



## O Atletismo para Crianças e Jovens

(Porto)

Formação para Professores de Educação Física (grupos 260 e 620)

**Formadores:**

Carlos Tribuna  
José Barros  
Rui Norte

**Regime:** *b-learning*

**Duração:** 25 horas

**Calendarização:** de 23 de fevereiro a 30 de março 2023

## APRESENTAÇÃO

Destinada a Professores de Educação Física, esta formação está subordinada ao tema do Atletismo na Escola. Ao longo das sessões que constituem esta formação, três formadores abordarão os temas:

1. Velocidade, estafetas e barreiras
2. Saltos
3. Lançamentos

No final da formação, os formandos serão convidados a realizar um trabalho em que se pretende que apliquem alguns dos conhecimentos adquiridos ao longo das sessões.

Esta formação torna-se pertinente para a formação contínua de e Professores de Educação Física uma vez que permite a aquisição e/ou atualização de conhecimentos e competências na área do Atletismo, nomeadamente sobre os fundamentos das corridas, lançamentos e saltos, fornecendo aos formandos um conjunto de ferramentas para o ensino e treino do Atletismo em crianças e jovens.

## ORGANIZAÇÃO E CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS

A formação será realizada em regime *b-learning*, sendo as sessões online realizadas através da plataforma Zoom. **Os participantes terão de ter a câmara ligada durante todas as sessões, estando garantidas todas as condições técnicas para a realização da formação através da utilização de uma licença profissional.**

A formação decorrerá de acordo com a seguinte calendarização:

Data	Hora	Duração	Formador	Tema
23/02/2023 (5.ªf)	20h00	1h	Todos	Apresentação
27/02/2023 (2.ªf)	20h00	1h 30 min	José Barros	Saltos
01/03/2023 (4.ªf)	20h00	1h 30 min		
02/03/2023 (5.ªf)	20h00	1h 30 min		
06/03/2023 (2.ªf)	20h00	1h 30 min	Carlos Tribuna	Lançamentos
08/03/2023 (4.ªf)	20h00	1h 30 min		
09/03/2023 (5.ªf)	20h00	1h 30 min		
13/03/2023 (2.ªf)	20h00	1h 30 min	Rui Norte	Velocidade, estafetas e barreiras
15/03/2023 (4.ªf)	20h00	1h 30 min		
16/03/2023 (5.ªf)	20h00	1h 30 min		
20/03/2023 (2.ªf)	20h00	1h 30 min		
18/03/2023 (sáb.)	14h30	4h	Todos	Sessão presencial (velocidade/saltos/lançamentos)
Sessão assíncrona		4h	Elaboração dos trabalhos finais	
23/03/2023 (5.ªf)	20h00	1h	Todos	Conclusão

## LOCAL DE REALIZAÇÃO

A formação realizar-se-á em regime *b-learning*, prevendo-se a realização de 4 horas de formação presencial em instalações desportivas na região do **Porto**. Caso a situação epidemiológica não permita a realização desta sessão presencial, esta será convertida numa sessão online, realizada na plataforma Zoom, à semelhança das restantes sessões da formação.

## DESTINATÁRIOS

- Professores de Educação Física (grupos de recrutamento 260 e 620)

**FORMADORES****Carlos Tribuna**

- Licenciado em Ciências do Desporto e Educação Física pela FCDEF UPorto com opção Alto Rendimento em Atletismo
- Treinador Atletismo de Grau 3 (Lançamentos)
- Treinador do recordista nacional de lançamento do dardo (Leandro Ramos)
- Professor da cadeira de Estudos Práticos 1 Atletismo na FCDEF UCoimbra

**José Manuel de Castro Barros**

- Licenciatura em Educação Física (ISEF/FCDEF – UP)
- Máster em Alto Rendimento Desportivo (Comite Olímpico Español e Universidad Autónoma de Madrid)
- Cédula de Treinador de Desporto de Grau III; Treinador de Atletismo – Saltos (nº 29642)
- Desde 1992 Docente da Disciplina de Atletismo no ISMAI (Instituto Universitário da Maia)
- Certificado de registo de formador CCPFC/RFO-21431/06

**Rui Norte**

- Mestrado em Ciências da Educação Física e Desporto, com especialização em Análise e Observação do Movimento Desportivo
- International Coaching Enrichment Certification Program (ICECP) (United States Olympic Committee, International Olympic Committee's Olympic Solidarity e University of Delaware)
- Licenciatura em Educação Física e Desporto
- Professor de Educação Física
- Treinador de Alto Rendimento
- 2009-2016: Membro da Direcção Técnica Nacional
- 2013-2016: Responsável pela Formação, Documentação e ligação ao Desporto Escolar
- Prelector-Assistente de Grau II da IAAF
- Treinador de Grau III – Atletismo
- Direcção Geral de Educação – Divisão do Desporto Escolar
- Treinador de Alto Rendimento (Preparação Olímpica e Sporting Clube de Portugal)
- Membro da Comissão de Treinadores do Comité Olímpico de Portugal
- Participação em Competições Internacionais:
  - Jogos Olímpicos Rio 2016 e Tóquio 2020;
  - Campeonatos do Mundo Londres 2017 e Doha 2019;
  - Campeonato da Europa Amesterdão 2016 e Berlin 2018;
  - Campeonato do Mundo de pista coberta Sopot 2014 e Birmingham 2018;
  - Campeonato da Europa de pista coberta Belgrado 2017 e Glasgow 2019.
- Participação em Competições Internacionais Jovens:
  - Campeonato do Mundo de Juvenis Bressanonne 2009;
  - FOJE Tampere 2009;
  - Campeonato do Mundo de Juniores Moncton 2010;
  - Campeonato da Europa de Juniores Tallin 2011;
  - Campeonato da Europa de Sub23 Tampere 2013
  - Taça dos Clubes Campeões Europeus: Sporting CP Campeão da Europa Mersin 2016 e Birmingham 2017, Vice-Campeão da Europa Valência 2019

- Campeonato da Europa de Nações: Superliga Polónia 2021; Noruega 2019 (vencedores da I Liga); Finlândia 2017; Tallin 2015

### VALOR DA INSCRIÇÃO

Valor único – 80€

### CONTACTOS

Bruno Alexandre Sousa

926 888 764

[geral@formacaodesportiva.pt](mailto:geral@formacaodesportiva.pt)