LEARNING INTERNATIONAL SCHOOL
COLÉGIO NOVO
DE GAIA

À descoberta de novos **universos de aprendizagem**



CNG ACADEMY
Academia das Atividades Extracurriculares

Liberdade
Responsabilidade
Solidariedade

A CNG ACADEMY tem como finalidade a exploração de todas as nossas potencialidades como uma instituição de ensino de referência através do Colégio Novo de Gaia e a promoção com qualidade, rigor e dedicação, num ambiente propício à promoção e desenvolvimento de Atividades Extra Curriculares (AECs) de apoio ao CNG e à comunidade educativa em geral.

A CNG ACADEMY desenvolve atividades extracurriculares fora da sala de aula vocacionadas nas áreas artísticas, culturais, desportivas e recreativas, com carácter lúdico, educativo e social, contribuindo para o desenvolvimento pessoal da criança numa construção conjunta de um mundo melhor.

CNG ACADEMY
Academia das Atividades Extracurriculares


Dança

CN Dance School

Acreditamos que a Dança é muito mais do que apenas movimento — é uma forma de arte e expressão pessoal, é uma poderosa ferramenta no desenvolvimento integral das crianças. A nossa missão é proporcionar uma formação de base sólida nos diversos estilos de Dança (Ballet, Modern Dance e Urban Dance), num ambiente acolhedor, seguro e motivador.

A prática regular de Dança traz inúmeros benefícios físicos, nomeadamente ao nível de coordenação motora, postura, flexibilidade e resistência. Paralelamente, potencia o bem-estar emocional, favorecendo a autoconfiança, a concentração e o desenvolvimento da autoestima de forma equilibrada e saudável.

Benefícios da Dança para Crianças e Jovens

Independentemente do estilo de Dança escolhido, a prática regular traz vários benefícios a nível físico, cognitivo, psicológico e emocional:

- Melhoria da postura corporal
- Aumento de flexibilidade e força muscular
- Desenvolvimento do equilíbrio e da coordenação motora
- Promoção de hábitos de vida saudáveis através da prática regular de exercício físico
- Desenvolvimento ativo de memória, concentração, noção espacial, raciocínio e neuroplasticidade
- Desenvolvimento da autoestima e confiança na apresentação e na superação de desafios
- Gestão do stress e da ansiedade, regulação de emoções através do movimento e da expressão artística
- Promoção do bem-estar e do sentido de pertença a um grupo
- Fomento da criatividade e liberdade de expressão

LEARNING INTERNATIONAL SCHOOL
COLÉGIO NOVO
DE GAIA

Ballet

Ballet é um estilo de Dança Clássica que, com séculos de história, continua a evoluir e a ser dançado em todo o mundo. É um estilo caracterizado pelo rigor técnico e artístico que alia movimento, música e aprendizagem progressiva consoante a faixa etária. Dos 3 aos 10 anos, as aulas equilibram a vertente lúdica e a vertente técnica ao adotar uma abordagem pedagógica que valoriza tanto o desenvolvimento emocional e criativo quanto o progresso técnico, respeitando as necessidades e o ritmo de cada criança e estimulando a expressão corporal, a musicalidade e a socialização. Este tipo de dinâmica nas aulas ajuda as crianças a desenvolverem consciência corporal, coordenação motora, equilíbrio e ritmo, além de nutrir o gosto pela Dança e a confiança em si mesmas.

Início da atividade - 7 de setembro

Nível *	Faixa etária	Duração	Horário	Preço
Baby Class	3 e 4 anos	45 min	3ª feira: 15:45-16:30 ou 5ª feira:15:45-16:30	35€
Pre Primary	5 anos	90 min	3ª feira: 16:30-17:15 e 5ª feira: 16:30-17:15	55€
Elementary 1	1.º ano	120 min	3ª feira: 17:15-18:15 e 5ª feira: 17:15-18:15	70€
Elementary 2	2.º ano	120 min	3ª feira: 18:15-19:15 e 5ª feira: 18:15-19:15	70€

*Pode ser necessário um ajuste de nível independentemente da idade mediante avaliação

A participação nas aulas desta modalidade requer a aquisição de vestuário próprio.

Modern Dance

Modern Dance surgiu como uma realidade “alternativa” ao rigor do Ballet Clássico, procurando maior liberdade de movimento e expressão corporal. A técnica tem como um dos seus focos a fluidez de movimentos, realiza uso do chão (quedas e rolamentos), e permite aos bailarinos experimentar, improvisar e expressar emoções através do corpo. É comum trabalhar temas abstratos e utilizar elementos de outras artes como parte de algumas coreografias.

Início da atividade - 7 de setembro

Nível *	Faixa etária	Duração	Horário	Preço
Level 1	3 - 5 anos	45 min	4ª feira: 16:15-17:00	35€
Level 2	1.º - 3.º ano	45 min	4ª feira: 17:00-17:45	35€
Level 3	4.º ano e 2.º CEB	45 min	4ª feira: 17:45-18:30	35€
*Pode ser necessário um ajuste de nível independentemente da idade mediante avaliação				
A participação nas aulas desta modalidade requer a aquisição de vestuário próprio.				

LEARNING INTERNATIONAL SCHOOL
COLÉGIO NOVO
DE GAIA

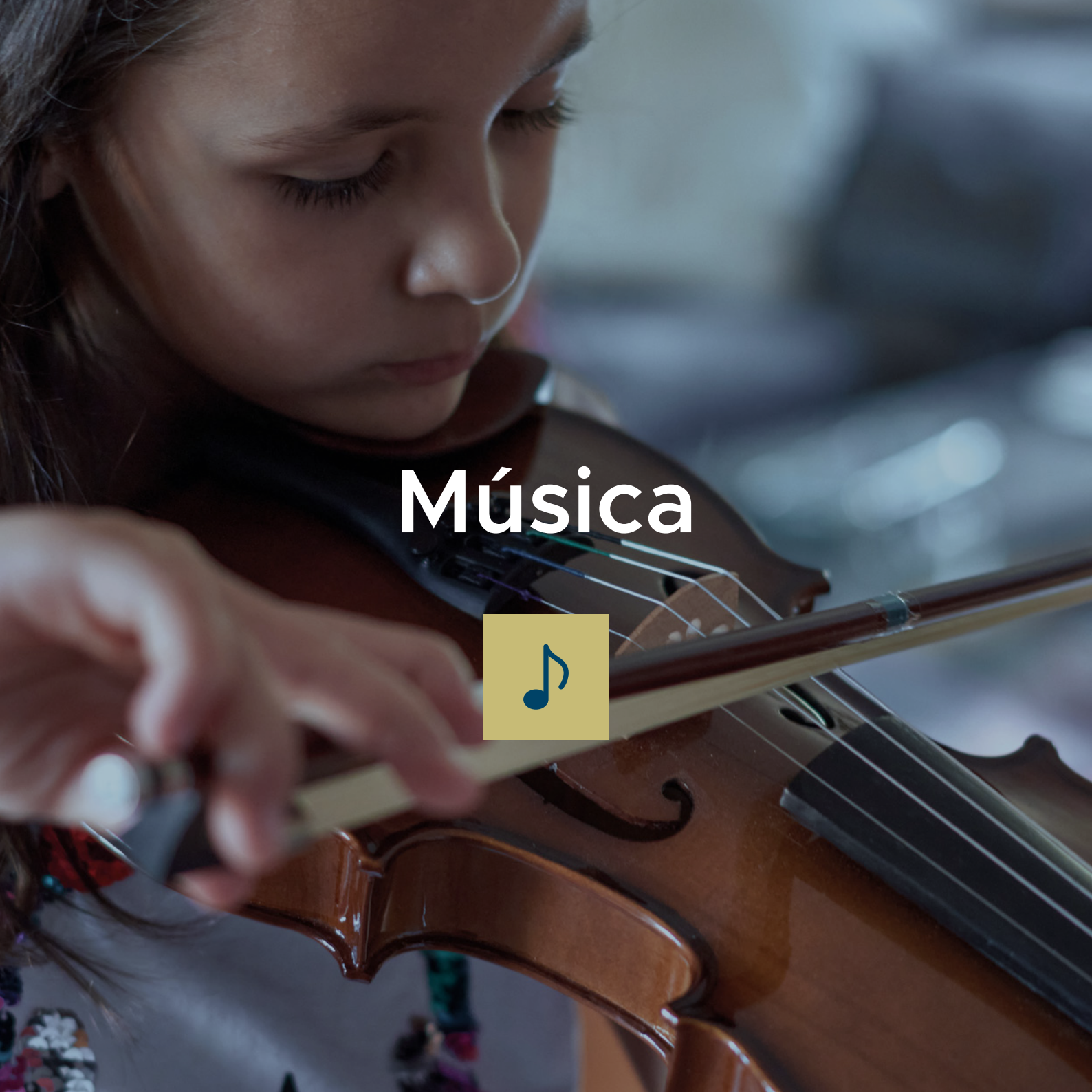
Urban Dance

Urban Dance engloba vários estilos como Hip Hop, Breakdance, Popping e Locking, tendo raízes culturais nas ruas e comunidades urbanas dos Estados Unidos. Valoriza a improvisação, a energia, movimentos rítmicos e uma ligação forte com a música. Apesar do vocabulário próprio de cada estilo, estas danças são caracterizadas pela autenticidade, expressão pessoal e criatividade – os bailarinos são convidados a adaptar os movimentos ao seu próprio estilo através da orientação de quem leciona.

Início da atividade - 7 de setembro

Nível	Faixa etária	Duração	Horário	Preço
KIDS 1	1.º e 2.º ano	45 min	6ª feira: 16:15-17:00	35€
KIDS 2	3.º e 4.º ano	45 min	6ª feira: 17:00-17:45	35€
Junior	2.º e 3.º CEB	45 min	6ª feira: 15:30-16:15	35€

A participação nas aulas desta modalidade requer a aquisição de vestuário próprio.


Música

School of Rock

Aprendizagem de Instrumento Musical

A atividade de Aprendizagem de Instrumento Musical proporciona aos alunos um ensino personalizado, através de aulas individuais de 30 ou 60 minutos, adaptadas à idade, ao nível de conhecimentos e aos objetivos de cada aluno.

Num ambiente motivador e de acompanhamento próximo, os alunos desenvolvem competências técnicas e artísticas, explorando a música de forma prática e progressiva, ao seu próprio ritmo.

Objetivos pedagógicos e formativos:

- Desenvolver competências musicais e técnicas no instrumento escolhido
- Promover a criatividade, a expressão artística e a sensibilidade musical
- Estimular a concentração, a disciplina, a autonomia e a persistência
- Desenvolver a coordenação motora, a memória e a capacidade de escuta
- Incentivar hábitos de estudo e de prática regular
- Reforçar a autoconfiança e o gosto pela aprendizagem da música
- Proporcionar uma formação musical adaptada às capacidades e aos objetivos de cada aluno

Instrumentos disponíveis:

- Guitarra Clássica
- Guitarra Elétrica
- Baixo Elétrico
- Ukulele
- Bateria
- Piano
- Voz
- Violino

Início da atividade - 14 de setembro

Instrumento	Faixa etária	Duração	Horário	Preço
Bateria	a partir do 1.º CEB	30 min	Por marcação	60€
Guitarra Elétrica	a partir do 1.º CEB	30 min	Por marcação	60€
Guitarra Clássica	a partir do 1.º CEB	30 min	Por marcação	60€
Baixo Elétrico	a partir do 1.º CEB	30 min	Por marcação	60€
Ukulele	a partir do 1.º CEB	30 min	Por marcação	60€
Piano	a partir do 1.º CEB	30 min	Por marcação	60€
Voz	a partir do 1.º CEB	30 min	Por marcação	60€
Violino	a partir do 1.º CEB	30 min	Por marcação	60€
Bateria	a partir do 1.º CEB	60 min	Por marcação	100€
Guitarra Elétrica	a partir do 1.º CEB	60 min	Por marcação	100€
Guitarra Clássica	a partir do 1.º CEB	60 min	Por marcação	100€
Baixo Elétrico	a partir do 1.º CEB	60 min	Por marcação	100€
Ukulele	a partir do 1.º CEB	60 min	Por marcação	100€
Piano	a partir do 1.º CEB	60 min	Por marcação	100€
Voz	a partir do 1.º CEB	60 min	Por marcação	100€
Violino	a partir do 1.º CEB	60 min	Por marcação	100€

LEARNING INTERNATIONAL SCHOOL
COLÉGIO NOVO
DE GAIA

Ensemble & Banda - School of Rock

O Ensemble & Banda é o espaço onde a música ganha vida em grupo. Destinada a alunos que já frequentam aulas de instrumento ou de voz, esta atividade permite aplicar os conhecimentos adquiridos em contexto de banda, desenvolvendo competências de interpretação, comunicação musical e performance ao vivo.

Cada ensemble é constituído por diferentes instrumentos (guitarras, baixo, bateria, piano, voz e outros), proporcionando uma experiência semelhante à de uma verdadeira banda. Os alunos trabalham repertório diversificado, desde os grandes clássicos do rock e do pop até temas contemporâneos, explorando diferentes estilos musicais e preparando apresentações públicas ao longo do ano letivo.

Mais do que aprender músicas, os participantes desenvolvem a capacidade de ouvir, comunicar e interpretar em conjunto, assumindo um papel ativo dentro da banda e compreendendo a importância de cada elemento para o resultado final.

Objetivos pedagógicos e formativos:

- Desenvolver competências de performance em contexto de banda
- Aplicar os conhecimentos técnicos adquiridos nas aulas individuais de instrumento ou voz
- Promover a escuta ativa, a coordenação musical e o sentido de conjunto
- Desenvolver competências de improvisação, criatividade e interpretação musical
- Estimular a responsabilidade individual e o compromisso com o grupo
- Fomentar o trabalho colaborativo, o respeito e a comunicação entre os elementos da banda
- Reforçar a autoconfiança através da realização de concertos e apresentações públicas
- Desenvolver competências de palco, presença cénica e interação com o público
- Promover a cultura musical através da exploração de diferentes géneros e épocas

Destinatários:

Alunos da School of Rock que frequentem aulas de instrumento ou voz e possuam conhecimentos básicos que lhes permitam integrar uma banda ou ensemble, mediante avaliação do professor.

Esta atividade culmina na participação em concertos, showcases, audições e eventos promovidos pela School of Rock, proporcionando aos alunos uma experiência artística completa e próxima da realidade de uma banda profissional.

Instrumento	Faixa etária	Duração	Horário	Preço
Banda	a partir do 1.º CEB	60 min	Por marcação	30€

Orff Lab Orquestra

O Orff Lab Orquestra é um espaço de prática instrumental em grupo onde os alunos exploram, criam e interpretam música através do instrumental Orff (xilofones, metalofones, jogos de sinos e pequenas percussões). Num ambiente dinâmico e colaborativo, os alunos desenvolvem competências musicais através da experimentação, da improvisação e da construção de repertório diversificado.

Objetivos pedagógicos e formativos:

- Desenvolver competências de execução instrumental e prática musical em conjunto
- Estimular a criatividade, a improvisação e a expressão artística
- Promover a audição ativa, a concentração e o sentido rítmico
- Fomentar o trabalho colaborativo, a responsabilidade e o respeito pelo grupo
- Reforçar a confiança, a autonomia e a participação ativa dos alunos

Início da atividade - 29 de setembro

Atividade	Faixa etária	Duração	Horário	Preço
Orff Lab Orquestra	1.º CEB	50 min	3ª feira: 16:40-17:30	35€

Contos com Música

Contos com Música é uma atividade especialmente concebida para crianças da creche, onde a literatura infantil e a música se unem para criar experiências de aprendizagem envolventes e significativas. Através de histórias, canções, exploração sonora, movimento e expressão corporal, cada sessão transforma-se numa aventura participativa que desperta a imaginação e a curiosidade das crianças. Uma experiência onde cada história se transforma numa descoberta musical, promovendo aprendizagens essenciais desde os primeiros anos de vida.

Objetivos pedagógicos e formativos:

- Estimular o desenvolvimento musical através da exploração de sons, canções e instrumentos
- Promover o enriquecimento da linguagem e da comunicação
- Desenvolver a criatividade, a imaginação e a capacidade de atenção
- Favorecer a expressão emocional e a interação social
- Estimular a coordenação motora e a consciência corporal

Início da atividade - 29 de setembro

Atividade	Faixa etária	Duração	Horário	Preço
Contos com Música	Creche	30 min	3ª feira: 15:45-16:15	35€

Línguas



LEARNING INTERNATIONAL SCHOOL
COLÉGIO NOVO
DE GAIA

Academia de Línguas

A Academia de Línguas do Colégio Novo oferece um percurso estruturado de aprendizagem de línguas estrangeiras, assente no Quadro Europeu Comum de Referência para as Línguas (QECR) e orientado para a certificação internacional.

As aulas decorrem em pequenos grupos, permitindo um acompanhamento próximo e uma aprendizagem dinâmica, centrada no desenvolvimento equilibrado das competências de compreensão oral, expressão oral, leitura, escrita e interação comunicativa.

As aulas destinam-se a alunos de diferentes idades e níveis de conhecimento, proporcionando uma progressão contínua desde a iniciação até aos níveis avançados.

Cursos disponíveis

Inglês

- Pre-A1 (Starters)
- A1 (Movers)
- A2.1 (Flyers 1)
- A2.2 (Flyers 2)
- B1 (Preliminary)
- B2.1 (First 1)
- B2.2 (First 2)
- C1 (Advanced)

LEARNING INTERNATIONAL SCHOOL
COLÉGIO NOVO
DE GAIA

Objetivos pedagógicos e formativos

- Desenvolver competências de comunicação oral e escrita em contexto real
- Promover a aquisição progressiva das competências linguísticas previstas pelo QECR
- Desenvolver a compreensão, produção e interação em língua estrangeira
- Estimular a confiança na utilização da língua em diferentes contextos académicos e sociais
- Preparar os alunos para exames internacionais de certificação linguística
- Promover o contacto com diferentes culturas e o desenvolvimento da competência intercultural
- Desenvolver autonomia, hábitos de estudo e estratégias de aprendizagem

Início da atividade - 7 de setembro

Nível	Faixa etária	Duração	Horário	Preço
Pre-A1 (Starters)	a partir do 1.º CEB	90 min	2ª feira: 17:00-18:30	60€
A1 (Movers)	a partir do 1.º CEB	90 min	3ª feira: 16:40-18:10	60€
A2.1 (Flyers 1)	a partir do 1.º CEB	90 min	2ª feira: 17:00-18:30	60€
A2.2 (Flyers 2)	a partir do 1.º CEB	90 min	2ª feira: 17:15-18:45	60€
B1 (Preliminary)	a partir do 1.º CEB	90 min	2ª feira: 17:15-18:45	70€
B2.1 (First 1)	a partir do 1.º CEB	90 min	2ª feira: 17:15-18:45	90€
B2.2 (First 2)	a partir do 1.º CEB	90 min	2ª feira: 17:15-18:45	90€


Artes
A

Arts & Crafts for Kids (3 a 5 anos)

Esta oficina é um encontro criativo dinâmico, especialmente desenhado para os mais pequenos. Focada na exploração sensorial e no prazer de criar, a atividade convida as crianças a manusear diferentes materiais, transformando elementos simples em pequenas obras de arte. Num ambiente lúdico e seguro, cada aula é uma descoberta que promove a confiança e a alegria da experimentação.

Objetivos pedagógicos e formativos:

- Desenvolvimento da Motricidade Fina: Exercitar o manuseamento de materiais variados (como colagem, pintura e modelagem), aprimorando a coordenação motora essencial nesta fase de crescimento
- Estimulação Sensorial: Explorar texturas, cores e formas, incentivando a curiosidade natural e a descoberta através dos sentidos
- Expressão e Autonomia: Fomentar a expressão pessoal através da criação, ajudando a criança a ganhar confiança na realização das suas pequenas "conquistas" manuais
- Socialização e Foco: Estimular a atenção em tarefas simples e promover a interação positiva num ambiente de partilha e descoberta criativa

Início da atividade - 29 de setembro

Atividade	Faixa etária	Duração	Horário	Preço
Arts & Crafts	3-5 anos	30 min	3ª feira: 15:45-16:15	35€

Oficina das Artes

Esta oficina é um espaço dedicado à exploração sensorial e técnica de diferentes linguagens das artes plásticas. Através de uma abordagem prática e lúdica, os participantes são convidados a experimentar materiais como pintura, desenho, colagem, desenvolvendo projetos que estimulam a expressão pessoal, a observação do mundo e a literacia visual.

Objetivos pedagógicos e formativos:

- Desenvolvimento da Criatividade: Estimular a imaginação e a capacidade de encontrar soluções originais para desafios artísticos
- Domínio Técnico: Explorar as propriedades dos materiais (textura, cor, forma e volume) e desenvolver destreza manual
- Expressão e Autonomia: Fomentar a confiança na comunicação de ideias e sentimentos através da produção artística individual e colaborativa
- Apreciação Estética: Promover o contacto com diferentes técnicas e conceitos artísticos, incentivando o pensamento crítico sobre a obra própria e de terceiros

Início da atividade - 29 de setembro

Atividade	Faixa etária	Duração	Horário	Preço
Oficina das Artes	1.º ano – 10.º ano	60 min	3ª feira: 16:30-18:00	35€


Clubes CN

Palco da Ciência – School Lab

SCHOOL LAB é uma atividade extracurricular da autoria da Palco da Ciência (antiga equipa Visionarium) dirigida a alunos do pré-escolar e 1º ciclo, que tem como principal objetivo fomentar o gosto pelas ciências, através da realização de atividades marcadamente experimentais.

As temáticas exploradas estão devidamente relacionadas com o programa curricular de cada nível de ensino e pretendem complementar a prática teórica com o ensino experimental das ciências.

As sessões decorrem em grupos reduzidos, permitindo um acompanhamento mais individualizado de cada criança, num ambiente de permanente troca de sinergias.

O resultado de cada sessão fica com os alunos que o levam para casa.

As sessões são realizadas por monitores com formação especializada e uma vasta experiência na área.

Levamos até si e aos seus filhos aquilo que nos diferencia – um ensino experimental efetivo e de grande qualidade, onde a alegria e o entusiasmo de aprender marcam presença obrigatória.

Início da atividade - 16 de setembro

Nível	Faixa etária	Duração	Horário	Preço
School Lab - Pré	3 - 5 anos	60 min	4ª feira: 16:00-17:00	45€
School Lab - 1.º CEB	1º CEB	60 min	4ª feira: 17:00-18:00	45€

A participação nesta atividade envolve a aquisição do Kit Cientista, material necessário para a realização das aulas, com o valor de 60€

RoboThink Junior (Pré-Escolar 4 e 5 anos)

A RoboThink Junior convida os mais pequenos a explorar o mundo da tecnologia através da brincadeira, da imaginação e da descoberta.

Num ambiente seguro, divertido e repleto de desafios adequados à sua idade, as crianças constroem, experimentam e criam, desenvolvendo naturalmente competências fundamentais para o seu crescimento.

Ao longo das atividades, estimulamos a criatividade, a curiosidade, a coordenação motora, o raciocínio lógico, a comunicação e o trabalho em equipa, promovendo uma relação positiva e confiante com a tecnologia desde cedo.

Integrado num percurso progressivo composto por 10 níveis e cerca de 80 projetos, cada criança evolui ao seu próprio ritmo, celebrando cada conquista através de certificados de progressão que valorizam o esforço, a descoberta e o prazer de aprender.

Porque as grandes ideias começam, muitas vezes, nas pequenas mãos.

Início da atividade - 2 de outubro

Nível	Faixa etária	Duração	Horário	Preço
Pré-Escolar	4-5 anos	60 min	6ª feira: 15:45-16:45	50€

RoboThink (1.º Ciclo)

A RoboThink é uma atividade tecnológica inovadora onde os alunos exploram o mundo da Robótica, Programação, Inteligência Artificial, Criação de Videojogos, Arte Tecnológica e Empreendedorismo, através de desafios práticos e projetos criativos.

Num percurso evolutivo e adaptado ao ritmo de cada criança, os alunos constroem, programam, testam e aperfeiçoam as suas próprias criações, desenvolvendo competências essenciais como o pensamento crítico, a criatividade, a autonomia e o trabalho em equipa.

Com mais de 300 projetos distribuídos por diferentes níveis de aprendizagem, a RoboThink transforma a tecnologia numa experiência divertida, envolvente e inspiradora, preparando os alunos para os desafios do futuro.

Uma experiência de aprendizagem inspiradora, onde as ideias ganham vida e cada desafio se transforma numa oportunidade para criar, inovar e preparar o futuro.

Início da atividade - 2 de outubro

Nível	Faixa etária	Duração	Horário	Preço
1.º CEB	1.º CEB	60 min	6ª feira: 16:45-17:45	50€

RoboThink (2.º ciclo)

A RoboThink Tech Academy é um programa tecnológico estruturado que combina Robótica, Programação, Inteligência Artificial, Criação de Videojogos e Arte Tecnológica através de experiências de aprendizagem práticas, desafiantes e inspiradoras.

Organizado com base num currículo trimestral, os alunos exploram conceitos cada vez mais avançados, enfrentam desafios reais e desenvolvem competências práticas através de projetos criativos e da resolução colaborativa de problemas. Ao longo do percurso, fortalecem competências essenciais como o pensamento crítico, a inovação, a comunicação, a resiliência e o trabalho em equipa.

No final de cada trimestre, os alunos recebem um Certificado de Conclusão, reconhecendo o seu progresso, dedicação e as competências adquiridas.

Uma experiência de aprendizagem inspiradora, onde a tecnologia se transforma numa ferramenta para criar, inovar e desenvolver as competências necessárias para construir o futuro.

Início da atividade - 2 de outubro

Nível	Faixa etária	Duração	Horário	Preço
2.º CEB	2.º CEB	60 min	6ª feira: 14:45-15:45	50€

Mind Games Lab – Board Games & Strategy

O Mind Games Lab é um espaço de aprendizagem inovador onde os jogos de tabuleiro se transformam em poderosas ferramentas de desenvolvimento cognitivo, social e emocional.

Através de uma seleção criteriosa de Board Games adaptados à idade e ao nível de desenvolvimento dos alunos, cada sessão desafia os participantes a pensar estrategicamente, resolver problemas, tomar decisões e trabalhar em equipa, num ambiente lúdico, motivador e altamente participativo.

Desde os primeiros jogos de associação e lógica no Pré-Escolar até aos jogos de estratégia, gestão de recursos, cooperação e raciocínio avançado no 1.º e 2.º Ciclos, os alunos desenvolvem competências essenciais para o sucesso académico e para a vida.

No Mind Games Lab, aprender acontece de forma natural: cada partida constitui uma oportunidade para desenvolver o pensamento crítico, a criatividade, a comunicação e a capacidade de enfrentar desafios com confiança.

Programas:

Pequenos Estrategas (Pré-Escolar)

Através de jogos adequados à infância, as crianças exploram cores, formas, padrões, números, memória, atenção e cooperação, desenvolvendo competências fundamentais de forma divertida e estimulante.

Exploradores de Estratégia (1.º Ciclo)

Os alunos iniciam o contacto com jogos de lógica, estratégia e cooperação, aprendendo a planear, antecipar consequências, resolver problemas e comunicar eficazmente com os colegas.

Objetivos pedagógicos e formativos:

- Desenvolver o raciocínio lógico e o pensamento estratégico
- Promover a concentração, a atenção e a memória
- Estimular a criatividade e a capacidade de resolução de problemas
- Desenvolver competências matemáticas e de raciocínio abstrato
- Promover a comunicação, a argumentação e a tomada de decisão
- Fomentar o trabalho colaborativo, a cooperação e o respeito pelas regras
- Desenvolver competências sociais, emocionais e de autorregulação
- Incentivar a autonomia, a persistência e a resiliência perante desafios
- Estimular a capacidade de planear, antecipar e avaliar diferentes estratégias
- Promover o gosto pela aprendizagem através do jogo

Competências desenvolvidas:

- Pensamento Crítico
- Raciocínio Lógico
- Estratégia
- Resolução de Problemas
- Tomada de Decisão
- Criatividade
- Memória
- Atenção e Concentração
- Comunicação
- Cooperação
- Inteligência Emocional
- Gestão de Recursos
- Planeamento
- Flexibilidade Cognitiva

Metodologia:

O Mind Games Lab utiliza uma abordagem Game-Based Learning, onde os jogos de tabuleiro deixam de ser apenas uma atividade recreativa para se tornarem verdadeiros instrumentos de aprendizagem. Cada sessão é cuidadosamente orientada para desenvolver competências específicas, promovendo momentos de reflexão, experimentação e aplicação de estratégias, permitindo que os alunos aprendam enquanto jogam, colaboram e superam novos desafios. Esta metodologia transforma cada partida numa oportunidade para crescer, pensar e aprender de forma significativa.

Início da atividade - 17 de setembro

Nível	Faixa etária	Duração	Horário	Preço
Pequenos Estrategas	3 - 5 anos	45 min	5ª feira: 16:00-16:45	40€
Exploradores da Estratégia	1.º CEB	45 min	5ª feira: 16:45-17:30	40€

Chess Club – Xadrez & Estratégia

O Chess Club é um espaço de aprendizagem e desenvolvimento estratégico onde os alunos descobrem o xadrez como uma ferramenta para potenciar o raciocínio lógico, a concentração e a tomada de decisão.

Através de atividades progressivas, jogos orientados e desafios estratégicos, os participantes aprendem os princípios fundamentais do jogo, desenvolvem novas estratégias e reforçam competências cognitivas essenciais. O clube proporciona um ambiente estimulante onde cada partida representa uma oportunidade para aprender, analisar, planear e evoluir.

Mais do que um jogo, o xadrez torna-se um instrumento de desenvolvimento pessoal, promovendo disciplina, perseverança e pensamento estratégico.

Objetivos pedagógicos e formativos:

- Desenvolver o raciocínio lógico e estratégico
- Promover a concentração, a memória e a atenção
- Melhorar a capacidade de tomada de decisão
- Estimular o planeamento e a antecipação
- Desenvolver a perseverança e a resiliência
- Incentivar o respeito pelas regras e pelo adversário

Competências desenvolvidas:

- Estratégia
- Pensamento Lógico
- Concentração
- Memória
- Planeamento
- Tomada de Decisão
- Resolução de Problemas
- Autocontrolo
- Fair Play

Início da atividade - 17 de setembro

Atividade	Faixa etária	Duração	Horário	Preço
Xadrez	1.º CEB	45 min	5ª feira: 17:30-18:15	40€

euRICO – Literacia Financeira & Empreendedorismo

O euRICO é um programa de educação financeira e empreendedorismo que desafia os alunos a compreender, desde cedo, o valor do dinheiro, das escolhas e da gestão responsável dos recursos.

Através de uma metodologia prática, participativa e baseada em desafios, jogos, simulações e projetos, os alunos exploram conceitos fundamentais de literacia financeira de forma adequada à sua idade, desenvolvendo competências essenciais para a tomada de decisões conscientes e responsáveis.

Ao longo das sessões, os participantes aprendem a poupar, planear, gerir um orçamento, distinguir necessidades de desejos, compreender o funcionamento da economia e descobrir como as ideias podem transformar-se em projetos e oportunidades.

Mais do que ensinar finanças, o euRICO pretende formar cidadãos informados, autónomos, empreendedores e preparados para enfrentar os desafios económicos e sociais do futuro.

Descobrir (Pré-Escolar)

Os mais pequenos descobrem, através de histórias, jogos e atividades lúdicas, conceitos como poupança, partilha, consumo responsável e valor dos bens, desenvolvendo hábitos financeiros positivos desde os primeiros anos de vida.

Criar (1.º Ciclo)

Os alunos exploram o funcionamento do dinheiro, aprendem a elaborar pequenos orçamentos, definem objetivos de poupança, conhecem diferentes formas de pagamento e desenvolvem competências de planeamento e responsabilidade financeira.

Objetivos pedagógicos e formativos:

- Desenvolver competências de literacia financeira desde a infância
- Promover hábitos de poupança, planeamento e consumo responsável
- Compreender o papel do dinheiro, da economia e das escolhas financeiras no quotidiano
- Desenvolver competências de empreendedorismo, criatividade e inovação
- Estimular o pensamento crítico e a capacidade de resolução de problemas
- Promover a tomada de decisões responsáveis e fundamentadas
- Desenvolver competências de planeamento, organização e definição de objetivos
- Incentivar o trabalho colaborativo, a comunicação e a liderança
- Sensibilizar para a sustentabilidade económica, social e ambiental
- Preparar os alunos para uma participação ativa, responsável e empreendedora na sociedade

Competências desenvolvidas:

- Literacia Financeira
- Educação Económica
- Gestão do Dinheiro
- Poupança e Orçamento
- Consumo Responsável
- Empreendedorismo
- Criatividade
- Resolução de Problemas
- Pensamento Crítico
- Planeamento
- Trabalho em Equipa
- Comunicação
- Liderança
- Sustentabilidade
- Responsabilidade Social

LEARNING INTERNATIONAL SCHOOL
COLÉGIO NOVO
DE GAIA

Metodologia:

O euRICO utiliza uma abordagem de Learning by Doing, onde os alunos aprendem através da experimentação, da resolução de desafios, de jogos pedagógicos, estudos de caso e projetos colaborativos. Cada sessão aproxima os participantes de situações reais do quotidiano económico e financeiro, permitindo aplicar conhecimentos em contextos práticos e desenvolver competências para a vida.

O programa encontra-se alinhado com as orientações do Referencial de Educação Financeira e do Referencial de Educação para o Empreendedorismo, promovendo uma aprendizagem progressiva e integrada desde o Pré-Escolar até ao 3.º Ciclo, preparando os alunos para serem cidadãos financeiramente conscientes, socialmente responsáveis e capazes de transformar ideias em oportunidades.

Início da atividade - 1.º CEB - 29 de setembro
2.º CEB - 28 de setembro

Nível	Faixa etária	Duração	Horário	Preço
euRICO	1.º CEB	50 min	3ª feira: 16:30-17:20	40€
euRICO	2.º CEB	50 min	2ª feira: 17:00-17:50	40€

CNG Press

O CNG Press – Jornal e Podcast Escolar – constitui um espaço de aprendizagem, criatividade e participação ativa na vida da comunidade educativa, proporcionando aos alunos uma experiência prática nas áreas do jornalismo, da comunicação e da produção multimédia. Integrado no projeto Melhor Escola, dinamizado pelo jornal O Gaiense, e articulado com o projeto Repórter CNG, o clube funciona como uma verdadeira redação e estúdio de comunicação, onde os alunos têm a oportunidade de identificar temas de interesse, realizar pesquisas e entrevistas, produzir textos jornalísticos e conteúdos áudio, bem como participar nos processos de edição e divulgação das suas produções. Desta forma, promove-se uma aprendizagem significativa, assente na colaboração, na criatividade e na valorização da voz dos alunos.

Objetivos pedagógicos e formativos:

A atividade visa desenvolver o pensamento crítico, criativo e reflexivo, incentivando a curiosidade intelectual, a capacidade de iniciativa e a participação ativa e responsável dos alunos na comunidade escolar. Pretende, igualmente, fomentar competências de comunicação oral e escrita, de pesquisa, seleção, análise e tratamento da informação, bem como promover a literacia mediática e a utilização crítica e consciente dos meios de comunicação. Paralelamente, procura reforçar competências pessoais e sociais, nomeadamente o trabalho colaborativo, o relacionamento interpessoal, a autonomia, o sentido de responsabilidade, a resolução de problemas e a capacidade de organização e de tomada de decisão.

Início da atividade - 1 de outubro

Atividade	Faixa etária	Duração	Horário	Preço
CNG Press	2.º|3.º CEB e Secundário	90 min	5ª feira: 17:00-18:30	35€

Clube de Teatro (3.º ano até ao 6.º ano)

O clube de teatro convida os alunos a explorar o mundo da representação através do jogo, da imaginação e da criatividade. Num ambiente divertido e acolhedor, cada sessão proporciona experiências que estimulam a expressão, a comunicação e a confiança, permitindo que cada criança descubra o prazer de subir ao palco e de dar vida a diferentes personagens.

Objetivos pedagógicos e formativos:

- Desenvolver a criatividade e a imaginação
- Promover a expressão corporal, vocal e emocional
- Estimular a comunicação e a capacidade de contar histórias
- Incentivar o trabalho em equipa, a cooperação e o respeito pelos outros
- Reforçar a autoestima, a autonomia e a confiança em si próprio

Início da atividade - 30 de setembro

Atividade	Faixa etária	Duração	Horário	Preço
Clube de Teatro	3.º ano - 6.º ano	90 min	4ª feira: 17:00-18:30	35€

Clube de Teatro (3.º Ciclo e Secundário)

Este clube oferece aos alunos um espaço de criação artística, experimentação e desenvolvimento pessoal. Através da interpretação, da improvisação e da construção de personagens, os participantes aprofundam técnicas de representação, exploram diferentes linguagens teatrais e desenvolvem competências essenciais para comunicar com segurança, criatividade e espírito crítico.

Objetivos pedagógicos e formativos:

- Desenvolver competências de interpretação e expressão dramática
- Aperfeiçoar a comunicação verbal e não verbal
- Estimular a criatividade, o pensamento crítico e a capacidade de improvisação
- Promover o trabalho colaborativo, a responsabilidade e a liderança
- Fomentar a confiança em contextos de apresentação pública e desempenho artístico

Início da atividade - 1 de outubro

Atividade	Faixa etária	Duração	Horário	Preço
Clube de Teatro	3.º CEB e Secundário	90 min	5ª feira: 17:00-18:30	35€

Clube EnigMÁTICO (1.º Ciclo)

Objetivos Gerais:

- Estimular o interesse e a curiosidade dos alunos pela Matemática
- Desenvolver o raciocínio lógico e a resolução de problemas
- Promover o trabalho em equipa e a aprendizagem colaborativa
- Mostrar aplicações práticas e divertidas da Matemática no quotidiano

Metodologia:

- Dinâmicas em grupo, desafios matemáticos, jogos, competições e oficinas
- Exploração de temas extracurriculares

Atividades sugeridas:

- Desafios matemáticos semanais
- Jogos de tabuleiro matemáticos: dominó algébrico, bingo de frações, tangram, etc
- Matemática e arte: mosaicos, simetria, construção de sólidos geométricos.
- Oficinas práticas: construção de instrumentos de medida, origami, uso de softwares como GeoGebra
- Feira de Matemática: apresentação de projetos na Semana da Ciência

Início da atividade - 29 de setembro

Atividade	Faixa etária	Duração	Horário	Preço
Clube enigMÁTICO	1.º CEB	50 min	3ª feira: 17:00-17:50	35€



Desporto

Natação

A atividade de Natação da CNG Academy tem como principal objetivo promover a adaptação ao meio aquático, o desenvolvimento das competências técnicas da modalidade e, sobretudo, a aquisição de competências de segurança aquática, fundamentais para uma relação segura, autónoma e confiante com a água.

Através de uma metodologia progressiva e diferenciada, adaptada ao nível de cada criança, pretende-se desenvolver não só as capacidades motoras específicas da natação, mas também a autonomia, a confiança, a coordenação, a resistência e o gosto pela prática desportiva.

A atividade está organizada por níveis de aprendizagem, permitindo que cada criança evolua ao seu próprio ritmo e consolide progressivamente as competências necessárias para transitar para níveis superiores.

Níveis de Aprendizagem:

Bebés

Objetivo:

Promover a adaptação ao meio aquático e o desenvolvimento da confiança na água.

Conteúdos:

- Familiarização com a água

- Desenvolvimento do conforto e da segurança no meio aquático

- Exploração de movimentos básicos de flutuação e propulsão

- Primeiras experiências de imersão

- Desenvolvimento da relação criança-água através de atividades lúdicas

C0

Objetivo:

Desenvolver a autonomia básica no meio aquático e as competências fundamentais de segurança aquática.

Conteúdos:

- Flutuação ventral e dorsal

- Respiração e controlo respiratório

- Imersões e saltos simples

- Deslocamentos básicos

- Consolidação da segurança e independência na água

C0+ / C1

Objetivo:

Consolidar a autonomia aquática e introduzir competências motoras mais complexas.

Conteúdos:

- Domínio dos equilíbrios e flutuações

- Deslocamentos autónomos em diferentes profundidades

- Introdução a movimentos subaquáticos

- Desenvolvimento da coordenação motora aquática

- Reforço da segurança e da confiança no meio aquático

C1+

Objetivo:

Introduzir as técnicas formais de natação

Conteúdos:

- Introdução ao crol e costas
- Coordenação básica dos movimentos
- Aperfeiçoamento da propulsão e da respiração
- Desenvolvimento das competências de segurança aquática
- Preparação para a progressão técnica

C2

Objetivo:

Melhorar a eficiência técnica e ampliar o repertório de estilos.

Conteúdos:

- Aperfeiçoamento do crol e costas
- Introdução aos estilos bruços e mariposa
- Desenvolvimento da resistência
- Melhoria da coordenação e do controlo respiratório
- Aperfeiçoamento das técnicas de propulsão

C3

Objetivo:

Aperfeiçoar todas as técnicas de natação e desenvolver capacidades físicas específicas.

Conteúdos:

- Aperfeiçoamento dos quatro estilos (crol, costas, bruços e mariposa)

- Desenvolvimento da resistência e da condição física

- Introdução e aperfeiçoamento de viragens e partidas

- Exercícios técnicos específicos

- Utilização de material auxiliar de treino

- Preparação para desafios de maior exigência técnica e física

Carga Horária

A atividade decorre ao longo de toda a semana, de segunda a sexta-feira, em diferentes horários, de acordo com os níveis de aprendizagem e a faixa etária das crianças.

Cada sessão tem a duração de 45 minutos, sendo a frequência semanal variável consoante a inscrição de cada participante (uma ou duas sessões por semana).

Início da atividade - 7 de setembro

LEARNING INTERNATIONAL SCHOOL
COLÉGIO NOVO
DE GAIA

Nível	Faixa etária	Duração	Horário	Preço
C0	a partir dos 2 anos	45 min	3ª feira: 16:15-17:00 4ª feira: 16:15-17:00 5ª feira: 16:15-17:00 6ª feira: 16:15-17:00	50€
C0	a partir dos 2 anos	90 min (2x sem.)	3ª feira: 16:15-17:00 4ª feira: 16:15-17:00 5ª feira: 16:15-17:00 6ª feira: 16:15-17:00	65€
C0+	a partir dos 2 anos	45 min	3ª feira: 16:15-17:00 4ª feira: 16:15-17:00 5ª feira: 16:15-17:00 6ª feira: 16:15-17:00	50€
C0+	a partir dos 2 anos	90 min (2x sem.)	3ª feira: 16:15-17:00 4ª feira: 16:15-17:00 5ª feira: 16:15-17:00 6ª feira: 16:15-17:00	65€
C1	a partir dos 2 anos	45 min	2ª feira: 16:00-16:45 3ª feira: 16:15-17:00 4ª feira: 16:15-17:00 4ª feira: 17:00-17:45 5ª feira: 16:15-17:00 5ª feira: 17:00-17:45 6ª feira: 16:15-17:00	50€
C1	a partir dos 2 anos	90 min (2x sem.)	2ª feira: 16:00-16:45 3ª feira: 16:15-17:00 4ª feira: 16:15-17:00 4ª feira: 17:00-17:45 5ª feira: 16:15-17:00 5ª feira: 17:00-17:45 6ª feira: 16:15-17:00	65€
C1+	a partir dos 2 anos	45 min	2ª feira: 16:00-16:45 3ª feira: 15:30-16:15 3ª feira: 17:00-17:45 4ª feira: 15:30-16:15 4ª feira: 17:00-17:45 5ª feira: 16:15-17:00 6ª feira: 15:30-16:15 6ª feira: 16:15-17:00	50€

Nível	Faixa etária	Duração	Horário	Preço
C1+	a partir dos 2 anos	90 min (2x sem.)	2ª feira: 16:00-16:45 3ª feira: 15:30-16:15 3ª feira: 17:00-17:45 4ª feira: 15:30-16:15 4ª feira: 17:00-17:45 5ª feira: 16:15-17:00 6ª feira: 15:30-16:15 6ª feira: 16:15-17:00	65€
C2	a partir dos 2 anos	45 min	2ª feira: 16:00-16:45 3ª feira: 15:30-16:15 3ª feira: 17:00-17:45 4ª feira: 15:30-16:15 4ª feira: 17:00-17:45 5ª feira: 17:00-17:45 6ª feira: 15:30-16:15	50€
C2	a partir dos 2 anos	90 min (2x sem.)	2ª feira: 16:00-16:45 3ª feira: 15:30-16:15 3ª feira: 17:00-17:45 4ª feira: 15:30-16:15 4ª feira: 17:00-17:45 5ª feira: 17:00-17:45 6ª feira: 15:30-16:15	65€
C3	a partir dos 2 anos	45 min	2ª feira: 16:00-16:45 3ª feira: 15:30-16:15 3ª feira: 17:00-17:45 4ª feira: 15:30-16:15 4ª feira: 17:00-17:45 5ª feira: 17:00-17:45 6ª feira: 15:30-16:15	50€
C3	a partir dos 2 anos	90 min (2x sem.)	2ª feira: 16:00-16:45 3ª feira: 15:30-16:15 3ª feira: 17:00-17:45 4ª feira: 15:30-16:15 4ª feira: 17:00-17:45 5ª feira: 17:00-17:45 6ª feira: 15:30-16:15	65€

Judo

O Judo é muito mais do que uma modalidade desportiva. É uma ferramenta de educação que promove o desenvolvimento físico, emocional e social das crianças e dos jovens.

Nas aulas trabalhamos competências como a coordenação motora, o equilíbrio, a força, a disciplina, o respeito, a concentração e a autoconfiança, sempre através de uma metodologia adaptada à idade e ao nível de cada aluno.

A experiência adquirida ao longo dos dois últimos anos no Colégio Novo de Gaia, desde a criação da modalidade, demonstra-nos que a frequência de duas aulas semanais permite uma evolução significativamente mais consistente, potenciando a aprendizagem técnica, a consolidação de valores e a integração das crianças no grupo. O resultado tem sido muito positivo, refletido na satisfação e evolução dos nossos alunos e respetivas famílias.

O principal objetivo é formar crianças mais autónomas, responsáveis e resilientes, utilizando o judo como meio de aprendizagem e crescimento pessoal, num ambiente seguro, divertido e motivador.

Início da atividade - 7 de setembro

Nível	Faixa etária	Duração	Horário	Preço
Pré-Escolar	2 e 3 anos	30 min	2ª feira: 15:45-16:15 ou 4ª feira: 15:45-16:15	36€
Pré-Escolar	2 e 3 anos	60 min (2x sem.)	2ª feira: 15:45-16:15 e 4ª feira: 15:45-16:15	45€
Pré-Escolar	4 e 5 anos	45 min	2ª feira: 16:15-17:00 ou 4ª feira: 16:15-17:00	36€
Pré-Escolar	4 e 5 anos	90 min (2x sem.)	2ª feira: 16:15-17:00 e 4ª feira: 16:15-17:00	45€
1.º CEB	1.º CEB	45 min	2ª feira: 17:00-17:45 ou 4ª feira: 17:00-17:45	36€
1.º CEB	1.º CEB	90 min (2x sem.)	2ª feira: 17:00-17:45 e 4ª feira: 17:00-17:45	45€
2.º CEB	2.º CEB	45 min	2ª feira: 17:00-17:45 ou 4ª feira: 17:00-17:45	36€
2.º CEB	2.º CEB	90 min (2x sem.)	2ª feira: 17:00-17:45 e 4ª feira: 17:00-17:45	45€

Voleibol

O Projeto de Voleibol Extracurricular do Colégio Novo de Gaia pretende proporcionar aos alunos uma oportunidade adicional de prática desportiva regular, promovendo hábitos de vida saudáveis e contribuindo para o seu desenvolvimento físico, emocional e social.

A prática de atividade física desempenha um papel fundamental na saúde e no bem-estar das crianças e jovens, favorecendo o desenvolvimento motor, a melhoria da condição física e a adoção de estilos de vida ativos desde cedo.

Sendo o voleibol uma modalidade coletiva, este projeto assume também uma importante dimensão educativa, estimulando valores como o espírito de equipa, a cooperação, o respeito pelos outros, a responsabilidade e a entreajuda.

O nosso principal objetivo é promover um verdadeiro "Desporto para Todos", assente nos princípios da inclusão, da participação e da igualdade de oportunidades, permitindo que cada aluno encontre no desporto um espaço de aprendizagem, diversão e crescimento pessoal, independentemente do seu nível inicial de experiência ou capacidade.

No Colégio Novo de Gaia acreditamos que o desporto é uma ferramenta essencial na formação integral dos nossos alunos, contribuindo para o desenvolvimento de competências que os acompanharão ao longo da vida.

Início da atividade - 7 de setembro

Nível	Faixa etária	Duração	Horário	Preço
Minis A	1.º CEB	60 min	3ª feira: 17:30-18:30 ou 6ª feira: 15:45-16:45	30€
Minis A	1.º CEB	120 min (2x sem.)	3ª feira: 17:30-18:30 e 6ª feira: 15:45-16:45	40€
Minis B	2.º CEB	60 min	3ª feira: 17:30-18:30 ou 6ª feira: 15:45-16:45	30€
Minis B	2.º CEB	120 min (2x sem.)	3ª feira: 17:30-18:30 e 6ª feira: 15:45-16:45	40€

Futebol – Dragon Force CNG

A Dragon Force CNG, em parceria com a metodologia oficial da Dragon Force by FC Porto, proporciona uma formação desportiva de excelência, colocando cada aluno no centro do processo de aprendizagem. Mais do que ensinar futebol, este projeto pretende formar crianças e jovens capazes de desenvolver competências desportivas, sociais e emocionais que os acompanharão ao longo da vida. A metodologia Dragon Force assenta na missão de "Preparar Campeões para a Vida", valorizando o desenvolvimento individual, a formação contínua dos treinadores e uma abordagem integrada que articula treino, pedagogia, nutrição, psicologia e inovação.

Através de uma metodologia estruturada, adaptada à idade e ao nível de desenvolvimento de cada aluno, os treinos promovem a aprendizagem progressiva dos fundamentos técnicos e táticos do futebol, estimulando simultaneamente a coordenação motora, a tomada de decisão, a criatividade, a autonomia e o gosto pela prática desportiva.

Na Dragon Force CNG, acreditamos que cada criança é única e merece um acompanhamento próximo, num ambiente seguro, motivador e inclusivo, onde o respeito, o espírito de equipa, a disciplina e a superação são valores trabalhados diariamente. O objetivo é que cada aluno evolua ao seu próprio ritmo, desfrutando do futebol enquanto cresce como atleta e como pessoa.

O projeto encontra-se organizado por níveis de aprendizagem e desenvolvimento, permitindo uma progressão contínua desde os primeiros contactos com a modalidade até aos grupos de competição, proporcionando desafios adequados às capacidades e ambições de cada aluno.

Níveis de Desenvolvimento:

Raiz

Primeiro contacto com o futebol através do jogo, da descoberta do movimento e da coordenação motora, privilegiando a diversão e o gosto pela modalidade.

Iniciação

Desenvolvimento das competências motoras fundamentais e introdução dos princípios básicos do jogo, promovendo a aprendizagem através de atividades lúdicas e adaptadas à idade.

Básico

Consolidação dos fundamentos técnicos individuais, desenvolvimento da coordenação, da perceção espacial e da compreensão das primeiras noções táticas.

Intermédio

Aprofundamento das competências técnicas e táticas, promovendo a tomada de decisão, o trabalho em equipa e a compreensão do jogo em contextos mais exigentes.

Avançado

Desenvolvimento técnico e tático de maior complexidade, estimulando a criatividade, a inteligência de jogo e a preparação para contextos competitivos.

Competição (Sub-7, Sub-8 e Sub-9)

Destinado a alunos selecionados pela equipa técnica, este percurso proporciona uma preparação mais específica para a competição, mantendo sempre o equilíbrio entre desempenho desportivo, formação pessoal e sucesso escolar.

Objetivos pedagógicos e formativos:

- Desenvolver competências técnicas e táticas do futebol
- Promover a coordenação motora, a agilidade, a velocidade e o equilíbrio
- Estimular a criatividade e a inteligência de jogo
- Desenvolver a autonomia, a disciplina e a responsabilidade
- Promover o respeito, o espírito de equipa e o fair play
- Reforçar a autoconfiança, a resiliência e a capacidade de superação
- Incentivar hábitos de vida ativos e saudáveis
- Contribuir para a formação integral dos alunos através do desporto

Carga Horária

A atividade decorre ao longo da semana, de acordo com o escalão e o nível de desenvolvimento dos alunos.

A frequência poderá ser de uma ou duas sessões semanais, conforme a opção de inscrição, existindo ainda grupos específicos de competição e sessões complementares de aperfeiçoamento técnico (TOP) para os alunos selecionados pela equipa técnica.

Início da atividade - Iniciação, Básico, Intermédio, Avançado - 7 de setembro
Sub 7, Sub 8, Sub 9 - 1 de setembro

Nível	Faixa etária	Duração	Horário	Preço
Raíz	3 anos	30 min	5ª feira: 15:45-16:15	37€
Iniciação	4 e 5 anos	60 min	3ª feira: 16:30-17:30 ou 5ª feira: 16:30-17:30	37€
Iniciação	4 e 5 anos	120 min (2x sem.)	3ª feira: 16:30-17:30 e 5ª feira: 16:30-17:30	50€
Básico	1.º e 2.º ano	60 min	3ª feira: 16:30-17:30 ou 5ª feira: 16:30-17:30	37€
Básico	1.º e 2.º ano	120 min (2x sem.)	3ª feira: 16:30-17:30 e 5ª feira: 16:30-17:30	50€
Intermédio	3.º e 4.º ano	60 min	4ª feira: 17:30-18:30 ou 6ª feira: 15:30-16:30	37€
Intermédio	3.º e 4.º ano	120 min (2x sem.)	4ª feira: 17:30-18:30 e 6ª feira: 15:30-16:30	50€
Avançado	5.º e 6.º ano	60 min	4ª feira: 17:30-18:30 ou 6ª feira: 15:30-16:30	37€
Avançado	5.º e 6.º ano	120 min (2x sem.)	4ª feira: 17:30-18:30 e 6ª feira: 15:30-16:30	50€
Expert	3.º CEB	60 min	4ª feira: 17:30-18:30 ou 6ª feira: 15:30-16:30	37€
Expert	3.º CEB	120 min (2x sem.)	4ª feira: 17:30-18:30 e 6ª feira: 15:30-16:30	50€
Sub 7 (competição)	Por seleção	120 min (2x sem.)	3ª feira: 17:30-18:30 e 5ª feira: 17:30-18:30	47€
Sub 8 (competição)	Por seleção	120 min (2x sem.)	3ª feira: 17:30-18:30 e 5ª feira: 17:30-18:30	47€
Sub 9 (competição)	Por seleção	120 min (2x sem.)	3ª feira: 17:30-18:30 e 5ª feira: 17:30-18:30	47€
TOP	Por convite	60 min	4ª feira: 16:30-17:30 ou 6ª feira: 16:30-17:30	20€

Atletismo

Através da prática do atletismo, nas suas diferentes vertentes de corrida, saltos e lançamentos, os alunos desenvolvem capacidades motoras fundamentais como a velocidade, a força, a resistência, a coordenação e o equilíbrio, competências essenciais para o seu desenvolvimento global.

Apesar de ser frequentemente associado a uma modalidade individual, o atletismo é também uma disciplina divertida e desafiante, que estimula o gosto pelo movimento e pela superação de pequenos objetivos a cada treino. É precisamente essa dimensão individual que o torna tão rico a nível formativo: os valores que promove, como a superação pessoal, a persistência, a disciplina, o respeito e a responsabilidade, não se esgotam na pista, mas transferem-se naturalmente para todas as outras vertentes da vida do aluno, dentro e fora do desporto.

Assente nos princípios da inclusão e da igualdade de oportunidades, este projeto pretende proporcionar um ambiente onde todos os alunos possam aprender, evoluir e desfrutar da prática desportiva, independentemente da sua experiência ou nível de desempenho.

Objetivos:

- Promover o desenvolvimento das capacidades motoras fundamentais (velocidade, força, resistência, coordenação)
- Fomentar hábitos de vida ativa e saudável
- Desenvolver valores de superação pessoal, disciplina e trabalho em equipa;
- Garantir a participação inclusiva de todos os alunos, independentemente do seu nível de desempenho.

Início da atividade - Turma 1 (6-10 anos) - 14 de setembro
Turma 2 (11-14 anos) - 17 de setembro

Atividade	Faixa etária	Duração	Horário	Preço
Atletismo	1º CEB	60 min	2ª feira: 17:00-18:00	30€
Atletismo	2.º CEB e 7.º ano	60 min	5ª feira: 17:45-18:45	30€

CNG ACADEMY
Academia das Atividades Extracurriculares





www.colegionovodegaia.pt

Rua António Ferreira Braga Júnior, Canidelo
4400-364 Vila Nova de Gaia
E. geral@colegionovodegaia.pt
T. 227 662 380