04 A 29 JULHO 2022

UNIVERSIDADE JOVEM

6ª EDIÇÃO

PROGRAMAS DE VERÃO

ISMAI · IPMAIA

UNIVERSIDADE JOVEM

LET´S DO IT!!

OFICINAS LÚDICAS (3º AO 6º ANO)

OFICINAS TEMÁTICAS (7º AO 9º ANO)

TRAINING CAMPS (5º AO 12º ANO)

INSCRIÇÃO **WWW.MAIEUTICA.PT/INSCRICAO-UJOVEM**

MAIÊUTICA HEALTHY CAMPUS

PARCERIA

ipdj INSTITUTO PORTUGUÊS DO DESPORTO E JUVENTUDE, I.P.

MAIA

ORGANIZAÇÃO

UNIVERSIDADE DA MAIA

INSTITUTO POLITÉCNICO DA MAIA IPMAIA

MECENA

Santander UNIVERSIDADES

PROGRAMA

MENSAGEM DO EMBAIXADOR .PÁG 4

MENSAGEM DOS PADRINHOS .PÁG 5

APRESENTAÇÃO .PÁG 6

OFICINAS LÚDICAS .PÁG 10

OFICINAS TEMÁTICAS .PÁG 12

TRAINING CAMPS .PÁG 14

INSCRIÇÕES .PÁG 16

MENSAGEM

EMBAIXADOR DA UNIVERSIDADE JOVEM

JORGE GABRIEL

…. E como têm sido estes dias.

A vida a revelar-nos que por muitos planos que desenhemos, a presunção no domínio do nosso destino mais não é do que uma quimera.

De repente uma pandemia, interminável de tão assustadora que ainda é, a guerra que mesmo distante fisicamente nos entra em casa diariamente num cenário idêntico ao nosso, assustando-nos as semelhanças entre aqueles bairros e os prédios onde vivemos.

Nada de novo concluirão ao lerem estas palavras. São apenas reflexões para se entender na plenitude que as oportunidades devem ser vividas hoje.

A incerteza sobre o futuro, ao invés de nos perturbar, compele-nos a agir. Aproveitar o que está disponível, "Carpe Diem", viver o dia e as oportunidades que surgem.

Esta iniciativa, com provas sustentadas nas edições anteriores, permite dar tempo útil ao tempo. Fazer dele um instrumento de prazer e conhecimento, dando ao corpo e à alma estímulos positivos necessários para valorizar o bem mais precioso, que apesar de inexorável, dependerá sempre do que fazemos com ele.

Façam do tempo, deste tempo, um tempo vivido em plenitude.

"Para ser grande, sê inteiro: nada teu exagera ou excluí.

Sê todo em cada coisa, põe quanto és no mínimo que fazes.

Assim, em cada lago, a lua toda brilha, porque alta vive."

PADRINHOS DA UNIVERSIDADE JOVEM

OFICINAS LÚDICAS

ANTÓNIO SAMPAIO

Docente do Instituto Politécnico da Maia

Coordenador do CTESP Desporto e Turismo de Natureza

É com muito gosto que apadrinho as Oficinas Lúdicas da 6ª edição da Universidade Jovem.

Apresenta-se como um dos mais bem conseguidos, diversificados, integradores, saudáveis e divertidos projetos de oficinas pedagógicas de verão. Neste ano de retoma a uma normalidade tão desejada, este programa proporciona atividades de qualidade num Campus Académico de excelência. Oportunidade de interagir com docentes e estudantes do ensino superior, preparando, quem sabe, o futuro!!!! Queres ser um UJotinha? Estamos à tua espera, estão todos convidados!!!

Let's do it!!

OFICINAS TEMÁTICAS

ALICE PEREIRA

Docente da Universidade da Maia e do Instituto Politécnico da Maia

Responsável pela Área de Prevenção de Comportamentos de Risco, do projeto Maiêutica Healthy Campus.

Membro da comissão instaladora do Campus Voluntário da Maiêutica

Ser madrinha das Oficinas Temáticas é, para mim, uma grande honra.

De uma forma divertida, e em instalações de excelência, vais aprender, vais fazer descobertas, vais desenvolver competências… Mas vais, também, conhecer outras crianças e adolescentes, alunos/as e professores/as das nossas instituições. Porque é disso que esta nossa casa é feita: conhecimentos, criatividade, competências, partilha, diversão, sorrisos e afetos.

Vem passar estas semanas de Verão connosco.

Let ' s do it!

TRAINING CAMPS

JOÃO CAMPOS

Docente do Instituto Politécnico da Maia

Licenciado em Educação Física
Mestre em Ensino da Educação Física
Treinador Olímpico

Foi com muita honra que aceitei o convite para ser Padrinho dos Training Camps, organizado pelo Centro de Performance da Maiêutica em parceria com a Universidade Jovem.

Convido-vos a participar nas atividades propostas para terem experiências únicas e que jamais esquecerão.

Este verão vai ser diferente, e juntos, vamos marcar a diferença.

Let's do it!

Contamos contigo para este desafio de excelência!!

APRESENTAÇÃO

UNIVERSIDADE JOVEM - *LET'S DO IT!*

Assumindo a sua responsabilidade social no relacionamento com a comunidade, a Universidade da Maia e o Instituto Politécnico da Maia – IPMAIA abrem as suas portas, nas Férias de Verão de 2022, aos estudantes que frequentam entre o 3.º e o 12.º ano de escolaridade, num projeto inovador: a **Universidade Jovem: Férias de Verão.**

De **4 a 29 de julho**, de segunda a sexta-feira, entre as **9.30h e as 17:30h,** estes estudantes poderão experenciar diversas **atividades práticas e projetos** de investigação, em áreas tão diversificadas como o **desporto, as ciências sociais e do comportamento, as tecnologias, as humanidades, ou as artes**, utilizando o equipamento e as instalações de excelência, reconhecidas como um Healthy Campus (campus saudável), pela Fedeação Internacional de Desporto Universitário, e por um conjunto de docentes do Ensino Superior, altamente qualificados.

Pretende-se, assim, proporcionar aos mais jovens **experiências únicas e inesquecíveis**, que certamente lhes permitirão abrir os horizontes do conhecimento, compreender melhor o mundo atual à sua volta, e **encarar o futuro com mais otimismo e confiança**.

Aos potenciais interessados, familiares e amigos, manifestamos a nossa disponibilidade para os receber numa visita que não deixará de ser surpreendente pela qualidade das nossas instalações, únicas em Portugal, pouco comuns na Europa.

OBJETIVOS

O Programa de Verão "**U**niversidade **J**ovem" tem como principais objetivos a **promoção do interesse pelo conhecimento em múltiplas áreas, a familiarização com o ambiente académico, a contribuição para a escolha de um percurso vocacional**, para além de proporcionar uma oportunidade única de **convívio e partilha de experiências** entre os jovens participantes.

ATIVIDADES E DESTINATÁRIOS

O programa da **Universidade Jovem: Férias de Verão** é inovador e pioneiro, adaptado à faixa etária dos jovens a que se destina. A diversificada oferta integra:

- **Oficinas Lúdicas**, direcionadas para os alunos dos **3º ao 6º ano**, com uma forte componente de atividades desportivas e expressivas;

- Oficinas Temáticas, dirigidas aos alunos a frequentar dos **7º ao 9º ano**, abrangendo um elenco alargado de áreas científicas e uma preocupação fundamental para temas sociais da atualidade.

- Training Camps, desenhados pelo Centro de Performance Desportiva e orientados para atletas do **5º ao 12º ano**, têm como objetivo principal o desenvolvimento e otimização dos fatores de rendimento específicos das mais diversas modalidades (físico, técnico, tático e psicológico).

Uma das particularidades mais enfatizadas nos programas é a **complementaridade**, ancorada no prazer dos alunos, e evidente nas **atividades** apresentadas com **valências físico-desportivas, sociais, cognitivas e psicológicas**, criteriosamente articuladas num programa semanal.

METODOLOGIAS

As atividades da **Universidade Jovem: Férias de Verão** visam estimular o conhecimento, a informação e o pensamento crítico, através de **metodologias interativas e lúdicas**, ajustadas aos jovens. As atividades a desenvolver assumirão diferentes formatos, de acordo com o tema desenvolvido, incluindo **trabalho laboratorial e de campo, participação em grupos de discussão, desenvolvimento de atividades culturais e desportivas indoor e outdoor, informática e multimédia**, entre outras.

LOCAL E ACOMPANHAMENTO DAS ATIVIDADES

As atividades decorrerão no Campus Académico do ISMAI/IPMAIA, assim como no exterior. Contíguo à estação de metro ISMAI, o Campus Académico ISMAI/IPMAIA está dotado de infraestruturas únicas no país, onde se destaca um **complexo desportivo de excelência**, que contempla pavilhões, ginásios especializados em diferentes modalidades, campos de ténis, estádio, laboratórios e salas de aula com os equipamentos mais avançados. Todas as atividades propostas são planificadas e orientadas por docentes altamente qualificados do Ensino Superior.

As **atividades fora do Campus** contemplam saídas para espaços/atividades outdoor, como o caso da Escola de Surf, Praia de Matosinhos, Passadiços do Paiva, Magikland, Parque Aquático de Amarante, entre outros.

TRANSPORTE E ALIMENTAÇÃO

O **transporte** para os locais de realização de atividades de exterior é assegurado pela Universidade Jovem e está **incluído no preço**.

As **refeições (almoço e lanche)** serão servidas na Cantina do Campus académico, em regime self-service, estando assegurado um almoço / merenda sempre que as atividades se realizem no exterior. **Todas as refeições estão incluídas no preço do programa.**

CORPO PEDAGÓGICO

As atividades pedagógicas serão dirigidas por um conjunto de **docentes altamente especializados** na área científica das Oficinas Lúdicas e Temáticas e Training Camps apresentados. Cada grupo será constantemente acompanhado por **dois dinamizadores**, estudantes da Universidade da Maia e IPMAIA, criteriosamente **selecionados, formados e supervisionados pelos docentes** responsáveis pelas respetivas atividades.

MEDIDAS EXCECIONAIS DE SEGURANÇA

Para segurança dos participantes, serão consideradas todas as medidas de segurança para o pleno e seguro desenvolvimento das atividades, cumprindo com as normas e recomendações emanadas pela DGS e pelas autoridades de saúde locais no planeamento, organização e desenvolvimento das atividades. Todo este processo será acompanhado pelo nosso Centro de Apoio Técnico à Segurança no Trabalho.

INSCRIÇÕES

A inscrição poderá ser feita **presencialmente**, ou por **via digital**, sendo solicitada a disponibilização dos seguintes **documentos**:

- Cópia do cartão de cidadão do participante e do Encarregado de Educação;
- Ficha/Formulário de Inscrição;
- Comprovativo de pagamento.

EQUIPA

OFICINAS LÚDICAS
3.º AO 6.º ANO

1ª SEMANA

	04.julho.2022	05.julho.2022	06.julho.2022	07.julho.2022	08.julho.2022
09:30	**Explora o CAMPUS! - Prova de Orientação** Mestre José Nabuco *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* (Campus)	**Lipor: Reciclagem Divertida** Doutora Sandra Santiago *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Lipor)	**Futebol Performance: Small Sided Games** Mestre Pedro Gonçalves *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Campus)	**Aqualand** Mestre Paulo Santiago *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Parque Aquático de Amarante)	**Hip Hop Kids** Mestre Jorge Pereira *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Campus)
12:30	**ALMOÇO**				
14:30	**Vamos ver os aviões?** Doutora Sandra Santiago *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Aeródromo da Maia)	**Top Chef Kids** Doutora Carla Sá *Departamento de Ciências da Educação Física e Desporto - Universidade da Maia* (Campus)	**Emocional - Mente: à descoberta das emoções!** Doutora Joana Carreiro *Departamento de Ciências Sociais e do Comportamento - Universidade da Maia* (Campus)	**Aqualand** Mestre Paulo Santiago *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Parque Aquático de Amarante)	**Agricultor por um dia!** Doutora Alice Pereira Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA (Quinta na Maia)
17:30					

2ª SEMANA

	11.julho.2022	12.julho.2022	13.julho.2022	14.julho.2022	15.julho.2022
09:30	**Adventure Games** Mestre Américo Neves *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Campus)	**Minibasquetebolista** Mestre Pedro Santos *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Campus)	**Hip Hop Kids** Mestre Jorge Pereira *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Campus)	**Debaixo de água** Mestre Paulo Santiago *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Piscina de Folgosa)	**Magikland: Mundo da Fantasia** Mestre Evandro Morgado *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Magikland)
12:30	**ALMOÇO**				
14:30	**Vamos jogar minigolfe?** Mestre Pedro Gonçalves *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Minigolf Foz)	**Reciclagem Divertida** Doutora Alice Pereira *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Campus)	**CalmaMente: Gestão de Emoções e Mindfulness** Doutora Joana Carreiro *Departamento de Ciências Sociais e do Comportamento - Universidade da Maia* (Campus)	**Sports Skills** Mestre Pedro Gonçalves *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Campus)	**Magikland: Mundo da Fantasia** Mestre Evandro Morgado *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Magikland)
17:30					

3ª SEMANA

	18.julho.2022	19.julho.2022	20.julho.2022	21.julho.2022	22.julho.2022
09:30	**Jogos na areia** Mestre Américo Neves *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Praia de Matosinhos)	**Vamos brincar à ginástica?** Treinadora Márcia Santos *Boavista Futebol Clube - Ginástica* *(Campus)*	**Aqualand** Mestre Paulo Santiago *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Parque Aquático de Amarante)	**Mundo de Aventuras: Insufláveis** Mestre Américo Neves *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* *(Campus)*	**Caça ao tesouro** Mestre José Nabuco *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* *(Campus)*
12:30			**ALMOÇO**		
14:30	**Aloha! Aritmética Divertida** Mestre Evandro Morgado *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Campus)	**À Descoberta dos Robôs e dos Drones** Doutor Carlos Constantino *Escola Superior de Tecnologia e Gestão - IPMAIA* (Campus)	**Aqualand** Mestre Paulo Santiago *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Parque Aquático de Amarante)	**Hip Hop Kids** Mestre Jorge Pereira *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Campus)	**Jogos cooperativos, queres participar?** Mestre Luís Fernandes *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Campus)
17:30					

4ª SEMANA

	25.julho.2022	26.julho.2022	27.julho.2022	28.julho.2022	29.julho.2022
09:30	**Mini Olimpíadas** Mestre Pedro Santos *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Campus)	**Dança Comigo** Mestre Jorge Pereira *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Campus)	**Surf School: Aprende a surfar!** Mestre António Sampaio *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Matosinhos)	**Manhã Radical** Mestre Américo Neves *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Campus)	**Aquafun** Mestre Américo Neves *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Campus)
12:30			**ALMOÇO**		
14:30	**Vem saber mais sobre os cães de terapia** Doutora Maria Magalhães Queiróz *Departamento de Ciências Sociais e do Comportamento - Universidade da Maia* (Campus)	**Laboratório Divertido** Mestre Rute Monteiro - CATST *Centro de Apoio Técnico à Segurança no Trabalho - CATST* (Campus)	**Positivamente** Doutora Joana Carreiro *Departamento de Ciências Sociais e do Comportamento - ISMAI* (Campus)	**Krav Maga kids! Aprende a defender-te!** Mestre Rui Teixeira *Departamento de Ciências da Educação Física e Desporto - Universidade da Maia* (Campus)	**Challenge Teams: Let the Games Begin** Mestre Pedro Gonçalves *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Campus)
17:30					

OFICINAS TEMÁTICAS
7.º AO 9.º ANO

1ª SEMANA

	04.julho.2022	05.julho.2022	06.julho.2022	07.julho.2022	08.julho.2022
09:30	**Street Basket** Mestre Pedro Santos *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Campus)	**Voluntário por um dia!** Doutora Alice Pereira *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* *Associação Pista Mágica* (Campus)	**Aqualand** Mestre Paulo Santiago *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Parque Aquático de Amarante)	**No caminho certo? Corrida de Orientação** Mestre José Nabuco *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Campus)	**Jogos na praia** Mestre Pedro Gonçalves *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Praia de Matosinhos)
12:30	**ALMOÇO**				
14:30	**Hip Hop Teen** Mestre Jorge Pereira *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Campus)	**Futebol + Performance** Mestre Pedro Gonçalves *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Campus)	**Aqualand** Mestre Paulo Santiago *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Parque Aquático de Amarante)	**Team Building: Jogos em Equipa** Mestre Américo Neves *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Campus)	**Gira Vólei** Mestre Jorge Ramos *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Campus)
17:30					

2ª SEMANA

	11.julho.2022	12.julho.2022	13.julho.2022	14.julho.2022	15.julho.2022
09:30	**Criminal Profiling** Mestre Cátia Pontedeira *Departamento de Ciências Sociais e do Comportamento - Universidade da Maia* (Campus)	**Walk in my shoes: viver a diferença!** Doutora Sandra Santiago *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Campus)	**Surf Challenge! Vamos surfar** Mestre António Sampaio *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Matosinhos)	**Gira-Vólei** Mestre Jorge Ramos *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Campus)	**És um gamer?** Doutor Telmo Bento *Escola Superior de Tecnologia e Gestão - IPMAIA* (Campus)
12:30	**ALMOÇO**				
14:30	**Super Atleta** Mestre Paulo Gouveia *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Campus)	**Ginástica de aparelhos: rumo aos Jogos Olímpicos** Mestre Pedro Gonçalves *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Campus)	**Sou adolescente, e agora?** Doutora Alice Pereira *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Campus)	**Desafia os teus limites: Aventura na serra** Mestre Américo Neves *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Serra de Valongo)	**Hip Hop Teen** Mestre Jorge Pereira *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Campus)
17:30					

3ª SEMANA

	18.julho.2022	19.julho.2022	20.julho.2022	21.julho.2022	22.julho.2022
09:30	**Aprende a defender-te: Judo** Mestre Sofia Cachada *Departamento de Ciências da Educação Física e Desporto - Universidade da Maia* (Campus)	**E se houver um incêndio?** Mestre João Tavares - CATST *Centro de Apoio Técnico à Segurança no Trabalho - CATST* (Campus)	**Mundo de Aventuras** Mestre Américo Neves *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Campus)	**Aqualand** Mestre Paulo Santiago *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Parque Aquático de Amarante)	**Globetrotters** Mestre Pedro Santos *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Campus)
12:30			**ALMOÇO**		
14:30	**O Porto é uma nação! Vamos à descoberta da cidade** Mestre Américo Neves *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto* (Porto)	**Meeting de Atletismo** Mestre Paulo Gouveia *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Campus)	**Vamos reciclar?** Doutora Alice Pereira *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Campus)	**Aqualand** Mestre Paulo Santiago *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Parque Aquático de Amarante)	**Hip Hop Teen** Mestre Jorge Pereira *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Campus)
17:30					

4ª SEMANA

	25.julho.2022	26.julho.2022	27.julho.2022	28.julho.2022	29.julho.2022
09:30	**Já conheces os passadiços do Paiva?** Mestre Américo Neves *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Arouca)	**Krav Maga: Aprende a Defender-te!** Mestre Rui Teixeira *Departamento de Ciências da Educação Física e Desporto - Universidade da Maia* (Campus)	**Clínica de Ténis** Mestre Paulo Pereira *Departamento de Ciências da Educação Física e Desporto - Universidade da Maia* (Campus)	**Olimpíadas Aquáticas** Mestre Luís Fernandes *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Piscina de Folgosa)	**Surf Challenge! Vamos Surfar** Mestre António Sampaio *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Matosinhos)
12:30			**ALMOÇO**		
14:30	**Já conheces os passadiços do Paiva?** Mestre Américo Neves *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Arouca)	**Let's Dance** Mestre Jorge Pereira *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Campus)	**Cria com as mãos!** Doutora Alice Pereira *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Campus)	**Aventura Sobre Rodas** Mestre José Nabuco *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Matosinhos)	**No caminho certo? Corrida de orientação** Mestre José Nabuco *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Campus)
17:30					

2ª SEMANA

	11.julho.2022	12.julho.2022	13.julho.2022	14.julho.2022	15.julho.2022
09:30	**Receção e bateria de testes de avaliação inicial das capacidades técnicas e físicas** Mestre Pedro Gonçalves *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Campus)	**Treino de força em contexto de ginásio** Doutor Tiago Moreira *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Campus)	**Treino psicomotor e coordenação** Mestre Luis Fernandes *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Campus)	**Treino de força em contexto de ginásio** Doutor Tiago Moreira *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Campus)	**Treino psicomotor e coordenação** Mestre Luis Fernandes *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Campus)
12:30			**ALMOÇO**		
14:30	**Desenvolvimento das habilidades técnicas-táticas específicas** Mestre Rui Bettencourt *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Campus)	**Programa de prevenção de lesões/Treino de velocidade e agilidade** Mestre Luis Fernandes *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Campus)	**Desenvolvimento das habilidades técnicas-táticas específicas** Mestre Pedro Gonçalves *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Campus)	**Programa de prevenção de lesões/Treino de velocidade e agilidade** Mestre Pedro Gonçalves *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Campus)	**Bateria de testes de avaliação final das capacidades técnicas e físicas** Mestre Pedro Gonçalves *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Campus)
17:30					

3ª SEMANA

	18.julho.2022	19.julho.2022	20.julho.2022	21.julho.2022	22.julho.2022
09:30	**Receção e bateria de testes de avaliação inicial das capacidades técnicas e físicas** Mestre Pedro Gonçalves *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Campus)	**Treino de força em contexto de ginásio** Doutor Tiago Moreira *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Campus)	**Treino psicomotor e coordenação** Mestre Luis Fernandes *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Campus)	**Treino de força em contexto de ginásio** Doutor Tiago Moreira *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Campus)	**Treino psicomotor e coordenação** Mestre Luis Fernandes *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Campus)
12:30	**ALMOÇO**				
14:30	**Desenvolvimento das habilidades técnicas-táticas específicas** Mestre Rui Bettencourt *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Campus)	**Programa de prevenção de lesões/Treino de velocidade e agilidade** Mestre Pedro Gonçalves *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Campus)	**Desenvolvimento das habilidades técnicas-táticas específicas** Mestre Pedro Gonçalves *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Campus)	**Programa de prevenção de lesões/Treino de velocidade e agilidade** Mestre Pedro Gonçalves *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Campus)	**Bateria de testes de avaliação final das capacidades técnicas e físicas** Mestre Pedro Gonçalves *Escola Superior de Ciências Socias, Educação e Desporto - IPMAIA* (Campus)
17:30					

PREÇO BASE *

Oficinas temáticas, lúdicas e training camps
130 Euros | Semana

*** outras condições**

Desconto de 15% para familiares (1º Grau) de alunos e ex-alunos

Desconto de 10% na 2ª inscrição (irmãos)

Desconto de 10 % em semanas seguintes

Descontos não acumuláveis

Observações

Seguro de acidentes pessoais e refeições (almoço e lanche) incluídos

Número de inscrições limitado

Funcionamento das oficinas lúdicas temáticas e das training camps sujeito a número mínimo de participantes

Seleção efetuada por ordem de inscrição.

CONTACTOS

Direção
Doutor Daniel Duarte

Coordenação Pedagógica
Doutora Sónia Ruão
cp.universidadejovem@maieutica.pt

Coordenação Operacional
Mestre Paulo Santiago
co.universidadejovem@maieutica.pt

GERAL
universidadejovem@maieutica.pt
229 866 026

INSCRIÇÃO

MAIEUTICA.PT/INSCRICAO-UJOVEM

Nota: O programa está sujeito a eventuais alterações.

NOTAS

UNIVERSIDADE DA MAIA

INSTITUTO POLITÉCNICO DA MAIA IPMAIA

MAIÊUTICA Cooperativa de Ensino Superior, C.R.L.

Av. Carlos Oliveira Campos – Castêlo da Maia
4475-690 Maia
Telefones: +351 229 866 000 / 229 866 026
Linha Azul: 808 202 214 / 808 203 710

E-mails: info@ismai.pt / info@ipmaia.pt
Sites: umaia.pt / ipmaia.pt

MAIÊUTICA HEALTHY CAMPUS

PARCERIA

ORGANIZAÇÃO

UNIVERSIDADE DA MAIA

INSTITUTO POLITÉCNICO DA MAIA IPMAIA

MECENA

Santander UNIVERSIDADES

DESIGN E PRODUÇÃO

CLM CENTRO E LABORATÓRIO MULTIMÉDIA