



PÓS-GRADUAÇÃO

**LITERACIA FÍSICA,
CIDADANIA AMBIENTAL
E SUSTENTABILIDADE**

COORDENAÇÃO: João Martins e Marcos Onofre

[30 ECTS]



Apesar dos reconhecidos benefícios que a atividade física tem para a saúde e a qualidade de vida, a inatividade física ainda é muito elevada em Portugal.

A literacia física, ou seja, a capacidade para adotar e a valorizar a atividade física, ao longo de toda a vida, para uma cidadania ativa e saudável tem um contributo muito importante para contrariar essa inatividade. O desenvolvimento da literacia física realiza-se pela educação em geral, pela educação física, pelo desporto, pela saúde pública, e em várias atividades culturais da sociedade em geral, as quais contribuem para a promoção das melhores condições de desenvolvimento dos estilos de vida ativos e saudáveis, de uma cidadania participada e do desenvolvimento sustentável.

Uma literacia física elevada promove uma interdependência saudável entre os indivíduos, o seu envolvimento e o ambiente, através da promoção de formas sustentáveis de interação com o mesmo, permitindo fazer face a ameaças aos recursos naturais.

Esta pós-graduação resulta da cooperação entre a Faculdade de Motricidade Humana e o Instituto da Educação da Universidade de Lisboa e a Câmara Municipal de Oeiras. A equipa de formação é constituída por profissionais com experiência em investigação e formação nas áreas da educação, literacia física e cidadania ambiental.

A formação é essencialmente prática, privilegiando-se o desenvolvimento dos conhecimentos e das competências para criar e implementar projetos e estratégias de desenvolvimento da literacia física e da cidadania ambiental na comunidade em que os formandos se insiram.

Pelo seu carácter inovador e a atualidade dos temas discutidos, esta formação constitui-se como uma mais-valia para os profissionais dos sectores da educação, saúde e ambiente, assim como da população em geral, dotando-os de ferramentas para a promoção de estilos de vida mais saudáveis e sustentáveis.



João Martins, Coordenador
Marcos Onofre, Coordenador-Adjunto

OBJETIVOS

- // Identificar, relacionar e justificar os conceitos de Literacia Física, Cidadania Ambiental e de Sustentabilidade Ambiental e Social
- // Justificar a importância da Literacia Física para a cidadania ativa, a aprendizagem e desenvolvimento das crianças, jovens e adultos, a saúde pública, a inclusão social, e o envelhecimento ativo
- // Identificar práticas de promoção da literacia física nos contextos escolar, comunitário e das organizações em geral
- // Conhecer modelos pedagógicos de Educação para a Cidadania Ambiental
- // Preparar processos de promoção da Literacia Física e da Cidadania Ambiental, de acordo com diversos objetivos para o Desenvolvimento Sustentável (e.g. Saúde e bem-estar; Educação de qualidade; Cidades e comunidades sustentáveis; Ação contra a mudança global do clima; Vida na água; Vida terrestre)
- // Utilizar as tecnologias da Informação e Comunicação para o Desenvolvimento da Literacia Física e da Cidadania Ambiental

DESTINATÁRIOS

Profissionais da Saúde e Educação, Técnicos Municipais de Desporto, Saúde e Ambientes.
População em geral graduada com o Ensino Secundário.



CORPO DOCENTE

Adilson Marques - Faculdade de Motricidade Humana-ULisboa
Ana Quitério - Faculdade de Motricidade Humana-ULisboa
António Rodrigues - Faculdade de Motricidade Humana-ULisboa
Caroline Schio - CoLab +ATLANTIC e Instituto Monitoramento Mirim Costeiro
Dora Carolo - Faculdade de Motricidade Humana-ULisboa
Filomena Carnide - Faculdade de Motricidade Humana-ULisboa
Helena Santa Clara - Faculdade de Motricidade Humana-ULisboa
João Martins - Faculdade de Motricidade Humana-ULisboa
João Mota - Faculdade de Motricidade Humana-ULisboa
Marco Correia - Câmara Municipal de Oeiras e Faculdade de Motricidade Humana-ULisboa
Marcos Onofre - Faculdade de Motricidade Humana-ULisboa
Marta Espírito Santo - Agrupamento de Escolas Professor Ruy Luís Gomes
Nuno Ferro - Sociedade Portuguesa de Educação Física e Faculdade de Motricidade Humana-ULisboa
Pedro Reis - Instituto de Educação-ULisboa
Vera Malhão - Lutra - Educação, Natureza e Sustentabilidade e Instituto Superior de Educação e Ciência

DURAÇÃO E CREDITAÇÃO DO CURSO

O curso tem um total de 30 ECTS, que perfaz 150 horas de aulas (90 horas de aulas presenciais e 60 horas de aulas à distância e ensino tutorial).

HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO DO CURSO

O curso terá início a 16 de dezembro de 2022 e finalizará a 2 de junho de 2023

// Sextas-feiras: 18h00 às 22h00 e sábados: 9h00-14h00 - componente presencial

// Quartas e sextas-feiras: 18h00 às 21h00 (horário pós-laboral) - online em modo síncrono

PROPINAS

Valor total: 500,00€

PLANO DE ESTUDOS

MÓDULO 1. ELEMENTOS CONCEPTUAIS DA LITERACIA FÍSICA

UNIDADE CURRICULAR	DOCENTE
História do Conceito e Constructo da Literacia Física	João Martins João Mota
Cidadania Ativa, Literacia Física, Cidadania Ambiental e Desenvolvimento Sustentável	Marcos Onofre
Literacia Física, Aprendizagem e Desenvolvimento	Ana Quitério
Literacia Física e Saúde Pública	Adilson Marques
Literacia Física e Inclusão	António Rodrigues
Literacia Física e Envelhecimento Ativo	Filomena Carnide
Literacia Física e os Objetivos para o Desenvolvimento Sustentável	Marcos Onofre João Mota

MÓDULO 2. LITERACIA FÍSICA NA COMUNIDADE

UNIDADE CURRICULAR	DOCENTE
Literacia Física nos Espaços de Lazer	Marco Correia Dora Carolo
Literacia Física nos Centros de Saúde	Helena Santa Clara
Literacia Física, Transporte e Mobilidade Ativa	João Martins
Literacia Física na Comunidade e as Tecnologias da Informação e Comunicação	João Mota

MÓDULO 3. LITERACIA FÍSICA NA ESCOLA

UNIDADE CURRICULAR	DOCENTE
Literacia Física, Educação Física e Desporto Escolar	Nuno Ferro
Literacia Física e Recreios Ativos	Ana Quitério
Literacia Física e Aprendizagem Ativa	Nuno Ferro
Literacia Física na Escola e as Tecnologias da Informação e Comunicação	João Mota

MÓDULO 4. LITERACIA FÍSICA NAS ORGANIZAÇÕES

UNIDADE CURRICULAR	DOCENTE
Literacia Física nas Organizações Recreativas e Culturais	Marco Correia
Literacia Física nos Clubes Desportivos	João Martins
Literacia Física nos Ginásios e Clubes de Saúde	Helena Santa Clara
Literacia Física nas Organizações e as Tecnologias da Informação e Comunicação	João Mota

MÓDULO 5. CIDADANIA AMBIENTAL

UNIDADE CURRICULAR	DOCENTE
História do Conceito e Constructo da Cidadania Ambiental	Pedro Reis
Cidadania Ambiental, Educação Ambiental e Educação para a Sustentabilidade	Pedro Reis
Cidadania Ambiental nos Diferentes Níveis de Ensino	Pedro Reis
Educação para a Cidadania Ambiental: um Modelo Pedagógico	Pedro Reis
Cidadania Ambiental, Ciência Cidadã e Ativismo Juvenil	Pedro Reis
A Web 2.0 e a Participação Pública	Pedro Reis
Cidadania Ambiental e os Objetivos para o Desenvolvimento Sustentável	Pedro Reis

MÓDULO 6. CIDADANIA AMBIENTAL E OCEANO

UNIDADE CURRICULAR	DOCENTE
Cidadania Ambiental e Cidadania Oceânica	Caroline Schio
Literacia do Oceano	Caroline Schio
Exemplos de Projetos para a Promoção da Cidadania Oceânica	Caroline Schio
Ciência Cidadã e Oceanos	Caroline Schio
As TIC e a Web 2.0 na Promoção e no Exercício da Cidadania Ambiental nos Oceanos	Caroline Schio

MÓDULO 7. CIDADANIA AMBIENTAL E FLORESTA

UNIDADE CURRICULAR	DOCENTE
Cidadania Ambiental pela e para a Floresta	Vera Malhão
Cidadania Florestal	Vera Malhão
Exemplos de Projetos para a Promoção da Cidadania Ambiental em Contexto Florestal	Vera Malhão
Ciência Cidadã e Florestas	Vera Malhão
As TIC e a Web 2.0 na Promoção e no Exercício da Cidadania Ambiental nas Florestas	Vera Malhão

MÓDULO 8. CIDADANIA AMBIENTAL E AMBIENTE URBANO

UNIDADE CURRICULAR	DOCENTE
Cidades e Comunidades Sustentáveis	Marta Espírito Santo
Soluções Baseadas na Natureza	Marta Espírito Santo
Ciência Cidadã em Contexto Urbano	Marta Espírito Santo
Exemplos de projetos para a Promoção da Cidadania Ambiental em Contexto Urbano	Marta Espírito Santo
As TIC e a Web 2.0 na Promoção e no Exercício da Cidadania Ambiental em Contextos Urbanos	Marta Espírito Santo

MÓDULO 9. ESTÁGIO/TRABALHO DE PROJETO

UNIDADE CURRICULAR

Com base na observação e análise de uma realidade selecionada pelo próprio, o estudante deverá desenvolver um trabalho de projeto de promoção da Literacia Física e Cidadania Ambiental com vista à maximização do contributo dessa entidade para os objetivos de desenvolvimento sustentável

CONSTRÓI O TEU FUTURO

BUILDING YOUR FUTURE

Acede a toda a informação
sobre esta Pós-Graduação



📍 Estrada da Costa, 1499-002 Cruz Quebrada - Dafundo
☎ (+351) 21 414 91 00
🌐 www.fmh.ulisboa.pt
✉ posgraduacoes@fmh.ulisboa.pt

Segue-nos

📌 [faculdade-de-motricidade-humana](#)
🐦 [FMH_ULisboa](#)
📘 [fmotricidadehumana](#)
📷 [fmh_ulisboa](#)