



INSTITUTO DOS PUPILOS DO EXÉRCITO

Atividades de Complemento Curricular - 2º ciclo

As Atividades de Complemento Curricular pretendem oferecer junto dos alunos, um conjunto variado de aprendizagens diferenciadas, onde cada um poderá explorar técnicas, procedimentos e experiências de acordo com as suas áreas de interesse.

AS ACC **Desportivas** destinam-se a todos os alunos do Batalhão Escolar. Têm carácter obrigatório para os alunos internos e carácter facultativo para os alunos externos. Funcionam à 2ªF, das 17h40 às 18h40. , frequentando cada aluno, obrigatoriamente uma ACC ficando o aluno sujeito ao Regime de Faltas previsto no Regulamento Interno e a uma Avaliação Qualitativa, no final de cada período.

OBJETIVOS/ ATIVIDADES A DESENVOLVER

Basquetebol Promover estilos de vida saudáveis; fomentar a prática de exercício físico; desenvolvimento da aptidão física; contribuir para uma melhoria da qualidade de vida, contribuir para o desenvolvimento e valorização pessoal, sócia e cognitivo.

Dança

Equitação Esta atividade decorre no 4º Esquadrão da GNR-Ajuda, à 6ª feira entre as 17h00 e as 19h00, e tem um custo de 10,00€ mensais. **O IPE não assegura transporte**

Egrima

Ginástica de Formação Desenvolvimento das capacidades físicas condicionais e coordenativas; proporcionar a prática de uma atividade física que contribui para o desenvolvimento da disciplina pessoal, da concentração e do autoconhecimento; sensibilizar para a realização de uma prática desportiva regular e continuada; transmitir hábitos de vida saudável, estimular o espírito de cooperação, cumprimento de regras e o sentido de responsabilidade.

Judo O Judo oferece benefícios claros de integração física e social para crianças e adolescentes proporcionando um desenvolvimento físico, psíquico e social integrado. É recomendado pela UNESCO como um dos desportos mais adequados para crianças e adolescentes.

Natação Iniciação (Nível 1) – Adaptação ao meio aquático e iniciação técnica.
Elementar (Nível 2) – Aperfeiçoamento técnico.
Avançado (Nível 3) – Nível técnico avançado – Distâncias e estilos definidos que darão apuramento às Fases Regional e Nacional.