



Informação n.º 1-2023/2024

Dia Europeu do Desporto na Escola

4.ª-feira, 27 de setembro

Estimados Pais e Encarregados de Educação,

Conforme anunciado, a Associação Ester Janz aderiu ao **Dia Europeu do Desporto na Escola** que se assinala amanhã, **4.ª-feira, dia 27 de setembro**, e nesse dia vamos celebrar o Desporto na Escola, como meio de promover uma vida ativa e saudável!

Integrada na "**Semana Europeia do Desporto**"¹, esta iniciativa nacional e europeia visa promover a atividade física e o desporto junto dos alunos em idade escolar, pois "*é nesta etapa da vida que as crianças e os jovens adquirem as bases da sua literacia motora e adotam hábitos de vida saudáveis*".



A celebração do **Dia Europeu do Desporto na Associação Ester Janz** enquadra-se no tema do nosso Projeto Educativo **Educar para o Desenvolvimento Sustentável**", com base nos **17 ODS**, entre os quais



se encontra promover a "**saúde e o bem-estar**" (n.º 3) e uma "**educação de qualidade**" (n.º 4).

Com efeito, na Associação Ester Janz valorizamos muito a atividade física como vertente fundamental do desenvolvimento do nosso Projeto Educativo, contribuindo para o crescimento harmonioso e saudável das nossas Crianças!

Assim, sob o mote de incentivar a **aquisição de hábitos de vida ativa e saudável** e, também, **pela via do desporto, desenvolver valores educativos e de cidadania**, preparámos um programa que visa promover momentos de alegre convívio desportivo entre Alunos e Colaboradores e, também, nas pontas do dia, as Famílias!

Para além do envolvimento fundamental da nossa Equipa, em especial do Professor Ricardo e da Técnica de Educação Especial Ana Gomes, nesta celebração do **Dia Europeu do Desporto na Associação Ester Janz**, contamos também com o apoio da **Junta de Freguesia de Marvila** e com a importante colaboração:



- da Professora de Dança Criativa, Diana Duarte
- da **Grow Tennis Academy**, que também integra a nossa Oferta Extracurricular de 2023/2024, concretamente, do Nuno Faria, Pai de uma nossa ex-Aluna
- do **CROSSFIT Alvalade** - <https://crossfitalvalade.com>, em especial aos Pais de dois nossos Alunos da Creche e Pré-Escolar, Juliana Braz e Bruno Militão
- da **Happy Code** que virá dinamizar as prometidas sessões nas salas dos 5 anos.



Deixamos aqui expresso o nosso agradecimento a todos, por contribuírem para



¹ Iniciada em 2015, teve como objetivo promover o desporto e a atividade física na Europa, através da realização de um conjunto alargado de atividades dirigidas a toda a população, independentemente da idade ou do nível de preparação física. DQOR



enriquecer o nosso Dia Europeu do Desporto na Escola!

No quadro que apresentamos de seguida, podem ver o que temos programado, logo desde as 8h30, para o dia começar em grande, com atividade física!

Estamos disponíveis para prestar os esclarecimentos adicionais que se revelarem necessários.

Lisboa, 26 de setembro de 2023

Conselho Executivo da Associação Ester Janz

DIA EUROPEU DO DESPORTO NA ASSOCIAÇÃO ESTER JANZ **4.ª-feira, dia 27 de setembro de 2023**

MANHÃ

ATIVIDADE	HORÁRIO	LOCAL	PARTICIPANTES
Ginástica Matinal	8h30-9h00	Campo de Jogos	TODA A COMUNIDADE
Vamos Ginastigar	9h00-10h30	Ginásio da Creche/PE e Recreio Coberto do PE	24/36 meses e 3 anos
Passeio Atividades e Jogos	9h30-11h30	Parque Ribeirinho	Borboleta, Pirlampo, Grilo, Mocho e Pavão
CROSSFIT	11h40-12h40	Campo de Jogos	

TARDE

Ténis	14h30-16h20	Ginásio do 1.º Ciclo	1.º Ciclo
Happy Code	14h30-15h15 15h30-16h15	Sala do PE	5 anos
Dança Criativa	16h00-16h30	Sala multiusos Policultural	Pré-Escolar
	16h40-17h15		1.º Ciclo
CROSSFIT	17h00-18h00	Campo de Jogos	TODA A COMUNIDADE