



A GINÁSTICA NOS PRIMEIROS ANOS

(Lisboa)

Formação para Professores dos Grupos de Recrutamento 110 e 260

Formadores:

Paulo Barata
António Lourenço

Regime: *b-learning*

Duração: 25 horas

Calendarização: de 17 de outubro a 28 de novembro 2023

APRESENTAÇÃO

A Ginástica está na base de muitos dos padrões motores que irão ser mobilizados em diversas atividades físicas e desportivas, ao longo da vida. Assim, torna-se particularmente relevante que se proporcione aos alunos, desde os primeiros anos de escolaridade, a oportunidade de desenvolverem as suas capacidades gímnicas, para além de hábitos de vida saudável.

Através da realização deste curso de formação, destinado a docentes dos grupos de recrutamento 110 e 260, pretendemos contribuir para a capacitação destes docentes para a abordagem da Ginástica com alunos dos diferentes anos de escolaridade.

CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS

- Filosofia Educacional
- FUN (Jogos)
- FITNESS (Capacidade Física)
- Origens da Ginástica
- FUNDAMENTOS (Padrões Motores Gímnicos)
- Posições Estacionárias
- Ensino e Aprendizagem
- Receções
- Saltos
- Locomoções
- Rotações e Balanços
- Manipulações de Aparelhos Portáteis
- Como organizar as aulas

ORGANIZAÇÃO E CALENDARIZAÇÃO

A formação será realizada em regime *b-learning*, sendo as sessões online realizadas através da plataforma Zoom. **Os participantes terão de ter a câmara ligada durante todas as sessões, estando garantidas todas as condições técnicas para a realização da formação através da utilização de uma licença profissional.**

A formação decorrerá de acordo com a seguinte calendarização:

Data	Hora	Duração	Tipo de sessão
17/10/2023 (3.ªf)	19h30	1h	Online síncrona
18/10/2023 (4.ªf)	19h30	1h 30 min	Online síncrona
25/10/2023 (4.ªf)	19h30	1h 30 min	Online síncrona
30/10/2023 (2.ªf)	19h30	1h	Online síncrona
07/11/2023 (3.ªf)	19h30	1h 30 min	Online síncrona
11/11/2023 (Sáb)	10h00	6h	Presencial
15/11/2023 (4.ªf)	19h30	1h 30 min	Online síncrona
18/11/2023 (Sáb)	10h00	6h	Presencial
		4h	Online assíncrona
28/11/2023 (3.ªf)	19h30	1h	Online síncrona

LOCAL DE REALIZAÇÃO

A formação realizar-se-á em regime *b-learning*, prevendo-se a realização de 12 horas de formação presencial em instalações desportivas na região de **Lisboa**.

DESTINATÁRIOS

- Professores dos grupos de recrutamento 110 e 260

VALOR DA INSCRIÇÃO

Valor único – 80€

CONTACTOS

Bruno Alexandre Sousa

926 888 764

geral@formacaodesportiva.pt