

**Centro de Formação Aurélio da Paz dos Reis**

**AÇÃO**  
**E36.25/26**

**Ação de Formação:** Atualização e aprofundamento científico-didático no ensino da Educação Física: Ginástica do 3.º ao 6.º ano de escolaridade

**Modalidade:** Curso de Formação b-learning

**Formador(a):** António Emílio Araújo de Carvalho

**Duração:** 25 horas de formação

**Destinatários:** Professores dos grupos de recrutamento 110 e 260

**Creditação:** 25 horas de formação (releva para efeitos do art.º 8.º e art.º 9.º do RJFC (D.L. n.º 22/2014) – Registo: CCPFC /ACC-128767/24)

**Local de realização:** Escola Secundária Dr. Manuel Laranjeira

### Objetivos

Promover a atualização científica e didática dos docentes em temas/domínios da(s) disciplina(s); Analisar as implicações práticas do PA no desenvolvimento curricular, bem como compreender a relação entre as AE e o PA;

Promover a utilização e a partilha de recursos e materiais pedagógicos concebidos durante o curso que incentivem a utilização de estratégias ativas e inclusivas, em contexto de sala de aula; Analisar e refletir sobre a importância da coadjuvação enquanto processo colaborativo e de desenvolvimento de autonomia dos professores envolvidos; Promover estratégias de ensino cooperativo/colaborativo, com impacto na avaliação das aprendizagens;

Operacionalizar e estruturar das AE de Ginástica ao longo do Ensino Básico, promovendo a recuperação de aprendizagens entre ciclos

### Conteúdos

Módulo (M) 1 – Currículo: dos referenciais à gestão (2,5 h) Conceitos e perspetivas curriculares (articulação PA/AE/Inclusão/ENEC/ desenvolvimento de competências digitais dos alunos no processo de aprendizagem) O PA e as suas implicações práticas na gestão curricular (exploração do ponto 6 do PA); As AE e a sua articulação com as áreas de competências do PA (ações estratégicas das AE de cada disciplina). Ao longo do desenvolvimento dos módulos deve prever-se estratégias e atividades com vista ao recurso a ferramentas digitais por parte dos alunos.

M2 – Perícias e Manipulações (Bloco 1) e Deslocamentos e Equilíbrios (Bloco 2) – (5 h=2 h online+3 h presencias) Identificar as potencialidades, os desafios e as estratégias no âmbito do trabalho cooperativo entre professores; Análise, organização e planeamento curricular dos Blocos 1 e 2, numa perspetiva de sustentabilidade dos restantes Blocos;

M3 – Bloco 1 e 2, e as aprendizagens da Ginástica (Bloco 3) – (5 h=2 h online+3 h presencias) Modelos de desenvolvimento curricular da EF baseada na realidade Escolar e respeitando as prioridades dos blocos a abordar em função do ano de escolaridade; Análise, organização e planeamento curricular do Bloco 3, enquanto aprendizagens alicerçadas nos Blocos 1 e 2;

M4 – O Bloco 3 (5 h=2 h online+3 h presencias) Análise, organização e planeamento curricular do Bloco 3, em função das aprendizagens a desenvolver no 3.º e 4.º anos; Análise e reflexão sobre as técnicas e os instrumentos utilizados nos processos de apuramento das aprendizagens no âmbito do Bloco 3.

M5 – Subárea de Ginástica - Ginástica de Solo (GS) (5 h=2 h online+3 h presencias) Análise, organização e planeamento curricular da matéria GS Situações de aprendizagem para a composição e realização das destrezas de GS, em esquemas individuais e/ou grupo, aplicando critérios de correção técnica. Análise e reflexão sobre as técnicas e os instrumentos utilizados nos processos de apuramento das aprendizagens no âmbito desta matéria.

M6 - Subárea de Ginástica - Ginástica de Aparelhos (GA) (5 h=2 h online+3 h presencias) Análise, organização e planeamento curricular da matéria GA; Situações de aprendizagem para a composição e realização das destrezas de GA, aplicando critérios de correção técnica. Análise e reflexão sobre as técnicas e os instrumentos utilizados nos processos de apuramento das aprendizagens no âmbito desta matéria.

M7 - Subárea de Ginástica - Ginástica Rítmica (GR) (5 h=2 h online+3 h presencias) Análise, organização e planeamento curricular da matéria GR; Situações de aprendizagem para a composição e realização das destrezas de GR, em esquemas individuais e/ou grupo, aplicando critérios de correção técnica. Análise e reflexão sobre as técnicas e os instrumentos utilizados nos processos de apuramento das aprendizagens no âmbito desta matéria

### Cronograma:

- 1.ª Sessão: 18h – 20:30h, 7/01/2026 (presencial) – 2,5h
- 2.ª Sessão: 18h – 20:00h 14/01/2026 (online) – 2h
- 3.ª Sessão: 18h – 20:30h, 21/01/2026 (presencial) – 2,5h
- 4.ª Sessão: 18h – 20.00h, 04/02/2026 (online) – 2h
- 5.ª Sessão: 18h – 20:30h, 18/02/2026 (presencial) – 2,5h
- 6.ª Sessão: 18h – 20:00h, 25/02/2026 (online) – 2h
- 7.ª Sessão: 18h – 20:30h, 04/03/2026 (presencial) – 2,5h
- 8.ª Sessão: 18h – 20:00h, 18/03/2026 (online) – 2h
- 9.ª Sessão: 18h – 20:30h, 15/04/2026 (presencial) – 2,5h
- 10.ª Sessão: 18h – 20:30h, 22/04/2026 (presencial) – 2,5h
- 11.ª Sessão: 18h – 20:00h, 29/04/2026 (presencial) – 2h

**Nota:** O presente cronograma poderá ser objeto de alteração de datas, local e/ou horas das sessões.

**Inscrição:** <https://forms.gle/bd5v7wjCLS2Xqb4NA>