



CASCAIS
SPORTS
WEEKEND

Formação Natação

Datas: 21 de outubro

Ação: A abordagem do polo aquático numa escola de natação: implicações práticas

Objetivo

Esta formação tem como objetivo fornecer aos professores de Educação Física e/ou Técnicos de Natação algumas bases metodológicas para o ensino do polo aquático no contexto da Escola de Natação. Sistematizar a didática da aprendizagem dos elementos técnicos de base, as regras do jogo e os conteúdos táticos de acordo com a faixa etária dos alunos.

Conteúdos:

Abordagem Teórica

- Caracterização do polo aquático
- A adaptação ao meio aquático através do jogo
- Metodologia de Ensino (os Jogos Pré – desportivos como forma didática).
- Organização do ensino do polo aquático nas aulas de natação

Abordagem Prática

- Regras de segurança inerentes à prática dos jogos
- Exercícios específicos de deslocamento, equilíbrio e manipulação no contexto da adaptação ao meio aquático
- Progressões pedagógicas para a adaptação aos deslocamentos em situação de jogo
- Ensino dos jogos Pré-desportivos para a compreensão técnico-tática

Programa:

14h30 - 15h45 | Abordagem Teórica

15h45 – 16h00 | Intervalo

16h00 - 18h00 | Abordagem Prática

18h30 | Encerramento

Formador: João Paulo Carreiro - Formador na Federação Portuguesa de Natação

Parceiro: Federação Portuguesa de Natação

Nº de participantes: min. 10 / máx. 25 | **Destinatários:** Professores de educação física, monitores e treinadores de natação

Certificação: Formação creditada pelo IPDJ para treinadores

Participação: Gratuita (Sujeita a inscrição prévia na página da Câmara Municipal de Cascais – www-cm-cascais.pt / Separador: Desporto)

Nota: É obrigatório a presença do formando no total de horas de formação, caso contrário comprometerá a sua acreditação na respetiva formação.

Morada:

Complexo Desportivo da Abóboda

Rua Mouzinho de Albuquerque, 186

2785-032 S. Domingos de Rana

Coordenadas GPS: Latitude: 38º 43' 34.68" N – Longitude: 09º 19' 50.52" W