

CENTRO DE FORMAÇÃO DE ASSOCIAÇÃO DE ESCOLAS GUARDA - 1

Ação em modalidade de Curta Duração

Nos termos do Decreto-Lei n.º 22/2014, de 11 de fevereiro, nos seus artigos 6.º, 7.º e 19.º, e tendo em conta o Decreto-Lei n.º 127/2015, de 7 de julho, e o Despacho n.º 5741/2015, de 29 de maio, a modalidade de formação contínua de curta duração abrange as ações, com a duração de 3 a 6 horas, aprovadas, reconhecidas e certificadas pelo CFAE, de acordo com o definido no seu regulamento interno, podendo ser utilizadas pelos docentes para progressão na carreira até ao limite máximo de um quinto do total de horas de formação obrigatória no respetivo escalão ou ciclo avaliativo.

1- DESIGNAÇÃO DA AÇÃO DE FORMAÇÃO DE CURTA DURAÇÃO:

“Tecnologia, Saúde | Corpo e Mente “

2- N.º HORAS (3 a 6):

4

3- BREVE FUNDAMENTAÇÃO (com base nas necessidades identificadas ou nos objetivos a atingir):

A tecnologia pode ter um impacto significativo na saúde, tanto física quanto mental. Por um lado, o uso excessivo de telas pode causar problemas de visão, fadiga e, em alguns casos, até mesmo aumentar o risco de ansiedade e depressão. No entanto, a tecnologia também oferece ferramentas e recursos que podem auxiliar no autocuidado, como aplicativos de meditação, plataformas de suporte emocional

4- DESTINATÁRIOS

Educadores de Infância, Professores dos Ensinos Básico e Secundário e Professores de Educação Especial

5- CONTEÚDOS e/ou OBJETIVOS (discriminar de modo articulado os tópicos concretos que serão abordados):

- Desde utilizar computadores, para auxiliar na alfabetização, até modelos de realidade virtual, para treinar processos
- Tecnologia e a saúde da mente: entenda como o uso excessivo de celulares impacta a saúde

6- PROPONENTES: Associação Portuguesa Conversas de Psicologia e Município de Seia em parceria com o CFAE Guarda-1

7- FORMADOR

João Pedro Gaspar

8- LOCAL / DATA / HORÁRIO:

Local	Data	Horário
Seia (CISE)	13 junho	14:30-18:30