



# **Formação Contínua de Professores no Desporto Escolar**

## **ACD – “Treino em Circuito – O ensino do Atletismo na Educação Física e Desporto Escolar”**

### **Destinatários:**

Professores do Grupo 260 (2.º CEB) e do Grupo 620 (3.º CEB e ES)

### **Modalidade: Ação de Formação de Curta Duração– 5 horas E-Learning**

Nos termos do ponto 1 do Artº 5º do Despacho n.º 5741/2015, 2ª Série, nº 104, de 29 de maio e da Carta Circular CCPFC-1/2020.

### **Formadores:** Rui Norte e João Ribeiro

### **Local:** Plataforma Zoom e o Moodle

A DGE - Divisão do Desporto Escolar em parceria com o Centro de Formação de Associação de Escolas Ordem de Santiago, proporciona aos professores dos 2º/3º ciclos e secundário (grupos de recrutamento 260 e 620), formação específica para o ensino do Atletismo

### **Objetivos**

- Apresentar o “treino em circuito” como um meio de desenvolvimento das capacidades motoras, que utiliza exercícios que permitem definir o essencial/básico e como evoluir para o complexo e específico.
- Demonstrar a necessidade do desenvolvimento simultâneo, da execução do gesto técnico e da capacidade condicional.
- Apresentar um modelo de utilização simultânea e variável da carga, mediante a gestão simplificada dos parâmetros: volume, intensidade, densidade e complexidade, levando em consideração o nível de desempenho.
- Apresentar um conjunto de critérios para escolha dos exercícios e sua sequência, quanto à sua diferenciação e complexidade.
- Desenvolver competências no âmbito do processo de treino de escalões jovens na formação desportiva no âmbito do Desporto Escolar.

**Inscrições:** de 24 a 26 de junho de 2020, através da inscrição no endereço – [www.cfosantiago.edu.pt](http://www.cfosantiago.edu.pt)

**Limite de participantes :** 70 (só será certificado o candidato que receber notificação de seleção para participação, por parte do CFAE)

### **CrITÉrios de seleção**

- Ordem de Inscrição

### **Informações:**

CFAE Ordem de Santiago; Tlm:934200480 / 934200486; e-mail: [cfaeordemdesantiago.geral@gmail.com](mailto:cfaeordemdesantiago.geral@gmail.com)

<b>Dia</b>	<b>Sessões</b>
<b>03/07/2020</b>	<b>Síncrona - 10:00h – 12:0h</b> <b>30min</b> - Apresentação da ação, sua importância e organização - Apresentação dos aspetos fundamentais <b>60min</b> - Debate com colocação de questões pelos formandos - Solicitação para sessão assíncrona <b>Assíncrona – 14:00h às 17:00h (não presencial)</b> Trabalho individual que pode ser realizado até ao dia 10 de julho

