

# DEPARTAMENTO DE PROJETOS DE DESENVOLVIMENTO EDUCATIVO



## AGRUPAMENTO DE ESCOLAS ADELAIDE CABETTE

2025/2026

### CLUBE - DESPORTO ESCOLAR

|                                                                                                                                                                                                                                       |                                           |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|
| <b>Professor(es) Responsável(is):</b> Ricardo Silva (Coordenador); Teresa Gaspar; Celso Dionísio; Ricardo Castro; José Rosário; Alexandre Rodrigues; Doris Ferreira; Ricardo Coelho; Alexandre Alcape, André Carinhas e Hugo Vicente. | <b>Grupo:</b> 260 e 620 – Educação Física |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|

#### Caracterização sumária do CLUBE

O Clube de Desporto Escolar promove treinos semanais e encontros competitivos regulares em várias modalidades desportivas. O Desporto Escolar visa “proporcionar o acesso à prática desportiva regular e de qualidade, contribuindo para a promoção do sucesso escolar dos alunos, dos estilos de vida saudáveis, de valores e princípios associados a uma cidadania ativa.” “A atividade desportiva desenvolvida ao nível do Desporto Escolar põe em jogo potencialidades físicas e psicológicas, que contribuem para o desenvolvimento global dos jovens, sendo um espaço privilegiado para fomentar hábitos saudáveis, competências sociais e valores morais, de entre os quais se destacam: Responsabilidade, Espírito de Equipa, Disciplina, Tolerância, Perseverança, Humanismo, Verdade, Respeito, Solidariedade e Dedicação.”

#### Refª . Projeto Educativo

##### Eixo/Área de intervenção 2 – Liderança e Gestão

D6 – OE14 – M23.

##### Eixo/Área de intervenção 3 – Prestação de Serviço Educativo

D7 – OE15 – M24;

D8 – OE19 – M29;

D10 – OE24 – M34; M35; M36.

#### **Legenda:**

D – Dimensão; OE – Objetivos Estratégicos; M - Metas

#### POPULAÇÃO ALVO

Níveis de ensino / Estabelecimentos de ensino: Variando por modalidade, do 1º ao 12º anos. Alunos da Escola Secundária de Odivelas, da Escola Básica Avelar Brotero, da Escola Básica António Maria Bravo, Escola Básica Bernardim Ribeiro, Escola Básica D. Dinis Nº1 e Escola Básica Maria Máxima Vaz.

Nº máximo de participantes por sessão: 28 alunos.

Nº máximo de participantes por atividade: 12 a 32 alunos.

#### OPERACIONALIZAÇÃO

Horário das sessões semanais: Em anexo.

Local de funcionamento: Instalações desportivas da EBAB, da ESO, da EB António Maria Bravo, da Escola Básica Bernardim Ribeiro, da EB D. Dinis Nº1, EB Maria Máxima Vaz e Piscina Municipal de Odivelas.

Atividades previstas (para além das sessões semanais): Em média 3 a 8, depende da modalidade.

Outras informações de relevo: -

Odivelas, 24 de setembro de 2025

# DEPARTAMENTO DE PROJETOS DE DESENVOLVIMENTO EDUCATIVO



## AGRUPAMENTO DE ESCOLAS ADELAIDE CABETTE

2025/2026

| ESCOLA BÁSICA AVELAR BROTERO |                                                                              |                                             |                                      |                                                                                      |                                            |
|------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|--------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|
|                              | SEGUNDA                                                                      | TERÇA                                       | QUARTA                               | QUINTA                                                                               | SEXTA                                      |
| 8.30<br>9.20                 |                                                                              |                                             |                                      |                                                                                      |                                            |
| 9.30<br>10.20                |                                                                              | <b>FUTSAL</b><br>Ricardo Coelho             |                                      |                                                                                      | <b>DE SOBRE RODA#</b><br>Alexandre Alcape  |
| 10.30<br>11.20               |                                                                              |                                             |                                      |                                                                                      | <b>DE SOBRE RODAS#</b><br>Alexandre Alcape |
| 11.30<br>12.20               |                                                                              | <b>TÊNIS DE MESA</b><br>Alexandre Rodrigues | <b>FUTSAL</b><br>Ricardo Coelho      |                                                                                      |                                            |
| 12.30<br>13.20               |                                                                              |                                             |                                      | <b>TÊNIS DE MESA</b><br>Alexandre Rodrigues<br><b>ESCOLA ATIVA</b><br>Dóris Ferreira |                                            |
| 13.30<br>14.20               |                                                                              |                                             |                                      |                                                                                      |                                            |
| 14.30<br>15.20               | <b>TÊNIS DE MESA</b><br>Hugo Vicente<br><b>BASQUETEBOL</b><br>André Carinhas | <b>BASQUETEBOL</b><br>André Carinhas        | <b>ESCOLA ATIVA*</b><br>Hugo Vicente | <b>FUTSAL</b><br>Hugo Vicente<br><b>BASQUETEBOL</b><br>André Carinhas                | <b>ESCOLA ATIVA*</b><br>Dóris Ferreira     |
| 15.30<br>16.20               |                                                                              |                                             |                                      |                                                                                      |                                            |
| 16.30<br>17.20               |                                                                              |                                             | <b>FUTSAL</b><br>Ricardo Coelho      |                                                                                      |                                            |
| 17.30<br>18.20               |                                                                              |                                             |                                      |                                                                                      |                                            |

\***ESCOLA ATIVA** – Os treinos realizam-se na Piscina (6ªf) e na EBAB (4ªf).

# **DE SOBRE RODA** – à 6ªf na EBAB e nas EB1

### ESCALÕES

**BASQUETEBOL** – Infantil B Misto | **ESCOLA ATIVA** – Todos os escalões / Misto | **FUTSAL** – Infantil B Masculino  
| **TÊNIS DE MESA** - Todos os escalões / Misto | **DE Sobre Rodas** – Todos os escalões / Misto

# DEPARTAMENTO DE PROJETOS DE DESENVOLVIMENTO EDUCATIVO



AGRUPAMENTO DE ESCOLAS ADELAIDE CABETTE

2025/2026

| ESCOLA SECUNDÁRIA DE ODIVELAS |                                        |                                                                                  |                                                                            |                                        |                                                                               |
|-------------------------------|----------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|
|                               | SEGUNDA                                | TERÇA                                                                            | QUARTA                                                                     | QUINTA                                 | SEXTA                                                                         |
| 8.30<br>9.20                  |                                        |                                                                                  |                                                                            |                                        |                                                                               |
| 9.30<br>10.20                 |                                        |                                                                                  |                                                                            |                                        |                                                                               |
| 10.30<br>11.20                |                                        |                                                                                  |                                                                            |                                        |                                                                               |
| 11.30<br>12.20                |                                        |                                                                                  |                                                                            |                                        |                                                                               |
| 12.30<br>13.20                |                                        |                                                                                  |                                                                            |                                        |                                                                               |
| 13.30<br>14.20                |                                        | <b>BADMINTON INIC</b><br>Teresa Gaspar<br><b>TÉNIS DE MESA</b><br>Ricardo Castro | <b>TÉNIS DE MESA</b><br>Ricardo Castro                                     | <b>BADMINTON INIC</b><br>Teresa Gaspar | <b>ESCOLA ATIVA</b><br>José Rosário<br><b>TÉNIS DE MESA</b><br>Ricardo Castro |
| 14.30<br>15.20                | <b>BASQUETEBOL</b><br>Ricardo Silva    | <b>BASQUETEBOL</b><br>Ricardo Silva                                              | <b>BASQUETEBOL</b><br>Ricardo Silva<br><b>ESCOLA ATIVA</b><br>José Rosário |                                        |                                                                               |
| 15.30<br>16.20                |                                        |                                                                                  | <b>ESCOLA ATIVA</b><br>José Rosário                                        |                                        |                                                                               |
| 16.30<br>17.20                |                                        |                                                                                  |                                                                            |                                        |                                                                               |
| 17.30<br>18.20                |                                        |                                                                                  |                                                                            |                                        |                                                                               |
| 18.20<br>19.10                | <b>BADMINTON CONT</b><br>Teresa Gaspar | <b>VOLEIBOL</b><br>Celso Dionísio                                                | <b>BADMINTON CONT</b><br>Teresa Gaspar                                     | <b>VOLEIBOL</b><br>Celso Dionísio      |                                                                               |
| 19.10<br>20.00                | <b>BADMINTON CONT</b><br>Teresa Gaspar | <b>VOLEIBOL</b><br>Celso Dionísio                                                | <b>BADMINTON CONT</b><br>Teresa Gaspar                                     | <b>VOLEIBOL</b><br>Celso Dionísio      |                                                                               |

\***ESCOLA ATIVA** – Os treinos realizam-se na Piscina (4ªF) e na ESO (6ªF).

**BADMINTON INICIAÇÃO** - Todos os escalões / Misto | **BADMINTON CONTINUIDADE** - Todos os escalões / Misto | **BASQUETEBOL** – Juvenis Masculinos | **TÉNIS DE MESA** - Todos os escalões / Misto | **VOLEIBOL** – Juvenis Masculinos | **ESCOLA ATIVA** – Todos os escalões / Misto