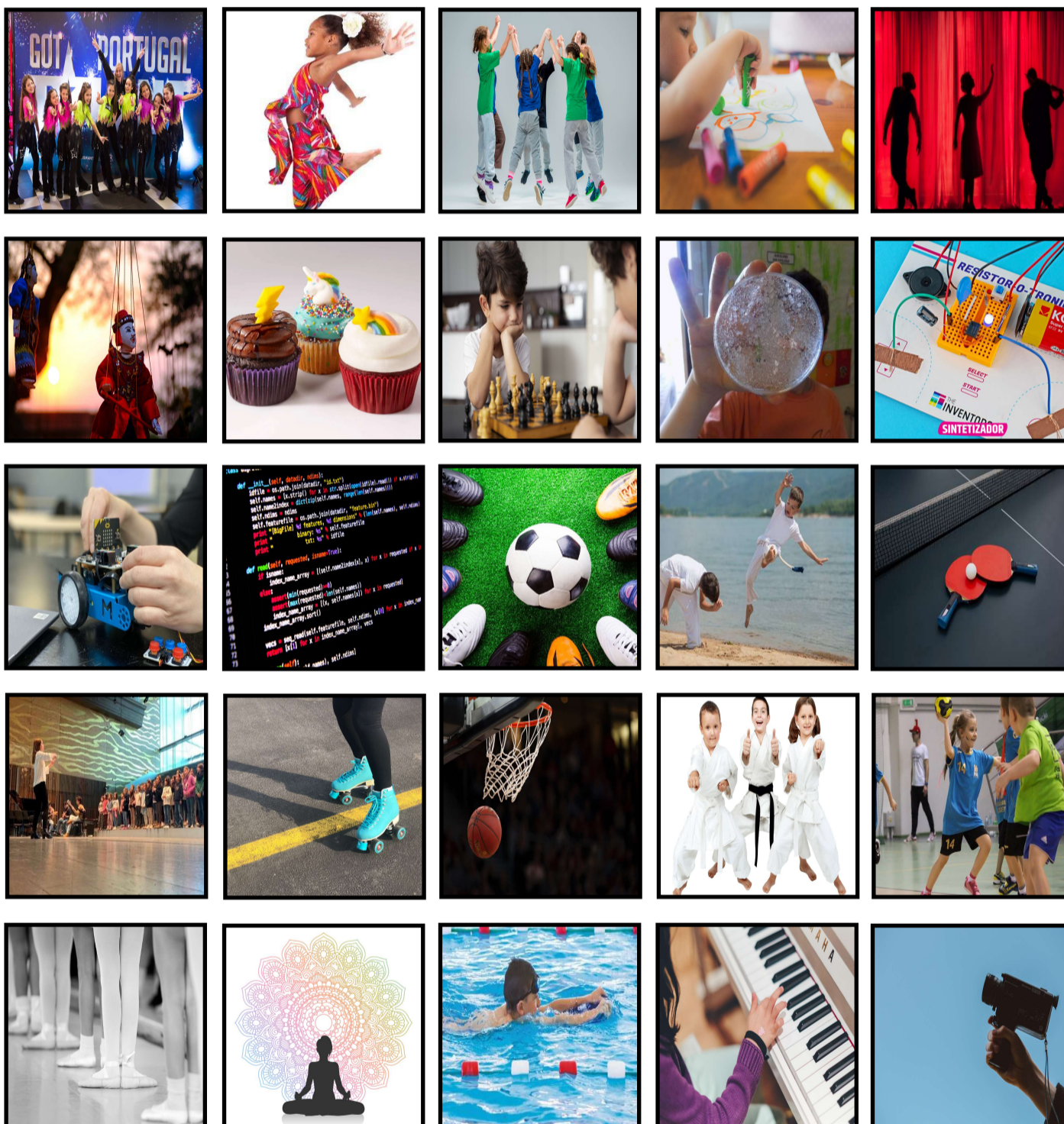


Activités Extra Scolaires Atividades Extra Curriculares

2023
2024



Informations/Informações: Sissi Aubert
aes@lfip.pt Tel: 226 153 030



**Éducation Artistique
et Culturelle**

| |
|-----------------------------|
| Théâtre |
| Ciné-Photo |
| Musique |
| Arts Plastiques |
| Marionnettes |
| Bricolage Artistique |
| Cake Design |
| Mandala Yoga |
| Échecs |
| Afro Dance |
| Ballet |
| Petits pas de danse |
| Wedance |
| Chorale |

Accueil et Étude

| |
|-------------------------|
| Garderie |
| Aide aux Devoirs |
| Études Dirigées |

Éducation Scientifique

| |
|------------------|
| YSciences |
| Robotique |
| Inventors |
| Python |

Éducation Sportive

| |
|------------------------------|
| Football |
| Basketball |
| Expression Corporelle |
| Tennis de Table |
| Patinage |
| Judo |
| Karaté |
| Capoeira |
| Natation |
| Handball |

Théâtre

Maternelle/Pré-escolar
Élémentaire/Primária
Collège/Lycée



Le théâtre est une activité qui explore divers outils fondamentaux pour le développement personnel et interpersonnel ainsi que la capacité à travailler en groupe. Au théâtre, l'imagination n'a pas de limites et les possibilités sont infinies dans l'art de raconter et de créer des histoires. La communication est une prise de conscience de l'expression corporelle et vocale. Au théâtre, les exercices d'improvisation font partie d'un travail fondamental pour explorer la créativité et maîtriser le « jeu théâtral ».

O teatro é uma atividade que explora vários instrumentos fundamentais para o desenvolvimento pessoal e interpessoal e a capacidade de trabalhar em grupo. No teatro, a imaginação não tem limites e as possibilidades são infinitas na arte de contar histórias e de criar. A comunicação é a tomada de consciência do corpo e da expressão vocal. No teatro, os exercícios de improvisação fazem parte de um trabalho fundamental para explorar a criatividade e dominar o "jogo teatral".

Ciné-Photo

Collège



L'atelier vise à donner un aperçu du cinéma et de la photographie et à faire découvrir à ses participants plusieurs techniques d'animation (stop motion), le langage cinématographique (scénario, caméra, tournage...) et de la photographie (encadrement, exposition...), dans le but de réaliser des créations collectives de films, documentaires, reportages et expositions.

Dans l'atelier, chaque élève est invité à s'exprimer et à transmettre des émotions, des messages à travers le langage de l'image et à réaliser une réflexion, dans un contexte créatif sur des thèmes choisis par le groupe.

O atelier visa dar uma visão geral do cinema e da fotografia, apresentar aos seus participantes várias técnicas de animação (stop motion), a linguagem do cinema (argumento, câmara, filmagem...) e da fotografia (enquadramento, exposição...). Tem como objetivo criar filmes coletivos, documentários, reportagens e exposições.

No atelier, cada aluno é convidado a expressar e transmitir emoções e mensagens através da linguagem das imagens e a refletir, num contexto criativo, sobre temas escolhidos pelo grupo.

Musique

Maternelle/Pré-escolar
Élémentaire/Primária
Collège/Lycée



Dans le cadre du partenariat entre le Colégio de Música do Porto et le LFIP, il est possible d'apprendre les instruments et disciplines suivants : violon, violoncelle, piano, guitare, flûte traversière et chant. La durée des cours d'instrument varie en fonction de l'âge de l'enfant et peut être de 30 min, 45 min ou 60 min. Les cours d'instrument peuvent être individuels ou partagés (2/3 élèves).

Na parceria do Colégio de Música do Porto com o LFIP é possível aprender os seguintes instrumentos e disciplinas: Violino, Violoncelo, Piano, Guitarra, Flauta transversal e Canto. A duração das aulas de instrumento varia de acordo com a idade da criança, podendo ser de 30, 45 ou 60 min. As aulas de instrumento podem ser individuais ou partilhadas (2/3 alunos). Para além das aulas de instrumentos, os alunos podem frequentar as aulas

Arts Plastiques

Maternelle/Pré-escolar



L'atelier vise à encourager les enfants à découvrir les matières, les couleurs, les gestes, la bonne tenue des différents outils, pour promouvoir le développement de sa sensibilité, son imagination et sa capacité à créer, ses facultés d'attention et de concentration, son aptitude à exprimer des goûts et des choix.

A atividade de artes plásticas visa encorajar as crianças a descobrir materiais, cores, gestos e o uso adequado de diferentes ferramentas. As diversas atividades propostas procuram promover o desenvolvimento da sua sensibilidade, imaginação e capacidade de criação, a sua atenção e capacidade de concentração, a sua capacidade de expressar gostos e fazer escolhas.

Bricolage Artistique

Élémentaire/Primária
Collège



Le bricolage artistique est une activité qui réunit les pratiques des arts plastiques, le modelage et la construction d'objets tridimensionnels.

C'est un atelier créatif, ludique et amusant où les participants sont invités à développer une vision artistique, critique et inventive des arts. L'atelier favorise la motricité, la connaissance de différentes techniques et matériaux.

O bricolage artístico é uma atividade que reúne práticas de artes plásticas, modelação e construção de objetos tridimensionais.

Um atelier criativo, lúdico e divertido onde os participantes são convidados a desenvolver uma visão artística, crítica e inventiva das artes. O atelier que favorece as capacidades motoras, o conhecimento de diferentes técnicas e materiais.

Marionnettes

Maternelle/Pré-escolar
Élémentaire/Primária



L'atelier des marionnettes comprendra la découverte de différentes marionnettes et de leur technique de manipulation, un travail sur le jeu, l'improvisation, l'interprétation - avec et sans marionnettes - menant naturellement à l'imagination de scènes et histoires courtes ainsi qu'à la fabrication de marionnettes.

A atividade de marionetas inclui a descoberta de diferentes marionetas e das suas técnicas de manuseamento, bem como o trabalho de representação, improvisação e interpretação - com e sem marionetas - conduzindo naturalmente à imaginação de cenas e contos, assim como a criação de marionetas.

Cake Design

Élémentaire/Primária



Avec cette activité, vous commencerez votre voyage dans le monde de la conception du cake design, une forme d'art appliquée à la décoration de gâteaux par le biais d'un processus créatif, avec différents matériaux.

É com esta atividade que vais iniciar a tua viagem pelo mundo do cake design, uma forma de arte aplicada à decoração de bolos através de um processo criativo, com diferentes materiais.

Mandala Yoga

Maternelle/Pré-escolar
Élémentaire/Primária



C'est une méthodologie de travail originale qui intègre les techniques du Yoga et la technique du Mandala. Le Yoga est une pratique qui intègre dans un même système des exercices physiques, de respiration, de concentration et de méditation, apporte des bénéfices avérés en matière de santé physique, mentale et émotionnelle. La construction de mandalas est une pratique basée sur un processus méticuleux et délicat d'élaboration d'une image stable et agrégative de symboles subjectifs qui offre à ses créateurs un espace de focalisation et de concentration, avec un impact positif sur l'équilibre émotionnel tout aussi avéré.

Uma metodologia de trabalho original que integra as técnicas de Yoga e Mandala. A Yoga é uma prática que integra exercícios físicos, respiratórios, de concentração e meditação num único sistema, tem benefícios comprovados para a saúde física, mental e emocional. A construção de mandalas, uma prática baseada num meticuloso e delicado processo de elaboração de uma imagem estável e agregadora de símbolos subjetivos, oferece aos seus criadores um espaço de foco e concentração, com um impacto positivo igualmente comprovado no equilíbrio emocional.

Échecs

Élémentaire/Primária



C'est une activité de jeu qui favorise le développement d'innombrables compétences transversales dans les différents domaines de la connaissance, la mémoire, la concentration et la patience. Les échecs encouragent et aident la prise de décision et développent la capacité à prévoir les conséquences de leurs actions. Améliore le raisonnement logique, ce qui favorise l'amélioration des performances scolaires.

Atividade de tabuleiro milenar que promove o desenvolvimento de inúmeras competências transversais às várias áreas do saber, como a memória, concentração e paciência. Incentiva e responsabiliza a tomada de decisões e desenvolve a capacidade de antever consequências das suas ações. Aperfeiçoa o raciocínio lógico, promovendo a melhoria do rendimento escolar.

Afro Dance

Élémentaire/Primária



La danse africaine est un outil de développement physique, moteur et personnel. À travers la danse, la musique et les chants traditionnels, les participants s'éveillent à l'interculturalité. Les danses de la côte ouest-africaine sont connues pour leur signification symbolique et elles constituent ainsi une excellente forme de libération, qui permet notamment d'accroître l'estime de soi, la sécurité et de développer les capacités de communication et d'expression.

A dança africana é um instrumento para o desenvolvimento físico, motor e pessoal. Através da dança, música e canções tradicionais, os participantes são despertados para a interculturalidade. As danças da costa da África Ocidental são conhecidas pelo seu significado simbólico e são, portanto, uma excelente forma de libertação, que, entre outras coisas, aumenta a auto-estima, a segurança e desenvolve as capacidades de comunicação e expressão.

Ballet

Maternelle/Pré-escolar
CP



L'activité de Ballet combine des activités physiques avec la musicalité, la latéralité, la coordination motrice et un peu de théâtralité. Il s'agit d'une activité très complète pour les enfants, qui favorise la concentration, la posture et le rythme, qui sont importants pour de nombreuses activités.

A atividade de ballet combina atividades físicas com musicalidade, lateralidade, coordenação motora e um pouco de teatralização. É considerada uma atividade bastante completa para as crianças que auxilia na concentração, postura e ritmo, que são importantes para muitas outras atividades.

Petits pas de Danse

Maternelle/Pré-escolar



C'est une activité dynamique qui favorise le développement physique harmonieux de l'enfant.

A travers de l'apprentissage de différents styles de danse, l'atelier "Petits pas de Danse" visent à travailler la capacité d'improvisation, à stimuler la créativité non-verbale et à favoriser la connaissance du corps et de ses capacités, ainsi que la confiance en soi.

Atividade dinâmica que promove o desenvolvimento físico harmonioso da criança.

Através da aprendizagem de vários estilos de dança, o atelier "Petits pas de Danse" visa trabalhar a capacidade de improviso, estimular a capacidade não-verbal, a criatividade e estimular o autoconhecimento do corpo e das suas capacidades, assim como a autoconfiança.

We Dance

Maternelle/Pré-escolar
Élémentaire/Primária
6ème-5ème/6º 7ºano



La danse fait partie de l'évolution de la motricité de l'élève. Elle doit donc être considérée comme l'un des moyens d'éducation les plus précieux et les plus complets. Sa dimension éducative comprend tous les aspects importants du développement de l'enfant, ainsi que toute la diversité des formes qu'il peut prendre. La danse est essentiellement efficace dans le processus d'évolution psychique, sociale et motrice, mettant en action l'expressivité, la créativité et la conscience des objectifs individuels. C'est par la danse que l'élève acquiert son autonomie et forme son caractère expressif.

A dança enquadra-se na expressão motora. Deve, por isso, ser encarada como um dos meios mais valiosos e completos da educação. A dimensão da sua ação abrange quase todos os aspetos importantes do desenvolvimento da criança, assim como a grande diversidade de formas que este pode tomar.

É essencialmente eficaz no processo de desenvolvimento psíquico, social e motor, pondo em ação a expressividade, criatividade, consciência de valores e a auto-estima, ao mesmo tempo que ajuda na relação social. É através da dança que o aluno conquista a sua autonomia e forma o seu caráter expressivo e corporal.

Chorale

Élémentaire/Primária
Collège/Lycée



Activité essentiellement collective, la chorale travaille, outre la partie technique vocale/musicale, sur les aspects esthétiques, historiques et interdisciplinaires. La voix est l'instrument le plus ancien et a toujours fait partie de chaque instant de notre vie. L'expérience du chant collectif n'est pas seulement une expérience d'apprentissage social, car on apprend à donner de l'espace au groupe, mais aussi une expérience d'apprentissage individuel, car l'élève apprend à utiliser sa voix de manière correcte et efficace et prend ainsi connaissance de l'immense potentiel de sa voix.

Esta é uma atividade essencialmente coletiva. O coro trabalha, para além de toda a parte técnica vocal/musical, aspectos estéticos, históricos e interdisciplinares. A voz é o instrumento mais antigo e desde sempre que a vertente vocal se enquadra em todos os momentos da nossa vida. A experiência de cantar em conjunto, para além de ser uma aprendizagem social pois aprende-se a dar espaço ao grupo, é também uma aprendizagem individual, pois o aluno aprende a colocar a voz de forma correta e eficaz, conhecendo assim as imensas potencialidades que a sua voz tem.

Yscience

Élémentaire/Primária

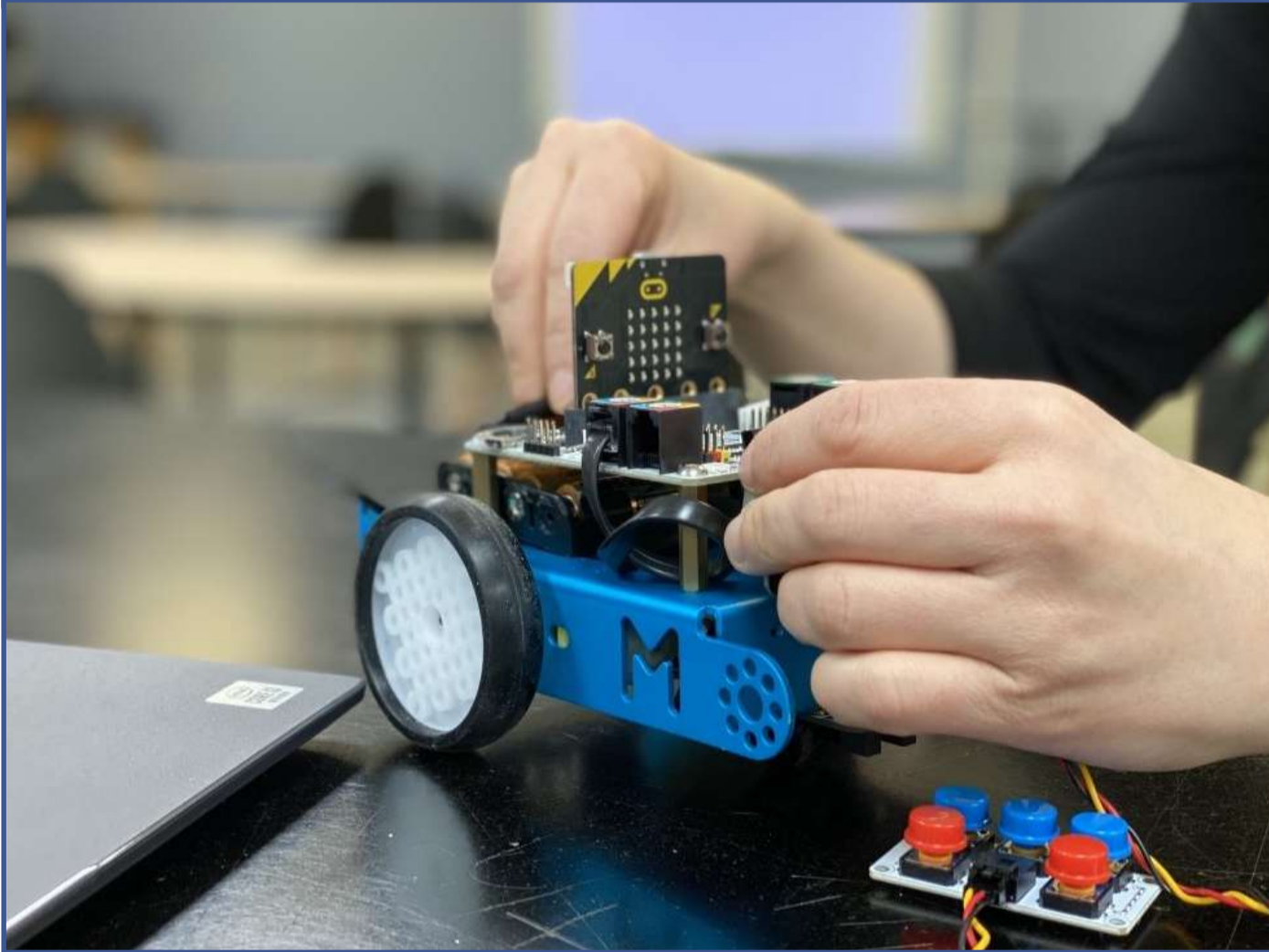


Yscience permet aux enfants de répondre à leur curiosité et de les encourager, en développant leur fascination, leur enthousiasme et leur intérêt pour la science, tout en promouvant des compétences intellectuelles qui leur seront utiles dans différents contextes et situations tout au long de leur vie.

O Yscience permite às crianças responder e incentivar a sua curiosidade, desenvolvendo o fascínio, entusiasmo e interesse pela ciência, promovendo ao mesmo tempo capacidades intelectuais que lhes serão úteis em diferentes contextos e situações ao longo das suas vidas.

Robotique

Élémentaire/Primária



La robotique est un domaine qui est de plus en plus transversal dans la société. À travers la réalisation pratique de projets mécaniques, électroniques et mécatroniques, les élèves auront un premier contact avec les concepts associés à la robotique, de manière ludique et didactique.

A robótica é uma área cada vez mais transversal na sociedade. Através da realização prática de projectos mecânicos, electrónicos e mecatrónicos, os alunos terão um primeiro contacto com os conceitos associados à robótica, de uma forma lúdica e didáctica.

Inventors

5ème/6ème



Cette activité permet de développer des compétences telles que la pensée logique et la résolution de problèmes, la pensée critique et créative, la passion, le dévouement, la curiosité et la confiance, la communication écrite et orale et enfin, le travail en groupe, l'autonomie et l'auto apprentissage.

Nesta atividade podemos desenvolver competências como o pensamento lógico e resolução de problemas, o pensamento crítico e criativo, a paixão, dedicação, curiosidade e confiança, a comunicação escrita e oral e por fim, o trabalho em grupo, autonomia. Em suma, aprender a aprender.

Python

Lycée

```
class BigFile:
    def __init__(self, datadir, ndims):
        idfile = os.path.join(datadir, "id.txt")
        self.names = [x.strip() for x in str.split(open(idfile).read()) if x.strip()]
        self.name2index = dict(zip(self.names, range(len(self.names))))
        self.ndims = ndims
        self.featurefile = os.path.join(datadir, "feature.bin")
        print "[BigFile] %d features, %d dimensions" % (len(self.names), self.ndims)
        print "      binary: %s" % self.featurefile
        print "      txt: %s" % idfile

    def read(self, requested, isname=True):
        if isname:
            index_name_array = [(self.name2index[x], x) for x in requested if x in self.names]
        else:
            assert(min(requested) >= 0)
            assert(max(requested) < len(self.names))
            index_name_array = [(x, self.names[x]) for x in requested]
            index_name_array.sort()

        vecs = seq_read(self.featurefile, self.ndims, [x[0] for x in index_name_array])
        return [x[1] for x in index_name_array], vecs

    def shape(self):
        return (len(self.names), self.ndims)
```

Cet atelier a pour but de donner aux élèves participants les bases du langage Python et d'explorer ses spécificités, notamment la programmation de jeux, le concours de Robotique en langage Python et la création de site Web en langage Html et CSS.

Este atelier tem por objectivo dar aos alunos participantes as noções básicas da linguagem Python e explorar as suas especificidades, incluindo a programação de jogos, a competição de robótica em Python e a criação de sítios Web em Html e CSS.

Football

Maternelle/Pré-escolar
Élémentaire/Primária
Collège-Lycée



Le football est une activité très importante dans les écoles. Il permet de développer la conscience corporelle, l'initiation technique, la motivation personnelle et collective et favorise l'apprentissage des règles et la socialisation.

O Futebol é uma ferramenta muito importante nas escolas. O futebol privilegia desenvolver a consciência corporal, direcionar a iniciação técnica, trabalhar a motivação pessoal e em grupo e promover as regras e a socialização.

Basketball

Élémentaire/Primária



Le basketball, comme tout sport d'équipe, stimule le goût de l'activité physique. Il favorise la socialisation, la loyauté, le respect mutuel et l'esprit de sacrifice. Il donne aux enfants l'équilibre, la coordination, l'agilité, ainsi que d'autres compétences conditionnelles telles que la force, la vitesse et l'endurance.

O basquetebol, como qualquer modalidade coletiva, estimula o gosto pela atividade física. Promove a socialização, lealdade, o respeito mútuo e o espírito de sacrifício. Prepara as crianças para uma melhor capacidade de equilíbrio, coordenação, agilidade, tal como outras capacidades condicionais, tais como a força, velocidade e resistência.

Expression corporelle

Maternelle/Pré-escolar



L'activité d'expression corporelle implique le développement de mouvements fondamentaux, la stimulation d'habitudes de vie saines, telles que la promotion d'une posture corporelle correcte. Cette activité vise à explorer le travail en équipe, en développant les notions de fair-play et d'esprit de groupe.

A atividade de expressão corporal envolve o desenvolvimento de movimentos fundamentais e a estimulação de hábitos de vida saudáveis, como a promoção de uma postura corporal correta. Tem como objetivo explorar o trabalho de equipa, desenvolvendo noções de fair play e espírito de grupo.

Tennis de Table

Élémentaire/Primária



Le tennis de table est une façon unique de développer la coordination main/œil et d'améliorer les réflexes. Il favorise une grande dépense énergétique, ce qui permet de gagner en condition physique générale, sans grande surcharge au niveau des articulations.

O ténis de mesa é uma forma única de desenvolver a coordenação óculo-manual e melhorar os reflexos. Promove um elevado gasto de energia, o que ajuda a melhorar o estado físico geral, sem colocar demasiada tensão nas articulações.

Patinage

Élémentaire/Primária



Le patinage améliore la coordination motrice et l'équilibre. L'objectif est de développer le sens de l'espace et de la vitesse, d'améliorer la résistance et la force musculaire des membres inférieurs et de stimuler l'esprit d'équipe, ainsi que de stimuler l'estime de soi.

A patinagem melhora a coordenação motora e o equilíbrio. Pretende-se desenvolver a noção de espaço e velocidade, capacitar de uma melhor resistência e força muscular ao nível dos membros inferiores, assim como estimular a autoestima.

Judo

Maternelle/Pré-escolar
Élémentaire/Primária



L'activité judo comporte de nombreux exercices qui sont utilisés pour développer la confiance, la coordination motrice et la forme physique. Des objectifs individuels sont fixés afin de développer l'estime de soi et la concentration.

A atividade de Judo engloba inúmeros exercícios que são usados para desenvolver a confiança, a coordenação motora e a condição física. Existem objetivos individuais, de forma a desenvolver a auto estima e a concentração.

Karaté

Maternelle/Pré-escolar
Élémentaire/Primária



L'activité karaté vise à apporter aux jeunes élèves les compétences physiques et psychologiques qui caractérisent les arts martiaux en général. Celles-ci sont développées dans un contexte ludique, ce qui permet aux élèves de vivre une expérience enrichissante.

A atividade de karaté visa dotar os alunos mais jovens das habilidades físicas e psicológicas que tão bem caracterizam as artes marciais em geral. São desenvolvidas num contexto lúdico, proporcionando aos alunos uma experiência recompensadora.

Capoeira

Élémentaire/Primária



À mi-chemin entre art martial et danse, cette activité, qui nous vient du Brésil, permettra d'apprendre des acrobaties et des figures spectaculaires. La capoeira se distingue des autres arts martiaux par sa musicalité : les élèves apprennent non seulement à se battre et à jouer, mais aussi à jouer d'instruments typiques et à chanter.

Uma combinação entre a arte marcial e a dança, que mistura a luta, música e acrobacia. A capoeira distingue-se de outras artes marciais através da musicalidade, onde os alunos aprendem, além de lutar e a jogar, a tocar os instrumentos típicos e a cantar.

Natation

Élémentaire/Primária
Collège-Lycée



La natation est considérée comme l'un des exercices physiques les meilleurs et les plus complets, car elle met en mouvement une grande partie des muscles et des articulations de notre corps, ce qui apporte de nombreux avantages à l'organisme et à la santé, en favorisant la coordination motrice.

A natação é considerada um dos melhores exercícios físicos e mais completos, por movimentar grande parte dos músculos e articulações existentes no nosso corpo trazendo muitos benefícios para o organismo e para a saúde, ajudando a coordenação motora.

Handball

Élémentaire/Primária
Collège-Lycée



La pratique du handball améliore la capacité cardio-respiratoire, développe les muscles, travaille la coordination motrice, favorise la socialisation, apporte des bénéfices pour le bien-être psychologique et exerce l'agilité et l'objectivité de l'esprit.

A prática do andebol melhora a capacidade cardiorrespiratória, desenvolve os músculos, trabalha a coordenação motora, promove a socialização, traz benefícios para o bem-estar psíquico e exercita a agilidade e a objetividade da mente.

Garderie

Maternelle/Pré-escolar
Élémentaire/Primária

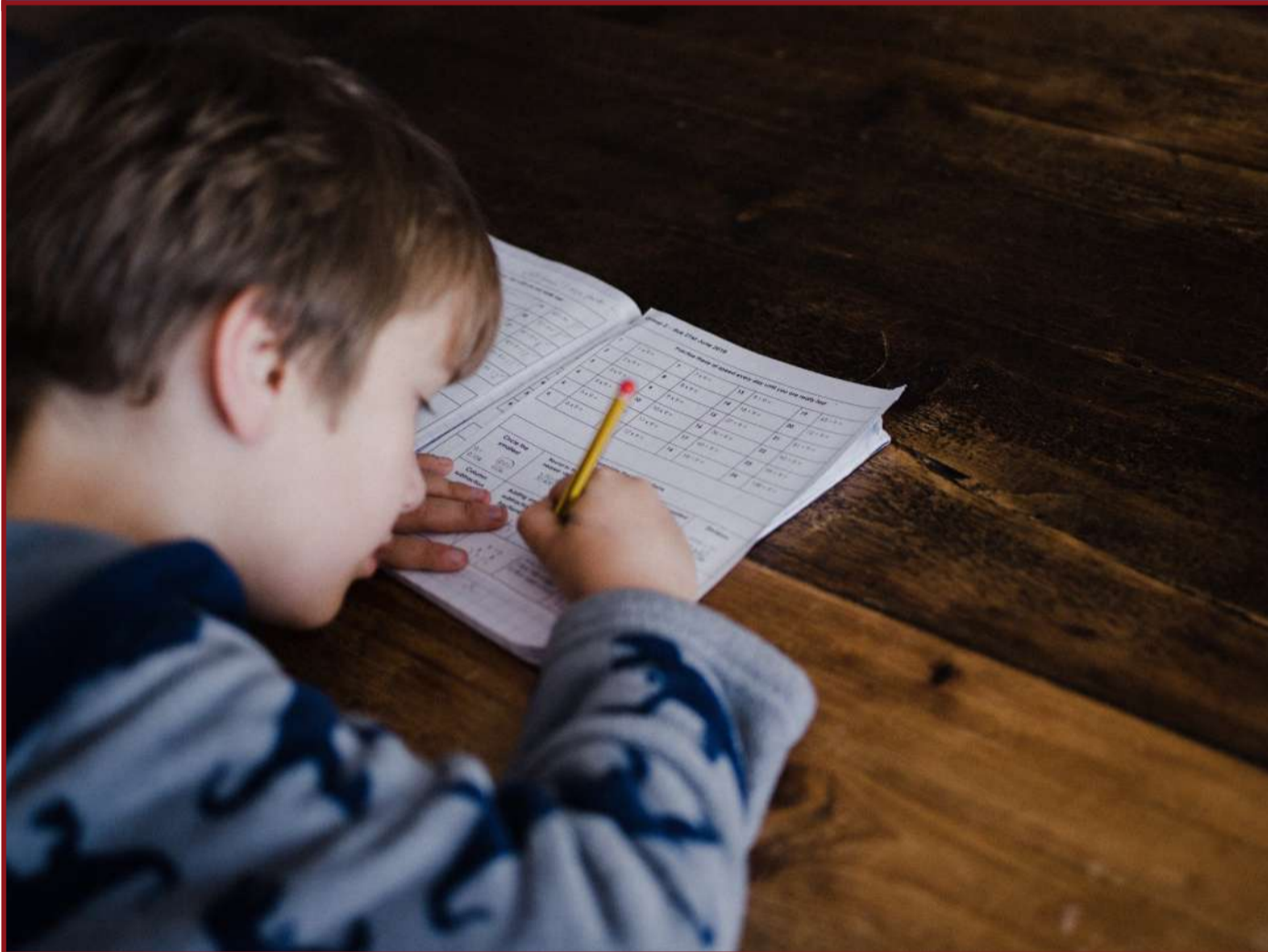


La Garderie est un accueil qui fonctionne dans l'école le matin, le midi et le soir. C'est une structure éducative habilitée pour accueillir de manière habituelle et collective des enfants.

A Garderie é um acolhimento que funciona na escola de manhã, à hora do almoço e ao fim do dia. É uma estrutura educativa que acolhe crianças de forma habitual e colectiva.

Aide aux devoirs/Études Dirigées

Élémentaire/Primária
Collège-Lycée



L'aide aux devoirs est un accompagnement personnalisé permettant à l'élève de mieux assimiler et de mieux comprendre ses leçons. Cela permet à l'élève d'apprendre en toute confiance, en petits groupes, avec des professeurs prêts à aider.

O apoio ao estudo é um acompanhamento personalizado que permite ao aluno assimilar e compreender melhor o conteúdo das aulas.

Permite ao aluno aprender com toda a confiança, em pequenos grupos com os professores prontos a ajudar.