

INFORMATIVO

DE ESPORTES - 2024

A ficha de matrícula deverá ser preenchida no Ginásio de Esportes e o pagamento efetuado na Tesouraria do Colégio, exceto nos meses de **dezembro e janeiro** em que a matrícula é realizada apenas na sede do colégio. O aluno que se matricular nas modalidades (Basquete, Handebol, Futsal, Voleibol, Judô, Ginástica Artística e Ginástica Rítmica) poderá escolher outra, pagando 50% e no caso da modalidade Natação permanece o valor da mesma.

O valor da modalidade Natação é de R\$ 150,00 (Cento e cinquenta reais) e as demais modalidades: R\$ 130,00 (Cento e trinta reais).

Os alunos que desejarem mudar a modalidade esportiva deverão procurar a secretaria do ginásio e confirmar a vaga para efetuar a mudança na tesouraria do colégio. E no caso de cancelamento o responsável deverá comunicar também a tesouraria do colégio.

O aluno para fazer parte da Equipe de Esportes do colégio precisa estar na relação do Professor da modalidade ou após frequentar no mínimo um ano de Escolinha e estiver de acordo com os critérios do professor passará a fazer parte da mesma, no entanto pagará apenas a primeira parcela referente à matrícula, considerando as demais parcelas como gratuidade, devendo o mesmo se responsabilizar pelos gastos com viagens e competições e ter a obrigação de frequentar as aulas e comparecer aos jogos. Caso não compareça, será afastado da Equipe.

Para iniciar a prática das Modalidades Esportivas o responsável deverá entregar o EXAME MÉDICO no ato da matrícula ou até o dia 30 de janeiro 2024, na secretaria do colégio.

É obrigatório o uso do uniforme de acordo com a sua modalidade nas aulas de esportes.

OBSERVAÇÕES:

- Os horários de esportes poderão sofrer alterações dependendo da quantidade de aluno por turma;
- Na primeira semana de aula será comunicado o início das aulas.

Segundo esporte mais praticado no Brasil, o Voleibol proporciona benefícios tanto físicos quanto sociais. Desenvolve a velocidade, a flexibilidade e a resistência aeróbica, além de ser uma ótima forma de incentivar a socialização e o trabalho em equipe.

VOLEIBOL



O Judô foi apontado pela UNESCO como o melhor esporte de formação inicial para crianças e jovens de 4 a 21 anos. A prática regular permite o aprimoramento de diversos aspectos psicomotores como localização espacial, perspectiva, lateralidade, além de melhorar a concentração e proporcionar autoestima, disciplina e saúde.

JUDÔ



Professor	Idades	Dias	Horários	Local
Jean	8 a 10 anos Iniciação	4ª e 6ª	11h30min	Ginásio
	11 a 13 anos Iniciação		12h20min	
	13 a 17anos Iniciados		13h10min	
	Infantil Feminino (2012/2011/2010)		14h	
	Equipe Masculina- 12 a 17 anos		15h	
	Juvenil Feminino (2009/2008/2007)	6ª	16h às 17h30min	
Observação: A segunda turma de voleibol do horário das 12h20min do turno Matutino somente será formada ao encerramento da primeira com o professor Rivaldir.				

Professor	Idades	Dias	Horários	Local
Irá	A partir dos 08 anos - Matutino	2ª e 4ª	12h30min	Sala Multifuncional (Colégio)
	Maternal II – Mat e Vesp		13h20min	
	Jardim I – Mat e Vesp		14h10min	
	Jardim II – Mat e Vesp		15h	
	A partir dos 10 anos - Matutino		15h50min	
	A partir dos 06 anos - Matutino		16h40min	
	A partir dos 06 anos - Vespertino		17h30min	

O basquete exige força de vontade, pois trata-se de um esporte de precisão. As repetições dão importantes para aprimorar as jogadas e a prática frequente em grupo é essencial para compreender o papel do outro e saber trabalhar em equipe.

BASQUETE



A Natação é considerada uma atividade completa, pois movimentamos todos os grupos musculares, desenvolvemos a capacidade aeróbica e motora, além, de promover a sociabilidade e uma melhor qualidade de vida.

NATAÇÃO



Professor	Idades	Dias	Horários	Local
Lucas Costa	12 a 13 anos – Masculino Matutino	3ª e 5ª	15h30min	Ginásio
	13 a 15 anos – Feminino Matutino		16h20min	
	Equipe Masculino		17h30min	
	8 a 12 anos – MASC e FEM Matutino e Vespertino		18h20min	
	13 a 16 anos - MASC e FEM Matutino e Vespertino			

Modalidade	Professor	Idade	Dias	Horários	Local
Natação (Manhã)	Saulo	Iniciação I (04 e 06 Anos) Iniciantes	3ª e 5ª	8h	Piscina Ginásio
		Iniciação I (06 a 08 Anos) Iniciantes		8h50min	
		Adaptação (03 e 04 Anos) Iniciantes		9h40min	
		Adaptação (03 e 04 Anos) Iniciados		10h20min	
		7 a 14 anos Vespertino Iniciantes e Iniciados		11h10min	
		7 a 14 anos Matutino Iniciantes e Iniciados		12h10min	

O Handebol contribui não são para o aspecto motor, como também para o desenvolvimento emocional, pois exige constante tomada de decisão e cumprimento de regras.

HANDEBOL



Professor	Idades	Dias	Horários	Local
	8 a 11 anos – Matutino	3ª e 5ª	11h30min	Ginásio
	8 a 14 anos - Vespertino		12h20min	
	A partir de 12 anos – Feminino		13h10min	
	A partir de 12 anos – Masculino			

Modalidade	Professor	Idade	Dias	Horários	Local
Natação (Tarde)	André	Equipe	3ª e 5ª	13h	Piscina Ginásio
		Adaptação (03 e 04 Anos) Iniciantes		14h	
		Iniciação I (04 e 05 Anos) Iniciantes		14h40min	
		Iniciação I (06 a 08 Anos) Iniciantes		15h20min	
		Aperfeiçoamento I (A partir de 10 Anos) Iniciantes		16h20min	
		Aperfeiçoamento II (A partir de 10 Anos) Avançados		17h10min	
		Condicionamento (A partir de 13 Anos/ Adulto) Avançados		18h	
	André	Pr�-equipe	2ª e 4ª	14h	
		Iniciação II (06 a 08 Anos) Iniciados		14h50min	
		Iniciação III (06 a 08 Anos) Avançados		15h30min	
		Aperfeiçoamento I (A partir de 10 Anos) Iniciantes		16h20min	
		Aperfeiçoamento II (A partir de 10 Anos) Avançados		17h10min	
		Condicionamento (A partir de 13 Anos/ Adulto) Avançados		18h	

Devemos destacar que o Futsal é um esporte praticado tanto por homens quanto por mulheres e   de extrema importância no território brasileiro, sendo um dos mais populares. Exige dos jogadores muita agilidade e respeito as regras.

FUTSAL



Professor	Idades	Dias	Horários	Local
Lucas Vieira	Equipe sub 13 e 14 anos	2ª e 4ª	16h	Ginásio
	6 a 8 anos Matutino		17h	
	A partir dos 9 anos		17h50min	
	Equipe sub 9 e 10		18h40min	
	Equipe sub 11 e 12		19h30min	
	Equipe sub 15 a 17 anos		3ª e 5ª	
Professor				
Saulo	8 a 10 anos	3ª e 5ª	16h25min	Minigin�sio
	6 a 8 anos Vespertino		17h15min	
	A partir dos 9 anos		18h05min	

A Ginástica Rítmica possibilita e valoriza a expressividade, a criatividade e o estilo próprio. Para praticantes, reúne muitos benefícios: força, resistência, agilidade, coordenação motora, ritmo, flexibilidade e noção corporal. A Ginástica Artística obt m um melhor conhecimento sobre os movimentos que seu corpo executar , podendo assim controlar melhor seu corpo nas atividades realizadas durante as aulas de ginástica artística, além dos seguintes benefícios: Esquema Corporal, lateralidade, lateralização, noção de espaço e tempo, coordenação motora fina e grossa.



GINÁSTICA RÍTMICA & ARTÍSTICA

GINÁSTICA RÍTMICA				
Professora	Idades	Dias	Horários	Local
Isabela	6 a 8 anos Matutino	2ª e 4ª	11h30min	Minigin�sio / Corpo e Mente
	A partir dos 09 anos matutino		12h20min	
	Pr�-equipe Mirim / Pr�-infantil		15h	
	Jardim II Matutino		15h50min	
	Jardim II Vespertino		16h40min	
	06 a 08 anos vespertino		17h30min	
Professor				
Rivaldir	A partir dos 09 anos Vespertino	2ª e 4ª	17h30min	Minigin�sio / Corpo e Mente
Observa�o: A segunda turma de Ginástica Rítmica do horário das 11h30min do turno Matutino somente será formada ao encerramento da primeira com o professor Rivaldir.				

GINÁSTICA ARTÍSTICA				
Professor	Idades	Dias	Horários	Local
Rivaldir	6 a 8 anos Matutino	2ª e 4ª	15h40min	Minigin�sio