



castis



atividades extracurriculares facultativas

2023/2024

Mais informações: colegio@castiis.pt

Dança

urbana

Faixa etária: 3 aos 12 anos

Objetivos gerais da atividade

- Despertar o gosto pela dança e as artes, como forma de expressão;
- Desenvolver a liberdade de expressão corporal;
- Despertar a criatividade através do movimento e da música;
- Estimular o pensamento criativo;
- Desenvolver a confiança pessoal.

Professora: **Andreia Fallé**

andreiafalle@colegiosantaetulalia.pt

Estilo/Identidade - Danças Urbanas

- Dançarina há mais de 15 anos;
- Membro integrante de grupos de competição durante 5 anos;
- A exercer atividade de professora de dança desde 2018.

"A dança sempre me encheu de entusiasmo, mas é a energia única e a curiosidade contagiante das crianças que me conquista diariamente."

Taekwondo

Faixa etária: 3 aos 12 anos

Objetivos gerais da atividade

Benefícios do taekwondo para as crianças

- Trabalha a coordenação física e motora, flexibilidade, equilíbrio e concentração;
- Desenvolve o espírito de grupo, através do treino com os colegas, auxilia na disciplina.
- As atividades e a interação das aulas privilegiam o desenvolvimento de características como a coragem, humildade e autocontrole;
- Promove a cortesia e o respeito pelo professor, pelos colegas e por si próprio.

Professor: Ruben Oliveira – Jovens D'ouro
jovensdouro@gmail.com

- Mestre de Taekwondo
- Seleccionador nacional formação
- Formação em Fisioterapia

Música

piano

Faixa etária: 4 aos 12 anos

Objetivos gerais da atividade

A participação em atividades musicais e, especificamente, piano, permite:

- Desenvolver a concentração
- Ampliar a capacidade de memorização
- O desenvolvimento de competências transversais, como a disciplina
- Optimizar a capacidade criativa
- Potenciar o desenvolvimento da capacidade intelectual
- Promover o bem-estar

Professora: Maria Guimarães – No Sorriso da Lua
maria@colegiosantaaulalia.pt

- Licenciatura em Música
- 8º grau de piano
- Experiência de 17 anos, na docência de piano

A vibrant banner with a grid of colorful squares (pink, orange, green, blue, purple, yellow) containing white icons of various activities like painting, dancing, sports, and technology. A white rectangular box is overlaid on the banner.

Aloha

Faixa etária: 5 aos 12 anos

Objetivos gerais da atividade

O ALOHA é uma atividade que vai ajudar a estimular o cérebro através da utilização do ábaco.

“Com este instrumento vais aprender a fazer cálculos mentais com grande velocidade e precisão, ao mesmo tempo que participas em aulas lúdicas e muito divertidas! No final, não só vais melhorar a tua autoestima e confiança, como vais ver que a matemática é muito divertida; ao mesmo tempo que melhoras os teus resultados escolares a todas as disciplinas”.

Professor:

Esta atividade é dinamizada por uma empresa especializada – Aloha Portugal <https://web.alohaportugal.com/>

Contacto: coordenador.porto@alohaportugal.com

Ténis Mesa

Faixa etária: dos 5 aos 12 anos

Objetivos gerais da atividade

Com esta atividade pretende-se:

- Conhecer as leis do jogo
- Domínio das diversas técnicas de lançamento
- Jogar com parceiros da modalidade
- Desenvolvimento de habilidade motoras finas
- Potenciar noção espacial do aluno e velocidade de reação

A natação é uma atividade dinamizada por uma empresa especializada = SportsConcept <https://sportsconcept.pt/>

Contacto: joao.moreira.sportsconcept@gmail.com