



# DANÇA CRIATIVA E PSICOMOTRICIDADE PARA CRIANÇAS DOS 2 AOS 6 ANOS

1 a 15 de outubro 2024 | 6 horas

FORMAÇÃO ONLINE ASSÍNCRONA

INÊS TORRES

Mais informações e inscrições em:

<https://formacaodesportiva.pt/cfapnl/>

## APRESENTAÇÃO

A dança criativa e a psicomotricidade desempenham papéis fundamentais no desenvolvimento de crianças de 2 a 6 anos, promovendo benefícios físicos, emocionais e cognitivos. A dança criativa é uma forma de expressão artística que permite às crianças explorar o movimento de maneira livre e espontânea; e a psicomotricidade refere-se à integração entre os aspetos motores, cognitivos e emocionais do desenvolvimento infantil.

Em conjunto, ambas as atividades contribuem de forma basilar para o desenvolvimento de crianças mais ativas, criativas, ágeis e cognitivamente capazes. Nesta formação pretende-se explorar os conceitos de dança criativa e psicomotricidade, enquadrados num público definido entre os 2 a 6 anos de idade. No final, os formandos devem ser capazes de aplicar exercícios, ideias e pressupostos no ensino das atividades.

## ORGANIZAÇÃO E CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS

A formação será realizada em **regime e-learning**, através da plataforma Google Classroom sendo, para isso, necessário que cada formando tenha uma conta Google (e-mail gmail).

Os participantes terão acesso aos materiais disponibilizados pela formadora, podendo visualizar as apresentações e/ou ler os restantes documentos em qualquer dia/hora durante o período definido para a formação. Todos os formandos podem colocar questões que serão, tão prontamente quanto possível, respondidas pela formadora via e-mail.

Módulo	Temática	Duração
1	<b>Introdução</b> Características das crianças dos 2 aos 6 anos Pressupostos-chave do ensino de dança criativa e psicomotricidade	2h
2	<b>Dança criativa:</b> em que consiste Objetivos gerais Ferramentas para promover a criatividade Ideias para desenvolver	2h
3	<b>Psicomotricidade:</b> em que consiste Objetivos gerais Exercícios e adaptações	2h

## AVALIAÇÃO

Após a visualização e/ou leitura dos materiais disponibilizados pela formadora, os formandos são convidados a realizar um trabalho de avaliação, em formato digital, em cada módulo.

Os trabalhos deverão ser realizados até ao final do dia 15 de outubro de 2024.

No final de cada módulo, cada formando deverá realizar um teste para avaliar os conhecimentos adquiridos. Os testes terão uma classificação expressa na escala qualitativa de 0 a 20 valores.

Só será emitido certificado aos formandos que obtenham pelo menos 10 valores de média aritmética dos testes. **Os testes só poderão ser realizados uma vez.**

## LOCAL E HORÁRIO

Realizada em formato online assíncrono  
1 a 15 de outubro 2025  
8 horas

## DESTINATÁRIOS

- Professores de Educação Física
- Treinadores
- Técnicos de exercício físico
- Diretores Técnicos
- Todos os interessados

## FORMADORES

### Inês Torres

Natural do Porto, Inês Torres nasceu em 1991 e tem formação académica em vídeo e marketing. Foi bailarina de dança clássica dos 2 até aos 16 anos, antes de se dedicar às danças urbanas e se certificar em instrutora de hip hop. Desde aí, lecionou dança hip hop durante 14 anos, em várias escolas, infantários, academias e associações locais, tendo também lecionado dança criativa e psicomotricidade a crianças dos 12 meses a 6 anos. Foi também bailarina de competição, tendo competido em inúmeros eventos a nível nacional e internacional.

Desde 2021 que se vocacionou para a área do coaching e desenvolvimento pessoal na área particular do Futebol, sendo este o foco profissional.

## VALOR DA INSCRIÇÃO

<b>Valor único</b>	<b>40€</b>
--------------------	------------

## CONTACTOS

Bruno Alexandre Sousa

926 888 764

[geral@formacaodesportiva.pt](mailto:geral@formacaodesportiva.pt)

Esta formação é organizada pela BRS – Formação Desportiva, Unipessoal Limitada, Entidade Formadora Certificada pela DGERT.

