

ARTISPORT

2024/25





ÍNDICE

MENSAGENS	4
Diretor	4
Coordenador	5
ESTRUTURA ARTISPORT	7
MUSICENTRO	8
ARTES PERFORMATIVAS	10
Ballet	10
Dança Contemporânea	11
Sevilhanas	11
DESPORTO	12
Ginástica	12
Basquetebol	13
Voleibol	14
Futsal	15
Aikido/Jujutso	16
Karaté	17
Judo	18
With Soul	19
GINÁSIO	20
Punch 4 U	20
ARTES	22
Cantinho da Banda Desenhada	22
APOIO PSICOPEDAGÓGICO	23
Terapia da Fala	23
Orientação Vocacional	23
TEMPOS LIVRES	25
Campos de Férias	25
Escola Aberta	25

MENSAGEM DO DIRETOR

Avançamos na esperança: confia!

É com entusiasmo que, no Artisport, voltamos a propor um vasto conjunto de iniciativas relacionadas com as artes e o desporto e que visam, não só promover a saúde, o bem-estar e a socialização, mas também fortalecer a esperança e a confiança, valores que se destacam no nosso tema educativo-pastoral para este ano. Quão necessárias são a esperança e a confiança nas artes e no desporto!

Perante um desafio ou contratempo, a esperança é a virtude que nos incentiva a ver o lado melhor das coisas, a não desistir, a superar obstáculos, a ser inventivos na resolução dos desafios e a aventurarmo-nos por novos caminhos. Por sua vez, a confiança é a virtude que nos inspira a tomar boas decisões, a sermos criativos, a contornar as adversidades, a sermos resilientes e a trabalharmos em equipa.

Lembre-mo-nos de Dom Bosco. Quantos desafios não teve ele de superar para ser sacerdote, para acolher os jovens mais necessitados, para os educar na fé, para os ocupar com atividades lúdicas e lhes proporcionar uma profissão, para dar início a uma Congregação que se estendeu por todo o mundo? Tudo isto ele conseguiu, não apenas com as suas forças, mas graças à esperança e à confiança. Portanto, ao longo deste ano, para avançarmos nestas duas virtudes, ele pode ser um bom exemplo para nós.

Votos de um ano educativo-pastoral 2024-2025 ao ritmo da esperança e da confiança!

Pe. David Teixeira

Diretor dos Salesianos de Évora

MENSAGEM DO COORDENADOR

Como parte integrante do projeto educativo salesiano, o Artisport proporciona atividades que abrangem os grandes domínios do desporto, da música, da dança, do apoio escolar e psicopedagógico e da ocupação de tempos livres.

Acreditamos que, nos tempos atuais, a formação deve ir mais além da educação formal. No Artisport, contamos com profissionais qualificados que ajudam todos, todos (crianças, jovens e adultos) a crescer de forma integral, valorizando as dimensões intelectuais, sociais e afetivas. Seja em atividades de grupo ou individuais, apostamos com o coração em todos aqueles que nos procuram.

Arrisque e desafie-se! Dê um passo em frente e venha conhecer-nos! O Artisport somos todos nós.

Fábio Mendes

Coordenador Artisport dos Salesianos de Évora





ESTRUTURA ARTISPORT

MUSICENTRO

ARTES PERFORMATIVAS

Ballet, Dança Contemporânea, Sevilhanas

DESPORTO

Ginástica, Basquetebol, Voleibol, Futsal, Aikido / Jujutsu, Karaté, Judo, With Soul

GINÁSIO

Punch 4 U

ARTES

Cantinho da Banda Desenhada

APOIO PSICOPEDAGÓGICO

Terapia da Fala, Orientação Vocacional

TEMPOS LIVRES

Campos de Férias, Escola Aberta



MUSICENTRO

O Musicentro é uma escola de música aberta a toda a população, que tem como principal objetivo proporcionar um ensino de qualidade, oferecendo-se como alternativa ao ensino de conservatório. Aqui são respeitados os tempos de aprendizagem individuais e gostos pessoais, aliando o rigor à qualidade dos conhecimentos transmitidos.

Pensado tanto para quem quer dedicar mais tempo à música como para quem pretende apenas fomentar o seu gosto musical, o plano de estudos do Musicentro possibilita a escolha entre três planos de estudo, com mais ou menos carga horária.

Cada vez mais existe a consciência que a aprendizagem de um instrumento musical potencia o sucesso escolar, a sensibilidade humana e os relacionamentos sociais. No Musicentro é possível estudar música com o acompanhamento de profissionais dedicados e empenhados no crescimento individual dos alunos, independentemente da sua idade.

Queremos que no Musicentro encontre um lugar Especial e Feliz.



Plano de Estudos

Preçário

A Iniciação musical (dos 6 aos 9 anos de idade) – Instrumento – Iniciação musical	A1 Instrumento individual (30min) + Iniciação Musical (50min) = 57 € A2 Instrumento individual (50min) + Iniciação Musical (50min) = 84 €
B Curso Geral (a partir dos 10 anos, sem limite de idade) – Instrumento ou Canto – Formação Musical – Classe de Conjunto (Coro/Combo)	B1 Instrumento individual (50min) + Formação Musical (50min) + Classe de Conjunto (90min) = 105 € B2 Instrumento individual (50min) + Formação Musical (50min) = 84 €
C Curso Livre (a partir dos 5 anos, sem limite de idade) – Instrumento ou Canto – Coro – Combo/Música de Conjunto – Easy Guitar (classe de conjunto de guitarra acústica) – Vocal Emotion: canto e movimento	C1 Instrumento ou Canto individual (30min) = 43 € C2 Instrumento individual – 2 vezes por semana (30min) = 80 € C3 Instrumento ou Canto individual (50min) = 68 € C4 Instrumento ou Canto 2 alunos (50min) = 58 € C5 Coro (50min) = 17 € C6 Combo/Música de Conjunto (60min) = 23 € C7 Easy Guitar (50min) = 33 € C8 Vocal Emotion canto e movimento (75min) = 25 €

BALLET

Os alunos podem beneficiar de um ensino que privilegia o desenvolvimento físico, artístico e psicológico de forma harmoniosa. O Ballet promove uma boa postura e controlo corporal, estimula a memória, a sensibilidade artística, a concentração e a criatividade, aumenta a autoconfiança e promove o conhecimento de outras formas de arte, associadas à Dança Clássica.

Sendo uma atividade exigente e rigorosa, a sua vertente lúdica possibilita, quer através das aulas quer das atuações, um conjunto de experiências enriquecedoras para toda a vida.

No final de cada ano esta atividade produz um espetáculo artístico com todas as classes.



DANÇA CONTEMPORÂNEA

Diferente dos estilos de dança mais comuns, esta possui uma técnica mais abrangente, não se limitando apenas a um tipo de vestuário, música, movimentos ou espaço.

A Dança Contemporânea traz uma nova maneira de se expressar, procurando ser mais experimental, principalmente na transmissão de ideias, de sentimentos e de conceitos.

O processo de criação é diferenciado, o que permite que todos, e de todas as idades, a possam praticar.

SEVILHANAS

Atividade dirigida por docentes especializados, onde os alunos podem beneficiar de um ensino que privilegia o desenvolvimento físico, artístico e psicológico de forma harmoniosa, explorando um estilo de dança bastante apreciado, muito graças à alegria e entusiasmo com que se executa.



GINÁSTICA

Os mais pequenos podem sonhar vir a ser ginastas!

Esta atividade, dirigida a crianças partir dos 5 anos, e dinamizada por docentes especializados na área, visa sobretudo o desenvolvimento psicomotor e social da criança. O trabalho desenvolvido incide na mobilidade e flexibilidade, tendo em vista auxiliar na preparação para a prática desportiva desta ou qualquer outra modalidade no futuro.

Todos os interessados em ginástica de solo, figuras acrobáticas e coreografias espetaculares, poderão integrar esta atividade, a qual realiza, ao longo do ano, diversas provas, apresentações e demonstrações.

Para além das vertentes de exibição, a Ginástica dos Salesianos de Évora participa também em competições, tendo já conquistado vários prémios nacionais e internacionais. É, por isso, o local ideal para todos aqueles que procuram a excelência desportiva nesta modalidade.



BASQUETEBOL

O Basquetebol é uma modalidade desportiva com mais de 25 anos de existência nos Salesianos de Évora.

Orientada por uma equipa técnica interessada, dinâmica, trabalhadora e seguidora dos ideais de Dom Bosco, esta atividade apresenta equipas federadas em todos os escalões, dos minis aos seniores. As equipas participam anualmente em diversos jogos particulares, encontros, competições, torneios regionais e nacionais.

O nosso Basquetebol e possuidor há vários anos do Certificado de Qualidade da "Escola Portuguesa de Minibasquete", atribuído pela Federação Portuguesa de Basquetebol.

Sob o lema "por um clube de excelência", os Salesianos de Évora têm como principal objetivo continuar a ser uma referência do Basquetebol alentejano, seguindo e praticando os princípios da educação salesiana, onde o jovem vem sempre em primeiro lugar.



CONHEÇA
A ATIVIDADE
E ACOMPANHE
AS NOTÍCIAS:



VOLEIBOL

O Voleibol sendo uma modalidade coletiva, permite desfrutar de um ambiente dinâmico, cooperativo e divertido. Fortalece o corpo, estimula os membros superiores e inferiores, aumentando a flexibilidade e a coordenação motora. Estimula o espírito de equipa, tornando-se um desporto bastante social.

A modalidade de Voleibol dos Salesianos de Évora participa com regularidade em diversas competições federadas, organizadas pela Associação de Voleibol do Alentejo e Algarve, tendo, inclusive, obtido bons resultados desportivos, onde se incluem alguns títulos regionais no palmarés.



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.

O Futsal dos Salesianos de Évora procura promover, principalmente, a iniciação à modalidade, com a descoberta e formação das bases, tal como o desenvolvimento das mesmas.

As equipas de Futsal dos Salesianos de Évora participam em competições federadas, organizadas pela Associação de Futebol de Évora.



AIKIDO/ JUJUTSU

Para o mestre Aiki a força é mental e o corpo uma ferramenta.

O Jujutsu é a origem de todas as Artes Marciais japonesas e o Aikido é a arte da Paz. É visto por muitos como o expoente das Artes Marciais do Japão.

O objetivo desta atividade consiste em treinar o Aikido numa perspetiva técnica e histórica mais completa, possibilitando um desenvolvimento físico, ético e cognitivo mais abrangente. A segurança em termos físicos e psicológicos são fatores essenciais para os resultados.



KARATÉ

A prática de Karaté possibilita que os seus participantes desenvolvam várias capacidades, 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 nos praticantes capacidades de superação e persistência para ultrapassar as dificuldades inerentes à prática, transferindo essas capacidades para a vida.

A prática em grupo promove a sociabilização.

A filosofia do Karaté baseia-se na disciplina e no respeito.

JUDO

O Judo é uma arte marcial que se baseia em valores como a amizade, a disciplina, o companheirismo e o respeito.

Os Salesianos de Évora apresentam esta modalidade desportiva com uma forte componente educativa, o que confere um estatuto de excelência a todo o processo formativo no seu programa de ensino, para as várias faixas etárias.



WITH SOUL

**ZUMBA | SOULFIGHT | CORE
GINÁSTICA LOCALIZADA
POSTURA E ALONGAMENTO | PILATES**

A With Soul é uma atividade, com várias subatividades inseridas. É dinamizada e dirigida por professoras credenciadas e dinâmicas, onde a alegria e o exercício reinam.

Funciona em regime de livre-trânsito, permitindo ao utente escolher a frequência, em função da sua disponibilidade e dos seus objetivos.



GINÁSIO PUNCH4U

Aproveitando a sala de cardiofitness do Pavilhão D. Bosco, o Artisport coloca à disposição de toda a população a atividade Personal Trainer.

Aqui, é possível realizar uma avaliação inicial, definir e acompanhar programas específicos de exercício físico, adequados aos objetivos de cada um.

Ao longo da atividade são realizadas avaliações de controlo e são feitos os ajustes necessários aos planos de treino.

A frequência desta atividade é escolhida por cada utente, consoante o programa/plano apresentado.



PUNCH4U

Utilização do Ginásio – Cardiofitness

Horário Reduzido	08h00 – 17h00	25,00€
	20h00 – 22h00	
Atletas Artisport	10h00 – 12h00	17,50€
	14h00 – 16h00	
Horário Completo	08h00 – 22h00	30,00€
Pack 30 minutos	Pack 1 (4 treinos)	55,00€
	Pack 2 (8 treinos)	105,00€
PACK 30 minutos DUO	Pack 3 (4 treinos)	75,00€
	Pack 4 (8 treinos)	145,00€
PACK 45 minutos	Pack 1 (4 treinos)	75,00€
	Pack 2 (8 treinos)	145,00€
PACK 45 minutos DUO	Pack 3 (4 treinos)	95,00€
	Pack 4 (8 treinos)	185,00€
PACK 3x / semana (12 treinos)	Pack 1 (30 min)	165,00€
	Pack 2 (45 min)	210,00€

PT: Jorge Laibaças

NOTA: Os Packs “DUO” pressupõem a utilização simultânea de duas pessoas (familiares).

CANTINHO DA BANDA DESENHADA

Cresceste com histórias aos quadrinhos do Homem-Aranha, Batman, Naruto, One Piece? Gostas mais de uma boa história de super-heróis à americana ou és mais de manga oriental? Gostavas de seguir os passos de desenhadores icónicos como Stan Lee, René Goscinny ou Albert Uderzo?

Se sim, então o Cantinho da Banda Desenhada é para ti!

Aqui aprenderás o básico dos processos necessários para criares e contares uma história no formato de Banda Desenhada. Aperfeiçoarás o teu estilo, traço, pintura, autonomia e ainda a construção de personagens e de um guião com início, meio e fim.

O mais importante não é saberes desenhar bem ou mal, mas sim a imaginação e a vontade, a partir daí faremos com que esteja ao teu alcance tornar as tuas histórias uma realidade.

A imaginação é o limite. Vem!



APOIO PSICOPEDAGÓGICO

Tal como todas as atividades, esta área está aberta a toda a população que necessite dos serviços prestados pelos nossos profissionais certificados e formados.

TERAPIA DA FALA

A Terapia da Fala é uma área da saúde responsável pela prevenção, avaliação e tratamento dos problemas da comunicação humana. Abrange as áreas da articulação verbal, fluência, voz, respiração, deglutição, motricidade orofacial, leitura e escrita.

A intervenção terapêutica desenvolve-se de acordo com um plano baseado nas necessidades específicas de cada criança. O desenvolvimento deste processo terapêutico exige uma estreita e constante cooperação entre o terapeuta, os familiares, e todos os profissionais de saúde e educação que acompanham o caso.

Os terapeutas da fala podem intervir em crianças com alterações da Linguagem, Comunicação ou Fala; alterações na Motricidade Oral e facial; alterações da Deglutição; alterações na Articulação Verbal; alterações da Voz; alterações da Leitura e Escrita; Atrasos do desenvolvimento; Gaguez; Surdez; Hiperatividade; Défice de atenção; Autismo; Trissomia; Dislexia; Síndromes; e em muitas outras crianças que necessitam de uma pequena ajuda para continuar o seu processo de aprendizagem escolar. O serviço de Terapia da Fala está disponível nas instalações dos Salesianos de Évora e a terapeuta está disponível para esclarecer todas as questões.

ORIENTAÇÃO VOCACIONAL (9.º E 12.º ANOS)

Os Salesianos de Évora oferecem, agora, a possibilidade a todos os alunos, quer sejam internos ou externos, a realizarem Orientação Vocacional no nosso Colégio.

Tendo como objetivo apoiar os jovens no desenvolvimento da sua identidade e no processo de exploração vocacional, este programa está dividido em quatro sessões: para além da entrevista inicial, o aluno realizará um conjunto de testes vocacionais que vão permitir uma tomada de decisão informada e consciente, relativamente ao seu futuro escolar e profissional. Tudo com a ajuda profissional da psicóloga.

Mais informações na secretária da escola.



CAMPOS DE FÉRIAS

Os campos de férias procuram proporcionar aos mais novos tempos de lazer e divertimento, num ambiente saudável e em segurança.

Férias de Verão

- Específicos por modalidade (Basquetebol, Futsal, etc.)
- Generalista/Férias ativas (jogos, ateliês, piscina, visitas, passeios, insufláveis, cinema, entre outros)

ESCOLA ABERTA

Na procura de um melhor serviço, os Salesianos de Évora proporcionam a possibilidade da criança ser acompanhada ao longo dos períodos não letivos, com o planeamento de várias atividades.

Setembro (Período pré-aulas)

- 2 a 11 de setembro de 2024

Natal

- 18, 19 e 20 de dezembro de 2024
- 23, 26, 27 de dezembro de 2024
- 30 de dezembro de 2024, 2 e 3 de janeiro de 2025

Páscoa

- 7 a 17 de abril de 2025





CRECHE

PRÉ-ESCOLAR

1.º CICLO

do Ensino Básico

2.º CICLO

do Ensino Básico

3.º CICLO

do Ensino Básico

Ensino

SECUNDÁRIO

PASTORAL

ATIVIDADES

Artisport

PARÓQUIA

N.ª Sra. Auxiliadora

SOLSAL

CAMPOS

DE FÉRIAS

**SABE
MAIS SOBRE
O ARTISPORT:**





DOC 080.02



SALESIANOS
DE ÉVORA



ArtiSport

Av. S. João Bosco, n.º 4
7000-766 Évora
Telemóvel: 917585215
Telefone: 266736254

musicentro@evora.salesianos.pt
artisport@evora.salesianos.pt

www.evora.salesianos.pt