LET´S DO IT!!

PROGRAMAS DE VERÃO

UNIVERSIDADE JOVEM

29 > 24
JUNHO JULHO

2026

OFICINAS LÚDICAS
(3º AO 6º ANO)

OFICINAS TEMÁTICAS
(7º AO 9º ANO)

TRAINING CAMPS
(5º AO 12º ANO)

10 ANOS

PARCERIA

ORGANIZAÇÃO

UNIVERSIDADE DA MAIA **UMAIA**

POLITÉCNICO DA MAIA **IPMAIA**

CENTRO DE FORMAÇÃO AO LONGO DA VIDA **CFLV**

MECENAS

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

Há projetos que nascem de uma ideia. Outros nascem de uma necessidade. Mas existem alguns — raros — que nascem de um sonho coletivo, de uma vontade genuína de transformar vidas e abrir horizontes. A Universidade Jovem da UMAIA é, para mim, exatamente isso: um sonho que, ao longo destes dez anos, se transformou numa referência, numa família e numa marca profunda na vida de tantos jovens.

Celebrar esta década é celebrar muito mais do que datas ou números. É celebrar coragem. A coragem de quem acreditou que era possível aproximar os mais novos do conhecimento, da ciência, da criatividade e do pensamento crítico. A coragem de criar um espaço onde a curiosidade é incentivada, onde os talentos são descobertos e onde tantos jovens encontram inspiração para o seu futuro.

Muitos chegaram com dúvidas e partiram com sonhos maiores. Outros encontraram aqui amizades, vocações, confiança e, acima de tudo, a certeza de que o conhecimento pode mudar vidas. E isso é algo absolutamente extraordinário.

Para mim, enquanto padrinho/embaixador desta iniciativa, tem sido um privilégio difícil de traduzir em palavras. Receber a confiança da UMAIA para acompanhar este projeto desde o seu percurso foi uma das maiores honras da minha vida. Porque quando acreditamos verdadeiramente naquilo que representamos, tudo ganha um significado mais profundo.

Sinto uma enorme gratidão por todos os que tiveram a visão de criar esta iniciativa e a capacidade de a fazer crescer com tanta dedicação, humanidade e sentido de missão. Nada disto acontece por acaso. Há muito trabalho invisível, muita entrega e uma paixão imensa por trás de cada edição, de cada atividade e de cada jovem que aqui encontra um novo caminho.

Nestes dez anos, a Universidade Jovem não se limitou a ensinar. Inspirou. Aproximou. Desafiou. Fez nascer perguntas, despertou talentos e ajudou a construir futuros. E talvez esse seja o maior legado que uma instituição pode deixar.

Hoje, ao olhar para trás, sinto orgulho. Mas, acima de tudo, sinto esperança. Porque sei que aquilo que foi construído até aqui é apenas o começo. O futuro da Universidade Jovem continuará a ser feito de sonhos, de descoberta e de oportunidades para novas gerações.

Obrigado por me terem permitido fazer parte desta história. Obrigado pela confiança, pela amizade e pela oportunidade de caminhar ao lado de um projeto tão humano e tão inspirador.

PADRINHOS DA UNIVERSIDADE JOVEM 2026

TOMÁS SOUSA
OFICINAS LÚDICAS

Antigo participante da Universidade Jovem

Estudante de Economia e Presidende da Associação de Estudantes na Faculdade de Economia da Universidade do Porto

A Universidade Jovem tem um significado especial. Tive a sorte de participar na primeira edição, em 2016, e acompanhar o projeto nas quatro seguintes. Percebo agora, que estas semanas foram muito mais do que um campo de férias. Fiz amigos, descobri áreas de estudo e realizei visitas inesquecíveis. Nunca soube tão bem acordar cedo no verão!

É um enorme gosto poder apadrinhar a 10.ª edição e ver como a iniciativa cresceu e marcou tantos jovens.

Aproveitem estas semanas! Falem com os professores, desafiem os dinamizadores, saiam fora da vossa zona de conforto, divirtam-se, aprendam e, acima de tudo, criem as vossas próprias memórias inesquecíveis.

INÊS CARDOSO
OFICINAS TEMÁTICAS

Antiga participante da Universidade Jovem

Estudante de Doutoramento de Ciências do Desporto na Universidade da Maia

Professora de Educação Física

A Universidade Jovem acompanhou-me em várias fases: fui Ujotinha, dinamizadora e continuo ligada à UMAIA como aluna de doutoramento. Por isso, sei que estas semanas irão trazer diversão, amizades, aprendizagens e memórias únicas.

Ser Madrinha, neste percurso de 10 anos, é muito especial. Mais de mil jovens já viveram aqui histórias, desafios e momentos inesquecíveis. Agora é a vossa vez.

Conheçam o campus académico, professores, alunos e atividades dentro e fora da Instituição. Aproveitem tudo, mesmo o que parecer fora da zona de conforto!

E desafiem os dinamizadores: eles estão aqui para orientar, proteger, participar e rir convosco. Divirtam-se e guardem cada momento!

ANTÓNIO SAMPAIO
TRAINING CAMPS

Antigo participante da Universidade Jovem

Estudante de Engenharia Civil na Faculdade de Engenharia da Universidade do Porto

Atleta de Voleibol Sub 21 e Séniores Castêlo da Maia

Como participante da 1.ª edição, em 2016, posso afirmar que a Universidade Jovem foi uma experiência profundamente marcante, tanto a nível académico como pessoal.

Ao longo das semanas, esta experiência deu-me a oportunidade de aprender com pessoas verdadeiramente inspiradoras, desenvolver novas competências e enfrentar desafios que contribuíram significativamente para o meu crescimento.

Mais do que os conhecimentos adquiridos, aquilo que distingue este programa é o seu ambiente. A interação com pessoas de diferentes áreas, a criação de amizades inesperadas e o constante incentivo a sair da zona de conforto tornam esta experiência única. Existe um equilíbrio harmonioso entre aprendizagem, partilha e momentos de convívio, o que faz com que cada dia seja simultaneamente distinto e enriquecedor.

Contamos contigo para este desafio de excelência!!

Let´s do it!

UNIVERSIDADE JOVEM
FÉRIAS DE VERÃO 2026

Assumindo a sua responsabilidade social no relacionamento com a comunidade, a Universidade da Maia – UMAIA e o Politécnico da Maia – IPMAIA abrem este ano as suas portas, nas **Férias de Verão de 2026**, aos estudantes que frequentam entre o 3.º e o 12.º ano de escolaridade, para a **10.ª edição** do projeto **Universidade Jovem: Férias de Verão**.

Ao longo de dez edições, este projeto proporcionou experiências educativas, científicas e culturais únicas a mais de 1500 jovens, afirmando-se como uma referência nacional na promoção do conhecimento, da criatividade e da descoberta. E porque esta edição é especial, preparámos também algumas surpresas que tornarão esta experiência ainda mais inesquecível.

De 29 de junho a 24 de julho, de segunda a sexta-feira, entre as 9h30 e as 17h30, os participantes poderão **experienciar diversas atividades práticas e projetos em áreas tão diversificadas como o desporto, as ciências sociais e do comportamento, as tecnologias, as humanidades e as artes**, orientadas por docentes do Ensino Superior altamente qualificados.

As atividades decorrerão nas instalações de excelência do nosso campus académico, distinguido com o selo Platina do Programa Healthy campus académico, atribuído pela Federação Internacional do Desporto Universitário (FISU), proporcionando um ambiente moderno, seguro e inspirador para aprender, criar e conviver.

O **programa de Verão Universidade Jovem** da UMAIA/IPMAIA encontra-se igualmente reconhecido **pela prestigiada European Children's University Network**, rede europeia composta por 78 Instituições de Ensino Superior dedicada à promoção da cultura científica entre crianças e jovens.

Pretende-se, assim, proporcionar aos mais jovens experiências únicas e enriquecedoras, capazes de alargar horizontes, estimular a curiosidade e reforçar a confiança para enfrentar os desafios do futuro com mais conhecimento, criatividade e otimismo.

Aos potenciais interessados, familiares e amigos, manifestamos a nossa total disponibilidade para os receber numa visita ao nosso campus académico, cuja qualidade das instalações — únicas em Portugal e pouco comuns na Europa — certamente não deixará ninguém indiferente.

OBJETIVOS

O Programa de Verão Universidade Jovem tem como principais objetivos a promoção do interesse pelo conhecimento aplicado 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 diversão, convívio e partilha de experiências entre participantes.

ATIVIDADES E DESTINATÁRIOS

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

- **Oficinas Lúdicas**, direcionadas para os alunos do 3º ao 6º ano, com uma forte componente de atividades desportivas e expressivas;
- **Oficinas Temáticas**, dirigidas aos alunos a frequentar do 7º ao 9º ano, abrangendo um elenco alargado de áreas científicas e uma preocupação fundamental com temas atuais da sociedade;
- **Training Camps***, desenhados pelo nosso Centro de Fitness & Performance, orientados para alunos/atletas do 5º ao 12º ano, têm como objetivo principal o desenvolvimento e otimização dos fatores de rendimento específicos (físico, técnico, tático e psicológico) das mais diversas modalidades desportivas. Na segunda e terceira semana o Training Camp será orientado para a modalidade de futebol e na quarta semana para as outras modalidades.

* de 6 a 24 de julho

Uma das particularidades mais enfatizadas nos programas é a complementaridade, ancorada no prazer dos participantes, e evidente nas atividades apresentadas com valências físico-desportivas, sociais, cognitivas e psicológicas, criteriosamente articuladas em diferentes programas semanais.

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 às faixas etárias a que se destina o programa. 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 UMAIA/IPMAIA, assim como no exterior. Contíguo à estação de metro ISMAI, o campus académico da UMAIA/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, pista de atletismo, parede de escalada, campo de areia, 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 académico contemplam saídas para espaços/atividades outdoor, como a Escola "Fish Surf School", a Praia de Matosinhos, a Magikland (Penafiel), o 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**: **Férias de Verão** e está incluído no preço. As refeições (almoço e lanche da tarde) serão servidas no restaurante 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 qualificados e especializados nas áreas científicas das Oficinas Lúdicas, Oficinas Temáticas e Training Camps. Cada grupo será permanentemente acompanhado por dinamizadores, estudantes da UMAIA e IPMAIA, criteriosamente selecionados, formados e supervisionados pelos docentes responsáveis pelas respetivas atividades e pela equipa de Coordenação.

INSCRIÇÕES (ver p. 16)

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.

GALA COMEMORATIVA *10 ANOS UNIVERSIDADE JOVEM*

Dez anos depois, celebramos todas as experiências, amizades e memórias que fazem parte da história da Universidade Jovem.

No dia 24 de julho, às 21h30, juntamo-nos para assinalar este momento especial numa Gala comemorativa dedicada a todos os que fizeram parte desta caminhada!

10 ANOS

Trampoli
Park

Porto Old Press
O PORTO ACOLHE OS MAIORES VELEIROS

OFICINAS LÚDICAS
3.º AO 6.º ANO

1ª SEMANA

	29.junho.2026	30.junho.2026	01.julho.2026	02.julho.2026	03.julho.2026
09:30	**Vamos ver os animais? Visita ao Zoo da Maia** Doutora Sónia Ruão *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* ZOO DA MAIA	**Vamos à praia? Jogos na areia** Mestre Pedro Gonçalves *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* MATOSINHOS	**Talent Show - Desperta o teu talento!** Mestre Jorge Pereira *Departamento de Ciências da Educação Física e Desporto - UMAIA* CAMPUS ACADÉMICO	**Aqualand - Parque Aquático de Amarante** Doutor Paulo Santiago *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* PARQUE AQUÁTICO DE AMARANTE	**Pequenos Chefs Saudáveis - Descobrir, Criar e Comer Bem** Doutora Carla Sá *Departamento de Ciências Sociais e do Comportamento - UMAIA* CAMPUS ACADÉMICO
12:30	ALMOÇO				
14:30	**Minigolf Games** Mestre Pedro Gonçalves *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* PASSEIO ALEGRE - FOZ	**Robótica Desportiva** Doutor Carlos Constantino *Escola Superior de Tecnologia e Gestão - IPMAIA* CAMPUS ACADÉMICO	**Meeting de Atletismo** Mestre Paulo Gouveia *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* CAMPUS ACADÉMICO	**Aqualand - Parque Aquático de Amarante** Doutor Paulo Santiago *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* PARQUE AQUÁTICO DE AMARANTE	**Games4All - Jogos desportivos para todos** Mestre Pedro Gonçalves Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA CAMPUS ACADÉMICO
17:30					

2ª SEMANA

	06.julho.2026	07.julho.2026	08.julho.2026	09.julho.2026	10.julho.2026
09:30	**Vamos criar um hotel para os insetos?** Doutora Sónia Ruão *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* QUINTA DA GRUTA - MAIA	**Padel 4Kids** Mestre Luís Diogo *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* TOP PADEL - MAIA	**Sports Skills - Desenvolve as tuas competências** Mestre Pedro Gonçalves *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* CAMPUS ACADÉMICO	**Magikland - Mundo da Fantasia** Doutora Sónia Ruão *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* MAGIKLAND - PENAFIEL	**Hip Hop Kids** Mestre Jorge Pereira *Departamento de Ciências da Educação Física e Desporto - UMAIA* CAMPUS ACADÉMICO
12:30	ALMOÇO				
14:30	**Krav Maga - Aprende a defender-te!** Mestre Rui Teixeira *Departamento de Ciências da Educação Física e Desporto - UMAIA* CAMPUS ACADÉMICO	**Surf School - Aprender a Surfar** Doutor António Sampaio *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* MATOSINHOS	**Missão Eco Fun** Doutora Alice Pereira *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* CAMPUS ACADÉMICO	**Magikland - Mundo da Fantasia** Doutora Sónia Ruão *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* MAGIKLAND - PENAFIEL	**Family Challenge - Presença, Partilha e Conexão!** Doutora Joana Carreiro *Departamento de Ciências Sociais e do Comportamento - UMAIA* CAMPUS ACADÉMICO
17:30					

3ª SEMANA

	13.julho.2026	14.julho.2026	15.julho.2026	16.julho.2026	17.julho.2026
09:30	**Lafarufas e Outras Criaturas - Oficina de Desenho Criativo e Identidade** Doutora Gabriela Sá *Escola Superior de Tecnologia e Gestão - IPMAIA* CAMPUS ACADÉMICO	**Toupeira Humana - Visita ao Museu Mineiro** Doutora Sónia Ruão *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* MUSEU MINEIRO - GONDOMAR	**Aqualand - Parque Aquático de Amarante** Doutor Paulo Santiago *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* PARQUE AQUÁTICO DE AMARANTE	**Liga Sports Kids - Torneio de Desportos Coletivos** Mestre Pedro Gonçalves *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* CAMPUS ACADÉMICO	**Jogos Cooperativos - Queres Participar?** Mestre Beatriz Santos *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* CAMPUS ACADÉMICO
12:30	ALMOÇO				
14:30	**Kids Design Games** Doutoras Patrícia Gomes e Rita Silva *Departamento de Ciências da Educação Física e Desporto - UMAIA* CAMPUS ACADÉMICO	**Pequenos Ginastas em Ação** Doutora Ana Nogueira *Departamento de Ciências da Educação Física e Desporto - UMAIA* CAMPUS ACADÉMICO	**Aqualand - Parque Aquático de Amarante** Doutor Paulo Santiago *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* PARQUE AQUÁTICO DE AMARANTE	**Talent Show - Desperta o teu talento!** Mestre Jorge Pereira *Departamento de Ciências da Educação Física e Desporto - UMAIA* CAMPUS ACADÉMICO	**Minibasquetebolistas!** Mestre Pedro Santos *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* CAMPUS ACADÉMICO
17:30					

4ª SEMANA

	20.julho.2026	21.julho.2026	22.julho.2026	23.julho.2026	24.julho.2026
09:30	**Mini Olimpíadas** Mestre Pedro Santos *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* CAMPUS ACADÉMICO	**Vamos conhecer a Cascata da Cabreira? Percursos e trilhos na natureza** Mestre José Nabuco *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* SEVER DO VOUGA	**Surf School - Aprende a Surfar!** Doutor António Sampaio *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* MATOSINHOS	**Impressões Solares - Alquimistas da Luz** Doutora Gabriela Sá *Escola Superior de Tecnologia e Gestão - IPMAIA* CAMPUS ACADÉMICO	**Aquafun - Jogos com água** Mestre Américo Neves *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* CAMPUS ACADÉMICO
12:30	ALMOÇO				
14:30	**Popstars - Dança como uma estrela** Mestre Jorge Pereira *Departamento de Ciências da Educação Física e Desporto - UMAIA* CAMPUS ACADÉMICO	**Canoagem - Vamos experimentar?** Mestre José Nabuco *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* SEVER DO VOUGA	**Board Games - Crescer a Jogar** Mestre Pedro Barros *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* CAMPUS ACADÉMICO	**World of Discoveries - Mundo de Descobertas** Doutora Sónia Ruão *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* MUSEU DOS DESCOBRIMENTOS - PORTO	**Judo - Aprende a lutar com valores!** Mestre Sofia Cachada *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* CAMPUS ACADÉMICO
17:30					

OFICINAS TEMÁTICAS
7.º AO 9.º ANO

1ª SEMANA

	29.junho.2026	30.junho.2026	01.julho.2026	02.julho.2026	03.julho.2026
09:30	**Consegues escapar? O jogo das relações** Doutora Cátia Pontedeira *Departamento de Ciências Sociais e do Comportamento - UMAIA* CAMPUS ACADÉMICO	**Tik Tok Challenge** Mestre Jorge Pereira *Departamento de Ciências da Educação Física e Desporto - UMAIA* CAMPUS ACADÉMICO	**Aqualand - Parque Aquático de Amarante** Doutor Paulo Santiago *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* PARQUE AQUÁTICO DE AMARANTE	**Torneio Desportivo - Vou ser Treinador** Mestre Rui Bettencourt *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* CAMPUS ACADÉMICO	**Padel Challenge** Mestre Luís Diogo *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* TOP PADEL - MAIA
12:30	ALMOÇO				
14:30	**Gira-Vólei** Mestre Jorge Ramos *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* CAMPUS ACADÉMICO	**App & Web Lab - Ferramentas Digitais de Literacia Financeira** Doutor Ricardo Batista *Escola Superior de Tecnologia e Gestão - IPMAIA* CAMPUS ACADÉMICO	**Aqualand - Parque Aquático de Amarante** Doutor Paulo Santiago *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* PARQUE AQUÁTICO DE AMARANTE	**Cyberdetetives - Resolver Mistérios do Mundo Online** Mestre Tatiana Severino *Departamento de Ciências Sociais e do Comportamento - UMAIA* CAMPUS ACADÉMICO	**Vou ser um Dragão! - Visita ao Museu do FCPorto** Doutora Sónia Ruão *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* MUSEU DO DRAGÃO - PORTO
17:30					

2ª SEMANA

	06.julho.2026	07.julho.2026	08.julho.2026	09.julho.2026	10.julho.2026
09:30	**Profiling Criminal** Mestre Tatiana Severino *Departamento de Ciências Sociais e do Comportamento - UMAIA* CAMPUS ACADÉMICO	**Dance Legends - Dança como uma lenda** Mestre Jorge Pereira *Departamento de Ciências da Educação Física e Desporto - UMAIA* CAMPUS ACADÉMICO	**Vamos explorar as cascatas? Percursos e trilhos na natureza** Mestre José Nabuco *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* SEVER DO VOUGA	**Sports Cup - Jogos Desportivos Coletivos** Mestre Pedro Gonçalves *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* CAMPUS ACADÉMICO	**Criação de Videojogos com Flowlab** Doutor Carlos Constantino *Escola Superior de Tecnologia e Gestão - IPMAIA* CAMPUS ACADÉMICO
12:30	ALMOÇO				
14:30	**Surf Challenge - Vamos Surfar!** Doutor António Sampaio *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* MATOSINHOS	**Ginástica de aparelhos - Rumo aos Jogos Olímpicos** Doutora Ana Nogueira *Departamento de Ciências da Educação Física e Desporto - UMAIA* CAMPUS ACADÉMICO	**Canoagem - Vamos Experimentar?** Mestre José Nabuco *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* SEVER DO VOUGA	**Motor Skills - Mexe-te com Literacia** Doutora Sara Ribeiro *Departamento de Ciências da Educação Física e Desporto - UMAIA* CAMPUS ACADÉMICO	**Escape Room - Consegues vencer este desafio?** Doutora Sónia Ruão *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* ALAMEDA SHOPPING - PORTO
17:30					

3ª SEMANA

	13.julho.2026	14.julho.2026	15.julho.2026	16.julho.2026	17.julho.2026
09:30	**Vamos criar um torneio desportivo?** Doutora Sandra Sousa *Departamento de Ciências da Educação Física e Desporto - UMAIA* CAMPUS ACADÉMICO	**Hip Hop Mood** Mestre Jorge Pereira *Departamento de Ciências da Educação Física e Desporto - UMAIA* CAMPUS ACADÉMICO	**Board Games - Mentes em Movimento** Mestre Pedro Barros *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* CAMPUS ACADÉMICO	**Aqualand - Parque Aquático de Amarante** Doutor Paulo Santiago *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* PARQUE AQUÁTICO DE AMARANTE	**Laboratório das Emoções - Explorar, Compreender e Regular** Doutora Joana Carreiro *Departamento de Ciências Sociais e do Comportamento - UMAIA* CAMPUS ACADÉMICO
12:30					
14:30	**Minigolf Challenge** Mestre Pedro Gonçalves *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* PASSEIO ALEGRE - FOZ	**Innovation Hub - Laboratório de Ciência** Doutor Carlos Constantino *Escola Superior de Tecnologia e Gestão - IPMAIA* CENTRO DE INOVAÇÃO CARLOS FIOLHAIS - MAIA	**A Arte da Defesa - Krav Maga** Mestre Rui Trindade *Departamento de Ciências da Educação Física e Desporto - UMAIA* CAMPUS ACADÉMICO	**Aqualand - Parque Aquático de Amarante** Doutor Paulo Santiago *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* PARQUE AQUÁTICO DE AMARANTE	**Globetrotters** Mestre Pedro Santos *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* CAMPUS ACADÉMICO
17:30					

4ª SEMANA

	20.julho.2026	21.julho.2026	22.julho.2026	23.julho.2026	24.julho.2026
09:30	**Diverte-te com os números** Mestre Evandro Morgado *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* CAMPUS ACADÉMICO	**App & Web Lab - Eventos em Ação** Doutor Ricardo Batista *Escola Superior de Tecnologia e Gestão - IPMAIA* CAMPUS ACADÉMICO	**Champions League - Quem irá vencer?** Mestre Pedro Gonçalves *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* CAMPUS ACADÉMICO	**Hangar - Aventura sem Limite!** Mestre Pedro Gonçalves *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* HANGAR - V.N.GAIA	**Surf Challenge - Vamos Surfar!** Doutor António Sampaio *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* MATOSINHOS
12:30	ALMOÇO				
14:30	**Olimpíadas Aquáticas** Doutor Paulo Santiago *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* PISCINA DE FOLGOSA - MAIA	**Dance Legends - Dança como uma lenca** Mestre Jorge Pereira *Departamento de Ciências da Educação Física e Desporto - UMAIA* CAMPUS ACADÉMICO	**TalkZone - Onde a Comunicação e a Conexão Acontecem!** Doutora Joana Carreiro *Departamento de Ciências Sociais e do Comportamento - UMAIA* CAMPUS ACADÉMICO	**Adventure Challenge - Escalada e Rapel** Mestre Américo Neves *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* CAMPUS ACADÉMICO	**À Descoberta da Ginástica** Doutora Ana Nogueira *Departamento de Ciências da Educação Física e Desporto - UMAIA* CAMPUS ACADÉMICO
17:30					

TRAINING CAMPS
5.º AO 12.º ANO

MODALIDADE DE FUTEBOL

2ª SEMANA

	06.julho.2026	07.julho.2026	08.julho.2026	09.julho.2026	10.julho.2026
09:30	**Receção e bateria de testes de avaliação inicial das capacidades técnicas e físicas** Mestre Pedro Gonçalves *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* CAMPUS ACADÉMICO	**Treino de força em contexto de ginásio,** **Challenge Futvolei** Doutor Tiago Moreira *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* CAMPUS ACADÉMICO	**Treino de velocidade e agilidade,** **Challenge 5x5** Treinadora Susana Costa *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* CAMPUS ACADÉMICO	**Treino de força em contexto de ginásio,** **Challenge 1x1** Doutor Tiago Moreira *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* CAMPUS ACADÉMICO	**Liga Portugal Lab - O Jogo começa aqui** Mestre Pedro Gonçalves *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* LIGA PORTUGAL LAB - PORTO
12:30	ALMOÇO				
14:30	**Treino do drible e finalização** Doutor João Renato *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* CAMPUS ACADÉMICO	**Treino do 1º toque, passe longo e finalização** Mestre Sérgio Ribeiro *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* CAMPUS ACADÉMICO	**Small Sided Games** Mestre Pedro Gonçalves *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* CAMPUS ACADÉMICO	**Treino de cabeceamento, bolas paradas e remates acrobáticos** Mestre Sérgio Ribeiro *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* CAMPUS ACADÉMICO	**Bateria de testes de avaliação final das capacidades técnicas e físicas** **Mundial CUP 2026** Mestre Pedro Gonçalves *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* CAMPUS ACADÉMICO
17:30					

3ª SEMANA

	13.julho.2026	14.julho.2026	15.julho.2026	16.julho.2026	17.julho.2026
09:30	**Receção e bateria de testes de avaliação inicial das capacidades técnicas e físicas** Mestre Pedro Gonçalves *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* CAMPUS ACADÉMICO	**Treino de força em contexto de ginásio,** **Challenge Futvolei** Treinadora Susana Costa *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* CAMPUS ACADÉMICO	**Treino de velocidade e agilidade** **Challenge 5x5** Treinadora Susana Costa *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* CAMPUS ACADÉMICO	**Treino de força em contexto de ginásio** **Challenge 1x1** Doutor Tiago Moreira *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* CAMPUS ACADÉMICO	**Liga Portugal Lab - O Jogo começa aqui** Mestre Pedro Gonçalves *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* LIGA PORTUGAL LAB - PORTO
12:30	ALMOÇO				
14:30	**Treino do 1º toque, passe longo e finalização** Mestre Sergio Ribeiro *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* CAMPUS ACADÉMICO	**Treino do drible e finalização** Doutor João Renato *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* CAMPUS ACADÉMICO	**Small Sided Games** Mestre Pedro Gonçalves *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* CAMPUS ACADÉMICO	**Treino de cabeceamento, bolas paradas e remates acrobáticos** Mestre Sergio Ribeiro *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* CAMPUS ACADÉMICO	**Bateria de testes de avaliação final das capacidades técnicas e físicas** **Mundial CUP 2026** Mestre Pedro Gonçalves *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* CAMPUS ACADÉMICO
17:30					

4ª SEMANA

	20.julho.2026	21.julho.2026	22.julho.2026	23.julho.2026	24.julho.2026
09:30	**Receção e bateria de testes de avaliação inicial das capacidades técnicas e físicas** Mestre Rui Bettencourt *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* CAMPUS ACADÉMICO	**Treino de força em contexto de ginásio,** **Challenge de Voleibol** Mestre Beatriz Santos *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* CAMPUS ACADÉMICO	**Desenvolvimento das habilidades técnicas-táticas gerais/Treino de Coordenação** Mestre Rui Bettencourt *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* CAMPUS ACADÉMICO	**Treino de força em contexto de ginásio,** **Challenge de Futebol** Treinadora Susana Costa *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* CAMPUS ACADÉMICO	**Bateria de testes final das capacidades técnicas e físicas** Mestre Rui Bettencourt *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* CAMPUS ACADÉMICO
12:30	ALMOÇO				
14:30	**Programa de Prevenção de lesões/ Treino psicomotor** Mestre Beatriz Santos *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* CAMPUS ACADÉMICO	**Treino de velocidade e agilidade,** **Challenge de Basquetebol** Treinadora Susana Costa *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* CAMPUS ACADÉMICO	**Visita ao Centro de Estágio SC Braga Modalidades*** Mestre Pedro Gonçalves *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* ARENA SC BRAGA	**Treino de velocidade e agilidade,** **Challenge de Andebol** Treinadora Susana Costa *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* CAMPUS ACADÉMICO	**Olympic Games** **MultiSport Challenge** Mestre Rui Bettencourt *Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto - IPMAIA* CAMPUS ACADÉMICO
17:30					

* Sob confirmação

10 ANOS

PREÇO BASE *

Oficinas Lúdicas, Temáticas e Training Camps
180 Euros | Semana

Inclui:

- T-shirt, bloco de apontamentos e esferográfica;
- Transporte para atividades no exterior, almoço e lanche.
- Seguro de acidentes pessoais

*** 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

Número de inscrições limitado

Funcionamento das oficinas lúdicas, temáticas e dos 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
Doutor Paulo Santiago
co.universidadejovem@maieutica.pt

GERAL
universidadejovem@maieutica.pt
229 866 008

INSCRIÇÃO

MAIEUTICA.PT/INSCRICAO-UJOVEM

Nota: O programa está sujeito a eventuais alterações.

NOTAS

O nosso CAMPUS ACADÉMICO mais saudável, inclusivo e sustentável.

UNIVERSIDADE DA MAIA **UMAIA**

POLITÉCNICO DA MAIA **IPMAIA**

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

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

E-mail: universidadejovem@maieutica.pt
Sites: umaia.pt / ipmaia.pt

MAIÊUTICA HEALTHY CAMPUS

eucunet
European Children's Universities Network

PARCERIA

ORGANIZAÇÃO

UNIVERSIDADE DA MAIA **UMAIA**

POLITÉCNICO DA MAIA **IPMAIA**

CENTRO DE FORMAÇÃO AO LONGO DA VIDA **CFLV**

MECENAS

Santander UNIVERSIDADES