9 (7.º ano) e de 11 x 11 (8.º ano), os alunos devem realizar as seguintes ações: colaborar com os companheiros, na fase ofensiva, cumprindo os princípios do jogo de modo a permitir a manutenção da posse de bola, a progressão para a baliza e a finalização; realizar ações técnico-táticas, na fase defensiva, que permitam a recuperação da posse da bola e a cobertura e defesa da baliza; criar situações de superioridade numérica ofensivas e defensivas; utilizar adequadamente os três corredores de jogo; saber qual o “dispositivo” tático da equipa; jogar com os companheiros, realizando uma ocupação racional do espaço, progredindo no terreno no jogo formal de 9 X 9 (7.º ano) ou de 11 X 11 (8.º ano).

9.º, 10.º e 11.º ano:

Em situação de jogo de 11 x 11, os alunos devem realizar as seguintes ações: colaborar com os companheiros, na fase ofensiva, cumprindo os princípios do jogo de modo a permitir a manutenção da posse de bola, a progressão para a baliza e a finalização; realizar ações técnico-táticas, na fase defensiva, que permitam a recuperação da posse da bola e a cobertura e defesa da baliza; criar situações de superioridade numérica ofensivas e defensivas; utilizar adequadamente os três corredores de jogo; saber qual o “dispositivo” tático da equipa; jogar com os companheiros, realizando uma ocupação racional do espaço e progredindo no terreno de jogo formal de 11 X 11.

Ginástica

DESTINATÁRIOS	Alunos do 1.º CEB, 2.º CEB, 3.º CEB e Ensino Secundário
HORÁRIO	Núcleo 1 (1.º ano): 3.ª e 5.ª feira, das 16h30 às 17h15 Núcleo 2 (2.º ano): 3.ª e 5.ª feira, das 17h15 às 18h00 Minis (3.º e 4.º ano): 2.ª e 4.ª feira, das 16h30 às 18h00 Classe especial – raparigas (apenas por convite): 6.ª feira – 17h30-18h30 Classe especial – rapazes (apenas por convite): 6.ª feira – 16h30-17h30 Classe – rapazes e raparigas (5.º, 6.º, 7.º, e 8.º ano): 3.ª e 5.ª feira, das 18h00 às 19h30 TeamGym – rapazes e raparigas (9.º ao 12.º ano): 2.ª, 4.ª e 6.ª feira, das 18h00 às 20h00
PROPINA MENSAL	Núcleo 1 e 2: 25€ Minis e classes – 30€ Teamgym: 45€

PROGRAMA

A Ginástica visa a iniciação às atividades gímnicas, desenvolvendo as capacidades motoras do aluno de forma lúdica, pedagógica, estruturada, progressiva e orientada, através da execução de saltos gímnicos em diversas superfícies (trampolins, *airtrack*, solo). Promove o desenvolvimento integral dos alunos, contribuindo para a sua formação intelectual, emocional e social.

OBJETIVOS

Núcleos 1 e 2: desenvolver as bases da prática gímica de forma estruturada e lúdica, valorizando a alegria do sucesso na concretização de um objetivo e o sentimento de confiança associado à autossuperação.

Minis: desenvolver e aperfeiçoar, de forma evolutiva, as bases da prática gímnica, procurando alcançar novos objetivos e atingir superação pessoal.

Classe de formação: aperfeiçoar, de forma evolutiva, as bases da prática gímnica, com foco na integração futura numa estrutura pré-competitiva, aprofundando valores de responsabilização de pertença a uma equipa.

Classes de pré-*TeamGym*: aplicar uma base gímnica trabalhada de forma estruturada e progressiva ao longo dos anos numa estrutura pré-competitiva, com o objetivo de integração numa equipa de *TeamGym* de forma comprometida e responsável.

Classes de *TeamGym*: aperfeiçoar, de forma evolutiva, as capacidades gímnicas trabalhadas ao longo dos anos, integrando uma equipa de competição de *TeamGym*, com sentido de compromisso, com responsabilidade e rigor.



Voleibol

DESTINATÁRIOS	Alunos do 3.º ao 12.º ano
HORÁRIO	Minis A (3.º e 4.º ano): 2.ª e 6.ª feira, das 12h30 às 13h30 Minis A (5.º ano): 2.ª e 5.ª feira, das 16h30 às 18h00 Minis B (6.º ano): 3.ª e 6.ª feira, das 16h30 às 18h00 Infantis B (7.º ano): 2.ª e 4.ª feira, das 16h30 às 18h00 Infantis A (8.º ano): 3.ª e 5.ª das 18h às 19h30 Iniciados (9.º ano): 3.ª e 6.ª feira, das 16h30 às 18h00 Cadetes A (10.º ano): 2.ª, 4.ª e 5.ª feira, das 18h00 às 19h30 Cadetes B (10.º ano): 3.ª e 6.ª feira, das 18h00 às 19h30 Juvenis (11.º ano): 2.ª, 4.ª e 6.ª feira, das 18h00 às 19h30
PROPINA MENSAL	1.º CEB: 25€ 2.º CEB ao Secundário – 30€

PROGRAMA

A prática do voleibol promove o desenvolvimento integral dos alunos, contribuindo para a sua formação intelectual, emocional e social. Ao integrar os objetivos das várias áreas da dimensão académica, esta atividade proporciona uma aprendizagem prática e dinâmica, preparando os alunos para enfrentar os desafios da vida com confiança e competência. Esta atividade exige quer habilidades físicas e técnicas quer intelectuais e sociais, tornando-se uma ferramenta educativa multifacetada.

OBJETIVOS

Desenvolver a capacidade de para analisar situações de jogo, identificar problemas táticos e encontrar soluções eficazes em tempo real.

Aprofundar a criatividade na execução de jogadas e estratégias de equipa.

Desenvolver as competências de comunicação verbal e não-verbal entre os membros da equipa.

Colaborar e cooperar em equipa para atingir um objetivo comum.

Desenvolver a proatividade e a capacidade de tomar decisões rápidas e autónomas durante o jogo, bem como assumir responsabilidades no planeamento e execução das respetivas tarefas dentro da equipa.

Desenvolver a resiliência e a capacidade de enfrentar desafios com determinação (o ambiente competitivo ajudará os alunos a lidar com situações de pressão, a superar falhas e a manter a motivação perante adversidades).

Aperfeiçoar as capacidades da flexibilidade e da liderança em diferentes contextos.