

Programa da Ação de Formação
A38-2017/2018 – Vela na Escola

Modalidade:	Curso de Formação	Registo de Acreditação:	CCPFC/ACC-93725/18
Duração:	15 horas	Área de Formação:	B - Prática pedagógica e didática na docência
Destinatários:	Professores dos GR 260 e 620		
Relevância:	A ação releva para progressão em carreira e releva para a área científico-didática		
Formador:	António Mariano Geraldês Rodrigues		
Local de realização:	Porto Costeiro (junto à ponte da Barra)		

Razões justificativas

Esta ação de formação, destinada a professores de Educação Física que desenvolvem atividades de Vela, visa dar resposta a necessidades concretas dos docentes numa área de formação relativamente à qual existem, na zona geográfica do centro de formação, condições ideais para a respetiva prática.

Trata-se de uma área prevista no programa da disciplina de Educação Física.

Acrescente-se ainda o facto da Vela, como atividade de ar livre, dar resposta às mais atuais motivações dos adolescentes e jovens, os quais muitas vezes procuram formas diferentes de se afirmarem socialmente e em particular no desporto.

A situação geográfica das escolas associadas, bem como o interesse demonstrado pelos docentes justificam a apresentação desta oferta formativa.

Efeitos a produzir

Objetivo geral

- Desenvolver competências científico-pedagógicas adequadas ao ensino de Vela.

Objetivos específicos

- Desenvolver conhecimentos práticos, relativos à indicação técnica de Vela.
- Conhecer e utilizar estratégias psicomotoras específicas relativas aos alunos e aos contextos.
- Conhecer normas de segurança fundamentais inerentes às referidas atividades.
- Refletir sobre as condições de prática, indispensáveis à implementação destas atividades.

Conteúdos

1. Análise do programa de Vela em Educação Física (1 hora)
 - Programa como quadro geral de referências;
 - Características do programa;
 - Composição curricular;
 - Limites do programa;
 - Análise de objetivos gerais e comportamentais.
2. Condições de Prática de Vela (2 horas)
 - Recursos em Educação Física;
 - Visões e perspetivas dos vários intervenientes;
 - Conceito de processo de desenvolvimento e plano de desenvolvimento da Educação Física na Escola;
 - Segurança no ensino de vela;
 - Regras para evitar abalroamentos.
3. Conceitos básicos – as embarcações e seus componentes (2 horas)
 - Fundamentação básica;
 - Abordagem aos termos técnicos de Vela
 - Manuseamento dos materiais e sua função;

- Nós de marinheiro utilizados em vela;
- Prática de montagem de barcos à vela e transporte até ao plano de água;
- Posturas corretas

4. Aplicação de técnicas psicomotoras específicas (10 horas)

- Metodologia e didática específicas;
- Experimentação das técnicas fundamentais de Vela;
- Hidrodinâmica em Vela e comportamento da embarcação na água;
- Efeito vélico e relação com o movimento da embarcação;
- Manobras básicas com embarcações à vela;
- Recuperação de equilíbrio após viragem da embarcação;
- Regata entre os participantes em diferentes classes de embarcações.

Metodologias de realização da ação

O Curso decorrerá no centro de formação desportiva do Agrupamento de Escolas da Gafanha da Nazaré e no porto de pesca costeira.

As metodologias a utilizar incluem:

Sessões teóricas, destinadas à apresentação dos conceitos, bem como à introdução e demonstração de técnicas básicas.

Sessões práticas a decorrer em terra e na água:

- Em terra, destinadas ao manuseamento dos materiais e equipamentos específicos;
- Na água, destinadas a aplicar conhecimentos teóricos e desenvolver competências técnico-práticas de Vela previstas no programa de formação.

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.

Os critérios a utilizar são:

- Empenho e participação nas sessões.
- Realização de trabalhos práticos, centrados na realização de tarefas básicas de montagem, utilização e desmontagem de embarcações e equipamentos de vela;
- Reflexão crítica, individual, sobre a experiência de formação vivenciada.

Calendarização / Cronograma

Data	Dia da semana	Horário da sessão	N.º Horas
10-07-2018	terça-feira	14:00 – 17:00	3
11-07-2018	quarta-feira	14:00 – 18:00	4
12-07-2018	quinta-feira	14:00 – 18:00	4
13-07-2018	sexta-feira	14:00 – 18:00	4
Total de horas de formação			15

Preço de Inscrição:

1. Sócios da APEF (com quotas regularizadas) – 10 €
 2. Outros participantes: 40 €
- Pagamento por transferência bancária para o NIB 0035 0123 0006 7384 2309 0
 Solicitamos o envio do comprovativo da transferência, para o email apefaveiro@gmail.com

Data limite de Inscrição: 8 de julho