



# RELATÓRIO

## *Atividades Corfebol*

Época  
2024/2025

**ELABORADO POR**

*João Bigotte de Almeida*

**COM O APOIO DE:**



CÂMARA MUNICIPAL  
COIMBRA



CASP AE, IPSS, Coimbra Registo n.º89/00  
Instituição de Utilidade Pública

# INDICE



## **ENQUADRAMENTO**



## **OBJETIVOS**

OBJETIVO GERAL

OBJETIVOS ESPECÍFICOS



## **PRIMEIROS-PASSOS**



## **ATIVIDADES REALIZADAS 2024-2025**

NÃO PREVISTAS NO PROGRAMA DE DESENVOLVIMENTO  
DESPORTIVO



## **PARTICIPAÇÕES GERAIS E INDICADORES RESUMIDOS**



## **CONCLUSÃO**

# ENQUADRAMENTO

O Corf4All é um projeto desportivo desenvolvido no âmbito da Academia Desportiva do CASPAE, que tem como principal missão a promoção e dinamização da prática de corfebol na cidade de Coimbra. Assente em princípios de inclusão social, igualdade de género e promoção de estilos de vida saudáveis, o projeto procura envolver a comunidade local numa modalidade desportiva mista, educativa e acessível a todas as pessoas.

Através da realização de dois treinos semanais de participação livre e gratuita, o Corf4All pretende criar um espaço aberto à comunidade, onde todos possam experimentar e praticar corfebol, independentemente da idade, género ou nível de experiência. Neste contexto, o projeto visa não só fomentar a prática desportiva regular, como também contribuir para o desenvolvimento da primeira equipa de formação de corfebol da região centro.

O Corf4All constitui-se, assim, como uma resposta inovadora no panorama desportivo local, reforçando a oferta existente e incentivando a participação cívica e desportiva de forma inclusiva, equilibrada e sustentável.

O projeto teve uma duração de Outubro de 2024 a Junho de 2025.

## ENTIDADE PROMOTORA/GESTORA

Centro de Apoio Social de Pais e Amigos da Escola n.º 10 – CASPAE 10 (NIF 508229812)

## ENTIDADES PARCEIRAS

- Federação Portuguesa de Corfebol
- Câmara Municipal de Coimbra
- Agrupamento de Escolas da Eugénio de Castro

# OBJETIVO GERAL

O objetivo geral é fazer com que o corfebol ganhe raízes e nome em Coimbra, dando a conhecer esta modalidade a mais pessoas e promover valores como a inclusão, a saúde e o bem-estar.

Através da Academia Desportiva do CASPAE, queremos criar espaços e oportunidades onde toda a gente, independentemente da idade ou género, possa praticar desporto de forma saudável e divertida.

Assim, apresentar o corfebol como ferramenta para unir a comunidade, incentivar estilos de vida ativos e fomentar o espírito de equipa e igualdade.



# OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- ✔ Estabelecer dois treinos semanais de corfebol, acessíveis a todos, com o objetivo de criar um espaço regular de prática desportiva.
- ✔ Através dos treinos captar novos atletas para experimentarem a modalidade e dar assim a conhecer a mesma
- ✔ Desenvolvimento de uma aplicação móvel para aprendizagem do Corfebol
- ✔ Realizar campanhas de divulgação física em locais estratégicos, como escolas do ensino básico, secundário e Superior da região de Coimbra, para promover os treinos abertos e captar novos praticantes.
- ✔ Garantir que a equipa de corfebol mantém uma participação equilibrada de rapazes e raparigas, incentivando inclusão social e a igualdade de género na prática desportiva.



# PRIMEIROS PASSOS

Para dar início ao projecto Corf4All, o CASPAE solicitou a cedência do Pavilhão da Escola Básica Eugénio de Castro, de forma a garantir as condições logísticas necessárias para a realização dos treinos. A solicitação foi aprovada, tendo os parceiros acordado a realização de duas sessões semanais, às segundas e quintas-feiras, entre as 17h00 e as 18h00.

Ao longo do período de implementação, foram realizados um total de 40 treinos, direccionados a crianças e jovens da comunidade local. A participação foi gratuita, livre e aberta, promovendo a inclusão e a igualdade de oportunidades no acesso à prática desportiva.

O projecto registou um total de 228 participações, distribuídas por 15 participantes distintos, com idades compreendidas entre os 10 e os 12 anos. A adesão revelou uma significativa participação feminina, contribuindo para os objectivos de promoção da igualdade de género na prática desportiva.

INDICADOR	VALOR
TOTAL DE TREINOS REALIZADOS	40
DIAS DE TREINO	2ª E 5ª FEIRAS
HORÁRIO	17H00 - 18H00
LOCAL	ESCOLA EUGÉNIO DE CASTRO
TOTAL DE PARTICIPAÇÕES	226
PARTICIPAÇÕES FEMININAS	174
PARTICIPAÇÕES MASCULINAS	52
PARTICIPANTES DISTINTOS	15
FAIXA ETÁRIA	10-12 ANOS

TABELA 1: RESUMO DA PARTICIPAÇÃO NOS TREINOS

## ANÁLISE DE PARTICIPAÇÃO

Com base no registo de 226 participações ao longo dos 40 treinos realizados, foi possível apurar os seguintes indicadores estatísticos relativos à adesão e envolvimento dos participantes.

### ✓ Participação Média por Sessão

Dividindo o número total de participações (226) pelo número de treinos realizados (40), obtém-se uma média de 5,65 participantes por sessão.

### ✓ Participação por Género

Dividindo o número total de participações (226) pelo número de participantes, podemos reparar que 77% das participações foram femininas e 23% masculinas.

GÉNERO	Nº PARTICIPAÇÕES	PERCENTAGEM
FEMININO	174	77%
MASCULINO	52	23%
<b>TOTAL</b>	<b>226</b>	<b>100%</b>

TABELA 2: PARTICIPAÇÃO POR GÉNERO

A participação feminina foi significativamente superior, o que demonstra o impacto positivo do projecto na promoção da igualdade de género e na valorização da participação das raparigas na prática desportiva.

## ANÁLISE DE PARTICIPAÇÃO

### **Frequência Média por Participante**

Considerando um total de 15 participantes distintos ao longo do projeto, a frequência média por participante foi calculada dividindo as 226 participações por esses 15 participantes únicos, resultando numa média de 15,1 sessões por participante.

Este valor revela uma boa taxa de assiduidade, demonstrando o interesse e o envolvimento continuado das crianças nas sessões semanais.

### **Faixa Etária dos Participantes**

Todos os participantes integravam a faixa etária dos 10 aos 12 anos, alinhando-se com o público-alvo previamente definido no planeamento do projeto.

Esta fase do desenvolvimento infantil é particularmente importante para o fortalecimento de competências motoras, cognitivas e sociais. A prática do corfebol, enquanto modalidade desportiva mista, cooperativa e inclusiva, contribui de forma significativa para esse desenvolvimento. Para além de estimular a coordenação motora, a agilidade e o controlo do corpo em movimento, o corfebol promove também a tomada de decisões rápidas, o pensamento estratégico e a resolução de problemas em contexto de grupo. Simultaneamente, incentiva valores fundamentais como o respeito pelo outro, a igualdade de género, a cooperação e a comunicação eficaz, reforçando as dimensões social e emocional dos participantes num ambiente saudável, seguro e motivador.

# 2024-2025

## ATIVIDADES REALIZADAS

### NÃO PREVISTAS NO PROGRAMA DE DESENVOLVIMENTO DESPORTIVO

No sentido de cumprir os objetivos específicos do projeto, foram dinamizadas ações adicionais de divulgação e demonstração de corfebol em contexto escolar, comunitário e prisional. Estas iniciativas alargaram o raio de influência do Corf4All, chegando a públicos com menor acesso à prática desportiva regular.



#### Ações de Divulgação nas Escolas

Escola	Data	Total	Feminino	Masculino	N. Saúde Esp.	Migrantes
EB1 São Martinho	12-03-2025	32	18	14	-	-
EB1 B. Norton Matos	13-03-2025	17	10	7	1	-
EB1 Esp. Santo Touregas	19-03-2025	23	10	13	3	-
EB1 Fala	19-03-2025	17	10	7	1	-
EB1 Areeiro	20-03-2025	14	8	6	-	-
EB1 Coselhas	26-03-2025	22	13	9	-	-
EB1 Solum	28-03-2025	17	7	10	-	1
EB1 B. Norton Matos	15-04-2025	64	31	33	11	6
EB1 Solum Sul	17-04-2025	33	19	14	1	1
EB1 Póvoa S. Martinho	21-04-2025	29	16	13	2	-
<b>Subtotal Escolas</b>		<b>268</b>	<b>142</b>	<b>126</b>	<b>19</b>	<b>8</b>

TABELA 3: AÇÕES DIVULGAÇÃO ESCOLAS

## **Ações de Divulgação nas Escolas**

As ações de divulgação realizadas em escolas do 1.º ciclo do ensino básico abrangeram um total de 268 crianças com idades compreendidas entre os 8 e os 11 anos, faixa etária considerada ideal para a promoção de competências motoras, sociais e cognitivas através da prática do corfebol.

Do total de participantes, 142 eram do género feminino (53%) e 126 do género masculino (47%), o que evidencia um equilíbrio positivo entre géneros, promovendo a igualdade e a participação inclusiva – um dos princípios fundamentais da modalidade.

Importa ainda destacar a participação de 19 crianças com Necessidades de Saúde Especiais (NSE) e 8 crianças migrantes (MIG), mostra que foram alcançados grupos habitualmente menos representados no desporto formal.

Estas ações revelaram-se eficazes na promoção e sensibilização para o corfebol, despertando o interesse das crianças e das escolas para a prática da modalidade num ambiente lúdico e educativo.

# 2024-2025

## ATIVIDADES REALIZADAS

NÃO PREVISTAS NO PROGRAMA DE DESENVOLVIMENTO  
DESPORTIVO



### Ações Especiais – Centro Educativo e Estabelecimentos Prisionais

Local	Data	Total	Fem.	Masc.	Min. Étn.	Mig.	Priv. Libe.	f. Etária
Centro Educativo dos Olivais	10-04-2025	10	-	10	3	2	10	15-18
Estab. Prisional (Acção 1)	16-04-2025	8	-	8	-	-	8	28-63
Estab. Prisional (Acção 2)	03-05-2025	26	17 crianças	9	-	-	9	2-63
<b>Subtotal Especiais</b>		<b>44</b>	<b>-</b>	<b>27*</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>27</b>	<b>—</b>

TABELA 4: AÇÕES ESPECIAIS



## Ações Especiais – Centro Educativo e Estabelecimentos Prisionais

Foram realizadas três ações de caráter especial com públicos diferenciados:

- ✔ Centro Educativo dos Olivais: contou com 10 jovens entre os 15 e os 18 anos, todos do género masculino, incluindo 3 de minoria étnica, 2 migrantes e 10 em situação de privação de liberdade (PL). Esta ação foi essencial para reforçar a inclusão social de jovens em situação de vulnerabilidade, através de um desporto que obriga ao trabalho de equipa.
- ✔ Estabelecimento Prisional – 1.ª ação (16/04/2025): envolveu 8 participantes masculinos entre os 28 e os 63 anos, todos em situação de privação de liberdade. Esta iniciativa promoveu a atividade física, o espírito de equipa e a autoestima, valorizando o desporto como ferramenta de reabilitação.
- ✔ Estabelecimento Prisional – 2.ª ação (03/05/2025): participaram 9 homens em privação de liberdade (28-63 anos) e 17 crianças de ambos os sexos com idades entre os 2 e os 16 anos, reforçando o caráter intergeracional, familiar e comunitário da prática desportiva.

Estas ações demonstram o compromisso do projeto com a integração social, abrindo espaços de prática desportiva para públicos que, habitualmente, não são abrangidos por programas regulares. Dando uso ao nome, corfebol para todos.

# 2024-2025

## ATIVIDADES REALIZADAS

*NÃO PREVISTAS NO PROGRAMA DE DESENVOLVIMENTO DESPORTIVO*



### Eventos de Competição – Torneios

Evento	Data	Total	Feminino	Masculino	Faixa etária
Torneio Inter-Turmas	14-10-2024	191	56	60	10-12
II Torneio Distrital Inter-Escolas	31-05-2025	111	-	-	10-12
<b>Subtotal Torneios</b>		<b>302</b>	<b>56</b>	<b>60</b>	—

TABELA 5: EVENTOS TORNEIOS



## Eventos de Competição – Torneios

Foram organizados dois torneios competitivos:

- ✓ II Torneio Interturmas (14/10/2024), com 191 participantes, dos quais 56 eram do género feminino e 60 do masculino. Apesar de não terem sido registados todos os géneros, a elevada participação confirma o sucesso da dinamização da modalidade nas escolas.
- ✓ II Torneio Distrital Interescolas (31/05/2025), com 111 participantes, teve como objetivo consolidar a prática do corfebol entre várias escolas e promover a competição saudável. Neste evento não foram registadas distinções de género ou características específicas.

Ambos os torneios envolveram crianças entre os 10 e os 12 anos, faixa etária crítica para o desenvolvimento de competências de cooperação e respeito pela diferença, características centrais da modalidade.



# 2024-2025

## PARTICIPAÇÕES GERAIS E INDICADORES RESUMIDOS

Categoria	Nº	% do total (614)
<b>Total de participantes</b>	<b>614</b>	<b>100%</b>
Feminino (F)	198	32,20%
Masculino (M)	213	34,70%
Sem registo de género	203	33,10%
Necessidades de Saúde Especiais (NSE)	20	3,30%
Migrantes (MIG)	10	1,60%
Minoria Étnica (ME)	3	0,50%
Privação de Liberdade (PL)	27	4,40%

TABELA 6: GERAL DE PARTICIPAÇÃO

Indicador	Valor	Nota
Nº total de sessões/ações	15	10 escolas + 3 especiais + 2 torneios
<b>Participação média por sessão</b>	<b>40,9</b>	614 ÷ 15
Faixa etária dominante (escolas)	8 - 11 anos	média ≈ 9,5
Faixa etária torneios	10 - 12 anos	média ≈ 11
Faixa etária Centro Educativo	15 - 18 anos	média ≈ 16,5
Faixa etária prisional	28 - 63 anos	média ≈ 45

TABELA 7: INDICADORES RESUMIDOS

## Participações gerais e indicadores resumidos

Ao longo das diversas ações e eventos do projeto Corf4All, foi possível alcançar um total de 614 participantes, com uma participação equilibrada entre os géneros (32,2% feminino, 34,7% masculino) e uma fatia significativa de participantes cujos géneros não foram registados (33,1%), sobretudo em eventos mais amplos como os torneios.

Excluindo as ações especiais (Centro Educativo dos Olivais e Estabelecimentos Prisionais), e considerando apenas os registos de género das ações de divulgação nas escolas e dos torneios, temos um total de 51,6% de participações femininas e 48,4% de participações masculinas.

Destacam-se ainda:

- ✓ 20 participantes com Necessidades de Saúde Especiais (3,3%)
- ✓ 10 participantes migrantes (1,6%)
- ✓ 3 pertencentes a minorias étnicas (0,5%)
- ✓ 27 participantes em situação de privação de liberdade (4,4%)

A média de participação por sessão foi de 40,9 pessoas, com diferentes faixas etárias, desde crianças de 8 anos a adultos com mais de 60 anos. Esta diversidade reforça o caráter inclusivo e intergeracional do projeto, bem como o potencial do corfebol como veículo de educação, inclusão e cidadania ativa.

# CONCLUSÃO

O projeto Corf4All revelou-se uma iniciativa com impacto real na promoção da prática desportiva inclusiva, utilizando o corfebol como ferramenta educativa, social e comunitária. Ao longo do seu desenvolvimento, foram dinamizados treinos regulares, ações de divulgação em contexto escolar, torneios e atividades especiais em ambientes socialmente vulneráveis, alcançando uma diversidade significativa de participantes, com diferentes idades e contextos.

A forte adesão às sessões de treino e às ações nas escolas do 1.º ciclo demonstrou não só o interesse crescente pela modalidade, como também a sua eficácia enquanto prática desportiva acessível e promotora da igualdade de género, com uma distribuição equilibrada entre participantes do género feminino e masculino. Destaca-se também o envolvimento de crianças com necessidades de saúde especiais, participantes migrantes e adultos em situação de privação de liberdade, reforçando o carácter inclusivo e comunitário do projeto.

Contudo, importa referir que não foi possível concretizar uma das metas inicialmente previstas: o desenvolvimento da aplicação móvel beta dedicada ao corfebol. A falta de apoio financeiro para os recursos humanos com competências técnicas específicas impediu a sua implementação dentro dos prazos e condições definidos para esta edição do projeto.

Ainda assim, o Corf4All cumpriu os seus principais objetivos, criando bases sólidas para a continuidade e consolidação da prática do corfebol na cidade de Coimbra. A articulação entre escolas, instituições, técnicos e participantes permitiu construir uma experiência enriquecedora e duradoura, com potencial de crescimento e replicação, contribuindo ativamente para a promoção de estilos de vida saudáveis, da inclusão social e do desenvolvimento integral dos jovens e da comunidade em geral.





**ACADEMIA  
DESPORTIVA**  
*CORFEBOL*

Promotor



**2025**