

1. DESIGNAÇÃO DA ACÇÃO DE FORMAÇÃO

ACÇÃO DE FORMAÇÃO DE TÊNIS DE MESA - NÍVEL II

2. RAZÕES JUSTIFICATIVAS DA ACÇÃO E SUA INSERÇÃO NO PLANO DE ACTIVIDADES DA ENTIDADE PROPONENTE

Atualmente, o Ténis de Mesa, desporto olímpico desde 1988, é dos desportos mais praticados em todo o mundo, com 40 milhões de atletas. Em Portugal, no último retrato do Desporto Escolar, o Ténis de Mesa ocupava o 4º lugar em número de inscritos, entre 45 modalidades, com 7150 atletas. É conhecida a apetência pela modalidade entre os jovens, refletida na constante ocupação das mesas nas escolas onde existem instalações mínimas para a prática informal da modalidade.

Por outro lado, o Ténis de Mesa tem características educativas relevantes no contexto da aprendizagem escolar. A modalidade encerra valores pedagógicos essenciais para as crianças e jovens e proporciona o desenvolvimento de muitas competências e recursos, em vários planos.

No plano motor, a sua prática desenvolve a destreza, a coordenação, a precisão gestual e a velocidade de execução e de reacção.

No domínio cognitivo, desenvolve a tomada de decisão, a antecipação, a apreciação de trajetórias, a análise de jogo e a elaboração de uma estratégia.

No domínio afetivo, desenvolve a motivação, a gestão da oposição e dos resultados, a cooperação com os outros e o autocontrolo.

Simultaneamente, a prática do Ténis de Mesa, promove:

- O respeito pelas regras e por todos os intervenientes (adversários, treinadores, dirigentes e árbitros):

- A valorização do trabalho e do esforço individual e coletivo

- A integração e a inclusão, enquanto modalidade, onde não existe confronto físico, adequada a rapazes e raparigas, com ou sem deficiência física e mental.

Neste sentido, a DGE-Divisão Desporto Escolar em parceria com a Federação Portuguesa de Ténis de Mesa, pretende proporcionar formação aos professores de Educação Física do 2º e 3º ciclos do Ensino Básico e do Ensino Secundário que os apoie na implementação de unidades dedicadas ao Ténis de Mesa na sua atividade curricular e/ou dinamizar atividades ligadas ao Desporto Escolar, uma vez que a modalidade pode ser facilmente dinamizada nas escolas, em formas mais ou menos informais.

3. DESTINATÁRIOS DA ACÇÃO

- Professores de Educação Física responsáveis por Grupos/Equipa de Ténis de Mesa (preferencialmente) do 2º e 3º ciclos do Ensino Básico e do Ensino Secundário.

- Grupos de recrutamento – 260 e 620

Os dados recolhidos são processados automaticamente, destinando-se à gestão automática de certificados e envio de correspondência. O preenchimento dos campos é obrigatório pelo que a falta ou inexactidão das respostas implica o arquivamento do processo. Os interessados poderão aceder à informação que lhes diga respeito, presencialmente ou por solicitação escrita ao CCPFC, nos termos dos artigos 27º e 28º da Lei nº 10/91 de 19 de Fevereiro. Entidade responsável pela gestão da informação: CCPFC – Rua Nossa Senhora do Leite, nº 7 – 3º - 4701-902 Braga.

4. OBJECTIVOS A ATINGIR

- Consciencializar das características e potencialidades da modalidade;
- Consciencializar dos principais requisitos técnicos e motores de base para a aprendizagem técnica da modalidade;
- Desenvolver estratégias e metodologias de implementação da atividade nas aulas de Educação Física;
- Criar exercícios/situações/guiões de apoio à implementação do Ténis de Mesa nas escolas (Clubes escolares ou aulas de Educação Física);
- Desenvolver nos professores autonomia para o aprofundamento do conhecimento e prática da modalidade.
- Qualificar em Grau I no Curso de Treinadores de Ténis de Mesa, reconhecido pelo IPDJ (Instituto Português do Desporto e da Juventude).

5. CONTEÚDOS DA ACÇÃO (Descriminando, na medida do possível, o número de horas de formação relativo a cada componente)

1. Elementos da técnica do Ténis de Mesa 8 horas
 - a) Princípios do movimento da técnica gestual
 - b) Técnica gestual dos diferentes golpes
 - c) Os diferentes tipos de deslocamentos
 - d) A tendência para os deslocamentos curtos – passo saltado –
 - e) O equilíbrio dinâmico
 - f) A velocidade de deslocamento, gestual e de reação
 - g) Jogar a bola antes, durante e depois do ressalto
2. O Serviço e a Recepção 5 horas
 - a) Os diferentes tipos de serviços: curtos, médios e longos
 - b) As diferentes recepções para cada tipo de serviço
 - c) A eficácia do serviço e da recepção
 - d) A Tática a utilizar para cada situação

3. O material específico em Ténis de Mesa 3 horas

- a) Os diferentes tipos de revestimento
- b) Os diferentes tipos de madeiras
- c) Preparação de uma raqueta
- d) A particularidade de uma raqueta combinada

4 . Ténis de Mesa para pessoas com deficiência 3 horas

- a) História e estrutura do Ténis de Mesa paralímpico
- b) Principais características e sistemas de classificação
- c) Equipamento
- d) Regras
- e) Adaptações técnicas
- f) Adaptações táticas

5. Quadros competitivos específicos do Ténis de Mesa 6 horas

- a) Organização de um Torneio de Ténis de Mesa
- b) Quadro horário previsional, englobando várias classes
- c) Prática simulada reduzida

6. METODOLOGIAS DE REALIZAÇÃO DA ACÇÃO (Discriminar, na medida do possível, a tipologia das aulas a ministrar: teóricas, teórico/práticas, práticas, de seminário)

O módulo 4 (do ponto anterior) terá a forma de plenário, concretizada com uma prática simulada no terreno. Nos restantes módulos serão utilizadas sessões de natureza demonstrativa e prática (exercícios) que permitirão ao formando aprender fazendo. Ao longo de toda a ação, os formandos, com a ajuda do formador, terão de utilizar os conhecimentos adquiridos para planearem atividades de implementação em aula, onde o Ténis de Mesa será trabalhado como conteúdo central e privilegiado.

7. CONDIÇÕES DE FREQUÊNCIA DA ACÇÃO

- Frequência a, pelo menos, dois terços do número total da carga horária.

8. REGIME DE AVALIAÇÃO DOS FORMANDOS

A avaliação deverá centrar-se no percurso e no trabalho dos formandos ao longo da acção de formação. Para operacionalizar esta abordagem, serão considerados os seguintes aspetos:

- Participação;
- Qualidade dos trabalhos realizados;
- Reflexão crítica sobre o trabalho desenvolvido na acção de formação.
- Teste de Avaliação Sumativa

Os formandos serão avaliados utilizando a tabela de 1 a 10 valores, conforme indicado no Despacho n.º 4595/2015, de 6 de maio, utilizando os parâmetros de avaliação estabelecidos pela DGE e respeitando todos os dispositivos legais da avaliação contínua.

9. MODELO DE AVALIAÇÃO DA ACÇÃO

Preenchimento de um questionário pelos formandos e formadores, no final da acção, cujos resultados serão tratados pela Entidade Formadora.

10. BIBLIOGRAFIA FUNDAMENTAL

- "O Ténis de Mesa vai à Escola", Porto Editora, 2012, Porto
- Manual de Grau I, FPTM, 2014, Lisboa
- ITTF Level 1 Coaching Manual, ITTF, 2010
- Tennis de Table Technique Radvoj Hudetz 1988 editor Sportska Tribina, Zagreb, Yugoslavia
- Tennis de Table - La route du succès, 1996, Michel Gadat, Edisport Paris, France
- Comment être le meilleur, 1995, Glen Osth e Jens Fellke, Vigot, Paris, France
- Manual de Sistemas de competição, Oliveira J., Desporto Escolar, 1995, Lisboa

Data ___ / ___ / ___

Assinatura



O Director-Geral

José Vitor Pedroso