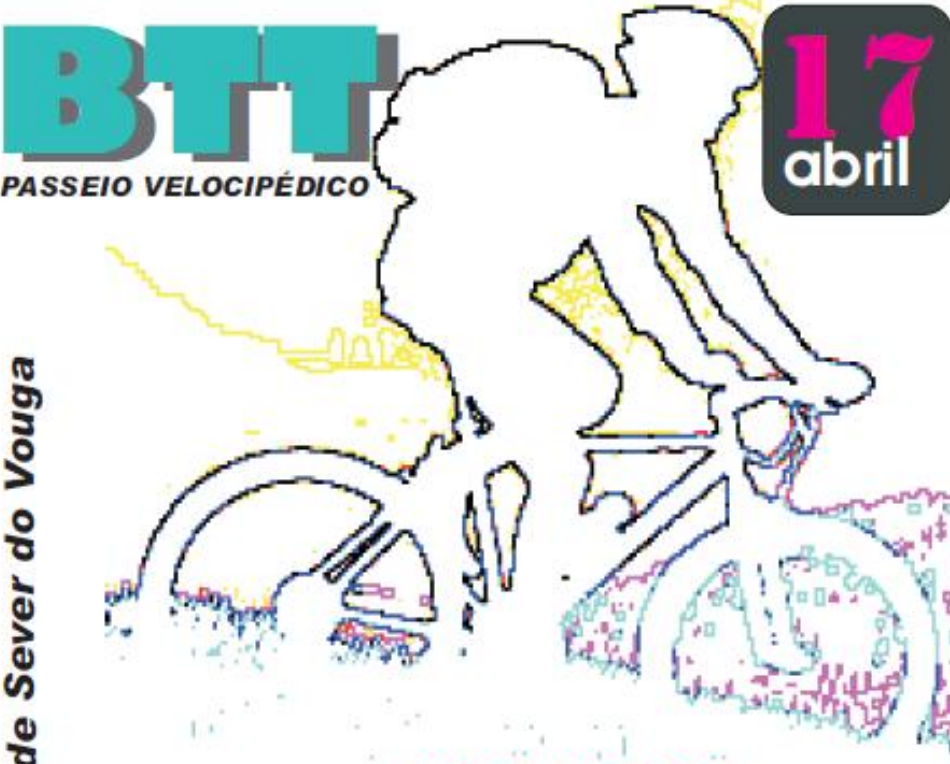



Projeto da Atividade



BTT
PASSEIO VELOCIPÉDICO

17
abril


Inscrições até: 10 de abril de 2015



Agrupamento de Escolas de Sever do Vouga

Organização: Educação Física

Apoio



The image shows a black and white photograph of a large stone arch bridge over a river. The bridge has multiple arches and is reflected in the water. The text 'Agrupamento de Escolas de Sever do Vouga' is written vertically on the left side. At the bottom, it says 'Organização: Educação Física'. On the right side, there are three logos under the heading 'Apoio'.

Elaborado por
Ana Paula Calvo

Ano Letivo de 2014/2015

Índice

I – Introdução	2
II - Justificação da atividade.....	2
III – Objetivos fundamentais da atividade	3
IV – Denominação, local e calendarização da actividade	3
1. Denominação	3
2. Local	3
3. Calendarização	3
V – População alvo/Participantes	4
VI – Responsáveis pela organização da atividade	4
VII - Colaboração	4
VIII – Forma, estrutura e organização da atividade	4
1. Estratégia organizativa da atividade	4
2. Promoção/divulgação da actividade	6
3. Inscrições.....	6
4. Alimentação	7
5. Segurança e prevenção	7
6. Apoios e Patrocínios:	7
IX – Recursos	7
1. Humanos	7
2. Materiais.....	8
X - Cronograma	8
XI – Casos omissos	9
XII – Avaliação da atividade	9

I – Introdução

O desporto é um importante elemento cultural que caracteriza a época em que vivemos, pois cada vez mais ganha bastante significado nos planos social, económico, político e educativo. É um fenómeno estruturalmente recreativo e lúdico, evoluindo num quadro de valores universalmente aceites, assumindo-se, ainda, como componente essencial de qualquer projeto que se pretenda efetivamente educativo.

As entidades governamentais sugerem às instituições de educação e formação a todos os níveis, que encontrem formas de explorar mais plenamente as possibilidades oferecidas pelo desporto em matéria de mobilidade transnacional e de intercâmbios culturais e, na nossa opinião, disciplinares.

O Parlamento Europeu e o Conselho da União Europeia consideram assim que, as atividades desportivas podem ter um valor pedagógico, contribuindo para o reforço da sociedade civil, convidando todos os Estados-Membros a efetuar uma abordagem coerente destinada a explorar o potencial educativo destas atividades.

Ao conjugarmos as considerações provenientes do Parlamento Europeu e do Conselho da União Europeia com todas as aquelas que reconhecem o exercício físico regular como meio para melhorar a saúde física e psíquica, contribuindo positivamente para o processo de aprendizagem, e como forma de promover a identidade e o desenvolvimento pessoais dos nossos jovens, surge, desta feita, a realização de um passeio velocipédico.

A atividade escolhida – BTT/passeio velocipédico – surge como consequência da importância crescente que este tipo de atividades tem vindo a conquistar na sociedade, nomeadamente pelos valores intrínsecos ao exercício físico, pela proximidade com a natureza e obviamente pela “moda” que deve ser aproveitada junto da população mais jovem como forma de desenvolver o gosto de uma prática desportiva regular, aliada ainda à aquisição de comportamentos adequados (regras e normas sociais, legais e institucionais).

II - Justificação da atividade

Quando se fala de Desporto poucos são os que negam os seus benefícios, pelo que estes justificam a generalização do seu envolvimento em programas educativos e recreativos. De facto, vários são os estudos que demonstram que a prática desportiva regular contribui para a formação integral de qualquer indivíduo, proporcionando: (i) o desenvolvimento motor e a formação corporal; (ii) o desenvolvimento emocional; (iii) o desenvolvimento de traços positivos do caráter; (iv) o desenvolvimento da aptidão física; (v) a saúde; (vi) a prevenção de comportamentos sociais desviantes, etc.

A realização desta atividade justifica-se, assim, pelo seu valor intrínseco ao promovermos e divulgarmos o Desporto para crianças e jovens no concelho de Sever do Vouga. A forma como ela se encontra organizada permite alcançar o objetivo fundamental da atividade técnico-pedagógica do grupo de professores de Educação Física do Agrupamento de Escolas de Sever do Vouga, ou seja, desenvolver os domínios cognitivo-operatório e das atitudes e valores, através de uma prática desportiva referenciada à Educação, à Saúde, ao Lazer e Bem Estar.

Esta forma de atuação lúdico-desportiva proposta pelo grupo de Educação Física pretende, ainda, usar os recursos naturais da região como meio de aquisição de valores históricos, culturais, monumentais, paisagísticos, ecológicos; promovendo ainda a partilha de experiências, de conhecimentos e de laços sociais entre todos aqueles que fazem parte da nossa comunidade educativa.

III – Objetivos fundamentais da atividade

Os objetivos pretendidos com a realização da atividade de BTT/Passeio Velocipédico são:

1. Sensibilizar as instituições educativas e autárquicas para a necessidade de cooperação, com o objetivo de desenvolver a educação pelo desporto;
2. Tirar partido dos valores veiculados pelo desporto para o desenvolvimento do conhecimento e das competências, permitindo aos jovens desenvolver capacidades físicas e disposição para o esforço pessoal, bem como aptidões sociais como o trabalho em equipa, a solidariedade, a tolerância e o *fair-play*;
3. Promover o valor educativo da mobilidade e dos intercâmbios entre os alunos, através da organização dos encontros desportivos e culturais no âmbito das atividades escolares;
4. Incentivar o intercâmbio de boas práticas sobre o papel que o desporto pode desempenhar nos sistemas de educação a fim de promover a inclusão social dos grupos menos favorecidos;
5. Criar um melhor equilíbrio entre as atividades ditas “intelectual” e “física” na vida escolar, através do encorajamento do desporto nas atividades escolares;

Para além destes pretendemos:

6. Criar um espaço cultural, lúdico e recreativo na escola, aberto a toda a comunidade.
7. Dinamizar a comunicação e o estreitamento de laços de convivência social e profissional entre todos os elementos da comunidade educativa.
8. Dinamizar a ligação da comunidade escolar com a autarquia.
9. Promover a aproximação da população do concelho de Sever do Vouga com as suas Escolas.
10. Fomentar a utilização da bicicleta como meio de transporte, desenvolvendo para tal um conjunto de competências motoras e comportamentais (cumprimento de regras e normas) durante a sua utilização.

IV – Denominação, local e calendarização da actividade

1. Denominação

Dado que esta atividade tem como referência a tradição da bicicleta como um dos “brinquedos” que facilmente proporcionamos às nossas crianças e jovens, iremos aproveitar esta condição promovendo um passeio de cicloturismo pela região, como forma de alcançar os objetivos pretendidos. Deste modo, iremos intitular a nossa atividade de **BTT/Passeio Velocipédico**.

2. Local

Os locais para a realização da atividade são diversos, realizando-se para tal um percurso circular, passando por diferentes pontos da região de Sever do Vouga.

3. Calendarização

A atividade está programada para ser desenvolvida no dia **17 de abril (sexta-feira)**.

V – População alvo/Participantes

Esta atividade tem como população alvo os **alunos do agrupamento** (5.º ao 12.º ano), no entanto temos igualmente o interesse de a tornar acessível a toda a **comunidade educativa**.

VI – Responsáveis pela organização da atividade

A organização da atividade será da **responsabilidade** do **grupo de Educação Física do Agrupamento de Escolas de Sever do Vouga**.

VII - Colaboração

Para que esta atividade decorra da melhor forma, iremos propor a colaboração de Assistentes Operacionais (AO) para as questões da alimentação e de docentes de outros grupos disciplinares (história, ciências naturais, etc...) por causa da vertente histórica, paisagística, arquitetónica, geográfica, ecológica e natural da atividade.

Para as questões relativas à prevenção e segurança, iremos solicitar a colaboração dos Bombeiros Voluntários de Sever do Vouga, da GNR e funcionários da autarquia local.

VIII – Forma, estrutura e organização da atividade

1. Estratégia organizativa da atividade

O Percorso:

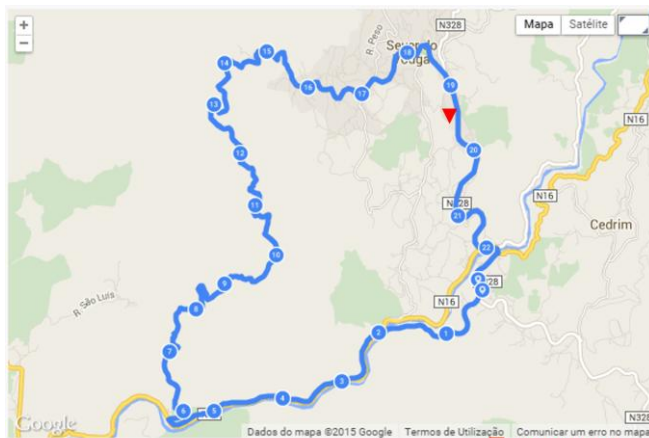
Para a definição do percurso, será necessário que se execute um reconhecimento do mesmo, acautelando os níveis de dificuldade que o caracterizam. Falamos do número de quilómetros a percorrer, o tipo de piso que iremos encontrar, os desníveis a enfrentar e o tempo necessário para a realização da atividade, entre outros.

Teremos de ter igualmente em consideração os pontos de interesse para a explicação dos conteúdos culturais e históricos da região, aproveitando alguns deles para a recuperação, reagrupamento, hidratação e alimentação.

Paralelamente, teremos ainda de ponderar o tipo de percurso (estradas rodoviárias e estradas florestais), para acautelarmos a atuação de entidades como a GNR, Bombeiros e funcionários autárquicos.

Deste modo, foi definido um percurso circular de 23 km, passando-se por diferentes pontos da região de Sever do Vouga, sendo eles os seguintes:

- i. Partida no pavilhão desportivo do agrupamento;
- ii. EN 328 em direção a sul, passando pelas freguesias de Pessegueiro do Vouga e Paradela;
- iii. Em Paradela, acedemos à ciclovia (Ecopista), percorrendo-a, ao longo do Rio Vouga, até à zona da Foz (limite do concelho com Albergaria-a-Velha);
- iv. Na Foz, cortamos para norte pela estrada florestal em direção ao Braçal (parque das minas), onde se fará um almoço-convívio.
- v. Após espaço de confraternização e restabelecimento de energias, será feito o regresso à escola.
- vi. Do Braçal, tomamos a estrada florestal até à povoação da Senhorinha, acedendo-se novamente à EN 328 até à escola (Sever do Vouga).



Pontos de paragem:

- 1º. **Paradela – Ciclovia/ecopista (km 3):** esta primeira paragem surge logo após a primeira subida acentuada. Será aproveitada para a recuperação física e o reagrupamento dos ciclistas que ficaram para trás. No local poderemos abordar a importância da antiga fábrica das Massas Vouga na economia local do passado; assim como o que a mesma representa agora para o concelho, após o seu restauro (Vouga Park – nicho empresarial).
- 2º. **Foz (km 9):** no final da ciclovia acontecerá a segunda paragem para a hidratação e reagrupamento dos ciclistas que ficaram para trás, antes de se aceder à estrada florestal pela serra, em direção às Minas do Braçal. Tendo em conta o piso de betão assim como a ausência de desníveis nesse trajeto, pois trata-se da antiga linha de caminho-de-ferro da beira interior agora transformada em ecopista, faremos apenas a paragem no limite do concelho com Albergaria-a-Velha.
Neste local, passamos pela Ponte Ferroviária do Poço de Santiago, considerada o ex-libris do concelho, verdadeira obra monumental, toda ela construída em pedra, constituindo um símbolo de identidade de toda a região de Sever do Vouga; por muitos considerada a maior ponte de pedra do país.
- 3º. **Minas do Braçal (km 17):** local definido para o almoço convívio entre todos os elementos da comunidade. Para além do objetivo social, obviamente o reforço alimentar está presente, sendo este assegurado por AO do agrupamento. Nesse mesmo local, pelas características físicas do terreno, poderemos montar exercícios técnicos de BTT através de jogos lúdicos; assim como poderemos abordar a importância destas minas como um dos maiores centros mineiros do norte do país e as consequências que o fecho das mesmas tiveram sobre a economia local e o êxodo populacional para o estrangeiro.
- 4º. **Entrada da povoação da Senhorinha (km 18):** saindo-se do local anterior, percorremos 1km numa estrada florestal com um desnível de subida. Tendo em conta o longo percurso de subida, assim como a entrada em estrada rodoviária, teremos de efetuar uma paragem para recuperação, hidratação,

reagrupamento dos ciclistas e reforço do cumprimento das regras de segurança em estrada com circulação de veículos.

- 5º. **Rua do Paçô – Senhorinha (km 20):** tendo em consideração que o trajeto realizado até este local representa um desnível de subida, atingindo-se o ponto mais alto do percurso, faremos a última paragem para recuperação, hidratação, reagrupamento dos ciclistas e reforço do cumprimento das regras de segurança em estrada rodoviária, pois a partir daí teremos somente percursos com desníveis de descida até ao término do itinerário, sempre por estrada rodoviária.

Características do Percurso:

Altitude máxima	347m
Altitude mínima	4m
Acumulado de subida	522m
Acumulado de descida	696m
Duração total do percurso com paragens	5 horas
Trajeto	Circular
Distância	23 km

Quadro 1. Dados recolhidos através do Endomondo

Os Guias:

Tendo em conta que o grupo disciplinar de Educação Física é composto por 10 docentes, os mesmos serão distribuídos formando 3 grupos de guias: o **guia da frente** que abre o grupo; os **guias de trás** que fecham o grupo; e os **guias do meio** que fazem a comunicação entre os outros guias.

Outras entidades:

Para além destes elementos que circulam de bicicleta com o grupo de alunos, sempre que percorremos estrada rodoviária, a GNR encontra-se à frente do grupo. A equipa de bombeiros disponibilizará um veículo todo terreno que acompanha o grupo atrás em todo o trajeto realizado, uma vez que as estradas florestais permitem o acesso a este tipo de veículos. A existência de 2 carros de apoio (carros vassoura) para transporte de água e para o auxílio das situações que inviabilizam a reparação de bicicletas, está igualmente contemplada.

2. Promoção/divulgação da actividade

Para a promoção e divulgação da atividade será elaborado um cartaz alusivo ao evento (Anexo 1), que ao ser reproduzido para papel será afixado nos espaços das escolas. Associado a este documento será feito um documento que condensará as informações mais importantes a ser fornecido aos alunos (data de realização, percurso, material necessário, regras de conduta, etc.), onde se encontra igualmente a ficha de inscrição/autorização de participação (Anexo 2).

3. Inscrições

Tendo em consideração as questões organizativas inerentes à realização desta atividade, a comissão coordenadora estipula o prazo limite para a entrega das inscrições até **10 de abril de 2014 (sexta-feira)**.

4. Alimentação

A organização conta com a colaboração da direção do agrupamento, disponibilizando 2 AO que levarão o almoço-volante ao local onde se vai realizar o almoço convívio. Este almoço-volante será confeccionado pela cantina da escola, sendo a verba proveniente do valor da senha da refeição de cada aluno inscrito. Para tal, este terá de efetuar o pagamento da refeição, como se fosse comer na escola.

A refeição será composta por carnes grelhadas, pão, salada, fruta e água.

Outras refeições de reforço serão da responsabilidade dos alunos, pelo que serão alertados aquando da divulgação/inscrição na atividade.

5. Segurança e prevenção

Durante a realização dos jogos existirá material de Primeiros Socorros, contando-se ainda com o acompanhamento por parte dos Bombeiros Voluntários de Sever do Vouga, de uma patrulha de GNR e de 2 carrinhas da autarquia que funcionarão como “carro vassoura”.

A formação de alguns profissionais de Educação Física na área do Desporto de Recreação e Lazer/Desporto Aventura permite que os mesmos se transformem ao longo da prova em “mecânicos de serviço”. Para tal, esses docentes terão equipamento de reparações rápidas, para as eventuais avarias (pneus furados, correntes partidas, etc.).

Os alunos serão alertados para as condições adequadas das suas bicicletas, fazendo-se acompanhar de câmaras de ar.

6. Apoios e Patrocínios:

De modo a permitir as melhores condições estruturais e humanas, bem como a redução dos encargos financeiros da organização deste evento desportivo, enviaremos ofícios a várias entidades, solicitando o apoio à consecução dos objetivos propostos para este evento.

A organização prevê a atribuição de *t-shirt's* alusivas ao evento para todos os participantes. Convém referir que, a atribuição das *t-shirt's* só será efetuada se a organização conseguir obter apoio financeiro de algumas entidades, de modo a minimizar as despesas inerentes à organização do evento.

IX – Recursos

1. Humanos

Os recursos humanos necessários à consecução da actividade encontram-se, na maioria, disponíveis na instituição organizadora e colaboradora. Contudo, outros elementos serão necessários para assegurar determinadas acções. Assim, o *staff* e as funções a ele atribuídas são as seguintes:

Recursos humanos	Funções
▪ Professores de Educação Física das escolas participantes	▪ Organização e elaboração do material necessário à divulgação/realização da atividade;

	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Guias do percurso; ▪ Mecânicos de reparações rápidas
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Professores de outros grupos disciplinares 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Exploração de conhecimentos relativos às questões ecológicas, naturais, geográficas, históricas, arquitetónicas, etc...
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Assistentes operacionais e funcionário da cantina 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Confeção do almoço-volante e distribuição do mesmo no local programado para o almoço.
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Bombeiros Voluntários de Sever do Vouga 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Prevenção de acidentes e auxílio nos primeiros socorros.
<ul style="list-style-type: none"> ▪ GNR 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Prevenção e segurança rodoviária.
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Funcionários da Câmara Municipal de Sever do Vouga 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Auxílio na condução do “carro vassoura”

Quadro 2. Recursos humanos e distribuição de funções

2. Materiais

O material necessário à consecução dos objectivos pretendidos com a realização da atividade serão divididos em três tipos distintos, (i) o material que já existe, (ii) o material que terá de ser elaborado e (iii) o material a adquirir, como reflete o quadro que se segue:

Material existente	Material a elaborar	Material a adquirir
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Máquina fotográfica digital ▪ Walkie talkie ▪ Kit's de reparação de bicicletas 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Cartazes da atividade ▪ Documentos informativos da atividade ▪ Ficha de inscrição ▪ Justificações de faltas ▪ Ofícios (para patrocínios, divulgação, prevenção e segurança). 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>T-shirt's</i>

Quadro 3. Material necessário para a realização da atividade

X - Cronograma

Ações a realizar	Período de realização
1. Aprovação da atividade em Conselho Pedagógico.	Conselho Pedagógico de outubro 2014
2. Elaboração do projeto.	A partir de outubro 2014
3. Pedidos de apoio e patrocínios.	
4. Envio de ofícios e outros documentos de divulgação às instituições sociais do concelho.	
5. Elaboração das <i>T-shirt's</i> .	A partir de 13 de março 2015
6. Elaboração do material de divulgação (cartazes, desdobráveis e fichas de inscrição) e sua distribuição.	
7. Fim das inscrições	Até 10 de abril de 2015
8. Requisição da máquina fotográfica e walkie-talkies	Até 10 de abril de 2015
9. BTT/Passeio Velocipédico	A 17 de abril de 2015
10. Relação de alunos participantes/Justificações de faltas (Anexo 3)	Até 17 de abril de 2015
11. Justificação de faltas	De 17 a 20 de abril de 2015
12. Avaliação (questionário e relatório)	De 17 de abril a 30 de abril de 2015

Quadro 4. Calendarização das ações a realizar

XI – Casos omissos

Todas as situações não previstas no presente projeto serão solucionadas no momento pela Comissão Organizadora.

XII – Avaliação da atividade

No término da atividade será aplicado um questionário aos alunos para poderem avaliar a sua experiência, aproveitando os resultados obtidos para elaboração do relatório final (Anexo 4) a ser aprovado pela comissão do Plano Anual de Atividades do agrupamento.

BTT

PASSEIO VELOCIPÉDICO

17
abril



Inscrições até: 10 de abril de 2015

Agrupamento de Escolas de Sever do Vouga



Apoios:



Organização: Educação Física

AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE SEVER DO VOUGA
ATIVIDADES DO PAA
AUTORIZAÇÃO DO ENCARREGADO DE EDUCAÇÃO



Caro Encarregado de Educação,

No dia 17 de abril o grupo de Educação Física deste agrupamento irá realizar um passeio de BTT/velocipédico na região de Sever do Vouga. O percurso é circular, iniciando-se na sede do agrupamento (junto ao pavilhão desportivo) e terminando no mesmo local.

Para o seu educando participar será necessário que ele esteja munido do seguinte material:

1. Bicicleta todo terreno (deverá acautelar as condições de segurança e de transporte da mesma de casa-escola-casa);
2. 1 câmara de ar suplente.
3. **Capacete (OBRIGATÓRIO, sem ele o aluno não participará);**
4. Calçado e roupa confortável e adequada às condições climáticas do momento;
5. Reforço alimentar e água para hidratação;
6. Deverá tirar a senha do almoço na escola, para que lhe seja fornecida a sua refeição no local previsto para o almoço convívio.

Percurso a realizar:

- i. Partida no pavilhão desportivo do agrupamento;
- ii. EN 328 em direção a sul, passando pelas freguesias de Pessegueiro do Vouga e Paradela;
- iii. Em Paradela, acedemos à ciclovia (Ecopista), percorrendo-a, ao longo do Rio Vouga, até à zona da Foz (limite do concelho com Albergaria-a-Velha);
- iv. Na Foz, cortamos para norte pela estrada florestal em direção ao Braçal (parque das minas), onde se fará um almoço-convívio.
- v. Após espaço de confraternização e restabelecimento de energias, será feito o regresso à escola.
- vi. Do Braçal, tomamos a estrada florestal até à povoação da Senhorinha, acedendo-se novamente à EN 328 até à escola (Sever do Vouga).

(destacar)-----

1. Eu abaixo assinado(a) _____,
declaro que autorizo o(a) meu(minha) educando(a) **(nome completo)** _____, aluno(a) do ____º ano,
n.º _____ da turma _____, a participar na atividade do PAA, passeio BTT, que se realizará no dia **17 do mês de abril**, pelas 09:30, com partida junto ao pavilhão desportivo do agrupamento.

Mais declaro que autorizo a exposição/publicação de fotografias/vídeos das atividades em que se inscreve.

2. Autorizo, ainda, que no percurso de regresso o meu(minha) educando(a) possa ficar num determinado local sem ser a escola.

3. Não Sim Se SIM, especificar obrigatoriamente o local: _____

O(A) encarregado(a) de educação: _____ Contacto telefónico _____

Relatório de Atividade
2014/2015

A. Este relatório é final: intermédio

B. Quadro resumo das etapas/fases: (preencher se a atividade se desenvolve em várias etapas/fases)

Nome etapa/fase	Calendarização

C. Denominação e número da atividade que consta no PAA:

--	--

D. Data e local:

	Domínio de intervenção do PEA: <input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E <input type="checkbox"/> F <input type="checkbox"/> G	
--	--	--

E. Dinamizador(es) da atividade:

--

F. Público-alvo (número de participantes...):

--	--

G. Objetivos da atividade:

	<input type="checkbox"/> Não foram atingidos <input type="checkbox"/> Foram parcialmente atingidos <input type="checkbox"/> Foram atingidos
--	---

H. Descrição da atividade:

--

I. Aproveitamento pedagógico posterior:

<input type="checkbox"/> Não realizado	<input type="checkbox"/> Realizado	<input type="checkbox"/> Exposição de trabalhos	<input type="checkbox"/> Relatório	<input type="checkbox"/> Trabalhos individuais/grupo	<input type="checkbox"/> Outras atividades
--	------------------------------------	---	------------------------------------	--	--

Relatório de Atividade
2014/2015

J. Recursos materiais e humanos:

--

K. Avaliação pelos dinamizadores:

<input type="checkbox"/> Fraca	<input type="checkbox"/> Razoável	<input type="checkbox"/> Boa	<input type="checkbox"/> Muito boa
--------------------------------	-----------------------------------	------------------------------	------------------------------------

L. Avaliação pelos alunos:

<input type="checkbox"/> Fraca	<input type="checkbox"/> Razoável	<input type="checkbox"/> Boa	<input type="checkbox"/> Muito boa	<input type="checkbox"/> Não realizada
--------------------------------	-----------------------------------	------------------------------	------------------------------------	--

Considerações finais:

--

M. Orçamento:

--	--

N. Anexos:

--

Sever do Vouga, __ / __ / ____.

Os Dinamizadores