

Centro de Formação Aurélio da Paz dos Reis	AÇÃO D06.22/23
<p>Ação de Formação: “Atividades náuticas: exploração de desportos alternativos na Escola”</p> <p>Modalidade: Curso de Formação Formadora: Tiago Pinheiro Pereira e Luís Miguel Nogueira Coelho Duração: 25 horas de formação Destinatários: Professores dos Grupos 260 e 620 Creditação: 50 horas de formação (releva para efeitos do artº 8º e releva para os efeitos do artº 9º do RJFC (D.L. nº 22/2014) – Registo: CCPFC/ACC-119666/23 Local de realização: Espinho, Gondomar e Arouca</p>	
Objetivos	Conteúdos
<p>i) Conhecer e identificar os fundamentos básicos das Atividades Aquáticas que permitam "saber estar" e o "saber fazer" no meio aquático em segurança e o respeito pelo meio ambiente;</p> <p>ii) Compreender a importância das Atividades Aquáticas no universo desportivo e na sociedade moderna;</p> <p>iii) Dotar os formandos de competências metodológicas no âmbito das Atividades Aquáticas;</p> <p>iv) Conceber e organizar um plano de intervenção no ensino das atividades Aquáticas desenvolvendo métodos e técnicas inerentes à especificidade do meio aquático; v) Facultar aos formandos instrumentos e vivências motoras que potenciem o domínio das Atividades Aquáticas.</p>	<p>1. Abordagem conceptual do Meio Aquático – Mar/Rio</p> <p>1.1. Conhecimentos gerais sobre a formação da ondulação, marés, correntes, ventos e meteorologia</p> <p>1.2. Preservação do meio ambiente</p> <p>1.3. Responsabilidade ambiental</p> <p>1.4. Conservação do ambiente marinho</p> <p>2. O desenvolvimento da aptidão física no âmbito das Atividades Aquáticas</p> <p>2.1. Importância da atividade física para o domínio das técnicas específicas das atividades de mar/rio.</p> <p>2.2. Desenvolvimento das capacidades motoras condicionais e coordenativas</p> <p>3. Jogos Aquáticos</p> <p>3.1. Analisar as normas de segurança e conduta em planos de água.</p> <p>3.2. Conhecer e aplicar procedimentos básicos de primeiros socorros no meio aquático.</p> <p>4. Atividades de Aquáticas</p> <p>4.1. Surf; Bodyboard, Canoagem, Stand up paddle.</p> <p>4.1.1. Normas de segurança</p> <p>4.1.2. Observação do mar/panos de água</p> <p>4.1.5. Noções básicas dos movimentos/manobras específicas</p> <p>4.1.6. Análise dos erros mais frequentes e respectivos critérios de êxito</p> <p>4.1.7. Material didático.</p>
<p>CRONOGRAMA:</p> <p>1ª sessão - 14 junho - CFDDE AEML - Espinho - Praia da Baía - Horário 16h - 21h</p> <p>2ª sessão - 17 junho - CFDDE À BEIRA DOURO - Mêdas - Gondomar - Rio Douro - Horário 8h - 15h</p> <p>3ª sessão - 29 junho - CFDDE AEML - Espinho - Praia da Baía - Horário 16h - 21h</p> <p>4ª sessão - 30 junho - CFDDE AROUCA - Arouca - Rio Paiva - Horário 8h - 16h</p>	

Nota - O presente cronograma poderá ser objeto de alteração/ajustamento nas datas, local e/ou nas horas das sessões presenciais.

INSCRIÇÃO- <https://forms.gle/8iwneBRTqT2DqyJx7>