



- Ficha Projeto - Criação de uma Quadra Basquetebol 3x3



Sal Rei, 05 de fevereiro de 2026



/ Domingos Fernandes Monteiro Lobo /



Índice

| | |
|---|----|
| 1. <i>Enquadramento</i> | 3 |
| 2. <i>Introdução</i> | 4 |
| 3. <i>Breve historial da participação da ESBV nas competições nacionais e regionais</i> | 4 |
| 6. <i>Objetivos e Justificação do projeto</i> | 11 |
| 7. <i>Localização do do Projeto</i> | 13 |
| 8. <i>Público-alvo:</i> | 14 |
| 9. <i>Especificações Técnicas (Padrão FIVB)</i> | 14 |
| 10. <i>Etapas de Execução</i> | 15 |
| 5. <i>Recursos Necessários</i> | 16 |
| 6. <i>Estimativa/ Orçamento</i> | 16 |
| 7. <i>Eventuais Parceiros</i> | 16 |



Ficha de Projeto: Quadra de Basquetebol 3X3 ESBV

1. Enquadramento

Boa Vista é uma ilha do grupo do Barlavento de Cabo Verde, é a que se situa mais a Leste, sendo assim, a ilha mais próxima do Continente Africano. A sua superfície é de 620 Km². O seu maior comprimento é de 31 Km e a sua maior largura é de 29 Km. Ela é deste modo, depois das ilhas de Santiago e Santo Antão a terceira maior ilha do arquipélago. Segundo o censo 2021, apresenta uma população de 12.613 habitantes.

Sistema educativo da ilha

Ela possui apenas uma Delegação do Ministério da Educação, subdividido em três agrupamentos: Agrupamento I (todas as escolas da Cidade Sal-Rei e Bafareira), Agrupamento II (comunidade da Zona Norte) e Agrupamento III (Rabil, Povoação Velha e Estancia de Baixa).

Agrupamento I da Boa Vista

O **Agrupamento I da Boa Vista** assume-se como uma instituição central no desenvolvimento educativo e social da ilha, destacando-se pela sua dimensão e pelo compromisso com a formação integral dos seus alunos. Atualmente, a nossa comunidade educativa é composta por Unidades de Ensino com 5 estabelecimentos, sendo 4 Escolas Básicas e 1 Escola Secundária.

População Estudantil: o agrupamento tem um universo de 2.692 alunos ativos, o que representa uma massa crítica significativa e uma responsabilidade acrescida na oferta de infraestruturas de qualidade.

Este Agrupamento com sede na ESBV é dirigido por uma equipa diretiva constituída por um Diretor, dois Subdiretores Pedagógicas (um para o secundário e outro para o ensino básico), um Subdiretor Administrativo e Financeiro, uma Subdiretora para Assuntos Sociais e uma Secretária. Além desses, o agrupamento conta com a colaboração dos responsáveis das escolas



básicas (Escola Básica Carla Lima, Escola Nova e a Escola Básica de Bofareira e Escola Básica do Bairro de Boa Esperança).

2. Introdução

O basquetebol 3×3 tem se consolidado como uma modalidade desportiva popular, especialmente após sua inclusão nos jogos Olímpicos de Tóquio 2020. Essa versão reduzida do basquetebol tradicional oferece uma abordagem dinâmica e acessível para os praticantes, além de permitir que mais pessoas se envolvam com a modalidade. Sua implementação nas escolas pode ter um impacto significativo no desenvolvimento físico, social e emocional dos alunos.

Este projeto, tenciona introduzir o basquetebol 3×3 na instituição do ensino e os benefícios que essa modalidade pode proporcionar, os desafios enfrentados e as estratégias para sua implementação eficaz.

Trata-se de construção de uma quadra de 15m/11m, na escola Secundaria da Boa Vista, orçamentado num valor **1.038.500.00 (um milhão e trinta e oito mil e quinhentos escudos)**.

3. Breve historial da participação da ESBV nas competições nacionais e regionais

A equipa de **Basquetebol 3x3** da Escola Secundária da Boavista integra o programa de Desporto Escolar da instituição e participa nas **Olimpíadas do Desporto Escolar**, promovidas pelo **Instituto do Desporto e da Juventude**, assumindo-se como uma iniciativa de relevante valor educativo, formativo e social.

A participação nas Olimpíadas do Desporto Escolar visa promover a prática desportiva organizada, incentivar estilos de vida ativos e saudáveis e reforçar valores essenciais como o espírito de equipa, a responsabilidade, a disciplina, o respeito pelas regras, pelos adversários e pelos árbitros, bem como o fair play.

A equipa de **Basquetebol 3x3** da Escola Secundária da Boavista, no âmbito das Olimpíadas do Desporto Escolar, nas últimas três edições, vem participando com empenho, ética e compromisso, refletindo os valores educativos defendidos pelo Instituto do Desporto e da Juventude e pela comunidade escolar.



REPÚBLICA DE CABO VERDE
AGRUPAMENTO 1 – ESCOLA SECUNDÁRIA DE BOA VISTA
Telefone: 2511245 – Email: escolasecundariabv@gmail.com

No ano 2023 foi realizada a primeira edição na cidade capital do país (Praia).



Figura 2- Equipa de Basquetebol 3x3 Masculino e Feminino sub16 da Escola Secundária da Boavista (ODE Cidade da Praia 2023)

A escola participou com duas equipas (2) compostas por oito atletas (8), sendo uma equipa feminino e outra equipa masculino, quarto (4) atletas masculinos e quarto (4) atletas femininos.

Foi a primeira experiência, teve um impacto positivo, onde motivou os jovens atletas na prática da modalidade basquetebol. Dando início a uma nova geração de atletas e praticantes de basquetebol ao nível regional e nacional, impulsionando a realização do primeiro campeonato regional juniores e sénior feminino na ilha da Boavista, contribuindo de uma forma significativa para a inclusão social dos jovens na ilha da Boavista.



Figura 3- Equipas sub18, Sénior Masculino e Feminino de Basquetebol Campeões (Campeonato Regional da Boavista 2024)

Em 2024 foi realizada segunda edição das olimpíadas do desporto escolar na ilha do Sal, a equipa de **Basquetebol 3x3** da Escola Secundária da Boavista participou mais uma vez com duas equipas (2) compostas por oito atletas (8), quatro novos atletas masculinos e quatro atletas femininos, sendo uma caloira.

REPÚBLICA DE CABO VERDE
AGRUPAMENTO 1 – ESCOLA SECUNDÁRIA DE BOA VISTA
Telefone: 2511245 – Email: escolasecundariabv@gmail.com



Figura 4- Equipa de Basquetebol 3x3 Masculino e Feminino sub16 da Escola Secundária da Boavista (ODE ilha do Sal 2024)

Importante realçar que nesta edição a equipa masculina subiu o pódio em 3º lugar, sendo a primeira conquista da equipa ao nível da modalidade de basquetebol na ilha da Boavista.



Figura 4- Equipa de Basquetebol 3x3 masculino sub16 da Escola Secundária da Boavista acompanhado dos Professores (ODE ilha do Sal 2024)

REPÚBLICA DE CABO VERDE
AGRUPAMENTO 1 – ESCOLA SECUNDÁRIA DE BOA VISTA
Telefone: 2511245 – Email: escolasecundariabv@gmail.com

4.

A grande aposta no desporto escolar gerou frutos, alavancando o campeonato regional de Basquetebol na ilha, fornecendo a maioria dos atletas para as equipas locais ADB Barraka e One Beat, neste mesmo ano a equipa feminina de **Basquetebol** da Escola Secundária da Boavista conseguiu um feito histórico no Campeonato Nacional Sénior Feminino, realizada na cidade da Praia, sendo a primeira equipa de Basquetebol na história da ilha a conquistar um troféu, ocupando o 3º lugar do pódio ao nível nacional, uma equipa estreante na competição, onde a maioria dos atletas apresentavam idade compreendida entre os 14 aos 18 anos, atletas que integram ao programa do Desporto Escolar das instituições e participaram nas **Olimpíadas do Desporto Escolar**, promovidas pelo **Instituto do Desporto e da Juventude**.



Figura 5- Equipa de Basquetebol da Escola Secundária da Boavista (Campeonato Nacional Sénior Feminino Cidade da Praia 2023/2024)



REPÚBLICA DE CABO VERDE
AGRUPAMENTO 1 – ESCOLA SECUNDÁRIA DE BOA VISTA
Telefone: 2511245 – Email: escolasecundariabv@gmail.com



Figura 6- Equipa de Basquetebol Feminino da Escola Secundária da Boavista (Campeonato Nacional Sénior, Cidade da Praia 2023/2024) - 3ºLugar

No ano 2025 foi realizada a terceira edição na ilha de São Vicente, a equipa de **Basquetebol 3x3** da Escola Secundária da Boavista participou novamente.



Figura 7- Equipa de Basquetebol 3x3 masculino sub16 da Escola Secundária da Boavista acompanhada do Professor (ODE ilha de São Vicente 2025)



Figura 8- Equipa de Basquetebol 3x3 Feminino sub16 da Escola Secundária da Boavista acompanhado do Professor (ODE ilha de São Vicente 2025)

Ambas as equipas tiveram uma boa prestação, uma vez que atingiram a fase eliminar do torneio. A equipa feminina defrontou nas fases finais as duas melhores potências da modalidade de Basquetebol Cabo-verdiano, equipas da ilha de São Vicente e da Cidade da Praia, onde há uma cultura da prática do basquetebol superior às restantes das ilhas, oferecendo melhores recursos humanos e materiais para a sua prática. Nas meias-finais defrontou a equipa da Escola Secundária Amor de Deus a equipa vencedora do torneio, sofrendo uma derrota pela margem mínima de pontos, convertendo 8 pontos um a menos que o adversário que converteu 9 pontos. Na disputa pelo terceiro lugar também sofreu uma derrota pela margem mínima de pontos, convertendo 10 pontos um a menos que o adversário, a Escola Secundária Dr. José Augusto Pinto equipa anfitriã do torneio que converteu 11 pontos.



Para além da vertente competitiva, esta iniciativa contribui para o desenvolvimento integral dos alunos, favorecendo a socialização, a inclusão, a autoconfiança e o sentido de pertença à escola, ao mesmo tempo que projeta positivamente a instituição no contexto educativo e desportivo nacional.

A insuficiência de recursos materiais e equipamentos desportivos constitui igualmente um desafio, dificultando a diversificação dos exercícios e a preparação adequada da equipa para o contexto competitivo. Em alguns casos, a escassez de materiais obriga à adaptação das sessões de treino, com impacto no rendimento desportivo.

6. Objetivos e Justificação do projeto

- **Objetivo Geral:** incrementar mais uma modalidade específico no plano curricular de Educação Físico, as aulas teórico-práticas de basquetebol de 3X3, incentivando os alunos às práticas de desporto ao ar livre, espírito de competitividade e promover hábitos de vida saudáveis.
- **Objetivos Específicos:**
 1. Desenvolver a capacidade Físico e Motor dos alunos
 2. Promover ação de Inclusão Social e Diversão
 3. Estimular de Valores e Habilidades Sociais
 4. Promover e Estimular à Competição Saudável
 5. Despertar e Valorização de Novos Talentos

Justificativa:

Qual é o motivo que levou a criação deste projeto?

Além de prestação de bons resultados conferidos no **breve historial** deste projeto das equipas femininas e masculinas nos últimos três anos, a escola tenciona assumir o pódio em medio e longo prazo, através de um investimento forte ao nível de infraestruturaração, equipamentos, materiais e das habilidades dos nossos atletas/alunos.



REPÚBLICA DE CABO VERDE
AGRUPAMENTO 1 – ESCOLA SECUNDÁRIA DE BOA VISTA
Telefone: 2511245 – Email: escolasecundariabv@gmail.com

Atualmente a escola possui apenas um Pavilhão Desportivo, este que por sua vez está sempre ocupado, maioria das vezes, por outras modalidades. Pois, a criação de um outro espaço alternativo dentro o perímetro da escola visa a diversificação das modalidades e reforço nas aulas práticas de educação física com o intuito de adotar os alunos as competências e habilidades desportivas a fim de incentivar e valorizar o espírito da competitividade e de inclusão social através do desporto.

A equipa de **Basquetebol** 3x3 da Escola Secundária da Boavista possui diversos desafios no desenvolvimento regular das suas atividades, nomeadamente no que se refere à realização de treinos sistemáticos e à participação em jogos e competições no âmbito do Desporto Escolar.

Um dos principais constrangimentos prende-se com a **disponibilidade e adequação dos espaços desportivos**. Este, que nem sempre reúnem as condições necessárias (tabelas com cestas estragadas), ou se encontram acessíveis nos horários previstos, condicionando a regularidade e a qualidade dos treinos.

Por outro lado, é o uso do pavilhão Seixal onde cada equipa faz um pagamento mensal de quatro mil escudos mensais para realizar três treinos semanais e outros espaços públicos fora do recinto escolar para realizar treinos, que por vezes há falta de iluminação, segurança.

De salientar ainda, as dificuldades relacionadas com a **gestão de horários**, decorrentes da conciliação entre as atividades letivas dos alunos, os tempos disponíveis dos professores responsáveis e os períodos destinados ao treino, o que por vezes limita a assiduidade e a continuidade do trabalho técnico e tático.

Porque implementação do Basquetebol 3×3 na nossa Escola?

1. Desenvolvimento Físico e Motor

O basquetebol 3×3 exige dos jogadores habilidades como corrida, saltos, passes rápidos e dribles, o que contribui para o desenvolvimento motor dos estudantes. Além disso, a constante movimentação e a necessidade de agir com rapidez no jogo promovem a melhoria da coordenação, agilidade e resistência cardiovascular dos alunos.



2. Inclusão Social e Diversão

A simplicidade e a flexibilidade do basquetebol 3×3 tornam-no acessível para alunos de diferentes idades e habilidades. Como a modalidade não exige grande estrutura ou equipamentos especializados, ela pode ser facilmente adaptada a qualquer ambiente escolar, promovendo a inclusão de estudantes com diferentes níveis de experiência desportiva.

3. Estimulação de Valores e Habilidades Sociais

O basquetebol 3×3, assim como o basquete tradicional, é um desporto coletivo que desenvolve o trabalho em equipe, a comunicação e o espírito de colaboração. A prática regular do desporto ajuda os estudantes a desenvolverem habilidades sociais importantes, como respeito ao próximo, responsabilidade, liderança e resolução de conflitos.

4. Estímulo à Competição Saudável

A disputa no formato 3×3 oferece oportunidades de competição saudável dentro da escola, incentivando o desempenho e a superação pessoal. Além disso, com partidas mais curtas e dinâmicas, a modalidade mantém os alunos engajados e motivados, evitando a desmotivação associada a jogos longos e sem objetivo claro.

5. Valorização de Novos Talentos

A natureza do basquetebol 3×3 permite que jogadores com diferentes características se destaquem. Com menos jogadores em quadra, as habilidades individuais se tornam mais visíveis. Isso pode ser uma excelente oportunidade para detetar talentos dentro das escolas, incentivando o desenvolvimento de jovens atletas e a possibilidade de futuras representações em competições regionais ou nacionais.

7. Localização do do Projeto

- **Nome do Projeto:** "Construção de Quadra de Basquetebol 3X3".
- **Localização:** Espaço da Escola Secundária de Boavista (área adjacente ao Auditório).



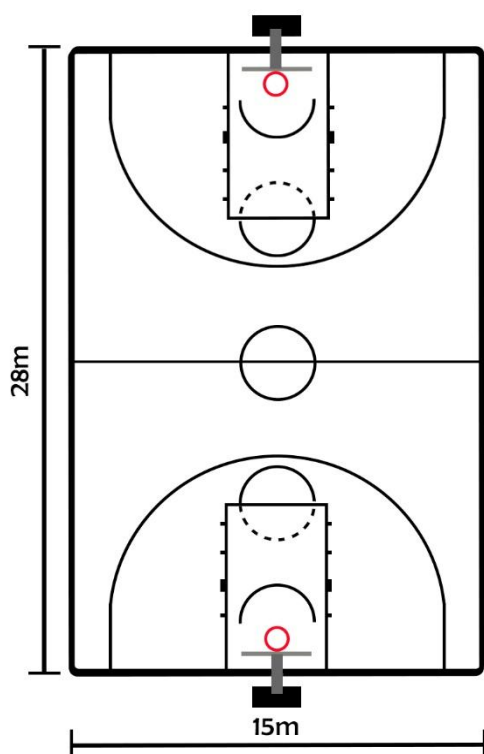
Figure 1 - Localização do projeto/Zona da implementação

8. **Público-alvo:** Alunos, professores, funcionários e comunidade educativa.

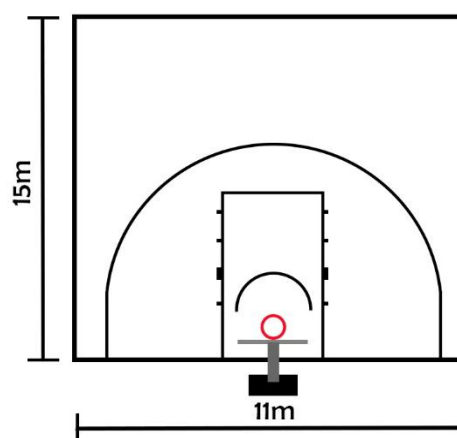
9. Especificações Técnicas (Padrão FIVB)

Para um campo escolar funcional, recomenda-se:

QUADRA TRADICIONAL



QUADRA 3X3



- **Dimensões da Área de Jogo:** 15m x 11m.
- **Altura de teto:** 3,05 metros (10 pés) do chão.
- **Zona Livre:** pelo menos 2m ao redor de todo o perímetro.
- **Profundidade para betão de limpeza:** 8cm -10cm.
- **Espessura de betão na superfície do solo:** mínimo de 20cm - 30cm.
- **Tipo de aço:** malha de ferro de 8' com espaçamento de 15cm

10.Etapas de Execução

1. **Preparação do Terreno:** Escavação da área (aprox. 40-50cm de profundidade).



REPÚBLICA DE CABO VERDE
AGRUPAMENTO 1 – ESCOLA SECUNDÁRIA DE BOA VISTA
Telefone: 2511245 – Email: escolasecundariabv@gmail.com

2. **Betão de limpeza:** Colocação de uma camada de betão numa espessura de 8cm ou 10 cm para suporte de malha de ferro de 8` e betão de 20cm ou 30 cm
3. **Betão com malha de ferro:** colocação de malha de ferro de 8` com afastamento de 15cm e depois, enchimento de betão numa espessura de 20cm ou 30 cm.
4. **Delineamento:** fazer delineamento da quadra desportiva.
5. **Equipamento:** Instalação de postes/cesto fixos ou removíveis.

5. Recursos Necessários

| Categoria | Descrição |
|-------------|---|
| Materiais | Areia, brita, cimento, água, arrame cozido e ferro de 8`. |
| Equipamento | Postes/cesto, rede e bolas, betoneira etc. |
| Mão de Obra | Pedreiro, ferreiro e serventes. |

6. Estimativa/ Orçamento

| Designação | Quantidade | Preço unitário | Total |
|--------------------------------------|------------|----------------|---------------------|
| Brito | 80m3 | 3000.00 | 240.000.00 |
| Areia | 80 m3 | 500\$ | 40.000.00 |
| Postes | 2 | 50.000.00 | 100.000.00 |
| Rede | 2 | 3000.00 | 6000.00 |
| Cimento | 6 paletes | 55.000.00 | 330.000.00 |
| Bolas | 0 | 0 | 0 |
| Água | 0 | 0 | 0 |
| Ferro de aço 8` | | | 50.000.00 |
| Arrame cozido | 10kg | | 2.5000.00 |
| Mão de obras | # | 150.000.00 | 150.000.00 |
| Transportes (areia, brita e cimento) | # | 120.000.00 | 120.000.00 |
| TOTAL | | | 1.038.500.00 |

7. Eventuais Parceiros

- **Paceiro primário:** IDJ – Delegação de Regional (Sal e Boa Vista)
- **Parceiros secundários:** Empresas, Oásis Construções e São José Construção.