



# ATIVIDADE EXTRACURRICULAR ACTIVITIES

## ASTRONOMIA



## ASTRONOMY

**Professor:** Diego Lopez, Professor de Science na Esfera e entusiasta da Astronomia  
**Turmas:** Y3 a Y5  
**Dias da Semana:** Segunda-feira | **Horário:** 16h às 17h  
**OBJETIVO**  
- Estimular e pesquisar ao longo do curso elementos fundados na astronomia;  
- Atividade em inglês.

**Teacher/Instructor:** Diego Lopez, Science Teacher at Esfera, Astronomy enthusiast  
**Classes:** Y3 to Y9  
**Days of the Week:** Monday | **Time:** 4:00pm to 5:00pm  
**OBJECTIVE**  
- Stimulate the research of Astronomy elements throughout the course;  
- Activities held in the English language.

## CULINÁRIA



## COOKING CLASS

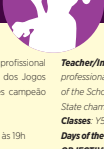
**Professora:** Lauren Pansegrouw, Sul-africana  
**Turmas:** Y1 e Y2  
**Dia da Semana:** Quarta-Feira | **Horário:** 16h às 17h  
**OBJETIVO**  
- Desenvolver habilidades culinárias e conhecimentos de diversas receitas e alimentos de forma divertida;  
- Estimular a criatividade e trabalho em grupo;  
- Apreciar e experimentar novos ingredientes;  
- Atividade em inglês.

**Teacher/Instructor:** Lauren Pansegrouw, South African  
**Classes:** Y1 and Y2  
**Day of the Week:** Wednesday | **Time:** 4:00pm to 5:00pm  
**OBJECTIVE**  
- Develop culinary skills and knowledge of various recipes and foods, in a fun way;  
- Stimulate creativity and group work;  
- Appreciate and experiment new ingredients;  
- Activities held in English;

CONHEÇA O NOSSO NOVO TREINADOR DE FUTSAL E HANDEBOL FEMININO

MEET OUR NEW INDOOR SOCCER AND FEMALE HANDBALL COACH

## FUTSAL

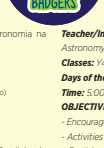


## INDOOR SOCCER

**Professor:** Darly Silva Filho, treinador e ex atleta profissional de Futsal. Como treinador foi 7 vezes campeão regional dos Jogos Escolares do Estado de São Paulo (JEEESP) e 2 vezes campeão paulista de Handebol Feminino.  
**Turmas:** Y1 a Y9  
**Dias da Semana:** Segunda a Quinta-feira  
**Horários:** Verificar tabela de turmas  
**OBJETIVO**  
- Desenvolver habilidades técnicas e fundamentos da prática esportiva;  
- Estimular o desejo competitivo.

**Teacher/Instructor:** Darly Silva Filho, coach and indoor soccer former professional athlete. As a coach he was 7 times regional champion of the School Games of the State of São Paulo (JEEESP) and 2 times State champion for Women's Handball.  
**Classes:** Y1 to Y9  
**Days of the Week:** Mondays through Thursdays  
**Time:** Check on the activity schedule  
**OBJECTIVE**  
- Develop basic skills and techniques in the sport;  
- Stimulate competitive spirit.

## HANDEBOL FEMININO



## FEMALE HANDBALL

**Professor:** Darly Silva Filho, Treinador e ex atleta profissional de Futsal. Como treinador foi 7 vezes campeão regional dos Jogos Escolares do Estado de São Paulo (JEEESP) e 2 vezes campeão paulista de Handebol Feminino.  
**Turmas:** Y5 a Y9  
**Dias da Semana:** Segunda e Quarta-feira | **Horário:** 18h às 19h  
**OBJETIVO**  
- Estimular e praticar fundamentos da atividade;  
- Desenvolver habilidades técnicas específicas.

**Teacher/Instructor:** Darly Silva Filho, coach and futsal former professional athlete. As a coach he was 7 times regional champion of the School Games of the State of São Paulo (JEEESP) and 2 times State champion for Women's Handball.  
**Classes:** Y5 to Y9  
**Days of the Week:** Monday and Wednesday | **Time:** 6:00pm to 7:00pm  
**OBJECTIVE**  
- Develop basic skills and techniques in the sport;  
- Stimulate competitive spirit;

## HÓQUEI INLINE



## INLINE HOCKEY

**Professor:** Diego Lopez, Professor de Science e Astronomia na Esfera e ex jogador de Ice Hockey no Canadá.  
**Turmas:** Y4 a Y9  
**Dias da Semana:** Terça e Quinta-feira  
**Horários:** 17h às 18h (Iniciantes) | 18h às 19h30 (Treinamento)  
**OBJETIVO**  
- Estimular e praticar fundamentos da atividade;  
- Atividade em inglês;  
- Participar em torneios da Federação e Confederação Brasileira de Inline Hockey para equipe de treinamento.

**Teacher/Instructor:** Diego Lopez, Science Teacher at Esfera, Astronomy enthusiast, former Ice Hockey player in Canada.  
**Classes:** Y4 to Y9  
**Days of the Week:** Tuesdays and Thursdays  
**Time:** 5:00pm to 6:00pm (Beginners) 6:00pm to 7:30pm (Practice)  
**OBJECTIVE**  
- Encourage and exercise the practice of the sport and its techniques;  
- Activities held in English;  
- Participate in tournaments organized by Brazilian Inline Hockey Federation's practice teams.

## IOGA

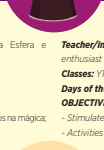


## YOGA

**Professora:** Lauren Pansegrouw, Sul-africana, Instrutora de Yoga para Crianças  
**Turmas:** Y3 a Y5  
**Dias da Semana:** Terça e Quinta-feira  
**Horário:** Verificar tabela de turmas  
**OBJETIVO**  
- Ajuda no desenvolvimento das habilidades de coordenação motora, como equilíbrio e coordenação corporal.  
- Traz consciência para o corpo, na qual capacita a apreciar a boa saúde e bem-estar  
- Estimula a atenção e regulação da respiração  
- Nutre a criatividade e a curiosidade, a auto-confiança e o amor pela aprendizagem;  
- Melhora as habilidades de comunicação;  
- Baseia-se na capacidade inata de simpatizar e ser cuidadoso consigo mesmo e com os outros.

**Teacher/Instructor:** Lauren Pansegrouw, South African Child Yoga Instructor  
**Classes:** Y3 to Y5  
**Days of the Week:** Tuesdays and Thursdays  
**Time:** Check on the activity schedule  
**OBJECTIVE**  
- Helps in developing major and minor motor skills such as coordination and balance;  
- Brings awareness to the body which empowers one to appreciate good health and well-being;  
- Cultivates breath attention and regulation;  
- Nourishes creativity, curiosity, self-confidence and a love for learning;  
- Enhances communication skills;  
- Builds on the innate ability to empathise and be compassionate with oneself and others.

## JUDÔ

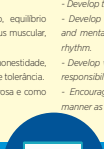


## JUDO

**Professora:** Isabela, atleta e professora indicada pela Academia Calasans Camargo.  
Atividade supervisionada pela Academia Calasans Camargo de Judô.  
**Turmas:** Y1 a Y5  
**Dias da Semana:** Segunda e Quarta-feira | **Horários:** 16h às 17h  
Verificar tabela de turmas  
**OBJETIVO**  
- Desenvolver habilidades técnicas e fundamentos da prática esportiva;  
- Estimular o desejo competitivo.

**Teacher/Instructor:** Isabela is an athlete and teacher, recommended by Academia Calasans Camargo.  
Activities supervised by professionals at Academia Calasans Camargo de Judô.  
**Classes:** Y1 to Y5  
**Days of the Week:** Monday and Wednesday | **Time:** 4:00pm to 5:00pm  
Check the activity schedule.  
**OBJECTIVE**  
- Develop basic skills and techniques in the sport;  
- Stimulate competitive spirit;

## MÁGICA



## MAGIC

**Professor:** Diego Lopez, Professor de Science na Esfera e entusiasta da Mágica  
**Turmas:** Y1 a Y5  
**Dias da Semana:** Terça-feira | **Horário:** 15h30 às 16h30  
**OBJETIVO**  
- Estimular e pesquisar ao longo do curso elementos fundados na mágica;  
- Atividade em inglês.

**Teacher/Instructor:** Diego Lopez, Science Teacher at Esfera, Magic enthusiast  
**Classes:** Y1 to Y5  
**Days of the Week:** Tuesday | **Time:** 3:30pm to 4:30pm  
Check the activity schedule.  
**OBJECTIVE**  
- Stimulate the research of magic elements throughout the course;  
- Activities held in the English language.

## PATINAÇÃO



## FIGURE SKATING

**Professora:** Fabiane Helena Knak  
**Turmas:** Y1 a Y9  
**Dias da Semana:** Segunda à Quinta-feira | **Horários:** 16h às 17h  
Turmas separadas por faixas etárias  
**OBJETIVO**  
- Desenvolver o gosto pela patinação  
- Desenvolver a coordenação motora, concentração, equilíbrio físico e mental, resistência física, fortalecimento do tônus muscular, percepção espacial, atenção e ritmo.  
- Desenvolver valores: amor, amizade, solidariedade, honestidade, compromisso, responsabilidade, generosidade, respeito e tolerância.  
- Estimular a prática da atividade física de forma prazerosa e como condição para melhorar a qualidade de vida das alunas.

**Teacher/Instructor:** Fabiane Helena Knak  
**Classes:** Y1 to Y9  
**Days of the Week:** Mondays through Thursdays | **Time:** 4:00pm to 5:00pm  
Classes separated by age groups.  
**OBJECTIVE**  
- Develop the interest in figure skating.  
- Develop motor skills and coordination, concentration, physical and mental balance, endurance, space perception, attention, and rhythm.  
- Develop values: love, friendship, solidarity, honesty, commitment, responsibility, generosity, respect, and tolerance  
- Encourage the practice of physical activities in a pleasurable manner as means of improving the quality of life.

## PROGRAMAÇÃO



## CODING

**Professor:** Sérgio Aranha  
**Turmas:** Y1 a Y9  
**Dias da Semana:** Segunda-feira | **Horários:** 16h às 17h  
**OBJETIVO**  
- Desenvolver linguagens de programação Scratch e Lego Mindstorm, explorando ao máximo a criatividade e raciocínio lógico;  
- Uso de tecnologias como tablets e computadores através de uma interação n-line, compartilhando suas criações e recebendo informações de forma divertida e protegida dentro de uma plataforma séria desenvolvida pelo grupo Lifelong Kindergarten-MIT.

**Teacher/Instructor:** Sérgio Aranha  
**Classes:** Y1 to Y9  
**Days of the Week:** Mondays | **Time:** 4:00pm to 5:00pm  
**OBJECTIVE**  
- Develop codes using Scratch and Lego Mindstorm, exploring creativity and logic;  
- Use technologies such as tablets and computers through on-line interaction, share developments and receive information in a fun and protected environment within a serious platform developed by the Lifelong Kindergarten-MIT group.

## ROBÓTICA



## ROBOTICS

**Professor:** Sérgio Aranha  
**Turmas:** Y1 a Y9  
**Dias da Semana:** Terça ou Quinta-feira  
**Horário:** Verificar tabela de turmas  
**OBJETIVO**  
- Estimular a aprendizagem de Ciências, Tecnologia, Engenharia e Matemática, de uma maneira divertida, desafiadora e envolvente.

**Teacher/Instructor:** Sérgio Aranha  
**Classes:** Y1 to Y9  
**Days of the Week:** Tuesday or Thursday  
**Time:** Check on the activity schedule  
**OBJECTIVE**  
- Stimulate the learning of Science, Technology, Engineering and Mathematics in a fun, challenging and engaging way.

## SAPATEADO

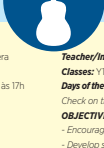


## TAP DANCE

**Professor:** Lucas Lima, Academia Poema de Teatro Musical  
**Turmas:** Y1 a Y5  
**Dias da Semana:** Verificar tabela de turmas | **Horários:** 16h às 17h  
**OBJETIVO**  
- A Academia de Artes Poema é uma empresa de arquitetura cultural que busca promover cultura por meio da arte;  
- Despertar autoconhecimento e valorização das características artísticas de cada indivíduo;  
- Turmas separadas por idades aproximadas.

**Teacher/Instructor:** Lucas Lima, Academia Poema de Teatro Musical  
**Classes:** Y1 to Y5  
**Days of the Week:** Check on the activity schedule | **Time:** 4:00pm to 5:00pm  
**OBJECTIVE**  
- The Academia de Artes Poema is a cultural architecture company that promotes culture through art;  
- To promote self-awareness and appreciation of the artistic qualities of each student;  
- Classes divided by age groups.

## TÊNIS DE MESA

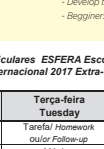


## TABLE TENNIS

**Professor:** Guilherme Spinelli, Campeão Paulista, Jogos Regionais, Jogos Abertos e Brasileiro de Tênis de Mesa com larga experiência como atleta e treinador  
**Turmas:** Y1 a Y5  
**Dias da Semana:** Segunda a Quinta-feira | **Horários:** 16h às 17h  
Verificar tabela de turmas  
**OBJETIVO**  
- Desenvolver habilidades técnicas e fundamentos da prática esportiva;  
- Estimular o desejo competitivo;  
- Participar de torneios da Liga do Vale do Paraíba (LVPTM), Federação Paulista de Tênis de Mesa e Confederação Brasileira de Tênis de Mesa.

**Teacher/Instructor:** Guilherme Spinelli, Former Table Tennis champion of Brazil, State of São Paulo, Regional Games and Open Games. Experienced as athlete and coach.  
**Classes:** Y1 to Y5  
**Days of the Week:** Monday through Thursday | **Time:** 4:00pm to 5:00pm  
Check on the activity schedule.  
**OBJECTIVE**  
- Develop basic skills and techniques in the sport;  
- Stimulate competitive spirit;  
- Participate in tournaments organized by Liga do Vale do Paraíba (LVPTM), State of São Paulo's Federation of Table Tennis, and Brazilian Federation of Table Tennis.

## VIOLÃO



## GUITAR

**Professor:** Thiago Navarro, professor de música na Esfera  
**Turmas:** Y1 a Y9  
**Dias da Semana:** Segunda a Quinta-feira | **Horário:** 16h às 17h  
Verificar tabela de turmas  
**OBJETIVO**  
- Estimular e praticar fundamentos da atividade;  
- Desenvolver habilidades técnicas específicas;  
- Estimular o gosto pela música;  
- Turmas iniciantes e Turmas Veteranas.

**Teacher/Instructor:** Thiago Navarro, Music Teacher at Esfera  
**Classes:** Y1 to Y9  
**Days of the Week:** Tuesday and Wednesday | **Time:** 4:00pm to 5:00pm  
Check on the activity schedule  
**OBJECTIVE**  
- Encourage the practice of the activity basic techniques;  
- Develop skills and techniques;  
- Develop the appreciation for music;  
- Beginners and Experienced Classes.

### Atividades Extracurriculares ESFERA Escola Internacional 2017

### ESFERA Escola Internacional 2017 Extra-Curricular Activities

Série Grade	Horário Time	Segunda-feira Monday	Terça-feira Tuesday	Quarta-feira Wednesday	Quinta-feira Thursday	
G1 (Y1 - Y2)	15:15 - 15:55	Tarefa/ Homework ou/ or Follow-up	Tarefa/ Homework ou/ or Follow-up	Tarefa/ Homework ou/ or Follow-up	Tarefa/ Homework ou/ or Follow-up	
	15:30 - 16:30		Mágica Magic			
	15:30 - 17:00				Robótica Robotics	
	16:00 - 17:00	Tênis de Mesa Table Tennis			Tênis de Mesa Table Tennis	
		Futsal (Sub 7) Indoor Soccer	Tênis de Mesa Table Tennis		Futsal (Sub 7) Indoor Soccer	Tênis de Mesa Table Tennis
		Programação Coding	Sapateado Tap Dance	Culinária Cooking		Sapateado Tap Dance
Patinação Artística Figure Skating		Judô Judo	Patinação Artística Figure Skating	Judô Judo		
G2 (Y3, Y4, Y5)	15:15 - 15:55	Tarefa/ Homework ou/ or Follow-up	Tarefa/ Homework ou/ or Follow-up	Tarefa/ Homework ou/ or Follow-up	Tarefa/ Homework ou/ or Follow-up	
	15:30 - 16:30		Mágica Magic			
	15:30 - 17:00				Robótica Robotics	
	16:00 - 17:00	Patinação Artística Figure Skating	Tênis de Mesa Table Tennis	Patinação Artística Figure Skating	Tênis de Mesa Table Tennis	
		Tênis de Mesa Table Tennis	Futsal (Sub 9/Sub 11) Indoor Soccer	Tênis de Mesa Table Tennis	Futsal (Sub 9/Sub 11) Indoor Soccer	
		Violão I/Guitar I (Iniciantes/Beginners)	Violão II/Guitar II (Avançados/Veterans)	Violão I/Guitar I (Iniciantes/Beginners)	Violão II/Guitar II (Avançados/Veterans)	
		Clube de Astronomia Astronomy Club	Yoga		Yoga	
Judô Judo		Judô Judo				
Sapateado Tap Dance		Sapateado Tap Dance				
Programação Coding						
17:00 - 18:00		Inline Hockey (Y5 - E/II)		Inline Hockey (Y5 - E/II)		
G3 E/II	15:45 - 17:15	Follow-up	Follow-up	Follow-up	Follow-up	
	16:00 - 17:00	Programação Coding	Patinação Artística Figure Skating		Patinação Artística Figure Skating	
	16:00 - 17:30		Robótica Robotics			
	17:00 - 18:00	Futsal (Sub 13) Indoor Soccer	Inline Hockey (Iniciantes/Beginners)	Futsal (Sub 13) Indoor Soccer	Inline Hockey (Iniciantes/Beginners)	
	18:00 - 19:00	Handebol Feminino Female Handball		Handebol Feminino Female Handball		
	18:00 - 19:30		Inline Hockey (Treinamento/Training)		Inline Hockey (Treinamento/Training)	

**Observações:**  
- Turmas sujeitas a confirmação em função do mínimo de alunos para abertura  
- Vagas limitadas em função do limite máximo de alunos para cada atividade e data limite para inscrição (13/12/16 até 13/01/2017)  
- Hspalis Academia de Dança: Ballet Clássico, Flamenco, Sapateado e Dança de Salão - Tel: 3921 8725  
- Taekwondo: Parceria com Fabiano Morciani Academia de Taekwondo - Tel. 3913 4712 / 7812 7590  
- Tênis: Parceria com academia Daher Tennis Lounge - Tel. 3949 2228 / 7813 1616  
- Cia Atlética: Parceria para aulas de natação ou programa Kids / Teens - Tel. 3941 3000  
- As parcerias com as academias acima se aplicam a alunos de EI, EF I e II. Famílias são responsáveis pelo transporte.  
- Alunos de E/II inscritos para tarefa monitorada, se convocados para follow-up, esta última prevalece. Neste caso, como o aluno deixará de participar da tarefa monitorada, será isento do pagamento durante o período de convocação para o follow-up.  
- Calendário de aulas de follow-up para EF II disponibilizado no início do ano letivo.

**Notes:**  
- Activities subject to confirmation according to the minimum of students required for each one.  
- Availability subject to the maximum of students established for each activity or deadline for enrollments (12/13/16 to 01/13/2017)  
- Dance: Hspalis Academia de Dança: Ballet Clássico, Flamenco, Sapateado e Dança de Salão - Tel: 3921 8725  
- Taekwon Do: Fabiano Morciani Academia de Taekwondo - Tel. 3913 4712 / 7812 7590  
- Tennis: Daher Tennis Lounge - Tel. 3949 2228 / 7813 1616  
- Cia Atlética: Swimming classes of kids/teens program: Tel. 3941 3000  
- The partnerships with the sports academies mentioned above are responsible for Preschool, Elementary and Middle School students. Families for the transportation.  
- Elementary School students who participate in the monitored homework, if invited for the follow-up classes, this activity overlaps the first one. In this case, the monitored homework fee will not be charged during the follow-up period.  
- The calendar for the Middle School follow-up classes is available in the beginning of the school year.