

1ª- A elaboração de documentos diversos – powerpoints; desdobráveis; cadernos, autorizações EE – destinados aos alunos que integraram os Grupos-Equipa (e aos discentes participantes nos principais eventos desportivos da Atividade Externa do Desporto Escolar), sobre:

- Preparação física e nutricional dos alunos apurados para participar no Corta-mato Regional, no Parque da Várzea Verde, em Torres Vedras, em ??-??-2021;
- Preparação física, técnica e nutricional dos alunos apurados para participar na prova "Megas", em Óbidos, ??-??-2021.

2ª- A colocação de documentos na página da Escola (*site* do projeto) para consulta e apoio aos alunos e, também, aos professores, sobre:

- Preparação física e nutricional dos alunos apurados para participar no Corta-mato Regional, no Parque da Várzea Verde, em Torres Vedras, em ??-??-2021;
- Preparação física, técnica e nutricional dos alunos apurados para participar na prova "Megas", em Óbidos, ??-??-2021.

3ª- A realização de sessões teórico/práticas com os alunos que integraram os Grupos-Equipa (e com discentes participantes nos principais eventos desportivos da Atividade Externa do Desporto Escolar), designadamente:

- Sessões teórico/práticas, ao longo do ano, nos locais de treino, às 14:15h ou às 16:30h (antes ou no fim do treino), com os diferentes Grupos-Equipa;
- Treinos, no polidesportivo exterior, nos dias ??, ??, ?? e ?? de janeiro, das 14:30 às 16:30 horas, de preparação física e nutricional para os alunos apurados para o Corta-mato Regional, que realizará no dia ??-??-2021, em T. Vedras;
- Treinos, no polidesportivo exterior, nos dias ??, ?? e ?? de março, das 14:30 às 16:30 horas, de preparação física, técnica e nutricional para os alunos apurados para os Megas, que se realizará no dia ??-??-2021, em Óbidos.

14-09-2020

Responsável pelo Projeto

(Paulo Baptista)