

<b>AÇÃO DE FORMAÇÃO:</b>	<b>O Judo como projeto multidisciplinar em contexto escolar do 1.º Ciclo do Ensino Básico</b>
<b>REGISTO DE ACREDITAÇÃO:</b>	CCPFC/ACC – 90392/17 (modalidade: Oficina de Formação)
<b>DURAÇÃO:</b>	26 horas (13 presenciais + 13 de trabalho autónomo)
<b>DESTINATÁRIOS:</b>	Docentes de Educação Física (Grupos 260 e 620) dos Agrupamentos de Escolas do Concelho de Aveiro
<b>FORMADORES:</b>	José Mário Lopes de Sá Cachada Nuno Miguel Delgado Convidado: António José Gomes da Costa (monitor do Projeto “Judo na Escola”)
<b>LOCAL DA FORMAÇÃO:</b>	Escola Básica de Santiago
<b>ENTIDADES PARCEIRAS:</b>	Câmara Municipal de Aveiro CFAECAAV Escola de Judo Nuno Delgado Associação Académica da Universidade de Aveiro
<b>OBJETIVOS:</b>	Espera-se que os formandos: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Apreendam os conceitos base da modalidade de Judo.</li> <li>• Estabeleçam redes de cooperação, estimulando o trabalho colaborativo entre docentes titulares de turma (1.º CEB) e docentes de Educação Física</li> <li>• Desenvolvam práticas inovadoras de desenvolvimento da expressão e educação físico-motora, em coadjuvação, tendo por base o Judo.</li> <li>• Consigam sintetizar normas que viabilizem, com manutenção da segurança e do respeito pela integridade física dos colegas a introdução do judo, entendido como um desporto de combate com apreensão, na Expressão e Educação Físico-motora.</li> </ul>
<b>CONTEÚDOS:</b>	<p><b>Sessões Teóricas:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Caracterização generalizada do Judo.</li> <li>• O fenómeno desportivo do Judo face à realidade desportiva escolar.</li> <li>• A didática e a pedagogia “sempre de mão dada”, no ensino do Judo.</li> </ul> <p><b>Sessões Práticas:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Saudações, posturas, atitudes de base, as pegas e quedas.</li> <li>• Jogos de ataque, de defesa e de oposição.</li> <li>• As progressões pedagógicas e didáticas de luta no solo.</li> <li>• As progressões pedagógicas e didáticas de luta em pé.</li> <li>• Encadeamentos e combinações técnicas no solo-</li> <li>• Treino técnico em movimento sem resistência do parceiro.</li> </ul>

**METODOLOGIA:** **Sessões presenciais:**  
- Sessões conjuntas que assumirão um caráter teórico e prático.

**Sessões não presenciais:**  
- Sessões conjuntas destinadas a simulação pedagógica.

**AVALIAÇÃO:** Empenho e participação nas sessões – 25%  
Trabalhos produzidos nas sessões – 25%  
Trabalho final individual, ou reflexão crítica, individual, sobre a formação vivenciada – 50%

**INSCRIÇÕES:** Até 28 de abril de 2017, através da ficha de inscrição disponível em: <https://goo.gl/forms/JHQehDTRPAH1j2mi1>

**CALENDARIZAÇÃO DAS  
SESSÕES PRESENCIAIS:**

Data	Horário	N.º de horas
05.maio.2017	18h00 – 21h00	3 h
06.maio.2017	09h00 – 13h00	4 h
20.maio.2017	09h30 – 12h30 14h00 – 17h00	3h 3h

#### **RAZÕES JUSTIFICATIVAS DA AÇÃO:**

O Ministério de Educação anunciou recentemente que, no ano letivo de 2016/2017, pela primeira vez, os alunos do 2.º ano de escolaridade realizarão uma Prova de Aferição em Expressão e Educação Físico-Motora. Por outro lado, também já referiu que, a partir do ano letivo de 2017/2018, a Educação Física passará a contar para o apuramento da média de ingresso no Ensino Superior e que se torna necessário criar condições para uma efetiva valorização desta disciplina, a iniciar no 1.º Ciclo de Ensino Básico.

Por sua vez, o Conselho Nacional de Professores e Profissionais de Educação Física (CNAPEF) refere que *“esta decisão do Ministério de Educação muito poderá contribuir para uma maior concretização da Educação Física neste nível de ensino e poderá suscitar a constituição de mais projetos colaborativos entre professores titulares de turma no 1º ciclo e os professores de Educação Física dos seus agrupamentos”*.

Acresce referir que a modalidade de Judo, além do seu reconhecido contributo para um desenvolvimento integrado (aos níveis físico, psíquico e social), é, também, benéfico para o desenvolvimento social e emocional das crianças. Estudos recentes têm vindo a demonstrar que uma criança que pratica Judo *“...aprende a ser disciplinada, a confiar em si própria, a adquirir auto-controlo e auto-estima, a adaptar-se a novas situações e dificuldades, a cooperar,*

a ceder e resistir” (Castarlenas & Molina, 2002; Batista, 2011; Carratalá Devale, 2012). Por outro lado, os resultados obtidos num estudo evidenciam que “...a prática de Judo apresenta uma relação positiva com a evolução do autoconceito, autoestima e rendimento académico” uma vez que a sua prática como “...um fator motivacional extrínseco, obrigando a uma gestão mais refinada do tempo, promovendo a concentração e a capacidade de atenção baseada numa atitude disciplinada, ética e moral” facilitadora da aprendizagem e do desenvolvimento psicomotor (Batista & Delgado, 2013).

A modalidade de Judo tem vindo a ser desenvolvida em diversas Escolas do 1.º Ciclo do Ensino Básico do Município de Aveiro, através do Projeto “Judo na Escola” promovido pela Câmara Municipal de Aveiro, em articulação com grande aceitação por parte dos alunos e docentes. Estes têm referido que o Judo deveria ser integrado na componente letiva, na Expressão e Educação Físico-motora, pelas mais-valias que a sua implementação pode trazer para o desenvolvimento das crianças, a vários níveis, nomeadamente:

- Nível físico - controlo de postura e melhoria do domínio do corpo (orientação espacial e flexibilidade);
- Nível cognitivo-comportamental – inerente ao código moral do Judo, que privilegia o respeito, o autocontrolo e a amizade/companheirismo, mas também o foco, a disciplina e o cumprimento de regras;
- Nível afetivo – melhoria do autoconceito (autoestima e aceitação social).

A modalidade de Judo permite, desta forma, contribuir para a concretização de vários objetivos presentes no Programa Curricular da Expressão e Educação Físico-motora, tais como:

- Elevar o nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas
- Cooperar com os companheiros nos jogos e exercícios, compreendendo e aplicando as regras combinadas na turma, bem como os princípios de cordialidade e respeito na relação com os colegas e o professor.