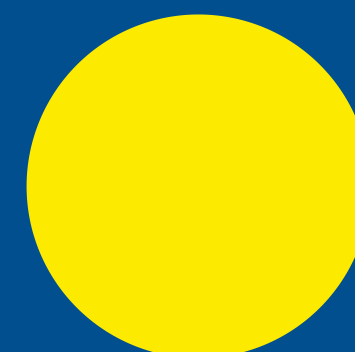
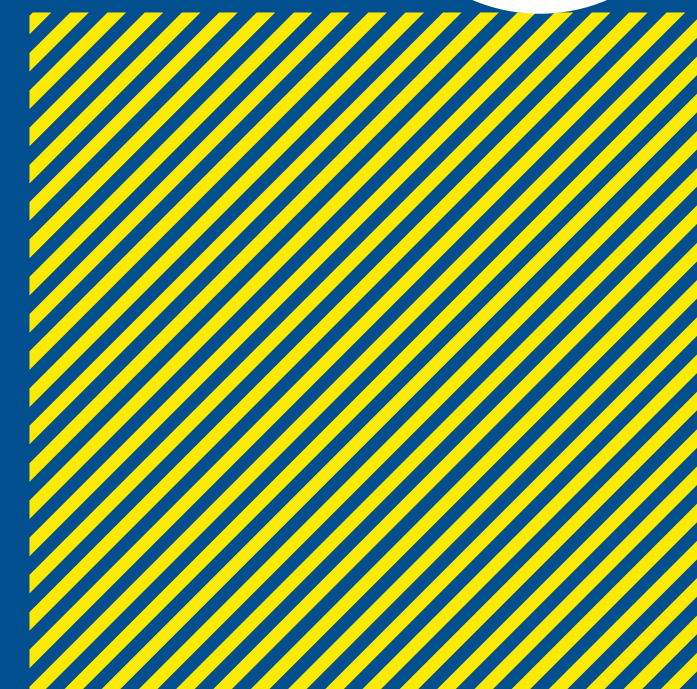
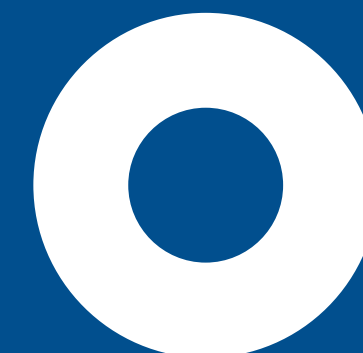


Atividades Extracurriculares & Desporto 2020 - 2021



Grande Colégio Universal



Informações

O Grande Colégio Universal oferece uma vasta escolha de atividades de enriquecimento curricular, procurando desenvolver competências como a motivação, o trabalho em equipa e a organização, bem como competências emocionais e sociais.

1

Início das Inscrições

24 / 08 / 2020

2

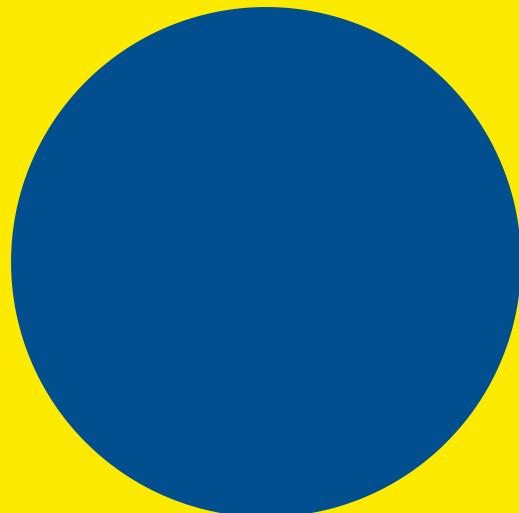
Início das Atividades

14 / 09 / 2020



Atendendo a situação atual, que promove a incerteza dos dias que virão e qual a realidade que nos espera, idealizámos e organizámos as atividades descritas, acreditando nos benefícios que a sua prática promove, de acordo com as normas atualmente impostas.

Qualquer alteração a horários ou formato de lecionação das diferentes atividades, impostas pelos progressos da pandemia, será ajustada e accionada com a maior brevidade possível.



Esta atividade será desenvolvida em protocolo com a Etcetera Associação Artística. As aulas serão lecionadas por professores desta associação, nas instalações do Colégio.

Esta atividade funciona com um mínimo de 8 alunos inscritos e um máximo de 18.

Teatro & Teatro Musical



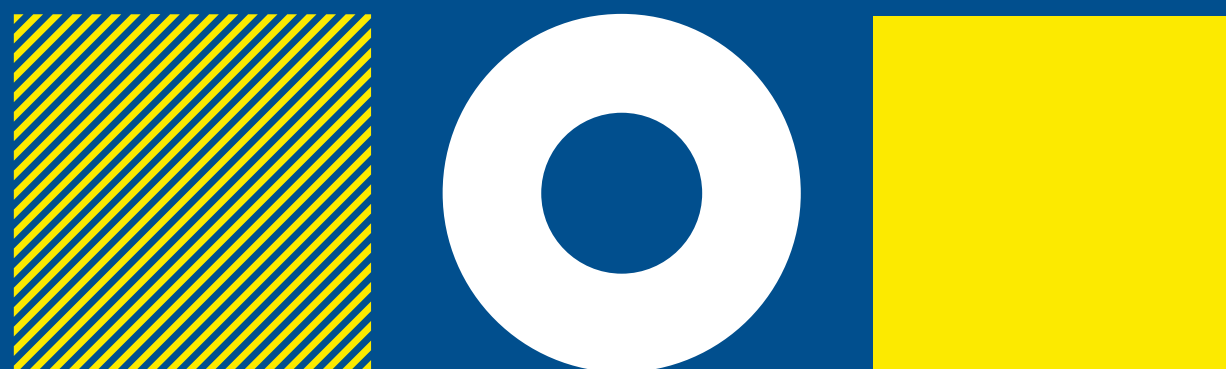
A formação em teatro ajuda no desenvolvimento do aluno, promovendo um crescimento sustentado e saudável. Esta atividade trabalha os seus interesses, explorando e desenvolvendo as diferentes áreas que compõem uma representação teatral e o mundo do espetáculo.

Pré- escolar e 1º ciclo: - TEATRO

4ªf - 17h às 18h

2º e 3º ciclos: TEATRO MUSICAL

4ªf - 18h às 19h



Ballet

A prática de Ballet Clássico favorece a sensibilidade artística, estimula a flexibilidade e a expressividade corporal, auxilia no aperfeiçoamento da coordenação motora e da postura.

Esta atividade decorrerá nas instalações da Academia de Dança da Boavista. O transporte de ida é assegurado pela Academia; no final das aulas, o transporte para casa fica a cargo do Encarregado de Educação.

Esta atividade funciona com um mínimo de 5 alunos inscritos e um máximo de 15.

Horários

Baby Class: 4^{af} e 6^{af} das 17h15 às 18h

Pré Primário: 3^{af} e 5^{af} das 17h15 às 18h

Primário: 2^{af} e 4^{af} das 18h15 às 19h

Grau 1: 2^{af} e 4^{af} das 17h30 às 18h30

Grau 2: 4^{af} e 6^{af} das 18h às 19h

Grau 3: 4^{af} e 6^{af} das 18h às 19h e Sábado das 10h às 11h

Grau 4: 3^{af} e 5^{af} das 18h às 19h e Sábado das 11h às 12h.(Barra no Solo: 3^{af} ou 4^{af} das 19h às 20h)

Grau 5: 3^{af} e 5^{af} das 18h às 19h e Sábado das 12h30 às 13h30 (Barra Solo: 3^{af} das 19h às 20h) - Oferta complementar: Modern Jazz: Sábado das 11h30 às 12h30

Intermediate/Advanced: 3^{af}, 5^{af} e 6^{af} das 19h às 20h30

(Barra Solo: 4^{af} das 19h às 20h ou 6^{af} das 20h30 às 21h30)

Preços

Baby Class: 42,50€

Pré Primário: 45€

Primário: 50€

Grau 1: 52,50€

Grau 2: 55€

Grau 3: 62,50€

Grau 4: 70€

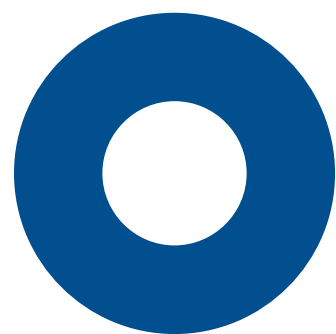
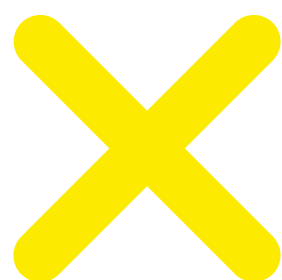
Grau 5: 75€

Intermediate/Advanced: 80€

Hip-Hop



Dançar é divertido e favorável ao bem-estar físico e emocional das crianças. Promotora do desenvolvimento da coordenação motora, a dança explora os sentidos e emoções, desenvolvendo igualmente a autoconfiança e criatividade dos alunos.



Esta atividade decorrerá no Colégio em parceria com a Academia de Dança da Boavista.

Esta atividade funciona com um mínimo de 5 alunos inscritos e um máximo de 20.

Horários

Pré escolar e 1º ciclo:
6ªf das 17h às 17h50

2º e 3º ciclos:
2ªf das 17h às 17h50

Pré-escolar, 1º, 2º e 3º ciclos

Piano

Tocar piano estimula a coordenação e as capacidades visuais e motoras. Este instrumento, promove a capacidade de concentração, fortalece a capacidade de memorização e estimula o sentido estético.



Aulas de 50 minutos, em pares.
Horário a definir de acordo com o nível de desenvolvimento e o horário escolar.

Esta atividade é desenvolvida tendo em consideração as orientações da ABRSM (Associated Board of the Royal Schools of Music), a qual permite a realização de um exame, enquanto instrumentista, promovidos pela referida instituição.



2º e 3º ciclos e secundário

Aulas de 50 minutos, em pares.
Horário a definir de acordo com o nível de desenvolvimento e o horário escolar.



Plano Erudito

No plano erudito será desenvolvido um currículo que visa a exploração de repertório erudito, organizado pela ABRSM (Associated Board of Royal Schools of Music), a qual permite a realização de um exame enquanto instrumentista, promovidos pela referida instituição.

Guitarra

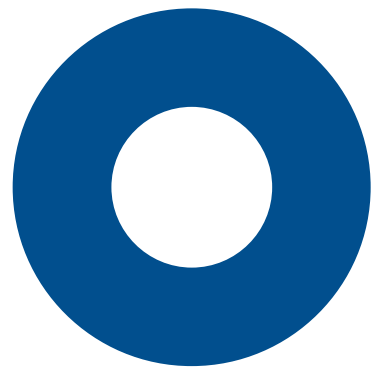
A atividade extracurricular de guitarra permite aos alunos a exploração de diferentes técnicas que promovem o desenvolvimento da coordenação, da independência da digitação e do controlo da motricidade fina.

Plano Livre

No plano livre, serão exploradas diferentes técnicas e géneros musicais. O desenvolvimento deste plano adapta-se ao currículo desenvolvido pela Rockschool, a qual permite a realização de um exame enquanto instrumentista, promovido pela referida instituição.

2º e 3º ciclos e secundário

Guitarra Elétrica



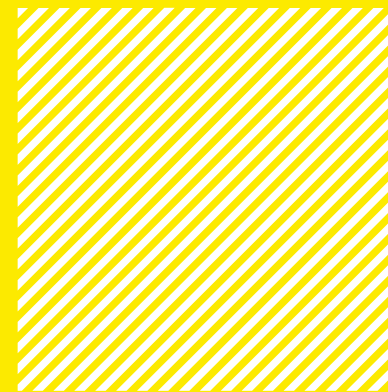
A atividade extracurricular de guitarra elétrica permite aos alunos a exploração de diferentes técnicas e géneros que promovem o desenvolvimento da coordenação, da independência da digitação e do controlo da motricidade fina. O plano de estudos adapta-se ao currículo desenvolvido pela Rockscool, a qual permite a realização de um exame enquanto instrumentista, promovido pela referida instituição.

**Aulas de 50 minutos, em pares.
Horário a definir de acordo com o
nível de desenvolvimento e o
horário escolar.**

1º, 2º e 3º ciclos e secundário

Violino

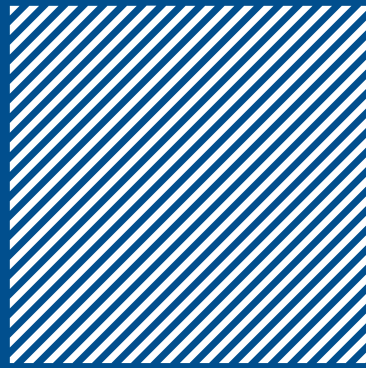
Tocar violino estimula a coordenação e as capacidades visuais e motoras. Este instrumento, promove a capacidade de concentração, fortalece a capacidade de memorização e estimula o sentido estético, através da exploração de repertório de diferentes épocas da história.



Aulas de 50 minutos, em pares.
Horário a definir de acordo com o nível de desenvolvimento e o horário escolar.

Esta atividade é desenvolvida tendo em consideração as orientações da ABRSM (Associated Board of the Royal Schools of Music), a qual permite a realização de um exame, enquanto instrumentista, promovidos pela referida instituição.

Pré-escolar, 1º, 2º e 3º ciclos



Esta arte marcial estimula a autoconfiança e proporciona a descoberta do movimento e do alcance corporal, permitindo um desenvolvimento harmonioso do corpo e do espírito, fomentando igualmente a autoestima.

Karaté

As aulas decorrerão nas instalações do Colégio, sendo a integração de cada aluno feita num determinado nível, após avaliação inicial.

Nível 1: 3ºf e 5ºf das 17h às 17h50

Nível 2: 3ºf e 5ºf das 18h às 18h50

Esta atividade funciona com um mínimo de 5 alunos e um máximo de 12.



Esta atividade será desenvolvida nas instalações do Solinca Constituição.

Os alunos serão acompanhados por funcionários, sendo o transporte de ida assegurado pelo Colégio. O transporte para casa fica a cargo do encarregado de educação.

Esta atividade funciona com um mínimo de 4 alunos inscritos e um máximo de 12.

Pré-escolar e 1ºCiclo

Nível 1: 2ªf e 4ªf, das 17h30 às 18h15

Nível 2: 2ªf e 4ªf, das 18h às 18h45

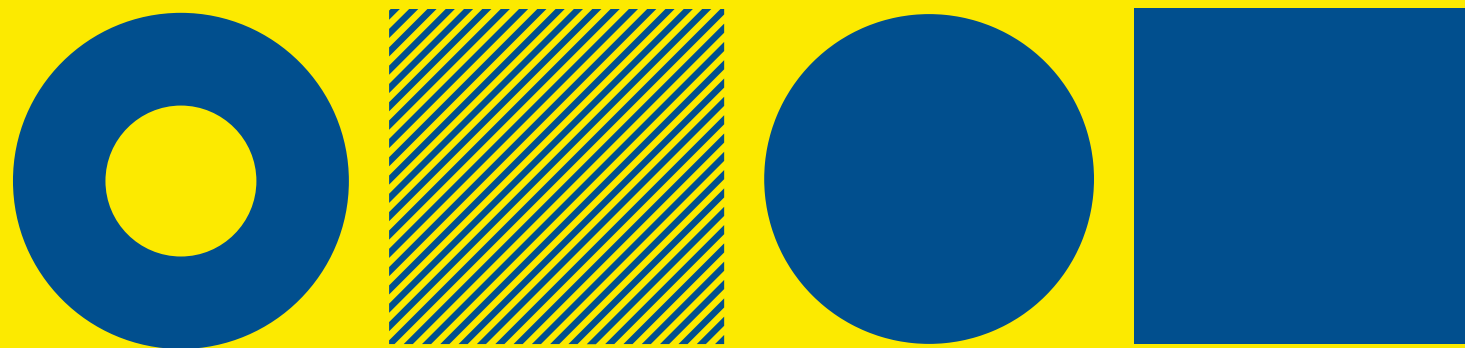


O início da frequência só será possível quando se encontrarem garantidas todas as regras e condições de segurança impostas pela D.G.S.

Natação

O exercício realizado no meio aquático aumenta as aptidões da criança, estimulando a sua coordenação e equilíbrio.





O Xadrez exercita e melhora a memória, bem como a capacidade de concentração e o pensamento crítico. Este jogo de tabuleiro ajuda igualmente a socialização, favorecendo a integração de crianças e jovens em ambientes escolares.

Xadrez



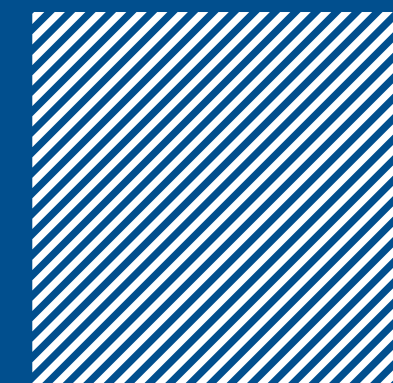
Pré-escolar, 1º, 2º e 3º ciclos

Esta atividade será desenvolvida em protocolo com a Escola de Xadrez do Porto. As aulas serão lecionadas por professores desta instituição, nas instalações do Colégio. Esta atividade funciona com um mínimo de 4 alunos inscritos e um máximo de 12.

Pré e 1º ciclo: 3ªf das 17h às 17h50

2º e 3º ciclos: 3ªf das 18h às 18h50

Meditação



A Meditação promove a tranquilidade, através de "exercícios" que desenvolvem a consciência da respiração como ponto de equilíbrio. Esta atividade impulsiona o crescimento emocional, o autoconhecimento, o amor próprio e o respeito pelos outros.

Esta atividade funciona com um mínimo de 4 alunos e um máximo de 10

Pré- escolar (3 anos): 5^ªf das 17h às 17h50

Pré-escolar (4 e 5 anos): 3^ªf das 17h às 17h50

1^º ciclo (1^º e 2^º anos): 4^ªf das 17h às 17h50

1^º ciclo (3^º e 4^º anos): 4^ªf das 18h às 18h50

2^º ciclo: 4^ªf das 16h às 16h50

3^º ciclo: 5^ªf das 16h às 16h50

Pré-escolar, 1º, 2º e 3º ciclos e secundário

Inglês

A aprendizagem de uma segunda língua ajuda a desenvolver a criatividade e o raciocínio, melhora a concentração e as habilidades de memória. O Inglês é uma língua de estudos, de negócios, de viagens e de comunicação com o mundo globalizado.



Esta atividade será desenvolvida em protocolo com a Knightsbridge, Examination & Trading Centre. As aulas serão lecionadas por professores deste instituto nas instalações do Colégio. Os alunos que pretendam frequentar esta atividade serão integrados num nível de ensino, de acordo com o resultado obtido no Placement Test, a realizar em setembro.

A frequência nesta atividade, permite aos alunos a realização dos exames Cambridge.

Pré-escolar



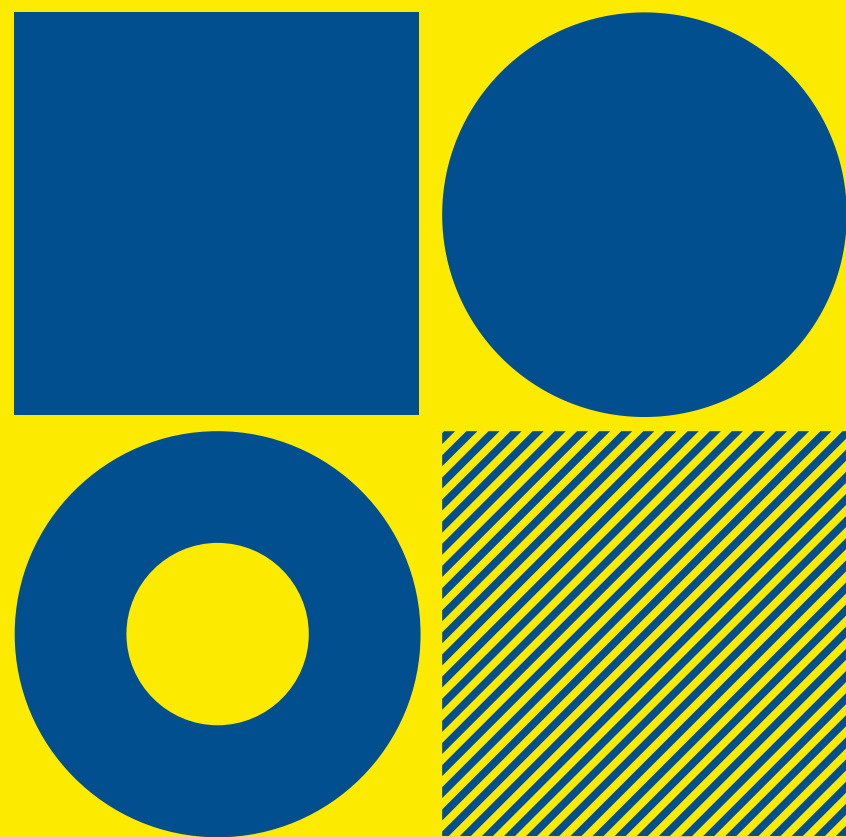
1º, 2º e 3º ciclos e secundário



Horário a definir de acordo com o nível linguístico e adaptado ao horário escolar.

Esta atividade funciona com um mínimo de 7 alunos e um máximo de 16.

Pré-escolar, 1º, 2º e 3º ciclos e secundário



Inscrição: 60€
Material Pedagógico: 45€
Mensalidade: 70€

Esta atividade será desenvolvida em protocolo com o Creative Learning Centre, sendo as aulas lecionadas por professores desde Centro de Aprendizagem, nas instalações do Colégio.

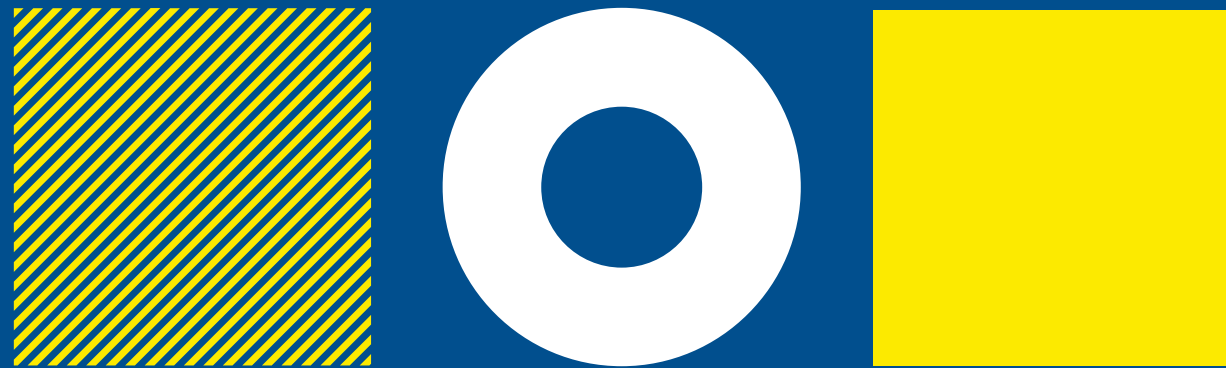
Esta atividade funciona com um mínimo de 7 alunos e um máximo de 12.

Mandarim

Prevê-se que a China terá um papel muito importante no futuro dos países que atualmente integram a União Europeia, altura em que o mandarim será o principal idioma utilizado entre os países que mantenham relações comerciais com a China, pelo que a aprendizagem de mandarim é, sem dúvida, uma mais valia para o futuro.

Aulas de 50 minutos, uma vez por semana.
Horário a definir e adaptado ao horário escolar.

Pré-escolar, 1º, 2º e 3º ciclos e secundário



Alemão

Esta língua apresenta-se como uma das mais utilizadas na Europa, sendo inquestionável a importância da sua aprendizagem. Estudar alemão não significa apenas aprender uma língua, mas também conhecer uma cultura.

Esta atividade funciona com um mínimo de 7 alunos e um máximo de 12.

Aulas de 60 minutos, duas vezes por semana. Horário a definir e adaptado ao horário escolar.

Esta atividade será desenvolvida nas instalações do Colégio.



1º, 2º e 3º ciclos

Robótica



A Robótica educacional promove o contacto com a tecnologia de forma objetiva. Estimula através da robótica e programação educativa com a Lego Education, a capacidade de resolução de problemas, o desenvolvimento lógico, o trabalho em equipa e a criatividade.

Robótica I - Iniciação - 2ªf, das 12h55 às 13h55
Robótica I - Avançado - 6ªf, das 12h55 às 13h55



Cada turma deste nível funciona com um mínimo de 8 alunos e um máximo de 10.

Robótica II - 6ªf, das 15h00 às 16h30

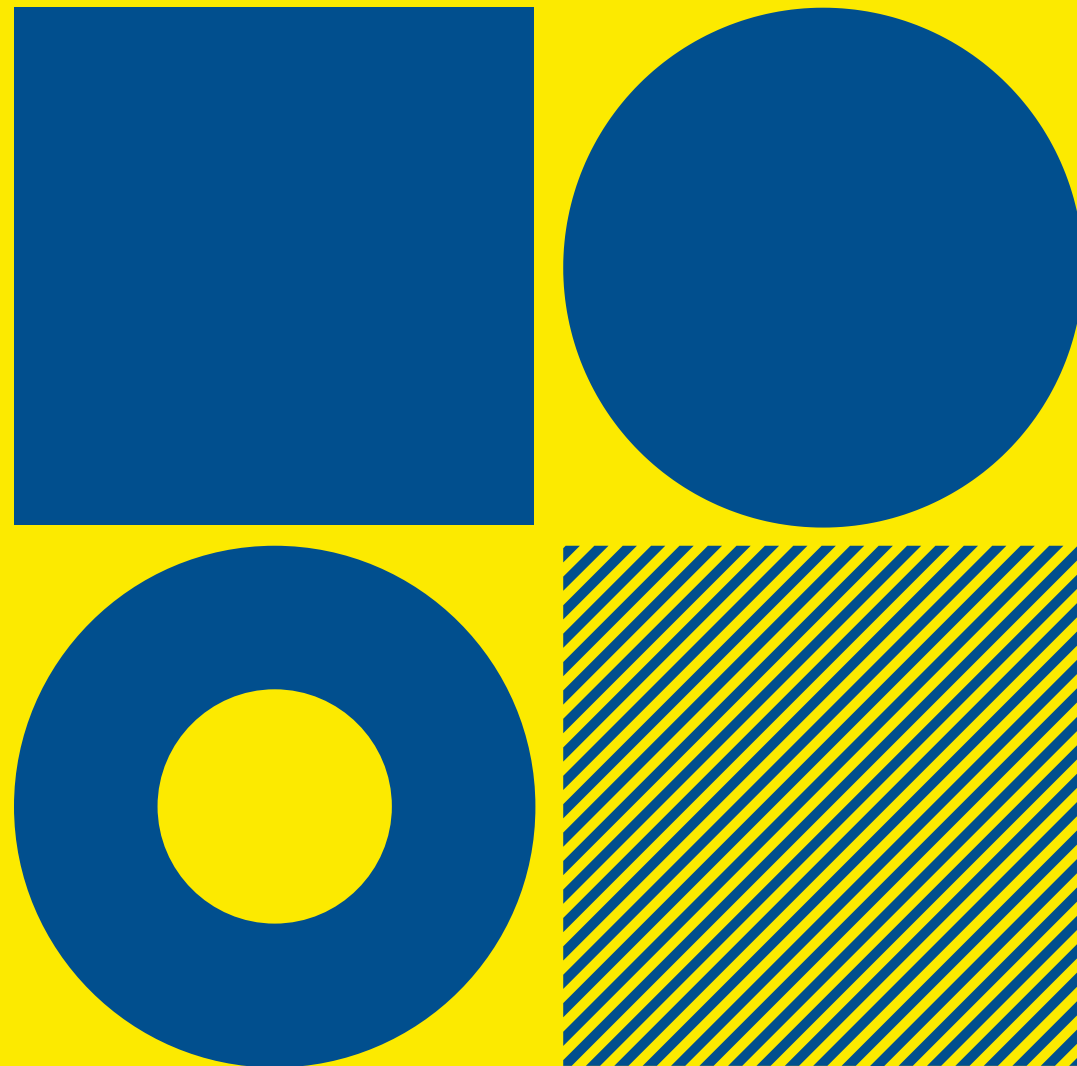


Este nível funciona com um mínimo de 8 alunos e um máximo de 9.

Andebol



O Andebol Masculino é um desporto de equipa que desenvolve as aptidões individuais dos alunos, mas com uma vertente coletiva muito relevante para o sucesso desportivo. Os praticantes desenvolvem características que serão fundamentais para o êxito pessoal e profissional, tais como a capacidade de trabalho de grupo, perseverança e melhoria da concentração.



Andebol



Bambis Manitas (1º, 2º e 3º anos)

3ªf - 17h às 18h

5ªf - 17h às 18h

Minis (4º ano)

2ªf - 16h45 às 17h30

3ªf - 17h às 18h

5ªf - 17h às 18h45

Minis (5º ano)

2ªf - 16h30 às 17h30

4ªf - 15h às 16h30

5ªf - 17h45 às 19h15

Infantis (6º e 7º anos)

2ªf - 17h às 18h30

3ªf - 15h às 16h45 (só 7º ano)

4ªf - 15h às 16h30 (só 6º ano)

6ªf - 16h45 às 18h15

Iniciados e Juvenis (8º, 9º, 10º e 11º anos)

2ªf - 17h30 às 18h30

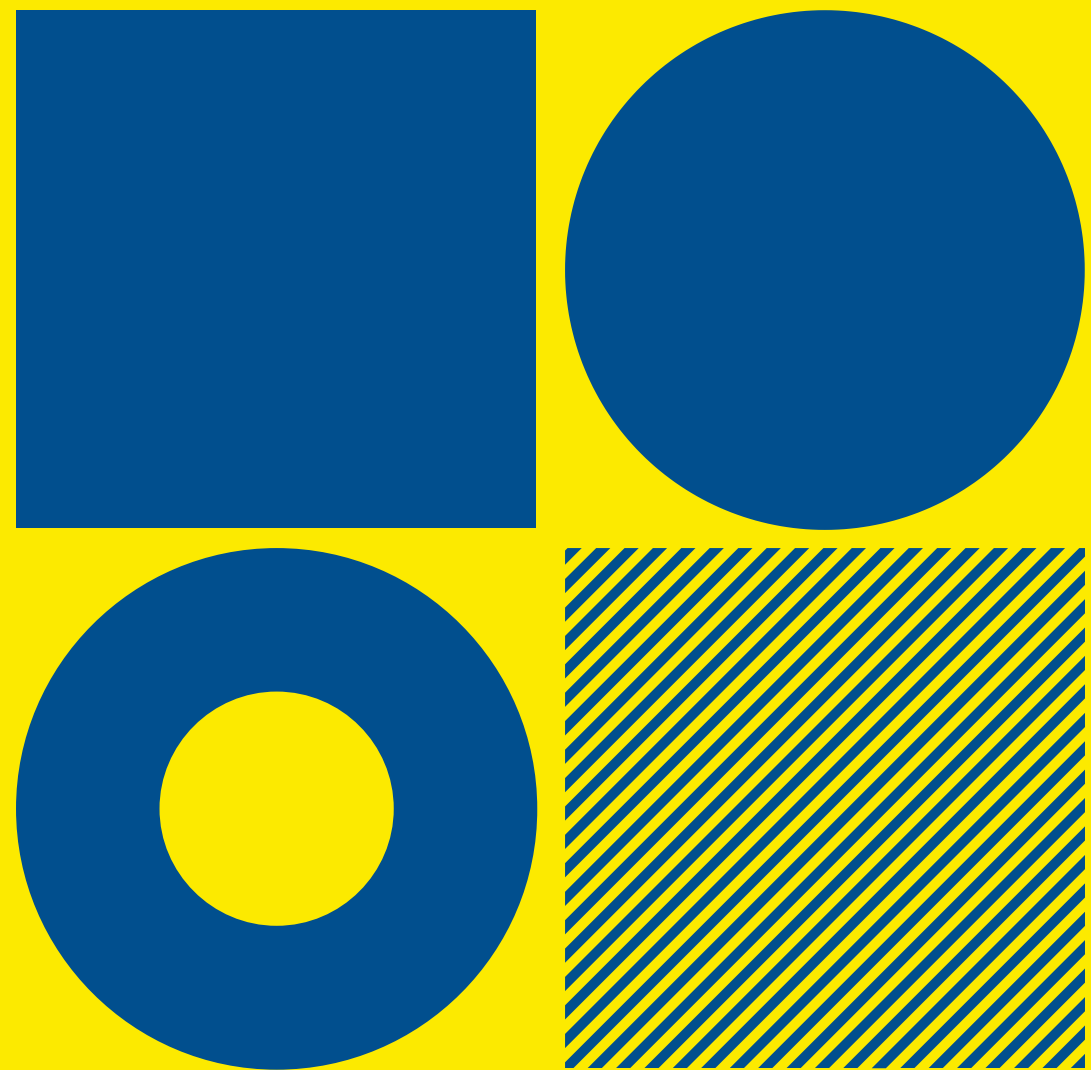
(musculação)

18h30 às 19h30

3ªf - 17h45 às 19h30

4ªf - 17h15 às 19h30

6ªf - 17h45 às 19h30



Voleibol



O Voleibol Feminino é um desporto coletivo que, para além dos benefícios para a saúde e bem-estar das alunas, promove o espírito de equipa, a entreajuda e a autossuperação.

Voleibol



Minis A **(1º, 2º e 3º anos)**

3ªf - 17h às 18h

5ªf - 17h às 18h

Minis A **(4º ano)**

2ªf - 16h45 às 17h30

3ªf - 17h às 18h

5ªf - 17h às 18h45

Minis A **(5º ano)**

2ªf - 16h30 às 17h30

4ªf - 15h às 16h30

5ªf - 17h45 às 19h15

Minis B **(6º e 7º anos)**

2ªf - 17h às 18h30

3ªf - 15h às 16h45 (só 7º ano)

4ªf - 15h às 16h30 (só 6º ano)

6ªf - 16h45 às 18h15

Iniciadas **(8º, 9º anos)**

3ªf - 17h45 às 19h30

4ªf - 17h45 às 19h30

5ªf - 15h às 16h45



GRANDE COLÉGIO
UNIVERSAL