

26/9/2022

Organizado pelo Instituto Eleva, em parceria com Secretaria de Esporte e Lazer, o projeto Capaciatleta oferece aulas gratuitas de judô, karatê e jiu-jitsu, até 08 de novembro, na Faculdade Cerrado em Taguatinga (CSE 6 Lote 32). O objetivo é qualificar profissionais

esportivos que atuem nas modalidades e também promover aulas práticas dos esportes, para crianças, adolescentes e adultos. Ao todo são 450 vagas disponíveis, 225 para capacitação e 225 para aulas práticas. As inscrições, que são gratuitas, estão abertas e podem ser feitas até hoje. A capacitação é voltada principalmente para os profissionais esportivos, no entanto, no caso de disponibilidade de vagas, essas serão abertas para todo o público, independente de serem atletas amadores, profissionais, ou apenas público que demonstre interesse em participar da capacitação. Já as aulas práticas são destinadas para todos os públicos, com cada interessado podendo realizar inscrição somente em uma modalidade. Serão também distribuídos bilhetes físicos para quem chegar no evento e demonstrar interesse em realizar as atividades. Para a qualificação, o projeto segue um cronograma com aulas teóricas sobre Métodos e técnicas de ensino; Conceito de artes marciais; Condutas durante as aulas; A estrutura do plano de aula; Aplicação de técnicas e fundamentos; Os principais elementos; Primeiros socorros; Primeiras providências; Psicologia do esporte; Aula para grupos especiais; Saúde, cuidados e prevenções; Competições; Treinamentos; Organização de sistema de competições de lutas: montando chaves de competições; atividades lúdicas aplicadas ao ensino de artes marciais e ao final uma palestra abordando o tema Esporte e Inclusão. Serão 75 vagas por turno (matutino, vespertino e noturno) nos seguintes horários: 08h30 às 12h30; 13h30 às 17h30 e 18h às 22h. Para as aulas práticas, a idade mínima para crianças é a partir de seis anos. As turmas são limitadas a 25 pessoas por aula. Todos os participantes das turmas de qualificação e aulas práticas receberão certificados na conclusão do projeto. Inscrições e mais informações pelo telefone (61) 99312-3569.
Texto: Francisco Welson Ximenes
Foto: Divulgação