



Desporto Escolar

# PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL NAS ATIVIDADES FÍSICAS E DESPORTIVAS COM CRIANÇAS E JOVENS

## Programa

**Moderador:** Nuno Antunes / Recepção aos participantes (5 min)

**Introdução ao Seminário:** Aliete Filipe / Enquadramento da parceria DDE/Unicef no âmbito da Taça Desporto Escolar e trabalho conjunto desenvolvido nas 3 Edições de parceria (5 min)

### 1ª parte

#### Tema A

A saúde mental enquanto Direito da Criança (15 min)

Mónica Pacheco - Unicef

Esclarecimento das dúvidas colocadas pelo chat (5 min)

#### Tema B

A escola como espaço de promoção da saúde mental (15 min)

Mónica Pacheco - Unicef

Esclarecimento das dúvidas colocadas pelo chat (5min)

#### Tema C

O Papel da Educação Física e Desporto Escolar no desenvolvimento positivo dos jovens (20 min)

Nuno Antunes – DGE/DDE

Esclarecimento das dúvidas colocadas pelo chat (10 min)

**Intervalo (10 min)** =====

### 2ª parte

#### Tema D

Cristiana Bessa – O contributo do Modelo de Educação Desportiva no desenvolvimento de competências pessoais e sociais dos alunos (20 min)

#### Tema E

Nuno Corte-Real –. (20 min)

Esclarecimento das dúvidas colocadas pelo chat (40 min)

**Encerramento do Seminário** (5 min)

Parceiros:





Desporto Escolar

# PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL NAS ATIVIDADES FÍSICAS E DESPORTIVAS COM CRIANÇAS E JOVENS

## Objetivos:

1. Sensibilizar para a importância da saúde mental, enquadrando-a como um Direito da Criança;
2. Posicionar, partilhar e disseminar
  - Conhecimentos de âmbito técnico, científico, pedagógico e didático, no que concerne à saúde mental nas atividades físicas e desportivas com crianças e jovens;
  - Planear e implementar atividades pedagógicas para os diferentes níveis de ensino-aprendizagem associando conteúdos relacionados com a saúde mental à atividade física e desportiva;
3. Sensibilizar sobre a importância da atividade física e desportiva associada à saúde mental, nomeadamente, na recuperação urgente de padrões motores e socioafetivos e de hábitos de vida saudáveis;
4. Sensibilizar para a utilização de estratégias de ensino;
5. Apresentar propostas de aplicação de atividades promotoras da saúde mental com recurso à atividade física e desportiva nas aulas de Educação Física e treinos do Desporto Escolar;
6. Dotar os professores de conhecimentos e competências que permitam adaptar os seus planos de aula/treino, potenciando momentos de desenvolvimento de fatores promotores da saúde mental.

## Conteúdos

- A saúde mental enquanto Direito da Criança
- A escola como espaço de promoção da saúde mental;
- Papel da Educação Física e Desporto Escolar no desenvolvimento positivo dos jovens;
- Desenvolvimento de competências socioemocionais em crianças e jovens;
- Modelos de Educação Desportiva como promotores da Saúde Mental

Parceiros:

