

Atividades Extracurriculares

Colégio da Trofa

Juntos aprendemos
mais e melhor!



Atividades Extracurriculares

2025/2026

As Atividades Extracurriculares (AEC) disponibilizadas pelo Colégio da Trofa apresentam uma natureza lúdica, formativa e cultural que incide, nomeadamente, nos domínios desportivo, artístico, científico e tecnológico, com o objetivo de incrementar as competências dos nossos alunos nestes domínios.

Estas atividades são um complemento do currículo, de caráter facultativo, que permitem, em articulação com as famílias, garantir uma ocupação adequada dos tempos não letivos.

Para o ano letivo 2025/2026, estão disponíveis as seguintes AEC para os alunos do Colégio da Trofa:

LANGUAGE SCHOOL - CAMBRIDGE

DUAL DIPLOMA - ACADEMICA INTERNATIONAL STUDIES

CLUBE DE XADREZ

JUDO

BALLET

TAG RUGBY

MÚSICA (aula individual ou de grupo)

ACADEMIA DE ROBÓTICA I E II

NATAÇÃO

ANDEBOL

LITTLE DRAGONS - DRAGON FORCE

ACADEMIA DE DESPORTO DO COLÉGIO DA TROFA (Patinagem e Padel)

CLUBE DE DEBATE

ALOHA

Condições gerais de frequência:

- A admissão às AEC será efetuada por ordem de inscrição dentro do limite considerado para cada atividade;
- Os horários apresentados poderão sofrer alterações;
- As atividades decorrerão durante o período letivo, não sendo estas asseguradas durante as interrupções letivas;
- A inscrição nas AEC (exceto Dual Diploma) será sempre efetuada por um período trimestral, sendo renovada automaticamente findo esse período;
- Os valores a liquidar serão faturados conjuntamente com as prestações mensais relativas ao mês seguinte à inscrição na AEC;
- A eventual anulação da inscrição (não renovação) nas atividades deverá ser comunicada com, pelo menos, 15 dias de antecedência do final do período contratado, não havendo lugar a reembolso;
- As inscrições nas AEC são efetuadas através do formulário partilhado.



Enquadramento da Atividade

O mundo global e multilíngue exige a aprendizagem de línguas estrangeiras, com especial enfoque no **Inglês**, integrando as competências-chave definidas no Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória, pelo que a Escola de Línguas se assume como uma mais-valia para o crescimento pessoal e académico dos nossos alunos. O desenvolvimento das competências de comunicação e interação com o outro, a crescente proficiência, bem como os almejados momentos de certificação são certamente poderosos alicerces para um futuro de sucesso.

Destinatários, horário e local

MODALIDADE	DESTINATÁRIOS	HORÁRIOS	FREQUÊNCIA
Cambridge Starters	1.º CEB	A definir	1h30 Semana ⁽¹⁾
Cambridge Movers e Flyers	1.º e 2.º CEB		1h30 Semana ⁽¹⁾
Cambridge Ket	3.º CEB		2h00 Semana ⁽²⁾
First Advanced	10.º, 11.º e 12.º anos		2h30 Semana ⁽³⁾

Preço

Inscrição: 20€

⁽¹⁾ Frequência (mensal): 38€

⁽²⁾ Frequência (mensal): 44€

⁽³⁾ Frequência (mensal): 62€

Responsável pela coordenação da atividade

Cristina Baptista

Responsável por lecionar a atividade

Departamento de Línguas

Outras condições de frequência

- Número mínimo de alunos por turma: 8 alunos
- Início da atividade: data a definir
- Teste de posicionamento necessário para enquadramento no nível



**Cambridge
Assessment
English**



02 DUAL DIPLOMA

Enquadramento da Atividade

Criado e desenvolvido pela [Academica Corporation](#), o [Diploma Dual](#) é o programa oficial de equivalência internacional de diplomas de Ensino Secundário que permite aos alunos obter dois diplomas em simultâneo: o do seu país e o American High School Diploma.

Quando finalizam os seus estudos, os alunos do Diploma Dual alcançam exatamente a mesma certificação que os alunos norte-americanos ao finalizar o High School, que será reconhecida em todas as Universidades do Mundo.

Serão destinatários da atividade os alunos do 9.º, 10.º e 11.º anos.

Desafios da proposta de estudos:

- Imersão linguística;
- Imersão tecnológica;
- Desenvolvimento pessoal e social

Para além do desenvolvimento da proficiência na língua inglesa, o programa Diploma Dual proporciona aos seus alunos um elevado nível de autonomia e organização pessoal e um avançado nível da literacia digital.

Para mais informações detalhadas acerca deste programa, deverá consultar o regulamento próprio.

As inscrições decorrem de maio a julho.

Responsável pela coordenação da atividade

Cristina Baptista

Responsável por lecionar a atividade

Academica International Studies



ACADEMICA
INTERNATIONAL
STUDIES



Diploma



Garantia

03 CLUBE DE XADREZ

Enquadramento da Atividade

O **Xadrez** oferece benefícios que vão muito além do jogo. Estimula o raciocínio lógico, a concentração e a tomada de decisões, ajudando a criança a planear e antecipar consequências. Além disso, promove habilidades socioemocionais, como a paciência, a resiliência, o respeito pelas regras e pelo outro. A prática regular do xadrez pode contribuir para melhorar o desempenho escolar, especialmente em disciplinas como matemática e leitura, tornando-se um aliado valioso na formação intelectual e emocional das crianças.

Destinatários, horário e local

DESTINATÁRIOS	HORÁRIOS	FREQUÊNCIA
1.º CEB (1.º e 2.º anos) (curricular e gratuito)	Consultar horário do aluno	1 x Semana
1.º CEB (3.º e 4.º anos) e 2.º CEB	Quinta-feira (a definir)	

Preço

Inscrição: 20€

Frequência (mensal): 30€

Responsável pela coordenação da atividade

Cláudia Matos

Responsável por lecionar a atividade

Carlos Novais

Outras condições de frequência

- Número mínimo de alunos por turma: 10 alunos



04 JUDO

Enquadramento da Atividade

Entre os muitos benefícios do **Judo**, destaca-se o desenvolvimento do equilíbrio, da saúde física, da concentração e autoconfiança, resultando na melhoria do desempenho nas atividades escolares e da performance desportiva.

Destinatários, horário e local

DESTINATÁRIOS	HORÁRIOS	FREQUÊNCIA
Pré-escolar	Terça-feira: 15h45 às 16h30	1 x Semana
1.º e 2.º CEB	Terça-feira: 16h45 às 17h30	

Preço

Inscrição: 20€

Frequência (mensal): 44€

Responsável pela coordenação da atividade

Cláudia Matos

Responsável por lecionar a atividade

Rui Macedo

Outras condições de frequência

- Número mínimo de alunos por turma: 10 alunos



05 BALLET

Enquadramento da Atividade

A atividade física tem uma forte influência na saúde e no bem-estar em geral. Entre os muitos benefícios do Ballet, destaca-se o desenvolvimento da coordenação motora, postura, flexibilidade, concentração e autoconfiança, resultando na melhoria do desempenho nas atividades escolares e da performance desportiva.

Destinatários, horário e local

DESTINATÁRIOS	HORÁRIOS	FREQUÊNCIA
Pré-escolar	Sexta-feira: 15h45 às 16h30	1 x Semana
1.º CEB	Sexta-feira: 16h45 às 17h30	

Preço

Inscrição: 20€

Frequência (mensal): 37€

Responsável pela coordenação da atividade

Cláudia Matos

Responsável por lecionar a atividade

Escola Passos de Dança

Outras condições de frequência

- Número mínimo de alunos por turma: 4 alunos



06 TAG RUGBY

Enquadramento da Atividade

A atividade física tem uma forte influência na saúde e no bem-estar em geral. Entre os muitos benefícios do **Tag Rugby**, destaca-se o desenvolvimento do equilíbrio, da saúde física, da concentração e autoconfiança, resultando na melhoria do desempenho nas atividades escolares e da performance desportiva.

Destinatários, horário e local

DESTINATÁRIOS	HORÁRIOS	FREQUÊNCIA
Pré-escolar	Segunda-feira: 15h30 às 16h15	1 x Semana
1.º CEB	Segunda-feira: 16h30 às 17h15	

Preço

Inscrição: 20€

Frequência (mensal): 40€

Responsável pela coordenação da atividade

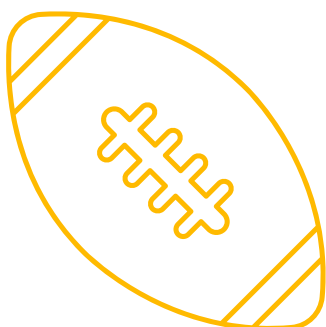
Cláudia Matos

Responsável por lecionar da atividade

Francisco Fragateiro

Outras condições de frequência

- Número mínimo de alunos por turma: 8 alunos



07 MÚSICA

Enquadramento da Atividade

A **Música** tem uma forte influência na saúde e no bem-estar em geral. A musicalização é fundamental para o desenvolvimento cognitivo, linguístico e social das crianças e jovens. Para além de estimular a criatividade, a capacidade rítmica e a coordenação dos movimentos, a música favorece o equilíbrio emocional, promove o desempenho escolar, desenvolve a socialização, a coordenação motora, promove a disciplina e a autonomia.

Destinatários, horário e local

DESTINATÁRIOS	HORÁRIOS	FREQUÊNCIA
Pré-escolar (5 anos)	A definir	1 x Semana
1.º, 2.º e 3.º CEB		

*Flauta transversal, clarinete, saxofone, piano e guitarra clássica

Preço

Inscrição: 20€

Frequência - aula de grupo (mensal): 57€

Frequência - aula individual (mensal): 130€

Responsável por coordenar e lecionar a atividade

António Vidal



08 ROBÓTICA I & ROBÓTICA II

Enquadramento da Atividade

A [Academia de Robótica](#) é um projeto educativo na área da robótica que pretende despertar nos jovens o interesse pelas áreas da Ciência, Tecnologia, Engenharia e Matemática, de uma forma lúdica e pedagógica.

Apresentação da academia [aqui](#).

Destinatários, horário e local

NÍVEL	DESTINATÁRIOS	HORÁRIOS	FREQUÊNCIA
Nível I	1.º CEB (a partir do 3.º ano), 2.º CEB, 3.º CEB e Secundário	Quinta-feira: a definir	1 x Semana
Nível II	1.º CEB (a partir do 4.º ano), 2.º e 3.º CEB e Secundário		

Preço

Inscrição: 20€

Frequência (mensal): 45€

Responsável pela coordenação da atividade

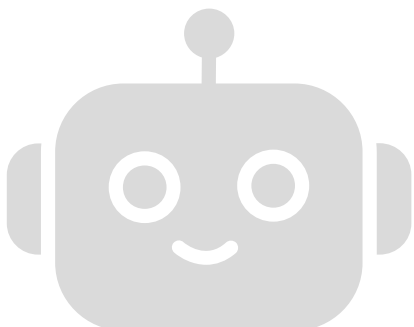
Cláudia Matos

Responsável por lecionar a atividade

André Dias, Doutoramento em Engenharia Eletrotécnica e de Computadores na área da Robótica, Professor Adjunto no Instituto Superior de Engenharia do Porto, Investigador Sénior na unidade de robótica do INESC TEC.

Outras condições de frequência

- Número mínimo de alunos por turma: 10 alunos
- Os kits Nível I (85€) e Nível II (70€) terão de ser adquiridos pelos alunos



09 NATAÇÃO

Enquadramento da Atividade

A atividade física tem uma forte influência na saúde e no bem-estar em geral. Entre os muitos benefícios da **Natação**, destaca-se o desenvolvimento da postura e flexibilidade, das capacidades respiratórias, da melhoria do desempenho nas atividades escolares e da performance desportiva.

Destinatários, horário e local

DESTINATÁRIOS	HORÁRIOS	FREQUÊNCIA
Pré-escolar (curricular e gratuito)	Consultar horário do aluno	1 x Semana
1.º CEB	Quarta-feira: 17h00 às 18h00	

Preço

Inscrição: 20€

Frequência - aula de grupo (mensal): 45€

Responsável pela coordenação da atividade

Cláudia Matos

Responsável por lecionar a atividade

Aquaplace - Academia Municipal da Trofa

Outras condições de frequência

- As aulas de natação serão realizadas no Aquaplace - Academia Municipal da Trofa, sendo o transporte dos alunos assegurado pelo Colégio (sujeito a limite de capacidade)
- Equipamento: Fato de banho/calção, touca, chinelos e toalha



Enquadramento da Atividade

Entre os muitos benefícios do [Andebol](#), destaca-se o desenvolvimento das capacidades físicas e das relações de cooperação, colaboração e interajuda.

Destinatários, horário e local

DESTINATÁRIOS	HORÁRIOS	FREQUÊNCIA
1.º e 2.º CEB	A definir	1 x Semana

Preço

Inscrição: 20€

Frequência (mensal): 20€

Responsável pela coordenação da atividade

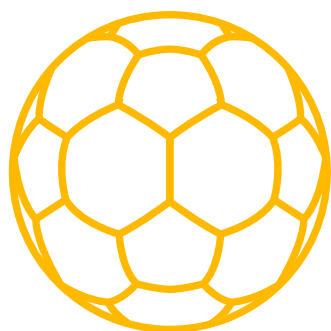
Cláudia Matos

Responsável pela coordenação da atividade

Ginásio Clube de Santo Tirso

Outras condições de frequência

- Número mínimo de alunos por turma: 10 alunos



11 LITTLE DRAGONS - DRAGON FORCE

Enquadramento da Atividade

O projeto [Dragon Force](#) integra diferentes áreas educativas como hábitos saudáveis, psicologia, cidadania e ambiente. Define como principais objetivos fomentar o desporto nos colégios, ajudar a desenvolver a destreza e coordenação motora; promover hábitos saudáveis: desenvolver a responsabilidade, a cooperação e o espírito de equipa, bem como identificar talento e desenvolvê-lo.

Para mais informações, poderá consultar o folheto informativo [aqui](#).

Destinatários, horário e local

DESTINATÁRIO	HORÁRIOS	FREQUÊNCIA
Raíz Iniciação (Pré-escolar)	Quarta-feira e/ou Sexta-Feira: 15h30	1 x Semana ou 2 x Semana
Básico Intermédio (1.º CEB)	Quarta-feira e/ou Sexta-feira: 16h30	
Avançado Expert (2.º e 3.º CEB)	Quarta-feira e/ou Sexta-feira: 17h30	

Preço

Inscrição: 30€

Renovação: 20€

Frequência - 1 x Semana (mensal): 35€

Frequência - 2 x Semana (mensal): 50€

Responsável pela coordenação da atividade

Cláudia Matos

Responsável por lecionar a atividade

Pedro Silva

Outras condições de frequência

- Número mínimo de alunos por turma: 6 alunos
- Kit: 60€



Enquadramento da Atividade

A **Patinagem** é uma atividade completa que oferece inúmeros benefícios para o desenvolvimento físico e mental da criança. Desenvolve capacidades como o equilíbrio e a coordenação motora, aumenta a força, a resistência e a flexibilidade, promovendo a autoconfiança, capacidade de concentração e socialização.

O **Padel** é um desporto de raquete, divertido, jogado a pares, promotor da aquisição de habilidades motoras. Contribui positivamente para o desenvolvimento de competências de estratégia, colaboração e interação com o outro.

Destinatários, horário e local

MODALIDADE	DESTINATÁRIO	HORÁRIOS	FREQUÊNCIA
Patinagem	1.º, 2.º e 3.º CEB	A definir	1 x Semana
Padel	1.º, 2.º e 3.º CEB		

Preço

Inscrição: 20€

Patinagem - Frequência (mensal): 20€

Padel - Frequência (mensal): 30€

Responsável pela coordenação da atividade

Rúben Carola

Responsáveis por lecionar a atividade

Departamento de Expressões

Outras condições de frequência

Número mínimo de alunos:

- Patinagem:
 - Número mínimo: 10 alunos
- Padel:
 - Número mínimo: 6 alunos



13 CLUBE DE DEBATE

Enquadramento da Atividade

O **Clube de Debate** é um projeto que visa promover a reflexão sobre temas da atualidade, desenvolvendo a capacidade de dialogar, questionar e as competências no domínio da argumentação.

Destinatários, horário e local

DESTINATÁRIOS	HORÁRIOS	FREQUÊNCIA
1.º CEB (3.º e 4.º anos) e 2.º CEB	A definir	1 x Semana

Preço

Inscrição: 20€

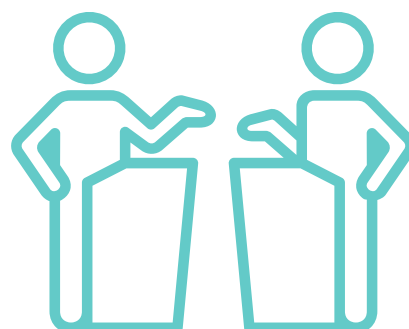
Frequência (mensal): Gratuito

Responsável pela coordenação da atividade

Cláudia Matos

Responsável por lecionar a atividade

Serviço de Psicologia e Orientação



Enquadramento da Atividade

O ALOHA é um programa internacional com mais de 30 anos de experiência, presente em cerca de 40 países. Destinado a crianças dos 3 aos 13 anos, promove competências como atenção, concentração, memória, raciocínio lógico e cálculo mental, através de:

- Resolução de operações matemáticas com velocidade e precisão;
- Capacidade de se concentrar e prestar atenção e manter o foco;
- Criatividade e capacidade de visualização;
- Memória fotográfica e orientação espacial;
- Autoconfiança;
- Habilidades analíticas.

É uma atividade complementar que contribui para o sucesso académico e pessoal, respeitando o ritmo individual e valorizando o potencial de cada aluno

Para mais informações, poderá consultar o folheto informativo [aqui](#).

Destinatários, horário e local

DESTINATÁRIOS	HORÁRIOS	FREQUÊNCIA
Pré-escolar	A definir	2 x Semana
1.º CEB		

Preço

Inscrição: 60€
Renovação: 40€
Frequência (mensal): 45€

Responsável pela coordenação da atividade

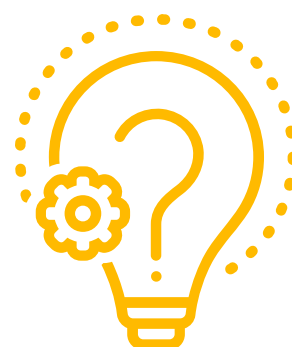
Cláudia Matos

Responsáveis por lecionar a atividade

A definir

Outras condições de frequência

- Número mínimo de alunos por turma: 20 alunos
- Os kits apresentam um custo de 60€ (inscrição)



Colégio da Trofa

Grupo Ribadouro

Contactos

Serviços administrativos:

Secretaria: secretaria@colegiodatrofa.com

Contacto telefónico:

Telefone: (+351) 252 412 360

Juntos aprendemos mais e melhor!

