



centro de formação da associação de escolas
concelhos de aveiro e albergaria-a-velha
Entidade Formadora Certificada - Registo nº CCPFC/ENT-AE-1205/14

Programa da Ação de Formação

Didáctica do surf na Educação Física e no Desporto Escolar – nível avançado

Modalidade:	Curso de Formação	Registo de Acreditação:	CCPFC/ACC-83871/15
Duração:	25 horas		
Destinatários:	Professores dos Grupos 260 e 620		
Relevância:	A ação releva para progressão em carreira e releva para a área científico-didática		
Formador:	Carlos Eduardo Barbosa Morais Couto		
Local de realização:	Praia da Barra; SUP – Ria de Aveiro		

Razões justificativas

O combate ao sedentarismo na população jovem em idade escolar tem sido uma preocupação da Escola em geral e, mais especificamente, da Educação Física. De facto, para muitos jovens adolescentes os momentos de atividade física semanal resumem-se às aulas de Educação Física e, por vezes, acrescem os treinos do Desporto Escolar.

A oferta de modalidades do Desporto Escolar é muito vasta, procurando ir de encontro aos interesses e motivações dos alunos.

A prática de surf tem vindo a aumentar de uma forma impressionante. Para tal tem contribuído o grande número de campeonatos nacionais e mundiais que vão decorrendo nas nossas praias, e, claro está, a publicidade.

O surf em contexto de núcleo de Desporto Escolar não se resume aos treinos na praia. Muitas estratégias podem ser usadas no seu ensino/treino, nomeadamente na melhoria das capacidades físicas dos alunos, em contexto de Escola, que depois servirão de transfer positivo para a prática da modalidade.

Neste contexto, esta ação visa dotar os docentes de meios, estratégias didáticas e metodológicas para o ensino e treino do surf em perfeitas condições de segurança.

Visa também dar uma formação inicial de juizes de surf aos docentes.

Efeitos a produzir

Identificar as técnicas básicas do surf, componentes críticas, erros mais comuns e correções.

Ligação de manobras de forma a aumentar a pontuação.

Selecionar meios auxiliares à aprendizagem e treino do surf (stand up paddle).

Preparação física no surf em contexto de treino/competição no desporto escolar (crosstraining).

Dotar os docentes de conhecimentos relativos à elaboração de competições de surf.

Identificar os pontos fundamentais no ajuizamento de competições de surf – formação de juizes.

Conhecer o regulamento específico de surf do Desporto Escolar.

Conteúdos

Apresentação da formação e explicação dos critérios de assiduidade e avaliação dos formandos.

Técnicas base do surf: componentes críticas, erros e correções

O surf no desporto escolar: competição (regulamento específico, ligação entre manobras).

Juízes de surf (formação inicial de juízes de surf)

Treino funcional (crosstraining) no desenvolvimento das capacidades físicas

Standup paddle como treino complementar ao surf

Treino específico no mar (ensinar a competir)

Simulação de competição

Avaliação dos relatórios da ação

Regime de avaliação dos formandos

Avaliação dos formandos baseada nos seguintes pressupostos:

- Obrigatoriedade de frequência de 2/3 das horas de formação presencial.
- Classificação na escala de 1 a 10, de acordo com o Despacho nº 4595/2015, de 6 de maio.

Critérios de avaliação:

- Participação/empenho: 30%
- Trabalho final de ação: 70%

Calendarização

Data	Horário	N.º Horas
06-05-2015 (sexta-feira)	18h00min – 23h00min	5
07-05-2015 (sábado)	09h00min – 13h00min	4
	15h00min – 18h00min	3
14-05-2015 (sábado)	09h00min – 13h00min	4
	14h00min – 18h00min	4
16-05-2015 (segunda-feira)	08h30min – 13h30min	5
Total		25

Notas:

Esta ação é realizada ao abrigo do protocolo existente entre o CFAECAAV e a APEF – Aveiro e tem os seguintes custos:

- Sócios da APEF ou docentes do CFAECAAV – 35 €;
- Outras Associações – 50 €
- Não sócios – 60 €

Critérios de Seleção:

- 1- Docentes do CFAECAAV, com prioridade aos associados da APEF – Aveiro;
- 2- Associado de outras APPEF's, por ordem de Inscrição;
- 3- Outros docentes, por ordem de Inscrição.