

11. ORGANIZAÇÃO DE UM PLANO DE FORMAÇÃO PARA PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA

A partir dos resultados obtidos concluímos que um número significativo de docentes refere falta de preparação resultante de vários factores, tais como pouca formação, falta de actualização de conhecimentos, características dos idosos, falta de tempo para obter formação, falta de experiência e motivação ou falta de interesse pela área.

Analisados estes dados e relacionando-os com a informação documental tornou-se possível caracterizar a situação real. A comparação do cenário actual com as propostas enunciadas tendo em vista a situação ideal, dada através da revisão da literatura, das respostas dadas nos questionários, permitem-nos detectar alguma disparidade entre a situação real e a situação ideal.

Situação que podemos verificar pela análise do Quadro N.º 7. Assim verificamos que, na situação real, os docentes não possuem preparação para trabalhar com a população sénior, devido a vários factores. Feita a identificação das necessidades (formação de professores de Educação Física na área da população sénior) obtemos a situação ideal que será os professores possuírem formação específica para trabalharem com este grupo populacional.

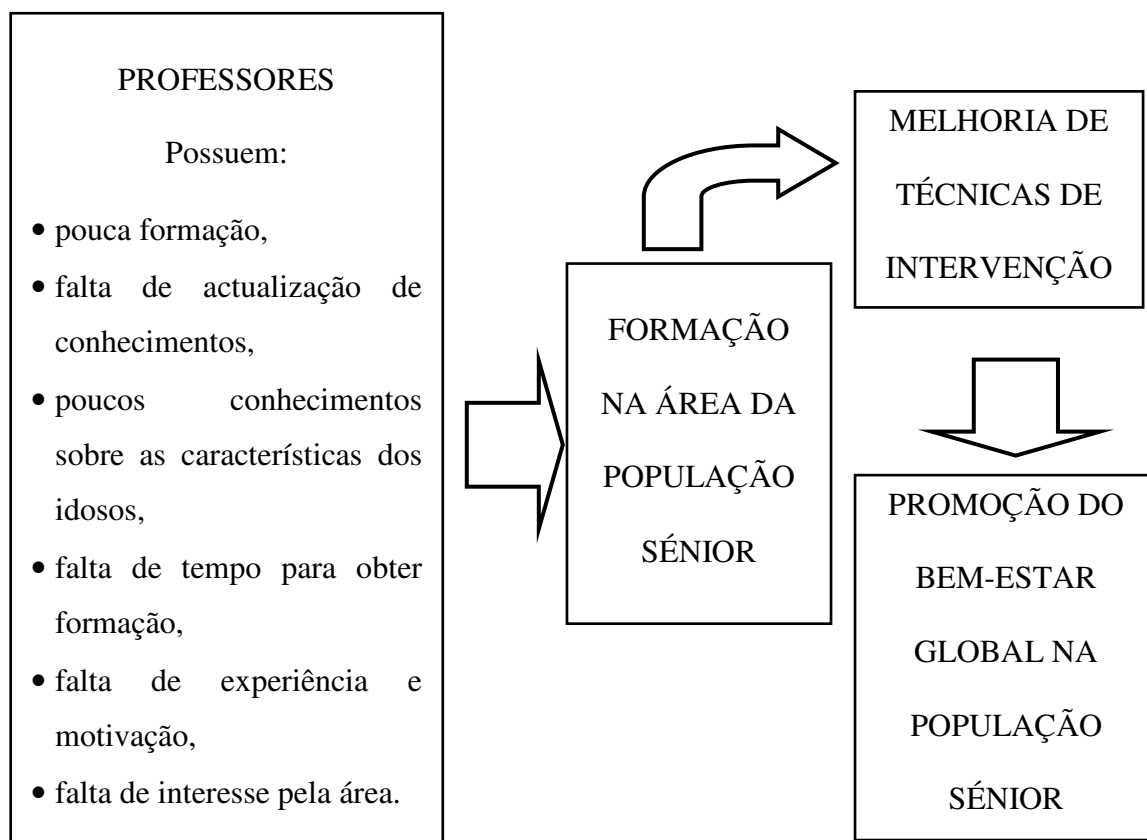
Através do levantamento de necessidades de formação produziu-se conhecimento sobre a população sénior, os professores de Educação Física e as actividades físicas, de modo a atear reflexões e acções concretas que conduzam ao Projecto de Intervenção Formativa.

QUADRO N.º 7 - Análise de Necessidades

Situação Real	Identificação de Necessidades	Situação Ideal
<p>- Alguns Professores de Educação Física possuem:</p> <ul style="list-style-type: none"> • pouca formação, • falta de actualização de conhecimentos, • poucos conhecimentos sobre as características dos idosos, • falta de tempo para obter formação, • falta de experiência e motivação • falta de interesse pela área. 	<p>- Formação de professores de Educação Física na área da população sénior.</p>	<p>- Professores com formação na área da população sénior.</p>

Pela análise da Figura N.º 6, verificamos que através do conhecimento da situação real, podemos modificá-la através da formação de docentes na área da população sénior. Ao capacitarmos os docentes com formação na área da população sénior, situação ideal, contribuiremos para a melhoria de técnicas de intervenção deste grupo profissional o que consequentemente originará promoção do bem-estar global da população sénior.

FIGURA N.º 6 - Projecto de Intervenção Formativa para melhoria de técnicas de intervenção



Por considerarmos que a Formação de Professores é um conjunto de opções pedagógicas que se traduzem em prioridades de acção, orientadas para o desenvolvimento de qualidades pessoais e interpessoais que possam contribuir para uma prática de ensino personalizada e para o sucesso profissional do docente, optámos por apresentar um plano de formação.

PLANO DE FORMAÇÃO

Face às respostas referidas por um número significativo de docentes quando questionados sobre a sua preparação profissional para trabalhar com a população sénior, elaborámos um possível plano de formação, que deverá ter em conta o contexto cultural e social desse escalão etários. Do plano fazem parte a apresentação de um conjunto de sugestões tendo em conta a identificação das necessidades dos docentes.

OBJECTIVO GERAL

- Adquirir competências para a realização de actividades Físicas com a população sénior, dos 70 aos 80 anos.

OBJECTIVOS ESPECÍFICOS

- Conhecer as diferentes etapas de desenvolvimento humano;
- Conhecer as fases de desenvolvimento psicossocial da população sénior;
- Familiarizar os professores com conceitos relacionados com a prática de actividades físicas para a população sénior;
- Promover conhecimentos aos professores sobre as actividades a realizar de acordo com o estado físico de cada praticante;
- Perspectivar as actividades físicas como instrumento para incutir mudanças na qualidade de vida dos longevos;
- Transmitir as potencialidades da realização de actividades físicas para prevenção do isolamento e sedentarismo à população sénior;
- Criar hábitos de realização de actividades físicas no dia-a-dia dos senescentes.

POPULAÇÃO ALVO

- Professores licenciados em Educação Física que na sua formação inicial não tiveram acesso a estes conteúdos, que necessitem actualizar os seus conhecimentos, que tenham poucos conhecimentos sobre as características dos idosos, que revelem falta de tempo para obter formação, falta de experiência, interesse e motivação para trabalhar com a população sénior.

CONTEÚDOS

- Desenvolvimento Humano;
- Desenvolvimento Psicossocial da população sénior;
- Breves considerações sobre as actividades físicas destinadas à população sénior;
- Promoção do bem-estar na população sénior
- Actividades físicas: articulação com a Promoção, Prevenção e Problemas de Saúde na população sénior
- Actividades Práticas
 - Jogos de Perícia e Manipulação com bolas;
 - Jogos Tradicionais;
 - Deslocamentos e Equilíbrios;
 - Ginástica;
 - Natação;
 - Caminhadas;
 - Jogos Colectivos.

ACTIVIDADES

- Debates, diálogos;
- Visionamento de filmes;
- Audição de depoimentos e histórias de vida
- Realização de entrevistas;
- Realização de exercícios práticos;
- Elaboração de um projecto de intervenção.

MATERIAIS

- Diverso material audio-visual;
- Diverso material de Educação Física;
- Registos escritos e orais.

CARGA HORÁRIA

- 30 Horas, distribuídas por 10 sessões de 3 horas diárias a funcionarem em horário pós laboral ou ao fim de semana, distribuída pelos diferentes conteúdos. Sugere-se que este plano de formação não tenha uma duração superior a seis meses.

AVALIAÇÃO

- A avaliação será contínua e final com início na 3ª sessão, sendo realizada em grupos de três formandos tendo em conta a realização de um projecto de intervenção.

LOCAL DE REALIZAÇÃO

- Sala de aula;
- Ginásio;
- Piscina;
- Circuito de manutenção

CUSTOS

- Esta formação terá um custo maior ou menor, de acordo com a articulação estabelecida com a comunidade educativa, estando os custos só relacionados com a contratação dos formadores, considerando que a mesma será gratuita para os formandos.

FORMADORES

- Os formadores serão professores catedráticos com formação na área da população sénior, que tenham realizado trabalhos de investigação com este grupo populacional.

CRONOGRAMA

1º Mês	Desenvolvimento Humano
2 Sessões	Desenvolvimento Psicossocial da população sénior Breves considerações sobre as actividades físicas destinadas à população sénior

2º Mês 2 Sessões	Promoção do bem-estar na população sénior Actividades físicas: articulação com a Promoção, Prevenção e Problemas de Saúde na população sénior
3º Mês 2 Sessões 4º Mês 2 Sessões	Actividades Práticas • Jogos de Perícia e Manipulação com bolas; • Jogos Tradicionais; • Deslocamentos e Equilíbrios; • Ginástica; • Natação; • Caminhadas; • Jogos Colectivos.
5º Mês 1 Sessão	Início da elaboração de um Projecto de Intervenção
6º Mês 1 Sessão	Apresentação do Projecto de Intervenção