

ARTISPORT

2024/25





ÍNDICE

MENSAGENS	4		
Diretor	4	Curso Vocacional de Dança	28
Coordenador	5	Curso Vocacional de Teatro Musical	29
PROCEDIMENTOS	6		
FUNCIONAMENTO	9	MUSICENTRO	30
ATIVIDADES		Combo	32
ARTISPORT	10	Formação Musical	33
NOVIDADES	11	Produção Multimédia	33
ArtInclui	11	História da Música	34
Triatlo	12	Harmonia I /	
Academia do Desenvolvimento e Aprendizagem	13	Harmonia II	34
ACADEMIAS DO CONHECIMENTO	14	Treino Auditivo	35
Programação e Robótica	14	Ensemble Vocal	35
Academia		Laboratório do Ritmo	35
<i>The Project Cooking</i>	16	Orquestra de Cordas e Sopros	36
Línguas Estrangeiras – Fun Languages	17	Orquestra de Guitarras	36
Inglês – Fun Languages	18	DESPORTO	37
ARTES		Basquetebol	37
PERFORMATIVAS	19	Futebol	38
Academia do Palco	19	Futsal	39
Acro Dance	20	Hóquei em Patins	40
Ballet Clássico	20	Voleibol	41
Barra de Chão	21	ArtGym	42
Broadway Jazz	22	Ginástica Desportiva	43
Dança		Judo	44
Contemporânea	23	Karaté	45
Dança Criativa	24	Patinagem Artística	46
Hip Hop	25	Ténis de Mesa	47
Teatro	26	Xadrez	48
Teatro Musical	27	FÉRIAS	49
		Escola Aberta	49
		Campos de Férias	50
		Snowtrip Salesianos	51
		Inglês no Reino Unido	52
		CONTACTOS	53

MENSAGEM DO DIRETOR

CONFIA! RASGA NOVOS HORIZONTES!

Bem-vindos à proposta do ArtiSport dos Salesianos do Estoril para o ano 2024-2025!

Predispomo-nos a retomar mais uma vez as nossas atividades no início de um novo ano educativo-pastoral. Como é frequente acontecer, o iniciar ou retomar de algo é sempre um ato marcado pela esperança: esperamos avançar; esperamos alcançar os objetivos estabelecidos; esperamos chegar sempre mais longe, mais alto, mais além. Desta forma, sem nos darmos conta, muito do que nos propomos é motivado pela virtude da esperança.

Uma oportunidade única para tomarmos consciência desta força motriz na nossa vida será, sem dúvida, o Jubileu do ano 2025 dedicado à esperança que o Papa Francisco estrutura a partir desta experiência humana: *“no coração de cada pessoa, encerra-se a esperança como desejo e expectativa do bem, apesar de não saber o que trará consigo o amanhã”*. Na mesma linha se encontra o tema pastoral dos Salesianos para 2024-2025 que tem como slogan *“Confia! Avançamos na Esperança”*.

Por isso, enche mais uma vez o teu espírito com a graça da esperança e deixa que os teus caminhos sejam pautados pelo desejo de ser sempre mais e melhor. Votos de que as muitas e diversificadas propostas do ArtiSport aqui apresentadas sejam uma ajuda para cada um poder avançar, sem desanimar, rumo à felicidade. Confia! Abraça novos horizontes! Avança movido pela esperança!

Feliz ano educativo-pastoral. Boas atividades. Excelentes progressos. Boa caminhada... sempre pautada pela esperança.

Pe. João Chaves

Diretor dos Salesianos do Estoril

MENSAGEM DO COORDENADOR

Neste ano letivo 2024-2025 somos desafiados a continuar a seguir o caminho sonhado por D. Bosco: “Confia! Avançamos na Esperança”. É este o tema que nos anima a construir uma relação entre educadores e educandos que promova a superação de cada um deles, com a consciência de que o ser humano é um ser relacional e que não vive apenas para si mas para o outro e que precisa do outro para se realizar. Através da relação educativa amável e de confiança que podemos ajudar a desenvolver os dons de cada um deles, ao seu ritmo e na sua área de interesse.

Olhamos para cada um dos nossos alunos de uma forma única e integrada e procuramos contribuir para o desenvolvimento das suas capacidades físicas, intelectuais, sociais emocionais e espirituais. “Dar o melhor de si” é o desafio que propomos a cada um dos nossos alunos em todas as atividades Artisport dos Salesianos do Estoril.

As atividades Artisport dos Salesianos do Estoril estão abertas a toda a comunidade educativo-pastoral da nossa escola mas também a todos aqueles que, não sendo alunos dos Salesianos, se revêm na nossa oferta formativa, desportiva, artística e cultural.

Prof. Diogo Vieira

Coordenador Artisport dos Salesianos do Estoril

PROCEDIMENTOS

DISPOSIÇÕES GERAIS

As atividades ArtiSport dispõem de Regulamento próprio que rege a sua organização e funcionamento nos Salesianos do Estoril e de documentação (fichas de inscrição) onde constam informações específicas de cada atividade.

CONDIÇÕES DE INSCRIÇÃO

1. As atividades ArtiSport estão abertas a todos os interessados, incluindo alunos externos à escola dos Salesianos do Estoril;
2. A frequência de todas as atividades carece de inscrição obrigatória;
3. A inscrição pressupõe a permanência até ao término de funcionamento da atividade;
4. A inscrição garante a lecionação durante o período de funcionamento de, pelo menos, 30 vezes o número de sessões semanais;
5. As inscrições estão condicionadas à existência de vagas nos dias e horários pretendidos;
6. As inscrições são aceites por ordem de entrada e mediante entrega de toda a documentação necessária;
7. Todas as atividades apresentam número limite de inscrições e só iniciam se atingirem o número mínimo que viabilize o seu funcionamento.

PROCEDIMENTO DE INSCRIÇÃO

1. O procedimento de inscrição poderá ser realizado pelas seguintes vias:
 - a. DNA online, secção Atividades (com exceção da 1.ª inscrição de alunos externos e de todos nas atividades desportivas federadas e das atividades do Musicentro);
 - b. Para inscrição nas atividades do Musicentro deverá ser utilizado o email:
inscricoes.musicentro@estoril.salesianos.pt
 - c. Presencial na secretaria dos Salesianos do Estoril;
2. No caso das atividades desportivas federadas a inscrição é feita, exclusivamente, ao balcão da secretaria;

DOCUMENTAÇÃO NECESSÁRIA

1. Para efeitos de validação e aceitação das inscrições presenciais nas atividades ArtiSport, é necessária a entrega e/ou apresentação na secretaria, da seguinte documentação:
 - a. Ficha de inscrição, preenchida integral e corretamente;

- b. Modelo de informação de privacidade e consentimento informado;
- c. Apresentação do documento de identificação;
2. No caso das atividades desportivas federadas, será necessário entregar na secretaria, também, a documentação requerida pelas respetivas federações.

PAGAMENTOS

1. No ato de inscrição é cobrado o valor da inscrição acrescido do valor da mensalidade do mês em que tem início a atividade, até ao dia 8 ou por débito direto;
2. A mensalidade é cobrada até ao mês de maio, inclusive; com exceção das atividades que se prolongam até ao final de julho (futsal);
3. Aos alunos externos à escola dos Salesianos do Estoril será cobrado, adicionalmente, um valor de 35,00€ no ato de inscrição, referente ao seguro anual;
4. O pagamento da mensalidade deverá ser efetuado até ao dia 8 de cada mês; Se o dia 8 for sábado, domingo ou feriado, o pagamento terá de ser efetuado até ao dia útil seguinte;
5. Após o dia 8 de cada mês, não tendo havido o devido pagamento do saldo da conta corrente, haverá um agravamento de 5% sobre a totalidade das despesas em dívida;
6. Se a situação de dívida transitar para o mês seguinte, o agravamento sobe para 10% sobre o saldo em dívida líquido do(s) valor(es) da(s) taxa(s) de compensação a dia 8 do mês anterior;
7. Todos os pagamentos são feitos na secretaria da escola.

SEGURO / TERMO DE RESPONSABILIDADE / EXAME MÉDICO DESPORTIVO

1. Todos os inscritos nas atividades ArtiSport de caráter não federado estão cobertos por um seguro de acidentes pessoais, obrigatório por lei e sem o qual não poderão frequentar a respetiva atividade;
2. Todos os inscritos no desporto federado estão cobertos pelo seguro desportivo das respetivas Associações ou Federações;
3. As condições gerais que abrangem a cobertura desses seguros são as constantes das respetivas apólices, incluindo as respetivas franquias e estão disponíveis para consulta na secretaria.
4. Em caso de ativação do seguro desportivo federado, o pagamento da franquia é da responsabilidade do praticante (maior de idade) ou do encarregado de educação;
5. A inscrição confirma um termo de responsabilidade, no qual é assegurada a inexistência de quaisquer contra-indicações que impeçam a prática respetiva;

6. A inscrição no desporto federado está condicionada à realização obrigatória de um exame médico desportivo, que declare a inexistência de contraindicações para a prática respetiva;
7. A entrega e atualização anual do Exame Médico Desportivo é da responsabilidade do praticante (quando maior de idade) ou do seu Encarregado de Educação.

DESISTÊNCIAS/SUSPENSÕES/ALTERAÇÕES

1. A desistência/alteração de cada atividade é analisada, mediante preenchimento de documento próprio a entregar na secretaria até ao dia 20 de cada mês, com efeito no mês seguinte;
2. A suspensão de atividade é analisada, mediante apresentação de atestado médico na secretaria que comprove a impossibilidade da prática da atividade;
3. Qualquer ausência sistemática à atividade não implica a desistência/suspensão da mesma;
4. Em caso de desistência não serão devolvidas quaisquer importâncias já liquidadas;
5. Os Salesianos do Estoril reservam-se no direito de não aceitar desistências que ponham em causa o funcionamento da atividade.
6. Em qualquer altura do ano e por necessidade de preservação do ambiente educativo, a Direção dos Salesianos do Estoril pode decidir a suspensão de frequência da atividade. Esta decisão não é passível de justificação obrigatória.

COMPENSAÇÕES

1. Somente em casos de falta imputáveis ao colaborador responsável pela lecionação da atividade, será dada a possibilidade de compensação das aulas/treinós;
2. A compensação deverá ocorrer, preferencialmente, até final do mês seguinte a contar da data de interrupção da atividade;
3. A compensação deverá ser acertada com o colaborador responsável pela lecionação da atividade;
4. A compensação será sempre de âmbito pedagógico e não financeiro.

REGIME GERAL DE PROTEÇÃO DE DADOS

1. A informação de privacidade da Fundação Salesianos e a respetiva declaração de consentimento, será entregue no ato de inscrição e disponível para consulta nos locais de atendimento ao público e site institucional;
2. A declaração de consentimento deverá ser assinada pelo próprio quando maior de idade ou pelo encarregado de educação.

FUNCIONAMENTO

PERÍODO DE INSCRIÇÃO NAS ATIVIDADES ARTISPORT:

Desporto Federado: a partir de 7 de agosto de 2024;

Restantes atividades: a partir de 3 de setembro de 2024.

INÍCIO DAS ATIVIDADES ANUAIS:

Desporto Federado: a partir de 3 de setembro de 2024;

Restantes atividades: 30 de setembro de 2024.

INTERRUPÇÃO DAS ATIVIDADES ANUAIS:

Desporto Federado: de acordo com os calendários competitivos de cada escalão/modalidade;

Restantes atividades: de acordo com o calendário dos Salesianos do Estoril para 2024-2025. (interrupção do Natal, Carnaval e Páscoa).

TERMO DAS ATIVIDADES ANUAIS ARTISPORT :

29 de junho de 2025



ATIVIDADES ARTISPORT

NOVIDADES

ArtInclui; Triatlo; Academia do Desenvolvimento e Aprendizagem

ACADEMIA DO CONHECIMENTO

Academia The Project Cooking; Programação e Robótica;
Fun Languages - Inglês e Espanhol.

ARTES PERFORMATIVAS

MUSICENTRO

Escola de Música dos Salesianos do Estoril

Instrumentos: Piano; Canto; Guitarra Clássica (acústica);
Guitarra Elétrica; Baixo Elétrico; Bateria; Violino; Violoncelo;
Saxofone; Flauta Transversal; Clarinete.

Classes Coletivas: Combo (banda pop/rock ou jazz);
Formação Musical; Produção Multimédia; História da
Música; Harmonia (Jazz) I e II; Treino Auditivo; Ensemble
Vocal; Laboratório do Ritmo; Orquestra de Cordas e Sopros;
Orquestra de Guitarras.

ACADEMIA DE PALCO

Ballet Clássico, Barra de chão, Broadway Jazz, Dança
Criativa, Dança Contemporânea, Hip Hop, Teatro, Teatro
Musical, Curso Vocacional de Dança, Curso Vocacional
de Teatro Musical

DESPORTO

Basquetebol, Futebol, Futsal, Hóquei em Patins e Voleibol
ArtGym, Ginástica Desportiva, Judo, Karaté, Patinagem Artísti-
ca, Ténis de Mesa e Xadrez

FÉRIAS

Escola Aberta, Snowtrip Salesianos, Inglês no Reino Unido,
Campo de Férias Salesianos

ARTINCLUI *NOVO*

A ArtInclui é uma iniciativa dedicada a promover a inclusão e o desenvolvimento integral de crianças e jovens com dificuldades ou deficiências, através de atividades especialmente desenvolvidas com uma abordagem centrada no indivíduo, que combina a arte, o movimento, a aprendizagem, o lazer e o bem-estar:

Luditeca: realizar a dinamização de diferentes livros e histórias de forma lúdica e inclusiva. A biblioteca conta com um acervo de livros adaptados e acessíveis como livros em braille, histórias sensoriais e pictogramas.

Rodinhas: vivenciar experiências lúdicas com recurso aos vários desportos radicais sobre rodas (skate, trotinete, patins e bicicleta).

Aventura Motora: adquirir aprendizagens envolvidas com a manipulação de objetos (jogos com bola), coordenação dos movimentos e domínio psico-motor.

Vida Ativa: desenvolver a autonomia nas atividades de vida diária, com oficinas de vestuário, culinária, entre outras.

Natureza Sensorial: estimular os sentidos, proporcionar o bem-estar, a liberdade, o autoconhecimento e a autonomia (imersão na natureza).

Melodias em Ação: integrar a psicomotricidade e a musicoterapia no desenvolvimento físico, cognitivo, emocional e social dos sujeitos.

Gameplay: brincar com jogos eletrónicos e de tabuleiro para vivenciar a diversão de forma acessível e social.

Sala dos Sentidos: promover uma experiência multissensorial que incorpora o uso de luzes, cores, sons, aromas e texturas que acalmam, relaxam e elevam o autoconhecimento.

Espaço Aprender: estimular cognitivamente através de atividades e materiais personalizados de acordo com estilo e funcionamento da aprendizagem de cada um.



TRIATLO *NOVO*

O Triatlo é um desporto atlético composto por uma combinação de 3 modalidades - natação, ciclismo e corrida - nessa ordem e sem interrupção entre elas. Esta atividade propõe-se iniciar o contacto com o triatlo, apresentando as principais técnicas e aprendizagens num espírito de equipa e entreajuda. A combinação das diferentes modalidades atrai os jovens pelas suas características intensas que ao integrarem a natação, ciclismo e corrida apelam a diferentes competências e permitem elevar as suas qualidades motoras. A prática do triatlo, além da exigência física, promove uma grande resiliência mental, uma capacidade de enfrentar adversidades, resistir a frustrações e gerir o cansaço, características que são muito úteis na formação dos jovens. Os treinos de triatlo proporcionam sempre atividades variadas e adaptadas a todos pois permitem intercalar cada uma das modalidades com jogos lúdicos, em que através da atividade física, a interação, a socialização, a interajuda e partilha estarão sempre presentes. Os nossos atletas são praticantes que pretendem aprender as bases da modalidade e encontram neste grupo um ambiente familiar, acolhedor, de respeito pelas características de cada um e pelo seu tempo de aprendizagem.





ACADEMIA DO DESENVOLVIMENTO E APRENDIZAGEM **NOVO**

Onde o talento potencial se transforma em realização.

Um espaço dedicado ao desenvolvimento integral e ao apoio especializado de crianças e jovens. A nossa missão é promover o desenvolvimento, o bem-estar e o sucesso de crianças e jovens através de uma abordagem sistémica e multidisciplinar.

Oferecemos uma ampla gama de serviços, incluindo Psicologia da Educação, Psicologia do Desporto, Psicomotricidade e Apoio ao Estudo. A nossa equipa é composta por profissionais altamente qualificados e coordenada por especialistas reconhecidos, garantindo intervenções de excelência baseadas nas melhores práticas científicas, num processo de melhoria contínua.

Sediados nos Salesianos do Estoril, proporcionamos um ambiente acolhedor e acessível, onde cada criança pode atingir seu pleno potencial. Valorizamos a personalização do atendimento e o envolvimento familiar, assegurando que cada intervenção seja adaptada às necessidades individuais.

Junte-se a nós nesta jornada de desenvolvimento e aprendizagem e ofereça às suas crianças um futuro promissor e pleno de realizações.

PROGRAMAÇÃO E ROBÓTICA

A Programação e Robótica são atividades lúdicas e desafiadoras que unem a teoria e a prática. Este tipo de atividades favorece a interdisciplinaridade, promovendo a integração de conceitos de diversas áreas: Matemática, Ciência, Tecnologia e Engenharias.

Através de metodologias ativas, como a Aprendizagem Baseada em Problemas e/ou a Aprendizagem Baseada em Projetos, os alunos são desafiados a solucionar diversos problemas do dia a dia, desenvolvendo os seus protótipos iniciais e produtos finais, representativos da solução procurada. Os alunos trabalham em equipas partilhando ideias entre si, através de brainstorms e resolvendo os problemas de forma colaborativa.

Os alunos são levados a adquirir as competências do século XXI, tais como, o desenvolvimento da literacia digital, desenvolvimento do pensamento crítico e da criatividade e desenvolvimento da comunicação e colaboração.



COMPETÊNCIAS TÉCNICAS DE PROGRAMAÇÃO

- Capacitar os alunos em diversas linguagens de programação;
- Gerar ideias e planificar a construção de protótipos;

RESOLUÇÃO DE PROBLEMAS

- Desafios baseados em problemas reais;
- Respostas aos temas dos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS);

PROJETOS TECNOLÓGICOS

- Criar soluções tecnológicas;
- Testar e corrigir erros;
- Apresentar soluções criadas;

Os alunos desenvolverão conhecimentos na área da programação e criação de robots autónomos, através da programação de microcontroladores e da exploração de sensores utilizados em robótica. Para além disso, terão contacto com a tecnologia de desenvolvimento de aplicações para dispositivos móveis, utilizando ferramentas, tais como, o App Inventor.

ACADEMIA THE PROJECT COOKING

A Academia *The Project Cooking* é a resposta para quem revela curiosidade pela arte culinária, pelo processo criativo e criador de novas sensações à volta da mesa. Num ambiente lúdico e afetuoso, de ilimitadas possibilidades para o exercício da livre inspiração individual, a Academia visa incutir nos mais jovens, o gosto pela alquimia dos sabores, dentro das regras de uma alimentação segura e saudável.





LÍNGUAS ESTRANGEIRAS FUN LANGUAGES

Os Salesianos do Estoril e a *FunLanguages* Oeiras (FLO), entidade galardoada com o selo europeu de boas práticas educativas, estão juntos na dinamização do ensino das línguas estrangeiras.

O sistema de ensino inovador é desenvolvido especificamente por profissionais e pedagogos especializados, que incluem um ensino personalizado à medida de cada aluno, através de um conjunto de materiais multi-device, promovendo a interação e a facilidade de comunicação de forma natural, espontânea e não compulsiva.

Porque queremos que os nossos alunos aprendam muito mais do que uma nova língua, somos inteiramente dedicados ao desenvolvimento de ações complementares que promovam o crescimento interpessoal, através da garantia da melhor oferta de professores, métodos e materiais qualificados. Os grupos são compostos no máximo por 12 elementos, e os recursos didáticos são atuais e inovadores.

As aulas são ministradas por professores nativos/bilingues e estão estruturadas de acordo com as recomendações do Quadro Europeu Comum de Referência para as Línguas garantindo dessa forma, o reconhecimento internacional da formação ministrada.



INGLÊS **FUN LANGUAGES**

Através de um protocolo celebrado entre as duas instituições e pelo reconhecimento internacional da FLO como centro de preparação dos exames de Cambridge English da Cambridge University, os alunos são estimulados a realizar com sucesso os exames, aprofundando as diversas componentes da língua (Speaking, Listening, Reading & Writing).

Welcome, english students!

ACADEMIA DO PALCO

A Academia do Palco é um Centro de Artes Performativas, localizado nos Salesianos do Estoril, aberto a alunos internos e externos, com oferta formativa nas áreas da Dança e Teatro.

A Academia do Palco disponibiliza cursos livres em várias modalidades, bem como planos de estudo e programas vocacionais e estúdios de criação como a Companhia de Teatro Musical e a Companhia de Dança.

Com uma equipa de excelência, constituída por profissionais com carreiras afirmadas na área, a Academia do Palco garante formação de qualidade e proporciona ainda a participação em projetos artísticos singulares.



ACRO DANCE *NOVO*

O Acro Dance é um estilo de dança que combina técnica de dança clássica com elementos acrobáticos. É definido pelo seu carácter atlético, pela mistura da dança e da acrobacia, e pela utilização da acrobacia em contexto de dança.

BALLET CLÁSSICO

Seguindo o método de ensino da Royal Academy of Dance, o ballet clássico é uma atividade física que, além de servir como base para as mais diversas danças, propicia a conscientização corporal, evitando assim os vícios posturais ou outros problemas. Trabalha-se a harmonia, disciplina, sensibilidade musical, coordenação motora, postura, autoconfiança e elasticidade.





BARRA DE CHÃO

A Barra de Chão tem a sua origem na Dança Clássica como complemento na formação do bailarino. As aulas resultam de um conjunto de exercícios onde de postura, alongamento e fortalecimento muscular. Os exercícios são realizados no chão, onde o corpo não está sujeito à força da gravidade, podendo o aluno, chegar a resultados mais eficientes e com maior rapidez.



BROADWAY JAZZ

Como estilo de dança predominante no Teatro Musical, a dança jazz incorpora equilíbrio e agilidade e pretende trabalhar as dinâmicas de movimento com uma forte relação com a música e o ritmo. A dança jazz integra movimentos singulares e detalhados, grandes saltos, voltas rápidas e uma capacidade de improvisação criativa que resulta numa experiência energética e divertida.

DANÇA CONTEMPORÂNEA

A partir da dança contemporânea, constrói-se uma fisicalidade adaptada aos tempos que correm: versátil, ágil e enérgica. Caracteriza-se através do uso da horizontalidade – trabalho de e pelo chão -, fortalecendo o centro e os membros superiores e inferiores. Na dança contemporânea tudo é possível, imaginável e atingível através da expressão pessoal do bailarino.



DANÇA CRIATIVA

Através de improvisação sobre vários estímulos, as crianças adquirem bases de coordenação, flexibilidade, memória e criatividade, melhorando através da dança o seu autoconhecimento, confiança, imaginação e sociabilidade. Aprende-se uma linguagem artística, pela descoberta e pelo jogo, com ênfase na criatividade individual e coletiva que contribui para uma formação integral e humanista da criança.





HIP HOP

O Hip Hop é uma atividade acessível a todos. É uma forma de expressão que trabalha corpo e mente. São abordados todos os passos, técnicas e movimentos que alicerçam este estilo de dança, num ambiente divertido mas, também, rigoroso, onde a musicalidade é trabalhada ao pormenor. Produzimos e criamos espetáculos e apresentações ao longo do ano, proporcionando momentos de partilha e muita emoção.



TEATRO

Pretende-se estimular o ímpeto criativo de cada aluno, através de uma constante interação de grupo, com recurso a exercícios técnicos que funcionam como importantes ferramentas para o desenvolvimento das capacidades vocais, corporais e de criação teatral.

TEATRO MUSICAL

Os artistas de Teatro Musical são cantores, atores e bailarinos, e esta modalidade pretende conciliar estas três áreas, com o objetivo de promover bases de trabalho que dotem os alunos desta versatilidade, potencializando as capacidades de cada um.



CURSO VOCACIONAL DE DANÇA

O Curso Vocacional de Dança é destinado aos alunos que optem por uma formação artística regular e intensiva, em regime supletivo, após o horário escolar. O plano curricular deste curso inclui algumas modalidades dependendo do ano escolar do aluno.





CURSO VOCACIONAL DE TEATRO MUSICAL

O Curso Vocacional de Teatro Musical é destinado aos alunos que optem por uma formação artística regular e intensiva, em regime supletivo, após o horário escolar. O plano curricular deste curso inclui 2 modalidades: Teatro Musical + Broadway Jazz ou Ballet. É obrigatória a assiduidade ao longo do ano, os alunos participarão em apresentações e espetáculos e serão sujeitos a um exame no final do ano em parceria com a Trinity College London.

MUSICENTRO

O Musicentro é uma escola de música de carácter performativo, onde o objetivo é colocar os alunos a tocar ao vivo o mais cedo possível. Para tal contribui uma filosofia de ensino que privilegia o reportório do interesse do aluno, a partir do qual se evolui para conteúdos mais complexos, bem como a equipa de professores, composta por músicos que tocam regularmente com artistas de renome e/ou nas orquestras e Conservatórios de Lisboa, Sintra e Cascais. Os ensembles e bandas de pop/rock/jazz (combos), bem como a nossa orquestra de sopros e cordas, são a face mais visível desse projeto tão sólido, onde a música se aprende de forma tão divertida e competente. O Musicentro é já uma família e um local de grande alegria para os nossos alunos.

Temos ainda a oferta de História da Música e 2 níveis de Harmonia Jazz e Produção Multimédia, onde os alunos aprendem a gravar e editar som e vídeo e a fazer som ao vivo. Esta disciplina está disponível para alunos a partir do 3º Ciclo e incluída no Suplemento de Disciplinas Coletivas.

A escola está aberta a pessoas de todas as idades, não existindo pré-requisitos para a frequência das aulas.





INSTRUMENTOS

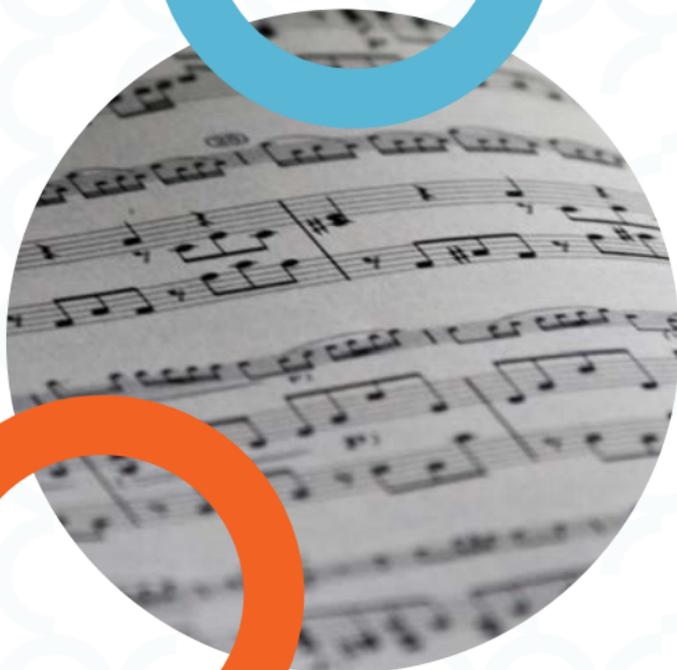
PIANO
CANTO
GUITARRA CLÁSSICA (ACÚSTICA)
GUITARRA ELÉTRICA
BAIXO ELÉTRICO
BATERIA
VIOLINO
VIOLONCELO
SAXOFONE
FLAUTA TRANSVERSAL
CLARINETE

CLASSES COLETIVAS

COMBO
FORMAÇÃO MUSICAL
PRODUÇÃO MULTIMÉDIA
HISTÓRIA DA MÚSICA
HARMONIA (JAZZ) I / HARMONIA (JAZZ) II
TREINO AUDITIVO
ENSEMBLE VOCAL
LABORATÓRIO DO RITMO
ORQUESTRA DE CORDAS E SOPRO
ORQUESTRA DE GUITARRAS

COMBO (BANDA POP/ROCK OU JAZZ)

Classe orientada por um professor em que participam guitarristas, baixista, baterista, cantores, sopros e pianista. Os alunos aprendem a organizar-se musicalmente em contexto de banda (pop, rock e/ou jazz) e têm aula de 50 minutos uma vez por semana. Por existir pré-requisito técnico para a frequência do Combo, os alunos/pais devem informar-se previamente com o professor de instrumento/canto.



FORMAÇÃO MUSICAL

Iniciação e desenvolvimento da escrita/leitura em pauta, da teoria musical e da capacidade auditiva.



PRODUÇÃO MULTIMÉDIA

nesta classe aprende-se a usar mesas de mistura analógicas e digitais, a captar som com microfones e a misturar em ambiente digital (Logic Pro). Numa fase mais avançada, poderão auxiliar na captação de som ao vivo e a editar vídeo e fotografia digital. (disciplina para alunos a partir do 3º ciclo)

HISTÓRIA DA MÚSICA

Os alunos aprendem a História da Música Ocidental desde o período barroco até à música contemporânea, com passagem pela música americana (Blues , Jazz e Rock).

HARMONIA (JAZZ) I / HARMONIA (JAZZ) II

Nesta disciplina apreende-se a relação entre escalas, arpejos e tonalidades. É uma disciplina teórica onde se analisam as possibilidades de conjugações de harmonia e melodia, bem como a teoria da improvisação tonal. (disciplina para alunos a partir do 3º ciclo)



TREINO AUDITIVO

Oficina avançada de desenvolvimento da acuidade auditiva musical.

ENSEMBLE VOCAL

Trabalho vocal em grupo, no âmbito Gospel, não só acapella mas também com participação em formato de backing vocals em contexto de banda.

LABORATÓRIO DO RITMO

Disciplina de desenvolvimento da leitura e performance do ritmo. Exploração de todas as possibilidades de compasso e divisão rítmica, que ajuda ao entendimento e desempenho musical, havendo apresentações finais de ensemble rítmico. Ideal para alunos que querem desenvolver as suas capacidades e conhecimentos musicais.

ORQUESTRA DE CORDAS E SOPROS

Seleção de alunos de cordas e sopros para execução de repertório, sob orientação de maestro(a).



ORQUESTRA DE GUITARRAS

Orquestra composta por alunos de guitarra que gostem de tocar em conjunto, supervisionados por um professor. Esta disciplina pertence ao conjunto de disciplinas que podem ser frequentadas no Suplemento de Disciplinas Coletivas (2 por suplemento).

BASQUETEBOL

O projeto de Basquetebol dos Salesianos do Estoril visa criar gosto, prazer e satisfação pela prática desportiva. Pretende favorecer o processo de desenvolvimento multilateral dos jovens, facilitar a integração social dos alunos, dar prioridade ao desporto-jogo como conteúdo educativo e recreativo, levando à vertente competitiva federada. Possibilita um trabalho constante ao longo da época visando o desenvolvimento técnico e tático dos jogadores, onde se pretende melhorar os fundamentos dos basquetebolistas do clube e promover a aquisição dos conceitos de jogo em equipa, cultivando o espírito da disciplina individual e coletiva dentro e fora do campo. Salienta-se que o projeto de Basquetebol proposto pelos Salesianos do Estoril está inscrito e participará nas competições da Federação Portuguesa de Basquetebol.



FUTEBOL

A Escola de Futebol oferece aos alunos dos Salesianos do Estoril e a todos os externos que a queiram integrar, a oportunidade de praticarem desporto num ambiente tranquilo, seguro e, acima de tudo, de aprendizagem.

A Escola de Futebol tem como objetivos: promover, através da prática de futebol, a aquisição de valores e princípios que norteiam a prática desportiva e desta modalidade em particular; desenvolver as competências físico-motoras básicas (correr, saltar, agarrar, chutar); aprender os gestos técnicos e princípios táticos específicos do jogo de futebol; facilitar a integração na escola e a convivência em grupo/equipa.

Dos 4 aos 17 anos, procuramos que cada aluno/atleta explore e potencie ao máximo as suas capacidades, através de um processo de treino integrado e ao encontro das suas necessidades.

Ao longo do ano, os contextos competitivos que propomos são adequados ao nível de desenvolvimento de cada aluno e variam desde os convívios/torneios organizados nos Salesianos, aos campeonatos federados da Associação de Futebol de Lisboa.





FUTSAL

O Futsal foi, nos últimos anos, a modalidade que mais cresceu em Portugal, quer no número de praticantes, quer na qualidade de jogo e de intervenção técnica.

A rapidez de pensamento e execução, a habilidade técnica, a imprevisibilidade no resultado, o espaço reduzido e a alta intensidade fazem desta modalidade um verdadeiro espetáculo para quem vê e um enorme desafio para quem pratica.

Nos Salesianos do Estoril, à semelhança e na continuidade do projeto Escola de Futebol, propomos um modelo de formação centrado no jogador. Esta metodologia tem-nos permitido crescer no número de equipas presentes na Associação de Futebol de Lisboa e no rendimento desportivo dos diversos escalões.

HÓQUEI EM PATINS

O Hóquei em Patins é, dentro da oferta desportiva da escola, uma das modalidades mais antigas. Durante anos criou equipas que alcançaram vários títulos de campeões nacionais e atletas campeões do mundo. Durante a hora de almoço, o saudoso Pe. Miguel Barros convidava à prática desportiva desta modalidade. Hoje em dia, pela estrutura Artisport, a tradição hoquista dos Salesianos do Estoril está reforçada através da prática de dezenas de jovens alunos inscritos. A A. Juventude Salesiana conseguiu vários resultados dignos de destaque nos seus escalões competitivos (desde os 4 anos aos atletas seniores).

Nota: Empréstimo de patins nos primeiros meses da atividade para o grupo-iniciação.





VOLEIBOL

O projeto de Voleibol nos Salesianos do Estoril consolida o ambiente de formação e competição, com um sustentado crescimento técnico ímpar. O treino, a aprendizagem das técnicas e o aperfeiçoamento tático permitem aos praticantes uma natural evolução na modalidade. Os jovens praticantes de voleibol irão participar (além das competições do desporto escolar) nas competições da Federação Portuguesa de Voleibol sob égide da AVL (Associação de Voleibol de Lisboa).

ARTGYM

GINÁSTICA ACROBÁTICA E MOVIMENTO EXPRESSIVO

Neste grupo procura-se um trabalho técnico adaptado, em função da heterogeneidade etária, técnica e características de cada elemento. Simultaneamente, procura-se promover um trabalho diversificado, com o objetivo de trabalhar “Ginástica” no sentido alargado e interdisciplinar: elementos e séries de solo, elementos e ligações de saltos gímnicos ou de dança, saltos em pista insuflável, minitrampolim ou duplo trampolim aliados a elementos de ligação e coreográficos numa base do movimento expressivo.

Entre eles está o sentido expressivo, o qual se manifesta especialmente pela expressão de emoções, sentimentos, impressões, gestos, atividades desportivas, artísticas, ou pela própria expressão corporal. Todos esses movimentos são sintomáticos aos nossos sentimentos e emoções

As famílias de movimentos: os diferentes movimentos são organizados em famílias das áreas da dança e ginástica: transferências, locomoções, saltos, voltas, quedas e elevações

A entreajuda, cooperação, persecução da excelência técnica e diversão são características do treino. No esquema de Grupo (apresentação) pretende-se maximizar esta diversificação e espelhar o trabalho desenvolvido nas aulas.



GINÁSTICA DESPORTIVA (GPT)

Esta modalidade de Ginástica insere-se essencialmente na vertente de Ginástica para Todos – Representação. As aulas praticam-se a partir dos 3 anos de idade e existe nos Salesianos do Estoril há 8 anos.

As aulas baseiam-se sobretudo nas bases da ginástica numa primeira fase, aprendendo ginástica a brincar e são abordados os seguintes aparelhos: Mini-Trampolim; Duplo-Mini-Trampolim; Pista Insuflável; Exercícios no Solo e Acrobáticos. Numa fase mais avançada da aprendizagem, a responsabilidade e disciplina que a própria modalidade impõe são fatores já implícitos nos nossos ginastas que lhes permitem continuar a brincar à ginástica e realizar aulas divertidas, exigentes e saudáveis.

Todos os ginastas participam nas apresentações preparadas pelos treinadores com acompanhamento musical, numa coreografia de grupo em que os ginastas demonstram todos os objetivos alcançados no decorrer do ano letivo, sempre com muita cooperação, companheirismo e alegria.

No ano letivo de 2017/18 os Salesianos do Estoril federaram-se nesta modalidade na Federação de Ginástica de Portugal, participando em variadíssimas exibições na zona de Lisboa e Vale do Tejo. Atualmente, as apresentações foram ampliadas ao país inteiro com maior destaque para o PortugalGYM, que se realizou em Viana do Castelo – Capital Europeia do Desporto, na época de 2022/23.

Em 2023/2024 criámos, paralelamente à classe de Representação B'Gym, uma turma de Teamgym, a mais recente disciplina competitiva na Ginástica. Caracteriza-se pela realização de exercícios em equipa com grande harmonia e espetacularidade nos seus diferentes aparelhos: Solo; Mini-Trampolim (Com e sem Mesa) e Pista de Tumbling. As equipas podem ser masculinas, femininas ou mistas.

Venham Experimentar!



JUDO

O Judo é um desporto de combate olímpico e federado que oferece às crianças e jovens um enorme leque de sensações e perceções que melhoram e facilitam o desenvolvimento global e harmonioso.

O judo desenvolve a coordenação, a flexibilidade, a força e o equilíbrio. A sua prática proporciona um maior crescimento ósseo e um melhor fortalecimento das articulações, ao mesmo tempo que cria uma maior resistência e flexibilidade, participando na adaptação ao esforço do aparelho cardiovascular.

Através da prática, o judo proporciona às nossas crianças e jovens autoconfiança, capacidade de adaptação a diferentes situações, de cooperar com os outros, de ceder e resistir, de aprender e ensinar, de responsabilizar-se pelas suas ações e saber pôr-se no lugar do outro.

Por tudo isso, o judo é um excelente desporto que melhora a atenção, a concentração, aumentando o respeito pelos outros e por si mesmo, sendo uma atividade ótima para todos.

A UNESCO recomenda o judo como um dos desportos mais adequados para as crianças e jovens.

KARATE

A prática de Karaté desenvolve várias capacidades aos seus praticantes, tanto físicas como cognitivas. Sendo um desporto que utiliza o corpo na íntegra, ajuda a combater a obesidade, aumenta a resistência, desenvolve a coordenação motora, melhora os níveis de concentração, aumenta a autoestima e desenvolve, no praticante, capacidades de superação e persistência em ultrapassar as dificuldades inerentes à prática, fazendo o transfer para a vida. A sua prática em grupo, desenvolve a capacidade de uma sociabilização mais forte com os outros. Além dos benefícios atrás mencionados, a filosofia do Karate baseia-se na disciplina e no respeito. Durante o ano participamos em várias ações com outros Centros de prática e alguns estágios com a coordenação da Associação AKK – ASSOCIAÇÃO KARATE KOSUTA.



PATINAGEM ARTÍSTICA

A Patinagem Artística é uma modalidade que conjuga a técnica, a precisão, o equilíbrio, a proeza e a estética numa perfeita sintonia com a música.

Temos como principal finalidade o aperfeiçoamento e desenvolvimento de algumas componentes técnicas específicas da modalidade.

Sendo a patinagem uma atividade bastante eclética, onde se pode trabalhar certas habilidades motoras, nomeadamente o equilíbrio, postura e a coordenação; o objetivo passa também por dar a todas as crianças a oportunidade de usufruírem de experiências lúdicas, enriquecedoras e agradáveis.





TÊNIS DE MESA

O Tênis de Mesa é um desporto que requer técnica e precisão. Esta modalidade desenvolve o movimento, regularidade e controlo, segurança e ritmo, perfeição, velocidade e paciência, capacidade de ver e olhar. São objetivos desta modalidade:

- Dar continuidade e progredir no ensino da modalidade tendo em consideração os vários patamares em que os alunos se encontram;
- Dinamizar a modalidade junto da comunidade;
- Dinamizar momentos competitivos internos;
- Competir em convívios, torneios e campeonatos externos ao longo do ano;

Já é considerada modalidade Olímpica, tendo Portugal obtido classificações bastante interessantes

XADREZ

O clube de Xadrez tem como principal objetivo a motivação dos alunos para praticarem esta modalidade e, sendo o xadrez um desporto e um jogo que combina a arte e a ciência, enriquecer os alunos não só a nível intelectual, como cultural.

O xadrez tem também uma influência positiva no desenvolvimento cognitivo e no desenvolvimento de aptidões como a criatividade, agilidade de raciocínio, capacidade de discernimento e visão espacial. Para além destas aptidões, vários estudos têm revelado que um aluno que integre um programa de ensino de xadrez desenvolve a memória, o pensamento crítico e lógico, a capacidade de resolução de problemas e reconhecimento de padrões, além de desenvolver a autoconfiança, a autoestima, o espírito de equipa e o sentido de responsabilidade. Acredita-se que são as características multidisciplinares do xadrez que o tornam uma ferramenta poderosa na melhoria dos processos de aprendizagem dos alunos.

Assim, propomos esta atividade para alunos do pré-escolar, bem como para alunos do 1.º, 2.º e 3.º ciclo do ensino básico. As aulas serão ministradas pelo professor Nuno Mendes, treinador de xadrez acreditado pela Federação Portuguesa de Xadrez e pela Federação Internacional de Xadrez (FIDE), contando com uma longa experiência no ensino do xadrez a alunos do pré-escolar e ensino básico. Esta atividade será lecionada de forma presencial, podendo também ser lecionada de forma online, caso assim se justifique.



ESCOLA ABERTA

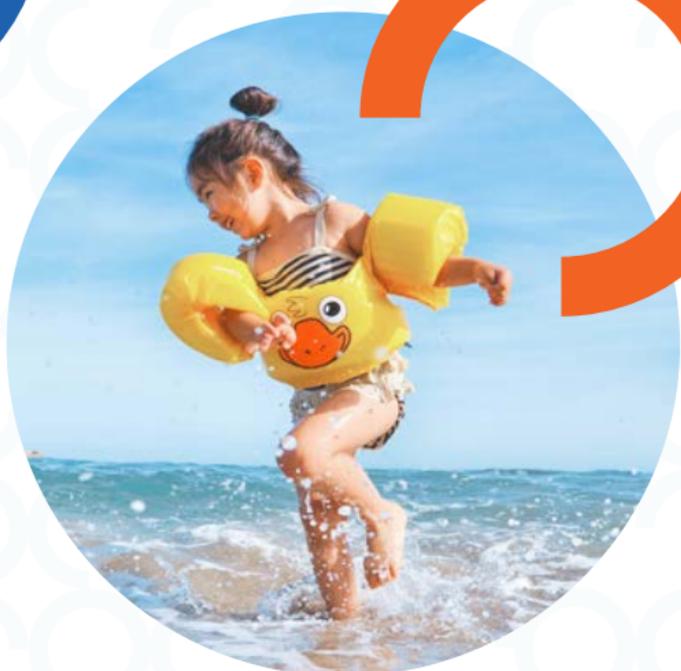
NATAL, CARNAVAL E PÁSCOA

Um leque de ofertas educativas planificadas em função da formação integral das crianças e jovens contribuindo para o seu desenvolvimento psicossocial, afetivo, cultural, artístico e desportivo. As equipas são formadas por monitores e professores responsáveis e qualificados que orientam um conjunto de atividades lúdicas e pedagógicas, proporcionando a aprendizagem e o divertimento das crianças e jovens, em ambiente saudável e alegre, durante as pausas letivas do Natal, Carnaval e Páscoa.



CAMPOS DE FÉRIAS

O campo de férias de verão organizado pelos Salesianos do Estoril apresenta, mais uma vez, um programa recheado de atividades formativas e lúdicas, com caráter formativo e recreativo, orientadas por profissionais qualificados e experientes que garantem umas férias inesquecíveis!





SNOWTRIP SALESIANOS

Vem o frio e vem também a vontade de vestir o fato de neve e ir à descoberta de mais uma estância de inverno. Este é o pensamento dos alunos e professores dos Salesianos do Estoril que participam na tradicional viagem à neve realizada durante a pausa letiva do Carnaval. Venha esquiar na nossa companhia!

INGLÊS NO REINO UNIDO

Tendo como principal objetivo, proporcionar uma maneira divertida e descontraída de melhorar o seu inglês, os Salesianos organizam viagens ao Reino Unido, para jovens que pretendam frequentar cursos de língua inglesa em escolas que localmente os promovem. Os cursos de inglês estão abertos a todos os jovens. Para um melhor enquadramento, os nossos alunos terão na viagem, no local e durante toda a estadia, pelo menos um adulto da confiança dos Salesianos, que acompanhará e dará todo o apoio necessário ao aluno e manterá os Encarregados de Educação informados.



CONTACTOS

SALESIANOS DO ESTORIL

Av. Marginal, s/n
2765 – 245 Estoril
Tel: 214 678 970

HORÁRIOS:

Portaria Principal (Av. Marginal)

Todos os dias – aberta 24 horas

Portaria da Av. Fausto Figueiredo

De segunda a sábado – das 7h45 às 18h30
Domingo – das 8h00 às 14h00

Secretaria

De segunda a sexta-feira das 8h00 às 19h00
(18h nas interrupções letivas)

CONTACTOS:

Email Geral – estoril@salesianos.pt
Email Secretaria – secretaria@estoril.salesianos.pt
Email ArtiSport – artisport@estoril.salesianos.pt

REDES SOCIAIS

Facebook – [ArtiSportSalesianosEST](https://www.facebook.com/ArtiSportSalesianosEST)
Instagram - [@artisportsalesianosest](https://www.instagram.com/artisportsalesianosest)







ESCOLA

ENSINO
PRÉ-ESCOLAR
1º CICLO
DO ENSINO BÁSICO
2º CICLO
DO ENSINO BÁSICO
3º CICLO
DO ENSINO BÁSICO
ENSINO SECUNDÁRIO

ARTISPORT

ARTES
PERFORMATIVAS
ACADEMIA
DO CONHECIMENTO
DESPORTO
FÉRIAS

ORATÓRIO – CENTRO JUVENIL

CATEQUESE
AGRUPAMENTO
DE ESCUTEIROS
MJS – GRUPOS
DE JOVENS
ACÓLITOS
CORO

**SABE
MAIS SOBRE
O ARTISPORT:**





SALESIANOS
DO ESTORIL



ArtiSport

Salesianos do Estoril
Av. Marginal, s/n | 2765 – 245 Estoril
Tel: 214 678 970

estoril@salesianos.pt
www.estoril.salesianos.pt