

# ENSINO E TREINO NO DESPORTO CENTRADO NO ATLETA

Treino centrado no atleta. Estratégias interactivas. Peer-teaching. Vídeo como estratégia de treino. Accountability pedagógica. Descoberta guiada. Autonomia instrucional dos atletas.



## DATAS, LOCAIS E DESTINATÁRIOS

### DATAS

21 e 22 de Julho de 2018

### DATA LIMITE DE INSCRIÇÃO

18 de Junho de 2018

### LOCAL

A definir

### CARGA HORÁRIA

18 horas

## HORÁRIOS

09h00-19h00

## DESTINATÁRIOS

Professores de educação física, treinadores de desporto, bem como outros profissionais do exercício. Destinado ainda a profissionais de saúde. (tb. estudantes das respectivas áreas)

## IDIOMA

Português

## PROGRAMA

1. Caracterização das abordagens de treino e ensino do desporto tradicionais, especificamente as suas vantagens e desvantagens.
2. De um paradigma de ensino centrado no professor/treinador, para um paradigma de aprendizagem centrado no aluno/atleta.
3. Scaffolding no processo de ensino e treino de desporto: de um professor/treinador transmissor para um professor/treinador facilitador das aprendizagens dos praticantes.
4. A utilização do peer-teaching no processo de ensino e treino do desporto.
5. O vídeo como ferramental fundamental no processo de ensino e treino do desporto.
6. Autonomia instrucional dos alunos/atletas na aula e no treino: planeamento, organização e monitorização das tarefas; observação do adversário; construção do modelo e plano de jogo.
7. Sistemas formais e informais de accountability pedagógica.
8. A descoberta guiada como estratégia instrucional charneira no processo de ensino e treino do desporto.
9. Outros modelos, estilos e estratégias instrucionais mais implícitos e interactivos no processo de ensino e treino do desporto.

## CERTIFICADO

**Certificado de Formação Profissional\***, emitido através do Sistema de Informação e Gestão da Oferta Educativa e Formativa (SIGO), coordenado pelo Ministério da Educação e pelo Ministério do Trabalho e da Solidariedade Social, conforme previsto na Portaria nº 474/2010.

**Formação homologada pelo Instituto do Desporto e Juventude\*** (IDP, I. P) para efeitos da renovação de cédula (PROCAFD/TEF e DT) com 3.6 Unidades de Crédito Presenciais.

\* Necessária a frequência em pelo menos 90% do curso

## PORQUÊ FREQUENTAR ESTE CURSO?

1. Reconhecerás o desajustamento da aplicação das abordagens tradicionais mais prescritivas, autocráticas,

unidireccionais e centradas no professor/treinador.

2. Conhecerás alternativas mais actuais. Perceberás ainda os objectivos, bem com as vantagens e desvantagens de cada uma delas.

3. Conseguirás aplicar abordagens de treino mais actuais num contexto prático, que potenciarão a eficácia pedagógica do professor/treinador de desporto.

4. Serás capaz de formar alunos e atletas comprometidos, autónomos e metacognitivamente implicados no processo de treino.

## DESCRIÇÃO

### PROCESSO DE ENSINO E TREINO DO DESPORTO CENTRADO NO PRATICANTE: O PAPEL DAS ESTRATÉGIAS IMPLÍCITAS E INTERACTIVAS

A **instrução directa tem sido cabalmente adoptada nos últimos anos** nos diferentes contextos de **ensino e treino do desporto**. Porém, a investigação tem mostrado que a **aplicação de estratégias centradas no professor/treinador**, nomeadamente comportamentalistas, prescritivas, autocráticas e unidireccionais, é, actualmente, **plenamente desajustada**.

Os **participantes (alunos ou atletas) desempenham um papel passivo**, pouca implicação cognitiva e com autonomia reduzida, realizando as tarefas sem, na maioria das vezes, entenderem a sua significância, vantagens ou desvantagens.

Urge, por isso, **evoluir para paradigmas que colocam o praticante no centro do processo de aprendizagem**, que considerem a pessoa que mora nos alunos ou atleta, com as suas experiências singulares, motivações e ritmo individual de aprendizagem.

Deste modo, a **aplicação de estratégias de treino mais interactivas e implícitas** torna-se premente. Em particular, **estratégias de peer-teaching** onde os praticantes servirão não só de executadores da tarefa, mas também como observadores, têm mostrado ser vantajosas para o **processo de ensino e treino do desporto**.

Ademais, a maior **liberdade dos praticantes na organização e condução das tarefas de aula e treino** (como o planeamento e organização dos exercícios, a observação dos adversários, a construção do plano de jogo, entre outros), tem evidenciado a sua eficácia em diferentes contextos de **ensino e treino do desporto**.

Mais ainda, a **utilização do vídeo**, quer em contextos formais ou informais (por exemplo durante o treino), tem mostrado a sua **eficácia na evolução dos praticantes no conteúdo**.

Por último, na formação de **Ensino e Treino no Desporto Centrado no Atleta**, Rui Araújo abordará ainda outras estratégias instrucionais como, por exemplo, os **sistemas formais e informais de accountability pedagógica e a descoberta guiada**, que permitam ao praticante monitorizar a sua própria actividade e ser **sujeito activo na construção das suas aprendizagens**.