

Entrega esta inscrição ao teu professor de
turma ou ao professor Luís Silva

Contacto: 965 030 195

HORÁRIO

Segunda:

17:45 – 18:45

Terça:

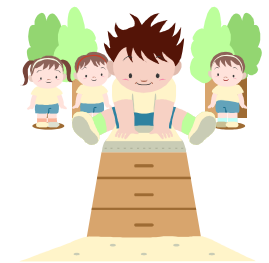
17:45 – 18:45

Quinta:

17:45 – 18:45



Põe-te a Mexer



**SE ÉS JOVEM E
QUERES
PRATICAR
DESPORTO
INSCREVE-TE**

Contacto: Luís Silva 965030195

Põe-te a Mexer PROGRAMA

O **Põe-te a Mexer** é um projecto apresentado pela **Associação dos Amigos da Natureza** no âmbito do programa de Escolas e Escolinhas de Desporto.

Este tem o intuito de proporcionar aos jovens uma formação base a nível desportivo. Formação essa que permitirá uma melhor preparação e adaptação para uma grande variedade de modalidades que irá encontrar futuramente no seu percurso escolar e/ou desportivo, promovendo assim um estilo de vida saudável.

Tem como objectivo:

- Aumentar a prática da Actividade Física Desportiva;
- Elevar o nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas;
- Princípios de cordialidade e respeito na relação com os colegas e professor;
- Ocupar os tempos livres dos jovens;
- Criar bases para a continuação da prática desportiva.

Os Blocos a abordar no **Põe-te a Mexer** serão:

- Deslocaamentos e Equilíbrios;
- Perícia e Manipulação;
- Ginástica;
- Jogos;
- Percursos na Natureza;
- Canoagem;
- E outros mais a combinar.

Quem pode participar neste projecto?

Todos os jovens entre os 6 e os 12 anos.

Mas eu fiz 13 anos este ano?

Não faz mal, podes inscrever-te na mesma.

Isso não é para mim, eu só gosto de Futebol.

Olha que não é verdade, todos os jovens necessitam saber um pouco de todos os desportos.

Tem que se pagar alguma coisa?

Não, a frequência no Põe-te a Mexer é gratuita.

Então posso ir só quando quiser?

Não é bem assim, todos os encarregados de educação estarão directamente implicados neste projecto, garantindo assim a frequência assídua do seu educando.



Inscrição no Projecto Põe-te a Mexer

Aluno: _____

Nº BI: _____ Data Nascimento: ____/____/____

Enc. de Educação: _____

Morada: _____ Contacto móvel: _____

Contacto fixo: _____

Antes do início da actividade será marcada uma reunião com todos os encarregados de educação.

Tomei conhecimento do projecto e autorizo o meu educando a participar mediante as condições aqui propostas.

O encarregado de educação: _____

Seguro da Actividade Desportiva (5,00€)

Pagou

Não Pagou