



**Associação de Pais
e Encarregados
de Educação da
Escola n.º 24 de Lisboa**
Bairro de São Miguel



PROJETO ALVALAD'EDUCA

2026/27

Entre:

- Junta de Freguesia de Alvalade – JFA;
- Agrupamento de Escolas Rainha Dona Leonor – AERDL; e
- Associação de Pais e Encarregados de Educação da Escola Básica n.º 24 – Bairro de São Miguel – APEEL.

Atividades / Destinatários:

- Todas as crianças inscritas no Jardim de Infância e no 1.º Ciclo da EB1/JI do Bairro de S. Miguel;
- Atividades por faixa etária e respetivos espaços:

Capoeira – 1.º ciclo – Exterior/Sala

- o A Capoeira é uma expressão cultural brasileira que mistura artes marciais, dança, música e acrobacias. Para as crianças, é apresentada de forma lúdica, com rodas, canções e movimentos corporais técnicos e simbólicos, trabalhando diversas dimensões do desenvolvimento da criança como: a coordenação, o equilíbrio, a agilidade e a força, a percepção rítmica musical em coletivo, o respeito e a valorização da diversidade cultural, a autoconfiança, a memória e a cooperação.

Guitarra – 1.º ciclo – Ginásio

- o A aprendizagem da guitarra permite às crianças desenvolverem memória auditiva e musical, sensibilidade artística e expressividade, trabalhando a coordenação, a motricidade fina e a memória auditiva. Promove também valores como a responsabilidade e a resiliência.

Teatro – 1.º ciclo – Sala

- o O Teatro é uma forma de expressão artística baseada na representação de personagens e histórias, que pode incluir improvisação, leitura de textos, encenação e expressão corporal. Promove o trabalho expressivo verbal e não verbal, dando ferramentas para a comunicação, para o trabalho em grupo e compreensão das emoções.

Ténis de mesa – 1.º ciclo – Exterior

- o O ténis de mesa pretende proporcionar aos alunos uma iniciação a uma modalidade desportiva que promove o desenvolvimento da coordenação motora, da concentração, da agilidade e da capacidade de reação. Promove também valores como a cooperação, fair-play e empatia.

Música em Percussão - 1.º ciclo – Sala

- o A Música em Percussão visa proporcionar aos alunos o contacto com os ritmos e instrumentos característicos do mundo percussivo (bombos, caixas e outros), promovendo a exploração de diferentes padrões rítmicos, o desenvolvimento da coordenação, expressão musical, escuta ativa e trabalho em grupo, estimulando a criatividade.

Tecno-Exploradores - Jardim de Infância + 1.º ciclo – Sala

- o Tecno-Exploradores é uma atividade em parceria com a escola de tecnologia *Robothink* que combina ciência, tecnologia, engenharia e matemática (STEM) através da construção e programação de robôs. Utiliza 'kits' educativos e 'software' apropriado à idade para promover o pensamento computacional, trabalho em equipa, resolução de problemas e desenvolvimento da criatividade

Parkour - 1.º ciclo – Exterior

- o O Parkour é uma modalidade desportiva que envolve deslocar-se de forma eficiente e fluida através de obstáculos, utilizando movimentos como correr, saltar, escalar e equilibrar-se. É praticado em ambientes urbanos ou controlados, com foco na coordenação e consciência corporal, no desenvolvimento de destreza e agilidade corporal e na superação de desafios físicos.

Judo – Jardim de Infância + 1.º ciclo – Ginásio

- o O Judo é uma arte marcial japonesa que trabalha diferentes técnicas a pares e corpo a corpo. É praticado de forma estruturada e segura, com ênfase na cooperação, no respeito mútuo, na disciplina e autocontrolo, trabalhando a coordenação motora, consciência corporal e equilíbrio, a confiança e a

autoestima, ajudando na resolução de conflitos e na gestão emocional das crianças.

Ginástica – Jardim de Infância + 1.º ciclo – Ginásio

- o A Ginástica tem como principal objetivo a continuação do desenvolvimento da Alfabetização Física, permitindo que as crianças se movam com confiança e eficiência, em qualquer ambiente que apresente um desafio físico. Exige uma combinação de precisão técnica, artística e de criatividade. É um desporto multidisciplinar e inclusivo, fundamental para a educação, para a diversão, competição e superação pessoal;

Música - Jardim de Infância – Sala

- o A música é uma atividade que pretende desenvolver a exploração de instrumentos, canto, expressão corporal e iniciação à linguagem musical, promovendo a sensibilidade artística, a escuta ativa e a criatividade.

Futebol - 1.º Ciclo - Exterior

- o Como complemento às aulas de AFD, a atividade Futebol centrar-se-á no enriquecimento pessoal da criança promovendo para além do ensino do futebol no campo prático e teórico, o incentivo e desenvolvimento de valores como o fair-play, espírito de equipa, integridade, compromisso, tolerância, confiança e hábitos de vida saudáveis. Realizada em parceria com a “Footalent Academy”.

Mini -Ténis - Jardim de Infância - Ginásio

- o O Mini-Ténis tem como objetivo proporcionar aos alunos uma iniciação à modalidade, através de uma abordagem lúdica, progressiva e adaptada à sua faixa etária. Ao longo das sessões, serão desenvolvidas competências fundamentais como a coordenação motora, o equilíbrio, a agilidade, a concentração e a orientação espacial, bem como a aprendizagem dos gestos técnicos básicos da modalidade. Simultaneamente, promove valores como o respeito pelas regras, a autonomia e a cooperação, contribuindo para a adoção.
- A escolha destas atividades prende-se com o interesse demonstrado pelas famílias em anos anteriores, workshops realizados em período de férias do ano anterior e acompanhamento próximo das necessidades e interesses das crianças;

- Com o intuito de manter a qualidade e a sustentabilidade, cada atividade terá um mínimo e máximo de participantes previsto da seguinte forma:

1º Ciclo

Atividade	n.º mínimo de alunos por grupo	n.º máximo de alunos por grupo
Capoeira	8	12
Ginástica	8	20
Futebol	8	14
Guitarra	8	12
Judo	8	26
Música	8	16
Parkour	8	12
Teatro	8	20
Tecno-Exploradores	8	12
Ténis de mesa	8	12
Música em Percussão	8	12

Jardim de Infância

Atividade	n.º mínimo de alunos por grupo	n.º máximo de alunos por grupo
Parkour	8	12
Ginástica	8	20
Tecno-exploradores	8	8
Mini-Ténis	8	12
Judo	8	26
Música	8	16

Pagamento:

- A APEEL cobrará mensalmente, aos respectivos Encarregados de Educação, o valor da participação de cada criança, por atividade, de acordo com o quadro infra, com exceção das crianças que se enquadrem no escalão A ou B da Ação Social Escolar, as quais estão isentas:

	1 aula por semana	2 aulas por semana da mesma atividade (disponível apenas para algumas atividades)
Com inscrição no CAF ou AAAF	20€/mês	30€/mês*
Sem inscrição no CAF ou AAAF	30€/mês	45€/mês*
Tecno-Exploradores c/CAF_AAAF (1h30m)	30€/mês	45€/mês
Tecno-Exploradores s/CAF_AAAF (1h30m)	45€/mês	67,50€/mês

- *disponível apenas para algumas atividades
- Sendo as atividades frequentadas por irmãos, os valores fixados para as mensalidades sofrem as seguintes reduções: para o 1.º irmão: 20%; para o 2.º irmão: 30%; para o 3.º irmão: 40%; para o 4.º irmão: 50%; para o 5.º irmão: 60%;

- O cancelamento de inscrição requer o aviso prévio de 1 mês, antes do fim de cada período letivo, relativamente à sua produção de efeitos.

Duração das atividades:

- A atividade Tecno-Exploradores terá a duração de 1 hora e 30 minutos, permitindo terminar um projeto em cada aula;
- Todas as outras atividades têm a duração total de 1 hora, sendo 15 minutos de preparação e 45 minutos de tempo útil de aula.

Local / Espaços:

- As atividades serão desenvolvidas dentro da Escola Básica do Bairro de São Miguel, de acordo com o definido pela AERDL;
- A APEEL assegurará a organização dos espaços, indicados pela AERDL, adequando-os à prática de cada atividade.

Materiais e Equipamentos:

Atividade	Assegurado pela Família	Assegurado pela Parceria
Capoeira	Roupa confortável e adequada para a prática da atividade	
Ginástica	Roupa confortável e adequada para a prática da atividade	Equipamento de prática de ginástica
Futebol	Roupa confortável e adequada para a prática da atividade	
Guitarra	Guitarra acústica, com cordas de nylon, tamanho adequado para a criança, apoio de pé	Pautas e outro material de apoio
Judo	Kimono (inclui cinto)	Colchões e diplomas
Música		Kits Orquestra Orff
Parkour	Roupa confortável e adequada para a prática da atividade	
Teatro	Roupa confortável e adequada para a prática da atividade	

Tecno-Exploradores		Kits e controladores robótica
Ténis	Roupa confortável e adequada para a prática da atividade	Redes, raquetes e bolas adequadas para a idade das crianças
Ténis de mesa	Raquete de Ténis de Mesa	Mesas de jogo, redes de jogo, bolas.
Música em Percussão		Bombos e caixas. Outros materiais necessários (quadros, fotocópias e instrumentos)

Inscrição:

- Será realizada em formulário próprio (distinto do formulário de inscrição nas CAF e AAAPF), disponibilizado no site da APEEL e via e-mail aos sócios da APEEL;
 - A inscrição tem a validade para o ano letivo completo, podendo ser solicitada a saída/desistência apenas no final de cada período letivo (meses: Dezembro, Março, Junho).
- Preenchidas as vagas, por atividades, serão as restantes priorizadas pela ordem de entrada do formulário e aguardarão em lista de espera.

Organização:

- A inscrição numa atividade possibilita a frequência da mesma, apenas no horário e espaço previsto;
- As crianças inscritas nestas atividades serão organizadas e levadas ao espaço/sala da atividade pela Equipa de Apoio, assim como acompanhadas até junto das famílias e/ou à CAF após o término das mesmas;
- As crianças participantes nestas atividades deverão ser recolhidas pelas famílias até um período de 10 minutos após o término da aula, sendo que ultrapassado este tempo, será cobrado o valor de 5 € por cada 30 minutos de atraso;
- No decorrer das pausas letivas, poderá existir adaptação dos horários destas atividades ou supressão das mesmas;
 - Todas as faltas (limitadas) deverão ser comunicadas com antecedência, por correio eletrónico para a APEEL, e devidamente justificadas.

Equipa / Pessoal:

- Com o objetivo de garantir a qualidade de todos os momentos e dinâmicas abrangidas na parceria, como sejam o acompanhamento das crianças, preparação e limpeza dos espaços, será necessário a colaboração de 3 recursos humanos para prestar apoio diário conforme quadro seguinte:

	Horário p/ dia	Valor Hora	Valor Diário
Monitora Auxiliar A	3 h	7 €	21 €
Monitora Auxiliar B	2h	7 €	14 €
Auxiliar de limpeza	2h	7 €	14 €
Total	7h		49 €

- A JFA suportará os custos, indicados no quadro supra, com os 3 colaboradores e em articulação com a APEEL;
- A APEEL responsabilizar-se-á pela contratação de todos os recursos humanos necessários por atividade e gestão de toda a equipa.