

Ficha de Inscrição

FITNESSGRAM: Educação e avaliação da aptidão física e actividade física em crianças e adolescentes
Escola EB 2,3/ Dr. Francisco Sanches em Braga, Fevereiro 2010

Nome: _____ Tel.: _____

Morada: _____ CP: _____

Escola: _____ Grupo: _____ E-mail: _____ @ _____

Sócio SEPLEU n.º _____ 20,00€ Agr. Francisco Sanches: 50,00€ Não Sócio: 80,00€

Junto envio cheque n.º _____ do/a _____ (Banco) no valor de _____ €
(_____ euros) em nome de SEPLEU – Delegação Regional de Braga.

Enviar ficha de inscrição, fotocópia do BI, NIF e pagamento até **1 de Fevereiro de 2010**, para:

SEPLEU – Del. Reg. Braga – Av. General Norton de Matos, n.º 50, 2º Andar, Sala 6 – 4700-387 Braga

Inscrições limitadas. Caso não receba qualquer comunicação em contrário, tal significa que a sua inscrição foi aceite. Será entregue o certificado de frequência e o respectivo recibo. Esta ficha pode ser fotocopiada.

Formador

Mestre Carlos Marta

- Docente na EB 2,3 de St.ª Clara – Guarda
- Mestrado em Observação e Análise do Movimento



Conteúdos da Acção:

- ⇒ Software FITNESSGRAM;
- ⇒ Programas FITNESSGRAM e ACTIVITYGRAM;
- ⇒ Componentes da aptidão física avaliadas pelo programa;
- ⇒ Protocolos dos testes para cada componente da aptidão física;
- ⇒ Interpretação de resultados da aplicação da bateria de testes;

Acção de Formação:

FITNESSGRAM:

Educação e avaliação da aptidão física e actividade física em crianças e adolescentes

- N.º de horas presenciais: 25
- N.º de créditos: 1
- Registo n.º CCPFC/ACC-55898/09

Destinatários:

Professores de Educação Física dos grupos 260 e 620.
É específica para estes grupos.

CrITÉrios de selecção:

- 1º Ser sócio do SEPLEU ou docente do Agrupamento de Escolas Francisco Sanches
- 2º Data de inscrição

Inscrições:

Sócios: 20 €
Docentes do Agr. Francisco Sanches: 50€
Não sócios: 80 €

Número de Participantes:

Min.: 15
Max.: 30

Datas da Formação:

6 de Fevereiro, das **9 horas** às **12h** e das **14horas** às **17h30m**
20 de Fevereiro, das **9 horas** às **12h** e das **14horas** às **17h30m**.
27 de Fevereiro, das **9 horas** às **12h** e das **14horas** às **17h**
6 de Março, das **9 horas** às **12h** e das **14horas** às **17h**

Organização/Inscrições:

SEPLEU

Delegação Regional de Braga do SEPLEU

Av. General Norton de Matos, n.º 50,

2º Andar - Sala 6 4700-387 Braga

Tel./Fax 253 217 184 E-mail:

sepleu.braga@sapo.pt

TLM: 916 903 700 / 938 432 911 / 967 264 167

ou

cformsepleu@netcabo.pt

Ou inscreva-se on-line em

<http://www.sepleu.pt>

Colaboração:

Agrupamento de Escolas

Dr. Francisco Sanches

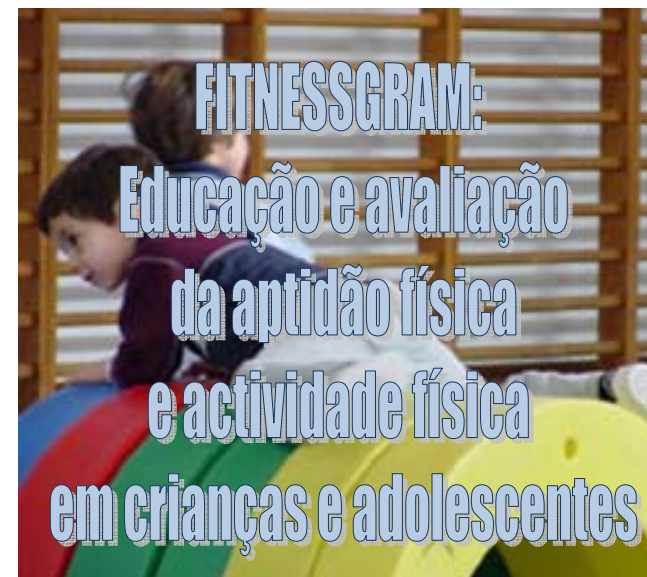


Objectivos:

- Desenvolver competências que permitam utilizar o software FITNESSGRAM;
- Conhecer os programas FITNESSGRAM e ACTIVITYGRAM;
- Identificar os objectivos do programa a curto e longo prazo;
- Identificar as componentes da aptidão física avaliadas;
- Conhecer os protocolos dos diferentes testes para cada área da aptidão física;
- Saber interpretar os relatórios FITNESSGRAM e ACTIVITYGRAM;
- Conhecer as tabelas de aptidão física referenciadas à saúde;
- Conhecer o programa “ Mantém-te activo”;
- Promover o ensino e avaliação da aptidão física bem como a melhoria das rotinas diárias de actividade física;
- Contribuir para que todos os alunos sejam fisicamente activos e alcancem a Zona Saudável de Aptidão Física;



Acção de Formação:



Braga

Fevereiro 2010

Escola EB 2,3 Dr. Francisco Sanches