



ESCOLA PORTUGUESA DE MACAU

Exmo. Senhor Encarregado de Educação,

ASSUNTO: ATIVIDADES DE COMPLEMENTO CURRICULAR 2023/2024 – ANUAL

INSCRIÇÃO: 25 e 26 de setembro. (Online).

1- Online: das 22h00 do dia 25 (2ª feira) às 22h00 do dia 26 (3ª feira).

<https://bit.ly/ACC23-24>

AFIXAÇÃO DAS LISTAS PROVISÓRIAS: 28 de setembro no átrio da EPM (as colocações serão feitas pela ordem de entrada da inscrição)

PAGAMENTO: 29 de setembro até 6 de outubro.

AFIXAÇÃO DAS LISTAS DEFINITIVAS: 10 de outubro no átrio da EPM.

INÍCIO E FIM DAS ATIVIDADES (ACC): Entre 11 de outubro de 2023 e 31 de maio de 2024. (Deverá consultar os dias de cada ACC registados na Descrição das Atividades).

NOTE BEM:

- Caso submeta mais do que uma inscrição *online*, será considerada válida a última inscrição.
- Se os alunos não efetuarem o pagamento, não assegurarão a frequência na atividade e serão excluídos da mesma, cedendo a vaga a outros alunos interessados.
- Estas atividades, que visam a realização pessoal dos alunos numa perspetiva de utilização criativa e formativa dos seus tempos livres, **são de escolha livre**, devendo a sua frequência ser autorizada pelo Encarregado de Educação.
- A frequência torna-se obrigatória depois de assumido o compromisso de participação.
- Os professores/monitores farão uma avaliação qualitativa, no final de cada período, que será registada no GIAE, transmitida ao DT e aos EE.
- O número **máximo** de inscrições em Atividades de Complemento Curricular por aluno é de **duas**.
- Caso o professor/monitor não compareça a alguma aula, o EE será reembolsado do valor da mesma.
- As listas definitivas com o nome do aluno e das respetivas atividades de complemento curricular serão afixadas no átrio da escola após a data de pagamento.

Com os melhores cumprimentos,

Escola Portuguesa de Macau, 21 de setembro de 2023



ESCOLA PORTUGUESA DE MACAU

尊敬的家長/監護人

事宜：課外活動報名 2023/2024（全年活動）

報名日期： 9月25至26日（網上登記）

網上辦理時間：9月25日（星期一）晚上 22:00 至 9月26日（星期二）晚上 22:00
<https://bit.ly/ACC23-24>

臨時名單張貼日期： 9月28日 於學校大堂公佈（活動名額以先到先得的方式分配）。

繳交活動費用日期： 9月29日至10月6日

確定名單張貼日期： 10月10日 於學校大堂公佈

活動日期： 2023年10月11日至2024年5月31日（請於課外活動簡介查閱各項活動的上課日期）

注意：

- 如在網上遞交多於一次之登記申請，本校將以最後之登記資料為準。
- 如不繳付相關之活動費用學生將不能參加活動並將被刪除名單，讓出名額。
- 活動目的為實現學生的自我價值並以有創意及培訓之形式利用餘暇。學生可自由選擇活動而其參與必須得到監護人的同意。
- 確認活動報名後學生必須出席活動。
- 活動導師將於每個學期為學生進行定性評估，評估結果將轉告給班主任以及學生的監護人/家長。
- 每位學生可報名參加最多2項活動。
- 如活動導師因事缺課，監護人/家長可獲退還當日的活動費用。
- 課外活動之確定名單（全年活動）將於繳款期後於學校大堂公佈。

此致，
敬禮

澳門葡文學校，2023年9月21日



CLUBES ARTÍSTICOS E CULTURAIS/CIENTÍFICOS

藝術與文化/科學 活動範疇

Núcleo/Clube 活動種類	Orientador(a) 導師	Horário 上課時間	Local 地點	Destinatários 對象	Atividade (síntese) 活動簡介
Clube de Ciências 科學興趣班	Juliana Ribeiro	5ª feira 星期四 16h25 – 17h25	EPM Sala 405 校內 405 室	1º ao 6º ano 1 – 6 年級	<p>O clube de ciências na nossa escola tem o propósito de ligação entre a ciência e a educação, proporcionando aos nossos alunos experiências memoráveis, sustentadas no desenvolvimento da literacia científica, do espírito crítico, da curiosidade e da descoberta, permitindo, desta forma transformar o mundo estudantil num lugar mais próspero, avançado e divertido.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 15 vagas (名額 15 個) Mínimo 12 inscrições (開班下限為 12 人) <p style="text-align: center;">Atividades nos dias 活動日期:</p> <p>2023 Outubro 10 月 – 12 ; 19 ; 26 Novembro 11 月 – 9 ; 16 ; 23 ; 30 Dezembro 12 月 – 7</p> <p>2024 Janeiro 1 月 – 4 ; 11 ; 18 ; 25 Fevereiro 2 月 – 1 ; 8 ; 22 ; 29 Março 3 月 – 7 ; 14 ; 21 Abril 4 月 – 11 ; 18 Maio 5 月 – 2 ; 9 ; 16 ; 23 ; 30</p> <p>Total: 26 aulas 共: 26 堂 Preço anual / 全年活動費: Gratuito 免費</p>



<p style="text-align: center;">Dança 舞蹈</p>	<p style="text-align: center;">Filipa Pereira</p>	<p style="text-align: center;">4ª feira 星期三 17h30 – 18h30</p>	<p style="text-align: center;">EPM Ginásio 校內 體育館</p>	<p style="text-align: center;">5º ao 9º ano 5 – 9 年級</p>	<p>Esta atividade consiste em aulas coreográficas, através de um ensino artístico e lúdico, através do movimento, corpo e expressão, dando asas à criatividade da criança e possibilitando o desenvolvimento pessoal, social, estético e físico desta.</p> <ul style="list-style-type: none"> 16 vagas (名額 16 個) Mínimo 8 inscrições (開班下限為 8 人) <p style="text-align: center;">Atividades nos dias 活動日期:</p> <p>2023 Outubro 10 月 – 11 ; 18 ; 25 Novembro 11 月 – 1 ; 8 ; 15 ; 22 ; 29 Dezembro 12 月 – 6</p> <p>2024 Janeiro 1 月 – 3 ; 10 ; 17 ; 24 ; 31 Fevereiro 2 月 – 7 ; 21 ; 28 Março 3 月 – 6 ; 13 ; 20 Abril 4 月 – 10 ; 17 ; 24 Maio 5 月 – 8 ; 22 ; 29</p> <p>Total: 26 aulas 共: 26 堂 Preço anual / 全年活動費: MOP 1690</p>
<p style="text-align: center;">Danças Trad. Folclóricas Portuguesas (Iniciação) (初級班)</p>	<p style="text-align: center;">Filipa Pereira</p>	<p style="text-align: center;">3ª feira 星期二 16h25 – 17h25</p>	<p style="text-align: center;">EPM Ginásio 校內 體育館</p>	<p style="text-align: center;">1º ao 3º ano 1 - 3 年級</p>	<p>Danças e cantares tradicionais folclóricos portugueses. Celebração de tradições. Participação em espetáculos.</p> <ul style="list-style-type: none"> 20 vagas (名額 20 個) Mínimo 12 inscrições (開班下限為 12 人) <p style="text-align: center;">Atividades nos dias 活動日期:</p> <p>2023 Outubro 10 月 – 17 ; 24 ; 31 Novembro 11 月 – 7 ; 14 ; 21 ; 28 Dezembro 12 月 – 5</p> <p>2024 Janeiro 1 月 – 9 ; 16 ; 23 ; 30 Fevereiro 2 月 – 6 ; 20 ; 27 Março 3 月 – 5 ; 12 ; 19 Abril 4 月 – 9 ; 16 ; 23 ; 30 Maio 5 月 – 7 ; 14 ; 21 ; 28</p> <p>Total: aulas 共: 26 堂 Preço anual / 全年活動費: Gratuito 免費</p>



<p>Desenho e Ilustração Grupo 1 繪圖與插圖 組別 1</p>	<p>Casa de Portugal 葡人之家</p>	<p>6ª feira 星期五 16h25 – 17h55</p>	<p>EPM Sala 116 校內 116 室</p>	<p>4 aos 7 ano 4 – 7 年級</p>	<p>Será um espaço de criação e exploração artística. Muito para além do desenho ou da pintura, vamos aprender a expressar o nosso universo interior de uma forma divertida e única. Passando por várias vertentes técnicas e materiais.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 15 vagas (名額 15 個) Mínimo 6 inscrições (開班下限為 6 人) <p>Atividades nos dias 活動日期</p> <p>2023 Outubro 10 月 – 13 ; 20 ; 27 Novembro 11 月 – 10 ; 17 ; 24</p> <p>2024 Janeiro 1 月 – 5 ; 12 ; 19 ; 26 Fevereiro 2 月 – 2 ; 9 ; 23 Março 3 月 – 1 ; 8 ; 15 ; 22 Abril 4 月 – 12 ; 19 ; 26 Maio 5 月 – 3 ; 10 ; 17 ; 24 ; 31</p> <p>Total: 25 aulas 共: 25 堂 Preço anual / 全年活動費: MOP 2250</p>
<p>Desenho e Ilustração Grupo 2 繪圖與插圖 組別 2</p>	<p>Casa de Portugal 葡人之家</p>	<p>3ª feira 星期二 16h25 – 17h55</p>	<p>EPM Sala 116 校內 116 室</p>	<p>8 aos 12 ano 8 – 12 年級</p>	<p>Vamos criar um espaço de expressão e linguagem pessoal através do registo de desenho. Passando por técnicas de desenho técnico à liberdade de exploração dos materiais.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 15 vagas (名額 15 個) Mínimo 6 inscrições (開班下限為 6 人) <p>Atividades nos dias 活動日期</p> <p>2023 Outubro 10 月 – 17 ; 24 ; 31 Novembro 11 月 – 7 ; 14 ; 21 ; 28 Dezembro 12 月 – 5</p> <p>2024 Janeiro 1 月 – 9 ; 16 ; 23 ; 30 Fevereiro 2 月 – 6 ; 20 ; 27 Março 3 月 – 5 ; 12 ; 19 Abril 4 月 – 9 ; 16 ; 23 ; 30 Maio 5 月 – 7 ; 14 ; 21 ; 28</p> <p>Total: 26 aulas 共: 26 堂 Preço anual / 全年活動費: MOP 2340</p>



<p>Horta Biológica 有機小田園</p>	<p>Juliana Ribeiro</p>	<p>3ª feira 星期二 16h25 – 17h25</p>	<p>EPM 校內</p>	<p>1º ao 6º ano 1 – 6 年級</p>	<p>A ideia da criação de uma horta biológica na nossa escola tem como objetivo elucidar os alunos, não só para a importância dos espaços verdes nas cidades em termos ambientais e como promoção à manutenção de bem-estar físico e mental, como também todo o processo de crescimento e cuidados necessários para o desenvolvimento das plantas e reciclagem de resíduos orgânicos (associados à compostagem).</p> <ul style="list-style-type: none"> • 10 vagas (名額 10 個) Mínimo 10 inscrições (開班下限為 10 人) Atividades nos dias 活動日期: <p>2023 Outubro 10 月 – 17 ; 24 ; 31 Novembro 11 月 – 7 ; 14 ; 21 ; 28 Dezembro 12 月 – 5</p> <p>2024 Janeiro 1 月 – 9 ; 16 ; 23 ; 30 Fevereiro 2 月 – 6 ; 20 ; 27 Março 3 月 – 5 ; 12 ; 19 Abril 4 月 – 9 ; 16 ; 23 ; 30 Maio 5 月 – 7 ; 14 ; 21 ; 28</p> <p>Total: aulas 共: 26 堂 Preço anual / 全年活動費: Gratuito 免費</p>
<p>Ilustração Digital 數碼插畫</p>	<p>Casa de Portugal 葡人之家</p>	<p>6ª feira 星期五 16h25 – 17h55</p>	<p>EPM Sala 202 校內 202 室</p>	<p>7º e 12º anos 7- 12 年級</p>	<p>Um curso onde se aprende a pintar sem tinta. Com uma combinação de teoria e prática, iremos abordar conceitos base sobre arte e ilustração, enquanto exploramos o software Adobe Photoshop. Aplicaremos os conhecimentos adquiridos através de técnicas e ferramentas do programa, de forma a tornar a ilustração mais acessível a qualquer pessoa e aproveitar o seu potencial para edição e manipulação de imagens, misturando diferentes meios artísticos.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 15 vagas (名額 15 個) Mínimo 6 inscrições (開班下限為 6 人) Atividades nos dias 活動日期: <p>2023 Outubro 10 月 – 13 ; 20 ; 27 Novembro 11 月 – 10 ; 17 ; 24</p> <p>2024 Janeiro 1 月 – 5 ; 12 ; 19 ; 26 Fevereiro 2 月 – 2 ; 9 ; 23 Março 3 月 – 1 ; 8 ; 15 ; 22 Abril 4 月 – 12 ; 19 ; 26 Maio 5 月 – 3 ; 10 ; 17 ; 24 ; 31</p> <p>Total: 25 aulas 共: 25 堂 Preço anual / 全年活動費: MOP 2750</p>



<p>Oficina da Imaginação I (Artes- Desenho/Pintura/ Modelagem)</p> <p>藝術工作坊 I 繪畫/油畫/手工造型</p>	<p>Ana Rita Alves</p>	<p>5ª feira 星期四</p> <p>16h25 – 17h25</p>	<p>Sala 219 校內 219 室</p>	<p>1º e 2º ano 1–2 年級</p>	<p>A Oficina da Imaginação pretende:</p> <ul style="list-style-type: none"> - promover e desenvolver o conhecimento de arte contemporânea. - motivar o interesse pela arte; - desenvolver experiências que levem os participantes a uma maior intervenção no meio envolvente; - proporcionar a aquisição de conhecimentos necessários sobre formas de intervenção artística; - mobilizar todos os sentidos na percepção do mundo envolvente; - introduzir diversas técnicas e materiais artísticos, ajudando a desenvolver no aluno as suas habilidades criativas e artísticas; - utilizar elementos da forma – ponto, linha, plano, volume, luz/cor, textura e estrutura – nas experimentações plásticas; - introduzir noções de arte, e inspirá-las na criação das suas próprias obras de arte, incentivando a criatividade, e expressão pessoal. <p>• 15 vagas (名額 15 個) Mínimo 8 inscrições (開班下限為 8 人)</p> <p>Atividades nos dias 活動日期:</p> <p>2023 Outubro 10 月 – 12 ; 19 ; 26 Novembro 11 月 – 9 ; 16 ; 23 ; 30 Dezembro 12 月 – 7</p> <p>2024 Janeiro 1 月 – 4 ; 11 ; 18 ; 25 Fevereiro 2 月 – 1 ; 8 ; 22 ; 29 Março 3 月 – 7 ; 14 ; 21 Abril 4 月 – 11 ; 18 Maio 5 月 – 2 ; 9 ; 16 ; 23 ; 30</p> <p>Total: 26 aulas 共: 26 堂 Preço anual / 全年活動費: MOP 1560 (não inclui o material 不包括材料費)</p>
--	-----------------------	--	----------------------------------	-------------------------------	---



<p>Oficina da Imaginação II (Artes- Desenho/Pintura/ Modelagem)</p> <p>藝術工作坊 II 繪畫/油畫/手工造型</p>	<p>Ana Rita Alves</p>	<p>3ª feira 星期二 16h25 – 17h25</p>	<p>Sala 219 校內 219 室</p>	<p>3º e 4º ano 3 – 4 年級</p>	<p>A Oficina da Imaginação pretende:</p> <ul style="list-style-type: none"> - promover e desenvolver o conhecimento de arte contemporânea. - motivar o interesse pela arte; - desenvolver experiências que levem os participantes a uma maior intervenção no meio envolvente; - proporcionar a aquisição de conhecimentos necessários sobre formas de intervenção artística; - mobilizar todos os sentidos na percepção do mundo envolvente; - introduzir diversas técnicas e materiais artísticos, ajudando a desenvolver no aluno as suas habilidades criativas e artísticas; - utilizar elementos da forma – ponto, linha, plano, volume, luz/cor, textura e estrutura – nas experimentações plásticas; - introduzir noções de arte, e inspirá-las na criação das suas próprias obras de arte, incentivando a criatividade, e expressão pessoal. <p>• 15 vagas (名額 15 個) Mínimo 8 inscrições (開班下限為 8 人)</p> <p>Atividades nos dias 活動日期:</p> <p>2023 Outubro 10 月 – 17 ; 24 ; 31 Novembro 11 月 – 7 ; 14 ; 21 ; 28 Dezembro 12 月 – 5</p> <p>2024 Janeiro 1 月 – 9 ; 16 ; 23 ; 30 Fevereiro 2 月 – 6 ; 20 ; 27 Março 3 月 – 5 ; 12 ; 19 Abril 4 月 – 9 ; 16 ; 23 ; 30 Maio 5 月 – 7 ; 14 ; 21 ; 28</p> <p>Total: 26 aulas 共: 26 堂 Preço anual / 全年活動費: MOP 1560 (não inclui o material 不包括材料費)</p>
--	-----------------------	--	----------------------------------	---------------------------------	--



<p>Oficina da Música Tuna da EPM</p> <p>葡文學校 四弦吉他樂團</p>	<p>Marco Antunes</p>	<p>4ª feira 星期三</p> <p>16h25 – 17h25</p>	<p>EPM Sala de Música 校內 音樂室</p>	<p>3º ao 12º ano 3 – 12 年級</p>	<p>Aprendizagem de noções básicas de Música. Aprendizagem dos Instrumentos Principais da Música Popular Portuguesa: Cavaquinho, Guitarra, Bandolim, Flauta e Percussão. Aprendizagem de Canções do Cancioneiro Popular Português. Atividades de representação da escola no exterior.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 20 vagas (名額 20 個) Mínimo 8 inscrições (開班下限為 8 人) <p>Atividades nos dias 活動日期:</p> <p>2023 Outubro 10 月 – 11 ; 18 ; 25 Novembro 11 月 – 1 ; 8 ; 15 ; 22 ; 29 Dezembro 12 月 – 6</p> <p>2024 Janeiro 1 月 – 3 ; 10 ; 17 ; 24 ; 31 Fevereiro 2 月 – 7 ; 21 ; 28 Março 3 月 – 6 ; 13 ; 20 Abril 4 月 – 10 ; 17 ; 24 Maio 5 月 – 8 ; 22 ; 29</p> <p>Total: 26 aulas 共: 26 堂 Preço anual / 全年活動費: MOP 1560</p>
<p>Pintura em Porcelana e Vidro Grupo I</p> <p>繪畫與陶瓷班</p> <p>組別 1</p>	<p>Marinela Ferreira</p>	<p>Sábado 星期六</p> <p>09h00 – 10h30</p>	<p>EPM Sala 116 校內 116 室</p>	<p>5º ao 12º ano 5 – 12 年級</p>	<p>Proporcionar o conhecimento de técnicas de pintura, o desenvolvimento das apetências artísticas, a capacidade criadora, a perceção estética e o senso crítico. Desenvolver a capacidade de organização, concentração, observação, coordenação motora e a melhoria de autoestima.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 12 vagas (名額 12 個) Mínimo 8 inscrições (開班下限為 8 人) <p>Atividades nos dias 活動日期</p> <p>2023 Outubro 10 月 – 21 Novembro 11 月 – 4 ; 18 ; 25</p> <p>2024 Janeiro 1 月 – 6 ; 13 ; 27 Março 3 月 – 2 Abril 4 月 – 13 ; 20 ; 27 Maio 5 月 – 4 ; 18</p> <p>Total: 13 aulas 共: 13 堂 Preço anual / 全年活動費: MOP 1170</p>



<p>Pintura em Porcelana e Vidro Grupo II</p> <p>繪畫與陶瓷班</p> <p>組別 2</p>	<p>Marinela Ferreira</p>	<p>Sábado 星期六</p> <p>10h30 – 12h00</p>	<p>EPM Sala 116 校內 116 室</p>	<p>5º ao 12º ano 5- 12 年級</p>	<p>Proporcionar o conhecimento de técnicas de pintura, o desenvolvimento das apetências artísticas, a capacidade criadora, a perceção estética e o senso crítico. Desenvolver a capacidade de organização, concentração, observação, coordenação motora e a melhoria de autoestima.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 12 vagas (名額 12 個) Mínimo 8 inscrições (開班下限為 8 人) <p>Atividades nos dias 活動日期</p> <p>2023 Outubro 10 月 –21 Novembro 11 月 – 4 ; 18 ; 25</p> <p>2024 Janeiro 1 月 – 6 ; 13 ; 27 Março 3 月 – 2 Abril 4 月 – 13 ; 20 ; 27 Maio 5 月 – 4 ; 18</p> <p>Total: 13 aulas 共: 13 堂 Preço anual / 全年活動費: MOP 1170</p>
---	--------------------------	--	--	-----------------------------------	---



<p>Poesia e Movimento 詩歌戲劇小品</p>	<p>Paula Monteiro</p>	<p>2ª feira 星期一 17h30 – 18h30</p>	<p>Auditório 禮堂</p>	<p>9º ao 12º ano 9- 12 年級</p>	<p>Como melhor comunicar e melhor a nossa expressão em público. Os estudantes serão estimulados a escrever, dizer e produzir obra; a comunicar e a ser mais confiantes no ato da comunicação; a ouvir e saber avaliar o outro de forma positiva; a ser criativo e deixarem-se envolver pela imaginação Tudo em ambiente positivo. Sketches teatrais poéticos.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 30 vagas (名額 30 個) Mínimo 15 inscrições (開班下限為 15 人) <p>Atividades nos dias 活動日期:</p> <p>2023 Outubro 10 月 – 16 ; 30 Novembro 11 月 – 6; 13 ; 20 ; 27 Dezembro 12 月 – 4</p> <p>2024 Janeiro 1 月 – 8 ; 15 ; 22 ; 29 Fevereiro 2 月 – 5 ; 19 ; 26 Março 3 月 – 4 ; 11 ; 18 Abril 4 月 – 8 ; 15 ; 22 ; 29 Maio 5 月 – 6 ; 13 ; 20 ; 27</p> <p>Total: 25 aulas 共: 25 堂 Preço anual / 全年活動費: Gratuito 免費</p>
---	------------------------------	---	-------------------------	-----------------------------------	--



<p>Portugarte Grupo 1 組別 1</p> <p>葡萄牙藝術</p>	<p>Casa de Portugal 葡人之家</p>	<p>4ª feira 星期三</p> <p>16h25 – 17h25</p>	<p>EPM Sala 125 校內 125 室</p>	<p>1º ao 2º ano 1–2 年級</p>	<p>Aprender a língua e a cultura portuguesas através das artes. Ensino do ortuguês, das festividades e das tradições de Portugal utilizando, de uma forma criativa e lúdica, diversas expressões artísticas como o desenho, a pintura, colagens, fotografia, música, multimédia, etc.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 20 vagas (名額 20 個) Mínimo 10 inscrições (開班下限為 10 人) <p>Atividades nos dias 活動日期</p> <p>2023 Outubro 10 月 – 11 ; 18 ; 25 Novembro 11 月 – 1 ; 8 ; 15 ; 22 ; 29 Dezembro 12 月 – 6</p> <p>2024 Janeiro 1 月 – 3 ; 10 ; 17 ; 24 ; 31 Fevereiro 2 月 – 7 ; 21 ; 28 Março 3 月 – 6 ; 13 ; 20 Abril 4 月 – 10 ; 17 ; 24 Maio 5 月 – 8 ; 22 ; 29</p> <p>Total: 26 aulas 共: 26 堂 Preço anual / 全年活動費: MOP 2340</p>
<p>Portugarte Grupo 2 組別 2</p> <p>葡萄牙藝術</p>	<p>Casa de Portugal 葡人之家</p>	<p>6ª feira 星期五</p> <p>16h25 – 17h25</p>	<p>EPM Sala 125 校內 125 室</p>	<p>3º ao 4º ano 3–4 年級</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 20 vagas (名額 20 個) Mínimo 10 inscrições (開班下限為 10 人) <p>Atividades nos dias 活動日期</p> <p>2023 Outubro 10 月 – 13 ; 20 ; 27 Novembro 11 月 – 10 ; 17 ; 24</p> <p>2024 Janeiro 1 月 – 5 ; 12 ; 19 ; 26 Fevereiro 2 月 – 2 ; 9 ; 23 Março 3 月 – 1 ; 8 ; 15 ; 22 Abril 4 月 – 12 ; 19 ; 26 Maio 5 月 – 3 ; 10 ; 17 ; 24 ; 31</p> <p>Total: 25 aulas 共: 25 堂 Preço anual / 全年活動費: MOP 2250</p>



CLUBES DESPORTIVOS

體育活動範疇

Núcleo/Clube 活動種類	Orientador(a) 導師	Horário 上課時間	Local 地點	Destinatários 對象	Atividade (síntese) 活動簡介
Badminton M/F 羽毛球 (男/女子)	Arlindo Serro	4ª feira 星期三 16h25 – 17h25	EPM Ginásio 校內 體育館	6º ao 10º ano 6 - 10 年級	<p>Aperfeiçoamento das técnicas e aplicação das mesmas em contexto de jogo formal.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 12 vagas (名額 12 個) Mínimo 8 inscrições (開班下限為 8 人) <p>Atividades nos dias 活動日期</p> <p>2023 Outubro 10 月 – 11 ; 18 ; 25 Novembro 11 月 – 1 ; 8 ; 15 ; 22 ; 29 Dezembro 12 月 – 6</p> <p>2024 Janeiro 1 月 – 3 ; 10 ; 17 ; 24 ; 31 Fevereiro 2 月 – 7 ; 21 ; 28 Março 3 月 – 6 ; 13 ; 20 Abril 4 月 – 10 ; 17 ; 24 Maio 5 月 – 8 ; 22 ; 29</p> <p>Total: 26 aulas 共: 26 堂 Preço anual / 全年活動費: 1690</p>



<p>Escalada Iniciação M/F</p> <p>攀石 (初級班) (男/女子)</p>	<p>Nuno Marques e Tony Lok</p>	<p>4ª feira 星期三 17h30 – 19h00</p>	<p>EPM Parede de escalada 校內 攀石牆</p>	<p>4º ao 7º ano 4 - 7 年級</p>	<p>Aprendizagem e prática da modalidade na parede de escalada existente na EPM. Oportunidade de conhecer outras paredes de escalada, equipamentos e instalações existentes na RAEM. Treino orientado para a progressão na modalidade. Serão programadas saídas por período, para a prática em ambiente natural e para participação em provas desportivas.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 12 vagas (名額 12 個) Mínimo 10 inscrições (開班下限為 10 人) <p>Atividades nos dias 活動日期</p> <p>2023 Outubro 10 月 – 11 ; 18 ; 25 Novembro 11 月 – 1 ; 8 ; 15 ; 22 ; 29 Dezembro 12 月 – 6</p> <p>2024 Janeiro 1 月 – 3 ; 10 ; 17 ; 24 ; 31 Fevereiro 2 月 – 7 ; 21 ; 28 Março 3 月 – 6 ; 13 ; 20 Abril 4 月 – 10 ; 17 ; 24 Maio 5 月 – 8 ; 22 ; 29</p> <p>Total: 26 aulas 共: 26 堂 Preço anual / 全年活動費: MOP 2860</p>
<p>Escolinha de Futebol M/F Grupo I 組別 1</p> <p>兒童足球班 (男/女子)</p>	<p>Filipa Pereira</p>	<p>2ª feira 星期一 16h25 – 17h25</p>	<p>EPM Campo Exterior 校內 室外球場</p>	<p>1º e 2º anos 1 - 2 年級</p>	<p>Aprendizagem das regras básicas da modalidade. Iniciação às técnicas e táticas de base através de jogos dirigidos.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 12 vagas (名額 12 個) Mínimo 8 inscrições (開班下限為 8 人) <p>Atividades nos dias 活動日期</p> <p>2023 Outubro 10 月 – 16 ; 30 Novembro 11 月 – 6 ; 13 ; 20 ; 27 Dezembro 12 月 – 4</p> <p>2024 Janeiro 1 月 – 8 ; 15 ; 22 ; 29 Fevereiro 2 月 – 5 ; 19 ; 26 Março 3 月 – 4 ; 11 ; 18 Abril 4 月 – 8 ; 15 ; 22 ; 29 Maio 5 月 – 6 ; 13 ; 20 ; 27</p> <p>Total: 25 aulas 共: 25 堂 Preço anual / 全年活動費: MOP 1625</p>



<p>Escolinha de Futebol M/F Grupo II 組別 2</p> <p>兒童足球班 (男/女子)</p>	<p>Filipa Pereira</p>	<p>4ª feira 星期三</p> <p>16h25 – 17h25</p>	<p>EPM Campo Exterior 校內 室外球場</p>	<p>3º e 4º anos 3 - 4 年級</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 12 vagas (名額 12 個) Mínimo 8 inscrições (開班下限為 8 人) <p>Atividades nos dias 活動日期</p> <p>2023 Outubro 10 月 – 11 ; 18 ; 25 Novembro 11 月 – 1 ; 8 ; 15 ; 22 ; 29 Dezembro 12 月 – 6</p> <p>2024 Janeiro 1 月 – 3 ; 10 ; 17 ; 24 ; 31 Fevereiro 2 月 – 7 ; 21 ; 28 Março 3 月 – 6 ; 13 ; 20 Abril 4 月 – 10 ; 17 ; 24 Maio 5 月 – 8 ; 22 ; 29</p> <p>Total: 26 aulas 共: 26 堂 Preço anual / 全年活動費: MOP 1690</p>
<p>Ginástica (Formação) M/F</p> <p>體操 (培訓班) (男/女子)</p>	<p>Nuno Marques e Renato Silva</p>	<p>2ª feira 星期一</p> <p>16h25 – 17h25</p>	<p>EPM Ginásio 校內 體育館</p>	<p>1º ao 5º ano 1 - 5 年級</p>	<p>Iniciação à ginástica geral de base, de aparelhos e de solo. Percursos e circuitos gímnicos. Ginástica formativa geral, aparelhos, solo, acrobática e trampolins.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 14 vagas (名額 14 個) Mínimo 10 inscrições (開班下限為 10 人) <p>Atividades nos dias 活動日期:</p> <p>2023 Outubro 10 月 – 16 ; 30 Novembro 11 月 – 6 ; 13 ; 20 ; 27 Dezembro 12 月 – 4</p> <p>2024 Janeiro 1 月 – 8 ; 15 ; 22 ; 29 Fevereiro 2 月 – 5 ; 19 ; 26 Março 3 月 – 4 ; 11 ; 18 Abril 4 月 – 8 ; 15 ; 22 ; 29 Maio 5 月 – 6 ; 13 ; 20 ; 27</p> <p>Total: 25 aulas 共: 25 堂 Preço anual / 全年活動費: MOP 1875</p>



<p>loga</p> <p>瑜伽</p> <p>loga I</p> <p>瑜伽 I</p>	<p>Mariana Neto</p>	<p>4ª feira 星期三</p> <p>16h25 – 17h25</p>	<p>EPM Sala 116 校內 116 室</p>	<p>6 aos 9 anos 6 – 9 歲</p>	<p>O Yoga Infantil aumenta a consciência corporal, desenvolve a coordenação motora e a postura, aumenta a autoestima e a autoconfiança das crianças, assim como desenvolve a calma e a concentração. A metodologia tem a certificação do <i>Yoga Alliance</i>, são exploradas histórias, jogos, posturas, mantras e exercícios de respiração e relaxamento.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 10 vagas (名額 10 個) Mínimo 5 inscrições (開班下限為 5 人) <p>Atividades nos dias 活動日期</p> <p>2023 Outubro 10 月 – 11 ; 18 ; 25 Novembro 11 月 – 1 ; 8 ; 15 ; 22 ; 29 Dezembro 12 月 – 6</p> <p>2024 Janeiro 1 月 – 3 ; 10 ; 17 ; 24 ; 31 Fevereiro 2 月 – 7 ; 21 ; 28 Março 3 月 – 6 ; 13 ; 20 Abril 4 月 – 10 ; 17 ; 24 Maio 5 月 – 8 ; 22 ; 29</p> <p>Total: 26 aulas 共: 26 堂 Preço anual / 全年活動費: MOP 1560</p>
<p>Natação I</p> <p>M/F</p> <p>游泳 I</p> <p>(男/女)</p>	<p>Luís Moura e Leila Silva</p>	<p>Sábado 星期六</p> <p>10h00 – 11h00</p>	<p>Piscina da Escola Luso- Chinesa Técnico- Profissional 澳門職中泳池</p>	<p>1º ao 6º ano 1 - 6 年級</p>	<p>Adaptação ao meio aquático. Atividades lúdicas. Iniciação à aprendizagem das técnicas de nado.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 10 vagas (名額 10 個) Mínimo 10 inscrições (名額下限為 10 人) <p>Atividades nos dias 活動日期:</p> <p>2023 Outubro 10 月 – 21 Novembro 11 月 – 4 ; 18 ; 25</p> <p>2024 Janeiro 1 月 – 6 ; 13 ; 27 Março 3 月 – 2 Abril 4 月 – 13 ; 20 ; 27 Maio 5 月 – 4 ; 18</p> <p>Total: 13 aulas 共: 13 堂 Preço anual / 全年活動費: MOP 1300</p>



<p>Natação II M/F</p> <p>游泳 2 (男/女)</p>	<p>Luís Moura e Leila Silva</p>	<p>Sábado 星期六</p> <p>11h00 – 12h00</p>	<p>Piscina da Escola Luso- Chinesa Técnico- Profissional 澳門職中泳池</p>	<p>1º ao 6º ano 1 - 6 年級</p>	<p>Adaptação ao meio aquático. Atividades lúdicas. Iniciação à aprendizagem das técnicas de nado.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 10 vagas (名額 10 個) Mínimo 10 inscrições (名額下限為 10 人) <p>Atividades nos dias 活動日期:</p> <p>2023 Outubro 10 月 –21 Novembro 11 月 – 4 ; 18 ; 25</p> <p>2024 Janeiro 1 月 – 6 ; 13 ; 27 Março 3 月 – 2 Abril 4 月 – 13 ; 20 ; 27 Maio 5 月 – 4 ; 18</p> <p>Total: 13 aulas 共: 13 堂 Preço anual / 全年活動費: MOP 1300</p>
<p>Natação (Avançado) M/F</p> <p>游泳 (進階班) (男/女子)</p>	<p>Luís Moura e Leila Silva</p>	<p>Sábado 星期六</p> <p>12h00 – 13h00</p>	<p>Piscina da Escola Luso- Chinesa Técnico- Profissional 澳門職中泳池</p>	<p>4º ao 12º ano 4 -12 年級</p>	<p>Atividades lúdicas. Aperfeiçoamento das técnicas de nado.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 10 vagas (名額 10 個) Mínimo 10 inscrições (名額下限為 10 人) <p>Atividades nos dias 活動日期:</p> <p>2023 Outubro 10 月 –21 Novembro 11 月 – 4 ; 18 ; 25</p> <p>2024 Janeiro 1 月 – 6 ; 13 ; 27 Março 3 月 – 2 Abril 4 月 – 13 ; 20 ; 27 Maio 5 月 – 4 ; 18</p> <p>Total: 13 aulas 共: 13 堂 Preço anual / 全年活動費: MOP 1300</p>



<p>Rugby M/F 橄欖球 (女子)</p>	<p>Macau Rugby Club Stephen Anderson e Donald Shaw</p>	<p>6ª feira 星期五 16h25 – 17h25</p>	<p>EPM Campo Exterior 校內 室外球場</p>	<p>5º ao 8º ano 5 – 8 年級</p>	<p>Rugby promotes teamwork while instilling respect for self and others; builds confidence of younger players; determination, resilience and fitness. In addition, the session will be fun!</p> <ul style="list-style-type: none"> • 20 vagas (名額 20 個) Mínimo 10 inscrições (開班下限為 10 人) <p>Atividades nos dias 活動日期:</p> <p>2023 Outubro 10 月 – 13 ; 20 ; 27 Novembro 11 月 – 10 ; 17 ; 24</p> <p>2024 Janeiro 1 月 – 5 ; 12 ; 19 ; 26 Fevereiro 2 月 – 2 ; 9 ; 23 Março 3 月 – 1 ; 8 ; 15 ; 22 Abril 4 月 – 12 ; 19 ; 26 Maio 5 月 – 3 ; 10 ; 17 ; 24 ; 31</p> <p>Total: 25 aulas 共: 25 堂 Preço anual / 全年活動費: Gratuito 免費</p>
<p>Xadrez 國際象棋班</p>	<p>Carlos Vilhena</p>	<p>Sábado 星期六 10h30 – 12h00</p>	<p>EPM Sala 125 校內 125 室</p>	<p>1º ao 12º ano 1 – 12 年級</p>	<p>Aprendizagem das regras. Prática da modalidade. Organização e participação em competições de tipo diverso.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 16 vagas (名額 16 個) Mínimo 8 inscrições (開班下限為 8 人) <p>Atividades nos dias 活動日期</p> <p>2023 Outubro 10 月 – 21 Novembro 11 月 – 4 ; 18 ; 25</p> <p>2024 Janeiro 1 月 – 6 ; 13 ; 27 Março 3 月 – 2 Abril 4 月 – 13 ; 20 ; 27 Maio 5 月 – 4 ; 18</p> <p>Total: 13 aulas 共: 13 堂 Preço anual / 全年活動費: MOP 1170</p>



Nota: as informações dos itens a cobrar durante o ano poderão ser consultadas através dos respetivos códigos, no website da DSEDJ/com o código QR seguinte:

註：憑有關項目收費編號，可於教育及青年發展局網頁/下列二維碼查詢學校全年收費資料

