Treino de astronautas

Neste curso de formação iremos debater os impactos da exploração espacial tripulada. Porque é que mandamos astronautas para o Espaço? Iremos abordar as condições especiais existentes na Estação Espacial Internacional, e a importância do trabalho dos astronautas.
Através de uma série de exercícios desenvolvidos para a Missão X, pela Faculdade de Motricidade Humana, iremos demonstrar alguns dos efeitos de viver no espaço no corpo humano.

Modalidade:
Acção de curta duração

Destinatários:
Destina-se a professores de todos os níveis de ensino

Estrutura:
A acção de curta duração tem uma duração de 6 horas.

Calendarização:
29 de Abril | das 11h00 às 18h00
Número máximo de formandos: 20 | Número mínimo de formandos: 10

Local de formação:
Pavilhão do Conhecimento – Centro Ciência Viva.

Objectivos:
O objectivo principal é promover a literacia dos professores em relação aos seguintes temas:

- O que é a microgravidade?
- Corpo em queda livre
- Fatores que afetam a gravidade
- Influência da pressão nos comportamentos dos fluidos
- Qual a influência da microgravidade no dia a dia dos astronautas?
- Cuidados a ter com a alimentação dos astronautas
- Efeitos da ausência de gravidade no corpo humano, ao nível fisiológico muscular e cardiovascular
- Preparação física dos astronautas

Metodologia:
Sessão teórico-prática.
1ª parte: Enquadramento teórico e curricular de suporte à atividade

2º parte: Serão dados exercícios baseados no treino físico realizado pelos astronautas durante a sua preparação para as viagens espaciais (contemplam o treino da força, o equilíbrio, a orientação espacial, etc.).

As atividades propostas foram construídas usando a metodologia do inquiry based science learning e versam os temas indicados sob diferentes perspectivas, pretendendo dar-se aos formandos, além dos conhecimentos cientificos relacionados com a exploração espacial, a preparação fisica dos astronautas e alimentação saudável.

Formadores:

Miguel Moreira	Faculdade de Motricidade Humana da UL
Adelina Machado	Pavilhão do Conhecimento – Ciência Viva
Cátia Cardoso	Pavilhão do Conhecimento – Ciência Viva

Avaliação:
O processo de avaliação irá incidir sobre a produção de um relatório escrito (máximo uma folha) contendo uma reflexão crítica acerca da forma sobre a qual o conteúdo da formação contribuiu para o seu desenvolvimento profissional. Adicionalmente será requerido o preenchimento de uma ficha de avaliação da ação de formação.