

ACEF/1112/08292 — Guião para a auto-avaliação

Caracterização do ciclo de estudos.

A1. Instituição de ensino superior / Entidade instituidora:

Universidade De Coimbra

A1.a. Descrição da instituição de ensino superior / Entidade instituidora (proposta em associação):

Universidade De Coimbra

A2. Unidade orgânica (faculdade, escola, instituto, etc.):

Faculdade De Ciências Do Desporto E Educação Física (UC)

A2.a. Descrição da unidade orgânica (faculdade, escola, instituto, etc.) (proposta em associação):

Faculdade De Ciências Do Desporto E Educação Física

A3. Ciclo de estudos:

Licenciatura em Ciências do Desporto

A3. Study cycle:

Undergraduate Course in Sport Sciences

A4. Grau:

Licenciado

A5. Publicação do plano de estudos em Diário da República (nº e data):

Nº 11337/2008, 2ª s, nº 77, 18/4, nº 12151/2009, 2ª s, nº 97, 20/5 e nº 2773/2011, 2ª s, nº 27, 8/2

A6. Área científica predominante do ciclo de estudos:

Ciências do Desporto

A6. Main scientific area of the study cycle:

Sport Sciences

A7.1. Classificação da área principal do ciclo de estudos de acordo com a Portaria nº 256/2005 de 16 de Março (CNAEF).

813

A7.2. Classificação da área secundária, do ciclo de estudos de acordo com a Portaria nº 256/2005 de 16 de Março (CNAEF), se aplicável.

Não

A7.3. Classificação de outra área secundária do ciclo de estudos de acordo com a Portaria nº 256/2005 de 16 de Março (CNAEF), se aplicável.

Não

A8. Número de créditos ECTS necessário à obtenção do grau:

180

A9. Duração do ciclo de estudos (art.º 3 DL-74/2006):

6 semestres

A9. Duration of the study cycle (art.º 3 DL-74/2006):

6 semesters

A10. Número de vagas aprovado no último ano lectivo:

120

A11. Condições de acesso e ingresso:

Uma das seguintes provas de ingresso: 02 – Biologia e Geologia; 16 – Matemática; 18 – Português. Terá também que ser declarado apto nas provas de Pré-Requisitos do Grupo C – Aptidão Funcional, Física e Desportiva. A média ponderada entre a prova de ingresso e a classificação final do 10^o, 11^o e 12^o ano tem que ser superior a 9.5 valores.

A11. Entry Requirements:

One of the following ingress exams: 02 – Biology and Geology; 16 – Mathematics; 18 – Portuguese. Students have to be also declared as apt in the C Group Pre-Requisites tests – Functional Fitness, Physic and Sportive. Mean between the ingress exam and the final classification obtained in the 10^o, 11^o, and 12^o years has to be higher than 9.5 values.

A12. Ramos, opções, perfis...

Pergunta A12

A12. Ramos, opções, perfis, maior/menor ou outras formas de organização de percursos alternativos em que o ciclo de estudos se estrutura (se aplicável):

Não

A12.1. Ramos, opções, perfis, maior/menor, ... (se aplicável)

A12.1. Ramos, opções, perfis, maior/menor, ou outras formas de organização de percursos alternativos em que o ciclo de estudos se estrutura (se aplicável) / Branches, options, profiles, major/minor, or other forms of organisation of alternative paths compatible with the structure of the study cycle (if applicable)

Opções/Ramos/... (se aplicável):

Options/Branches/... (if applicable):

Não

No

A13. Estrutura curricular

Mapa I - Não

A13.1. Ciclo de Estudos:

Licenciatura em Ciências do Desporto

A13.1. Study Cycle:

Undergraduate Course in Sport Sciences

A13.2. Grau:

Licenciado

A13.3. Ramos, opções, perfis, maior/menor, ou outras (se aplicável)

Não

A13.3. Branches, options, profiles, major/minor, or other forms (if applicable)

No

A13.4. Áreas científicas e créditos que devem ser reunidos para a obtenção do grau / Scientific areas and credits that must be obtained before a degree is awarded

Área Científica / Scientific Area	Sigla / Acronym	ECTS Obrigatórios / Mandatory ECTS	ECTS Optativos / Optional ECTS*
Ciências da Actividade Física / Physical Activity Sciences	CAF / PAS	57	0
Ciências do Desporto / Sport Sciences	CD / SS	64.5	0
Ciências da Educação Física / Physical Education Sciences	CEF / PES	58.5	0
(3 Items)		180	0

A14. Plano de estudos

Mapa II - NA - 1.º Ano/1.º Semestre

A14.1. Ciclo de Estudos:

Licenciatura em Ciências do Desporto

A14.1. Study Cycle:

Undergraduate Course in Sport Sciences

A14.2. Grau:

Licenciado

A14.3. Ramos, opções, perfis, maior/menor, ou outras (se aplicável)

NA

A14.3. Branches, options, profiles, major/minor, or other forms (if applicable)

NA

A14.4. Ano/semestre/trimestre curricular:

1.º Ano/1.º Semestre

A14.4. Curricular year/semester/trimester:

1st year/1st semester

A14.5. Plano de estudos / Study plan

Unidades Curriculares / Curricular Units	Área Científica / Scientific Area (1)	Duração / Duration (2)	Horas Trabalho / Working Hours (3)	Horas Contacto / Contact Hours (4)	ECTS	Observações / Observations (5)
Cinesiologia I / Kinesiology I	CAF / PAS	Semestral	122	T: 22.5 TP: 22.5	4.5	NA
Fisiologia Geral I / General Physiology I	CAF / PAS	Semestral	122	T: 22.5 TP: 22.5	4.5	NA
Auxologia e Cineantropometria / Auxology e Kinanthropometry	CD / SS	Semestral	122	T: 22.5 TP: 22.5	4.5	NA
Cineantropologia Kinanthropology	CAF / PAS	Semestral	122	T: 22.5 TP: 22.5	4.5	NA
História da Educação / Educations' History	CEF / PES	Semestral	122	T: 22.5 TP: 22.5	4.5	NA
Estudos Práticos I – Modalidade I / Practical Studies I – Modality I	CEF / PES	Semestral	35	TP: 30	1.3	NA
Estudos Práticos I – Modalidade II / Practical Studies I – Modality II	CEF / PES	Semestral	34	TP:30	1.3	NA
Estudos Práticos I – Modalidade III / Practical Studies I – Modality III	CEF / PES	Semestral	34	TP:30	1.3	NA
Estudos Práticos I – Modalidade IV / Practical Studies I – Modality IV	CEF / PES	Semestral	34	TP:30	1.3	NA
Estudos Práticos I – Modalidade V / Practical Studies I – Modality V	CEF / PES	Semestral	34	TP:30	1.3	NA
Estudos Práticos I – Modalidade VI / Practical Studies I – Modality VI	CEF / PES	Semestral	34	TP:30	1.3	NA

(11 Items)

Mapa II - NA - 1.º Ano/2.º Semestre**A14.1. Ciclo de Estudos:***Licenciatura em Ciências do Desporto***A14.1. Study Cycle:***Undergraduate Course in Sport Sciences***A14.2. Grau:***Licenciado***A14.3. Ramos, opções, perfis, maior/menor, ou outras (se aplicável)***NA***A14.3. Branches, options, profiles, major/minor, or other forms (if applicable)***NA***A14.4. Ano/semestre/trimestre curricular:***1.º Ano/2.º Semestre***A14.4. Curricular year/semester/trimester:***1st year/2nd semester***A14.5. Plano de estudos / Study plan**

Unidades Curriculares / Curricular Units	Área Científica / Scientific Area (1)	Duração / Duration (2)	Horas Trabalho / Working Hours (3)	Horas Contacto / Contact Hours (4)	ECTS	Observações / Observations (5)
Cinesiologia II / Kinesiology II	CAF / PAS	Semestral / semester	122	T: 22.5 TP: 22.5	4.5	NA
Fisiologia Geral II / General Physiology II	CAF / PAS	Semestral / semester	122	T: 22.5 TP: 22.5	4.5	NA
Desenvolvimento e Adaptação Motora/ Motor Development and Adaptation	CAF / PAS	Semestral / semester	122	T: 22.5 TP: 22.5	4.5	NA
Iniciação à Estatística / Initiation to Statistics	CAF / PAS	Semestral / semester	122	T: 22.5 TP: 22.5	4.5	NA
Sociologia da Educação / Educations' Sociology	CEF / PES	Semestral / semester	122	T: 22.5 TP: 22.5	4.5	NA
Estudos Práticos II – Modalidade 7 / Practical Studies II – Modality 7	CEF / PES	Semestral / semester	35	TP:30	1.3	NA
Estudos Práticos II – Modalidade 8 / Practical Studies II – Modality 8	CEF / PES	Semestral / semester	34	TP:30	1.3	NA
Estudos Práticos II – Modalidade 9 / Practical Studies II – Modalidade 9	CEF / PES	Semestral / semester	34	TP:30	1.3	NA
Estudos Práticos II – Modalidade 10 / Practical Studies II – Modalidade 10	CEF / PES	Semestral / semester	34	TP:30	1.3	NA
Estudos Práticos II – Modalidade 11 / Practical Studies II – Modalidade 11	CEF / PES	Semestral / semester	34	TP:30	1.3	NA
Estudos Práticos II – Modalidade 12 / Practical Studies II – Modalidade 12	CEF / PES	Semestral / semester	34	TP:30	1.3	NA

(11 Items)

Mapa II - NA - 2.º Ano/3.º Semestre

A14.1. Ciclo de Estudos:

Licenciatura em Ciências do Desporto

A14.1. Study Cycle:

Undergraduate Course in Sport Sciences

A14.2. Grau:

Licenciado

A14.3. Ramos, opções, perfis, maior/menor, ou outras (se aplicável)

NA

A14.3. Branches, options, profiles, major/minor, or other forms (if applicable)

NA

A14.4. Ano/semestre/trimestre curricular:

2.º Ano/3.º Semestre

A14.4. Curricular year/semester/trimester:

2nd year/3rd semester

A14.5. Plano de estudos / Study plan

Unidades Curriculares / Curricular Units	Área Científica / Scientific Area (1)	Duração / Duration (2)	Horas Trabalho / Working Hours (3)	Horas Contacto / Contact Hours (4)	ECTS	Observações / Observations (5)
Biomecânica / Biomechanics	CAF / PAS	Semestral / semester	122	T: 22.5 TP: 22.5	4.5	NA
Fisiologia do Exercício / Exercise Physiology	CAF / PAS	Semestral / semester	122	T: 22.5 TP: 22.5	4.5	NA
Controlo Motor e Aprendizagem / Motor Control and Learning	CAF / PAS	Semestral / semester	122	T: 22.5 TP: 22.5	4.5	NA
Pedagogia do Desporto / Sports Pedagogy	CEF / PES	Semestral / semester	122	T: 22.5 TP: 22.5	4.5	NA
Ensino Integrado em Educação Física / Integrated Teaching in Physical Education	CEF / PES	Semestral / semester	122	T: 22.5 TP: 22.5	4.5	NA
Estudos Práticos III – Modalidade 13 / Practical Studies III – Modality 13	CEF / PES	Semestral / semester	35	TP:30	1.3	NA
Estudos Práticos III – Modalidade 14 / Practical Studies III – Modality 14	CEF / PES	Semestral / semester	34	TP:30	1.3	NA
Estudos Práticos III – Modalidade 15 / Practical Studies III – Modality 15	CEF / PES	Semestral / semester	34	TP:30	1.3	NA
Estudos Práticos III – Modalidade 16 / Practical Studies III – Modalidade 16	CEF / PES	Semestral / semester	34	TP:30	1.3	NA
Estudos Práticos III – Modalidade 17 / Practical Studies III – Modality 17	CEF / PES	Semestral / semester	34	TP:30	1.3	NA
Estudos Práticos III – Modalidade 18 / Practical Studies III – Modality 18	CEF / PES	Semestral	34	TP:30	1.3	NA
(11 Items)						

Mapa II - NA - 2.º Ano/4.º Semestre

A14.1. Ciclo de Estudos:*Licenciatura em Ciências do Desporto***A14.1. Study Cycle:***Undergraduate Course in Sport Sciences***A14.2. Grau:***Licenciado***A14.3. Ramos, opções, perfis, maior/menor, ou outras (se aplicável)***NA***A14.3. Branches, options, profiles, major/minor, or other forms (if applicable)***NA***A14.4. Ano/semestre/trimestre curricular:***2.º Ano/4.º Semestre***A14.4. Curricular year/semester/trimester:***2nd year/4th semester***A14.5. Plano de estudos / Study plan**

Unidades Curriculares / Curricular Units	Área Científica / Scientific Area (1)	Duração / Duration (2)	Horas Trabalho / Working Hours (3)	Horas Contacto / Contact Hours (4)	ECTS	Observações / Observations (5)
Bioquímica do Exercício / Exercise Biochemistry	CAF / PAS	Semestral / semester	162	TP: 22.5 PL: 22.5	6	NA
Prescrição do Exercício / Prescription of Exercise	CAF / PAS	Semestral / semester	162	TP:45	6	NA
Prática de Ensino/ Teaching Practice	CEF / PES	Semestral / semester	162	TP:45	6	NA
Desporto Infante-Juvenil / Infant- Juvenile Sport	CD / SS	Semestral / semester	162	TP:45	6	NA
Planeamento e Periodização do Treino / Training Planning and Periodization	CD / SS	Semestral / semester	162	TP:45	6	NA

(5 Items)

Mapa II - NA - 3.º Ano/5.º Semestre**A14.1. Ciclo de Estudos:***Licenciatura em Ciências do Desporto***A14.1. Study Cycle:***Undergraduate Course in Sport Sciences***A14.2. Grau:***Licenciado***A14.3. Ramos, opções, perfis, maior/menor, ou outras (se aplicável)***NA***A14.3. Branches, options, profiles, major/minor, or other forms (if applicable)***NA***A14.4. Ano/semestre/trimestre curricular:**

3.º Ano/5.º Semestre**A14.4. Curricular year/semester/trimester:
3rd year/5th semester****A14.5. Plano de estudos / Study plan**

Unidades Curriculares / Curricular Units	Área Científica / Scientific Area (1)	Duração / Duration (2)	Horas Trabalho / Working Hours (3)	Horas Contacto / Contact Hours (4)	ECTS	Observações / Observations (5)
Desporto de Opção I – Modalidade de A a Z / Optional Sports I - Modality from A to Z	CD / SS	Semestral / semester	162	TC:15 OT:45	6	NA
Psicologia do Desporto / Sports Psychology	CD / SS	Semestral / semester	108	TP:45	4	NA
Desporto e Exercício em Populações Especiais / Sports and Exercise in Special Populations	CD / SS	Semestral / semester	108	TP:45	4	NA
Gerontologia Educativa e Desportiva / Gerokinesiology	CD / SS	Semestral / semester	108	TP:45	4	NA
Organização das Actividades de Lazer / Organization of Leisure Activities	CD / SS	Semestral / semester	108	TP:45	4	NA
Análise de Ensino / Teaching Analysis	CEF / PES	Semestral / semester	108	TP:45	4	NA
Análise das Organizações Educativas / Educative Organizations Analysis	CEF / PES	Semestral / semester	108	TP:45	4	NA

(7 Items)

Mapa II - NA - 3.º Ano/6.º Semestre**A14.1. Ciclo de Estudos:
Licenciatura em Ciências do Desporto****A14.1. Study Cycle:
Undergraduate Course in Sport Sciences****A14.2. Grau:
Licenciado****A14.3. Ramos, opções, perfis, maior/menor, ou outras (se aplicável)
NA****A14.3. Branches, options, profiles, major/minor, or other forms (if applicable)
NA****A14.4. Ano/semestre/trimestre curricular:
3.º Ano/6.º Semestre****A14.4. Curricular year/semester/trimester:
3rd year/6th semester****A14.5. Plano de estudos / Study plan**

Unidades Curriculares / Curricular Units	Área Científica / Scientific Area (1)	Duração / Duration (2)	Horas Trabalho / Working Hours (3)	Horas Contacto / Contact Hours (4)	ECTS	Observações / Observations (5)
Desporto de Opção II - Modalidade de A a Z / Optional Sports II - Modality from A to Z	CD / SS	Semestral / semester	162	TC:15 OT:45	6	Optativa / Optional

Sociologia do Desporto / Sports Sociology	CD / SS	Semestral / semester	108	TP:45	4	NA
Organização e Gestão do Desporto / Organization and Sports Management	CD / SS	Semestral / semester	108	TP:45	4	NA
Nutrição e Desporto / Nutrition and Sports	CD / SS	Semestral / semester	108	TP:45	4	NA
Métodos de Condicionamento Físico / Methods of Physical Conditioning	CD / SS	Semestral / semester	108	TP:45	4	NA
Ética e Direito Desportivo / Ethics and Sports Law	CD / SS	Semestral / semester	108	TP:45	4	NA
Desenvolvimento Curricular / Curricular Development	CEF / PES	Semestral / semester	108	TP:45	4	NA

(7 Items)

Perguntas A15 a A16

A15. Regime de funcionamento:
Outros

A15.1. Se outro, especifique:
Funciona simultaneamente em regime diurno e pós-laboral.

A15.1. If other, specify:
Simultaneously in daytime and after working hours regimen.

A16. Docente(s) responsável(eis) pela coordenação do ciclo de estudos (a(s) respectiva(s) Ficha(s) Curricular(es) deve(m) ser apresentada(s) no Mapa VIII)
Raul Agostinho Simões Martins

A17. Estágios e Períodos de Formação em Serviço

A17.1. Indicação dos locais de estágio e/ou formação em serviço

Mapa III - Protocolos de Cooperação

Mapa III - Não se aplica / Does not apply.

A17.1.1. Entidade onde os estudantes completam a sua formação:
Não se aplica / Does not apply.

A17.1.2. Protocolo (PDF, máx. 100kB):
<sem resposta>

Mapa IV. Mapas de distribuição de estudantes

A17.2. Mapa IV. Plano de distribuição dos estudantes pelos locais de estágio.(PDF, máx. 100kB)
Documento com o planeamento da distribuição dos estudantes pelos locais de formação em serviço demonstrando a adequação dos recursos disponíveis.
<sem resposta>

A17.3. Recursos próprios da instituição para acompanhamento efectivo dos seus estudantes no período de estágio e/ou formação em serviço.

A17.3. Indicação dos recursos próprios da instituição para o acompanhamento efectivo dos seus estudantes nos estágios e períodos de formação em serviço.

<sem resposta>

A17.3. Indication of the institution's own resources to effectively follow its students during the in-service training periods.

<no answer>

A17.4. Orientadores cooperantes

A17.4.1. Normas para a avaliação e selecção dos elementos das instituições de estágio responsáveis por acompanhar os estudantes (PDF, máx. 100kB).

A17.4.1. Normas para a avaliação e selecção dos elementos das instituições de estágio responsáveis por acompanhar os estudantes (PDF, máx. 100kB)

Documento com os mecanismos de avaliação e selecção dos monitores de estágio e formação em serviço, negociados entre a instituição de ensino e as instituições de formação em serviço.

<sem resposta>

Mapa V. Orientadores cooperantes de estágio e/ou formação em serviço (para ciclos de estudos de formação de professores).

Mapa V. Orientadores cooperantes de estágio e/ou formação em serviço (para ciclo de estudos de formação de professores) / Map V. External supervisors responsible for following the students' activities (only for teacher training study cycles)

Nome / Name	Instituição ou estabelecimento a que pertence / Institution	Categoria Profissional / Professional Title	Habilitação Profissional / Professional Qualifications	Nº de anos de serviço / No of working years
----------------	--	--	---	--

<sem resposta>

Pergunta A18 e A19

A18. Observações:

Segundo o questionário do observatório, 46% dos alunos declaram que não procuraram emprego porque pretendiam prosseguir estudos.

A18. Observations:

According to the questionnaire of the Observatory, 46% of the students declare did not seek any employment once they intended to pursue studies.

A19. Participação de um estudante na comissão de avaliação externa

A Instituição põe objecções à participação de um estudante na comissão de avaliação externa?

Não

1. Objectivos gerais do ciclo de estudos

1.1. Objectivos gerais definidos para o ciclo de estudos.

Objetiva-se formar profissionais com sólidos conhecimentos científicos nas ciências básicas da actividade física e do desporto, complementado com uma formação educacional geral e na didáctica específica da Educação Física, capacidade de auto-aprendizagem e competências básicas de pesquisa educacional e de gestão escolar. É promovida uma ampla preparação para uma grande variedade de condições de inserção profissional, designadamente: a) investigação aplicada no âmbito das ciências da actividade física e das ciências do desporto; b) gestão pública e privada da recreação; c) elaboração de políticas desportivas; d) orientação de programas de

desporto autárquico; e) gestão de equipamentos culturais e desportivos comunitários; f) direcção de organizações públicas e privadas de lazer; g) animação sociodesportiva e sociocultural; h) orientação do desporto escolar ou infanto-juvenil; i) treino desportivo; j) orientação de programas de condição física e educação para a saúde.

1.1. Study cycle's generic objectives.

Aims at training professionals with a solid scientific knowledge in basic sciences of physical activity and Sport Sciences, complemented with a general education and specific Didactics of physical education theoretical or practical, either self-learning ability and basic skills of school management and educational research. The bachelor promotes a broad preparation for a wide range of conditions for labor market integration, in particular: a) applied research within the science of physical activity and Sport Sciences; b) management and private recreation; c) policy-making sporting activities; d) municipal sports programs orientation; e) cultural and sporting equipment management community; f) direction of public and private organizations of leisure; g) sociocultural and sociosportive animation; h) orientation of school sports or children; i) sports training; j) guidance of programs of physical condition and health education.

1.2. Coerência dos objectivos definidos com a missão e a estratégia da instituição.

A Universidade de Coimbra (UC), nos termos do n.º 1 do artigo 172.º da Lei n.º 62/2007, de 10 de Setembro, procedeu à revisão dos seus estatutos, de modo a conformá-los com o novo Regime Jurídico das Instituições de Ensino Superior (RJIES), tendo sido publicados através do Despacho Normativo n.º 43/2008, de 1 de setembro. Conforme estatuído no art.º 2º dos estatutos:

1 — A UC é uma instituição de criação, análise crítica, transmissão e difusão de cultura, de ciência e de tecnologia que, através da investigação, do ensino e da prestação de serviços à comunidade, contribui para o desenvolvimento económico e social, para a defesa do ambiente, para a promoção da justiça social e da cidadania esclarecida e responsável e para a consolidação da soberania assente no conhecimento.

2 — A UC tem o dever de contribuir para:

- a) A compreensão pública das humanidades, das artes, da ciência e da tecnologia, promovendo e organizando acções de apoio à difusão da cultura humanística, artística, científica e tecnológica, disponibilizando os recursos necessários a esses fins;*
- b) O desenvolvimento de actividades de ligação à sociedade, designadamente de difusão e transferência de conhecimento, assim como de valorização económica do conhecimento científico;*
- c) A promoção da mobilidade efectiva de docentes e investigadores, estudantes e diplomados, tanto a nível nacional como internacional, designadamente no espaço europeu de ensino superior e no espaço da Comunidade dos Países de Língua Portuguesa.*

Para além dos objetivos genéricos referidos no ponto 1.1. pode ainda salientar-se o contributo do ciclo de estudos para a persecução de objetivos que se articulam claramente com a missão e estratégia da UC referida acima, como por exemplo:

- A1. Conhecer os processos de desenvolvimento humano nos domínios social, psicológico, biológico e motor que permitem o estudo e a compreensão da capacidade de adaptação em diferentes contextos sociais;*
- A2. Conhecer métodos quantitativos e qualitativos básicos, aplicando-os em contexto de iniciação à investigação e avaliação de pessoas, conteúdos e organizações;*
- A3. Conhecer os modelos sociológicos, antropológicos e pedagógicos necessários à fundamentação e concepção de projectos multiculturais e à investigação do contexto social e das desigualdades no contexto das organizações escolares e desportivas;*
- A4. Conhecer e analisar criticamente as políticas e organizações do sistema educativo e desportivo e nas organizações que desenvolvem actividades de cariz da actividade física recreativa, desportiva, turístico e da reabilitação motora, psicológica e social;*
- A5. Conhecer os grandes problemas do mundo contemporâneo, integrando-os na reflexão epistemológica e nos dilemas éticos que se colocam na actividade profissional da sua especialidade e em domínios transversais multidisciplinares.*

1.2. Coherence of the study cycle's objectives and the institution's mission and strategy.

The University of Coimbra (UC), pursuant to n.º 1 of article 172º of Law N.º 62/2007, September 10th, has revised its statutes so as to fit them with the new legal framework for higher education institutions (RJIES), being published through the Normative Dispatch n.º 43/2008, September 1st.

As laid down in art. 2º of the statutes:

1 — The UC is an institution of creation, critical analysis, transmission and dissemination of culture, science and technology, through research, education and the provision of services to the community, contributes to the economic and social development, to environmental protection, the promotion of social justice and enlightened citizenship and responsible and to the consolidation of knowledge-based sovereignty.

2 — The UC has a duty to contribute to:

- a) The public understanding of Humanities, arts, science and technology, promoting and organizing operations to support the dissemination of humanistic culture, art, science and technology, providing the resources needed for these purposes;*
- b) Developing networking activities to society, particularly of dissemination and knowledge transfer, as well as for determining the economic value of scientific knowledge;*
- c) The promotion of effective mobility of teachers and researchers, students and graduates, both nationally and internationally, notably in the European area of higher education and within the community of Portuguese-speaking*

countries.

Beyond the generic objectives referred in point 1.1. it can also be highlighted the contribution of this study cycle to pursuit objectives that are clearly related with the above mission and strategy of the UC, as for example:

A1. To know the human development processes in social, psychological, biological and motor domains that allow study and understand capability of adaptation in different social contexts;

A2. To know basic quantitative and qualitative methods, and their application in a context of basic investigation and evaluation of people, contents and organizations,

A3. To know sociological, anthropological and pedagogical models used to concept and to justify multicultural projects, and to investigate social context and inequalities of within scholar and sportive organizations;

A4. To know and critically to analyze politics and organizations of educative and sportive systems, as in other organizations related with recreational, sportive, or touristic physical activity, and motor, social or psychological rehabilitation;

A5. To know the main problems of contemporary world, integrate them in an epistemological thinking and in ethical dilemmas associated with specific and transversal professional activity.

1.3. Meios de divulgação dos objectivos aos docentes e aos estudantes envolvidos no ciclo de estudos.

Os objetivos do ciclo de estudos são divulgados por via da plataforma informática de gestão académica Nónio: aos docentes através do infodocente e aos estudantes através do inforestudante. Para o público em geral a informação está disponível na página web da Universidade de Coimbra, em <http://cursos.uc.pt>.

1.3. Means by which the students and teachers involved in the study cycle are informed of its objectives.

The objectives of the study cycle are disseminated by NONIO which is an academic management IT platform: the information is available for the teachers at infodocente and for the students at inforestudante. For the public this information is available on the web page of the University of Coimbra - <http://cursos.uc.pt>.

2. Organização Interna e Mecanismos de Garantia da Qualidade

2.1 Organização Interna

2.1.1. Descrição da estrutura organizacional responsável pelo ciclo de estudo, incluindo a sua aprovação, a revisão e actualização dos conteúdos programáticos e a distribuição do serviço docente.

A criação de ciclos de estudos na UC envolve as Unidades Orgânicas (UO), os Centros de Serviços Comuns e Especializados, a Reitoria/Senado e o Conselho Geral, num processo concertado que tem início com uma proposta de oferta formativa (ou de revisão/actualização de oferta existente) e culmina com a sua submissão junto da A3ES para acreditação. A tramitação das alterações decorre de forma idêntica, devendo, depois de aprovadas, ser comunicadas à DGES e publicadas em DR.

Na UO, assume particular relevo o funcionamento do Conselho Científico (CC), que é composto por quinze membros: i) o Presidente, que é o Diretor; ii) onze representantes dos professores e investigadores; iii) três representantes do Centro de Investigação no Desporto e na Atividade Física (CIDAF).

A existência de coordenadores de ano, a totalidade de regentes doutorados, ou a existência de calendarização bem definida para a realização de avaliações são também exemplos de boa organização da UO.

2.1.1. Description of the organisational structure responsible for the study cycle, including its approval, the syllabus revision and updating, and the allocation of academic service.

The creation of a new study cycle at UC involves the Organisational Unit (OU), the Central Services, the Dean / the Senate and General Council, in a process that begins with a learning proposal (or review / update of an existing one) and which is concluded with the submission for accreditation at A3ES.

The procedure for changes is identical, and once approved, the reviewed proposal must be sent to DGES and published on a national official journal.

Within the OU, is particularly important the Scientific Committee (SC) that is composed by fifteen members: i) the President that is the FCDEF Director; ii) eleven members representing the teaching and investigating staff; iii) three members representing the Center of Investigation on Sport and Physical Activity (CIDAF).

The existence of coordinators of the year, the totality of Regents PhDs, or the existence of well-defined timetable for conducting assessments are also examples of good organization of the OU.

2.1.2. Forma de assegurar a participação activa de docentes e estudantes nos processos de tomada de decisão que afectam o processo de ensino/aprendizagem e a sua qualidade.

A participação ativa dos docentes e estudantes é assegurada pela aplicação regular de inquéritos pedagógicos e pela reflexão inerente ao processo de autoavaliação realizado por cada ciclo de estudos e pela UO. Para além dos dados quantitativos são também analisados comentários e sugestões de estudantes e docentes, integrando o processo de melhoria da UC. Os estudantes e docentes são ainda representados nos órgãos de governo da UC, nomeadamente Conselho Geral, Conselho de Gestão e Senado.

A participação ativa de docentes e estudantes nos processos de tomada de decisão que afetam o processo de ensino/aprendizagem e a sua qualidade está também garantida pela composição do próprio CC, descrito no ponto anterior, pela existência do Conselho Pedagógico (CP), do Conselho Consultivo, do Provedor do Estudante da UC ou do inquérito SGQP (Sistema de Gestão da Qualidade Pedagógica), que é de preenchimento semestral obrigatório.

2.1.2. Means to ensure the active participation of academic staff and students in decision-making processes that have an influence on the teaching/learning process, including its quality.

The active participation of teachers and students is ensured with regular educational surveys. The results are subject to analysis and discussion in order to develop the self-assessment of the study cycle and OUs' reports. In addition to quantitative data, comments and suggestions of students and teachers are also integrated at UC improvement process. Students and teachers are also represented at UC's governing bodies, namely the General Council, Management Council and Senate.

Active participation of the teaching staff and students in decision-making processes that have an influence on the teaching/learning process, including its quality is also assured by the composition of the SC, described above, by the existence of the Pedagogical Committee (PC), the Consultant Committee, the Student Ombudsperson of the UC or by the inquiry SGQP (System of Pedagogical Quality Management) that is fulfilled each semester in a compulsory way.

2.2. Garantia da Qualidade

2.2.1. Estruturas e mecanismos de garantia da qualidade para o ciclo de estudos.

Conforme procedimentos estabelecidos na UC, a autoavaliação do ciclo de estudos é realizada no final de cada ano letivo com a intervenção das diferentes partes interessadas sendo o relatório final da responsabilidade do coordenador/diretor de curso. Consiste numa análise SWOT, integrando informação referente a vários aspetos, nomeadamente, acesso, sucesso escolar, empregabilidade e informação proveniente dos inquéritos pedagógicos. Face a esta análise, são definidas anualmente as ações de melhoria a implementar no curso, cuja execução é avaliada no ano seguinte.

A existência do Sistema de Gestão da Qualidade Pedagógica (SGQP) da Universidade de Coimbra, traduzido por um inquérito preenchido semestralmente por todos os professores e estudantes da Licenciatura em Ciências do Desporto, consiste também num mecanismo fundamental de garantia da qualidade.

2.2.1. Quality assurance structures and mechanisms for the study cycle.

According to the established procedures, the self-assessment of the study cycle is held at the end of each school year with the participation of different stakeholders. The final report must be ensured by the coordinator/director of the study cycle. The self-assessment process consists of a SWOT analysis, including information regarding several aspects, including namely access, academic success, employability, and information from the educational surveys. Considering this analysis, improvement actions are set on an annual basis, which are evaluated in the following year.

The existence of the Pedagogical Quality Management System (SGQP) in the University of Coimbra, which is a questionnaire fulfilled each semester by all academic staff and students of the Bachelor in Sport Sciences is also an essential tool to control the quality.

2.2.2. Indicação do responsável pela implementação dos mecanismos de garantia da qualidade e sua função na instituição.

Equipa reitoral, em articulação com a Divisão de Avaliação e Melhoria Contínua.

2.2.2. Responsible person for the quality assurance mechanisms and position in the institution.

Rector team, and Evaluation and Improvement Unit.

2.2.3. Procedimentos para a recolha de informação, acompanhamento e avaliação periódica do ciclo de estudos.

Existe um sistema de informação através do qual é assegurada a produção automática de indicadores referentes às unidades curriculares do curso (p.e. sucesso escolar) e aos inquéritos pedagógicos. A informação proveniente destas e de outras fontes é analisada pelo coordenado/diretor do curso que deverá acompanhar o funcionamento do ciclo de estudos (p.e. adequada articulação entre unidades curriculares, esforço esperado e concretizado pelos estudantes, distribuição das datas de avaliação e volume de trabalho) em ligação com os docentes do ciclo de estudos, diretores de departamento e UO. No final do ano a informação é coligida e analisada para efeitos de autoavaliação do ciclo de estudos. O questionário SGQP referido acima, de preenchimento semestral e obrigatório, é também um elemento de recolha de informação, acompanhamento e avaliação periódica do ciclo de estudos.

2.2.3. Procedures for the collection of information, monitoring and periodic assessment of the study cycle.

The information system generates indicators regarding course units (e.g. academic success) and educational surveys. This information and the data from other sources are analyzed by the coordinator / director of the study

cycle who will oversee its functioning (e.g. adequate articulation between course units, effort expected and achieved by students, distribution of assessment dates and workload) in collaboration with the teachers of the study cycle, department directors and the OU director. At the end of the year the information is collected and analyzed for the purpose of self-assessment of the study cycle. The questionnaire SGQP referred above, compulsory and fulfilled each semester, is also a tool to collect information, to accompany and periodically evaluate the study cycle.

2.2.4. Ligação facultativa para o Manual da Qualidade

<http://www.uc.pt/damc/manual>

2.2.5. Discussão e utilização dos resultados das avaliações do ciclo de estudos na definição de acções de melhoria.

Os resultados das avaliações do ciclo de estudos são analisados e utilizados nos órgãos próprios, nomeadamente na Assembleia de Faculdade, Conselho Científico, Conselho Pedagógico e Conselho Consultivo. Os resultados das avaliações são discutidos com as diferentes partes interessadas no âmbito da elaboração do relatório de autoavaliação. Estes resultados e ações de melhoria daí decorrentes, bem como os dos restantes ciclos de estudos e da Unidade Orgânica no seu todo, são também discutidos numa sessão anual que envolve toda a comunidade académica.

2.2.5. Discussion and use of study cycle's evaluation results to define improvement actions.

Results of the evaluations of the study cycle are analyzed and used in the proper instances, including Faculty Assembly, Scientific Committee, Pedagogical Committee, and Consultant Committee. The results of the evaluations are discussed with different stakeholders who contribute for the self-assessment report elaboration. These results and the corresponding improvement actions, as well as those of other study cycles and of the OU as a whole, are also discussed at the annual meeting involving the entire academic community.

2.2.6. Outras vias de avaliação/acreditação nos últimos 5 anos.

Não se aplica.

2.2.6. Other forms of assessment/accreditation in the last 5 years.

Does not apply.

3. Recursos Materiais e Parcerias

3.1 Recursos materiais

3.1.1 Instalações físicas afectas e/ou utilizadas pelo ciclo de estudos (espaços lectivos, bibliotecas, laboratórios, salas de computadores, etc.).

Mapa VI. Instalações físicas / Mapa V. Spaces

Tipo de Espaço / Type of space	Área / Area (m ²)
Sala de mestrados	35
Auditório	136
Sala 56	84
Sala 57	55
Bibliotecas	600
Laboratório	200
Pavilhão 3	1000
Sala 55	72
Pavilhão 2	600
Campo de Futebol e Pista de Atletismo	8000
Campo de Râguebi	5000
Sala de computadores	60
Depart. de Matemática (sala4.1)	150
Depart. de Matemática (auditório Padre M. Rocha)	100
Faculdade de Letras (sala 2, piso 3)	60

3.1.2 Principais equipamentos e materiais afectos e/ou utilizados pelo ciclo de estudos (equipamentos didácticos e

científicos, materiais e TICs).

Mapa VII. Equipamentos e materiais / Map VII. Equipments and materials

Equipamentos e materiais / Equipment and materials	Número / Number
Acelerómetros	70
Analizador de gases fixo	1
Analizador de gases portátil	1
Balança	4
Bio-impedância	1
Biopac	1
Ciclo-ergómetro	3
Ciclo-ergómetro membros superiores	1
Dinamómetro isocinético	1
Dinamómetros de preensão manual	3
Electromiografia	1
Estadiómetro	1
Inventário em - http://www.uc.pt/fcdef/Investigacao/CIDAF_2/Organizacao	1
Macreflex	1
Mesa antropométrica	1
Palmilhas de pressão plantar	1
Pasta antropométrica	4
Plestismógrafo	1
Remo-ergómetro	1
Tapete rolante	1
Equipamento necessário para o regular funcionamento de todos os estudos práticos e desportos de opção, entre os quais bolas de diferentes modalidades, materiais de montanhismo, equipamentos de ginástica ou de atletismo.	1
Computadores	48
Monitores	44
Teclados	45
Ratos	45
Impressoras	7
Quadro Interativo SmartBoard 660	4
LCDs	9
Projetores	5
Bastidores	5
Amplificadores de som	3
Splitters	5
Microfones de lapela wireless	5
Patch Panel 24 portas	2
Conjuntos Microsoft Teclado + Rato sem fios	4

3.2 Parcerias

3.2.1 Eventuais parcerias internacionais estabelecidas no âmbito do ciclo de estudos.

Bilateral ageements no espaço Europeu, America do Norte e do Sul e Asiático, nomeadamente: Faculdade de Ciências da Educação Física e Desporto de Maputo, Moçambique.

The University of Northen Iowa, EUA.

Xi' An Institute of Physical Education, Republic of China.

The Guangzhou Institute of Physical Education People's, Republic of China.

Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada, Espanha.

Vienna Institute for International Dialogue and Cooperation, Austria.

Macau Polytechnic Institute, Republic of China.

Universidade Jean Piaget, Angola.

University of Suwon, South Korea.

Universidade Estadual de Londrina, Brasil.

Universidade Estadual de Maringá, Brasil.

Universidade Estadual de Campinas, Brasil.

Universidade Federal da Bahia, Brasil.

Universidade Presbiteriana Mackenzie, Brasil.

<http://www.uc.pt/fcdef/internalizacao/protocolos>

3.2.1 International partnerships within the study cycle.

**Bilateral agreements in European, North and South America, and Asia, including:
Faculty of Physical education Sciences and Sport of Maputo, Moçambique.**

The University of Northern Iowa, EUA.

Xi' An Institute of Physical Education, Republic of China.

The Guangzhou Institute of Physical Education People's, Republic of China.

Spanish Federation of Mountain and Climbing Sports, Spain.

Vienna Institute for International Dialogue and Cooperation, Austria.

Macau Polytechnic Institute, Republic of China.

University of Jean Piaget, Angola.

University of Suwon, South Korea.

State University of Londrina, Brasil.

State University of Maringá, Brasil.

State University of Campinas, Brasil.

Federal University of Bahia, Brasil.

Mackenzie Presbyterian University, Brasil.

<http://www.uc.pt/fcdef/internalizacao/protocolos>

3.2.2 Colaborações com outros ciclos de estudos, bem como com outras instituições de ensino superior nacionais.

Os alunos do 1º ciclo de estudos colaboram em tarefas e atividades de cursos do 2º ciclo, beneficiando de experiências científicas e didáticas inovadoras com impacto na sociedade.

A adoção precoce dos princípios e metodologias decorrentes ao Processo de Bolonha permite igualmente que se verifique uma considerável mobilidade na frequência de unidades curriculares, particularmente visível entre ciclos de estudos de diferentes UO da UC.

3.2.2 Collaboration with other study cycles of the same or other institutions of the national higher education system.

Students of 1st cycle of studies collaborate on tasks and activities of 2nd cycle courses, benefiting from scientific experiments and innovative didactic. It should be noted by way of example the involvement of students of 1st cycle of studies on the organization of and participation in scientific conferences such as those organized annually in protocol with the Portuguese Heart Foundation.

The early adoption of the principles and methodologies underlying the Bologna Process also allows a considerable mobility in the frequency of curricular units, particularly visible among different studies cycles of UO of the UC.

3.2.3 Procedimentos definidos para promover a cooperação interinstitucional no ciclo de estudos.

A UO possui um Gabinete de Relações Externas coordenado por um docente doutorado designado pelo Diretor. Este gabinete trabalha em estreita colaboração com a Divisão de Relações Internacionais e Imagem da UC.

Integração de docentes de outras universidades nacionais e internacionais no corpo docente do ciclo de estudos. Organização de seminários e ciclos de conferências, no âmbito do ciclo de estudos, com a participação de especialistas internacionais.

Envolvimento de estudantes do ciclo de estudos em projetos de investigação que envolvam a participação de outras instituições nacionais ou internacionais.

3.2.3 Procedures to promote inter-institutional cooperation within the study cycle.

The OU has an Office of External Relations coordinated by a faculty member with PhD designated by the Director. This Office works closely with the International Relations Division and Image of the UC.

Integration of teacher staff from other national and international universities within teaching staff of the Faculty. Organization of seminars and conferences cycles within the cycle of studies, with the participation of international experts.

Involvement of students of the study cycle in research projects involving the participation of other national or international institutions.

3.2.4 Práticas de relacionamento do ciclo de estudos com o tecido empresarial e o sector público.

Em complemento às iniciativas de relacionamento com empresas e outras entidades externas, a UC, através da DITS e da DPIP, desenvolve um conjunto de iniciativas e atividades visando a:

a) Identificação de oportunidades de desenvolvimento de projetos com benefícios mútuos;

b) Identificação de resultados de investigação com potencial comercial;

c) Promoção do empreendedorismo e da empregabilidade, com o envolvimento direto em conferências, cursos de empreendedorismo, práticas de desenvolvimento das Soft skills, concursos de ideias e planos de negócio, financiamento de start-ups e spin-offs universitárias;

d) Promoção da primeira experiência em contexto de trabalho através do programa de estágios não curriculares,

elemento importante na formação académica dos estudantes e uma oportunidade do tecido empresarial avaliar a qualidade da formação da UC;

e) Organização de sessões de recrutamento e pré-seleção de estudantes finalistas.

3.2.4 Relationship of the study cycle with business network and the public sector.

To promote the relationship with companies and other external institutions, the university, through DITS and DPIIP, develops a wide range of initiatives in order to develop the following activities:

a) Identify opportunities to develop projects with mutual benefits;

b) Identify research outcomes with a commercial potential;

c) Promote entrepreneurship and employability including direct participation in conferences, entrepreneurship courses, practices of Soft Skills, contests for new ideas and business plans, provision of funding for university start-ups and spin-offs;

d) Promote first experience in workplaces through non-curricular short-term internships' programs, seen as significant in the academic students training and as an opportunity for business companies to closely assess the quality of training at the UC;

e) Promote recruitment and pre-selection sessions of graduate students.

4. Pessoal Docente e Não Docente

4.1. Pessoal Docente

4.1.1. Fichas curriculares

Mapa VIII - Alain Guy Marie Massart

4.1.1.1. Nome do docente (preencher o nome completo):

Alain Guy Marie Massart

4.1.1.2. Instituição de ensino superior (preencher apenas quando diferente da instituição proponente mencionada em A1):

<sem resposta>

4.1.1.3 Unidade Orgânica (preencher apenas quando diferente da unidade orgânica mencionada em A2.):

<sem resposta>

4.1.1.4. Categoria:

Professor Auxiliar ou equivalente

4.1.1.5. Regime de tempo na instituição que submete a proposta (%):

100

4.1.1.6. Ficha curricular de docente:

[Mostrar dados da Ficha Curricular](#)

Mapa VIII - Amândio Manuel Cupido dos Santos

4.1.1.1. Nome do docente (preencher o nome completo):

Amândio Manuel Cupido dos Santos

4.1.1.2. Instituição de ensino superior (preencher apenas quando diferente da instituição proponente mencionada em A1):

<sem resposta>

4.1.1.3 Unidade Orgânica (preencher apenas quando diferente da unidade orgânica mencionada em A2.):

<sem resposta>

4.1.1.4. Categoria:

Professor Auxiliar ou equivalente

4.1.1.5. Regime de tempo na instituição que submete a proposta (%):

100

4.1.1.6. Ficha curricular de docente:

[Mostrar dados da Ficha Curricular](#)

Mapa VIII - Ana Maria Medeiros de Abreu Faro**4.1.1.1. Nome do docente (preencher o nome completo):**

Ana Maria Medeiros de Abreu Faro

4.1.1.2. Instituição de ensino superior (preencher apenas quando diferente da instituição proponente mencionada em A1):

<sem resposta>

4.1.1.3 Unidade Orgânica (preencher apenas quando diferente da unidade orgânica mencionada em A2.):

<sem resposta>

4.1.1.4. Categoria:

Professor Associado ou equivalente

4.1.1.5. Regime de tempo na instituição que submete a proposta (%):

100

4.1.1.6. Ficha curricular de docente:

[Mostrar dados da Ficha Curricular](#)

Mapa VIII - Ana Maria Miranda Botelho Teixeira**4.1.1.1. Nome do docente (preencher o nome completo):**

Ana Maria Miranda Botelho Teixeira

4.1.1.2. Instituição de ensino superior (preencher apenas quando diferente da instituição proponente mencionada em A1):

<sem resposta>

4.1.1.3 Unidade Orgânica (preencher apenas quando diferente da unidade orgânica mencionada em A2.):

<sem resposta>

4.1.1.4. Categoria:

Professor Associado ou equivalente

4.1.1.5. Regime de tempo na instituição que submete a proposta (%):

100

4.1.1.6. Ficha curricular de docente:

[Mostrar dados da Ficha Curricular](#)

Mapa VIII - Ana Rosa Fachardo Jaqueira**4.1.1.1. Nome do docente (preencher o nome completo):**

Ana Rosa Fachardo Jaqueira

4.1.1.2. Instituição de ensino superior (preencher apenas quando diferente da instituição proponente mencionada em A1):

<sem resposta>

4.1.1.3 Unidade Orgânica (preencher apenas quando diferente da unidade orgânica mencionada em A2.):

<sem resposta>

4.1.1.4. Categoria:

Professor Auxiliar ou equivalente

4.1.1.5. Regime de tempo na instituição que submete a proposta (%):

100

4.1.1.6. Ficha curricular de docente:

[Mostrar dados da Ficha Curricular](#)

Mapa VIII - Antero Filipe Rocha Abreu

4.1.1.1. Nome do docente (preencher o nome completo):

Antero Filipe Rocha Abreu

4.1.1.2. Instituição de ensino superior (preencher apenas quando diferente da instituição proponente mencionada em A1):

<sem resposta>

4.1.1.3 Unidade Orgânica (preencher apenas quando diferente da unidade orgânica mencionada em A2.):

<sem resposta>

4.1.1.4. Categoria:

Assistente convidado ou equivalente

4.1.1.5. Regime de tempo na instituição que submete a proposta (%):

50

4.1.1.6. Ficha curricular de docente:

[Mostrar dados da Ficha Curricular](#)

Mapa VIII - António José Barata Figueiredo

4.1.1.1. Nome do docente (preencher o nome completo):

António José Barata Figueiredo

4.1.1.2. Instituição de ensino superior (preencher apenas quando diferente da instituição proponente mencionada em A1):

<sem resposta>

4.1.1.3 Unidade Orgânica (preencher apenas quando diferente da unidade orgânica mencionada em A2.):

<sem resposta>

4.1.1.4. Categoria:

Professor Auxiliar ou equivalente

4.1.1.5. Regime de tempo na instituição que submete a proposta (%):

100

4.1.1.6. Ficha curricular de docente:

[Mostrar dados da Ficha Curricular](#)

Mapa VIII - Beatriz Branquinho Gomes

4.1.1.1. Nome do docente (preencher o nome completo):

Beatriz Branquinho Gomes

4.1.1.2. Instituição de ensino superior (preencher apenas quando diferente da instituição proponente mencionada em

A1):

<sem resposta>

4.1.1.3 Unidade Orgânica (preencher apenas quando diferente da unidade orgânica mencionada em A2.):

<sem resposta>

4.1.1.4. Categoria:

Assistente ou equivalente

4.1.1.5. Regime de tempo na instituição que submete a proposta (%):

100

4.1.1.6. Ficha curricular de docente:

[Mostrar dados da Ficha Curricular](#)

Mapa VIII - Carlos Alberto Fontes Ribeiro

4.1.1.1. Nome do docente (preencher o nome completo):

Carlos Alberto Fontes Ribeiro

4.1.1.2. Instituição de ensino superior (preencher apenas quando diferente da instituição proponente mencionada em A1):

<sem resposta>

4.1.1.3 Unidade Orgânica (preencher apenas quando diferente da unidade orgânica mencionada em A2.):

Faculdade de Medicina

4.1.1.4. Categoria:

Professor Catedrático ou equivalente

4.1.1.5. Regime de tempo na instituição que submete a proposta (%):

100

4.1.1.6. Ficha curricular de docente:

[Mostrar dados da Ficha Curricular](#)

Mapa VIII - Carlos Eduardo de Barros Gonçalves

4.1.1.1. Nome do docente (preencher o nome completo):

Carlos Eduardo de Barros Gonçalves

4.1.1.2. Instituição de ensino superior (preencher apenas quando diferente da instituição proponente mencionada em A1):

<sem resposta>

4.1.1.3 Unidade Orgânica (preencher apenas quando diferente da unidade orgânica mencionada em A2.):

<sem resposta>

4.1.1.4. Categoria:

Professor Auxiliar ou equivalente

4.1.1.5. Regime de tempo na instituição que submete a proposta (%):

100

4.1.1.6. Ficha curricular de docente:

[Mostrar dados da Ficha Curricular](#)

Mapa VIII - Cristina Maria Henriques Senra

4.1.1.1. Nome do docente (preencher o nome completo):

Cristina Maria Henriques Senra

4.1.1.2. Instituição de ensino superior (preencher apenas quando diferente da instituição proponente mencionada em A1):

<sem resposta>

4.1.1.3 Unidade Orgânica (preencher apenas quando diferente da unidade orgânica mencionada em A2.):

<sem resposta>

4.1.1.4. Categoria:

Assistente convidado ou equivalente

4.1.1.5. Regime de tempo na instituição que submete a proposta (%):

50

4.1.1.6. Ficha curricular de docente:

[Mostrar dados da Ficha Curricular](#)

Mapa VIII - Elsa Maria Ferro Ribeiro da Silva**4.1.1.1. Nome do docente (preencher o nome completo):**

Elsa Maria Ferro Ribeiro da Silva

4.1.1.2. Instituição de ensino superior (preencher apenas quando diferente da instituição proponente mencionada em A1):

<sem resposta>

4.1.1.3 Unidade Orgânica (preencher apenas quando diferente da unidade orgânica mencionada em A2.):

<sem resposta>

4.1.1.4. Categoria:

Assistente ou equivalente

4.1.1.5. Regime de tempo na instituição que submete a proposta (%):

100

4.1.1.6. Ficha curricular de docente:

[Mostrar dados da Ficha Curricular](#)

Mapa VIII - Francisco António Barreiras Pinto**4.1.1.1. Nome do docente (preencher o nome completo):**

Francisco António Barreiras Pinto

4.1.1.2. Instituição de ensino superior (preencher apenas quando diferente da instituição proponente mencionada em A1):

<sem resposta>

4.1.1.3 Unidade Orgânica (preencher apenas quando diferente da unidade orgânica mencionada em A2.):

<sem resposta>

4.1.1.4. Categoria:

Assistente convidado ou equivalente

4.1.1.5. Regime de tempo na instituição que submete a proposta (%):

50

4.1.1.6. Ficha curricular de docente:

Mostrar dados da Ficha Curricular**Mapa VIII - Gustavo Nuno de Jesus Pinto Fontes Ribeiro**

4.1.1.1. Nome do docente (preencher o nome completo):
Gustavo Nuno de Jesus Pinto Fontes Ribeiro

4.1.1.2. Instituição de ensino superior (preencher apenas quando diferente da instituição proponente mencionada em A1):
<sem resposta>

4.1.1.3 Unidade Orgânica (preencher apenas quando diferente da unidade orgânica mencionada em A2.):
<sem resposta>

4.1.1.4. Categoria:
Assistente convidado ou equivalente

4.1.1.5. Regime de tempo na instituição que submete a proposta (%):
30

4.1.1.6. Ficha curricular de docente:
[Mostrar dados da Ficha Curricular](#)

Mapa VIII - Hélder Rodrigues de Carvalho

4.1.1.1. Nome do docente (preencher o nome completo):
Hélder Rodrigues de Carvalho

4.1.1.2. Instituição de ensino superior (preencher apenas quando diferente da instituição proponente mencionada em A1):
<sem resposta>

4.1.1.3 Unidade Orgânica (preencher apenas quando diferente da unidade orgânica mencionada em A2.):
<sem resposta>

4.1.1.4. Categoria:
Assistente convidado ou equivalente

4.1.1.5. Regime de tempo na instituição que submete a proposta (%):
20

4.1.1.6. Ficha curricular de docente:
[Mostrar dados da Ficha Curricular](#)

Mapa VIII - Humberto Jorge Gonçalves Moreira de Carvalho

4.1.1.1. Nome do docente (preencher o nome completo):
Humberto Jorge Gonçalves Moreira de Carvalho

4.1.1.2. Instituição de ensino superior (preencher apenas quando diferente da instituição proponente mencionada em A1):
<sem resposta>

4.1.1.3 Unidade Orgânica (preencher apenas quando diferente da unidade orgânica mencionada em A2.):
<sem resposta>

4.1.1.4. Categoria:
Assistente convidado ou equivalente

4.1.1.5. Regime de tempo na instituição que submete a proposta (%):

50

4.1.1.6. Ficha curricular de docente:

[Mostrar dados da Ficha Curricular](#)

Mapa VIII - João José Carreiro Páscoa Pinheiro**4.1.1.1. Nome do docente (preencher o nome completo):**

João José Carreiro Páscoa Pinheiro

4.1.1.2. Instituição de ensino superior (preencher apenas quando diferente da instituição proponente mencionada em A1):

<sem resposta>

4.1.1.3 Unidade Orgânica (preencher apenas quando diferente da unidade orgânica mencionada em A2.):

Faculdade de Medicina

4.1.1.4. Categoria:

Professor Auxiliar ou equivalente

4.1.1.5. Regime de tempo na instituição que submete a proposta (%):

100

4.1.1.6. Ficha curricular de docente:

[Mostrar dados da Ficha Curricular](#)

Mapa VIII - João Alberto Valente dos Santos**4.1.1.1. Nome do docente (preencher o nome completo):**

João Alberto Valente dos Santos

4.1.1.2. Instituição de ensino superior (preencher apenas quando diferente da instituição proponente mencionada em A1):

<sem resposta>

4.1.1.3 Unidade Orgânica (preencher apenas quando diferente da unidade orgânica mencionada em A2.):

<sem resposta>

4.1.1.4. Categoria:

Assistente convidado ou equivalente

4.1.1.5. Regime de tempo na instituição que submete a proposta (%):

20

4.1.1.6. Ficha curricular de docente:

[Mostrar dados da Ficha Curricular](#)

Mapa VIII - José Carlos Cardoso Canhola**4.1.1.1. Nome do docente (preencher o nome completo):**

José Carlos Cardoso Canhola

4.1.1.2. Instituição de ensino superior (preencher apenas quando diferente da instituição proponente mencionada em A1):

<sem resposta>

4.1.1.3 Unidade Orgânica (preencher apenas quando diferente da unidade orgânica mencionada em A2.):

<sem resposta>

4.1.1.4. Categoria:

Assistente convidado ou equivalente

4.1.1.5. Regime de tempo na instituição que submete a proposta (%):

20

4.1.1.6. Ficha curricular de docente:

[Mostrar dados da Ficha Curricular](#)

Mapa VIII - José Manuel Leitão Borges**4.1.1.1. Nome do docente (preencher o nome completo):**

José Manuel Leitão Borges

4.1.1.2. Instituição de ensino superior (preencher apenas quando diferente da instituição proponente mencionada em A1):

<sem resposta>

4.1.1.3 Unidade Orgânica (preencher apenas quando diferente da unidade orgânica mencionada em A2.):

<sem resposta>

4.1.1.4. Categoria:

Assistente convidado ou equivalente

4.1.1.5. Regime de tempo na instituição que submete a proposta (%):

20

4.1.1.6. Ficha curricular de docente:

[Mostrar dados da Ficha Curricular](#)

Mapa VIII - José Pedro Leitão Ferreira**4.1.1.1. Nome do docente (preencher o nome completo):**

José Pedro Leitão Ferreira

4.1.1.2. Instituição de ensino superior (preencher apenas quando diferente da instituição proponente mencionada em A1):

<sem resposta>

4.1.1.3 Unidade Orgânica (preencher apenas quando diferente da unidade orgânica mencionada em A2.):

<sem resposta>

4.1.1.4. Categoria:

Professor Associado ou equivalente

4.1.1.5. Regime de tempo na instituição que submete a proposta (%):

100

4.1.1.6. Ficha curricular de docente:

[Mostrar dados da Ficha Curricular](#)

Mapa VIII - Liliana Rosa Dias Figueiredo de Almeida Moreira**4.1.1.1. Nome do docente (preencher o nome completo):**

Liliana Rosa Dias Figueiredo de Almeida Moreira

4.1.1.2. Instituição de ensino superior (preencher apenas quando diferente da instituição proponente mencionada em A1):

<sem resposta>

4.1.1.3 Unidade Orgânica (preencher apenas quando diferente da unidade orgânica mencionada em A2.):

<sem resposta>

4.1.1.4. Categoria:

Assistente convidado ou equivalente

4.1.1.5. Regime de tempo na instituição que submete a proposta (%):

20

4.1.1.6. Ficha curricular de docente:

[Mostrar dados da Ficha Curricular](#)

Mapa VIII - Luís Manuel Pinto Lopes Rama

4.1.1.1. Nome do docente (preencher o nome completo):

Luís Manuel Pinto Lopes Rama

4.1.1.2. Instituição de ensino superior (preencher apenas quando diferente da instituição proponente mencionada em A1):

<sem resposta>

4.1.1.3 Unidade Orgânica (preencher apenas quando diferente da unidade orgânica mencionada em A2.):

<sem resposta>

4.1.1.4. Categoria:

Professor Auxiliar ou equivalente

4.1.1.5. Regime de tempo na instituição que submete a proposta (%):

100

4.1.1.6. Ficha curricular de docente:

[Mostrar dados da Ficha Curricular](#)

Mapa VIII - Manuel João Cerdeira Coelho e Silva

4.1.1.1. Nome do docente (preencher o nome completo):

Manuel João Cerdeira Coelho e Silva

4.1.1.2. Instituição de ensino superior (preencher apenas quando diferente da instituição proponente mencionada em A1):

<sem resposta>

4.1.1.3 Unidade Orgânica (preencher apenas quando diferente da unidade orgânica mencionada em A2.):

<sem resposta>

4.1.1.4. Categoria:

Professor Associado ou equivalente

4.1.1.5. Regime de tempo na instituição que submete a proposta (%):

100

4.1.1.6. Ficha curricular de docente:

[Mostrar dados da Ficha Curricular](#)

Mapa VIII - Maria João Carvalheiro Campos

4.1.1.1. Nome do docente (preencher o nome completo):

Maria João Carvalho Campos

4.1.1.2. Instituição de ensino superior (preencher apenas quando diferente da instituição proponente mencionada em A1):

<sem resposta>

4.1.1.3 Unidade Orgânica (preencher apenas quando diferente da unidade orgânica mencionada em A2.):

<sem resposta>

4.1.1.4. Categoria:

Assistente ou equivalente

4.1.1.5. Regime de tempo na instituição que submete a proposta (%):

100

4.1.1.6. Ficha curricular de docente:

[Mostrar dados da Ficha Curricular](#)

Mapa VIII - Maria Salomé Fernandes Martins Marivoet

4.1.1.1. Nome do docente (preencher o nome completo):

Maria Salomé Fernandes Martins Marivoet

4.1.1.2. Instituição de ensino superior (preencher apenas quando diferente da instituição proponente mencionada em A1):

<sem resposta>

4.1.1.3 Unidade Orgânica (preencher apenas quando diferente da unidade orgânica mencionada em A2.):

<sem resposta>

4.1.1.4. Categoria:

Professor Auxiliar ou equivalente

4.1.1.5. Regime de tempo na instituição que submete a proposta (%):

20

4.1.1.6. Ficha curricular de docente:

[Mostrar dados da Ficha Curricular](#)

Mapa VIII - Mário Duarte Maia Rodrigues

4.1.1.1. Nome do docente (preencher o nome completo):

Mário Duarte Maia Rodrigues

4.1.1.2. Instituição de ensino superior (preencher apenas quando diferente da instituição proponente mencionada em A1):

<sem resposta>

4.1.1.3 Unidade Orgânica (preencher apenas quando diferente da unidade orgânica mencionada em A2.):

<sem resposta>

4.1.1.4. Categoria:

Assistente convidado ou equivalente

4.1.1.5. Regime de tempo na instituição que submete a proposta (%):

20

4.1.1.6. Ficha curricular de docente:

[Mostrar dados da Ficha Curricular](#)

Mapa VIII - Miguel Ângelo Abreu Lopes de Oliveira**4.1.1.1. Nome do docente (preencher o nome completo):***Miguel Ângelo Abreu Lopes de Oliveira***4.1.1.2. Instituição de ensino superior (preencher apenas quando diferente da instituição proponente mencionada em A1):**

<sem resposta>

4.1.1.3 Unidade Orgânica (preencher apenas quando diferente da unidade orgânica mencionada em A2.):

<sem resposta>

4.1.1.4. Categoria:*Assistente convidado ou equivalente***4.1.1.5. Regime de tempo na instituição que submete a proposta (%):**

100

4.1.1.6. Ficha curricular de docente:[Mostrar dados da Ficha Curricular](#)**Mapa VIII - Miguel Ângelo Sousa Fachada Domingues Coelho****4.1.1.1. Nome do docente (preencher o nome completo):***Miguel Ângelo Sousa Fachada Domingues Coelho***4.1.1.2. Instituição de ensino superior (preencher apenas quando diferente da instituição proponente mencionada em A1):**

<sem resposta>

4.1.1.3 Unidade Orgânica (preencher apenas quando diferente da unidade orgânica mencionada em A2.):

<sem resposta>

4.1.1.4. Categoria:*Assistente ou equivalente***4.1.1.5. Regime de tempo na instituição que submete a proposta (%):**

100

4.1.1.6. Ficha curricular de docente:[Mostrar dados da Ficha Curricular](#)**Mapa VIII - Paula Cristina Vaz Bernardo Tavares****4.1.1.1. Nome do docente (preencher o nome completo):***Paula Cristina Vaz Bernardo Tavares***4.1.1.2. Instituição de ensino superior (preencher apenas quando diferente da instituição proponente mencionada em A1):**

<sem resposta>

4.1.1.3 Unidade Orgânica (preencher apenas quando diferente da unidade orgânica mencionada em A2.):

<sem resposta>

4.1.1.4. Categoria:*Professor Associado ou equivalente***4.1.1.5. Regime de tempo na instituição que submete a proposta (%):**

100

4.1.1.6. Ficha curricular de docente:

[Mostrar dados da Ficha Curricular](#)

Mapa VIII - Paulo Coêlho de Araújo**4.1.1.1. Nome do docente (preencher o nome completo):**

Paulo Coêlho de Araújo

4.1.1.2. Instituição de ensino superior (preencher apenas quando diferente da instituição proponente mencionada em A1):

<sem resposta>

4.1.1.3 Unidade Orgânica (preencher apenas quando diferente da unidade orgânica mencionada em A2.):

<sem resposta>

4.1.1.4. Categoria:

Professor Associado ou equivalente

4.1.1.5. Regime de tempo na instituição que submete a proposta (%):

100

4.1.1.6. Ficha curricular de docente:

[Mostrar dados da Ficha Curricular](#)

Mapa VIII - Paulo Renato Bernardes Nobre**4.1.1.1. Nome do docente (preencher o nome completo):**

Paulo Renato Bernardes Nobre

4.1.1.2. Instituição de ensino superior (preencher apenas quando diferente da instituição proponente mencionada em A1):

<sem resposta>

4.1.1.3 Unidade Orgânica (preencher apenas quando diferente da unidade orgânica mencionada em A2.):

<sem resposta>

4.1.1.4. Categoria:

Assistente ou equivalente

4.1.1.5. Regime de tempo na instituição que submete a proposta (%):

100

4.1.1.6. Ficha curricular de docente:

[Mostrar dados da Ficha Curricular](#)

Mapa VIII - Pedro Emanuel Baptista de Melo Simões de Figueiredo**4.1.1.1. Nome do docente (preencher o nome completo):**

Pedro Emanuel Baptista de Melo Simões de Figueiredo

4.1.1.2. Instituição de ensino superior (preencher apenas quando diferente da instituição proponente mencionada em A1):

<sem resposta>

4.1.1.3 Unidade Orgânica (preencher apenas quando diferente da unidade orgânica mencionada em A2.):

<sem resposta>

4.1.1.4. Categoria:

Assistente convidado ou equivalente

4.1.1.5. Regime de tempo na instituição que submete a proposta (%):
20

4.1.1.6. Ficha curricular de docente:
[Mostrar dados da Ficha Curricular](#)

Mapa VIII - Pedro Miguel Leal Ferreira Mendonça da Fonseca

4.1.1.1. Nome do docente (preencher o nome completo):
Pedro Miguel Leal Ferreira Mendonça da Fonseca

4.1.1.2. Instituição de ensino superior (preencher apenas quando diferente da instituição proponente mencionada em A1):
<sem resposta>

4.1.1.3 Unidade Orgânica (preencher apenas quando diferente da unidade orgânica mencionada em A2.):
<sem resposta>

4.1.1.4. Categoria:
Assistente convidado ou equivalente

4.1.1.5. Regime de tempo na instituição que submete a proposta (%):
50

4.1.1.6. Ficha curricular de docente:
[Mostrar dados da Ficha Curricular](#)

Mapa VIII - Pedro Miguel Pereira Gaspar

4.1.1.1. Nome do docente (preencher o nome completo):
Pedro Miguel Pereira Gaspar

4.1.1.2. Instituição de ensino superior (preencher apenas quando diferente da instituição proponente mencionada em A1):
<sem resposta>

4.1.1.3 Unidade Orgânica (preencher apenas quando diferente da unidade orgânica mencionada em A2.):
<sem resposta>

4.1.1.4. Categoria:
Professor Auxiliar ou equivalente

4.1.1.5. Regime de tempo na instituição que submete a proposta (%):
100

4.1.1.6. Ficha curricular de docente:
[Mostrar dados da Ficha Curricular](#)

Mapa VIII - Raul Agostinho Simões Martins

4.1.1.1. Nome do docente (preencher o nome completo):
Raul Agostinho Simões Martins

4.1.1.2. Instituição de ensino superior (preencher apenas quando diferente da instituição proponente mencionada em A1):
<sem resposta>

4.1.1.3 Unidade Orgânica (preencher apenas quando diferente da unidade orgânica mencionada em A2.):
<sem resposta>

4.1.1.4. Categoria:
Professor Auxiliar ou equivalente

4.1.1.5. Regime de tempo na instituição que submete a proposta (%):
100

4.1.1.6. Ficha curricular de docente:
[Mostrar dados da Ficha Curricular](#)

Mapa VIII - Regiane Trevisan

4.1.1.1. Nome do docente (preencher o nome completo):
Regiane Trevisan

4.1.1.2. Instituição de ensino superior (preencher apenas quando diferente da instituição proponente mencionada em A1):
<sem resposta>

4.1.1.3 Unidade Orgânica (preencher apenas quando diferente da unidade orgânica mencionada em A2.):
<sem resposta>

4.1.1.4. Categoria:
Assistente convidado ou equivalente

4.1.1.5. Regime de tempo na instituição que submete a proposta (%):
20

4.1.1.6. Ficha curricular de docente:
[Mostrar dados da Ficha Curricular](#)

Mapa VIII - Rui Adelino Machado Gomes

4.1.1.1. Nome do docente (preencher o nome completo):
Rui Adelino Machado Gomes

4.1.1.2. Instituição de ensino superior (preencher apenas quando diferente da instituição proponente mencionada em A1):
<sem resposta>

4.1.1.3 Unidade Orgânica (preencher apenas quando diferente da unidade orgânica mencionada em A2.):
<sem resposta>

4.1.1.4. Categoria:
Professor Catedrático ou equivalente

4.1.1.5. Regime de tempo na instituição que submete a proposta (%):
100

4.1.1.6. Ficha curricular de docente:
[Mostrar dados da Ficha Curricular](#)

Mapa VIII - Susana Isabel Vicente Ramos

4.1.1.1. Nome do docente (preencher o nome completo):
Susana Isabel Vicente Ramos

4.1.1.2. Instituição de ensino superior (preencher apenas quando diferente da instituição proponente mencionada em A1):

<sem resposta>

4.1.1.3 Unidade Orgânica (preencher apenas quando diferente da unidade orgânica mencionada em A2.):

<sem resposta>

4.1.1.4. Categoria:

Professor Auxiliar ou equivalente

4.1.1.5. Regime de tempo na instituição que submete a proposta (%):

100

4.1.1.6. Ficha curricular de docente:

[Mostrar dados da Ficha Curricular](#)

Mapa VIII - Valentino José Carvalho do Vale Alves

4.1.1.1. Nome do docente (preencher o nome completo):

Valentino José Carvalho do Vale Alves

4.1.1.2. Instituição de ensino superior (preencher apenas quando diferente da instituição proponente mencionada em A1):

<sem resposta>

4.1.1.3 Unidade Orgânica (preencher apenas quando diferente da unidade orgânica mencionada em A2.):

<sem resposta>

4.1.1.4. Categoria:

Assistente convidado ou equivalente

4.1.1.5. Regime de tempo na instituição que submete a proposta (%):

25

4.1.1.6. Ficha curricular de docente:

[Mostrar dados da Ficha Curricular](#)

Mapa VIII - Vasco Parreiral Simões Vaz

4.1.1.1. Nome do docente (preencher o nome completo):

Vasco Parreiral Simões Vaz

4.1.1.2. Instituição de ensino superior (preencher apenas quando diferente da instituição proponente mencionada em A1):

<sem resposta>

4.1.1.3 Unidade Orgânica (preencher apenas quando diferente da unidade orgânica mencionada em A2.):

<sem resposta>

4.1.1.4. Categoria:

Professor Auxiliar ou equivalente

4.1.1.5. Regime de tempo na instituição que submete a proposta (%):

100

4.1.1.6. Ficha curricular de docente:

[Mostrar dados da Ficha Curricular](#)

Mapa VIII - Vítor Emanuel Moreira Assunção

4.1.1.1. Nome do docente (preencher o nome completo):*Vítor Emanuel Moreira Assunção***4.1.1.2. Instituição de ensino superior (preencher apenas quando diferente da instituição proponente mencionada em A1):**

<sem resposta>

4.1.1.3 Unidade Orgânica (preencher apenas quando diferente da unidade orgânica mencionada em A2.):

<sem resposta>

4.1.1.4. Categoria:*Assistente convidado ou equivalente***4.1.1.5. Regime de tempo na instituição que submete a proposta (%):**

20

4.1.1.6. Ficha curricular de docente:[Mostrar dados da Ficha Curricular](#)**Mapa VIII - Vítor José Santos Severino****4.1.1.1. Nome do docente (preencher o nome completo):***Vítor José Santos Severino***4.1.1.2. Instituição de ensino superior (preencher apenas quando diferente da instituição proponente mencionada em A1):**

<sem resposta>

4.1.1.3 Unidade Orgânica (preencher apenas quando diferente da unidade orgânica mencionada em A2.):

<sem resposta>

4.1.1.4. Categoria:*Assistente convidado ou equivalente***4.1.1.5. Regime de tempo na instituição que submete a proposta (%):**

20

4.1.1.6. Ficha curricular de docente:[Mostrar dados da Ficha Curricular](#)**4.1.2 Equipa docente do ciclo de estudos (preenchimento automático após submissão do guião)****4.1.2. Equipa docente do ciclo de estudos / Study cycle's academic staff**

Nome / Name	Grau / Degree	Área científica / Scientific Area	Regime de tempo / Employment link	Informação/ Information
Alain Guy Marie Massart	Doutor	Ciências e Técnicas das Actividades Físicas e Desportivas	100	Ficha submetida
Amândio Manuel Cupido dos Santos	Doutor	Ciências do Desporto	100	Ficha submetida
Ana Maria Medeiros de Abreu Faro	Doutor	Ciências da Actividade Física	100	Ficha submetida
Ana Maria Miranda Botelho Teixeira	Doutor	Ciências da Saúde -Hematologia	100	Ficha submetida
Ana Rosa Fachardo Jaqueira	Doutor	Ciências do Desporto	100	Ficha submetida
Antero Filipe Rocha Abreu	Mestre	Treino Desportivo para Crianças e Jovens	50	Ficha submetida
António José Barata Figueiredo	Doutor	Ciências do Desporto e Educação Física	100	Ficha submetida
Beatriz Branquinho Gomes	Mestre	Biocínética	100	Ficha submetida
Carlos Alberto Fontes Ribeiro	Doutor	Farmacologia e Terapêutica	100	Ficha submetida

Carlos Eduardo de Barros Gonçalves	Doutor	Ciências do Desporto	100	Ficha submetida
Cristina Maria Henriques Senra	Mestre	Psicologia do Desporto	50	Ficha submetida
Elsa Maria Ferro Ribeiro da Silva	Licenciado	Ciências do Desporto	100	Ficha submetida
Francisco António Barreiras Pinto	Licenciado	Educação Física e Desporto	50	Ficha submetida
Gustavo Nuno de Jesus Pinto Fontes Ribeiro	Mestre	Exercício e Saúde em Populações Especiais	30	Ficha submetida
Hélder Rodrigues de Carvalho	Licenciado	Ciências do Desporto e Educação Física	20	Ficha submetida
Humberto Jorge Gonçalves Moreira de Carvalho	Doutor	Ciências do Desporto e Educação Física	50	Ficha submetida
João José Carreiro Páscoa Pinheiro	Doutor	Medicina Desportiva	100	Ficha submetida
João Alberto Valente dos Santos	Mestre	Treino Desportivo para Crianças e Jovens	20	Ficha submetida
José Carlos Cardoso Canhola	Mestre	Treino Alto Rendimento	20	Ficha submetida
José Manuel Leitão Borges	Mestre	Treino de Alto Rendimento	20	Ficha submetida
José Pedro Leitão Ferreira	Doutor	Exercício e Saúde	100	Ficha submetida
Liliana Rosa Dias Figueiredo de Almeida Moreira	Mestre	Sociologia	20	Ficha submetida
Luís Manuel Pinto Lopes Rama	Doutor	Ciências do Desporto e Educação Física	100	Ficha submetida
Manuel João Cerdeira Coelho e Silva	Doutor	Ciências do Desporto e Educação Física	100	Ficha submetida
Maria João Carvalheiro Campos	Mestre	Actividade Física Adaptada	100	Ficha submetida
Maria Salomé Fernandes Martins Marivoet	Doutor	Sociologia	20	Ficha submetida
Mário Duarte Maia Rodrigues	Licenciado	Ciências do Desporto e Educação Física	20	Ficha submetida
Miguel Ângelo Abreu Lopes de Oliveira	Licenciado	Educação Física e Desporto	100	Ficha submetida
Miguel Ângelo Sousa Fachada Domingues Coelho	Mestre	Supervisão Pedagógica	100	Ficha submetida
Paula Cristina Vaz Bernardo Tavares	Doutor	Ciências Biomédicas	100	Ficha submetida
Paulo Coêlho de Araújo	Doutor	Ciências do Desporto – Especialidade Antropologia do Desporto	100	Ficha submetida
Paulo Renato Bernardes Nobre	Mestre	Ciências da Educação – Avaliação da Educação	100	Ficha submetida
Pedro Emanuel Baptista de Melo Simões de Figueiredo	Licenciado	Medicina	20	Ficha submetida
Pedro Miguel Leal Ferreira Mendonça da Fonseca	Mestre	Biocinética do Desenvolvimento	50	Ficha submetida
Pedro Miguel Pereira Gaspar	Doutor	Rendimento Desportivo	100	Ficha submetida
Raul Agostinho Simões Martins	Doutor	Ciências do Desporto	100	Ficha submetida
Regiane Trevisan	Mestre	Ensino da Educação Física no Ensino Básico e Secundário	20	Ficha submetida
Rui Adelino Machado Gomes	Doutor	Ciências da Educação	100	Ficha submetida
Susana Isabel Vicente Ramos	Doutor	Ciências do Desporto	100	Ficha submetida
Valentino José Carvalho do Vale Alves	Doutor	Turismo, Lazer e Cultura: Lazer e Desporto	25	Ficha submetida
Vasco Parreiral Simões Vaz	Doutor	Ciências do Desporto	100	Ficha submetida
Vítor Emanuel Moreira Assunção	Licenciado	Ciências do Desporto	20	Ficha submetida
Vítor José Santos Severino	Mestre	Treino Desportivo para Crianças e Jovens	20	Ficha submetida
			3025	

<sem resposta>

4.1.3. Dados da equipa docente do ciclo de estudos

4.1.3.1.a Número de docentes em tempo integral na instituição

23

4.1.3.1.b Percentagem dos docentes em tempo integral na instituição (campo de preenchimento automático, calculado após a submissão do formulário)

76

4.1.3.2.a Número de docentes em tempo integral com uma ligação à instituição por um período superior a três anos

23

4.1.3.2.b Percentagem dos docentes em tempo integral com uma ligação à instituição por um período superior a três anos (campo de preenchimento automático, calculado após a submissão do formulário)

76

4.1.3.3.a Número de docentes em tempo integral com grau de doutor

17

4.1.3.3.b Percentagem de docentes em tempo integral com grau de doutor (campo de preenchimento automático, calculado após a submissão do formulário)

56,2

4.1.3.4.a Número (ETI) de docentes do ciclo de estudos inscritos em programas de doutoramento há mais de um ano

3

4.1.3.4.b Percentagem dos docentes do ciclo de estudos inscritos em programas de doutoramento há mais de um ano (campo de preenchimento automático calculado após a submissão do formulário)

9,9

4.1.3.5.a Número (ETI) de docentes do ciclo de estudos não doutorados com grau de mestre (pré-Bolonha)

4

4.1.3.5.b Percentagem dos docentes do ciclo de estudos não doutorados com grau de mestre (pré-Bolonha) (campo de preenchimento automático calculado após a submissão do formulário)

13,2

Perguntas 4.1.4. e 4.1.5

4.1.4. Procedimento de avaliação do desempenho do pessoal docente e medidas para a sua permanente atualização

O procedimento de avaliação dos docentes da Universidade de Coimbra (UC) tem por base o disposto no “Regulamento de Avaliação de Desempenho dos Docentes da Universidade de Coimbra”, regulamento n.º 398/2010 publicado no DR n.º 87, 2.ª Série, de 5 de Maio de 2010, retificado no DR.2.ª Série, de 17 de Maio de 2010.

Este regulamento define os mecanismos para a identificação dos objetivos de desempenho dos docentes para cada período de avaliação, explicitando a visão da instituição, nos seus diversos níveis orgânicos, e traçando, simultaneamente, um quadro de referência claro para a valorização das atividades dos docentes, com vista à melhoria da qualidade do seu desempenho.

A avaliação do desempenho dos docentes da UC é efetuada relativamente a períodos de três anos e tem em consideração quatro vertentes: investigação; docência; transferência e valorização do conhecimento; gestão universitária e outras tarefas. Relativamente a cada uma das vertentes, a avaliação dos docentes pode incluir duas componentes: avaliação quantitativa e avaliação qualitativa.

A avaliação quantitativa tem por base um conjunto de indicadores e de fatores. Cada indicador retrata um aspeto bem definido da atividade do docente e os fatores representam uma apreciação valorativa, decidida pelo Conselho Científico ou pelo Diretor da Unidade Orgânica (UO) para cada área disciplinar. Os fatores permitem assim ajustar a avaliação quantitativa ao contexto de cada área.

A avaliação qualitativa é efetuada por painéis de avaliadores que avaliam o desempenho do docente em cada vertente.

O processo de avaliação compreende cinco fases (autoavaliação, validação, avaliação, audiência, homologação) e prevê os seguintes intervenientes: Avaliado, Diretor da UO, Conselho Científico da UO, Comissão de Avaliação da UO, Painel de Avaliadores, Conselho Coordenador da Avaliação do Desempenho dos Docentes e Reitor.

O resultado final da avaliação de cada docente é expresso numa escala de quatro posições: excelente, muito bom, bom e não relevante.

Antes de cada novo ciclo de avaliação, cada UO define, para as suas áreas disciplinares, o conjunto de parâmetros que determinam os novos objetivos do desempenho dos docentes e cada uma das suas vertentes, garantindo, assim, permanente atualização do processo.

4.1.4. Assessment of academic staff performance and measures for its permanent updating

The academic staff performance evaluation procedures of the University of Coimbra (UC) are set in the “Regulation of Teachers’ Performance Evaluation of UC” – regulation no. 398/2010, published on the 5th of May, and amended on the 17th of May.

This regulation defines the mechanisms to identify teachers’ performance goals for each time span of evaluation, clearly stating the institution’s vision, across its different levels, and outlining simultaneously a clear reference board to value teachers’ activities with the purpose to improve their performance.

The teachers’ performance evaluation at UC is made on a three years basis and takes into account four dimensions: investigation, teaching, knowledge transfer, university management and other tasks. For each dimension, the teachers’ evaluation may include two variables: quantitative and qualitative.

Quantitative evaluation is based on a set of performance indicators and factors. Each performance indicator is a well-defined aspect of the teacher’s activity and the factors represent an evaluation, defined by the Scientific Board or the Director of the Organizational Unit (OU), for each subject area. Thus, factors allow quantitative evaluation to adjust the context of each subject area.

The qualitative evaluation is made by a panel of reviewers who evaluate teachers’ performance in each dimension. The evaluation procedures have five stages (self-evaluation, validation, evaluation, audience, and homologation) and include the following participants: teacher, OUs’ Director, OUs’ Scientific Board, OUs’ Evaluation Commission, Evaluators Panel, Coordinator Council of Teachers’ Performance Evaluation and Rector.

The final evaluation of each teacher is expressed in a four point scale: excellent, very good, good and not relevant. Before each new evaluation cycle each OU identifies, for the subject areas, a set of parameters that define the new goals of teachers’ performance and its components, thus ensuring the continuous updating of the process.

4.1.5. Ligação facultativa para o Regulamento de Avaliação de Desempenho do Pessoal Docente

<http://dre.pt/pdf2sdip/2010/05/095000000/2642126421.pdf>

4.2. Pessoal Não Docente

4.2.1. Número e regime de dedicação do pessoal não docente afecto à leccionação do ciclo de estudos.

De acordo com o mapa de trabalhadores não docentes da Universidade de Coimbra afectos à Faculdade, exercem funções 11 colaboradores em tempo integral, em regime de contrato em funções públicas por tempo indeterminado (10) e a termo (1). O mapa actual não cobre todas as necessidades permanentes ligadas ao regular funcionamento da Faculdade, pelo que se encontram ainda em regime de “prestação de serviços” 3 colaboradores. Encontram-se a decorrer dois concursos para provimento de Técnicos Superiores por tempo indeterminado para responder às referidas necessidades permanentes identificadas.

Tendo por base os conteúdos funcionais, poder-se-á concluir que, de forma directa ou indirecta, estão relacionados com a leccionação de ciclos de estudo 4 assistentes operacionais, 4 assistentes técnicos, 2 técnicos superiores e 1 dirigente intermédio de 2.º grau.

À Licenciatura em Ciências do Desporto, o valor ETI é de 2,85.

4.2.1. Number and work regime of the non-academic staff allocated to the study cycle.

According to the map of non teaching effective staff of the University of Coimbra assigned to FCDEF, carry out their duties full-time, 11 workers under employment contract in public functions for an indefinite period (10) and fixed term contract (1). The current map does not cover all permanent needs related to the normal operation of the FCDEF, existing 3 employees under contract for the supply of services. Two recruitment procedures are running for providing senior/higher Technicians to respond to these permanent needs.

Based on the functional content, we can conclude that, directly or indirectly, relate to the subjects of study cycles 4 operational assistants, 4 technical assistants, 2 senior technicians and 1 middle manager (2nd level: head of division).

The bachelor in Sport Sciences has an ETI of 2.85.

4.2.2. Qualificação do pessoal não docente de apoio à leccionação do ciclo de estudos.

Todos os trabalhadores não docentes da Faculdade cumpriam a escolaridade obrigatória exigível à data da sua entrada em funções na Administração Pública.

Quanto às tarefas relacionadas com o funcionamento das actividades lectivas e outras conexas (programação e harmonização dos calendários lectivos, segurança das instalações e dos equipamentos desportivos, por exemplo), estas são asseguradas por trabalhadores não docentes passíveis da seguinte classificação: 18% concluíram o ensino secundário e 27% terminaram o ensino superior. Regista-se a frequência universitária de 2 colaboradores. Durante o ano lectivo 2011-2012, destaca-se a participação em acções de formação relacionadas com a melhoria contínua das rotinas dos serviços: nas áreas dos sistemas de informação (utilização das plataformas Nónio, Lugas, Silva e SAP), da comunicação organizacional (gestão de correspondência) e do enquadramento legal da actividade académica.

4.2.2. Qualification of the non academic staff supporting the study cycle.

All non teaching effective staff had minimum compulsory education required when started their public functions.

The tasks associated with the operation of school activities and other related (programming and harmonization of academic calendars, safety of installations and equipment for sport, for example) are handled by non teaching

effective staff with the following classification: 18% completed secondary education and 27% higher education. Two employees are still attending university. During the academic year 2011-2012, we highlight the participation in training related to the continuous improvement of routines and procedures: information and communications technologies (in use at University of Coimbra: NONIO, Lugus, Silva and SAP), organizational communication (correspondence management) and matters of legal framework of academic activity.

4.2.3. Procedimentos de avaliação do desempenho do pessoal não docente.

A avaliação do desempenho do pessoal não docente é realizada através do Sistema integrado de gestão e avaliação do desempenho na Administração Pública - SIADAP, estabelecido pela Lei n.º 66-B/2007, de 28/12, que integra a avaliação do desempenho dos Serviços, dos Dirigentes e dos Trabalhadores. O processo de avaliação do desempenho dos trabalhadores consubstancia-se na definição de parâmetros e metas, no acompanhamento do desempenho e na mensuração deste, considerando, não apenas as funções do trabalhador, mas também o seu desenvolvimento profissional. A diferenciação dos desempenhos é garantida pela fixação de percentagens máximas para os níveis de avaliação mais elevados. Uma plataforma informática, concebida para o efeito, tem permitido gerir o processo com bastante rigor, facilitando a articulação integrada, nas diversas fases, das atuações de todos os intervenientes, sem descurar a dimensão e as características intrínsecas da Universidade de Coimbra.

4.2.3. Procedures for assessing the non academic staff performance.

The evaluation of non-teaching staff performance is accomplished through an Integrated Management and Performance Evaluation System of the Public Administration, established by the law 66-B/2007, which integrates the assessment of the services', managers' and workers' performances. This evaluation process sets some parameters and goals, measures the performance follow up, considering not only the worker functions, but also his professional development. The performance differentiation is guaranteed by the setting of maximum percentages for the highest evaluation levels. A computer platform, design for the purpose, has allowed to manage the process with great accuracy, facilitating the integrated articulation, in the several phases, of all intervenient performances, without neglecting the dimension and the intrinsic characteristics of the Coimbra University.

4.2.4. Cursos de formação avançada ou contínua para melhorar as qualificações do pessoal não docente.

A formação do pessoal não docente visa, fundamentalmente, dotar o trabalhador dos conhecimentos e competências necessários às funções que desempenha, mas também ao seu desenvolvimento profissional e pessoal. O levantamento das necessidades de formação é realizado a partir de diversas fontes, nomeadamente de inquéritos sobre necessidades de formação, da informação recolhida em sede de avaliação do desempenho, de propostas e sugestões endereçadas pelos trabalhadores, atendendo sempre às áreas definidas como estratégicas pelo governo da Universidade. Habitualmente, o plano de formação congrega áreas muito diversas, como Gestão de Recursos Humanos, Contratação Pública, Gestão para a Qualidade, Atendimento e Comportamento Profissional, Tecnologias de Informação e Comunicação, Desenvolvimento de Competências de Liderança e Gestão de Equipas, Higiene e Segurança no Trabalho.

4.2.4. Advanced or continuing training courses to improve the qualifications of the non academic staff.

The training of non-teaching staff aims fundamentally to provide the worker with knowledge and skills considering the function they perform, but also their professional and personal development. The assessment of the training necessities is performed through several sources, namely training necessities surveys, information gathered in the performance evaluation head office, proposals and suggestions addressed by the workers and considering the areas defined as strategic by the government of the University. Usually, the training plan gathers different areas such as Human Resources Management, Public Hiring, Management for Quality, Reception and Professional Behavior, Information and Communication Technologies, Leadership Skills Development and Teams Management, Hygiene and Safety at Work.

5. Estudantes e Ambientes de Ensino/Aprendizagem

5.1. Caracterização dos estudantes

5.1.1. Caracterização dos estudantes inscritos no ciclo de estudos, incluindo o seu género, idade, região de proveniência e origem socioeconómica (escolaridade e situação profissional dos pais).

5.1.1.1. Por Género

5.1.1.1. Caracterização por género / Characterisation by gender

Género / Gender	%
Masculino / Male	67
Feminino / Female	33

5.1.1.2. Por Idade**5.1.1.2. Caracterização por idade / Characterisation by age**

Idade / Age	%
Até 20 anos / Under 20 years	27
20-23 anos / 20-23 years	54
24-27 anos / 24-27 years	10
28 e mais anos / 28 years and more	9

5.1.1.3. Por Região de Proveniência**5.1.1.3. Caracterização por região de proveniência / Characterisation by region of origin**

Região de proveniência / Region of origin	%
Norte / North	26
Centro / Centre	59
Lisboa / Lisbon	8
Alentejo / Alentejo	3
Algarve / Algarve	1
Ilhas / Islands	3

5.1.1.4. Por Origem Socioeconómica - Escolaridade dos pais**5.1.1.4. Caracterização por origem socioeconómica - Escolaridade dos pais / By Socio-economic origin – parents' education**

Escolaridade dos pais / Parents	%
Superior / Higher	26
Secundário / Secondary	29
Básico 3 / Basic 3	22
Básico 2 / Basic 2	8
Básico 1 / Basic 1	15

5.1.1.5. Por Origem Socioeconómica - Situação profissional dos pais**5.1.1.5. Caracterização por origem socioeconómica - Situação profissional dos pais / By socio-economic origin – parents' professional situation**

Situação profissional dos pais / Parents	%
Empregados / Employed	77
Desempregados / Unemployed	8
Reformados / Retired	6
Outros / Others	9

5.1.2. Número de estudantes por ano curricular

5.1.2. Número de estudantes por ano curricular / Number of students per curricular year

Ano Curricular / Curricular Year	Número / Number
1º ano curricular	224
2º ano curricular	153
3º ano curricular	156
	533

5.1.3. Procura do ciclo de estudos por parte dos potenciais estudantes nos últimos 3 anos.

5.1.3. Procura do ciclo de estudos / Study cycle demand

	2009/10	2010/11	2011/12
N.º de vagas / No. of vacancies	100	100	120
N.º candidatos 1.ª opção / No. 1st option candidates	421	683	680
N.º colocados / No. enrolled students	147	155	197
N.º colocados 1.ª opção / No. 1st option enrolments	50	56	93
Nota mínima de entrada / Minimum entrance mark	135	137	135
Nota média de entrada / Average entrance mark	142	143	143

5.2. Ambiente de Ensino/Aprendizagem

5.2.1. Estruturas e medidas de apoio pedagógico e de aconselhamento sobre o percurso académico dos estudantes.
A UC, através do Gabinete de Aconselhamento Psicopedagógico dos Serviços de Ação Social, desenvolve, semestralmente, um programa de formação nas seguintes áreas: métodos de estudo; gestão do tempo; apresentação de trabalhos em público; controlo e gestão da ansiedade. Na consulta de psicologia é dada resposta específica aos pedidos individuais dos estudantes.

O Gabinete de Apoio ao Estudante com Necessidades Educativas Especiais (GNAEE) oferece um apoio psicopedagógico e psicossocial específico a estes estudantes.

O Gabinete de Apoio ao Estudante, da FPCE, dá não só resposta aos estudantes desta faculdade como apoia todos os outros e demais estruturas da UC, sempre que solicitado, particularmente nas seguintes áreas: apoio psicológico e psicopedagógico, aconselhamento de carreira.

5.2.1. Structures and measures of pedagogic support and counseling on the students' academic path.

The Coimbra University, through the Social Services' Psicopedagogical Counseling Office, develops, each semester, a training program in the following areas: study methods, time management, public presentation of works, control and management of anxiety. A specific answer to students' individual requests is given in the psychology appointment.

The Student with Special Educational Needs Support Office gives psicopedagogical and psicossocial support to these students.

The Student Support Office, from the Faculty of Psychology and Educational Sciences, provides support not only to his students but also to every other student, staff and university services, when requested, especially in the areas of psychological support and career counseling.

5.2.2. Medidas para promover a integração dos estudantes na comunidade académica.

Para promover uma melhor integração dos estudantes que chegam à UC pela 1ª vez, a instituição tem um conjunto de respostas de carácter transversal (p.e., semana de acolhimento no período de matrículas; receção pelo Reitor e programa de formação extracurricular ao longo do ano; programa de peer counseling), a que se associam atividades específicas, desenhadas pelos coordenadores de curso/ciclo de estudo, em articulação com os diretores de UO e com os núcleos de estudantes.

A integração de estudantes estrangeiros é muito apoiada pela Divisão de Relações Internacionais, constituindo o "programa buddy" uma preciosa ajuda para quem acaba de chegar e não fala português.

Um conjunto alargado de iniciativas científicas, culturais, desportivas e de fóruns de discussão constituem suportes importantes para esse processo de integração, numa parceria tão estreita quanto necessária entre Reitoria, Unidades Orgânicas e AAC.

5.2.2. Measures to promote the students' integration into the academic community.

In order to promote the integration of the students who are in Coimbra for the first time, the University has a series of transversal answers (e.g., counseling week during the registration period; reception by the Rector and extracurricular workshops through the year; peer counseling program). There are specific activities, designed by

the degree/cycle of studies coordinators in collaboration with the organic units' directors and the students' group, which are associated to these answers.

The foreign students integration is enthusiastically supported by the International Relations Unit. The 'Buddy program' is a precious help to those who have just arrived and do not speak portuguese.

A wide range of scientific, cultural and sports initiatives, as well as debate forums, constitute an important support to the integration process, in a close partnership between the Rectory, the organic units and the AAC.

5.2.3. Estruturas e medidas de aconselhamento sobre as possibilidades de financiamento e emprego.

A universidade dispõe de uma estrutura ramificada e próxima dos estudantes que lhe permite dar resposta às suas necessidades no aconselhamento sobre possibilidades de financiamento e emprego. A Divisão de Planeamento e Inserção Profissional (DPIP), a Divisão de Inovação e Transferências do Saber (DITS), a Divisão de Candidaturas, Projectos e Atividades (DCPA) dão apoio central e transversal a toda a academia nestes domínios de forma bastante articulada e concertada. Estas estruturas são ainda complementadas por pequenas células de apoio específico às necessidades das faculdades, como por exemplo o SAPI - Serviço de Apoio a Projectos e Investigação da FCTUC, bem como através da articulação com os núcleos de estudantes da Associação Académica de Coimbra para a realização de algumas iniciativas de específicas.

5.2.3. Structures and measures for providing advice on financing and employment possibilities.

The University of Coimbra has a branched structure to counsel the students about funding and employment possibilities. The Careers Service of the University, the Innovation and Transfer of Knowledge Division and the Applications, Projects and Activities Office support the whole university within these fields in a well-articulated and concerted way. These structures are also complemented by small specific support units according to the needs of each faculty, such as SAPI (Support Service to Projects and Research in the Faculty of Science and Technology). The Careers Service organizes with the Coimbra's Academic Association some specific initiatives about funding and employment possibilities.

5.2.4. Utilização dos resultados de inquéritos de satisfação dos estudantes na melhoria do processo ensino/aprendizagem.

No final de cada semestre, conforme procedimento estabelecido na UC, é aplicado um inquérito pedagógico aos estudantes. Os principais resultados deste inquérito são imediatamente integrados no subsequente inquérito aos docentes para que estes façam uma reflexão sobre os mesmos. Todos os resultados dos inquéritos e reflexões dos docentes são integrados na autoavaliação do ciclo de estudos e da UO, bem como na definição das ações a implementar. O CC e o CP analisam regularmente os resultados semestrais dos inquéritos SGQP, pronunciando-se e sugerindo iniciativas potencialmente geradoras de melhorias futuras.

5.2.4. Use of the students' satisfaction inquiries on the improvement of the teaching/learning process.

At the end of each semester, according to the procedure established at the university, an educational survey of students is conducted. The main results of this survey are immediately integrated in the subsequent teachers' survey so that they can reflect about them. All survey results and teachers' reflections are incorporated in the study cycle and OU self-assessments, and in the definition of improvement actions. The SC and PC regularly analyze the semestral results from the inquiry SGQP, suggesting initiatives that potentially improve future outcomes.

5.2.5. Estruturas e medidas para promover a mobilidade, incluindo o reconhecimento mútuo de créditos.

A UC criou uma rede interna coordenada pela Divisão de Relações Internacionais (DRI) com o objetivo de promover uma mobilidade de qualidade respeitando escrupulosamente as regras do ECTS. Em todas as unidades orgânicas/departamentos existem coordenadores que se ocupam fundamentalmente do contrato de estudos e do reconhecimento dos créditos obtidos.

A DRI promove a mobilidade através de sessões de informação nas unidades orgânicas e através da sua página em linha que mantém permanentemente atualizada.

A internacionalização é uma das prioridades estratégica da UC. Apesar da mobilidade ser a principal componente estão a ser dados passos firmes no sentido da promoção e desenvolvimento de diplomas conjuntos quer a nível da participação em projetos ERASMUS MUNDUS quer a nível de outras parcerias inspiradas nesse modelo. A atração de estudantes e investigadores e docentes estrangeiros é outro vetor importante da internacionalização.

5.2.5. Structures and measures for promoting mobility, including the mutual recognition of credits.

The university has created an intern network that is coordinated by the International Relations Unit (DRI) to promote quality mobility, accordingly to the ECTS regulations. In every organic unit/department there are coordinators who address the studys' contract and the obtained credits recognition.

The DRI promotes mobility through briefing sessions at the organic units and through its online page, which is constantly updated.

Internationalization is one of the University's strategic priorities. Even though mobility is its main component, steady steps are being taken in order to promote and develop joint degrees, which participate in projects such as ERASMUS MUNDOS and others alike. Another important vector of the internationalization is the mobility of foreign students, investigators and professors.

6. Processos

6.1. Objectivos de ensino, estrutura curricular e plano de estudos

6.1.1. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências) a desenvolver pelos estudantes, operacionalização dos objectivos e medição do seu grau de cumprimento.

Para além dos objetivos gerais identificados no ponto 1., podem ainda ser elencados objetivos mais específicos:

- a) Conceber, implementar e avaliar programas de exercício físico que visem a promoção de um estilo de vida activo em contexto escolar, profissional e comunitário;*
- b) Seleccionar e aplicar princípios metodológicos e técnicas de mobilização, motivação e de adesão individual e comunitária a programas de exercício físico;*
- c) Avaliar do ponto de vista fisiológico, bioquímico, músculo-esquelético e psicológico os efeitos da atividade física;*
- d) Avaliar o nível de desenvolvimento das capacidades físicas, e compreender a variação dos resultados no âmbito da identificação de jovens atletas de elevado potencial desportivo, bem como no controlo do processo de treino;*
- e) Planear, seleccionar e aplicar metodologias mais adequadas para o desenvolvimento das capacidades físicas e psicológicas tendo em vista o apuramento da forma desportiva em contexto competitivo;*
- f) Planear, organizar, implementar e avaliar programas de treino desportivo em atletas com necessidades especiais, numa perspectiva de maximização da capacidade individual conducente à obtenção de performances de alto rendimento.*
- g) Analisar o contexto escolar como uma comunidade educativa, investigando as relações entre o contexto social e as desigualdades dos resultados escolares e adoptando as estratégias de diferenciação pedagógica adequadas à diversidade social, pessoal e motora dos alunos;*
- h) Conceber e cooperar na construção, desenvolvimento, planificação e avaliação de projectos educativos e curriculares em diferentes dimensões e níveis institucionais;*
- i) Organizar o ensino e promover aprendizagens de actividades físicas e desportivas utilizando vários modelos didácticos de instrução, planificação e organização da classe adequados aos contextos sociais e culturais e aos programas nacionais da disciplina;*
- j) Descrever e demonstrar os elementos técnicos e táticos fundamentais das principais actividades físicas e desportivas, identificando e corrigindo os principais erros técnicos e contribuindo para a melhoria da aptidão física e das capacidades motoras;*
- k) Identificar a moldura jurídica que enquadra a formação de agentes desportivos, animadores recreacionistas, a direcção técnica de programas e infraestruturas na observância da ética desportiva, em particular no que se refere ao combate da violência desportiva, corrupção e dopagem;*
- l) Identificar, classificar, e diferenciar os segmentos que absorvem as actividades de recreação, de desporto, da atividade física, do lazer e do turismo.*
- m) Conceber, planificar e interpretar programas de lazer activo e recreação dirigidos à população em geral e a grupos específicos com necessidades especiais numa perspectiva de integração social.*

6.1.1. Learning outcomes to be developed by the students, their translation into the study cycle, and measurement of its degree of fulfillment.

In addition to the overall objectives identified in section 1., may still be listed more specific objectives:

- a) To design, implement and evaluate programs of physical exercise aimed at promoting an active lifestyle in school, professional and community context;*
- b) Selecting and applying technical and methodological principles, mobilization and motivation of individual membership and workout programs community;*
- c) Assess effects of physical activity on the physiological, biochemist, musculoskeletal and psychological point of view ;*
- d) Assess the level of development of physical capabilities, and understand the variation of results in relation to the identification of young athletes of high potential, as well as sports control training process;*
- e) Planning, selecting and applying methodologies most appropriate to the physical and psychological capabilities development towards clearing the way in competitive context;*
- f) To plan, organize, implement, and evaluate training programs in sports athletes with disabilities, with a view to maximizing individual capacity conducive to obtaining high performances;*
- g) To analyze the school context as an educational community, investigating the relationship between social context and inequalities of school results and adopting appropriate pedagogical differentiation strategies to social diversity, personnel and students ' motor;*
- h) To conceive and cooperate in the construction, development, planning and evaluation of curriculum and educational projects in different dimensions and institutional levels;*
- i) To organize the teaching and promote sports and physical activity learning using various teaching models of education, planning and organization of the appropriate class to social and cultural contexts and to discipline national programs;*
- j) To describe and demonstrate the fundamental tactical and technical elements of the main sporting and physical activities, identifying and correcting the main technical errors and contributing to the improvement of the physical fitness and motor skills;*
- k) To identify the legal frame that frames the formation of sports agents, animators, recreation technicians, technical direction of programs and facilities in observance of sports ethics, in particular as regards combating violence in sports, doping and corruption;*

l) To identify, classify, and differentiate the segments that absorb the activities of recreation, sport, physical activity, recreation and tourism.

6.1.2. Demonstração de que a estrutura curricular corresponde aos princípios do Processo de Bolonha.

A estrutura curricular do curso de Licenciatura em Ciências do Desporto foi construída no estrito cumprimento com o estabelecido no Decreto-Lei nº 74/2006, de 24 de Março. O ciclo de estudos (1º) obedece a uma estrutura curricular repartida por três anos curriculares / seis semestres, num total de 180 créditos. Entre outros, foi tido particular cuidado na fixação de créditos para cada uma das áreas curriculares, de modo a facilitar a mobilidade de estudantes entre estabelecimentos de ensino universitário Europeu. A UC, e a FCDEF em concreto, desde cedo aderiram ao Processo de Bolonha, o que tem permitido elevados índices de mobilidade quer incoming, quer outgoing. Visou-se a criação de um 1º ciclo de estudos de banda larga com formação repartida e equilibrada em as Ciências do Desporto, as Ciências da Atividade Física e as Ciências da Educação Física. Os objetivos gerais e específicos definidos para o ciclo de formação tiveram como referências as boas práticas internacionais neste domínio.

6.1.2. Demonstration that the curricular structure corresponds to the principles of the Bologna process.

The curricular structure of the course of bachelor in Sport Sciences was built in strict compliance with the conditions laid down in Decree-Law No. 74/2006, of 24th March. The study cycle (1º) obeys a curricular structure shared by three years / six curricular semesters, for a total of 180 credits. Among others, particular care has been taken in fixing credits for each curricular area, in order to facilitate the mobility of students between European University education institutions. The UC, and FCDEF specifically, since early have joined the Bologna Process, which has enabled high rates of mobility both incoming and outgoing. Endorsed the creation of a first cycle of studies with broadband and balanced in the formation distributed in Sport Sciences, the Sciences of Physical Activity and Physical Education Sciences. General and specific objectives were defined having as reference the best international practices in this domain

6.1.3. Periodicidade da revisão curricular e forma de assegurar a actualização científica e de métodos de trabalho.

A adequação do 1.º ciclo de estudos conducente ao grau de Licenciado em Ciências do Desporto viu a sua estrutura curricular e plano de estudos ser objecto de publicação no Diário da República, 2.ª Série, n.º 77, de 18 de abril de 2008, sob o Despacho n.º 11337/2008.

A primeira alteração do 1.º ciclo de estudos conducente ao grau de Licenciado em Ciências do Desporto é publicada no Despacho nº 12151/2009, de 20 de maio.

A segunda alteração é publicada no Despacho nº 2773/2011, de 8 de fevereiro. As reflexões efetuadas mantiveram os créditos atribuídos a cada uma das três áreas científicas com alterações particulares em unidades curriculares. A terceira alteração do 1.º ciclo de estudos conducente ao grau de Licenciado em Ciências do Desporto é publicada no Despacho nº 5088/2012, de 12 de abril. A área científica das Ciências do Desporto passa a dispor de 52.5 créditos obrigatórios e de 12 optativos.

6.1.3. Frequency of curricular review and measures to ensure both scientific and work methodologies updating.

The adequacy of the 1st cycle of studies leading to a Bachelor's degree in Sport Sciences saw its curricular structure and syllabus being published in the Diário da República, second series, no. 77, April 18th, 2008, Dispatch Nº. 11337/2008.

The first amendment of the 1st cycle of studies leading to a Bachelor's degree in Sport Sciences was published in Dispatch Nº. 12151/2009, of 20th May.

The second amendment was published in Dispatch Nº 2773/2011, on 8th February. The reflections made kept the credits allocated to each one of the three scientific areas with particular changes in curricular units.

The third amendment of the 1st cycle of studies leading to a Bachelor's degree in Sport Sciences was published in Dispatch Nº. 5088/2012, of 12th April. The scientific area of Sport Sciences starts having 52.5 compulsory credits and 12 optional.

6.1.4. Modo como o plano de estudos garante a integração dos estudantes na investigação científica.

A Licenciatura em Ciências do Desporto permite aceder ao 2º ciclo de estudos, incluindo o Mestrado profissionalizante em ensino da Educação Física nos ensinamentos básico e secundário. A investigação científica aplicada no âmbito das ciências da actividade física e das ciências do desporto surge assim como uma das saídas profissionais. Em diversas unidades curriculares como Desenvolvimento Curricular, Análise das Organizações Educativas e outras que envolvem práticas laboratoriais, verifica-se também a participação de estudantes em trabalhos de recolha de dados e treino de competências instrumentais no âmbito de projetos de investigação dos respetivos docentes.

6.1.4. Description of how the study plan ensures the integration of students in scientific research.

The bachelor in Sport Sciences allows students to access any 2nd study cycle, including the Master in Physical Education Teaching. Therefore, applied scientific investigation within physical activity sciences and sport sciences emerges as a professional opportunity. In several curricular units such as Curriculum Development, Analysis of Educational Organizations, and others involving laboratory practices, there is also the participation of students in data collection, and instrumental skills training within the framework of research projects of the respective

teachers.

6.2. Organização das Unidades Curriculares

6.2.1. Ficha das unidades curriculares

Mapa IX - Análise das Organizações Educativas / Analysis of Educational Organizations

6.2.1.1. Unidade curricular:

Análise das Organizações Educativas / Analysis of Educational Organizations

6.2.1.2. Docente responsável e respectivas horas de contacto na unidade curricular (preencher o nome completo):

Rui Adelino Machado Gomes

6.2.1.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:

Miguel Ângelo Sousa Fachada Domingues Coelho - Diurno: TP67,5 + Pós-laboral: TP56,3 (Total: 123,8)

6.2.1.3. Other academic staff and lecturing load in the curricular unit:

Miguel Ângelo Sousa Fachada Domingues Coelho - Daytime: TP67,5 + After working hours: TP56,3 (Total: 123,8)

6.2.1.4. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):

Utilizar a abordagem sociológica para a compreensão das transformações do sistema educativo.

Conhecer algumas teorias e modelos de organização escolar.

-conhecer e comparar as correntes científicas de análise das organizações escolares; identificar as características organizacionais e sociais das escolas e problematizar a eficiência e a eficácia.

Compreender a organização escolar como um sistema de comportamentos de diversos actores sociais.

-analisar o clima social da escola como mapa cognitivo dos actores face ao seu funcionamento; relacionar a cultura organizacional com os contextos mais gerais que constituem o seu meio envolvente e comparar as abordagens estruturalistas e as abordagens simbólicas.

Compreender o papel das variáveis organizacionais no desenvolvimento de projectos educativos.

-conhecer e aplicar instrumentos de diagnóstico global das organizações; interrogar os estilos de tomada de decisão no quadro do desenvolvimento de projectos educativos.

6.2.1.4. Learning outcomes of the curricular unit:

Use sociological approach to understand transformation of the education system.

Understand theories and models of school organization.

-Identify and compare scientific trends of school organization analysis;

-Identify the social and organizational characteristics of schools;

-Discuss the efficiency and effectiveness of school organizations.

Understand school organization as a system of behaviors of various social actors.

-Analyze social climate of the school as a cognitive map of the actors in relation to its dynamics;

-Relate organizational culture with the broader contexts that constitute its environment;

-Compare structuralistic and symbolic approaches.

Understand the role of organizational variables in the development of educational projects.

-Know and apply organizational diagnostic tools;

-Examine the decision-making styles in the development of educational projects.

6.2.1.5. Conteúdos programáticos:

A ESCOLA COMO OBJECTO DE ESTUDO

1. Da consolidação do modelo escolar ao movimento institucionalista.

2. Níveis de análise da instituição escolar.

3. A autonomia das escolas: percursos e discursos.

TEORIAS E MODELOS DE ORGANIZAÇÃO ESCOLAR

1. Modelos de organização escolar.

2. A eficácia e a excelência das escolas.

3. Estrutura e características organizacionais dos estabelecimentos de ensino.

A ESCOLA COMO SISTEMA DE COMPORTAMENTOS DE ACTORES SOCIAIS

1. O clima social da escola.

2. A cultura organizacional da escola.

3. Os actores sociais na instituição escolar.

A DIRECÇÃO E GESTÃO DAS ESCOLAS E O PROJECTO EDUCATIVO

1. *Direcção e gestão dos estabelecimentos de ensino.*
2. *Análise, diagnóstico e avaliação das escolas.*
3. *Projecto de escola, inovação educacional e mudança organizacional.*

6.2.1.5. Syllabus:**SCHOOL AS A SUBJECT OF STUDY**

1. *From the consolidation of the school grammar to institutionalist school movement.*
2. *Levels of analysis of the school as institution.*
3. *The autonomy of schools, routes and speeches.*

THEORIES AND MODELS OF SCHOOL ORGANIZATION

1. *Models of school organization.*
2. *The effectiveness and excellence of the schools.*
3. *Structure and organizational characteristics of schools.*

SCHOOL AS A SYSTEM OF SOCIAL BEHAVIOUR OF ACTORS

1. *The social climate of the school.*
2. *The culture of the school.*
3. *Social actors in the school.*

GOVERNMENT AND MANAGEMENT OF SCHOOLS AND ORGANIZATIONAL PROJECT

1. *Directors and management of schools.*
2. *Analysis, diagnosis and evaluation of schools.*
3. *Organizational project, educational innovation and organizational change.*

6.2.1.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular.

Os conteúdos indicados concretizam os objectivos indicados, havendo uma relação entre cada unidade temática e unidade de objectivos que, por sua vez, na sua formulação fornecem indicações dos elementos conceptuais que os incorporam e que, efectivamente, constam da lista de conteúdos.

6.2.1.6. Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's objectives.

The contents indicated materialize the stated goals, with a relationship between each thematic unity and unity of purpose which, in turn, provide information in its formulation of the conceptual elements incorporated and, indeed, are provided in the list of contents.

6.2.1.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

As aulas teóricas recorrem a um espectro alargado de métodos e técnicas pedagógicas, dentre as quais se destacam os métodos de exposição oral, a utilização do diálogo socrático, as sínteses realizadas pelos alunos, o trabalho em pequeno grupo, a discussão de pequenos textos, etc. As aulas práticas constituem uma componente fundamental da disciplina. O processo de avaliação assume uma dimensão formativa essencial. Importa sublinhar o compromisso de participação nas aulas, quer através da dinamização das sessões teóricas ou práticas, quer participando nos debates em grupo. Privilegia-se a preparação e dinamização da sessão em grupo (30% da nota final); Trabalhos escritos (em número variável), de resumo ou recensão, a partir de textos recomendados (30% da nota final); Frequência (40% da nota final). Em alternativa, a avaliação final também contempla o exame final, disponível em duas épocas distintas.

6.2.1.7. Teaching methodologies (including evaluation):

The lectures draw on a broad spectrum of methods and teaching techniques, among which stand out the methods of oral exposure, the use of Socratic dialogue, the syntheses carried out by the students, small group work, discussion of short texts, etc. The practical classes are an essential component of the discipline. The process of formative evaluation is an essential dimension. It is important to underline the commitment to participate in classes, either by boosting the theoretical and practical sessions, or participating in group discussions. Priority is given to the preparation and promotion of the group session (30% of final grade) Written assignments (variable number), summary or recension type, from recommended texts (30% of final grade); Midterm exam (40% of final grade). Alternatively, the final assessment also includes the final exam, available in two different periods.

6.2.1.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade curricular.

As metodologias utilizadas favorecem o alcance dos objectivos enunciados, na medida em que estimulam a manipulação aprofundada, partilhada e orientada das fontes recomendadas. A unidade curricular não se fundamenta numa preparação directa da intervenção mas antes na compreensão do seu alcance e enquadramento sociológico, daqui opta-se por metodologias essencialmente favorecedoras da construção do próprio

conhecimento em torno de outros já existentes.

6.2.1.8. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.

The methodologies used are conducive to achieving the objectives, as they stimulate deep, shared and guided manipulation of recommended sources. The unit is not based on direct preparation of the intervention but rather in understanding its scope and sociological framework, from here stems the choice for methodologies essentially favoring the construction of the own knowledge around existing ones.

6.2.1.9. Bibliografia principal:

FRIEDBERG, Erhard (1993). Le pouvoir et la règle: dynamiques de l'action organisée. Paris: Éditions du Seuil.
GOMES, Rui (1993a). Culturas de Escola e Identidades dos Professores. Lisboa: Educa.
GOMES, Rui (1993c). Culturas de Escola: Identidades à procura de argumentos. Revista de Educação, III(2), Dezembro, pp. 23-36.
GOMES, Rui (1993d). Em Busca de uma Identidade Perdida: o estudo qualitativo das culturas de escola. Sociologia - Problemas e Práticas, 14, Setembro, pp. 105-126.
HUGHES, Larry W. (Ed.) (1994). The Principal as Leader. New York: Macmillan College Publishing Company.
NÓVOA, António (Org.) (1992). As organizações escolares em análise. Lisboa: Publicações Dom Quixote.
OBIN, Jean-Pierre (1993). La crise de l'organisation scolaire: de la centralisation bureaucratique au pilotage par objectifs et projets. Paris: Hachette Livre.
SANCHES, Fátima Chorão (1992). Cultura Organizacional. Um paradigma de análise da realidade escolar. Lisboa: GEP-ME.

Mapa IX - Análise de Ensino / Teaching Analysis

6.2.1.1. Unidade curricular:

Análise de Ensino / Teaching Analysis

6.2.1.2. Docente responsável e respectivas horas de contacto na unidade curricular (preencher o nome completo):

Rui Adelino Machado Gomes

6.2.1.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:

Paulo Renato Bernardes Nobre - Diurno: TP67,5 + Pós-laboral: TP52,5 (Total: 120)

6.2.1.3. Other academic staff and lecturing load in the curricular unit:

Paulo Renato Bernardes Nobre - Daytime: TP67,5 + After working hours: TP52,5 (Total: 120)

6.2.1.4. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):

Desenvolver as competências do estudante no campo da análise e do diagnóstico de situações educativas, em ordem a: compreender a complexidade e a especificidade das situações pedagógicas, identificar as várias dimensões da intervenção pedagógica, reconhecer diferentes estratégias de ensino em Educação Física, construir instrumentos de observação e interpretar dados qualitativos e quantitativos recolhidos a partir da análise de situações educativas. Desenvolver competências de análise de situações pedagógicas, nos domínios reflexivo e metodológico, adquirindo uma atitude investigativa perante o real pedagógico.

6.2.1.4. Learning outcomes of the curricular unit:

Student development in educational analysis and diagnostic, including: understanding of educational situations complexity, identifying different dimensions in pedagogical acts; recognizing teaching strategies in Physical Education, skills development in constructing observational and record instruments and qualitative and quantitative data interpretation from educational situation analysis. Development of students' methodological and reflexive competencies in pedagogical research.

6.2.1.5. Conteúdos programáticos:

Fundamentos da observação das situações educativas. Componentes do processo de observação no contexto educativo e metodologias fundamentais de observação - princípios, técnicas e instrumentos. A observação directa e indirecta dos fenómenos educativos – técnicas de registo e de análise de dados. A observação a partir de modelos estruturados e a construção de instrumentos de registo de observação. Introdução ao estudo da relação pedagógica. As estratégias de ensino em Educação Física. Disciplina e indisciplina na sala de aula.

6.2.1.5. Syllabus:

Foundations of educational observation. The observation process. Observational elements and methodologies in educational context. Observation techniques and instruments. Direct and indirect observation of educational

phenomena – record techniques and data analysis. Structured educational observation models and the constructing process of data record instruments.

Introduction to the study of pedagogic relationship. Teaching strategies in Physical Education. Classroom discipline and indiscipline.

6.2.1.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular.

Esta disciplina pretende constituir um espaço de sensibilização para a singularidade e complexidade das situações pedagógicas, enquanto fenómenos que ocorrem em contextos dinâmicos e interactivos específicos, dotando os alunos de conhecimentos e de capacidades que lhes permitam fazer a leitura, a descrição e análise das mesmas situações. O ensino abrange dois campos de práticas: o da estruturação do saber pelo professor em ordem à sua apropriação pelos alunos, o campo da didáctica, e o do tratamento da informação e da sua transformação em saber pela prática relacional, o campo da pedagogia.

É por este último ângulo que esta disciplina aborda a análise do ensino, organizando-se a partir do estudo da relação pedagógica. Do ponto de vista pedagógico, a abordagem privilegiada sustenta-se numa iniciação às práticas de investigação em educação, centrando os alunos na observação e análise de situações pedagógicas reais

6.2.1.6. Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's objectives.

This course unit discusses the teaching process from the analysis of pedagogical situations. It aims to promote awareness of the uniqueness and complexity of pedagogical situations, as phenomena that occur in specific dynamic and interactive contexts.

Initiation to the practices of research in education, focusing in real situations observation, is the pedagogical approach privileged, seeking to equip students with the knowledge and skills necessary to analyze these pedagogical situations

6.2.1.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

Aulas teóricas de instrução directa (22h30m), a apresentações temáticas em formato electrónico; aulas práticas de ensino de aprendizagem cooperativa (22h30m), com utilização de textos de apoio; estudo independente e leituras da bibliografia (20h); Estudo orientado para o pensamento indutivo (8h); trabalho em grupo (30h), com levantamento de dados realizado em contexto escolar; avaliação (5h). Sistema de avaliação: Avaliação contínua:- Trabalho de síntese: Participação nas aulas, apresentação de um texto da sebenta em grupo, sobre uma das temáticas propostas 5%; Trabalho laboratorial ou de campo: Realização de um trabalho em grupos de 3-5 alunos, centrado na observação/descrição e análise de uma situação educativa escolhida pelos alunos (máximo de 20 páginas "úteis", em letra 12 TNR ou equivalente, espaço e meio), na escola-50%; Trabalho de síntese: Apresentação e discussão do relatório-10%; Frequência: teste escrito: conteúdos abordados nas aulas e dos textos de apoio-35%.

6.2.1.7. Teaching methodologies (including evaluation):

Theoretical lessons with direct instruction with thematic powerpoint presentations (22h 30m); practical lessons based in non direct teaching and cooperative learning using unit's support texts (22h 30m); independent study and readings (20h); oriented study within inductive thinking (8h) group fieldwork (30h); Assessment (5h).

Assessment system:

Students presence in practical lessons is needed in an attendance rate of 75%. Students' assessment is a continuous process and is based on four elements average:

- Synthesis work: students participation in class, with a text presentation, in group, from one of the support materials provided – 5%;

- Fieldwork or laboratory work: Development of a fieldwork with description of an educational situation in school contexts, in groups of 3-5 students, based on the methodologies studied in this course unit - 50%

- Synthesis work: Fieldwork report presentation - 10%

- Midterm exam: Summative test based on syllabus and support materials content - 35%.

6.2.1.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade curricular.

As metodologias de ensino envolvem uma vertente teórica de base que serve de sustentação à componente de investigação que se centra na investigação do real pedagógico. A sua aplicação prática é realizada numa caracterização de situações educativas em contexto real, orientada para uma das temáticas específicas da ação pedagógica, configurando-se assim um alinhamento interno que possibilita aos alunos uma aprendizagem estratégica sobre as técnicas de investigação estudadas, o tema seleccionado para estudo e sobre o real pedagógico.

6.2.1.8. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.

These teaching methodologies involve a theoretical base which supports a research component that focuses on investigating teaching. Its practical application is performed within a characterization of educational situations in school context, focused in a specific topic of pedagogical action. This provides an internal alignment that foster students' learning about the research techniques studied, the study theme selected and about the realm of the

teaching process.

6.2.1.9. Bibliografia principal:

- Amado, J. (2000). A Construção da Disciplina na Escola. Porto: Asa.*
Amado, J. e Freire, I. (2009). A(s) Indisciplina(s) na Escola. Compreender para Prevenir. Coimbra: Almedina.
Anguera, M. T. (1997). Metodología de la observación en las Ciencias Humanas. (6ª Ed.). Madrid: Ediciones Catedra.
Bardin, L. (1979). Análise de Conteúdo. Lisboa: Ed. 70.
Damas, M.J. e De Ketele, J.M. (1985). Observar para Avaliar. Coimbra: Almedina.
Estrela, A. (1994). Teoria e Prática da Observação de Classes. Uma estratégia de formação de professores. Porto: Porto Editora.
Postic, M. (1979). Observação e Formação de Professores. Coimbra: Almedina.
Postic, M. e De Ketele, J.-M. (1992). Observar las situaciones educativas. Madrid: Narcea.
Siedentop, D. (1998). Aprender a enseñar la Educación Física. Barcelona: Inde

Mapa IX - Auxologia e Cineantropometria / Auxology and Kinanthropometry

6.2.1.1. Unidade curricular:

Auxologia e Cineantropometria / Auxology and Kinanthropometry

6.2.1.2. Docente responsável e respectivas horas de contacto na unidade curricular (preencher o nome completo):

Manuel João Cerdeira Coelho e Silva - Daytime: T22,5 + After working hours: T22,5 (Total: 45)

6.2.1.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:

António José Barata Figueiredo - Diurno: TP67,5 + Pós-laboral: TP30 (Total: 97,5)

6.2.1.3. Other academic staff and lecturing load in the curricular unit:

António José Barata Figueiredo - Daytime: TP67,5 + After working hours: TP30 (Total: 97,5)

6.2.1.4. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):

[1] Perceber os pressupostos ecológicos do crescimento humano; [2] Descrever o ciclo de vida à luz da biologia do desenvolvimento; [3] Utilização de conceitos e instrumentos necessários ao estudo da variabilidade humana

6.2.1.4. Learning outcomes of the curricular unit:

[1] Understanding the ecology of human growth; [2] Describing the lifecycle in terms of developmental biology; [3] Ability to use conceptual and instrumental tools for studying human variability

6.2.1.5. Conteúdos programáticos:

- [1] Descrever a posição de referência antropométrica (planos e eixos) e os principais pontos.*
[2] Distinguir o erro aleatório do erro sistemático e conhecer as fontes do erro.
[3] Determinar o erro técnico de medida e o coeficiente de fiabilidade.
[4] Lidar com o instrumentário antropométrico e descrever os procedimentos de medida da avaliação antropométrica.
[5] Determinar o perfil somático.
[6] Calcular o somatótipo e utilizar o sistema de classificação, bem como utilizar as 3 componentes como um sistema unitário.
[7] Conhecer os modelos bi e multicompartimentais de determinação da composição corporal.
[8] Descrever o papel regulador do sistema endócrino no processo de crescimento.
[9] Sumariar as principais transformações no período peripubertário.
[10] Distinguir os conceitos de maturação e crescimento, operacionalizando o conceito estatuto maturacional .
[11] Descrever o processos de aceleração maturacional, tendência secular de crescimento.

6.2.1.5. Syllabus:

- [1] Recognizing the anthropometric References.*
[2] Understanding technical error and sources of error.
[3] Determining reliability coefficient.
[4] Using the instrumentarium and proceedings.
[5] Somatotyping.

[6] Using graphical representation of somatic profile and somatotype.

[7] Understanding models of body composition.

[8] Describing growth and endocrine system.

[9] Summarising puberty.

[10] Distinguishing growth and maturation and understanding the difference between maturation and maturity.

[11] Describing the secular trends

6.2.1.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular.

Os objectivos do ponto 1 estão de acordo com os conteúdos 1,2,3,4,5,6,e 7, já o objectivo apresentado no ponto 2 enquadra os conteúdos 8,9,10 e o objectivo do ponto 3 integra o conteúdo descrito no ponto 11.

6.2.1.6. Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's objectives.

The goals at point 1 are aligned to contents 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 while goal presented in point 2 is more related to contents 8, 9, 10- Finally, goal 3 corresponds to content 11

6.2.1.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

O curso terá uma sessão semanal de 90 minutos essencialmente expositiva e seguindo um modelo de aula plenária. Complementarmente e também semanalmente, os alunos possuem uma segunda aula de contacto com os docentes, organizada por turma, onde se privilegia a resolução de problemas. Por fim, os alunos terão acesso à aquisição de textos de apoio originais preparados pela equipa de docentes. A avaliação resulta da aplicação de seis fichas prática de resolução de problemas e uma prova oral.

6.2.1.7. Teaching methodologies (including evaluation):

The teaching load is composed by 90-minute session per week in an auditorium and a supplemental session of 90minutes in the laboratory. The evaluation corresponds to six problems plus an oral examination.

6.2.1.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade curricular.

As metodologias de ensino envolvem uma vertente teórica de base que serve de sustentação à componente prática. A sua aplicação prática é realizada numa caracterização de situações em contexto real. Todo o processo avaliativo tem como objectivo o apuramento de conhecimentos dos objectivos da unidade curricular através de contacto direto com o aluno.

6.2.1.8. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.

Methods comprise a theoretical approach of contents mainly corresponding to plenary session. Practical applications and drills are part of the theoretical-practical component in which students have the chance to learn measurements protocols, collect data and manage the information. This option requires the organization into three classes.

6.2.1.9. Bibliografia principal:

Carter JE, Heath BH (1990). Somatotyping – Development and applications. Cambridge Studies in Biological Anthropology. Cambridge. Cambridge University Press.

Lohman T, Roche A, Martorell R (1988). Anthropometric Standardization Reference Manual. Human Kinetics. Champaign, Illinois.

Malina R, Bouchard C, Bar-Or (2004). Growth, Maturation and Physical Activity. Human Kinetics. Champaign, Illinois.

Roche A, Sun S (2003). Human Growth – assessment and interpretation. Cambridge. Cambridge University Press.

Coelho e Silva MJ, Figueiredo AJ, Sobral F, Ronque EV, Malina RM (2010). Cineantropometria – Curso Básico. Coimbra.

6.2.1.1. Unidade curricular:

Desenvolvimento e Adaptação Motora / Motor Development and Adaptation

6.2.1.2. Docente responsável e respectivas horas de contacto na unidade curricular (preencher o nome completo):

Manuel João Cerdeira Coelho e Silva - Daytime: T22,5 (Total:22,5)

6.2.1.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:

Vasco Parreiral Simões Vaz - Diurno: TP67,5 + Pós-laboral: T30 + TP33,8 (Total: 131,3)

6.2.1.3. Other academic staff and lecturing load in the curricular unit:

Vasco Parreiral Simões Vaz - Daytime: TP67,5 + After working hours: T30 + TP33,8 (Total: 131,3)

6.2.1.4. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):

[1] Perceber os pressupostos ecológicos do desenvolvimento motor; [2] Descrever o ciclo de vida à luz das aquisições e refinamentos de padrões e habilidades no domínio motor; [3] Utilização de conceitos e instrumentos necessários ao estudo da variabilidade humana

6.2.1.4. Learning outcomes of the curricular unit:

[1] Understanding the ecology of human development; [2] Describing the lifecycle in terms of acquisition and refinement of motor patterns and skills; [3] Ability to use conceptual and instrumental tools for studying human variability

6.2.1.5. Conteúdos programáticos:

[1]Limites e conteúdos do desenvolvimento motor. Taxonomia do movimento humano. [2]Teorias do desenvolvimento. [3]Interpretação das principais transformações da primeira infância. Principal actividade reflexa. Reações posturais. Conceito de “motor milestones”. [4]Princípios do movimento. [5] Padrões motores fundamentais. [6]Desenvolvimento de habilidades manipulativas. Tipo de pegas e exploração das propriedades dos objetivos.Agarrar.Driblar.Grelhas de observação da proficiência motora . Habilidades motoras balísticas. [7] Avaliação das habilidades motoras em contexto desportivo. [8] Avaliação da capacidade de coordenação corporal - bateria KTK. [9]Conceito de aptidão física ligada às capacidades atléticas e aptidão física ligada à saúde. [10]Estudos epidemiológicos. [11]Actividade física, exercício físico e dispêndio energético. [12]Equação energética diária. Utilização do diário de três dias. [13]Auto-conceito corporal. Medos, receios, convicções e crenças. [14]Culturas juvenis.

6.2.1.5. Syllabus:

[1] Limits of motor development. [2] Theories of development applied to the motor domain. [3] Infancy. Reflex activity and “motor milestones”. [4] Principles of movement applied to human motor development. [5] Motor patterns. [6] Motor skills. [7] Assessment of sport-skills; [8] KTK battery. [9] Fitness: health and performance related concepts, batteries and test. [10] Epidemiology. [11] Physical activity, energy expenditure. [12] Energy equation. Estimates of daily expenditure and intake using a 3-day diary and food questionnaire. [13] Body self concept. Fears and concerns regarding body and health. [14] Youth cultures.

6.2.1.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular.

Os conteúdos indicados concretizam os objectivos indicados, havendo uma relação entre cada unidade temática e unidade de objectivos que, por sua vez, na sua formulação fornecem indicações dos elementos conceptuais que os incorporam e que, efectivamente, constam da lista de conteúdos.

6.2.1.6. Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's objectives.

The contents indicated materialize the stated goals, with a relationship between each thematic unity and unity of purpose which, in turn, provide information in its formulation of the conceptual elements incorporated and, indeed, are provided in the list of contents.

6.2.1.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

O curso terá uma sessão semanal de 90 minutos essencialmente expositiva e seguindo um modelo de aula plenária. Complementarmente e também semanalmente, os alunos possuem uma segunda aula de contacto com os docentes, organizada por turma, onde se privilegia a resolução de problemas. Por fim, os alunos terão acesso à aquisição de textos de apoio originais preparados pela equipa de docentes. A avaliação resulta da aplicação de duas fichas prática de resolução de problemas e uma prova oral.

6.2.1.7. Teaching methodologies (including evaluation):

The teaching load is composed by 90-minute session per week in an auditorium and a supplemental session of

90minutes in the laboratory. The evaluation corresponds to two problems plus an oral examination.

6.2.1.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade curricular.

As metodologias favorecem o alcance dos objectivos enunciados, na medida em que estimulam a manipulação aprofundada, partilhada e orientada das fontes recomendadas. A unidade curricular não se fundamenta numa preparação direta da intervenção mas antes na compreensão do seu alcance e enquadramento do desenvolvimento motor, daqui opta-se por metodologias essencialmente favorecedoras da construção do próprio conhecimento em torno de outros já existentes.

6.2.1.8. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.

The methodologies used achieving the objectives, as they stimulate deep, shared and guided manipulation of recommended sources. The unit is not based on direct preparation of the intervention but rather in understanding its scope and motor development framework, from here stems the choice for methodologies essentially favoring the construction of the own knowledge around existing ones.

6.2.1.9. Bibliografia principal:

Coelho e Silva C, Rodrigues A, Figueiredo A, Malina RM (2005). Actividade física com intensidade moderada e vigorosa em adolescentes - estimativa multimétodo. In RAM Gomes (coordenação). Os Lugares do Lazer. Lisboa. IDP. Lisboa, 21-38.
Coelho e Silva MJ, Jerónimo J (2002). Somatotipologia e imagem corporal em bailarinas. Antropologia Portuguesa. N18: 55-70.
Gallahue DL (1982). Understanding motor development in children. John Wiley & Sons
Haywood KM, Getchell N (2001). Life Span Motor Development. 3rd edition. HK. Champaign, Illinois
Hendry LB, Shucksmith J, Love JG, Glendinning A (1996). Young people's leisure and lifestyles. Routledge. London.
Kirkendall DR, Gruber JJ, Johnson RE (1987). Measurement and evaluation for physical educators. Champaign, Illinois. HK.
Romão R (2005). Estatuto sociométrico, estado de crescimento e prestação motora. Dissertação mestrado. FCDEF- Universidade de Coimbra
Safrit M (1995). Complete guide to youth fitness testing. Champaign, Illinois. HK.

Mapa IX - Desenvolvimento Curricular / Curricular Development

6.2.1.1. Unidade curricular:

Desenvolvimento Curricular / Curricular Development

6.2.1.2. Docente responsável e respectivas horas de contacto na unidade curricular (preencher o nome completo):

Rui Adelino Machado Gomes

6.2.1.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:

Paulo Renato Bernardes Nobre - Diurno: T22,5 + Pós-laboral: T22,5 (Total: 45)
Antero Filipe Rocha Abreu - Diurno: TP45 + Pós-laboral: TP30 (Total: 75)

6.2.1.3. Other academic staff and lecturing load in the curricular unit:

Paulo Renato Bernardes Nobre - Daytime: T22,5 + After working hours: T22,5 (Total: 45)
Antero Filipe Rocha Abreu - Daytime: TP45 + After working hours: TP30 (Total: 75)

6.2.1.4. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):

Desenvolvimento das competências do estudante no processo de desenvolvimento do currículo, orientado para: a compreensão da prática de planificação do processo de ensino e de aprendizagem; o conhecimento dos grandes modelos de desenvolvimento curricular e das práticas de planificação associadas; o domínio dos conhecimentos e das práticas implicadas na concepção, planificação, condução e avaliação do currículo em diferentes dimensões e níveis institucionais; tradução contextualizada dos programas em projectos curriculares

6.2.1.4. Learning outcomes of the curricular unit:

Development of student competencies in curriculum development process and strategies, in order to: understand and justify educational planning practice within curriculum theory in specific contexts; recognize curriculum theory and curriculum development relevance in teaching practices; identify curriculum models and planning processes; develop planning, curriculum enactment and evaluation skills within different levels and specially at school level; acquire practical skills in constructing contextualized curriculum projects

6.2.1.5. Conteúdos programáticos:

Introdução ao quadro conceptual de suporte do desenvolvimento curricular. Os elementos do currículo. Modelos de organização curricular. Currículo fechado e currículo aberto. O currículo como projecto e o papel do professor e da escola na sua construção. A construção de projectos curriculares. Os programas de Educação Física dos Ensinos Básico e Secundário. As orientações programáticas para a Actividade Física e Motora no quadro das AEC no 1º Ciclo. Tradução curricular dos programas e orientações programáticas A avaliação curricular: âmbitos e funções.

6.2.1.5. Syllabus:

Curriculum theory and curriculum development framework. Curriculum elements. Models of curriculum organization. Prescriptive and flexible models of curriculum. Curriculum as research and curriculum projects. Curriculum as a project and teachers' role in this process. Constructing and developing school curriculum projects. Portuguese Physical Education Curriculum at Elementary and Secondary levels of education. Design of curriculum projects for 1st Cycle of Elementary School. Curriculum evaluation.

6.2.1.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular.

O desenho de processos de acção pedagógica ocorre nos dias de hoje em diferentes espaços, para além do contexto escolar comum. O desenvolvimento do currículo, como conjunto de experiências de aprendizagem a promoverl.

O programa desta disciplina tem como propósito dotar os alunos de um conjunto de competências que lhes permita compreender o processo planificação do processo de ensino e de aprendizagem, saber fundamentar as suas opções e adequá-las a contextos específicos. Nessa medida constitui um corpo de conhecimentos de suporte quer para uma integração no espaço laboral do recém-licenciado, quer para o prosseguimento dos seus estudos, partindo dos conceitos de currículo e de desenvolvimento curricular como um conjunto de conhecimentos e práticas implicados na concepção, planificação, condução e avaliação de projectos de acção associados ao ensino.

6.2.1.6. Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's objectives.

The goal of this course unit is the acquisition of curriculum development skills. Student learning is directed towards planning teaching and learning processes, and involves knowing major curriculum development models, planning practices associated with these models and the recognition of curriculum theory importance in their professional practice. This unit practical aims is to promote student competencies in the process of curriculum design, development and evaluation at different institutional levels, specifically at school level, and in the development of context-based curriculum projects

6.2.1.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

Práticas de ensino não directivo e aprendizagem cooperativa com recurso a textos e a outros materiais recolhidos na internet (22h 30m); estudo independente e leituras da bibliografia (20h); Estudo orientado (6h); trabalho de projecto em grupo (30h); avaliação (7h).

Sistema de avaliação:

A modalidade de avaliação contínua. A nota final a partir da média ponderada de:

- 2 Frequências: Realização de dois testes escritos sumativos intermédios: englobam os conteúdos abordados nas aulas e dos textos essenciais de apoio - 40%,
- Projecto: Elaboração de um projecto curricular de Educação Física [PC], em grupos de 3-5 alunos, orientado para uma situação do 1º Ciclo do Ensino Básico (máximo de 25 páginas "úteis", em letra 12 Times New Roman ou equivalente, espaço e meio) - 50%,
- Trabalho de síntese: Apresentação e discussão do projecto curricular - 10%.

6.2.1.7. Teaching methodologies (including evaluation):

Theoretical lessons with direct instruction, thematic powerpoint presentations and student questioning (22h 30m); practical lessons based in non direct teaching and cooperative learning (22h 30m) supported by texts and other material from internet; independent study and readings (20h); oriented study (6h); curriculum project development in group work (30h); Assessment: written test preparation (7h).

Assessment system:

Students presence in practical lessons is needed in an attendance rate of 75%. Students' assessment is a continuous process and is based on four elements average:

- 2 Midterm exams: 2 summative intermediate tests based on class syllabus and support materials content - 40%.
- Project: PE curriculum project design for an elementary school, in group (3-5 elements) – 50%
- Synthesis work: Curriculum project class presentation - 10%

6.2.1.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade curricular.

Nesta disciplina, a conjugação da pesquisa teórica e do trabalho individual com o trabalho em grupo servem o

propósito de demonstrar a necessidade de organização do trabalho perante situações complexas. O trabalho de projecto surge assim como solução eficaz e indicada para o desenho e planeamento do processo de ensino e aprendizagem, sendo experimentado pelos alunos ao desenvolverem um projecto para uma situação concreta de ensino

6.2.1.8. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.

In this course unit, the combination of individual work and theoretical search with group work serves the purpose of demonstrating the necessity of work organization to deal with complex situations. Project work thus appears as both effective and suitable for the design and planning of teaching process, being experienced by students' project design for a concrete education context.

6.2.1.9. Bibliografia principal:

Bento, J. (1998). Planeamento e Avaliação em Educação Física. Lisboa: Livros Horizonte.
Flinders, D. e Thornton, S. (1997). The Curriculum Studies Reader. New York: Routledge.
Machado, F. et al. (1999). Currículo e Desenvolvimento Curricular. Problemas e perspectivas. Lisboa: ASA.
Nobre, P. (2002) O currículo como projecto e o papel da escola e dos professores na sua construção. O desenho de projectos curriculares: uma hipótese. In Um Projecto Curricular para uma Escola Básica Integrada. Monografia (não publicado). Lisboa: Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação. (pp. 29-39)
Pacheco, J. (1996). Currículo: Teoria e Praxis. Porto: Porto Editora.
Perrenoud, P. (1999). Construir as competências desde a escola. Porto Alegre: ARTMED.
Ribeiro, A. (1990). Desenvolvimento Curricular. Lisboa: Texto Editora.
Roldão, M. C. (1999). Gestão Curricular. Fundamentos e Práticas. Lisboa: Ministério da Educação, DEB.
Siedentop, D. (1998). Aprender a enseñar la Educación Física. Barcelona: Inde

Mapa IX - Desporto de Opção I – Patinagem/Hóquei / Optional Sport I – Skating/Roller Hokey

6.2.1.1. Unidade curricular:

Desporto de Opção I – Patinagem/Hóquei / Optional Sport I – Skating/Roller Hokey

6.2.1.2. Docente responsável e respectivas horas de contacto na unidade curricular (preencher o nome completo):

Vasco Parreiral Simões Vaz - Diurno + Pós-laboral: TP22,5 (Total: 22,5)

6.2.1.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:

Não existem.

6.2.1.3. Other academic staff and lecturing load in the curricular unit:

Does not exist,

6.2.1.4. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):

- *Conhecer os programas de Educação Física;*
- *Elaboração de uma unidade didáctica da modalidade da Patinagem;*
- *Sistema de avaliação dos conteúdos da unidade didáctica;*
- *Construção de planos de aula de 45 e 90 minutos;*
- *Actividade pedagógica no ensino da patinagem na escola e no clube;*
- *Organização de actividades na escola e no clube;*
- *Trabalho de campo na área da intervenção pedagógica na escola e no clube*

6.2.1.4. Learning outcomes of the curricular unit:

- *Programs of the physical education – Skating and Roller hockey;*
- *Preparation of a didactic unit of skating sports;*
- *System for evaluating content of the didactic unit;*
- *Construction of the lesson plans of 45 and 90 minutos;*
- *Activity in the educational teaching skating and the club and school;*
- *Organization of activities in school and in the club;*
- *Field work in the area of educational intervention in school and club*

6.2.1.5. Conteúdos programáticos:

[1] Identificar o processo de ensino das modalidades da patinagem; [2] Compreender a progressão pedagógica do ensino da disciplina; [3] Elaborar e compreender a extensão e sequência de conteúdos de uma Unidade Didáctica; [4] Analisar os programas de educação física específicos das modalidades da patinagem; [5] Conhecer os princípios metodológicos para a aplicação da sequência e extensão dos conteúdos das unidades didácticas; [6]

Construir parâmetros de avaliação nos vários domínios; [7] Perceber as exigências e implicações da aplicação do processo ensino aprendizagem nos clubes e na escola; [8] Organizar e planear aulas e treinos adequados ao perfil do aluno ou atleta.

6.2.1.5. Syllabus:

- Identify the teaching methods of skating; Understanding the educational advancement of the teaching of discipline; Develop and understand the extent and sequence content of didactic unit; Analyze the education programs specific physical modalities of skating; Principles methodological for the application of the sequence and extent of the contents of the didactic units; Building endpoints in the various fields, Understanding the requirements and implication process teaching and learning in school clubs; Organizing and planning classes and training appropriate to the profile of the student or athlete.

6.2.1.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular.

Conhecer os programas curriculares da patinagem, corridas de velocidade, patinagem artística e hóquei em patins; Aplicação das unidades didáticas na escola e clube das disciplinas da patinagem

6.2.1.6. Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's objectives.

Knowing the program curriculum skating, speed skating, figure skating and roller hockey; Application of didactic units in school and club the disciplines of skating.

6.2.1.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

As aulas teóricas, ocorrerão num formato de aula plenária a partir da apresentação realizada pelo docente de matérias sendo as mesmas sinalizadas em bibliografia ou contidas em textos produzidos pelos docentes;

As aulas práticas ocorrerão no pavilhão III, com material a disposição dos alunos;

Os alunos são convidados a presenciar a pratica da modalidade em clubes da região.

Processo de avaliação é contínuo e tem em consideração os seguintes parâmetros.

- Dossier e Relatório Final (Apresentação de CD) 40%

- Intervenção Técnico Pedagógica 40%

- Trabalho de Pesquisa – Estudo de campo 20%

6.2.1.7. Teaching methodologies (including evaluation):

The format of Theoretical lesson has a session with a presentation made by the teaching of subjects in literature or flagged in texts produced by the teacher;

Practical classes take place in Pav. III;

Students are invited to witness the sports club in the region.

The evaluation process is ongoing with the following points:

- File and final report (CD presentation) – 40%;

- Technical Educational Intervention – 40%

- Work search – 20%

6.2.1.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade curricular.

Vivências com realidades que caracterizam o processo de formação e o modelo de alta competição em clubes e ou selecção;

Saber se os estudantes compreenderam e conseguem caracterizar a estrutura do rendimento no hóquei em patins.

6.2.1.8. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.

Living with realities that characterize the formation process and model of high competition in clubs and selection;

Whether students can understand and characterize the structure of income in hockey.

6.2.1.9. Bibliografia principal:

Amândio Graça e José Oliveira (1994) – O Ensino dos Jogos Desportivos – C. E. J. D.- FCDEF – UP.

Bapista, P.(1988) Sebenta de Didáctica I e II. Publicações da FCDEF-UC;

Marques, A. (1990). Treino desportivo: Área de formação e investigação. Revista Horizonte. 39: 97-106 – 1990;

Mcneill, Carol, Martland, Jim; Palmer, Peter (1998) Teaching Orienteering. Ed. Harveys, Human Kinetics;

Programa de Educação Física (10º, 11º, 12º), homologado em Fevereiro de 2002. Edição PORTO EDITORA;

Naughton. G., Carlson, J. (1990). Intensity of Sport Participation - Pediatric Exercise Science 2, 57-64;

Pilardeau, P., Jouyblin, M., & Valeri, L. (1980). Choix du sport et poids, Med. Du Sport, 54, (6),332-333; 335-337;

Vaz, V. (2005) Sebenta de Patinagem/Hoquei em Patins. FCDEF - Universidade de Coimbra;

Vaz V (2006). Revista de Patinagem. Publicações FCDEF-UC. Ano 1 Nº1;

Vaz V (2009). Sebenta de Patinagem/Hoquei em Patins. FCDEF-UC

Mapa IX - Desporto de Opção II – Patinagem/Hóquei / Optional Sport II – Skating/Roller Hokey**6.2.1.1. Unidade curricular:***Desporto de Opção II – Patinagem/Hóquei / Optional Sport II – Skating/Roller Hokey***6.2.1.2. Docente responsável e respectivas horas de contacto na unidade curricular (preencher o nome completo):***Vasco Parreira Simões Vaz - Diurno + Pós-laboral: TP22,5 (Total: 22,5)***6.2.1.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:***Não existem.***6.2.1.3. Other academic staff and lecturing load in the curricular unit:***Does not exist.***6.2.1.4. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):**

[1] Identificar o hóquei em patins no contexto dos Jogos Desportivos Colectivos; [2] Etapas de formação desportiva do jovem hoquista; [3] Elaborar o planeamento anual e plurianual na para a formação e alta competição; [4] Compreender o processo de treino da formação à « alta competição; [5] Conhecer os princípios metodológicos para a aplicação da dos exercícios a partir de um guião elaborado; [6] Organizar e planear treinos da equipas de formação e alta competição adequados ao perfil do atleta; [7] Perceber as exigências e implicações no processo de formação e alta competição; [8] Reconhecer e aplicar os modelos de jogos na formação e alta competição; [9] Saber observar e dominar os instrumentos de análise; [10] Aplicar os parâmetros de avaliação e controlo do treino

6.2.1.4. Learning outcomes of the curricular unit:

[1] Identify the roller hockey in the context of collectives spots ; [2] – Process the formation the young hockey player; [3] Prepare the annual and pluri-annual planning for training and the formation and competition; [4] Understanding the process of training the formation and competition.; [5] Methodological principles for the implementation of the exercise; [6] Organize and plan training teams of competition and formation; [7] To understand the requirements and implications the process formation and competition; [8] Application of game models for training and competition teams; [9] Observe and learn the instruments of analysis; [10] Apply the parameters of evaluation and monitoring of training and competition

6.2.1.5. Conteúdos programáticos:

[1] - Organização da modalidade; [2] - O desenvolvimento do jovem hoquista; [3] - Processo ensino aprendizagem com a aplicação de uma Unidade Didáctica do hóquei em patins; [4] - Planeamento anual de uma equipa de competição e de uma equipa de formação; [5] - Processo de treino, metodologia e planeamento; [6] - Factores de rendimento; [7] - Modelo de jogo em equipas de competição e em equipas de formação; [8] - Sistemas e observação de treinos e jogos; [9] - Parâmetros de avaliação e controlo do treino e jogo; [10] - Investigação feita na área do hóquei em patins.

6.2.1.5. Syllabus:

[1] – Organization of the sport; [2] – The development of the young player; [3] – The learning process with the application of teaching unit of roller hockey; [4] – Planning na annual team competition and training team; [5] – Training process; [6] – Performance factors; [7] – Model game of formation and competition teams; [8] – Systems and observation practices and games; [9] – Parameters for evaluation and control of the training and game; [10] – Research in roller hockey

6.2.1.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular.

Conhecer a estrutura organizativa a nível interno e externo do hoquei em patins; Identificar a estrutura do rendimento; Saber elabora e enquadrar planeamentos, processos de treino, modelos de jogo, avaliações e controlo em equipas do sector de formação e de competição.

6.2.1.6. Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's objectives.

The organizational structure in roller hockey; Knowing design and fit planning, training methods, games models, assessments and monitoring teams of formation and competition

6.2.1.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

As aulas teóricas, ocorrerão num formato de aula plenária a partir da apresentação realizada pelo docente de matérias sendo as mesmas sinalizadas em bibliografia ou contidas em textos produzidos pelos docentes; As aulas práticas ocorrerão no pavilhão III, com material a disposição dos alunos; Os alunos são convidados a presenciar a pratica da modalidade em clubes da região.

Processo de avaliação é contínuo e tem em consideração os seguintes parâmetros.

- **Dossier e Relatório Final (Apresentação de CD) 40%**
- **Intervenção Técnico Pedagógica 40%**
- **Trabalho de Pesquisa – Estudo de campo 20%**

6.2.1.7. Teaching methodologies (including evaluation):

The format of Theoretical lesson has a session with a presentation made by the teaching of subjects in literature or flagged in texts produced by the teacher;

Practical classes take place in Pav. III;

Students are invited to witness the sports club in the region.

The evaluation process is ongoing with the following points:

- **File and final report (CD presentation) – 40%;**
- **Technical Educational Intervention – 40%**
- **Work search – 20%**

6.2.1.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade curricular.

Vivências com realidades que caracterizam o processo de formação e o modelo de alta competição em clubes e ou selecção;

Saber se os estudantes compreenderam e conseguem caracterizar a estrutura do rendimento no hóquei em patins.

6.2.1.8. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.

Living with realities that characterize the formation process and model of high competition in clubs and selection;

Whether students can understand and characterize the structure of income in hockey.

6.2.1.9. Bibliografia principal:

Ares, P. (2005). Hockey sobre patines: Estudio de las demandas fisiologicas en competición, análisis del perfil fisiológico funcional, desarrollo y validación de un modelo de valoración funcional específica orientado al jugador de campo. Dissertação de Doutoramento. España: Oviedo.

Blanco, A., Enseñat, A. (2002). Hockey sobre patines: Cargas de competición. Revista de Entrenamiento Deportivo. Vol. 2:21-26.

Gayo, A. (1999). El hockey sobre patines como deportes de equipo – Análisis y optimización de los sistemas de juego a través de indicadores tácticos. Tesis Doctoral. Universidad de La Coruña

Porta, J., Mori, I. (1987). Hockey total. Oviedo, Ayuntamiento de Oviedo, Gráficas EUJOA, S.A;

Manaças, J. (1988). Caracterização dos esforços no Hóquei em Patins. Revista Treino Desportivo, II(9) : (43-19).

Vaz V (2011). Especialização desportiva em jovens hoquistas masculinos. Estudo do jovem atleta, do processo de selecção e da estrutura de rendimento. Tese de doutoramento. UC

Mapa IX - Estudos Práticos I - Patinagem / Practical Studies I - Skating

6.2.1.1. Unidade curricular:

Estudos Práticos I - Patinagem / Practical Studies I - Skating

6.2.1.2. Docente responsável e respectivas horas de contacto na unidade curricular (preencher o nome completo):

Vasco Parreiral Simões Vaz - Diurno: TP90 + Pós-laboral: TP30 (Total: 120)

6.2.1.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:

Não existem.

6.2.1.3. Other academic staff and lecturing load in the curricular unit:

Does not exist.

6.2.1.4. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):

[1]Conhecer o processo ensino aprendizagem da patinagem;

[2]Perceber os factores que determinam a execução correcta dos gestos motores específicos,

[3]Assimilar as regras de funcionamento das aulas práticas;

[4]Dominar em situação pratica os requisitos da modalidade

[5]Reportar o ensino da prática desportiva na escola e no clube

6.2.1.4. Learning outcomes of the curricular unit:

Meet the teaching learning process of skating; Understanding the factors that determine the correct execution of

specific motor skills; To assimilate the rules of operation of practical lessons; Dominate the situation in practice the requirements of the sport; Report of the teaching practice in school and sports club.

6.2.1.5. Conteúdos programáticos:

- **Conhecimento da modalidade**
 - **Iniciação á Patinagem - Progressão Pedagógica do Ensino. Conceitos e princípios metodológicos sobre a Patinagem Artística, Corridas em Patins, Hóquei em Patins e Patins em Linha**
 - **Níveis de ensino da Patinagem como tronco comum: Nível I, II, III e IV**
 - **Unidade Didáctica do hóquei em patins**
 - **Patinagem de Hoquista; Pega do Stick; Domínio de bola; Passe e Recepção; Remate; Drible.**
 - **Unidades Didácticas da Patinagem Artística e Corridas de velocidade. Progressão pedagógicas das técnicas elementares; Elementos coreográficos e provas de corridas de velocidade.**
 - **Hóquei em Patins – Aprender a jogar jogando.**
- Jogos em espaços curtos. Aplicação dos conteúdos técnicos ministrados na patinagem e hóquei em patins; Conceitos técnico-tácticos em situações ofensivas e defensivas.**

6.2.1.5. Syllabus:

- **Knowledge of sports; Introduction to skating – Educational advancement of teaching, concepts and methodological principles of the Figure Skating, Speed skating, Roller hockey and Roller line; Levels of education of skating as common core: I, II, III and IV; Teaching unit of the roller hockey, figure skating and speed skating; Roller hockey learn to play by playing.**

6.2.1.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular.

Conhecer os programas curriculares da patinagem, corridas de velocidade, patinagem artistica e hóquei em patins; Prática das situações de ensino descritas nas unidades didaticas e sua aplicação na escola e clube das disciplinas da patinagem..

6.2.1.6. Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's objectives.

Knowing the program curriculum skating, speed skating, figure skating and roller hockey; Practice of teaching situations described in the didactic units and its application in school and club.

6.2.1.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

- As aulas práticas ocorrerão no pavilhão III, com material a disposição dos alunos;
Os alunos são convidados a presenciar a pratica da modalidade em clubes da região.
Processo de avaliação é contínuo e tem em consideração os seguintes parâmetros.**
- **Teórico-Prática 50% (10 val.)**
 - **Teórica (Trabalho/teste) – 40% (8 val.)**
 - **Progressão – 10% (2 val.)**

6.2.1.7. Teaching methodologies (including evaluation):

- Practical classes take place in Pav. III;
Students are invited to witness the sports club in the region.
The evaluation process is ongoing with the following points:**
- **Theory-practice 50% (10 val);**
 - **Theoretical (Work /Test) – 40% (8 val)**
 - **Progression – 10% (2 val)**

6.2.1.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade curricular.

Vivências com realidades da prática; Compreender o processo ensino aprendizagem; Tomar conhecimento das modalidades que compõem a patinagem: hóquei em patins, corridas de velocidade e patinagem artistica.

6.2.1.8. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.

Living with realities of the practice; Understanding the learning process, take; Knowing of the modalities that make up the skating, roller hockey, speed skating and figure skating.

6.2.1.9. Bibliografia principal:

- Batista, P. – Iniciação à Patinagem – CEFD Lisboa -2003**
Christa-Maria e Kerler R – A.B.C. DA PATINAGEM – Edição Tempos Livres
Edwards, Chris – O Jovem Patinador em Linha – Livraria Civilização Editora
Honório E - Hóquei em Patins - Aspectos Específicos da Modalidade - Pag. 9 a Pag. 20
Lacerda, Silvestre – O Hóquei em Patins em Portugal – Edições ASA
Romão, P e Pais, S. – Educação Física 7^o.8^o e 9^o ano – Porto Editora -2004

Vaz, V. – *Revista da Patinagem – Edição FCDEF - 2006*
Programa de Educação Física (10^o, 11^o, 12^o), homologado em Fevereiro de 2002. Edição PORTO EDITORA;
 Vaz V (2006). *Revista de Patinagem. Publicações FCDEF-UC. Ano 1 N^o1*;
 Vaz V (2011). *Sebenta de Patinagem/Hóquei em Patins. FCDEF-UC*

Mapa IX - Desporto de Opção II - Desportos de Combate / Option Sport II - Combate Sports

6.2.1.1. Unidade curricular:

Desporto de Opção II - Desportos de Combate / Option Sport II - Combate Sports

6.2.1.2. Docente responsável e respectivas horas de contacto na unidade curricular (preencher o nome completo):

Alain Guy Marie Massart - Diurno + Pós-laboral: TP22,5 (Total: 22,5)

6.2.1.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:

Não existem.

6.2.1.3. Other academic staff and lecturing load in the curricular unit:

Does not exist.

6.2.1.4. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):

Saber diferenciar o treino para a saúde do treino de competição; o treino aeróbio, do treino anaeróbio láctico, do treino de velocidade, do treino da força no contexto da modalidade abordada. Saber identificar os tipos de esforços nas modalidades específicas, para poder caracterizar os esforços. Poder adaptar a metodologia de treino de base aos treinos da modalidade, com utilização de exercícios específicos. Saber adaptar os treinos da modalidade em função dos praticantes jovens. Ter noções para controlar a carga dos treinos específicos. Ser capaz de planificar ou de analisar uma planificação do treino das capacidades funcionais no quadro da modalidade praticada. Facultativo: Ter noções para organizar uma iniciação a defesa pessoal adaptada a modalidade específica. Os conteúdos são adaptados em função da especialidade escolhida pelo aluno, do seu nível nesta modalidade e dos seus interesses de estudos!

6.2.1.4. Learning outcomes of the curricular unit:

Be able to differentiate training for health and competition training; aerobic, anaerobic alactic, anaerobic lactic and strength training in the context of the combat sport. Be able to identify the different kinds of efforts in the specific modality, to qualify the efforts observed. Be able to adapt the theory in methodology of training for the training in the specific combat modality, with use of specific exercises. Be able to adapt the training for young athletes. Be able to control the charge of training in the combat sport. Be able to program or analyse one planarization of the training for functional capacities in the specific sport. Facultative: acquired notions to organize one initiation in self defence in the specific combat modality.

The program is adaptable to the speciality of the student, in function of his level of practise and his interests of studies.

6.2.1.5. Conteúdos programáticos:

Componente teórica: Apresentação e programação do semestre ; Metodologia do treino (Aeróbio, Anaeróbio, Velocidade, Musculação); Caracterização da modalidade e métodos de treino específico; Planificação do treino. Componente Teorico Prática: Simulação de planos de treino + participação e observação de treinos (Aeróbio, Anaeróbio, Velocidade); Prática da técnica de musculação, stimulação de planos de treino mais participação e observação de treinos (aptidão física); Simulação de planificação de treino mais participação e observação de treinos (Planificação do treino)

6.2.1.5. Syllabus:

Theoretical classes: Presentation and program the semester ; Training methodology (Aerobic, Anaerobic, Speediness) ; Training methodology (Strength training) Characterisation of the modality and specific training methods ; Planarization of training

OP classes

Stimulation of training plan, participation and observation of training (Aerobic, Anaerobic, Speediness) Technique of strength training, stimulation of training plan, participation and observation of training (physical conditioning) Stimulation of planarization of training, participation and observation of training (planarization of training)

6.2.1.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular.

O estudante recebe a informações teóricas sobre o treino da aptidão física, reflecte sobre a sua aplicação na sua

modalidade de combate estimulando programas de treino específicos para diferente tipo de populações (adultos, jovens, crianças), depois observa treinos e competições e reflecta sobre o desenvolvimento da aptidão física. Com a realização de um trabalho o aluno terá que integrar todas a matéria abordada nas aulas e adquirira competências em relação aos objectivos da cadeira

6.2.1.6. Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's objectives.

The student receive theoretical information about the training of physical conditioning, think about the implication in his combat speciality with the stimulation of training programs for the modality in different populations (adults, youngs and childrens). After the student observe trainings and competitions and reflect on the impact on physical condition. With the realization of the homework, the student will integrate all the topics of the classes and will acquire competencies in relation with the objectives of the curricular unity.

6.2.1.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

Trabalhos, observação e reflexão sobre a metodologia do treino (aptidão física) da modalidade de combate escolhida, de modo a permitir uma planificação e leccionação do treino mais eficaz, tanto nos escalões de formação que no nível competitivo. As aulas sempre se tornam seminários de reflexão em grupo, orientando tudo sobre a pratica de terreno.

O trabalho que será apresentado sobre a forma de um relatório, è relacionado com as observações e o estudante pode efectuar as investigações em função dos seus interesses e orientado pelo professor da cadeira.

- Avaliação continua: Participação dos estudantes nas aula e nível atingido nas simulações relacionadas com a matéria teórica (30%); observações, estudos específicos, e fichas de leitura apresentados no relatório final (trabalho 70%).

- Exame Final

6.2.1.7. Teaching methodologies (including evaluation):

Homework, observation and reflection on conditioning training methodology of the combat modality, to allow one planarization with more efficient trainings, for adult, young and children athletes. The classes turn always seminars with reflexion in group, and are oriented on field practise. The homework that will be presented in the form of one report, relate the observations and the student may realise investigation dependant of his interests and on the orientation of the teacher.

- Continuous evaluation: participation of the student in the classes and level of his intervention in the stimulation of the trainings (30%); observation, specific studies, article lecture presented in the final report (homework 70%).

- Exam evaluation:

6.2.1.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade curricular.

O estudante uma vez preparado pelas aulas T, realiza estimulações de treino e um trabalho de observação e de reflexão sobre treinos reais. Assim integra a matéria e cumpre os objectivos da cadeira de ser capaz de analisar, realizar e programar treinos específicos na sua modalidade de combate

6.2.1.8. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.

The student prepared by the T classes, realize training stimulation and a field observation with subsequent reflexion. Then the student integrate the theoretical concepts and complete the objectives of the curricular unit to be able analyse, realise and program specific training in his combat modality

6.2.1.9. Bibliografia principal:

Franchini E. (2001). Judo Desempenho Competitivo. Manole. Weineck J. (1997). Manuel d'entraînement (4e Edition). Paris: Vigot. Bompa T. (1994). Theory and Methodology of Training (Third edition). Dubuque: Kendall

Mapa IX - Desporto de Opção I – Hidroginástica / Optional Sport I – Hydro

6.2.1.1. Unidade curricular:

Desporto de Opção I – Hidroginástica / Optional Sport I – Hydro

6.2.1.2. Docente responsável e respectivas horas de contacto na unidade curricular (preencher o nome completo):

Cristina Maria Henriques Senra - Diurno + Pós-laboral: TP22,5 (Total: 22,5)

6.2.1.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:

Não existem.

6.2.1.3. Other academic staff and lecturing load in the curricular unit:

Does not exist.

6.2.1.4. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):

Desenvolvimento de estratégias de ensino adaptadas às aulas de hidroginástica.

Avaliação, planificação e intervenção pedagógica considerando o nível de capacidades dos alunos.

Aprofundamento dos conhecimentos científicos relacionados com o ensino da hidroginástica.

No final do semestre o aluno(a) deverá estar apto a lecionar uma aula de hidroginástica, realizando os movimentos na sua forma correta e respeitando a métrica musical.

Deverá ser capaz de adaptar a intensidade da aula a diferentes tipos de população e interagir com a mesma (tanto de forma técnica como motivacional)

Ser capaz de pesquisar, analisar e formular uma opinião crítica sobre os artigos científicos publicados na área da hidroginástica, utilizando-os para melhorar a sua ação pedagógica.

6.2.1.4. Learning outcomes of the curricular unit:

Development of teaching strategies adapted to water aerobics.

Assessment, planning and pedagogical intervention considering the students' abilities level

Deepening of scientific knowledge related to the teaching of hydro.

At the end of the semester the student

- 1. Should be able to teach an hydro class, performing the movements in its correct form and respecting the music.*
- 2. Should be able to adapt the intensity of the class to different types of people and interact with the same (on both a technical and motivational)*
- 3. Being able to search, analyze and formulate a critical opinion about the scientific articles published in the field of gymnastics, using them to improve their pedagogical action.*

6.2.1.5. Conteúdos programáticos:

Características do trabalho na água (características e dinâmica da água e sua influência na intensidade da aula)

Teorias da frequência cardíaca (diferenças entre trabalho na água e em terra)

Velocidade de Execução. Estrutura Musical vs Estrutura Coreográfica

Postura e execução física dos movimentos básicos

Montagem coreográfica

Exercícios contra-indicados

Perfil do instrutor

Adaptações da aula a diferentes populações (crianças, adultos, sedentários, atletas, seniores, grávidas)

6.2.1.5. Syllabus:

Characteristics of work in water (characteristics and dynamics of water and its influence on the intensity of the class)

Using heart rate (differences between work in the water and on land)

Speed of Execution. Musical Structure vs Choreographic Structure

Posture and physical execution of the basic moves

Construction of the choreographic

Exercises contraindicated

Instructor Profile

Adaptations of the class to different populations (children, adults, sedentary, athletes, seniors, pregnant women)

6.2.1.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular.

Os conteúdos programáticos estão em coerência com os objetivos da unidade curricular em virtude de serem recrutados conteúdos que correspondem ao leque de atividades no âmbito da hidroginástica

6.2.1.6. Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's objectives.

The course contents are consistent with the objectives of the course as they are recruited from those that correspond to the kind of activities within the hydro

6.2.1.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

Sessões de ensino de natureza coletiva, sessões de orientação pessoal de tipo tutorial, projetos, trabalhos de terreno, estudo autónomo. No final do semestre os estudantes deverão preparar e apresentar uma aula de hidroginástica, respeitando as linhas orientadoras fornecidas ao longo das sessões de contacto.

6.2.1.7. Teaching methodologies (including evaluation):

Teaching sessions of a collective nature, personal guidance sessions tutorial-type, projects, field work, independent study. At the end of the semester students will prepare and submit a hydro class, respecting the guidelines provided along the contact sessions

6.2.1.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade curricular.

Vivências com realidades da prática; Compreender o processo ensino aprendizagem

6.2.1.8. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.

Living with realities of the practice; Understanding the learning process

6.2.1.9. Bibliografia principal:

Aquatic Fitness Professional Manual (2008), Nokomis. Aquatic Exercise Association.

Adami, M. (2002). Aquafitness. DK publishing

Dantas, E. (1998). - A prática da preparação física 4ª ed. - Rio de Janeiro. Shape,

Marins, J. ; Giannichi, R. ,(1998). - Avaliação & Prescrição de Actividade Física2ª Rio de Janeiro. Shape

Katch, F; McArdle, W. (1998)- Nutrição, Exercício e Saúde.

Sanders, (1999). M. YMCA Water Fitness Human Kinetics publisher.

See, J. (1992). – Aqua Aerobics Iowa. Eddie Bowers Publishing, inc..

Mapa IX - Desporto de Opção I - Recreação / Optional Sports I - Recreation

6.2.1.1. Unidade curricular:

Desporto de Opção I - Recreação / Optional Sports I - Recreation

6.2.1.2. Docente responsável e respectivas horas de contacto na unidade curricular (preencher o nome completo):

Ana Rosa Fachardo Jaqueira - Diurno + Pós-laboral: TP22,5 (Total: 22,5)

6.2.1.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:

Não existem.

6.2.1.3. Other academic staff and lecturing load in the curricular unit:

Does not exist.

6.2.1.4. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):

i. Propiciar ao aluno o conhecimento acerca da área da Recreação, jogos, brinquedos e brincadeira

ii. Possibilitar a sua atuação em diversos campos de aplicação

iii. Reflexão e domínio dos conceitos inerentes à Recreação

iv. Propiciar elementos de cariz teórico que permitam o desenvolvimento de estudos e pesquisas no campo da Recreologia.

6.2.1.4. Learning outcomes of the curricular unit:

i. To propitiate the student the knowledge concerning the area of the Recreation, games, toys and game

ii. To facilitate its performance in several application fields

iii. Reflection and domain of the inherent concepts to the Recreation

iv. To propitiate elements of theoretical aspects that allow the development of studies and researches in the field of Recreology.

6.2.1.5. Conteúdos programáticos:

1 - conceitos e abordagens: 1.1 - recreação; 1.2 - lazer; 1.3 - ludicidade; 1.4 - jogo; 1.5 - brinquedo; 1.6 -brincadeira.

2- classificação dos jogos segundo diferentes autores. 3 - Recreação e jogos no desenvolvimento humano: 3.1 – nas diferentes faixas etárias; 3.2 - nos ciclos da vida; 3.3 - para diferentes públicos-alvo. 4 - o jogo como conteúdo programático na educação física: 4.1 - educação pelo jogo; 4.2 - recreação; 4.3 - prevenção; 4.4 - adaptação; 4.5 - inclusão. 5 – oficinas lúdicas: 5.1 - conceito; 5.2 - objetivos; 5.3 – ante-projeto.

6.2.1.5. Syllabus:

1 - concepts and approach: 1.1 - recreation ; 1.2 - lazer ; 1.3 - ludic ; 1.4 - game ; 1.5 - toy; 1.6 - game. 2 -

classification of the games following different authors. 3 - recreation and games in the human development: 3.1 - in the different age groups ; 3.2 - in the cycles of the life ; 3.3 - for different public-objective. 4 - the game as content in the Physical Education: 4.1 - education through the game; 4.2 - recreation; 4.3 - prevention ; 4.4 - adaptation ; 4.5 - inclusion. 5 - shops lúdic: 5.1 - concept; 5.2 - objectives; 5.3 - in the face of-project.

6.2.1.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular.

Aplicar os conteúdos e conhecimentos desenvolvidos de forma a propiciar ao aluno a sua atuação nos diversos

campos de aplicação profissional: escolas, campos de férias, atividades de tempos livres, ginásios, organização de eventos recreativos e/ou desportivos

6.2.1.6. Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's objectives.

Apply the content and knowledge developed to provide students with their professional performance in several areas: schools, camps, leisure activities, fitness centers, organization of recreational events and / or sports.

6.2.1.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

a) Aulas teóricas eminentemente positiva;

b) Teórico-prática onde se permite a interação dos alunos com o docente a partir das leituras indicadas previamente;

c) Elaboração de fichas de leitura a realizar fora do tempo letivo;

d) Estudo independente;

e) Atendimento

- Trabalho laboratorial ou de campo/Fieldwork or laboratory work + Relatório de resolução de problemas/Problem solving report + Project/Project = 40%.

- Frequência/Midterm exam: 60%.

- Exame Final (para aqueles que não participaram no processo de avaliação contínua): 100% / final exam (for those who did not participate in the process of continuous evaluation): 100%.

6.2.1.7. Teaching methodologies (including evaluation):

a) Theoretical Classes eminently positive;

b) Theoretical-practice where is permitted the students' interaction with the educational starting from the suitable readings previously;

c) Elaboration of reading records to accomplish out of the time course;

d) I Study independent;

e) Attendance.

Fieldwork or laboratory work + Relatório de resolução de problemas/Problem solving report + Project/Project = 40%.

Midterm exam: 60%.

Final Exam (for those who did not participate in the process of continuous evaluation): 100%.

6.2.1.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade curricular.

Por ser uma disciplina de aperfeiçoamento, exige o conhecimento de conceitos afins, bem como do trabalho autónomo do aluno.

6.2.1.8. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.

Being a course of training, requires knowledge of related concepts, as well as the student's self-employment.

6.2.1.9. Bibliografia principal:

Brinquedoteca: a criança, o adulto e o lúdico. Org. Santa Marli Pires dos Santos. Petrópolis, RJ: Vozes, 2000.

BROICH, J. Jogos para crianças. 4ª ed. São Paulo: Edições Loyola, 1999.

CAILLOIS, R. Os jogos e os homens – A máscara e a vertigem. Lisboa, Edições Cotovia Ltda, 1990.

ELIAS, N., DUNNING, E. A busca da excitação. Trad. Maria Manuela Almeida e Silva. Lisboa: Difel, 1992.

HUIZINGA, J. Homo ludens: o jogo como elemento da cultura. 2ª ed. Trad. João Paulo Monteiro. São Paulo: Perspectiva, s/d.

LAGARDERA / LAVEGA. Introduccion a la Praxiologia Motriz. Madrid. Paidotribo, 2003.

MORENO, G. Recreação com 1000 acessórios. Rio de Janeiro: Sprint, 1998

Mapa IX - Desporto de Opção I - Futebol / Optional Sports I - Football

6.2.1.1. Unidade curricular:

Desporto de Opção I - Futebol / Optional Sports I - Football

6.2.1.2. Docente responsável e respectivas horas de contacto na unidade curricular (preencher o nome completo):

António José Barata Figueiredo - Diurno + Pós-laboral: TP22,5 (Total: 22,5)

6.2.1.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:

Não existem.

6.2.1.3. Other academic staff and lecturing load in the curricular unit:

Does not exist.

6.2.1.4. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):

Esta unidade curricular visa enquadrar o estudante com as exigências multidimensionais do treino de futebol com um maior ênfase no treino do jovem futebolista.

6.2.1.4. Learning outcomes of the curricular unit:

This course aims to fit the student with the multidimensional requirements of football training with a major emphasis on youth football training process.

6.2.1.5. Conteúdos programáticos:

1. *A caracterização métrica do jogo de futebol.*
2. *A caracterização fisiológica do jogo de futebol*
3. *Definição do jogador de futebol sénior por posição e caracterização do jovem futebolista*
4. *A variabilidade biológica e sua influência no treino e na competição do jovem futebolista*
5. *O desenvolvimento dos comportamentos técnicos ao longo da idade.*
6. *A resposta do jovem futebolista ao incremento da complexidade táctico-técnica.*
7. *A relação entre as variáveis espaço e número nos escalões iniciais da formação e sua articulação com o processo competitivo (futebol 7 vs futebol 11).*
8. *Impacto dos jogos reduzidos no treino de futebol*
9. *As alterações às regras do futebol na última década e sua influência no treino*
10. *O planeamento e execução do período preparatório de uma equipa sénior*
11. *Características do Guarda-Redes e o seu treino específico.*
12. *Avaliação no futebol*
13. *O treino do sistema 433*
14. *O treino do sistema 442*
15. *O treino do sistema 352*

6.2.1.5. Syllabus:

1. *Metric quantification of the game.*
2. *Physiological characterization of the game.*
3. *Definition of the players by field position e characterization of the young player.*
4. *Influence of the biological variability in training and competition.*
5. *Age-related variation in football skills development..*
6. *Tactical development in young players.*
7. *The relationship between the number and the space dimensions in the learning processo f the game (7vs7 and 11vs11).*
8. *Impact and dynamics of the small-sided games.*
9. *Dynamics of the rules and the influence of the training process.*
10. *The preparatory period.*
11. *Goal-Kepper characteristics and his specific training.*
12. *Control and monitorization of the training process.*
13. *433 system.*
14. *442 system*
15. *352 system*

6.2.1.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular.

A coerência é demonstrada pelas respostas aos inquéritos SGQP (Sistema de Gestão da Qualidade Pedagógica) da Universidade de Coimbra. Nos resultados referentes às unidades curriculares podem observar-se os seguintes valores: [i] Apreciação média global da qualidade das aprendizagens – 4.3; [ii] Perceção dos estudantes sobre os resultados da aprendizagem que conseguiram alcançar – 4.3; [iii] Clareza dos programas, objetivos pedagógicos e critérios de avaliação – 4.3; [iv] Não sobreposição de conteúdos com outras unidades curriculares – 4.2; [v] Boa articulação entre matérias teóricas e práticas – 4.2; [vi] Perceção dos estudantes sobre a sua participação ativa nos processos de aprendizagem – 4.4; [vii] Perceção dos estudantes sobre o desenvolvimento de competências de análise e reflexão crítica – 4.4

6.2.1.6. Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's objectives.

Questionnaires SGQP (System for the Management of Pedagogical Quality) that is being used at the University of Coimbra (scale 1-5). [i] Overall rating of the learning quality – 4.3; [ii] Perception of the students regarding the attained results – 4.3; [iii] Concise of the contents, pedagogic goals, evaluation criterion – 4.3; [iv] Non overlapping between contents of different disciplines – 4.2; [v] Management of theoretical and practical contents – 4.2; [vi] Perception of the students regarding their active participation in the teaching learning process – 4.4; [vii]

Perception of the students regarding the development of competencies and critical thinking – 4.4

6.2.1.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

As aulas serão inicialmente de natureza expositiva e posteriormente decorrerão em ambiente laboratorial. Para esse efeito recorrer-se á a uma avaliação que estará consubstanciada nos seguintes parâmetros:

- *Relatório final do Centro de Treino (actividade nos clubes) (50%).*
- *Realização de duas frequências [(A + B)/2] (50%).*

6.2.1.7. Teaching methodologies (including evaluation):

Initially the classes will assume a plenary format. After this initial approach the students will be exposed to a laboratorial environment.

The evaluation will promote the following assignments:

- *Final report regarding the field activities (50%).*
- *Two minor tests [(A + B)/2] (50%).*

6.2.1.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade curricular.

A coerência é demonstrada pelas respostas aos inquéritos SGQP (Sistema de Gestão da Qualidade Pedagógica) da Universidade de Coimbra, variando entre 1 e 5: [i] Apreciação global da qualidade do docente no processo de ensino/aprendizagem – 4.4; [ii] Disponibilidade do docente para interagir com os estudantes, os apoiar e fomentar a auto-aprendizagem – 4.3; [iii] Clareza na exposição da matéria e na resposta às questões – 4.4 [iv] Consonância com o programa e os objetivos da unidade curricular – 4.4 [v] Adequação da quantidade de informação apresentada nas aulas ao tempo disponível – 4.2; [vi] Fomento do envolvimento ativo e crítico dos estudantes na aula – 4.3; [vii] Fomento da auto-aprendizagem dos estudantes fora das aulas – 4.4; [viii] Disponibilidade para o esclarecimento de dúvidas fora das aulas – 4.3.

6.2.1.8. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.

Coherence is demonstrated by the SGQP (System of Management of the Pedagogic Quality) ranging from 1 to 5. Results about teachers were as follow: [i] Global analysis of the teacher quality in the learning process – 4.4; [ii] Availability of the teacher to interact with students, and support self-learning – 4.3; [iii] Clarity to teach and to answer students questions – 4.4; [iv] Relationship between program and objectives of the curricular unit – 4.4; [v] Suitability between quantity of information and time of the lessons – 4.2; [vi] Active and critical encouragement of the students in the lessons – 4.3; [vii] Self-learning encouragement beyond the lessons – 4.4; [viii] Availability of teachers to clarify any doubts beyond the lessons – 4.3

6.2.1.9. Bibliografia principal:

Science and Soccer (2003). Reilly, T & Williams, AM (Eds). Science and Soccer. 2nd Ed. London: Routledge.

Bangsbo, J. (1994). Fitness Training in Football – A Scientific Approach. Bagsvaerd: HO & Storm.

Castagna, C., Belardinelli, R., & Abt, G. (2005). Cardio-respiratory responses of regional level soccer players to a progressive maximal intermittent field test. In T. Reilly, J. Cabri, & D. Araújo (Eds). Science and Football V. London. Routledge.

Davids, K., Lees, A., & Burwitz, L. (2000). Understanding and Measuring Coordination and Control in Kicking Skills in Soccer: Implications for Talent Identification and Skill Acquisition. Journal of Sports Sciences, 18(9), 703-714.

Rahnama N, Reilly T, Lees A (2002). Injury risk associated with playing actions during competitive soccer. British Journal of Sports Medicine. Vol. 36: 354-359.

Mapa IX - Estudos Práticos II – Futebol / Practical Studies II - Football

6.2.1.1. Unidade curricular:

Estudos Práticos II – Futebol / Practical Studies II - Football

6.2.1.2. Docente responsável e respectivas horas de contacto na unidade curricular (preencher o nome completo):

António José Barata Figueiredo

6.2.1.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:

Vítor José Santos Severino - Diurno: TP90 + Pós-laboral: TP30 (Total: 120)

6.2.1.3. Other academic staff and lecturing load in the curricular unit:

Vitor José Santos Severino - Daytime: TP90 + After working hours: TP30 (Total: 120)

6.2.1.4. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):
Esta unidade curricular visa enquadrar o estudante com os conteúdos essenciais no que respeita ao ensino da modalidade, diferenciando necessidades pedagógicas específicas de acordo com os escalões etários de base. Os conteúdos centram-se nos princípios culturais do jogo (gerais e específicos), acções táctico - técnicas de suporte e métodos e estratégias de ensino adequados à introdução, exercitação e consolidação dos conteúdos já assinalados.

6.2.1.4. Learning outcomes of the curricular unit:

This course aims to fit the student with the essential elements regarding the teaching of the football game, regarding also educational needs of specific age groups, particularly at the baseline. The contents focus on the cultural principles of the game (general and specific), tactical - technical supporting actions and methods and teaching strategies appropriate to the introduction, exercise and consolidation of the already mentioned contents.

6.2.1.5. Conteúdos programáticos:

1. O regulamento geral do jogo de futebol;
2. A lógica interna e a estrutura complexa do jogo;
3. Os princípios culturais (gerais e específicos);
4. As Acções táctico – técnicas individuais e colectivas (ofensivas e defensivas);
5. Planeamento e execução de exercícios de aprendizagem;
6. O ensino ao longo das etapas de formação desportiva (referências fundamentais);
7. A utilização dos jogos reduzidos no processo de ensino / treino;
8. A importância da utilização de exercícios que demonstrem vínculo ao jogo (específicos) e que promovam a criatividade e a formação multilateral;
9. Introdução ao sistema táctico 2:3:1 (organização geral).

6.2.1.5. Syllabus:

1. The general laws of the football game;
2. The internal logic and the complex structure of the game;
3. Cultural principles (general and specific);
4. The tactical - technical actions, individual and collective (offensive and defensive);
5. Planning and execution of learning exercises;
6. The teaching throughout the stages of sports training (fundamental references);
7. The use of small sided games in teaching / training;
8. The importance of using exercises with specific links to the game, promoting creativity and multilateral training;
9. Introduction to the tactical system 2:3:1 (general organization).

6.2.1.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular.

A coerência é demonstrada pelas respostas aos inquéritos SGQP (Sistema de Gestão da Qualidade Pedagógica) da Universidade de Coimbra. Nos resultados referentes às unidades curriculares podem observar-se os seguintes valores: [i] Apreciação média global da qualidade das aprendizagens – 4.3; [ii] Perceção dos estudantes sobre os resultados da aprendizagem que conseguiram alcançar – 4.3; [iii] Clareza dos programas, objetivos pedagógicos e critérios de avaliação – 4.3; [iv] Não sobreposição de conteúdos com outras unidades curriculares – 4.2; [v] Boa articulação entre matérias teóricas e práticas – 4.2; [vi] Perceção dos estudantes sobre a sua participação ativa nos processos de aprendizagem – 4.4; [vii] Perceção dos estudantes sobre o desenvolvimento de competências de análise e reflexão crítica – 4.4

6.2.1.6. Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's objectives.

Questionnaires SGQP (System for the Management of Pedagogical Quality) that is being used at the University of Coimbra (scale 1-5). [i] Overall rating of the learning quality – 4.3; [ii] Perception of the students regarding the attained results – 4.3; [iii] Concise of the contents, pedagogic goals, evaluation criterion – 4.3; [iv] Non overlapping between contents of different disciplines – 4.2; [v] Management of theoretical and practical contents – 4.2; [vi] Perception of the students regarding their active participation in the teaching learning process – 4.4; [vii] Perception of the students regarding the development of competencies and critical thinking – 4.4

6.2.1.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

As aulas serão maioritariamente de natureza Teórico – Prática (TP) recorrendo-se, por vezes, a sessões Teóricas (T) que constanciem os conteúdos a leccionar. A avaliação da unidade curricular terá por base os seguintes parâmetros:

- Teste escrito (40%);
- Dossier técnico (30%);
- Planeamento e execução técnica, tarefa de grupo (30%).

6.2.1.7. Teaching methodologies (including evaluation):

Classes will be mainly theoretical and Practical (TP). In some occasions there will be Theoretical (T) sessions in order to support the learning contents. The evaluation will be based on the following parameters:

- *Minor test (40%);*
- *Technical report (30%);*
- *Planning and technical execution, group task (30%).*

6.2.1.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade curricular.

A coerência é demonstrada pelas respostas aos inquéritos SGQP (Sistema de Gestão da Qualidade Pedagógica) da Universidade de Coimbra, variando entre 1 e 5: [i] Apreciação global da qualidade do docente no processo de ensino/aprendizagem – 4.4; [ii] Disponibilidade do docente para interagir com os estudantes, os apoiar e fomentar a auto-aprendizagem – 4.3; [iii] Clareza na exposição da matéria e na resposta às questões – 4.4 [iv] Consonância com o programa e os objetivos da unidade curricular – 4.4 [v] Adequação da quantidade de informação apresentada nas aulas ao tempo disponível – 4.2; [vi] Fomento do envolvimento ativo e crítico dos estudantes na aula – 4.3; [vii] Fomento da auto-aprendizagem dos estudantes fora das aulas – 4.4; [viii] Disponibilidade para o esclarecimento de dúvidas fora das aulas – 4.3.

6.2.1.8. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.

Coherence is demonstrated by the SGQP (System of Management of the Pedagogic Quality) ranging from 1 to 5. Results about teachers were as follow: [i] Global analysis of the teacher quality in the learning process – 4.4; [ii] Availability of the teacher to interact with students, and support self-learning – 4.3; [iii] Clarity to teach and to answer students questions – 4.4; [iv] Relationship between program and objectives of the curricular unit – 4.4; [v] Suitability between quantity of information and time of the lessons – 4.2; [vi] Active and critical encouragement of the students in the lessons – 4.3; [vii] Self-learning encouragement beyond the lessons – 4.4; [viii] Availability of teachers to clarify any doubts beyond the lessons – 4.3

6.2.1.9. Bibliografia principal:

- 1) *Pinto J & Garganta J (1984). O ensino do Futebol, in Amândio Graça e José Oliveira (eds.). O Ensino dos Jogos Desportivos (97-137), Centro de Estudos dos Jogos Desportivos, FCDEF-UP, Porto*
- 2) *Queiroz C (1986). Estrutura e Organização dos Exercícios de Treino em Futebol. Ed. F.P.F., Lisboa*
- 3) *Castelo J (2004). Futebol: Organização Dinâmica do Jogo. Faculdade de Motricidade Humana – Serviço de Edições*
- 4) *Wein H (2007). How to develop more creative players. Soccer Journal, 55 – 57*
- 5) *Costa I, Garganta-da-Silva J, Greco P & Mesquita I (2009). Princípios táticos do jogo de futebol: conceitos e aplicações. Motriz, 15(3): 657 – 668*
- 6) *Magalhães R & Nascimento R (2010). Aprender a Jogar Futebol: Um Caminho para o Sucesso. Prime Books*

Mapa IX - História da Educação / Educations' History**6.2.1.1. Unidade curricular:**

História da Educação / Educations' History

6.2.1.2. Docente responsável e respectivas horas de contacto na unidade curricular (preencher o nome completo):

Rui Adelino Machado Gomes

6.2.1.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:

Valentino José Carvalho do Vale Alves - Diurno: T22,5 + TP67,5 + Pós-laboral: T22,5 + TP30 (Total: 142,5)

6.2.1.3. Other academic staff and lecturing load in the curricular unit:

Valentino José Carvalho do Vale Alves- Daytime: T22,5 + TP67,5 + After working hours: T22,5 + TP30 (Total: 142,5)

6.2.1.4. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):

Conhecer as principais correntes da pedagogia contemporânea.

Caracterizar ideias pedagógicas de modo a identificar os momentos, as fases e os espaços principais de construção dos discursos pedagógicos contemporâneos.

Identificar momentos e fases principais de construção dos discursos pedagógicos contemporâneos, bem como os autores mais marcantes.

Enquadrar transformações educativas e pedagógicas em critérios espaciais e temporais.

Enquadrar correntes da Educação Física numa reflexão histórica sobre a construção dos discursos pedagógicos à escala nacional e internacional.

Conhecer e usar técnicas básicas de recolha e análise de informação de fontes históricas e bibliográficas.

Compreender os valores e as atitudes subjacentes às actividades físicas em diferentes períodos históricos.

Caracterizar a evolução e os fundamentos básicos das diferentes correntes de Educação Física desenvolvidas pelos precursores gímnicos.

Conhecer o desenvolvimento da Educação Física em Portugal.

6.2.1.4. Learning outcomes of the curricular unit:

Knowing the main frames of contemporary pedagogy.

Characterize the pedagogical ideas in order to identify the moments, stages and spaces of the main building contemporary pedagogical discourse.

Identify key times and phases of construction of the contemporary educational discourse, as well as the most outstanding authors.

Frame the educational and pedagogical changes in spatial and temporal criteria.

Framing the chains of Physical Education in a historical reflection on the construction of pedagogical discourses nationally and internationally.

Know and use basic techniques for collecting and analyzing information from historical and biographical sources.

Understanding the values underlying attitudes to physical activities in different historical periods.

To characterize the evolution and the basics of the different currents of Physical Education developed by gymnastics precursors.

Knowing the development of physical education in Portugal.

6.2.1.5. Conteúdos programáticos:

TEMA I – O advento da intenção educativa e a construção do modelo escolar

1. Da ‘impregnação’ educativa à intenção educativa

2. A construção do modelo escolar na confluência histórica de vários factores: a invenção da criança e o estabelecimento da sociedade disciplinar.

3. A construção do modelo escolar: o papel da ética protestante e a consolidação da civilização dos costumes.

TEMA II – As correntes pedagógicas modernas e contemporâneas

1. Os pressupostos básicos das correntes pedagógicas

2. As correntes ‘disciplinares’

3. Do movimento da Educação Nova às pedagogias não-directivas do pós-guerra

4. As correntes racionalistas e o neo-directivismo da pedagogia por objectivos

TEMA III - A Educação Física e o desporto nos séculos XIX e XX

1. As correntes militares; higienistas; pedagógicas; desportivas

TEMA IV - O corpo e o pensamento contemporâneo

1. A noção antropológica de técnicas do corpo

2. O cuidado de si e a saúde

3. O narcisismo e a paixão do risco

6.2.1.5. Syllabus:

I - The advent of educational intent and construction of the school model

1. From educational 'soak' to the educational intention

2. The construction of the school model: the invention of the child and the establishment of the disciplinary society.

3. The construction of the school model: the role of the protestant ethic and the consolidation of the customs of civilization.

II - The modern and contemporary pedagogical trends

1. The basic assumptions of pedagogical frames

2. The 'disciplinary' frames

3. From New Education movement to the non-directives pedagogies postwar

4. The current neo-rationalists and the directives of pedagogy by objectives

III - Physical education and sport in the centuries XIX and XX

1. The militar, higienists, pedagogical; sports trend.

IV - The body and contemporary thought

1. The anthropological notion of body techniques

2. The self-care and health

3. Narcissism and the passion of the risk

6.2.1.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular.

Os conteúdos programáticos derivam directamente dos objectivos gerais e específicos da disciplina. A cada subtema da disciplina corresponde um objectivo específico e estes, por sua vez, derivam dos objectivos gerais. As unidades temáticas são abordadas de forma sequencial e estruturada de modo a constituírem um ponto de entrada para incorporar diferentes níveis de análise e as contribuições teóricas dos autores mais relevantes no âmbito da História da Educação. Não se tratando de uma disciplina instrumental não se estranhará o plano secundário em

que se situam os domínios mais relacionados com a intervenção, optando-se pelo predomínio da reflexividade. Ainda assim, recorre-se ao confronto permanente entre as reflexões conceptuais e as expectativas de intervenção profissional dos futuros professores

6.2.1.6. Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's objectives.

The learning contents derived directly from the general and specific objectives of the discipline. Each sub-theme of the course corresponds to a specific purpose and these, in turn, derive from general objectives. The thematic units are addressed in sequence and structure in order to constitute an entry point to incorporate different levels of analysis and the theoretical contributions of the most important authors in Sociology of Education. Since it is not an instrumental discipline it is understandable the secondary level which is the areas most related to the intervention, opting for the predominance of reflexivity. Still, it uses a regular confrontation between the conceptual considerations and expectations of future teachers of professional intervention.

6.2.1.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

Aulas teóricas expositivas com recurso ao diálogo socrático.

Aulas práticas de trabalho em grupo e resolução de fichas de trabalho.

Leitura individual e discussão orientada de textos de leitura obrigatória.

A disciplina pode ser realizada por avaliação contínua ou por exame.

O processo de avaliação contínua concretiza-se através de dois testes e quatro fichas de trabalho, sendo a nota final obtida a partir da sua média ponderada:

1) Dois testes escritos (25%x2);

2) Resolução em grupo de 4 fichas de trabalho nas aulas práticas (12,5%x4). Os grupos serão constituídos por um limite máximo de 4 alunos.

O regime de avaliação contínua pressupõe quatro requisitos:

a) O mínimo de 75% de presenças nas aulas teóricas e nas aulas práticas;

b) A realização de todos os elementos de avaliação previstos;

c) A obtenção de uma nota mínima de 7,5 em cada elemento de avaliação;

d) A obtenção de uma média ponderada final não inferior a 10.

A avaliação final tem duas épocas de exame.

6.2.1.7. Teaching methodologies (including evaluation):

Lectures with use of the socratic dialogue.

Practical lessons of teamwork and resolution worksheets.

Individual reading and guided discussion of required reading texts.

The course can be accomplished by continuous assessment or examination.

The continuous assessment process is achieved through two tests and four worksheets, and the final grade obtained from their weighted average:

1) Two written texts (25%x2);

2) Resolution in a group of four worksheets in practical classes (12,5%x4). The groups will consist of a maximum of 4 students.

The option for continuous assessment system requires four requirements:

a) The minimum 75% attendance in lectures and practical classes;

b) The realization of all the elements of evaluation requirements;

c) Achieving a minimum score of 7.5 in each element of assessment;

d) Obtaining a final weighted average not less than 10.

The final evaluation has two exam periods

6.2.1.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade curricular.

A estrutura dos conteúdos organiza-se segundo um encadeamento de temas e subtemas em que a cada tema são dedicadas três aulas teóricas e três aulas práticas. Das três aulas teóricas restantes, uma delas é reservada a momentos de síntese e de transição para as temáticas seguintes e duas aulas dedicadas à avaliação. Não obstante a separação do tempo das aulas teóricas e práticas e do uso diferenciado de cada um desses espaços, não se pode concluir que eles se desenvolvam segundo lógicas de formação estanques. Procura-se, pelo contrário, que os dois registos se contaminem, fugindo assim à tradicional divisão entre exposição e aplicação que está na origem do formato dos horários académicos.

As aulas teóricas e práticas recorrem a um espectro alargado de métodos e de técnicas pedagógicas, considerando para o efeito as características e os objectivos específicos de cada tema e a concepção global da unidade curricular. Nas aulas teóricas recorre-se predominantemente a métodos de exposição oral, algumas vezes com o apoio de auxiliares gráficos e audiovisuais de ensino, tendo em conta a necessidade de transmitir uma base de informações que servem de introdução teórica. As aulas práticas são uma componente fundamental do desenvolvimento da unidade curricular, procurando responder a uma tripla função: acompanhar e prolongar as reflexões feitas durante a aula teórica precedente, esclarecendo os alunos sobre alguns aspectos mais complexos; fazer a aplicação de alguns conteúdos e conceitos apresentados nas aulas teóricas através da resolução de fichas de trabalho em grupo; exercitar a competência de análise crítica e interpretação de textos científicos sobre as matérias tratadas. A opção por pequenos trabalhos de aplicação permite operacionalizar as relações entre

matérias e, simultaneamente, familiarizar os estudantes com a investigação empírica realizada. A aposta num contrato de formação concretiza-se no compromisso de uma participação activa na preparação prévia das aulas práticas por intermédio do estudo individual dos textos incluídos numa antologia de textos. O estudo individual é depois confrontado por uma discussão em grupo que se corporiza na resposta a uma ficha de trabalho preparada para cada uma das aulas práticas. Estes trabalhos de aplicação servem também como um modo de avaliação formativa e têm por referência os objectivos mínimos da disciplina. Promovem-se ainda dispositivos pedagógicos como os debates e a realização de mesas redondas.

A antologia de textos agrupa cerca de uma quinzena de textos tematicamente organizados que prolongam o tratamento das matérias introduzidas nas aulas teóricas e servem de referência à avaliação feita através de dois testes presenciais

6.2.1.8. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.

The structure of the content is organized around a chain of themes and subthemes that are devoted to each subject three theoretical and three practical classes. The remaining three lectures: one is reserved for moments of synthesis and transition to the following themes and two lessons devoted to evaluation. Despite the separation time of theoretical and practical classes and different usage of each of these spaces, we can not conclude that they are developed according to the logic of tight formation. On the contrary, the curricular unit try that the two records be defiled, deleting the traditional division between exposure and application that gave rise to the format of academic schedules. The theoretical and practical classes appeal to a broad spectrum of methods and teaching techniques, considering the characteristics for the purpose and specific objectives of each theme and overall design of the course.

In the theoretical lectures appeals predominantly to oral methods, sometimes with the support of auxiliary graphics and audio-visual education, taking into account the need to transmit an information base to serve as a theoretical introduction.

The practical classes are a key component of the development of the course, trying to answer a triple function: to monitor and extend the reflections made during the preceding lecture, clarifying the students of more complex aspects, making use of some content and concepts presented in lectures by solving worksheets in groups; exercising the powers of critical analysis and interpretation of scientific papers on the subjects treated. The option for small worksheets allows the relationship between operational matters and simultaneously familiarizes students with empirical research. The student must be committed to active participation in practical classes with prior preparation through individual study of the texts included in an anthology of texts. Individual study is then confronted by a group discussion that embodies in response to a worksheet prepared for each of the practical classes. These works also serve as an application method of formative assessment by reference and are the minimum objectives of the discipline. It also promotes pedagogical devices such as debate and round tables. The anthology brings together texts about fifteen thematically organized texts that extend the treatment of the material introduced in lectures and serve as a reference to the assessment made by two classroom tests.

6.2.1.9. Bibliografia principal:

Ariès, P.(1960). L'enfant et la vie familiale sous l'Ancien Régime. Paris: Plon.

Beillerot, J.(1982). La société pédagogique: action pédagogique et contrôle social. Paris: PUF.

Carvalho, R.(1986). História do ensino em Portugal desde a fundação da nacionalidade até o fim do regime de Salazar-Caetano. Lisboa: FCG.

Eliás, N.(1989). O Processo Civilizacional (1º vol.). Lisboa: D. Quixote.

Foucault, M.(1993). Vigiar e punir. Petrópolis: Vozes.

Gomes, R.(1991). Poder e Saber sobre o Corpo. A Educação Física no Estado Novo (1936-1945). Boletim SPEF, 2-3, 109-136.

Gomes, R.(2008). Habeas Corpus. In David Rodrigues (Org.) Os Valores e as Atividades Corporais. São Paulo: Summus Editorial, 147-178.

Nóvoa, A. (Dir.)(2004). Dicionário de educadores portugueses. Porto: Asa.

Weber, M.(2001). A ética protestante e o espírito do capitalismo. Lisboa: Ed. Presença.

Mapa IX - Sociologia da Educação / Sociology of Education

6.2.1.1. Unidade curricular:

Sociologia da Educação / Sociology of Education

6.2.1.2. Docente responsável e respectivas horas de contacto na unidade curricular (preencher o nome completo):

Rui Adelino Machado Gomes - Diurno: T22,5 + Pós-laboral: T30 (Total: 52,5)

6.2.1.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:

Liliana Rosa Dias Figueiredo de Almeida Moreira - Diurno: TP45 + Pós-laboral: TP33,8 (Total: 78,8)

6.2.1.3. Other academic staff and lecturing load in the curricular unit:

Liliana Rosa Dias Figueiredo de Almeida Moreira - Daytime: TP45 + After working hours: TP33,8 (Total: 78,8)

- 6.2.1.4. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):**
- Analisar os fenómenos sociais segundo o princípio metodológico de compreender e explicar o social pelo social;*
 - Desenvolver o carácter relacional do conhecimento científico em ruptura com as representações espontâneas sobre a sociedade;*
 - Desenvolver o espírito crítico por intermédio do gosto pelo exercício crítico da razão científica;*
 - Desenvolver problemas de pesquisa sobre situações educativas concretas;*
 - Incrementar a interdisciplinariedade pela exercitação da relação entre dimensões de natureza social, cultural e económica.*
 - Compreender a génese da escola de massas em Portugal, integrando-a no processo de globalização dos sistemas educativos mundiais.*
 - Conhecer as teorias e os modelos de análise das desigualdades sociais e das desigualdades escolares.*
 - Analisar o currículo escolar como forma selectiva e arbitrária de regulação cultural.*
 - Relacionar a cultura escolar com as culturas juvenis e o mercado de trabalho.*

6.2.1.4. Learning outcomes of the curricular unit:

- Analyze social phenomena according to the methodological principle understanding and explain the social by social;*
- Developing the relational nature of scientific knowledge in rupture with the spontaneous representation on society;*
- Develop critical thinking through the continuous critical exercise of scientific reason;*
- Develop research problems on concrete educational situations;*
- Enhance interdisciplinary through the practice of relate social, cultural and economic dimensions;*
- Understanding the origins of mass schooling in Portugal, integrating it in the process of globalization of education systems worldwide;*
- Knowing the theories and models of analysis of social and educational inequalities;*
- Analyze the school curriculum as a selective and arbitrary cultural adjustment;*
- Linking school culture with the youth culture and the labor market.*

6.2.1.5. Conteúdos programáticos:

Tema I – A Escola portuguesa e a globalização da escola de massas

- Génese da escola de massas*
- A escola de massas em Portugal*
- O caso do Ensino Secundário Unificado*

Tema II – Escolarização e sistema social

- Da procura optimista à procura desencantada de educação: o insucesso escolar e as desigualdades sociais face à educação*
- O género: vantagens femininas no contexto escolar e vantagens masculinas no sistema de emprego*
- A etnia: a imigração, o etnocentrismo e o multiculturalismo*
- Desigualdades sociais e desigualdades escolares: o caso da avaliação.*

Tema III – Educação e cultura

- O currículo como violência simbólica*
- Alta cultura, cultura popular, cultura de massas e cultura escolar*
- O estatuto contemporâneo do corpo e da Educação Física*

Tema IV – Escola, trabalho e culturas juvenis

- Escolarização e sistema económico: relações não lineares*
- Da escola ao trabalho: as trajectórias para a vida adulta*
- As culturas de juventude e a transição para a vida adulta*

6.2.1.5. Syllabus:

Topic I – The Portuguese School and the globalization of mass schooling

- Genesis of mass schooling*
- Mass schooling in Portugal*
- The case of the Unified Secondary Education*

Topic II – Schooling and social system

- From optimistic demand till the disenchanting education: school failure and social inequalities in the face of education*
- Gender: female advantage in school context and male advantage in labor system.*
- Ethnicity: immigration, ethnocentrism and multiculturalism*
- School inequalities and social inequalities: the case of the evaluation.*

Topic III – Education and Culture

- The curriculum as symbolic violence*
- High culture, popular culture, mass culture and school culture.*
- The contemporary status of the body and Physical Education*

Topic IV – School, labor and youth cultures

1. **Schooling and economic system: non-linear relations**
2. **From school to labor: trajectories to adulthood**
3. **The culture of youth and the transition to adulthood**

6.2.1.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular.

Os conteúdos programáticos derivam directamente dos objectivos gerais e específicos da disciplina. A cada subtema da disciplina corresponde um objectivo específico e estes, por sua vez, derivam dos objectivos gerais. As unidades temáticas são abordadas de forma sequencial e estruturada de modo a constituírem um ponto de entrada para incorporar diferentes níveis de análise e as contribuições teóricas dos autores mais relevantes no âmbito da Sociologia da Educação. Não se tratando de uma disciplina instrumental não se estranhará o plano secundário em que se situam os domínios mais relacionados com a intervenção, optando-se pelo predomínio da reflexividade. Ainda assim, recorre-se ao confronto permanente entre as reflexões conceptuais e as expectativas de intervenção profissional dos futuros professores.

6.2.1.6. Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's objectives.

The learning contents derived directly from the general and specific objectives of the discipline. Each sub-theme of the course corresponds to a specific purpose and these, in turn, derive from general objectives. The thematic units are addressed in sequence and structure in order to constitute an entry point to incorporate different levels of analysis and the theoretical contributions of the most important authors in Sociology of Education. Since it is not an instrumental discipline it is understandable the secondary level which is the areas most related to the intervention, opting for the predominance of reflexivity. Still, it uses a regular confrontation between the conceptual considerations and expectations of future teachers of professional intervention.

6.2.1.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

Aulas teóricas expositivas com recurso ao diálogo socrático.

Aulas práticas de trabalho em grupo e resolução de fichas de trabalho.

Leitura individual e discussão orientada de textos de leitura obrigatória.

A disciplina pode ser realizada por avaliação contínua ou por exame.

O processo de avaliação contínua concretiza-se através de dois testes e quatro fichas de trabalho, sendo a nota final obtida a partir da sua média ponderada:

1) Dois testes escritos (25%x2);

2) Resolução em grupo de 4 fichas de trabalho nas aulas práticas (12,5%x4). Os grupos serão constituídos por um limite máximo de 4 alunos.

A opção pelo regime de avaliação contínua pressupõe quatro requisitos:

a) O mínimo de 75% de presenças nas aulas teóricas e nas aulas práticas;

b) A realização de todos os elementos de avaliação previstos;

c) A obtenção de uma nota mínima de 7,5 em cada elemento de avaliação;

d) A obtenção de uma média ponderada final não inferior a 10.

A avaliação final tem duas épocas de exame.

6.2.1.7. Teaching methodologies (including evaluation):

Lectures with use of the socratic dialogue.

Practical lessons of teamwork and resolution worksheets.

Individual reading and guided discussion of required reading texts.

The course can be accomplished by continuous assessment or examination.

The continuous assessment process is achieved through two tests and four worksheets, and the final grade obtained from their weighted average:

1) Two written texts (25%x2);

2) Resolution in a group of four worksheets in practical classes (12,5%x4). The groups will consist of a maximum of 4 students.

The option for continuous assessment system requires four requirements:

a) The minimum 75% attendance in lectures and practical classes;

b) The realization of all the elements of evaluation requirements;

c) Achieving a minimum score of 7.5 in each element of assessment;

d) Obtaining a final weighted average not less than 10.

The final evaluation has two exam periods.

6.2.1.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade curricular.

A estrutura dos conteúdos organiza-se segundo um encadeamento de temas e subtemas em que a cada tema são dedicadas três aulas teóricas e três aulas práticas. Das três aulas teóricas restantes, uma delas é reservada a momentos de síntese e de transição para as temáticas seguintes e duas aulas dedicadas à avaliação. Não obstante a separação do tempo das aulas teóricas e práticas e do uso diferenciado de cada um desses espaços, não se pode concluir que eles se desenvolvam segundo lógicas de formação estanques. Procura-se, pelo contrário, que

os dois registos se contaminem, fugindo assim à tradicional divisão entre exposição e aplicação que está na origem do formato dos horários académicos.

As aulas teóricas e práticas recorrem a um espectro alargado de métodos e de técnicas pedagógicas, considerando para o efeito as características e os objectivos específicos de cada tema e a concepção global da unidade curricular. Nas aulas teóricas recorre-se predominantemente a métodos de exposição oral, algumas vezes com o apoio de auxiliares gráficos e audiovisuais de ensino, tendo em conta a necessidade de transmitir uma base de informações que servem de introdução teórica. As aulas práticas são uma componente fundamental do desenvolvimento da unidade curricular, procurando responder a uma tripla função: acompanhar e prolongar as reflexões feitas durante a aula teórica precedente, esclarecendo os alunos sobre alguns aspectos mais complexos; fazer a aplicação de alguns conteúdos e conceitos apresentados nas aulas teóricas através da resolução de fichas de trabalho em grupo; exercitar a competência de análise crítica e interpretação de textos científicos sobre as matérias tratadas. A opção por pequenos trabalhos de aplicação permite operacionalizar as relações entre matérias e, simultaneamente, familiarizar os estudantes com a investigação empírica realizada. A aposta num contrato de formação concretiza-se no compromisso de uma participação activa na preparação prévia das aulas práticas por intermédio do estudo individual dos textos incluídos numa antologia de textos. O estudo individual é depois confrontado por uma discussão em grupo que se corporiza na resposta a uma ficha de trabalho preparada para cada uma das aulas práticas. Estes trabalhos de aplicação servem também como um modo de avaliação formativa e têm por referência os objectivos mínimos da disciplina. Promovem-se ainda dispositivos pedagógicos como os debates e a realização de mesas redondas.

A antologia de textos agrupa cerca de uma quinzena de textos tematicamente organizados que prolongam o tratamento das matérias introduzidas nas aulas teóricas e servem de referência à avaliação feita através de dois testes presenciais.

6.2.1.8. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.

The structure of the content is organized around a chain of themes and subthemes that are devoted to each subject three theoretical and three practical classes. The remaining three lectures: one is reserved for moments of synthesis and transition to the following themes and two lessons devoted to evaluation. Despite the separation time of theoretical and practical classes and different usage of each of these spaces, we can not conclude that they are developed according to the logic of tight formation. On the contrary, the curricular unit try that the two records be defiled, deleting the traditional division between exposure and application that gave rise to the format of academic schedules. The theoretical and practical classes appeal to a broad spectrum of methods and teaching techniques, considering the characteristics for the purpose and specific objectives of each theme and overall design of the course.

In the theoretical lectures appeals predominantly to oral methods, sometimes with the support of auxiliary graphics and audio-visual education, taking into account the need to transmit an information base to serve as a theoretical introduction.

The practical classes are a key component of the development of the course, trying to answer a triple function: to monitor and extend the reflections made during the preceding lecture, clarifying the students of more complex aspects, making use of some content and concepts presented in lectures by solving worksheets in groups; exercising the powers of critical analysis and interpretation of scientific papers on the subjects treated. The option for small worksheets allows the relationship between operational matters and simultaneously familiarizes students with empirical research. The student must be committed to active participation in practical classes with prior preparation through individual study of the texts included in an anthology of texts. Individual study is then confronted by a group discussion that embodies in response to a worksheet prepared for each of the practical classes. These works also serve as an application method of formative assessment by reference and are the minimum objectives of the discipline. It also promotes pedagogical devices such as debate and round tables. The anthology brings together texts about fifteen thematically organized texts that extend the treatment of the material introduced in lectures and serve as a reference to the assessment made by two classroom tests.

6.2.1.9. Bibliografia principal:

BENAVENTE, A., CAMPICHE, J., SEBASTIÃO, J., SEABRA, T.(1994). Renunciar à escola. O abandono escolar no ensino básico. Lisboa: Fim de Século.

BOUDON, R.(1990). Dicionário de Sociologia. Lisboa: Publ. D. Quixote.

CABRAL, M.V., PAIS, J.M.(1998). Jovens portugueses de hoje. Oeiras: Celta.

CORREIA, J.A.(1998). Para uma Teoria Crítica da Educação. Porto: Porto Editora

GOMES, R.(1993). Culturas de Escola e Identidades dos Professores. Lisboa: Educa.

GOMES, R.(2001). A Globalização da Escola de Massas: Perspectivas Institucionalistas e Genealógicas. Revista Crítica de Ciências Sociais, 61, 135-167.

GOMES, R.(2005). O Governo da Educação em Portugal. Coimbra: Imprensa da Universidade.

GRÁCIO, S. (1997). Dinâmicas de escolarização e das oportunidades sociais. Lisboa.

MAGALHÃES, A.M.(1998). A escola na transição pós-moderna. Lisboa: IIE.

PINTO, M.C.A.(1995). Sociologia da Escola. Lisboa: McGraw-Hill.

Mapa IX - Fisiologia Geral I / General Physiology I

6.2.1.1. Unidade curricular:

Fisiologia Geral I / General Physiology I

- 6.2.1.2. Docente responsável e respectivas horas de contacto na unidade curricular (preencher o nome completo):**
Paula Cristina Vaz Bernardo Tavares - Diurno: T22,5 + Pós-laboral: T30 + TP33,8 (Total:86,3)
- 6.2.1.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:**
Gustavo Nuno de Jesus Pinto Fontes Ribeiro - Diurno: TP67,5 (Total: 67,5)
- 6.2.1.3. Other academic staff and lecturing load in the curricular unit:**
Gustavo Nuno de Jesus Pinto Fontes Ribeiro - Daytime: TP67,5 (Total: 67,5)
- 6.2.1.4. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):**
A unidade curricular de Fisiologia Geral I é um primeiro contacto com as bases de funcionamento do corpo humano, sendo a base de conhecimentos fundamentais para unidades curriculares complementares como a Fisiologia do Exercício, Bioquímica do Exercício e biomecânica, entre outras. Os alunos devem ter adquirido conhecimentos sobre os princípios básicos da Fisiologia humana, tendo como conhecimentos mínimos obrigatórios: Principais componentes do corpo humano, principalmente da célula e suas implicações no mecanismo de homeostase; Mecanismo de transporte através da membrana celular. Conceito de gene, código genético e suas implicações fisiológicas. Mecanismos biofísicos da membrana: potencial de acção; Acoplamento estímulo-contracção no músculo esquelético; Vias das sensibilidades e suas implicações na acção motora; Compreensão das vias motoras. Funções nervosas superiores.
- 6.2.1.4. Learning outcomes of the curricular unit:**
*The curriculum unit of General Physiology II is continuation of General Physiology I (semester I) continuing with basic knowledge of the functioning of the human body.
In curricular unit of General Physiology II intended that students acquire knowledge about the functioning of the main human body systems.
The curricular unity of General Physiology II must still aim to provide fundamental knowledge of additional curricular units connection such as exercise physiology, Biochemistry of exercise and biomechanics, among others.*
- 6.2.1.5. Conteúdos programáticos:**
Introdução à fisiologia. Homeostase e mecanismo de retrocontrolo. Órgãos e sistemas, compartimentos corporais Composição química do corpo. Mecanismos energéticos. Estrutura celular. Componentes das células e suas funções na regulação fisiológica. O núcleo e o controlo genético. Expressão genética. Síntese e libertação de proteínas. Mecanismos de transporte através da membrana. Potencial de membrana. Sistema nervoso; neurónios e sinapses. Fenómenos biofísicos da célula e condução do impulso nervoso. classificação dos neurónios. O sistema nervoso central. Sistema nervoso autónomo; Sistema nervoso simpático e parassimpático. Conceito de receptor, neurotransmissor e neuromodulador. Músculo liso e estriado: diferenças e semelhanças. Mecanismos da contracção do músculo esquelético. Controlo neuronal da contracção do músculo esquelético. Reflexos e tipos de fibras musculares. Fisiologia sensorial. Receptores sensoriais. Vias das sensibilidades Funções nervosas superiores.
- 6.2.1.5. Syllabus:**
Introduction to endocrinology. The pituitary gland and its hormones. Thyroid and parathyroid gland. The adrenal gland and cortical hormones. The Pancreas and the role of hormones associated with it. Digestive system. Neuronal and endocrine regulation. Regulation of metabolism. Energy metabolism and nutrients. Circulatory system. The heart and circulation. The heart muscle and its comparison with the skeletal muscle. The heart. Electrical activity of the heart and ECG. The valves and the heart sounds. Cardiac output and blood flow The blood vessels. The blood pressure. Hormonal and neuronal control. The blood and tissue defence mechanisms against inflammation, the immune system. Haemostasis and Thrombosis. Respiratory system. Ventilation and breathing mechanisms. Gas exchange. Neuronal regulation of the respiratory system. Kidney physiology. Control electrolyte and acid base balance promoted by the kidney. Action of the renal metabolism of the control blood pressure.
- 6.2.1.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular.**
A coerência é demonstrada pelas respostas aos inquéritos SGQP (Sistema de Gestão da Qualidade Pedagógica) da Universidade de Coimbra, preenchidos por todos os estudantes. Nos resultados podem observar-se sempre valores superiores a 3.6 numa escala de 1 a 5: [i] Apreciação global da qualidade do docente no processo de ensino/aprendizagem; [ii] Disponibilidade do docente para interagir com os estudantes, os apoiar e fomentar a auto-aprendizagem; [iii] Clareza na exposição da matéria e na resposta às questões [iv] Consonância com o programa e os objetivos da unidade curricular; [v] Adequação da quantidade de informação apresentada nas aulas ao tempo disponível ; [vi] Fomento do envolvimento ativo e crítico dos estudantes na aula; [vii] Fomento da auto-aprendizagem dos estudantes fora das aulas; [viii] Disponibilidade para o esclarecimento de dúvidas fora das

aulas.

6.2.1.6. Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's objectives.

Coherence is demonstrated by the SGQP (System of Management of the Pedagogic Quality) . Results were always ≥ 3.6 in scale that ranged 1-5: [i] Global analysis of the teacher quality in the learning process; [ii] Availability of the teacher to interact with students, and support self-learning; [iii] Clarity to teach and to answer students questions; [iv] Relationship between program and objectives of the curricular unit; [v] Suitability between quantity of information and time of the lessons; [vi] Active and critical encouragement of the students in the lessons; [vii] Self-learning encouragement beyond the lessons; [viii] Availability of teachers to clarify any doubts beyond the lessons.

6.2.1.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

Método de ensino presencial com aulas expositivas, a que acresce uma componente de aprendizagem baseada na resolução de problemas e apresentação de trabalhos. A unidade curricular de Fisiologia Geral I tem duas componentes: uma teórica outra teórico-prática. A classificação final é obtida pela média das duas componentes: 50% Teórica + 50% teórico-prática. Para obter aprovação á unidade curricular o aluno deverá ter classificação $\geq 9,5$ valores em cada uma das componentes (Teórica e Teórico-prática). A avaliação teórica é realizada através de testes de avaliação intercalares realizados durante as aulas. A avaliação teórica final é calculada pela média aritmética dos testes. A classificação mínima para ser admitido ao teste seguinte é de 8,5 valores. A componente teórico-prática é avaliada de forma contínua e exige a presença a 75% das aulas. A frequência das aulas teórico-práticas é obrigatória.

6.2.1.7. Teaching methodologies (including evaluation):

Face-to-face teaching method with class lectures, plus a learning component based on problem solving (PBL) as well as presentation of works.

The curriculum unit of General Physiology I has two components: a theoretical-practice theoretical another. The final ranking is obtained by taking the average of the two components: 50 % Theoretical plus 50% theoretical-practice. To obtain approval to curriculum unit the student should have rating ≥ 9.5 values in each one of the components (theoretical and theoretical-practice). The theoretical evaluation is performed through evaluation tests conducted during the lessons. The final theoretical evaluation is calculated by the arithmetic mean of the tests. The minimum rating to be admitted to the next test is 8.5 values. The theoretical-practical component is evaluated on an ongoing basis and requires the presence to 75% of the classes. The frequency of theoretical-practical lessons is compulsory.

6.2.1.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade curricular.

A coerência é demonstrada pelas respostas aos inquéritos SGQP da Universidade de Coimbra, preenchidos por todos os estudantes. Nos resultados referentes à unidade curricular foram sempre observados valores superiores a 3.6 numa escala de 1 a 5: [1] Adequação e disponibilidade da bibliografia e outros elementos de apoio à aprendizagem: 3,6; [2] Apreciação média global da qualidade das aprendizagem: 4.0; Perceção dos estudantes sobre os resultados da aprendizagem que conseguiram alcançar: 3,8; [3] Clareza dos programas, objetivos pedagógicos e critérios da avaliação: 4,2; [4] Não sobreposição de conteúdos com outras unidades curriculares: 3.7; [5] Clareza e adequação dos métodos e critérios de avaliação: 4.1; [6] Boa articulação entre matérias teóricas e práticas: 4.0; [7] Adequação do número de estudantes por turma: 4.1; [8] Perceção dos estudantes sobre a sua participação ativa nos processos de aprendizagem: 3.8; [9] Perceção dos estudantes sobre o desenvolvimento de competências de análise e reflexão crítica: 3.8; [10] Apreciação global dos estudantes sobre a sua própria prestação: 3.9. A adequação da carga de esforço é considerada adequada [72%].

6.2.1.8. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.

Coherence is demonstrated by the SGQP (System of Management of the Pedagogic Quality). Results about curricular units were always positive [≥ 3.7 in the a scale ranged from 1 to 5] on the following intems: [1] Global mean appreciation about learning quality; [2] Students perceptions about results they obtained: 4.0; [3] Program clarity, pedagogical objectives, and criteria of evaluation: 4.0; [4] Clarity and suitability of methods and criteria of evaluation: 4.2; [5] Suitability between theoretical and practical subjects: 4.0; [6] Students perception about their own active participation in the learning processes; [7] Students perception about development of competences of critical analysis: 4.0; [8] Suitability of effort was considered adequate [60%].

6.2.1.9. Bibliografia principal:

- [1] Widmaier EP, Raff H, Strang KT. *Vander's Human Physiology - The mechanisms of body function*. 12ed, McGraw-Hill, 2011 (livro de referência).
- [2] Ganong WF. *Fisiologia Médica, Lang (McGraw-Hill) 22ed, 2007*
- [3] Seeley RR, Stephens TD, Tate P. *Anatomia e Fisiologia, Lusodidática, 2007, 6ªed*

Mapa IX - Fisiologia Geral II / General Physiology II**6.2.1.1. Unidade curricular:***Fisiologia Geral II / General Physiology II***6.2.1.2. Docente responsável e respectivas horas de contacto na unidade curricular (preencher o nome completo):***Paula Cristina Vaz Bernardo Tavares - Diurno: T22,5 + Pós-laboral: T30 + TP33,8 (Total:86,3)***6.2.1.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:***Gustavo Nuno de Jesus Pinto Fontes Ribeiro - Diurno: TP 67,5 (Total:67,5)***6.2.1.3. Other academic staff and lecturing load in the curricular unit:***Gustavo Nuno de Jesus Pinto Fontes Ribeiro - Daytime: TP67,5 (Total: 67,5)***6.2.1.4. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):***A unidade curricular de Fisiologia Geral II é continuação da Fisiologia Geral I (semestre I) continuando com conhecimentos básicos de funcionamento do corpo humano.**Na unidade curricular de Fisiologia Geral II pretende-se que os estudantes adquiram conhecimento sobre o funcionamento dos principais sistema do corpo humano.**As unidades curriculares de Fisiologia Geral têm ainda como objectivo fornecer os conhecimentos fundamentais de ligação a unidades curriculares complementares como a Fisiologia do Exercício, Bioquímica do Exercício e biomecânica, entre outras.***6.2.1.4. Learning outcomes of the curricular unit:***The curriculum unit of General Physiology II is continuation of General Physiology I (semester I) continuing with basic knowledge of the functioning of the human body.**In curricular unit of General Physiology II intended that students acquire knowledge about the functioning of the main human body systems.**The curricular unity of General Physiology II must still aim to provide fundamental knowledge of additional curricular units connection such as exercise physiology, Biochemistry of exercise and biomechanics, among others.***6.2.1.5. Conteúdos programáticos:***Glândula tiróide e paratiroide. A glândula suprarrenal e as hormonas corticais. O Pâncreas e o papel das hormonas a ele associadas. Sistema digestivo. Regulação endócrina e neuronal. Regulação do metabolismo. Metabolismo energético e nutrientes. Sistema circulatório. O coração e a circulação. O músculo cardíaco e sua comparação com o músculo esquelético. O coração. Actividade eléctrica do coração e electrocardiograma. As válvulas e os sons cardíacos. Débito cardíaco e fluxo sanguíneo. Os vasos sanguíneos. A pressão arterial. Controlo hormonal e neuronal. O tecido sanguíneo e os mecanismos de defesa contra a inflamação; o sistema imunitário. Hemostase e Trombose. Sistema respiratório. Ventilação e mecanismos da respiração. Trocas gasosas. Regulação neuronal do sistema respiratório. Fisiologia do rim. Estrutura e função. Filtração glomerular. Depuração renal. Controlo electrolítico e balanço ácido base promovido pelo rim. Acção do metabolismo renal no controlo da Pressão arterial.***6.2.1.5. Syllabus:***Introduction to endocrinology. The pituitary gland and its hormones. Thyroid and parathyroid gland. The adrenal gland and cortical hormones. The Pancreas and the role of hormones associated with it. Digestive system. Neuronal and endocrine regulation. Regulation of metabolism. Energy metabolism and nutrients. Circulatory system. The heart and circulation. The heart muscle and its comparison with the skeletal muscle. The heart. Electrical activity of the heart and ECG. The valves and the heart sounds. Cardiac output and blood flow The blood vessels. The blood pressure. Hormonal and neuronal control. The blood and tissue defence mechanisms against inflammation, the immune system. Haemostasis and Thrombosis. Respiratory system. Ventilation and breathing mechanisms. Gas exchange. Neuronal regulation of the respiratory system. Kidney physiology. Control electrolyte and acid base balance promoted by the kidney. Action of the renal metabolism of the control blood pressure.***6.2.1.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular.***A coerência é demonstrada pelas respostas aos inquéritos SGQP (Sistema de Gestão da Qualidade Pedagógica) da Universidade de Coimbra, preenchidos por todos os estudantes. Nos resultados podem observar-se sempre valores superiores a 3.6 numa escala de 1 a 5: [i] Apreciação global da qualidade do docente no processo de ensino/aprendizagem; [ii] Disponibilidade do docente para interagir com os estudantes, os apoiar e fomentar a auto-aprendizagem; [iii] Clareza na exposição da matéria e na resposta às questões [iv] Consonância com o programa e os objetivos da unidade curricular; [v] Adequação da quantidade de informação apresentada nas aulas ao tempo disponível ; [vi] Fomento do envolvimento ativo e crítico dos estudantes na aula; [vii] Fomento da auto-aprendizagem dos estudantes fora das aulas; [viii] Disponibilidade para o esclarecimento de dúvidas fora das*

aulas

6.2.1.6. Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's objectives.

Coherence is demonstrated by the SGQP (System of Management of the Pedagogic Quality) . Results were always ≥ 3.6 in scale that ranged 1-5: [i] Global analysis of the teacher quality in the learning process; [ii] Availability of the teacher to interact with students, and support self-learning; [iii] Clarity to teach and to answer students questions; [iv] Relationship between program and objectives of the curricular unit; [v] Suitability between quantity of information and time of the lessons; [vi] Active and critical encouragement of the students in the lessons; [vii] Self-learning encouragement beyond the lessons; [viii] Availability of teachers to clarify any doubts beyond the lessons.

6.2.1.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

Método de ensino presencial com aulas expositivas, a que acresce uma componente de aprendizagem baseada na resolução de problemas e apresentação de trabalhos. A unidade curricular de Fisiologia Geral I tem duas componentes: uma teórica outra teórico-prática. A classificação final é obtida pela média das duas componentes: 50% Teórica + 50% teórico-prática. Para obter aprovação á unidade curricular o aluno deverá ter classificação $\geq 9,5$ valores em cada uma das componentes (Teórica e Teórico-prática). A avaliação teórica é realizada através de testes de avaliação intercalares realizados durante as aulas. A avaliação teórica final é calculada pela média aritmética dos testes. A classificação mínima para ser admitido ao teste seguinte é de 8,5 valores. A componente teórico-prática é avaliada de forma contínua e exige a presença a 75% das aulas. A frequência das aulas teórico-práticas é obrigatória.

6.2.1.7. Teaching methodologies (including evaluation):

Face-to-face teaching method with class lectures, plus a learning component based on problem solving (PBL) as well as presentation of works.

The curriculum unit of General Physiology I has two components: a theoretical-practice theoretical another. The final ranking is obtained by taking the average of the two components: 50 % Theoretical plus 50% theoretical-practice. To obtain approval to curriculum unit the student should have rating ≥ 9.5 values in each one of the components (theoretical and theoretical-practice). The theoretical evaluation is performed through evaluation tests conducted during the lessons. The final theoretical evaluation is calculated by the arithmetic mean of the tests. The minimum rating to be admitted to the next test is 8.5 values. The theoretical-practical component is evaluated on an ongoing basis and requires the presence to 75% of the classes. The frequency of theoretical-practical lessons is compulsory

6.2.1.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade curricular.

A coerência é demonstrada pelas respostas aos inquéritos SGQP (Sistema de Gestão da Qualidade Pedagógica) da Universidade de Coimbra, preenchidos por todos os estudantes. Nos resultados referentes à unidade curricular foram sempre observados valores superiores a 3.7 numa escala de 1 a 5: [1] Adequação e disponibilidade da bibliografia e outros elementos de apoio à aprendizagem 3,9; [2] Apreciação média global da qualidade das aprendizagens: 4.1; Perceção dos estudantes sobre os resultados da aprendizagem que conseguiram alcançar: 4,0; [3] Clareza dos programas, objetivos pedagógicos e critérios da avaliação: 4,2; [4] Não sobreposição de conteúdos com outras unidades curriculares: 4.1; [5] Clareza e adequação dos métodos e critérios de avaliação: 4.2; [6] Boa articulação entre matérias teóricas e práticas: 4.0; [7] Adequação do número de estudantes por turma: 3.7; [8] Perceção dos estudantes sobre a sua participação ativa nos processos de aprendizagem: 4.1; [9] Perceção dos estudantes sobre o desenvolvimento de competências de análise e reflexão crítica: 4.0; [10] Apreciação global dos estudantes sobre a sua própria prestação: 4.0. A adequação da carga de esforço é considerada adequada [60%].

6.2.1.8. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.

Coherence is demonstrated by the SGQP (System of Management of the Pedagogic Quality). Results about curricular units were always positive [≥ 3.7 in the a scale ranged from 1 to 5] on the following intems: [1] Global mean appreciation about learning quality; [2] Students perceptions about results they obtained: 4.0; [3] Program clarity, pedagogical objectives, and criteria of evaluation: 4.0; [4] Clarity and suitability of methods and criteria of evaluation: 4.2; [5] Suitability between theoretical and practical subjects: 4.0; [6] Students perception about their own active participation in the learning processes; [7] Students perception about development of competences of critical analysis: 4.0; [8] Suitability of effort was considered adequate [60%].

6.2.1.9. Bibliografia principal:

- [1] Widmaier EP, Raff H, Strang KT. Vander's Human Physiology - The mechanisms of body function. 12ed, McGraw-Hill, 2011 (livro de referência).
- [2] Ganong WF. Fisiologia Médica, Lang (McGraw-Hill) 22ed, 2007
- [3] Seeley RR, Stephens TD, Tate P. Anatomia e Fisiologia, Lusodidática, 2007, 6ªed

Mapa IX - Estudos Práticos III - Andebol / Practical Studies III - Handball**6.2.1.1. Unidade curricular:***Estudos Práticos III - Andebol / Practical Studies III - Handball***6.2.1.2. Docente responsável e respectivas horas de contacto na unidade curricular (preencher o nome completo):***João Alberto Valente dos Santos - Diurno: TP90 + Pós-laboral: TP30 (Total: 120)***6.2.1.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:***Não existem.***6.2.1.3. Other academic staff and lecturing load in the curricular unit:***Does not exist.***6.2.1.4. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):***Objectivos: [1] Conhecer e dominar os saberes de base associados aos conteúdos pedagógicos e didácticos do Andebol; [2] Adquirir capacidade de execução e estruturação das técnicas e táticas (individuais e colectivas) de carácter elementar; [3] Identificar o conjunto de conteúdos básicos de ensino do jogo e estruturar situações de superação e progressão em ambiente de treino ou escolar; [4] Reflectir sobre as práticas lectivas; [5] Perspectivar acções práticas de intervenção, tendo por base o Andebol.**Competências: Pessoais - [a] Capacidade de análise e de síntese; [b] Habilidades de manipulação de informação (capacidade para recolher, recuperar e analisar informações de diferentes fontes); [c] capacidade de resolver problemas. Interpessoais – [a] Capacidade de liderar grupos de trabalho; [b] Capacidade de trabalhar em equipas interdisciplinares; Sistémicas – [a] Capacidade de auto-aprendizagem; [b] Capacidade de aplicar o conhecimento na prática***6.2.1.4. Learning outcomes of the curricular unit:***Objectives: [1] Identify the basic knowledge associated with the pedagogical and didactic contents of the sport; [2] Acquire the capacity for applying the technical and tactical (individual and collective) contents; [3] Identify the basic set of contents of the game; [4] Reflect on teaching practices, drawing on the resources available to the personal and professional development; [5] Induce practical actions, based on sport specific interventions.**Personal skills: [a] Ability of analysis and synthesis; [b] Information handling skills (ability to collect, retrieve and analyze information from different sources); [c] Ability to solve problems. Interpersonal skills: [a] Ability to lead working groups; [b] Ability to work in interdisciplinary teams; [c] Ability to act ethically in dilemmatic situations. Systemic skills: [a] Ability of self-learning; [b] Ability to apply knowledge in practice.***6.2.1.5. Conteúdos programáticos:***[1] Regras e Regulamento. [2] Terminologia e Simbologia. [3] Elementos Técnicos de Base (Técnica Individual Defensiva e Ofensiva): Posição (atitude) base defensiva; Deslocamentos; Controlo do adversário; Desarme do drible; Intercepção de bola; Posição base ofensiva; Pega e manejo da bola; Passe (ombro, picado e lateral); Recepção (alta e baixa); Drible de progressão; Drible de protecção; Remate (apoio, salto, suspensão). [4] Técnica e Tática Individual do Guarda-Redes. [5] Tática Individual/Grupo Defensiva e Ofensiva: Fintas; Ajudas defensivas; Passe e vai; Cruzamento; Trocas de marcação; Penetrações sucessivas; Bloqueios; Ecrãs; Saída do bloqueio; Bloco. [6] Abordagem Inicial ao Ensino do Jogo: Jogos adaptados e jogos pré-desportivos; Mini-Andebol (objectivos e adaptações, estratégias e condicionalismos). [7] Introdução às Fases do Jogo e aos Sistemas Formais de Jogo.***6.2.1.5. Syllabus:***[1] Rules and regulation. [2] Terminology and Symbols. [3] Basic technical elements (offensive and defensive individual technique): Defensive position (attitude); Offsets; Opponent's control; Dribble disarm; Ball interception; Offensive position; Grip and handling of the ball; Pass (shoulder, chopped and side); Reception (high and low); Dribble of progression; Dribble of protection; Shot. [4] Goalkeepers individual technique and tactics. [5] Offensive and defensive tactics. [6] Initial approach to the game: adapted games; Mini-Handball (aims and adaptations, strategies and constraints). [7] Introduction to stages of the game and the formal systems of game.***6.2.1.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular.***A coerência é demonstrada pelas respostas aos inquéritos SGQP (Sistema de Gestão da Qualidade Pedagógica) da Universidade de Coimbra. Nos resultados referentes às unidades curriculares podem observar-se os seguintes valores: [i] Apreciação média global da qualidade das aprendizagens – 4.3; [ii] Percepção dos estudantes sobre os resultados da aprendizagem que conseguiram alcançar – 4.3; [iii] Clareza dos programas, objectivos pedagógicos e critérios de avaliação – 4.2; [iv] Não sobreposição de conteúdos com outras unidades curriculares – 4.3; [v] Boa*

articulação entre matérias teóricas e práticas – 4.2; [vi] Percepção dos estudantes sobre a sua participação activa nos processos de aprendizagem – 4.4; [vii] Percepção dos estudantes sobre o desenvolvimento de competências de análise e reflexão crítica – 4.4

6.2.1.6. Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's objectives.

Questionnaires of the SGQP (System for the Management of Pedagogical Quality) that is being used at the University of Coimbra (scale 1-5). [i] Overall rating of the learning quality – 4.3; [ii] Perception of the students regarding the attained results – 4.3; [iii] Concise of the contents, pedagogic goals, evaluation criterion – 4.2; [iv] Non overlapping between contents of different disciplines – 4.3; [v] Management of theoretical and practical contents – 4.2; [vi] Perception of the students regarding their active participation in the teaching learning process – 4.4; [vii] Perception of the students regarding the development of competencies and critical thinking – 4.4.

6.2.1.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

Métodos de ensino: Tarefas de aprendizagem dirigidas pelo professor. Descoberta guiada das metodologias adequadas de intervenção pedagógica. Sessões expositivas em modelo de aula plenária.

Métodos de avaliação: Outras (a especificar):

- *Parâmetros de Impressão Geral (5%);*
- *Assiduidade (15%);*
- *Arbitragem e Regras (10%);*
- *Trabalho de Grupo (20%);*
- *Planificação* (10%) e Intervenção Pedagógica** (10%);*
- *Avaliação prática (30%).*

Nota final = [(Parâmetros de Impressão Geral x 0.05) + (Assiduidade x 0.15) + (Arbitragem e Regras x 0.10) + (Trabalho de Grupo x 0.20) + (Planificação x 0.10) + (Intervenção Pedagógica x 0.10) + (Avaliação prática x 0.30)]

** A planificação será concretizada através de um plano de aula elaborado em grupo. Este será constituído pelos mesmos elementos do "Trabalho de Grupo".*

*** A Intervenção Pedagógica será levada a cabo individualmente sem apoio dos colegas de grupo.*

6.2.1.7. Teaching methodologies (including evaluation):

Teaching methods: Learning tasks directed by the teacher. Guided discovery of appropriate methodologies of pedagogical interventions. Sessions lectures in plenary classroom model.

Evaluation methodology: Others (specify):

- *General impression parameter (5%);*
- *Attendance (15%);*
- *referee skills (10%);*
- *Group task (20%);*
- *Planning* (10%) and Pedagogical Intervention** (10%);*
- *Practical assessment (30%).*

Final grade = [(general impression parameter x 0.05) + (attendance x 0.15) + (referee skills x 0.10) + (group task x 0.20) + (planning x 0.10) + (pedagogical intervention x 0.10) + (practical assessment x 0.30)]

** The plan will be implemented through a lesson plan drawn up in the group. This shall comprise the same elements of "group work".*

*** The Pedagogical Intervention shall be carried out individually without support from members of the group. For each element will be selected randomly an exercise from lesson plan to organize and streamline.*

6.2.1.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade curricular.

A coerência é demonstrada pelas respostas aos inquéritos SGQP (Sistema de Gestão da Qualidade Pedagógica) da Universidade de Coimbra, variando entre 1 e 5: [i] Apreciação global da qualidade do docente no processo de ensino/aprendizagem – 4.3; [ii] Disponibilidade do docente para interagir com os estudantes, os apoiar e fomentar a auto-aprendizagem – 3.9; [iii] Clareza na exposição da matéria e na resposta às questões – 4.4 [iv] Consonância com o programa e os objectivos da unidade curricular – 4.4 [v] Adequação da quantidade de informação apresentada nas aulas ao tempo disponível – 4.3; [vi] Fomento do envolvimento activo e crítico dos estudantes na aula – 4.3; [vii] Fomento da auto-aprendizagem dos estudantes fora das aulas – 4.3; [viii] Disponibilidade para o esclarecimento de dúvidas fora das aulas – 4.3.

6.2.1.8. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.

Coherence is demonstrated by the SGQP (System of Management of the Pedagogic Quality) ranging from 1 to 5. Results about teachers were as follow: [i] Global analysis of the teacher quality in the learning process – 4.3; [ii]

Availability of the teacher to interact with students, and support self-learning – 3.9; [iii] Clarity to teach and to answer students questions – 4.4; [iv] Relationship between program and objectives of the curricular unit – 4.4; [v] Suitability between quantity of information and time of the lessons – 4.3; [vi] Active and critical encouragement of the students in the lessons – 4.3; [vii] Self-learning encouragement beyond the lessons – 4.3; [viii] Availability of teachers to clarify any doubts beyond the lessons – 4.3.

6.2.1.9. Bibliografia principal:

- Bota, I., & Pereira, A. (2003). Modelo e Preparação no Andebol. Lisboa: Instituto Piaget.*
- Carvalho, M. J. (2000). O Mini-Andebol e o seu contributo para a melhoria das competências sociais da criança. Andebol Top, 4, 25-34.*
- Molina, S. F. (2002). O Ensino do drible nas etapas de iniciação. Andebol Top, 14, 35-39.*
- Ribeiro, M. (2003). Regulamentos técnico-pedagógicos. Andebol Top, 14, 34-37.*
- Ribeiro, M., & Volossovitch, A. (2004). Andebol 1. O Ensino do Andebol dos 7 aos 10 anos. Lisboa: Edições Faculdade de Motricidade Humana/Federação de Andebol de Portugal.*
- Ribeiro, M., & Volossovitch, A. (2008). Andebol 2. O Ensino do Jogo dos 11 aos 14 anos. Lisboa: Edições Faculdade de Motricidade Humana.*
- Rosado, A., & Colaço, C. (2002). Avaliação das aprendizagens: fundamentos e aplicações no domínio das actividades físicas. Lisboa: Omniserviços.*
- Volossovitch, A. (2005). Análise da performance em andebol: perspectivas e tendências. Revista Técnica de Andebol, 1, 16-20.*

Mapa IX - Iniciação à Estatística / Initiation to Statistics

6.2.1.1. Unidade curricular:

Iniciação à Estatística / Initiation to Statistics

6.2.1.2. Docente responsável e respectivas horas de contacto na unidade curricular (preencher o nome completo):

Susana Isabel Vicente Ramos - Diurno: T22,5 + TP67,5 + Pós-laboral: T22,5 + TP30 (Total: 142,5)

6.2.1.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:

Não existem.

6.2.1.3. Other academic staff and lecturing load in the curricular unit:

Does not exist.

6.2.1.4. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):

- Adquirir as noções fundamentais da Estatística, sua terminologia e técnicas estatísticas de utilização mais comum nas Ciências do Desporto.*
- Dominar algumas noções e competências de Informática (SPSS) na óptica do utilizador.*
- Saber distinguir Estatística Paramétrica de Estatística Não-Paramétrica.*
- Identificar os requisitos para a utilização dos Testes estatísticos Paramétricos nas Ciências do Desporto.*
- Conhecer e saber aplicar alguns dos Testes estatísticos Paramétricos mais utilizados na área da Educação Física.*
- Saber utilizar o programa estatístico SPSS para a realização dos Testes estatísticos Paramétricos referidos na competência 3.*

6.2.1.4. Learning outcomes of the curricular unit:

- Get the basic notions of Statistic, its terminology and its most usual techniques and tests in Sport Sciences.*
- Know some notions and skills of Informatic (SPSS).*
- Distinguish Parametric Statistic from Non-Parametric Statistic.*
- Identify the conditions to use the Parametric Statistic tests in Sport Sciences.*
- Know and to do some Parametric Statistic tests in Sport Sciences.*
- Use the statistic program SPSS to do Parametric Tests which were mentioned in 3.*

6.2.1.5. Conteúdos programáticos:

Estatística; noções gerais; representação de uma variável estatística; redução de uma variável estatística: medidas de tendência central, de dispersa, de assimetria e de curtose; teoria da correlação; teste T de Student ; Anova

6.2.1.5. Syllabus:

Statistics; general notions; representing a statistical variable; reducing a statistical variable: central tendency

measures, dispersion measures, shaping and curtose measures: correlation theory; Student T; Anova.

6.2.1.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular.

A coerência é demonstrada pelas respostas aos inquéritos SGQP (Sistema de Gestão da Qualidade Pedagógica) da Universidade de Coimbra. Nos resultados referentes às unidades curriculares podem observar-se os seguintes valores: [i] Apreciação média global da qualidade das aprendizagens – 4.3; [ii] Perceção dos estudantes sobre os resultados da aprendizagem que conseguiram alcançar – 4.3; [iii] Clareza dos programas, objetivos pedagógicos e critérios de avaliação – 4.2; [iv] Não sobreposição de conteúdos com outras unidades curriculares – 4.3; [v] Boa articulação entre matérias teóricas e práticas – 4.2; [vi] Perceção dos estudantes sobre a sua participação ativa nos processos de aprendizagem – 4.4; [vii] Perceção dos estudantes sobre o desenvolvimento de competências de análise e reflexão crítica – 4.4.

6.2.1.6. Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's objectives.

Questionnaires SGQP (System for the Management of Pedagogical Quality) that is being used at the University of Coimbra (scale 1-5). [i] Overall rating of the learning quality – 4.3; [ii] Perception of the students regarding the attained results – 4.3; [iii] Concise of the contents, pedagogic goals, evaluation criterion – 4.2; [iv] Non overlapping between contents of different disciplines – 4.3; [v] Management of theoretical and practical contents – 4.2; [vi] Perception of the students regarding their active participation in the teaching learning process – 4.4; [vii] Perception of the students regarding the development of competencies and critical thinking – 4.4.

6.2.1.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

Nas sessões de carácter teórico a docente exporá a matéria.

-Nas sessões de carácter prático os estudantes resolverão problemas estatísticos com base na utilização do programa SPSS.

Avaliação contínua de acordo com o Regulamento Geral de Avaliação da FCDEF-UC.

6.2.1.7. Teaching methodologies (including evaluation):

-In the lectures the teacher explains the contents.

-In the practical lessons the students solve statistics exercises in informatics SPSS.

Continuous Evaluation (Regulamento Geral de Avaliação da FCDEF-UC)

6.2.1.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade curricular.

A coerência é demonstrada pelas respostas aos inquéritos SGQP (Sistema de Gestão da Qualidade Pedagógica) da Universidade de Coimbra, variando entre 1 e 5: [i] Apreciação global da qualidade do docente no processo de ensino/aprendizagem – 4.3; [ii] Disponibilidade do docente para interagir com os estudantes, os apoiar e fomentar a auto-aprendizagem – 3.9; [iii] Clareza na exposição da matéria e na resposta às questões – 4.4 [iv] Consonância com o programa e os objetivos da unidade curricular – 4.4 [v] Adequação da quantidade de informação apresentada nas aulas ao tempo disponível – 4.3; [vi] Fomento do envolvimento ativo e crítico dos estudantes na aula – 4.3; [vii] Fomento da auto-aprendizagem dos estudantes fora das aulas – 4.3; [viii] Disponibilidade para o esclarecimento de dúvidas fora das aulas – 4.3.

6.2.1.8. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.

Coherence is demonstrated by the SGQP (System of Management of the Pedagogic Quality) ranging from 1 to 5. Results about teachers were as follow: [i] Global analysis of the teacher quality in the learning process – 4.3; [ii] Availability of the teacher to interact with students, and support self-learning – 3.9; [iii] Clarity to teach and to answer students questions – 4.4; [iv] Relationship between program and objectives of the curricular unit – 4.4; [v] Suitability between quantity of information and time of the lessons – 4.3; [vi] Active and critical encouragement of the students in the lessons – 4.3; [vii] Self-learning encouragement beyond the lessons – 4.3; [viii] Availability of teachers to clarify any doubts beyond the lessons – 4.3

6.2.1.9. Bibliografia principal:

Bryman, A.; & Cramer, D. (1990 ou 1993). Análise de dados em Ciências Sociais: Introdução às técnicas utilizando o SPSS. Oeiras: Celta Editora.

Clegg, F. (1995). Estatística para todos. Lisboa: Gradiva.

Costa, S.F. (1992). Introdução ilustrada à Estatística (com muito humor). São Paulo: Editora Harbra Lda..

Ferguson, G.A.; & Takane, Y. (1989). Statistical analysis in Psychology and Education, 6ª ed. NY. McGraw Hill.

- Green, J.; & Oliveira, M. (1991). Testes estatísticos em Psicologia. Lisboa: Editorial Estampa.

- Kanj, G. (1999). 100 statistical tests. Oxford: Sage Publications.

- Martinez, L; & Ferreira, A. (2007). Análise de dados com o SPSS - Primeiros passos. Lisboa: Escolar Editora.

- Pestana, M.H.; & Gageiro, J.N. (2005). Análise de dados para Ciências Sociais - A complementaridade do SPSS, 1ª ed. Lisboa: ES

- Ramos, S. (2011/2012). Apontamentos de Iniciação à Estatística. Coimbra: FCDEF-UC.

- Vieira, S. (1991). Introdução à Bioestatística. Rio de Janeiro: EC.

Mapa IX - Bioquímica do Exercício / Exercise Biochemistry

6.2.1.1. Unidade curricular:

Bioquímica do Exercício / Exercise Biochemistry

6.2.1.2. Docente responsável e respectivas horas de contacto na unidade curricular (preencher o nome completo):

Ana Maria Miranda Botelho Teixeira - Diurno: T 22,5 + TP90 + Pós-laboral: T22,5 + TP30 (Total: 165)

6.2.1.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:

Não existem.

6.2.1.3. Other academic staff and lecturing load in the curricular unit:

Does not exist.

6.2.1.4. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):

A Bioquímica do exercício estuda o metabolismo humano durante o exercício e a adaptação deste ao exercício. Estuda os mecanismos moleculares que explicam como o corpo responde e se adapta ao exercício, a adaptação das respostas metabólicas ao treino tais como as mudanças na actividade enzimática e as alterações na capacidade de utilização da várias fontes energéticas. No final da unidade curricular o estudante deve saber o que caracteriza as diferentes biomoléculas e correlacionar as suas estruturas com as suas funções; Saber que factores afectam as reacções em bioquímica; Entender o metabolismo dos carboidratos e lípidos; Saber quais as vias metabólicas energéticas e as causas de fadiga nos diferentes tipos de exercício; Perceber a importância que alguns nutrientes podem ter no desempenho desportivo; Conhecer as principais adaptações metabólicas ao treino. Perceber as limitações do treino e os possíveis efeitos negativos de cargas de treino demasiado elevadas

6.2.1.4. Learning outcomes of the curricular unit:

Exercise biochemistry studies the human metabolism during exercise and it's adaptation to exercise. It studies the subcellular and molecular mechanisms that explain how the body reacts and adapts to exercise, the metabolic adaptation to training like changes in enzymatic activity or the capacity to use different energy sources. At the end of this unit the student should be able to know what characterizes the different biomolecules; how to correlate structure with function in the different biomolecules; to know which factors affect the biochemical reactions; to understand the lipidic and carbohydrate methabolisms; to understant which methabolic energy pathways are involved in the different types of exercise; to understand the importance of genetic and of some nutrients in athletic performance; to know the main metabolic adaptations to training; to understand the training limitations and the possible negative effects of excessive training loads

6.2.1.5. Conteúdos programáticos:

Conceito de Biomolécula: Estrutura e função dos carboidratos, lípidos, proteínas e ácidos nucleicos. Cinética enzimática Bioenergética: conceito de energia livre, fosfatos de alto valor energético, transferência de energia nos seres vivos, cadeia respiratória. Metabolismo dos glúcidos ou carboidratos: Glicólise, ciclo do ácido cítrico, glicogenesis e glicogenólise, gluconeogénese. Metabolismo dos glucidos durante o exercício. Metabolismo do lactato durante o exercício. Metabolismo Lípidico: oxidação dos ácidos gordos, formação de triacil gliceróis, lipolise. Mecanismos de fadiga muscular. Estratégias nutricionais para o controlo da fadiga.

6.2.1.5. Syllabus:

What are biomolecules: structure and function of carbohydrates, lipids, proteins and nucleic acids. Enzyme kinetics. Bioenergetics: free energy conceppt, high energy phosphates, energy transferi n the living organisms, respiratory chain. Carbohydrate metabolism: glycolysis, citric acid cycle. Gluconeogenesis. Glycogenesis. Glycogenolysis. Carbohydrate metabolism during exercise. Lactate metabolism during exercise. Lipid metabolism: beta-oxidation of fatty acids, triacylglycerols synthesis, lypolysis. Mechanisms involved in muscle fatigue. Nutritional strategies for fatigue control.

6.2.1.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular.

Os conteúdos programáticos derivam directamente dos objectivos da unidade curricular. A cada matéria teórica da disciplina corresponde um objectivo específico e estes, por sua vez, derivam dos objectivos gerais. As matérias teóricas são abordadas de forma sequencial e estruturada de modo a permitirem ao estudante uma compreensão sequencial e gradual dos conteúdos programáticos da unidade curricular. Por exemplo as primeiras aulas abordam as temáticas gerais da estrutura e função das biomoléculas e da bioenergética fundamentais para a posterior compreensão dos conteúdos programáticos seguintes. Por outro lado a prática laboratorial permite ao aluno ter uma noção da aplicabilidade dos conhecimentos teóricos, nomeadamente no campo das ciências do desporto. É também objectivo que adquiram um suporte teórico e prático que lhes permita compreender os artigos científicos

da área o que é feito através da discussão e apresentação de artigos científicos da área nas aulas teórico-práticas.

6.2.1.6. Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's objectives.

The syllabus derives directly from the curricular unit's objectives. To each syllabus corresponds a particular objective derived from the general objectives. The theoretical subjects are approached in a structured and sequential way in order for the student to sequentially and gradually apprehend the syllabus. For example the first classes deal with the general subjects like structure and function of the biomolecules and bioenergetics that are fundamental for the understanding of the following theoretical lectures. On the other hand, laboratorial practice allows the student to have a notion of the applicability of the theoretical knowledge, mainly in the sport science field. It is also an objective, the acquisition of a theoretical and practical support that will enable the student to understand and discuss, the scientific papers published in this area and this is done in the practical sessions through the discussion and presentation of scientific papers in this field.

6.2.1.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

Aulas teóricas: tendo em conta que os alunos necessitam de uma sólida base de informação sistematizada, privilegia-se a exposição oral recorrendo a auxiliares gráficos e audiovisuais de ensino. De modo a integrar o conhecimento exposto com a realidade do treino favorece-se uma participação ativa dos alunos através da apresentação de casos e problemas concretos. Aulas práticas com desenvolvimento de protocolos experimentais promovendo a integração da teoria com a prática. Numa segunda fase estimula-se a participação do aluno através da escolha e apresentação oral de um artigo científico. Avaliação das aulas teóricas por 2 frequências ou exame final (70% da nota). Avaliação das aulas práticas através da capacidade de execução dos protocolos experimentais, pela participação nas aulas e pela apresentação oral de um artigo científico escolhido pelo aluno. Este terá de descrever uma investigação original na área da bioquímica do exercício e ser escrito em inglês (30% da nota).

6.2.1.7. Teaching methodologies (including evaluation):

Theoretical course: in view of the students need for a solid and systematic information, oral exposition with graphic and audiovisual aids is used. In order to integrate the theoretical knowledge with practical training problems, the active participation of the students is stimulated through the presentation of practical cases. Practical classes with the development of experimental protocols that promote the integration of theory and practice. Student participation is also stimulated through the choice and oral presentation of a scientific paper. Theoretical classes evaluated with 2 mid-term exams or final exam (70% of the final grade). Practical classes evaluated through the students ability to perform the experimental protocols, their participation in the class discussions and the oral presentation of a scientific paper (original research and written in english) in the exercise biochemistry field (30% of the final grade).

6.2.1.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objetivos de aprendizagem da unidade curricular.

Devido à quantidade de conhecimentos necessários para dominar os conceitos abordados nesta unidade curricular uma boa exposição teórica, suportada em auxiliares audiovisuais pormenorizados é essencial para a compreensão da matéria. De modo a estimular os alunos desenvolveu-se uma abordagem que consiste na apresentação dos conceitos mais importantes para a bioquímica do exercício inseridos num contexto relevante para o aluno de Ciências do Desporto. Assim os compostos energéticos e os processos metabólicos utilizados pelo corpo em exercício vão sendo gradualmente introduzidos à medida que os diferentes tipos de desporto ou modalidades, com características próprias, vão sendo analisados. Deste modo pretende-se despertar no aluno o interesse pela aplicação prática da matéria em estudo, nomeadamente ao nível do treino, da recuperação do esforço e da melhoria do desempenho desportivo.

A consolidação dos conhecimentos teóricos e o despertar para as questões científicas inerentes a esta área é feita através da prática laboratorial e da pesquisa bibliográfica na área bioquímica aplicada ao treino e às questões do exercício e saúde.

Para esta unidade curricular é ainda fundamental um bom apoio bibliográfico e a Biblioteca da FCDEF-UC dispõe já de um bom suporte bibliográfico básico em Bioquímica, tanto em inglês (importante para o desenvolvimento das suas competências ao nível da utilização técnica do inglês e essencial para os estudantes estrangeiros/erasmus) como em português para a clarificação de conceitos e para a apreensão de terminologia específica da área, bem como livros especializados em Bioquímica do Exercício. Incentiva-se ainda a consulta de bases bibliográficas que disponibilizam artigos científicos específicos nesta área. São ainda fornecidas referências bibliográficas ou cópias em pdf de vários artigos científicos de referência, disponibilizados no sistema nónio, bem como os suportes audiovisuais utilizados nas sessões de exposição oral. Este material de apoio permite ao aluno regular o estudo individual de modo a identificar o conhecimento mínimo indispensável e a aquisição suplementar de informação. A coerência é também demonstrada pelas respostas aos inquéritos SGQP (Sistema de Gestão da Qualidade Pedagógica) da Universidade de Coimbra. Nos resultados referentes à unidade curricular /pós laboral podem observar-se os seguintes valores:

- i) Apreciação média global da qualidade das aprendizagens – 3,7/4,8*
- ii) Perceção dos estudantes sobre os resultados da aprendizagem que conseguiram alcançar – 3,5/4,5*
- iii) Clareza dos programas, objetivos pedagógicos e critérios de avaliação – 3,9/4,3*
- iv) Clareza e adequação dos métodos e critérios de avaliação – 3,9/4,3*

- v) *Boa articulação entre matérias teóricas e práticas – 3,7/4,3*
- vi) *Perceção dos estudantes sobre a sua participação ativa nos processos de aprendizagem – 3,9/4,3*
- vii) *Perceção dos estudantes sobre o desenvolvimento de competências de análise e reflexão crítica – 3,7/4,3.*

6.2.1.8. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.

Due to the amount of theoretical knowledge necessary to fully understand the concepts explained in this curricular unit good expository skills, supported by strong graphic and visual aids are essential for the understanding of the syllabus. In order to appeal to the sport sciences student we have developed an approach that consists in the presentation of the relevant concepts in exercise biochemistry together with the analysis of the different sport disciplines. In this manner we aim to awaken the student interest for the practical use of the theoretical concepts in training strategies, effort recovery and the improvement of performance.

The consolidation of the theoretical knowledge and the awakening to the research questions of this area is done through the laboratorial practice and bibliographic search in the area of biochemistry applied to the training and health questions.

For this curricular unit, a good bibliographic support is also essential, and the FCDF-UC library already possess a good bibliographic support in basic biochemistry both in english (important for the development of the student competences in the use of the technical english and essential for the foreign students/erasmus) and in portuguese for the clarification of the concepts and the familiarization of the language terminology in this area. The library also has books specialized in exercise biochemistry. We also encourage the use of bibliographic databases or pdf copies of reference scientific papers, that are available in the nónio system, as well as the audiovisual supports used in the theoretical classes. This support material enables the student to orientate his individual study by identifying the minimal indispensable knowledge needed and the supplementary acquisition of information.

Coherence is also demonstrated by the SGQP (System of Management of the Pedagogic Quality) answers of the students. Results for this curricular unit were as follow:

- i) Global mean appreciation about learning quality – 3,7/4,8*
- ii) Students perceptions about results they obtained – 3,5/4,5*
- iii) Program clarity, pedagogical objectives, and criteria of evaluation – 3,9/4,3*
- iv) Clarity and suitability of methods and criteria of evaluation – 3,9/4,3*
- v) Suitability between theoretical and practical subjects – 3,7/4,3*
- vi) Students perception about their own active participation in the learning processes – 3,9/4,3*
- vii) Students perception about development of competences of critical analysis – 3,7/4,3*

6.2.1.9. Bibliografia principal:

The Biochemical Basis of Sport Performance. Ron Maughan & Michael Gleeson. Oxford University Press, 2nd Edition, 2010.

Lehninger- Principles of Biochemistry. David L. Nelso, Michael M. Cox, 5th Edition, W.H. Freeman and Company, New York, 2008.

Principles of Biochemistry. Geoffrey L. Zubay, William W. Parson & Dennis E. Vance, Wm C. Brown Company Publishers, 1995.

Entender a Bioquímica. Luís S. Campos, 5ª Edição, Escolar Editora, 2009.

Bioquímica, organização molecular da vida. Alexandre Quintas, Ana Ponces Freire, Manuel J. Halpern, LIDEL, 2008.

Biochemistry Primer for Exercise Science. Michael E. Houston, 2nd Edition, Human Kinetics, 2001.

Bioquímica. Maria José Lares, Edições FMH, Universidade técnica de Lisboa, 1997.

Mapa IX - Estudos Práticos III - Basquetebol / Practical Studies III - Basketball

6.2.1.1. Unidade curricular:

Estudos Práticos III - Basquetebol / Practical Studies III - Basketball

6.2.1.2. Docente responsável e respectivas horas de contacto na unidade curricular (preencher o nome completo):

Humberto Jorge Gonçalves Moreira de Carvalho - Diurno: TP90 + Pós-laboral: TP30 (Total: 120)

6.2.1.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:

Não existem.

6.2.1.3. Other academic staff and lecturing load in the curricular unit:

Does not exist.

6.2.1.4. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):

Objectivos:

A disciplina visa fornecer ao estudante os conhecimentos e as metodologias de ensino necessárias para leccionar e treinar Basquetebol em fases de iniciação ao jogo e na primeira especialização (dos 8 aos 16 anos).

Competências:

Contribuição para as competências gerais perseguidas pelo plano de estudos:

O estudante poderá analisar criticamente o jogo e tem possibilidades de aumentar os seus conhecimentos na área do ensino e treino do Basquetebol.

6.2.1.4. Learning outcomes of the curricular unit:**Objectives:**

The aim of the curricular unit is to provide the knowledge and methodological instruments required to teach and coach the game of Basketball in the stages of initiation and first specialization in the game (from 8 to 16 years)

Competencies:

Contribution for the general competencies aimed by the general curriculum of Practical Studies; The student should critically analyze the game and has the capacities to improve his knowledge in the area of teaching and training of Basketball.

6.2.1.5. Conteúdos programáticos:

Apresentação do Jogo: terreno de jogo e equipamentos; breve história e evolução do Basquetebol, meio para compreender o espírito do jogo.

Fundamentos técnicos com bola: o drible de progressão e drible de protecção; passe; posição básica ofensiva e enquadramento com o cesto; paragens a 1 e 2 tempos; rotações; lançamento na passada; lançamento após paragem e com salto.

Fundamentos tácticos: a transição defesa-ataque com 3, 4 e 5 jogadores; passe e corte base-extremo; 1 contra 1; trabalho de recepção do extremo do lado da bola para abrir linha de passe; aclaramentos; ocupação de espaços ofensivos;

Defesa do portador da bola; ajudas defensivas

6.2.1.5. Syllabus:

Presentation of the game: court and equipments; history and evolution of Basketball, a mean to understand the spirit of the game.

Fundamentals with ball: dribble to progress on the court, dribble to protect the ball; pass; basic offensive position and facing the basket; stops and pivots; shooting

Tactical fundamentals: transition with 3,4 and 5 players to offense; give and go guard-forward; 1 versus 1 with ball and without ball; relationships between two players to occupy the key spaces on offense rationally; Defense of the ball handler; help positions on defense

6.2.1.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular.

Os objectivos da unidade curricular são coerentes com as necessidades de progressão no ensino do jogo em populações de crianças e jovens, respeitando os ritmos de aprendizagem e desenvolvimento biológico.

Adicionalmente, no ensino e na avaliação, os alunos são desafiados a resolver problemas de ensino e treino. Por fim, a equipa docente integra o conhecimento prático do contexto de treino e com o estado da arte da investigação científica aplicada aos contextos de ensino do jogo, tendo o docente vários trabalhos produzidos em revistas internacionais com medição de impacto.

6.2.1.6. Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's objectives.

The objectives of the disciplines are totally coherent with the needs of progression in the learning of the game in pediatric and adolescent populations. Additionally, in the learning and evaluation, students are challenged to solve teaching problems in close relationship with dilemmas faced in their practice in training. Also note that the teaching staff incorporate a practical experience in training context and has basketball related research outputs published in international Journals with impact factor.

6.2.1.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

Durante as sessões de contacto, o estudante realizará uma execução e intervenção práticas abordando os conteúdos programados. Adicionalmente, terá que apresentar, demonstrar e corrigir 2/3 exercícios de ensino de um tema proposto pelo professor. A classificação final será apurada através da execução prática dos fundamentos do jogo e da apresentação final.

6.2.1.7. Teaching methodologies (including evaluation):

During lectures, the student will be exposed to practical execution and intervention based on the contents. Also, practical teaching/coaching situation composed by 2/3 drills will be made by the students under a proposed theme. The final grade will be determined by practical execution of basketball fundamentals and a presentation at the end of the course unit.

6.2.1.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade

curricular.

A metodologia de ensino é coerente com os objectivos da unidade curricular, sendo o aluno exposto num formato dinâmico e reflexivo apontado para a compreensão do jogo e resolução de problemas práticos de ensino e treino. Os resultados da avaliação dos estudantes contribuem igualmente para suportar a coerência desta unidade curricular. Os resultados oriundos da aplicação do SGQP traduzem igualmente uma demonstração de um nível elevado de coerência, uma vez que os scores obtidos situando-se entre 3 e 5 numa escala de 1 a 5 pontos.

6.2.1.8. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.

Curricular unit's objectives are coherent with the teaching methodology, being the student exposed to reflection and application of the contents to solve practical situations within teaching and training in basketball. The results of student assessments help to support the internal consistency of this unit, which also can be supported by the high level scores obtained through the SGQP (System of Management of the Pedagogic Quality). Items' score ranged between 3 and 5 in a scale 1 to 5.

6.2.1.9. Bibliografia principal:

*Bosc G, Poulain T (1991) Des clés pour le basket. Paris, Vigot.
Soares JA (1997) As coisas simples do Basquetebol. Lisboa, IND
Wooten M (1992) Coaching basketball successfully. Champaign, Ill, Leisure Press
Gonçalves CE (2006) Textos de apoio. Coimbra. FCDEF.*

Mapa IX - Estudos Práticos III - Orientação / Pratical Studies III - Orienteering**6.2.1.1. Unidade curricular:**

Estudos Práticos III - Orientação / Pratical Studies III - Orienteering

6.2.1.2. Docente responsável e respectivas horas de contacto na unidade curricular (preencher o nome completo):

Miguel Ângelo Abreu Lopes de Oliveira - Diurno: TP90 + Pós-laboral: TP30 (Total: 120)

6.2.1.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:

Não existem.

6.2.1.3. Other academic staff and lecturing load in the curricular unit:

Does not exist.

6.2.1.4. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):

A disciplina de Orientação tem como objectivos dotar os alunos dos conhecimentos necessários ao ensino/treino de praticantes bem como ao enquadramento/organização de eventos de orientação. O aluno estará apto a:

- *conhecer a história e as diferentes formas de Orientação;*
- *efectuar, com sucesso, percursos de Orientação;*
- *compreender e utilizar diferentes técnicas de navegação;*
- *programar e enquadrar pequenas sessões de iniciação à Orientação, recorrendo à utilização de diferentes jogos didácticos e progressões para o ensino da actividade;*
- *programar e organizar pequenas actividades competitivas, no âmbito escolar/clube;*
- *avaliar a possibilidade de realização das actividades no local escolhido, sempre tendo em atenção as questões de segurança para os praticantes;*
- *elaborar um mapa de parque ou jardim, de grande escala, a partir de um mapa base.*

6.2.1.4. Learning outcomes of the curricular unit:

The subject of Orienteering aims to provide students with the knowledge needed for teaching/training and for the organization of orienteering events. To do so, after completing the course, students will be able to:

- *Perform successfully orienteering course in its different forms;*
- *Understand and use different navigation techniques;*
- *Program and lead Orienteering sessions, through the use of different educational games and teaching progressions;*
- *Schedule and organize small competitive events at the school/club;*
- *Evaluate the possibility of carrying out activities in the chosen location, keeping in mind the safety issues;*
- *Draw a map of park or garden, in large scale, after a base map;*

Students will also know the history of the Orienteering and different forms of Orienteering beyond the major

assumptions of the technical regulation of competition, as well as specific equipment and resources

6.2.1.5. Conteúdos programáticos:

- . *História da Orientação*
- . *Diferentes formas de Orientação e modalidades abrangidas pela IOF*
- . *Equipamentos*
- . *Mapas*
- . *Técnicas elementares de navegação*
- . *Técnicas avançadas de navegação*
- . *Sinalética*
- . *Didáctica da Orientação*
- . *Cartografia*
- . *Competições e regulamentos*
- . *Utilização de novas tecnologias para o ensino da Orientação*
- . *Produção de materiais alternativos para o ensino da Orientação*

6.2.1.5. Syllabus:

- . *Orienteering history*
- . *Different forms of Orienteering covered by IOF*
- . *Equipment*
- . *Maps*
- . *Elementary navigation techniques*
- . *Advanced navigation*
- . *Signage*
- . *Orienteering teaching*
- . *Cartography*
- . *Competitions and regulations*
- . *Use of new technologies for Orienteering teaching*
- . *Production of alternative educational itens for Orienteering teaching*

6.2.1.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular.

Os conteúdos programáticos foram definidos de acordo com o conhecimento que os futuros profissionais devem possuir para conseguir, de um modo eficaz, seguro e atractivo construir, e conduzir, os diferentes processos de ensino aprendizagem e/ou treino

6.2.1.6. Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's objectives.

The course syllabus are in accordance with the knowledge that future professionals must have to achieve and lead, in an effective, safe and attractive manner, the different teaching and learning processes, as well as for training/competition.

6.2.1.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

Métodos Expositivos, Trabalho Independente, Elaboração conjunta, Trabalho em Grupo, Actividades Especiais. Avaliação Contínua

a) capacidade de efectuar percursos de orientação nas suas diferentes formas =20%

b) compreensão e utilização das diferentes técnicas de navegação = 20%

c) capacidade para organizar pequenas actividades competitivas = 30%

d) Teste teórico = 15%

e) Elaboração de um mapa = 15%

Os alunos para concluírem a disciplina por frequência (avaliação contínua) não poderão alcançar classificação inferior a 50% em a), b), c) e e).

Avaliação por Exame

a) capacidade de efectuar percursos de orientação nas suas diferentes formas =20%

b) compreensão e utilização das diferentes técnicas de navegação = 20%

c) capacidade para traçar um percurso, adaptado às condições propostas = 20%

d) Teste teórico = 20%

e) Elaboração de um mapa = 20%

Os alunos para serem aprovados à disciplina não poderão alcançar classificação inferior a 50% em a), b), c) e e).

6.2.1.7. Teaching methodologies (including evaluation):

Expository methods, Independent Work, Co-work tasks, Teamwork, Special Activities.

Continuous Assessment

a) ability to perform Orienteering in its different forms = 20%

b) understanding and use of different navigation techniques = 20%

- c) *ability to organize small competitive events = 30%*
- e) *Theoretical test = 15%*
- f) *Drawing a map = 15%*

Students to complete the course by continuous assessment must achieve a minimum grade of 50% in a) b) c) and e).

Examination Assessment

- a) *ability to perform Orienteering in its different forms = 20%*
- b) *understanding and use of different navigation techniques = 20%*
- c) *ability to trace a route, adapted to the proposals conditions = 20%*
- e) *Theoretical test = 20%*
- f) *Drawing a map = 20%*

Students to complete the course must achieve a minimum grade of 50% in a) b) c) and e).

6.2.1.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade curricular.

As metodologias de ensino são ajustadas às condições específicas dos diferentes objectivos da disciplina, numa perspectiva de facilitar o processo de aquisição dos conhecimentos por parte dos alunos e, de os mesmos ficarem aptos a adaptar as referidas metodologias em função da intervenção que venham a ter no campo de trabalho, segundo objectivos e população alvo.

6.2.1.8. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.

Teaching methodologies are adjusted to the specific conditions of the different discipline goals in a way that ensures knowledge acquisition by students, and allowing them to be able to adapt those methodologies according to objectives and target population

6.2.1.9. Bibliografia principal:

- Carvalho, A. Melo, Corrida de Orientação – Desporto e Aventura na Natureza, Horizonte, 1985*
- Hasselstrand, Gunnar, Learning Orienteering step by step, Sweden, IOF, 1987*
- Manual de Traçador de Percursos - FPO*
- Mendonça, Camilo, Orientação - Desporto na Natureza, Col. Desporto e Sociedade, nº1, DGD, Lisboa, 1987*
- McNeill, C., Ramsden, J., Renfrew, T., Teaching Orienteering, 1ª edição, Perthshire, Harveys (com a British Orienteering Federation), 1987*
- Norman, Bertil, Yngstron, Arne, Orienteering Technique From Start to Finish, The Swedish Orienteering Federation, Sweden, 1991*
- Oliveira, Miguel, Documento de Apoio para as Aulas de Orientação, FCDEF-UC, 2005*
- Palmer, Peter, Martland, Jim, The coaching collection, 1ª edição, British Orienteering Federation, 1988*
- Regulamento de Competição da IOF para Orientação Pedestre*
- Regulamento de Competição, Arbitragem, Controlo e Cartografia da FPO*
- Renfrew, T., McNeill, C., Palmer, P., Orienteering for the Young – Guidelines, Sweden, IOF, 1993*

Mapa IX - Planeamento e Periodização do Treino / Planning and Periodization of Training

6.2.1.1. Unidade curricular:

Planeamento e Periodização do Treino / Planning and Periodization of Training

6.2.1.2. Docente responsável e respectivas horas de contacto na unidade curricular (preencher o nome completo):

Lúis Manuel Lopes Rama - Diurno: TP42 + Pós-laboral: TP24,5 (Total: 66,5)

6.2.1.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:

Humberto Jorge Gonçalves Moreira de Carvalho - Diurno: TP48 + Pós-laboral: TP28 (Total: 76)

6.2.1.3. Other academic staff and lecturing load in the curricular unit:

Humberto Jorge Gonçalves Moreira de Carvalho - Daytime: TP48 + After working hours: TP28 (Total: 76)

6.2.1.4. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):

A disciplina visa fornecer ao estudante os conhecimentos e competências necessários para planear, gerir e avaliar

cargas de treino em situações de iniciação e especialização desportivas.

6.2.1.4. Learning outcomes of the curricular unit:

The unit aims to provide the student with the knowledge and competencies needed to plan, manage and assess the training loads in specialization and competitive contexts.

6.2.1.5. Conteúdos programáticos:

- 1) *Conceito de treino desportivo; objectivos e principais aspectos do conteúdo do treino desportivo; conceito de adaptação no desporto; tipos de adaptação. Forma desportiva.*
- 2) *Princípios do treino desportivo. A carga ou exercício de treino; definição e quantificação da carga de treino. Os factores do treino. Monitorização da carga de treino.*
- 3) *Planeamento estratégico. Modelos lineares e não lineares. Organização do tempo previsível.*
- 4) *Plano Anual. O conceito de periodização. Plano anual de ciclo único, duplo e múltiplo.*
- 5) *A curva da forma desportiva: especificidades e validade em função dos desportos e da idade e nível de rendimento do atleta. Os planos de ciclo médio e a sua relação com a forma desportiva*
- 6) *O microciclo: dinâmica da carga e recuperação do esforço. Os parâmetros relevantes (quantitativos e qualitativos) e sua integração nos ciclos de média e longa duração.*
- 7) *Racionalização dos meios de treino*

6.2.1.5. Syllabus:

- 1) *Concepts and goals of sport training. Training as an adaptive process. Training factors. Bouchard and matveev models.*
- 2) *Fundamentals of sport training.: biologic, pedagogic and methodologic. The training load: definition and quantification. Monitorizing the training: Banister and Foster models.*
- 3) *Planning as a strategy. Planning and periodization. Organizing the time for an optimal adaptation.*
- 4) *Theories and models: Matveev, Verkhoshansky, Bondartchuk, systems theory.*
- 5) *Annual plan. Cycles inside the plan. Evolution of periodization in function of the changes in competitive sport. High performance sport and periodization.*
- 6) *Sport shape: evolution of the curbe, and of the training load. Short term cycles and preparation to compete. Individual and team sports.*
- 7) *Microcycles: dynamics of the training load and of recovery. Relevant parameters, qualitative and quantitative. .*
- 8) *The choice of the methods as a mean to rationalize the process. Monothony in training.*

6.2.1.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular.

Os conteúdos programáticos abordam os conceitos, teorias, modelos e metodologias do treino desportivo em perspetiva evolutiva, desde os momentos de formação do atleta, passando pela especialização, até ao alto rendimento.

6.2.1.6. Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's objectives.

The syllabus approach concepts, theories, models and methods of sport training under a developmental perspective, since the early specialization years till the high performance context.

6.2.1.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

As metodologias de ensino combinam a exposição teórica com trabalho de análise de treino, seja como observadores de treino, seja como exegese de documentos de planeamento. Recursos vídeo e software de planeamento são usados para familiarizar os estudantes com a situação real de treino. Os métodos de avaliação contínua incluem duas frequências, na 7ª e na 15ª aulas. Cada frequência contribui para 50% da nota final. Para quem não foi avaliado durante o semestre, é realizado um exame que abarca todos os conteúdos e que conta para 100% da nota final.

6.2.1.7. Teaching methodologies (including evaluation):

The teaching methodologies combine the expositive lectures with field work, divided by practice observation, and analysis of planning documents. Video resources and planning software are widely used to train the students in near-to-reality situations. Two written tests are performed in the 7th and in the 15th classes, and account for 50% each of the final mark. For those who don't participate in the classes a final exam is previewed, accounting for 100% of the final mark.

6.2.1.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade curricular.

As metodologias de ensino preparam o estudante para agir em contexto de treino, recolhendo informação junto dos principais agentes e debatendo os resultados observados.

A utilização de tecnologias digitais como ferramenta profissional é encorajada.

6.2.1.8. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.

The teaching methods prepare the students to act in a practice context, collecting information from the main agents and debating the observed results. The proper use of digital technologies is encouraged as a tool for professional intervention.

6.2.1.9. Bibliografia principal:

*Bompa, Tudor (1999). Periodization training for sports. Human Kinetics.
Manso J.M.G (1999) Alto rendimento. La adaptacion y la excelencia deportiva. Gymnos.
Issurin, V. (2008). Block Periodization.. U Athl Concepts.*

Cissik, J., A. , Hedrick, J., & Barnes, M. (2008). Challenges applying the research on periodization. Strength & Condit J, 30,1.

Gamble, P. (2006). Periodization of training for team sports athletes. Strength & Condit J, 28, 5.

Gonçalves, C.E., Figueiredo, A., & Coelho e Silva, M. (2009). Multidimensional analysis of dropout in youth basketball. In Toivo Jurimae, Neil Armstrong, Jaak Jurimae (Eds). Children an Exercise XXIV, London, Routledge.

Jeffreys, I., & Moody, J. (2011). Strength and conditioning for sports performance. London, Routledge.

Rama, L., & Alves, F. (2007). Acompanhamento de Jovens Talentos em Natação Pura Desportiva. Bol SPEF, 32.

Zatsiorsky, V.M., & Kraemer, W.J. (2006). Science and practice of strength training. Human Kinetics.

Mapa IX - Desporto de Opção II - Basquetebol / Optional Sport II - Basketball

6.2.1.1. Unidade curricular:

Desporto de Opção II - Basquetebol / Optional Sport II - Basketball

6.2.1.2. Docente responsável e respectivas horas de contacto na unidade curricular (preencher o nome completo):

Carlos Eduardo de Barros Gonçalves - Diurno + Pós-laboral: TP22,5 (Total: 22,5)

6.2.1.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:

Não existem.

6.2.1.3. Other academic staff and lecturing load in the curricular unit:

Does not exist.

6.2.1.4. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):

A disciplina visa habilitar o estudante a desempenhar funções de treinador, no âmbito escolar ou federado, ao nível de especialização avançada.

Os estudantes deverão estar aptos a elaborar o seu próprio plano de intervenção pedagógica, na qualidade de treinadores

6.2.1.4. Learning outcomes of the curricular unit:

The unit aims to provide the student with the competencies to act as coaches at a specialization level. The students must be able to build their own intervention plan.

6.2.1.5. Conteúdos programáticos:

1)Organização do basquetebol português e internacional: a F.P.B. e a sua missão. Escalões etários e níveis de prática. Formação de treinadores. A FIBA: competições de clubes e de seleções nacionais.

2) Construir a defesa. Transição defensiva.

3)Defesas individuais. Ajudas e rotações defensivas. Defesa interior. Defesa dos bloqueios.

4)Defesas zona de frente par: 2:3, 2:1:2.

5)Defesas zona de frente impar: 1:2:2, 1:3:1, 3:2.

6)Defesas mistas: 4+1, 3+2.

7)Defesas pressionantes: “Salta e troca”; zonas press: campo inteiro, $\frac{3}{4}$ do campo e meio campo (2:2.1 e 1:2:1:1).

8)Preparação dos jogos e orientação das competições: tarefas do treinador (o treino do treinador).

9)O esforço e a preparação física: qualidades físicas em perspetiva de desenvolvimento

10)Evolução e tendências do Basquetebol actual: ameaças e oportunidades.

6.2.1.5. Syllabus:

1)Organization of Portuguese and international Basketball. Age groups and levels of competition. Coaches’

education. FIBA and national teams.

2) Building the defense. Defensive transition.

3) Man-to-man defense. Help and rotation. Inside defense. Defense of screens and picks.

4) Zone defenses 2:3, 2:1:2.

5) Zone defenses 1:2:2, 1:3:1, 3:2

6) Combined defenses.

6.2.1.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular.

O conhecimento dos conteúdos do jogo ofensivo assegura a possibilidade de agir autonomamente como treinador em fase de especialização

6.2.1.6. Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's objectives.

Knowledge of the contents of the offensive game ensures the possibility to act autonomously as a specialization coach.

6.2.1.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

As metodologias de ensino combinam a exposição teórica com trabalho de campo, em que os estudantes exercem a função de treinadores adjuntos em equipas de especialização. Recursos vídeo são usados extensivamente para observação e recolha de informação.

Os métodos de avaliação contínua:

Durante as sessões de contacto, o estudante realizará uma intervenção acompanhada com atletas de especialização, abordando os conteúdos programados. O aluno deverá apresentar um dossiê onde constam as fichas de recolha de dados, o relatório crítico e o projecto de investigação.

Será realizada uma apresentação final do trabalho e projecto, em suporte digital. O estudante submeter-se-á às questões do professor.

A classificação final será apurada através da seguinte fórmula: intervenção prática, 40%; trabalho de terreno, 40%; projecto e apresentação final, 20%

Para quem não foi avaliado durante o semestre, é realizado um exame que abarca todos os conteúdos e que conta para 100% da nota final.

6.2.1.7. Teaching methodologies (including evaluation):

The teaching methodologies combine the expository lectures with field work, with the students acting as assistant coaches in specialization teams. Video resources are widely used for observation and data collection.

The student must work with a specialization team, supervised by an experienced coach and by the teacher, applying the unit contents. A play book and a coach file are organized by the student, including a research project with the team. A final presentation, followed by the teacher's questions is elaborated in digital version.

Evaluation formula: practical intervention, 40%, research project 40%, final presentation, 20%.

For those who don't participate in the classes a final exam is previewed, accounting for 100% of the final mark.

6.2.1.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade curricular.

As metodologias de ensino preparam o estudante para agir em contexto de treino, através da intervenção prática supervisionada e do estudo crítico de materiais vídeo.

6.2.1.8. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.

The teaching methods prepare the students to act in a practice context, through supervised practical intervention and critical assessment of video materials

6.2.1.9. Bibliografia principal:

Wooten M (1992) Coaching basketball successfully. Champaign, Ill, Leisure Press.

Bosc G, Poulain T (1991) Des clés pour le basket. Paris, Vigot.

Jordane F, Martin J (1999) Baloncesto. Bases para el alto rendimiento. Barcelona, Editorial Hispano Europea.

Cometti G (2002) La preparación física en el baloncesto. Barcelona, Editorial Paidotribo.

Sampaio J (2000) Modelo de análise estatística em Basquetebol. UTAD.

Giannini, J. (2009). Court Sense. Champaign, Ill, Human Kinetics.

VVAA. (2009). NBA coaches playbook. Champaign, Ill, Human Kinetics.

French Federal Center (2006) Psychology and the team. Em www.fibaeurope.com

Gonçalves CE (2001) O jogo no escalão de cadetes. Lisboa, Federação Portuguesa de Basquetebol

Mapa IX - Desporto de Opção I - Basquetebol / Optional Sport I - Basketball

6.2.1.1. Unidade curricular:

Desporto de Opção I - Basquetebol / Optional Sport I - Basketball

6.2.1.2. Docente responsável e respectivas horas de contacto na unidade curricular (preencher o nome completo):
Carlos Eduardo de Barros Goinçalves - Diurno + Pós-laboral: TP22,5 (Total: 22,5)

6.2.1.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:
Não existem.

6.2.1.3. Other academic staff and lecturing load in the curricular unit:
Does not exist.

6.2.1.4. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):
A disciplina visa habilitar o estudante a desempenhar funções de treinador, no âmbito escolar ou federado, ao nível de especialização avançada.
Os estudantes deverão estar aptos a elaborar o seu próprio plano de intervenção pedagógica, na qualidade de treinadores

6.2.1.4. Learning outcomes of the curricular unit:
The unit aims to provide the student with the competencies to act as coaches at a specialization level. The students must be able to build their own intervention plan.

6.2.1.5. Conteúdos programáticos:

- 1) As fases do jogo: Ressalto defensivo; Contra ataque (CA); Ataque rápido (AR) ou ataque de transição (AT). O jogo contemporâneo. As regras e seu impacto na tática.*
- 2) CA: Ressalto defensivo; 1º passe; Ocupação dos corredores de CA com 3, 4 e 5 jogadores; Especialização por postos no CA; AT.*
- 3) O ensino do ataque e construção ao longo das etapas de formação do praticante.*
- 4) Os cortes para o cesto e os aclaramentos; a noção de espaços livres.*
- 5) 1 contra 1 exterior e interior. Trabalho de recepção do lado da bola e do lado contrário da bola; cortes nas costas, para o cesto e para a bola; trabalho do passador.*
- 6) Bloqueios indirectos verticais e horizontais, duplos sucessivos; bloqueios directos; desmarcação; saída de bloqueios para lançamento.*
- 7) Jogar contra as ajudas; penetração e saída da bola; mudar o lado da bola; jogo do poste alto.*
- 8) Ataques: Ataques contra defesas individuais e contra zonas. Observação e Scouting e tecnologias digitais.*

6.2.1.5. Syllabus:

- 1) Dynamics of the game. The contemporary high level game. Time rules and their impact on tactics.*
- 2) Fast break and transition game. Passing lanes and role specialization.*
- 3) Building the offense: a developmental perspective. Perimeter game and inside game.*
- 4) Spacing in high level game: cut and clear out. Changing the ball side.*
- 5) 1 on 1 inside and outside. Opening a passing lane and receiving the ball. Passing and timing.*
- 6) Screens: vertical and horizontal. Stagers. Pick and roll.*
- 7) Playing against a help defense. Drive and passing out. High-low post game. Offense rebound.*
- 8) Motion offenses versus set plays. Offense against man-to-man and against zone. Game observation and data collection. Scouting and digital technologies.*

6.2.1.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular.
O conhecimento dos conteúdos do jogo ofensivo assegura a possibilidade de agir autonomamente como treinador em fase de especialização.

6.2.1.6. Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's objectives.
Knowledge of the contents of the offensive game ensures the possibility to act autonomous as a specialization coach

6.2.1.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

As metodologias de ensino combinam a exposição teórica com trabalho de campo, em que os estudantes exercem a função de treinadores adjuntos em equipas de especialização. Recursos vídeo são usados extensivamente para observação e recolha de informação.

Os métodos de avaliação contínua:

Durante as sessões de contacto, o estudante realizará uma intervenção acompanhada com atletas de especialização, abordando os conteúdos programados. O aluno deverá apresentar um dossiê onde constam as fichas de recolha de dados, o relatório crítico e o projecto de investigação.

Será realizada uma apresentação final do trabalho e projecto, em suporte digital. O estudante submeter-se-á às questões do professor.

A classificação final será apurada através da seguinte fórmula: intervenção prática, 40%; trabalho de terreno, 40%; projecto e apresentação final, 20%

Para quem não foi avaliado durante o semestre, é realizado um exame que abarca todos os conteúdos e que conta para 100% da nota final.

6.2.1.7. Teaching methodologies (including evaluation):

The teaching methodologies combine the expositive lectures with field work, with the students acting as assistant coaches in specialization teams. Video resources are widely used for observation and data collection.

The student must work with a specialization team, supervised by an experienced coach and by the teacher, applying the unit contents. A play book and a coach file are organized by the student, including a research project with the team. A final presentation, followed by the teacher's questions is elaborated in digital version.

Evaluation formula: practical intervention, 40%, research project 40%, final presentation, 20%.

For those who don't participate in the classes a final exam is previewed, accounting for 100% of the final mark.

6.2.1.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade curricular.

As metodologias de ensino preparam o estudante para agir em contexto de treino, através da intervenção prática supervisionada e do estudo crítico de materiais vídeo.

6.2.1.8. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.

The teaching methods prepare the students to act in a practice context, through supervised practical intervention and critical assessment of video materials.

6.2.1.9. Bibliografia principal:

Wooten M (1992).Coaching basketball successfully. Champaign, Ill, LeisurePress.

Bosc G, Poulain T (1991).Des clés pour le basket. Paris, Vigot.

Jordane F, Martin J (1999).Baloncesto.Bases para el alto rendimiento. Barcelona, Editorial Hispano Europea.

Cometti G (2002).La preparación física en el baloncesto. Barcelona, Editorial Paidotribo.

Sampaio J (2000).Modelo de análise estatística em Basquetebol. UTAD.

Giannini, J. (2009). CourtSense. Champaign, Ill, Human Kinetics.

VVAA. (2009). NBA coachesplaybook. Champaign, Ill, Human Kinetics.

Mapa IX - Desporto de Opção I - Natação / Optional Sport I - Swimming

6.2.1.1. Unidade curricular:

Desporto de Opção I - Natação / Optional Sport I - Swimming

6.2.1.2. Docente responsável e respectivas horas de contacto na unidade curricular (preencher o nome completo):

Luís Manuel Pinto Lopes Rama - Diurno + Pós-laboral: TP22,5 (Total: 22,5)

6.2.1.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:

Não existem.

6.2.1.3. Other academic staff and lecturing load in the curricular unit:

Does not exist.

6.2.1.4. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):

O programa da cadeira visa o aprofundamento dos pressupostos da intervenção profissional no domínio das atividades aquáticas, nomeadamente o ensino da Natação e no âmbito da Natação Desportiva.

No final do semestre os estudantes deverão :a) demonstrar elevada capacidade de interpretação de modelos técnicos de nado, reconhecendo os desvios, formulando estratégias adequadas à resolução do erro técnico ;b) conhecer e aplicar programas de ensino da natação a populações diversas

6.2.1.4. Learning outcomes of the curricular unit:

The program aims to further the the assumptions of professional intervention in the field of aquatic activities, including the teaching of swimming and in the field of swimming as a sport.

At the end of the semester students should: a) demonstrate high ability to interpret technical models of stroke, recognizing deviations, formulating appropriate strategies to solve the technical errors, b) know and apply the teaching swimming programs to diverse populations and ages.

6.2.1.5. Conteúdos programáticos:

O programa teórico inclui: análise e interpretação dos regulamentos da natação desportiva (FPN - FINA); fundamentos de hidrodinâmica e propulsão; análise das técnicas da natação desportiva numa perspetiva biomecânica; observação e avaliação das técnicas de nado; organização do ensino da natação e aplicação de um programa de natação para diferentes níveis; O programa teórico-prático pretende aumentar o repertório de referência para a intervenção no domínio da deteção de erros e seleção de estratégias de correção adequadas; utilização de instrumentos de observação técnica; recurso ao vídeo subaquático como instrumento privilegiado na observação técnica.

6.2.1.5. Syllabus:

The theoretical program includes: analysis and interpretation of the regulations of swimming sports (FPN - FINA), fundamentals of hydrodynamics and propulsion; analysis of swimming techniques in biomechanics perspective, observation and evaluation of swimming techniques, organization of teaching swimming and application a teaching swimming program for different levels; the theoretical-practical program aims to increase the repertoire for acting in the error detection and selection of appropriate correction strategies, the use of instruments for technical observation, using underwater video as a privileged tool for error detection.

6.2.1.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular.

Os conteúdos programáticos estão em coerência com os objetivos da unidade curricular em virtude de serem recrutados conteúdos que correspondem à interpretação dos modelos técnicos da natação pura desportiva. Os conteúdos abordados nas sessões de contacto seguintes preocupam-se com a metodologia de ensino e a organização da escola de natação destinada a sujeitos de diferentes idades e possibilidades de movimento. Na última fase do programa são desenvolvidos skills orientados para a deteção do erro técnico em concordância do último objetivo definido.

6.2.1.6. Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's objectives.

The contents of the course are consistent with the objectives because we recruited contents corresponding to the interpretation of technical swimming strokes. The following content covered in class concerned with the teaching methodology and organization of the swimming school designed to attend subjects of different ages and possibilities of movement. In the last phase of the program contents are oriented to develop skills for the detection of technical errors in agreement of the ultimate goal set.

6.2.1.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

Sessões teóricas temáticas baseadas na exposição. Sessões teórico práticas orientadas para a interpretação de problemáticas relacionadas com o ensino e representação de modelos técnicos. No final das sessões de contacto, o estudante realizará 1 ficha de 90 minutos. Adicionalmente, terá que elaborar um registo da observação de sessões de prática de ensino incluindo 2 planos de aula cuja conceção e implementação seja da sua responsabilidade. O aluno terá que realizar um trabalho de avaliação técnica qualitativa, comparando os exemplos fornecidos em suporte digital com o modelo técnico de referência, propondo estratégias de intervenção. Com base na média aritmética destes 3 elementos, o aluno acederá à oral, apurando esta a classificação final.

6.2.1.7. Teaching methodologies (including evaluation):

Theoretical topics based on exposure. Aiming to pursuit the interpretation of issues related to teaching and representation of technical models (swimming strokes). At the end of the contact sessions, students will have to do a written test of 90 minutes. Additionally, they must prepare a record of observation of teaching practice sessions, including two lessons which the conception and implementation are of their responsibility. Students must do a technical evaluation, comparing examples provided in digital format with the technical reference model, suggesting intervention strategies. Based on the arithmetic mean of these three elements, the student will gain access to oral, to obtain the final classification.

6.2.1.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade curricular.

Os indicadores do SGQP que traduzem a perceção dos estudantes neste âmbito de adequação, revelam uma a opção generalizada de metodologias concordantes com os objetivos. Os critérios utilizados nesta monitorização revelam score médio de 4.2 +/-0.2 numa escala de 1 a 5 incluindo os seguintes critérios: C- Adequação da carga de esforço exigida; D- Adequação e disponibilidade da bibliografia e outros elementos de apoio à aprendizagem; E- Apreciação média global da qualidade das aprendizagens; F- Perceção dos estudantes sobre os resultados da

aprendizagem que conseguiram alcançar; G- Clareza dos programas, objetivos pedagógicos e critérios da avaliação; H- Não sobreposição de conteúdos com outras unidades curriculares; I- Clareza e adequação dos métodos e critérios de avaliação; J- Boa articulação entre matérias teóricas e práticas; L- Adequação do número de estudantes por turma; M- Perceção dos estudantes sobre a sua participação ativa nos processos de aprendizagem; N- Perceção dos estudantes sobre o desenvolvimento de competências de análise e reflexão crítica; O- Apreciação global dos estudantes sobre a sua própria prestação.

6.2.1.8. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.

The SGQP indicators reveal a widespread option of methodologies consistent with the main goals. The criteria used in this monitoring reveal an average score of 4.2 + / - 0.3 on a scale from 1 to 5 including the following criteria: C-Adequacy of the effort required; D-Adequacy and availability of the bibliography and other elements to support learning, E - Assessment of the overall average quality of learning; F-perception of students about the learning outcomes they have achieved; G-Clarity programs, educational objectives and evaluation criteria; H-content not overlap with other courses, I-Clarity and adequacy of methods and evaluation criteria; J-Good coordination between the theoretical and practical, L-adequacy of the number of students per class, M-perception of students on their active participation in the learning process, N-perception of students about the development of analytical skills and critical thinking; O-overall assessment of students on their own service

6.2.1.9. Bibliografia principal:

Barbosa, T., & Queirós, T. (2004). Ensino da natação: Xistarca.
Borges, J. (2004). Planeamento e Gestão de Serviços aquáticos: EC
Colwin, C. (1991). Swimming into the 21^o Century. Champaign. IL: HK.
Maglíscho, E. (2003). Swimming Fastest. The essential reference on technique, training, and program design:HK
Rama, L. (2007). Análise e Intervenção Técnica em Natação Pura Desportiva. Coimbra: FCDEF.UC.
Rama, L., & Alves, F. (2006). Modelo de Formação Desportiva em Natação Pura. In M. C. e. Silva, C. E. Gonçalves & A. Figueiredo (Eds.), Desporto de Jovens ou Jovens no Desporto? (pp. 37-86). Coimbra: FCDEF-UC
Rama, L., & Alves, F. (2007). Acompanhamento de Jovens Talentos em Natação Pura Desportiva. Boletim SPEF, 32, 43-64.

Mapa IX - Desporto de Opção II - Desporto e Atividade Física em Populações Especiais / Sport Option II - AFA

6.2.1.1. Unidade curricular:

Desporto de Opção II - Desporto e Atividade Física em Populações Especiais / Sport Option II - AFA

6.2.1.2. Docente responsável e respectivas horas de contacto na unidade curricular (preencher o nome completo):

Maria João Carvalho Campos - Diurno + Pós-laboral: TP22,5 (Total: 22,5)

6.2.1.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:

Não existem.

6.2.1.3. Other academic staff and lecturing load in the curricular unit:

Does not exist.

6.2.1.4. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):

Promover oportunidades de prática na área das necessidades especiais, possibilitando uma formação in loco do estudante, através do contato direto com as populações especiais.

Competências:

- Desenvolver competências de planeamento, organização e intervenção no âmbito das necessidades especiais em função das características e necessidades específicas de cada grupo;*
- Adquirir competências teórico-práticas sobre os principais métodos e técnicas de melhoria da resistência aeróbia, força e flexibilidade em grupos com diferentes características;*
- Desenvolver competências de avaliação da aptidão física em grupos especiais utilizando instrumentos de medida apropriados;*
- Adquirir conhecimentos teórico-práticos sobre a metodologia do treino em diferentes modalidades desportivas adaptadas;*
- Desenvolver competência na área do planeamento e periodização do treino.*

6.2.1.4. Learning outcomes of the curricular unit:

The Course aims to promote opportunities for practice in the area of special educational needs, enabling the practice through direct contact with people with special needs.

Competences:

- To develop competences on planning, organization and intervention in special needs groups regarding*

characteristics and specific needs of each group;

- *To acquire theoretical and practical skills on the main methods and techniques for improvement of aerobic endurance, strength and flexibility into groups with different characteristics;*
- *To develop competence in the area of planning training;*
- *To develop physical fitness assessment skills in special groups using appropriate measuring instruments*

6.2.1.5. Conteúdos programáticos:

Aulas teórico-práticas:

- *Princípios teóricos de prescrição do exercício em grupos especiais.*
- *Especificidades sobre classificação desportiva.*
- *Implementação do processo de treino desportivo adaptado para populações especiais - inventário dos recursos materiais necessários em função de cada uma das modalidades.*
- *Avaliação do processo de treino; reajustamento de objetivos em função dos resultados obtidos.*
- *Preparação para a competição: Aplicações práticas associadas à melhoria do treino físico, do treino técnico e do treino tático*
- *Manipulação das variáveis de treino: Aplicações práticas em grupos especiais*
- *Inventário dos principais procedimentos de organização de um evento desportivo, visando a participação de grupos de atletas ou de equipas na competição. Recursos humanos e materiais.*
- *Organização de um evento desportivo – Movimento Especial.*

Aulas práticas:

- *Planeamento e operacionalização de sessões lúdico-desportivas*

6.2.1.5. Syllabus:

Theoretical-practical lessons:

- *Theoretical principles of exercise prescription in special groups.*
- *Sports classification - Its importance on planning.*
- *Implementation of adapted sports training in special populations - inventory of material resources needed.*
- *Evaluation of the training process; readjustment of objectives.*
- *Preparation for the competition: practical applications associated with the improvement of physical training, technical training and tactical training.*
- *Manipulation of practice variables: practical applications in special groups.*
- *Inventory of the main procedures of the organization of a sport event, with the participation of groups of athletes or teams in the competition. Human and material resources.*
- *Organization of a Sport event.*

Practical lessons:

- *Planning and implementation of recreational and sport sessions.*

6.2.1.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objetivos da unidade curricular.

Sendo os objetivos principais da unidade curricular, promover oportunidades de prática na área das necessidades especiais, possibilitando uma formação in loco do estudante, através do contato direto com as populações especiais, os conteúdos programáticos pretendem ir de encontro à consecução desses objetivos, que em última análise tem como finalidade dotar o estudante de competências pedagógicas que lhes permita prescrever exercício físico adaptado às necessidades específicas da pessoa com deficiência, num contexto recreativo ou desportivo. Consideramos que os conteúdos programáticos são coerentes com as competências e os resultados de aprendizagem que os estudantes deverão demonstrar após completar a unidade curricular.

6.2.1.6. Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's objectives.

Being the main purposes, on the one hand, to promote scientific, theoretical and practical knowledge and intervention with students with special educational needs and their inclusion in Physical education classes and to develop the ability to plan and implement appropriate programs to the specific needs, the teaching methodologies go alongside with the achievement of these goals, which ultimately results in the inclusion of young people with SEN in PE classes.

We believe that the syllabus is consistent with the competences and learning outcomes that students should demonstrate after completing the course unit.

6.2.1.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

A metodologia de ensino inclui a exposição de temas teóricos e teórico-práticos por parte da docente, através do recurso de aulas expositivas, meios audiovisuais e interativos e a apresentação de tarefas teórico-práticas por parte dos estudantes.

As sessões teórico-práticas decorrem uma vez por semana e as aulas práticas decorrem duas vezes por semana, na FCDEF-UC e/ou em instituições. Estas aulas consistem na planificação e operacionalização de sessões práticas a pessoas com necessidades especiais.

A avaliação decorre de modo contínuo com a realização das seguintes tarefas:

- *Elaboração do Dossier da Unidade Curricular*
- *Planificação e operacionalização de sessões práticas semanais*

- **Organização de um evento desportivo adaptado**
- **Apresentação oral de uma temática relacionada com a planificação de exercícios para populações especiais**

6.2.1.7. Teaching methodologies (including evaluation):

The teaching methodology includes teacher's exhibition of theoretical and practical-theoretical issues, through the use of lectures, audiovisual and interactive and student's presentation of theoretical-practical tasks. Theoretical-practical sessions take place once a week and the practical lessons take place twice a week, in FCDEF-UC or in institutions. These lessons consist in planning and implementing practical sessions for people with special needs. The evaluation process consists in the completion of the following tasks:

- **Report of the Course Unit**
- **Planning and implementation of practical sessions**
- **Organization of an adapted sports event**
- **Oral presentation of a theme related with the planning of exercises for special populations**

6.2.1.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade curricular.

O sucesso dos resultados da aprendizagem está intimamente ligado com a metodologia de ensino aplicada e consideramos que as metodologias de ensino e respetivo método de avaliação são coerentes com as competências e os resultados de aprendizagem que os estudantes deverão demonstrar após completar a unidade curricular.

O método de avaliação é diversificado e pretende abranger não apenas trabalhos de pesquisa como também a apresentação de trabalhos com componente teórico-prática, na qual é solicitado aos estudantes por uma lado, uma pesquisa bibliográfica e por outro, um trabalho de campo de forma a tomarem conhecimento não só dos pressupostos teóricos mas também da realidade em termos de planificação e operacionalização de sessões desportivas para grupos especiais. Estas tarefas culminam com um debate e um questionamento interativo por parte da docente e dos estudantes, que são estimulados a colocar questões e a resolver problemas relacionados com as competências do profissional de atividade física adaptada

6.2.1.8. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.

The success of learning outcomes is closely connected with the teaching methodology applied and we believe that both teaching methodologies and method of assessment are consistent with the competences and learning outcomes that students should demonstrate after completing the course unit.

The method of evaluation is varied and aims to cover not only research work but also the presentation of papers with theoretical-practical component, which stimulates students to do a bibliographic search and a fieldwork to acknowledge not only theoretical assumptions but also the reality in terms of planning and implementation of sports sessions for special groups. These tasks culminate with a debate and an interactive questioning by the teacher and students, who are encouraged to ask questions and resolve issues related to professional competences in adapted physical activity.

6.2.1.9. Bibliografia principal:

- ACSM (2009). ACSM's Guidelines for Exercise Testing and Prescription. 8th Ed., Lippincott, Williams & Wilkins.*
APCC (2006). Desporto para Deficientes - Manual para Acompanhantes Desportivos. APCC- Núcleo Regional do Centro, Leonardo da Vinci projectos-piloto.
Baechle, T. & Westcott, W. (2010). Fitness professional's guide to strength training older adults. 2nd Ed., Human Kinetics.
Bompa, T. & Haff, G. (2009). Periodization: Theory and methodology of training. 5th Ed., Human Kinetics.
DePauw, K. & Gavron, S. (2005). Disability Sport. 2nd Ed., Human Kinetics.
Fitzgerald, H. (2009). Disability and youth sport. Routledge.
Horvat, M., Block, M. & Kelly, L. (2007). Developmental and adapted physical activity assessment. Human Kinetics.
Sherrill, C. (2004). Adapted Physical Activity, Recreation and Sport. 6th Ed., McGraw-Hill.
Winnick, J. (2010). Adapted physical education and sport. 5th Ed., Human Kinetics

Mapa IX - Desporto de Opção II - Natação / Optional Sport II - Swimming

6.2.1.1. Unidade curricular:

Desporto de Opção II - Natação / Optional Sport II - Swimming

6.2.1.2. Docente responsável e respectivas horas de contacto na unidade curricular (preencher o nome completo):

Luis Manuel Pinto Lopes Rama - Diurno + Pós-laboral: TP22,5 (Total: 22,5)

6.2.1.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:

Não existem.

6.2.1.3. Other academic staff and lecturing load in the curricular unit:

Does not exist.

6.2.1.4. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):

A disciplina está orientada para o estudo dos fatores específicos do treino da Natação Pura Desportiva. Serão abordados os fundamentos e dos principais métodos do treino aeróbio, anaeróbio, velocidade e treino complementar da força e flexibilidade. Serão apresentados os princípios orientadores da planificação e periodização do treino e por último será apresentada uma proposta de plano da carreira desportiva. No final do semestre os estudantes deverão:

- a) Conhecer os modelos das organizações da natação desportiva*
- b) Demonstrar capacidade de programar e conduzir sessões de treino*
- c) Dominar os pressupostos da carreira desportiva em natação*

6.2.1.4. Learning outcomes of the curricular unit:

The course is oriented towards the study of specific factors related to the training of Swimming Sports. It will examine the fundamentals and the methods for aerobic, anaerobic and speed training. Additionally it addresses the strength and flexibility training specific for swimming. Will be presented the guiding principles of planning and periodization and finally we will present a proposed of sports career

At the end of the semester students will:

- a) Understand the models of swimming sports organizations*
- b) Demonstrated ability to plan and conduct training sessions*
- c) Know the assumptions of the sporting career in swimming*

6.2.1.5. Conteúdos programáticos:

*Fundamentos e objetivos do treino em natação pura desportiva
Zonas de intensidade do treino em NPD. O treino aeróbio em natação
O treino anaeróbio. O treino de velocidade. O treino fora de água
O treino da força. Importância da Força no rendimento em NPD Especificidade dos meios de treino. O treino da flexibilidade A importância da Flexibilidade em NPD. O treino técnico. A importância da técnica em NPD. Fases de aquisição da técnica.
O treino táctico. As implicações bio-energéticas. Modelos uniformes e progressivos
O plano de carreira em NPD Crescimento, maturação, desenvolvimento Progressão da carga de treino. Etapa da formação técnica; Etapa do treino de base ; Etapa da Especialização; Objectivos e conteúdos comportamentais do treino físico e técnico papel da competição A carga de treino Planeamento e periodização
O treino de alto rendimento. Planeamento e periodização do treino em, NPD. Modelos clássicos e Macrociclos integrados. Monitorização e controlo do treino em NPD*

6.2.1.5. Syllabus:

Fundamentals and objectives of swimming training. The energetic in swimming training: the aerobic and anaerobic training. The speed training. Land Training for swimming. Importance of strength to swimming performance. Specificity means to strength training. The importance of flexibility in swimming. The technical training. The importance of technique in swimming. Phases for technique acquisition. The tactical training. The bio-energy implications. The career path in swimming. Importance of growth, maturation, development for training load progression. The stages swimming development; The beginning phase, the basic training phase; the specialization, contents of technical and physical training. The role of competition and adequate planning and periodization strategies. The high-performance training level. Planning and periodization training in swimming. Classic and integrated macrocycles. Monitoring and control training adaptation in swimming

6.2.1.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular.

Os conteúdos seleccionados estão em coerência total com os objetivos definidos para a unidade curricular, uma vez que as primeiras sessões abordam conteúdos necessários para a compreensão do processo do treino em natação desportiva. As sessões de contacto seguintes debruçam-se sobre os mecanismos do planeamento e da periodização, Por fim os últimos conteúdos seleccionados correspondem à necessidade de entender a formação dos nadadores como um processo a longo prazo, com etapas bem definidas nos objetivos e na treinabilidade. São teoricamente abordados os conceitos exigidos para o desempenho da função de treinador, reforçado pela experiência desenvolvida na componente prática.

6.2.1.6. Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's objectives.

The contents are selected in full consistency with the objectives set for the course, since the first sessions addressing content needed for understanding the process of training in swimming sports. The next contact sessions focus in the mechanisms of planning and periodization, Finally the last selected contents correspond to the need of understand the the swimmers career as a long term process, with well-defined stages in the objectives and trainability. The concepts discussed are theoretically required for the coaching performance and function, enhanced by the experience developed in the practical component.

6.2.1.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

*As sessões teóricas seguirão um carácter expositivo centradas na apresentação de temas fundamentais para a compreensão do processo de treino de NPD. As sessões teórico-práticas decorrerão em ambiente de treino supervisionado. Os alunos serão submetidos a um processo de avaliação contínua, efetuada ao longo do semestre, valorizando o empenho e a participação e nas aulas e nas tarefas definidas. Desde que cumpridos os pré-requisitos da avaliação contínua relativos à assiduidade de acordo com as normas em vigor os estudantes deverão cumprir as seguintes tarefas: a) Ficha de avaliação b) Construção de dossier relativo ao trabalho; c) Trabalho individual de observação de competição. A nota final resultará do seguinte procedimento: Nota Final = Relatório de observação de competição * 0,2 + Dossier de grupo de observação de treino * 0,4 + Ficha de avaliação * 0,4 Em nenhum destes aspetos objeto de avaliação o estudante poderá ter classificação inferior a 10 valores .*

6.2.1.7. Teaching methodologies (including evaluation):

*The theoretical sessions will follow an expository presentation of key issues for understanding the training process in swimming. The theoretical and practical sessions will take place in supervised training environment. Students will undergo a process of continuous assessment, carried out during the semester, highlighting the commitment and participation in classes and in the tasks defined. Since they met the prerequisites for the continuous assessment of attendance in accordance with the rules students must fulfill the following tasks: a) written test based on the theoretical concepts discussed b) a work group related to the observation and monitoring the team training they were work to; c) individual work of observation of competition. The final result on the following: Note = Final Report on observation of the competition * 0.2 + observation work group of training schedule * 0,4 + 0.4 * written test. In none of these situations the student may be rated less than 10 values*

6.2.1.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade curricular.

Os indicadores do SGQP que traduzem a perceção dos estudantes neste âmbito de adequação, revelam uma opção generalizada de metodologias concordantes com os objetivos. Os critérios utilizados nesta monitorização revelam score médio de 4.2 +/-0.2 numa escala de 1 a 5 incluindo os seguintes critérios: C- Adequação da carga de esforço exigida; D- Adequação e disponibilidade da bibliografia e outros elementos de apoio à aprendizagem; E- Apreciação média global da qualidade das aprendizagens; F- Perceção dos estudantes sobre os resultados da aprendizagem que conseguiram alcançar; G- Clareza dos programas, objetivos pedagógicos e critérios da avaliação; H- Não sobreposição de conteúdos com outras unidades curriculares; I- Clareza e adequação dos métodos e critérios de avaliação; J- Boa articulação entre matérias teóricas e práticas; L- Adequação do número de estudantes por turma; M- Perceção dos estudantes sobre a sua participação ativa nos processos de aprendizagem; N- Perceção dos estudantes sobre o desenvolvimento de competências de análise e reflexão crítica; O- Apreciação global dos estudantes sobre a sua própria prestação.

6.2.1.8. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.

The SGQP indicators reveal a widespread option of methodologies consistent with the main goals. The criteria used in this monitoring reveal an average score of 4.2 +/-0.2 on a scale from 1 to 5 including the following criteria: C-Adequacy of the effort required; D-Adequacy and availability of the bibliography and other elements to support learning; E - Assessment of the overall average quality of learning; F-perception of students about the learning outcomes they have achieved; G-Clarity programs, educational objectives and evaluation criteria; H-content not overlap with other courses, I-Clarity and adequacy of methods and evaluation criteria; J-Good coordination between the theoretical and practical, L-adequacy of the number of students per class, M-perception of students on their active participation in the learning process, N-perception of students about the development of analytical skills and critical thinking; O-overall assessment of students on their own service.

6.2.1.9. Bibliografia principal:

Maglíscho, E (2003). Swimming fastest. HK

Manso, J. (1999). Alto Rendimento. La Adaptación y la Excelencia deportiva. Madrid: EG.

Morouço, P., Keskinen, K., Vilas-Boas, J., & Fernandes, R. (2011). Relationship between tethered forces and the four swimming techniques performance. JAB, 27(2), 161.

Neiva, H. P., Fernandes, R. J., & Vilas-Boas, J. P. (2010). Anaerobic Critical Velocity in Four Swimming Techniques. IJSM(EFirst).

Rama, L., Santos, J., Gomes, P., & Alves, F. (2006, June). Determinant factors related to performance in young swimmers. Paper presented at the Xth International Symposium on Biomechanics and Medicine in Swimming, University of Porto.

Toubekis, A. G., Vasilaki, A., Douda, H., Gourgoulis, V., & Tokmakidis, S. (2011). Physiological responses during interval training at relative to critical velocity intensity in young swimmers. [doi: DOI: 10.1016/j.jsams.2011.03.002]. Journal of Science and Medicine in Sport, In Press, Corrected Proof.

Mapa IX - Estudos Práticos I - Natação / Pratical Studies I - Swimming**6.2.1.1. Unidade curricular:***Estudos Práticos I - Natação / Pratical Studies I - Swimming***6.2.1.2. Docente responsável e respectivas horas de contacto na unidade curricular (preencher o nome completo):***Luis Manuel Pinto Lopes Rama***6.2.1.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:***José Manuel Leitão Borges - Diurno: TP90 + Pós-laboral: TP30 (Total: 120)***6.2.1.3. Other academic staff and lecturing load in the curricular unit:***José Manuel Leitão Borges - Daytime: TP90 + After working hours: TP30 (Total: 120)***6.2.1.4. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):***A disciplina apresenta um quadro de conhecimentos essenciais para: (1) o domínio do meio aquático e das técnicas da natação pura desportiva (NPD). (2) no plano teórico os conteúdos da disciplina objetivam a análise dos mecanismos da adaptação ao meio aquática e da compreensão dos modelos técnicos da NPD.**No final do semestre os alunos deverão ser capazes de representar com qualidade aceitável as técnicas da natação pura desportiva, e conhecer um conjunto alargado de estratégias para o ensino e aperfeiçoamento das mesmas***6.2.1.4. Learning outcomes of the curricular unit:***This course presents a framework of essential knowledge of: (1) domain of the aquatic environment and the techniques of swimming sport (2) the theoretical content of the course aimed to analyze the mechanisms of adaptation to the aquatic environment and the knowledge the technical models (Swimming strokes).**At the end of the semester students should be able to represent with acceptable quality the four swimming strokes, and the knowledge of wide range of strategies for teaching.***6.2.1.5. Conteúdos programáticos:***1) A adaptação ao Meio Aquático, Determinantes fundamentais: Habilidades motoras aquáticas básicas: Equilíbrio – Flutuação; Respiração; Propulsão; Entrada Etapas da adaptação ao meio aquático - Níveis da Adaptação ao Meio Aquático (AMA). O Jogo aquático educativo como estratégia privilegiada na AMA.**2) Os modelos técnicos da natação pura desportiva: Costas, Crol, Bruços e Mariposa. Análise da mecânica básica: a posição do corpo; o rolamento dos ombros; o movimento dos membros inferiores; o movimento dos membros superiores; a respiração; sincronização braços respiração; sincronização global. O modelo técnico do salto de partida: componentes críticas Exercícios de aprendizagem e correção. Análise dos erros frequentes. O caso particular do salto de costas. As viragens em NPD. Viragens com enrolamento e diretas Particularidades na mudança de técnica (provas de estilos). Sequência Metodológica. Exercícios de aprendizagem e aperfeiçoamento.***6.2.1.5. Syllabus:***Determinants of human aquatic adaptation. Basic skills: Balanced - Floating, Breath; Propulsion; The first stages of adaptation to the aquatic environment - Levels of Water Environment Adaptation (AMA). The game approach as well adapted strategy for teaching and learning in swimming. The swimming strokes: Back, Crawl, Breaststroke and Butterfly. Analysis of the mechanics, body position, the shoulders roll, the movement of the arms, the movement of legs, breathing, synchronizing breathing with arms; global synchronization. The start: exercises for learning, critical components of teaching and correction. Analysis of frequent errors. The particular case of jumping to backstroke. The turns: the flip and the open turns. Methodological sequence. Exercises for learning and improvement.***6.2.1.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular.***Os conteúdos selecionados estão em coerência total com os objetivos definidos para a unidade curricular, com os objetivos (1 e 2) diretamente associado aos conteúdos programáticos definidos em (1) e (2) respetivamente.***6.2.1.6. Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's objectives.***The contents are selected in full consistency with the objectives set for the course, with the objectives (1 and 2) directly associated with program content defined in (1) and (2) respectively.***6.2.1.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):***Variando em cada sessão prática o tema principal os alunos são convidados a realizar tarefas práticas de aprendizagem, dirigidas pelo professor, dispendo os estudantes de tempo para a exercitação com a finalidade de melhorar a representação de modelos técnicos eficientes. São ainda convidados em pequenos grupos a*

desenvolver tarefas de observação do erro técnico e a intervir com o objetivo de adquirir competências na correção dos erros evidenciados pelos parceiros. O modelo de avaliação adotado será contínuo, considerando o empenho e assiduidade nas atividades curriculares. No final do semestre os estudantes serão submetidos a uma prova prática de 4 x 50 metros em cada técnica (M-C-B-L), onde serão pontuados quantitativamente (40%) e qualitativamente (60%), e um teste teórico. A nota final resultará da média ponderada obtida pela avaliação teórica (30%) e avaliação prática (70%).

6.2.1.7. Teaching methodologies (including evaluation):

Varying the main objective in each practice session, students are invited to carry out practical tasks conducted by the teacher, providing time for students practice in order to improve their representation of strokes. They also are invited to, in small groups, to develop observation tasks of the technical error and to act in order to acquire skills for errors correction. The evaluation model adopted will be continuous, considering the zeal and assiduity in curricular activities. At the end of the semester students will undergo a practical test of 4 x 25 meters in each technique (MCBL), which will be scored quantitatively (40%) and qualitatively (60%), and a theory test. The final result of the weighted average obtained by the theoretical evaluation (30%) and practical assessment (70%).

6.2.1.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade curricular.

Os indicadores do SGQP que traduzem a perceção dos estudantes neste âmbito de adequação, revelam uma a opção generalizada de metodologias concordantes com os objetivos. Os critérios utilizados nesta monitorização revelam score médio de 4.0 +/-0.3 numa escala de 1 a 5 incluindo os seguintes critérios: C- Adequação da carga de esforço exigida; D- Adequação e disponibilidade da bibliografia e outros elementos de apoio à aprendizagem; E- Apreciação média global da qualidade das aprendizagens; F- Perceção dos estudantes sobre os resultados da aprendizagem que conseguiram alcançar; G- Clareza dos programas, objetivos pedagógicos e critérios da avaliação; H- Não sobreposição de conteúdos com outras unidades curriculares; I- Clareza e adequação dos métodos e critérios de avaliação; J- Boa articulação entre matérias teóricas e práticas; L- Adequação do número de estudantes por turma; M- Perceção dos estudantes sobre a sua participação ativa nos processos de aprendizagem; N- Perceção dos estudantes sobre o desenvolvimento de competências de análise e reflexão crítica; O- Apreciação global dos estudantes sobre a sua própria prestação.

6.2.1.8. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.

The SGQP indicators reveal a widespread option of methodologies consistent with the main goals. The criteria used in this monitoring reveal an average score of 4.0 +/-0.3 on a scale from 1 to 5 including the following criteria: C-Adequacy of the effort required; D-Adequacy and availability of the bibliography and other elements to support learning, E - Assessment of the overall average quality of learning; F-perception of students about the learning outcomes they have achieved; G-Clarity programs, educational objectives and evaluation criteria; H-content not overlap with other courses, I-Clarity and adequacy of methods and evaluation criteria; J-Good coordination between the theoretical and practical, L-adequacy of the number of students per class, M-perception of students on their active participation in the learning process, N-perception of students about the development of analytical skills and critical thinking; O-overall assessment of students on their own service

6.2.1.9. Bibliografia principal:

Barbosa T, Queirós (2004) Ensino da Natação. Uma perspectiva metodológica para a abordagem das habilidades motoras aquáticas básicas. Coleção Desporto base. Xistarca.
Bucher, W.,Messmer,C.,Salzman,F. (1986). 1000 exercices et jeux de Natation. Paris. Vigot.
Chollet, D. (1997). Natation sportive approche scientifique. (2^e edition). Paris. Vigot.
Rama, L. (2003) O ensino da Natação da escola...aos clubes: abordagem do modelo de C. Dubois e J.P. Robin. F.C.D.E.F Coimbra.
Rama L. (2009) Análise das técnicas da Natação Pura Desportiva. FCDEF. (Documento de estudo facultado on-line)

Mapa IX - Ética e Direito Desportivo / Ethics and Sport Law

6.2.1.1. Unidade curricular:

Ética e Direito Desportivo / Ethics and Sport Law

6.2.1.2. Docente responsável e respectivas horas de contacto na unidade curricular (preencher o nome completo):

Carlos Eduardo de Barros Gonçalves - Diurno: TP67,5 + Pós-laboral: TP52,5 (Total: 120)

6.2.1.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:

Não existem.

6.2.1.3. Other academic staff and lecturing load in the curricular unit:

Does not exist.

6.2.1.4. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):

A disciplina tem por objectivo o aprofundamento do conhecimento da ética e dos valores formativos do desporto. Identificar os princípios éticos e o quadro legal ou normativo do desporto. Contextualizar no quadro da mudança social as práticas de quebra de fair play e o quadro legal preventivo e sancionatório. Aprofundar o conhecimento da ética e dos valores; Domínio dos princípios éticos do desporto; - Conhecimento do quadro legal sancionatório; Interpretar os dispositivos normativos legais; Compreender e integrar as tendências da mudança; Relacionar os factos; Capacidade crítica na análise da realidade; Participar no debate de ideias com base na realidade empírica.

6.2.1.4. Learning outcomes of the curricular unit:

The unit aims to deepen the knowledge about ethics in sport and the legal framework of sport, contextualizing the law system and social understanding of fairplay.

Competencies: to know the ethical grounds of sport and its legal framework; to interpret the current laws; to understand the modern trends; to analyze critically the reality and to debate the empirical issues.

6.2.1.5. Conteúdos programáticos:

- i) Introdução ao Estudo da Ética e do Direito;*
- ii) Valores e Princípios Éticos do Desporto;*
- iii) Regulamentação do Desporto;*
- iv) Manifestações de Quebra de Princípios e Medidas Preventivas;*
- v) Ética do Desporto, Mudanças e Tendências.*

6.2.1.5. Syllabus:

- i) introduction to the study of ethics in sport*
- ii) values and ethical fundamentals of sport;*
- iii) sport law;*
- iv) breaking the rules and preventive measures;*
- v) changes and trends in sport ethics*

6.2.1.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular.

Os conteúdos programáticos abordam os contextos culturais em que decorre o treino desportivo e o papel do profissional como agente no processo, conferindo ao estudante as competências de compreensão e de crítica necessárias à compreensão dos problemas levantados pela prática e à sua inserção profissional. A centralidade do pensamento reflexivo nos conteúdos programáticos representam o contributo da disciplina para a preparação para futura intervenção prática.

6.2.1.6. Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's objectives.

The central role of the reflexive thinking and of professionals' philosophy in the structure of knowledge, represent the key contribution of the unit to the aim of an informed and critical professional intervention.

6.2.1.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

Aulas teóricas com apresentações em PowerPoint. Análise de dispositivos legais nas aulas teórico-práticas. Com base na bibliografia, exercício de síntese e leitura crítica através da elaboração de um trabalho de recensão crítica pelos alunos. Participação nas aulas teórico-prática através da pesquisa de textos seguida de debate.

A avaliação contínua exige a assiduidade dos alunos às sessões de contacto, com a realização dos seguintes momentos de avaliação: (a) Apresentação oral de um dispositivo legal (45%); (b) Realização de uma breve apresentação oral de um artigo/capítulo (30%); (c) Apresentação oral com nota escrita da Carta Olímpica/ Código de Ética do COI (15%); (d) Participação regular nas sessões de contacto (10%). Os alunos que obtiverem uma classificação inferior a 9,5 realizam obrigatoriamente o exame final.

Exame - Todos conteúdos - 100% da nota final. O exame final terá oral obrigatória para notas entre 7,5 e 9,5 valores.

6.2.1.7. Teaching methodologies (including evaluation):

Lectures with Power Point presentations. Analysis of legal prescriptions in the practical courses. Syntesis of reference papers by the students. Debate about empirical reality. Movie analysis.

The students must attend the courses and: a) oral presentation of a legal prescription (45%); b) oral recension of an article/chapter (30%); c) oral presentation of the Olympic Chart (15%); d) attendance of the courses (10%). The students with marks below 8,5 must present to exam.

6.2.1.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade curricular.

As metodologias de ensino preparam o estudante para agir em contexto de intervenção profissional, recolhendo informação junto dos principais agentes e debatendo os resultados observados. A capacidade crítica constrói-se também através de leituras e debate oral, e apresentação escrita de argumentos sustentados teoricamente.

6.2.1.8. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.

The teaching methods prepare the students to act in a professional intervention context, collecting information from the main agents and debating the observed results. Critical capacities are built also through lecture of relevant texts, oral debates and written presentation of theoretically grounded arguments.

6.2.1.9. Bibliografia principal:

*Boxill, J. (ed.) (2006), Sports Ethics. An Anthology (3). Oxford: Blackwell Publishing.
Dunning, E., P. Murphy, I. Waddington, A. E. Astrinakis (eds.) (2002), Fighting Fans. Football Hooliganism as a World Phenomenon. Dublin: University College Dublin Press.
Greenfield, S. & G. Osborn (eds.) (2000), Law and Sport in Contemporary Society. London: Frank Cass.
Marivoet, S. (2007), Ética do Desporto. Princípios, Práticas e Tendências. Análise sociológica do caso*

Mapa IX - Gerontologia Educativa e Desportiva / Sportive and Educative Gerontology

6.2.1.1. Unidade curricular:

Gerontologia Educativa e Desportiva / Sportive and Educative Gerontology

6.2.1.2. Docente responsável e respectivas horas de contacto na unidade curricular (preencher o nome completo):

Raul Agostinho Simões Martins - Diurno: TP67,5 + Pós-laboral: TP45 (Total: 112,5)

6.2.1.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:

Não existem.

6.2.1.3. Other academic staff and lecturing load in the curricular unit:

Does not exist.

6.2.1.4. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):

O desenvolvimento programático seleccionado objectiva a formação na área da avaliação, prescrição e promoção de programas de exercício físico para a pessoa idosa. Pretende-se uma liderança de prática assente numa sólida formação conceptual em aspectos como:

[1] Administração de testes para avaliar a autonomia funcional dos idosos.

[2] Concepção, prescrição e execução de programas individuais ou de grupo tendo em vista a qualidade de vida da pessoa idosa.

[3] Aconselhamento aos participantes nos programas com necessidade de modificações comportamentais e de alterações terapêuticas do estilo de vida (ATEV).

[4] Organização e operação de espaços destinados à prática de exercício físico para pessoas idosas.

6.2.1.4. Learning outcomes of the curricular unit:

The scheduled program pursues a strong formation on physical exercise evaluation, prescription and promotion for older adults. One intends a leadership of practice based on strong conceptual formation about:

[1] Administration of tests to evaluate functional autonomy of older adults.

[2] Creation, prescription, and operationalization of individual and group programs to promote quality of life of older people.

[3] Advice to participants with needs of behavioral changes.

[4] Organization and management of facilities to increase the functional autonomy of older adults.

6.2.1.5. Conteúdos programáticos:

1) Demografia e epidemiologia associadas com a pessoa idosa e a actividade física.

[2] Determinantes do envelhecimento: Teorias biológicas. Teorias psicológicas. Teorias sociológicas.

[3] Declínio das capacidades funcionais com a idade.

[4] Exercício físico regular e capacidade funcional em idosos

[5] Avaliação da autonomia funcional dos idosos.

[6] Exercício físico, idosos e independência funcional.

[7] Programas de intervenção de exercício físico em idosos.

[8] Prescrição de exercício físico em idosos.

[9] Aspectos nutricionais da actividade física e do idoso.

6.2.1.5. Syllabus:

[1] Demography and epidemiology associated with older adults and physical activity.

[2] Aging theories: biological; psychological; sociological.

[3] Functional adaptations to the aging, and physical exercise positive effects.

[4] Regular physical exercise and functional capacity of older adults.

[5] Evaluation of the functional fitness of older adults.

[6] Physical exercise, older adults and functional autonomy.

[7] Programs of intervention with physical exercise in older adults.

[8] Prescription of the physical exercise to promote behavior changes.

[9] Physical exercise and nutrition in older adults.

6.2.1.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular.

A coerência é demonstrada pelas respostas aos inquéritos SGQP (Sistema de Gestão da Qualidade Pedagógica) da Universidade de Coimbra, preenchidos pelos estudantes em 2011, podendo observar-se os seguintes valores:

i) Adequação e disponibilidade da bibliografia e outros elementos de apoio à aprendizagem – 4.2

ii) Apreciação média global da qualidade das aprendizagens – 4.4

iii) Perceção dos estudantes sobre os resultados da aprendizagem que conseguiram alcançar – 4.4

iv) Clareza dos programas, objetivos pedagógicos e critérios de avaliação – 4.4

v) Não sobreposição de conteúdos com outras unidades curriculares – 4.3

vi) Clareza e adequação dos métodos e critérios de avaliação – 4.3

vii) Boa articulação entre matérias teóricas e práticas – 4.3

viii) Apreciação global dos estudantes sobre a sua própria prestação – 4.6

6.2.1.6. Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's objectives.

Coherence is demonstrated by the SGQP (System of Management of the Pedagogic Quality) answers of the students in 2011. Results are as follow:

i) Adequacy of bibliography to support learning process – 4.2

ii) Global mean appreciation of the quality of learning elements – 4.4

iii) Perception of the students about the results they reached - 4.4

iv) Clarity of the program, pedagogic objectives and evaluation criteria – 4.4

v) Non-overlapping of contents with other curricular units – 4.3

vi) Clarity and adequacy of methods and evaluation criteria – 4.3

vii) Good articulation between teretical and theoretical.practical lessons – 4.3

viii) Global appreciation of the students about their own performance – 4.6

6.2.1.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

Método de ensino presencial com aulas expositivas, a que acresce uma componente de aprendizagem baseada na resolução de problemas, particularmente nas aulas teórico-práticas.

[A] Avaliação das aulas teóricas

Realização de dois testes escritos, contribuindo cada um com 50% para a classificação teórica.

[B] Avaliação das aulas teórico-práticas

Realização de um teste escrito que representa 40% da classificação.

Realização de um trabalho escrito, com apresentação oral, que representa 60% da classificação teórico-prática.

[C] Classificação final: 50% x teórica + 50% x teórico-prática

[D] Avaliação oral para alunos com média final entre 7.5 e 9.4 valores e maior que 16.4 valores.

6.2.1.7. Teaching methodologies (including evaluation):

Method based on face-to-face exposition, and on another component based on problem resolutions and oral presentations of written works.

[A] Theoretical (T) evaluation

Two written tests, contributing each with 50% to the final theoretical classification.

[B] Theoretical-practical (TP) evaluation

One written test, contributing with 40%

One written paper, with oral presentation, contributing with 60%.

[C] Final classification: 50% x T + 50% x TP

[D] Oral evaluation to the students with final mean between 7.5 and 9.4, and above 16.4.

6.2.1.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade curricular.

A coerência é demonstrada pelas respostas aos inquéritos SGQP (Sistema de Gestão da Qualidade Pedagógica) da Universidade de Coimbra, preenchidos pelos estudantes em 2011, podendo observar-se os seguintes valores:

- i) Adequação e disponibilidade da bibliografia e outros elementos de apoio à aprendizagem – 4.2*
- ii) Apreciação média global da qualidade das aprendizagens – 4.4*
- iii) Perceção dos estudantes sobre os resultados da aprendizagem que conseguiram alcançar – 4.4*
- iv) Clareza dos programas, objetivos pedagógicos e critérios de avaliação – 4.4*
- v) Não sobreposição de conteúdos com outras unidades curriculares – 4.3*
- vi) Clareza e adequação dos métodos e critérios de avaliação – 4.3*
- vii) Boa articulação entre matérias teóricas e práticas – 4.3*
- viii) Apreciação global dos estudantes sobre a sua própria prestação – 4.6*

6.2.1.8. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.

Coherence is demonstrated by the SGQP (System of Management of the Pedagogic Quality) answers of the students in 2011. Results are as follow:

- i) Adequacy of bibliography to support learning process – 4.2*
- ii) Global mean appreciation of the quality of learning elements – 4.4*
- iii) Perception of the students about the results they reached - 4.4*
- iv) Clarity of the program, pedagogic objectives and evaluation criteria – 4.4*
- v) Non-overlapping of contents with other curricular units – 4.3*
- vi) Clarity and adequacy of methods and evaluation criteria – 4.3*
- vii) Good articulation between teretical and theoretical.practical lessons – 4.3*
- viii) Global appreciation of the students about their own performance – 4.6*

6.2.1.9. Bibliografia principal:

- [1] American College of Sports Medicine (2009). ACSM's Guidelines for Exercise Testing and Prescription, 8th Ed., Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.*
- [2] Bonita R, Beaglehole R & Kjellstrom T (2006). Basic Epidemiology (2nd Ed.). Geneva: World Health Organization.*
- [3] Dishman RK, Washburn RA & Heath GW (2004). Physical Activity Epidemiology, Champaign, IL: Human Kinetics.*
- [4] Hardman AE & Stensel DJ (2009). Physical Activity and Health: The Evidence Explained, 2nd Ed., London: Routledge.*
- [5] Martins R (2006). Exercício Físico e Saúde Pública, Lisboa: Livros Horizonte.*
- [6] Rikli RE & Jones CJ (2001). Senior Fitness Test Manual, Champaign, IL: Human Kinetics.*
- [7] Spirduso WW, Francis KL & MacRae PG (2005). Physical Dimensions of Aging, 2nd Ed., Champaign, IL: Human Kinetics.*
- [8] Taylor AW & Johnson MJ (2008). Physiology of Exercise and Healthy Aging, Champaign, IL: Human Kinetics.*

Mapa IX - Estudos Práticos II – Voleibol / Pratical Studies II - Volleyball

6.2.1.1. Unidade curricular:

Estudos Práticos II – Voleibol / Pratical Studies II - Volleyball

6.2.1.2. Docente responsável e respectivas horas de contacto na unidade curricular (preencher o nome completo):

Maria João Carvalheiro Campos - Diurno: TP90 + Pós-laboral: TP30 (Total: 120)

6.2.1.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:

Não existem.

6.2.1.3. Other academic staff and lecturing load in the curricular unit:

Does not exist.

6.2.1.4. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):

Objetivos da Unidade Curricular:

- Caracterizar o jogo de voleibol*
- Identificar as regras básicas do jogo*
- Interpretar as ações técnicas e táticas da modalidade*

– Organizar e estruturar um programa de ensino do jogo

No final do bloco de Voleibol o aluno deverá ser capaz de:

- Identificar as regras básicas do jogo.**
- Caracterizar o jogo de Voleibol, conhecendo a sua dinâmica, conceitos e princípios.**
- Organizar e estruturar um programa de ensino do jogo para um nível inicial de prática, recorrendo à terminologia e simbologia própria da modalidade.**
- Interpretar as ações motoras implicadas nos conteúdos técnicos e técnico-táticos.**
- Utilizar, criar e adaptar instrumentos de avaliação adequados ao nível de prática, quer na perspetiva do ensino da Educação Física quer no âmbito do Desporto Escolar, quer na vertente do treino desportivo de rendimento**

6.2.1.4. Learning outcomes of the curricular unit:

Objectives of the Course Unit:

- Characterize volleyball game**
- Identify basic rules**
- Interpret the tactics and techniques**
- Organizing and structuring a volleyball teaching program**

At the end of the Volleyball course unit the student should be able to:

- Identify the basic rules of the game.**
- Characterize the volleyball game, knowing its dynamics, concepts and principles.**
- Organize and structure a program for teaching the game to an initial level of practice, using the formal terminology and symbols.**
- Understand the physical actions involved in tactical-technical and technical content.**
- Use, create and adapt appropriate evaluation instruments at the level of practice, in the perspective of teaching physical education, in the context of school sports and sports training.**

6.2.1.5. Conteúdos programáticos:

- 1. História do Jogo.**
- 2. Regras do jogo.**
- 3. Técnica individual.**
 - 3.1 Posições fundamentais (baixa, média e alta).**
 - 3.2 Deslocamentos (passo caçado e com cruzamento dos apoios).**
 - 3.3 Passe**
 - 3.3.1 Passe em apoio (frente, costas e lateral)**
 - 3.3.2 Passe em suspensão (frente, costas e lateral)**
 - 3.4 Manchete**
 - 3.4.1 Manchete de frente**
 - 3.4.2 Manchete lateral**
 - 3.5 Serviço**
 - 3.5.1 Serviço por baixo**
 - 3.5.2 Serviço por cima (tipo ténis)**
 - 3.6 Ataque**
 - 3.6.1 Remate - As fases do remate: a corrida, a chamada, o salto, o batimento, a queda.**
 - 3.6.2 Amortie**
 - 3.7 Bloco.**
- 4. Tática Individual.**
- 5. Táticas Coletivas.**
 - 5.1 Sistemas de ataque.**
 - 5.2 Sistemas de receção.**
 - 5.4 Sistema de defesa.**
- 6. Jogos reduzidos cooperativos e de oposição (1x1; 2x2; 3x3 e 4x4)**

6.2.1.5. Syllabus:

- 1. History of the game.**
- 2. Rules of the game.**
- 3. Individual technique.**
 - 3.1 Basic positions (low, medium and high). Volleyball stance.**
 - 3.2 Footwork drills - shuffling.**
 - 3.3 The set / overhand pass**
 - 3.3.1 set (front, back and side)**
 - 3.3.2 set in suspension (front, back and side)**
 - 3.4 the forearm pass/ dig (bump)**
 - 3.4.1 front**
 - 3.4.2 side**
 - 3.5 the serve**
 - 3.5.1 underarm serve**

3.5.2 overarm serve**3.6 attack****3.6.1 the spike: the race, the call, the jump, the spike, the fall.****3.6.2 amortie.****3.7 the block.****4. Individual tactic.****5. Collective tactics.****5.1 attack systems.****5.2 reception systems.****5.4 defensive systems.****6. Volleyball mini games - reduced opposition and cooperative games (1 x 1; 2x2; 3x 3; 4 x 4)****6.2.1.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular.**

Sendo os objetivos principais da unidade curricular, caracterizar o jogo de voleibol, identificar as regras básicas do jogo; interpretar as ações técnicas e táticas da modalidade e organizar e estruturar um programa de ensino do jogo, os conteúdos programáticos pretendem ir de encontro à consecução desses objetivos, que em última análise tem como finalidade dotar o estudante de competências pedagógicas que lhe permita estruturar um programa de ensino do jogo de voleibol, num contexto escolar ou de treino desportivo para crianças e jovens. Consideramos que os conteúdos programáticos são coerentes com as competências e os resultados de aprendizagem que os estudantes deverão demonstrar após completar a unidade curricular.

6.2.1.6. Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's objectives.

Being the purposes of the course unit to characterize volleyball game, to identify basic rules, to interpret the tactics and techniques and to organize and structure a volleyball teaching program, the teaching methodologies go alongside with the achievement of these goals, which ultimately results in pedagogical competences to structure a program for teaching volleyball game to an initial level of practice. We believe that the syllabus is consistent with the competences and learning outcomes that students should demonstrate after completing the course unit.

6.2.1.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

A metodologia de ensino exposição teórico-prática e sessões práticas.

A Avaliação tem em consideração a Avaliação Teórica e a Avaliação Prática.

- *A Avaliação Teórica contempla a realização de uma Ficha de Avaliação Escrita (6 valores) e a elaboração de um Caderno Técnico (2 valores);*
- *A Avaliação Prática considera o Desempenho Psicomotor (12 valores).*

6.2.1.7. Teaching methodologies (including evaluation):

The teaching methodology includes theoretical and practical lessons.

The evaluation process takes into account the theoretical and practical assessment.

- *The Theoretical Evaluation contemplates a test (6 points) and a fieldwork (2 points);*
- *The practical assessment considers the psychomotor performance (12 points).*

6.2.1.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade curricular.

O sucesso dos resultados da aprendizagem está intimamente ligado com a metodologia de ensino aplicada, pelo que consideramos que as metodologias de ensino e respetivo método de avaliação são coerentes com as competências e os resultados de aprendizagem que os estudantes deverão demonstrar após completar a unidade curricular.

Torna-se fundamental a aferição dos conhecimentos através da realização de um teste escrito que contempla os conteúdos programáticos abordados nas aulas, no entanto o método de avaliação não se esgota nessa aferição e é dada ênfase à apresentação de trabalhos com componente teórico-prática, na qual é solicitado aos estudantes por um lado, uma pesquisa bibliográfica e por outro, um trabalho de campo. Uma vez que é uma unidade curricular prática o desempenho psicomotor é também alvo de avaliação.

6.2.1.8. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.

The success of learning outcomes is closely connected with the teaching methodology applied and we believe that both teaching methodologies and method of assessment are consistent with the competences and learning outcomes that students should demonstrate after completing the course unit.

It becomes crucial to assess students through a written test that include the syllabus covered in classes, however the method of evaluation is not exhausted in this type of assessment and is given emphasis to presentations with theoretical-practical component, which is prompted students with bibliographic research and fieldwork. Also the performance is assessed.

6.2.1.9. Bibliografia principal:

- American Volleyball Coaches Association (1987). Coaching Volleyball. Ed. Kinda S. Asher. Indianapolis.*
Gomes, A.C. & Campos, M. J. (2011). Documento de apoio de Estudos Práticos - Voleibol. FCDEF-UC.
Federação Portuguesa de Voleibol (1998). Manual de Treinadores - Volumes I e II.
Fraga, A. (1995). Conhecer o Voleibol. Edições Universitárias Lusófonas (ed). Coleção Educação Física e Desporto, 2, UL.
Fraga, A. (1998). Voleibol – A Formação de Jovens Praticantes. Gabinete Coordenador do Desporto Escolar.
McGown, C. (1994). Science of Coaching Volleyball. Human Kinetics Publishers. USA.
Mesquita, I. (1994). O ensino do Voleibol – Proposta metodológica. In O ensino dos jogos desportivos:153-199. A. Graça & J. Oliveira (Eds). Centro de Estudos dos Jogos Desportivos. FCDEF-UP.
Neville, W. J. (1990). Coaching Volleyball Successfully. Leisure Press. Champaign, USA.
Vargas, R. (1976). La táctica del voleibol en competición. Ricardo Rodriguez (ed). Madrid.

Mapa IX - Prática de Ensino / Teaching Practice**6.2.1.1. Unidade curricular:**

Prática de Ensino / Teaching Practice

6.2.1.2. Docente responsável e respectivas horas de contacto na unidade curricular (preencher o nome completo):

Rui Adelino Machado Gomes

6.2.1.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:

Elsa Maria Ribeiro Silva - Diurno: T22,5 + Pós-laboral: T30 (Total: 52,5)
Miguel Ângelo Sousa Fachada Domingues Coelho - Diurno: TP67,5 + Pós-laboral: TP22,5 (Total: 90)

6.2.1.3. Other academic staff and lecturing load in the curricular unit:

Elsa Maria Ribeiro Silva - Daytime: T22,5 + After working hours: T30 (Total: 52,5)
Miguel Ângelo Sousa Fachada Domingues Coelho - Daytime: TP67,5 + After working hours: TP22,5 (Total: 90)

6.2.1.4. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):

Adquirir conhecimentos acerca do processo de planeamento das matérias nucleares da Educação Física Escolar partindo das orientações preconizadas nos Programas Nacionais de Educação Física; procura-se desenvolver processos de reflexão acerca dos conteúdos das matérias nucleares e respectiva forma de manipulação para posterior apresentação prática como proposta de ensino, tomando em consideração as condições e intenções da Educação Física como área curricular com valor formativo específico. Identificar e manipular critérios de qualidade no planeamento e na intervenção pedagógica, estimulando a sua análise crítica.

6.2.1.4. Learning outcomes of the curricular unit:

Acquire knowledge about the planning process of nuclear subjects of Physical Education from the guidelines recommended in the National Programs of Physical Education; to develop processes of reflection about the content of nuclear materials and its form of manipulation to be submitted as a proposal for teaching practice, taking into account the conditions and intentions of Physical Education as a curriculum area with specific educational value. Identify and manipulate quality standards in planning and pedagogical intervention, stimulating their critical analysis

6.2.1.5. Conteúdos programáticos:

Programa Nacional de Educação Física – características conceptuais e metodológicas e consequências para o desenvolvimento da EF na escola.
Plano Anual, de Unidade Temática e de Aula – características e critérios de qualidade, conceptuais e documentais.
Intervenção pedagógica – dimensões, habilidades e critérios de eficácia.

6.2.1.5. Syllabus:

PE National Official Curriculum – conceptual and methodological characteristics, and consequences to school PE.
Annual, Thematic and Class Planning – conceptual and documental, characteristics and quality criteria.
Pedagogical Intervention – dimensions, skills and efficacy criteria.

6.2.1.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular.

Os conteúdos indicados concretizam os objectivos indicados, havendo uma relação entre cada unidade temática e unidade de objectivos que, por sua vez, na sua formulação fornecem indicações dos elementos conceptuais que os incorporam e que, efectivamente, constam da lista de conteúdos.

6.2.1.6. Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's objectives.

The contents indicated materialize the stated goals, with a relationship between each thematic unity and unity of purpose which, in turn, provide information in its formulation of the conceptual elements incorporated and, indeed, are provided in the list of contents.

6.2.1.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

As aulas teóricas recorrem a métodos e técnicas pedagógicas, dentre as quais se destacam os métodos de exposição oral, as sínteses realizadas pelos alunos, o trabalho em pequeno grupo, a discussão de pequenos textos, etc.

As aulas práticas são componente fundamental da disciplina. A sua estrutura baseia-se na colocação dos alunos em situações de micro-ensino, planeadas pelos próprios e avaliadas a diferentes níveis (grupo grande e grupos reduzidos). A avaliação da disciplina concretiza-se em diferentes momentos: Frequência (40% da nota final); Organização e dinamização de duas aulas e apresentação dos respectivos documentos de apoio e análise (30%); Trabalhos escritos de resumo ou recensão, com incidência no conhecimento pedagógico de conteúdo (30% da nota final);. Em alternativa, a avaliação final também contempla o exame final, disponível em duas épocas distintas.

6.2.1.7. Teaching methodologies (including evaluation):

The lectures draw on a broad methods and teaching techniques, among which stand out the methods of oral presentation summaries made by the students, small group work, discussion of short texts, etc..

The practical classes are an essential component of the discipline. Its structure is based on the placement of students in situations of micro-teaching, planned and evaluated by them at different levels (large group and small groups).

The evaluation of the subject is realized at different times: Midterm test (40% of final grade); Organization and promotion of two classes and presentation of the supporting documents and analysis (30%) Written assignments (variable number), summary or recension, with a focus on pedagogical content knowledge (30% of final grade). Alternatively, the final assessment also includes the final exam, available in two different periods.

6.2.1.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade curricular.

As metodologias utilizadas favorecem o alcance dos objectivos enunciados, na medida em que estimulam a manipulação aprofundada, partilhada e orientada dos conhecimentos a adquirir e das competências a desenvolver. A unidade curricular fundamenta-se na preparação directa da intervenção mas também na compreensão do seu alcance e enquadramento pedagógico e científico, daqui opta-se por metodologias essencialmente favorecedoras da construção do próprio conhecimento, em situações tão próximas do contexto real quanto possível.

6.2.1.8. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.

The methodologies used are conducive to achieving the objectives, as they stimulate the deep, shared and guided manipulation of knowledge to acquire and skills to develop. The unit is based on the direct preparation of the intervention but also in understanding the scope and scientific framework, hence the option is essentially a methodology that favor the construction of knowledge itself, in situations as close as possible to the real working context.

6.2.1.9. Bibliografia principal:

*Bento, J. O. (1998): Planeamento e Avaliação em Educação Física. Livros Horizonte.
Crum, B. «A crise de identidade da EF – ensinar ou não ser, eis a questão.» In Boletim SPEF, nº 7/8.
Graça, A. et al. (1994): O Ensino dos Jogos Desportivos. FCDEF-UP.
Programa de Educação Física – 3º ciclo do Ensino Básico. Volumes I e II.
Siedentop, Daryl (2002). Developing Teaching Skills in Physical Education. Mayfield Publisher
Zabalza, M.(1994): Planificação e Desenvolvimento Curricular na Escola. Editora ASA.*

Mapa IX - Sociologia do Desporto / Sports Sociology

6.2.1.1. Unidade curricular:

Sociologia do Desporto / Sports Sociology

6.2.1.2. Docente responsável e respectivas horas de contacto na unidade curricular (preencher o nome completo):

Maria Salomé Fernandes Martins Marivoet - Diurno: TP67,5 + Pós-laboral: TP63,75 (Total: 131,25)

6.2.1.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:

Não existem.

6.2.1.3. Other academic staff and lecturing load in the curricular unit:

Does not exist.

6.2.1.4. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):

A unidade curricular fornece instrumentos teóricos de contextualização da realidade do desporto nas mudanças das sociedades marcadas pelo processo de Globalização, e de aprofundamento das transformações e tendências do fenómeno desportivo actual através do conhecimento sociológico. Para o efeito identificam-se os seguintes objectivos: i) Aprofundar o conhecimento do desporto no contexto social; ii) Interpretar indicadores de leitura da realidade; iii) Relacionar factos e compreender tendências; iv) Estimular a capacidade crítica e o debate de ideias com base na realidade empírica; v) Suscitar o interesse pela investigação.

6.2.1.4. Learning outcomes of the curricular unit:

The curricular unit provides theoretical tools of contextualization of the reality of sport in changing societies marked by the Globalization process, and the deepening of the changes and current trends in the sports phenomenon through sociological knowledge. To this end it identifies the following objectives: i) Increase knowledge of sport in the social context; ii) Interpreting indicators of reading reality; iii) Relate the facts and understand trends; iv) Stimulate the ability of critical analysis and the exchange of ideas based on empirical reality; v) Create the interest in research.

6.2.1.5. Conteúdos programáticos:

Os conteúdos da unidade curricular encontram-se divididos em cinco unidades temáticas: [1] Introdução à Sociologia do Desporto: Abordagens teóricas da acção social, problemáticas de investigação, conceitos e noções; [2] Conceito de Desporto: A historicidade do desporto no contexto da mudança social, sociogénese do desporto moderno, democratização das práticas desportivas ('desporto para todos'), actividades físicas e consumos desportivos; [3] Comercialização do Desporto no Mercado Global: Reforço da competição desportiva, mercado profissional, media, espectáculo, grandes eventos e identidades; [4] Hábitos e Tendências da Procura Desportiva: Indicadores da participação e procura desportiva, consumos, perfis sociais e afinidades; [5] Conflitos Éticos no Desporto: os casos da dopagem e violência

6.2.1.5. Syllabus:

The contents of the curricular unit are divided into five thematic units: [1] Introduction to the Sociology of Sport: Theoretical approaches to social action, research problems, concepts and notions; [2] Concept of Sport: The historicity of the sport in the context of social change, socio-genesis of modern sport, the democratization of sports practices ('sport for all'), physical activities and sports consumption; [3] Commercialization of Sport in the Global Market: Enhancing sports competition, professional market, mass media, major events and identities; [4] Habits and Trends of Sports Demand: Indicators of sports participation and demand, consumption, social profiles and affinities; [5] Conflicts of the Sports Ethics: the cases of doping and violence.

6.2.1.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular.

Os conteúdos programáticos permitem a identificação e compreensão das tendências de desenvolvimento do desporto no contexto das mudanças sociais, em particular as decorrentes do processo de Globalização, permitindo aos alunos o aprofundamento do conhecimento da dimensão sociológica do desporto, e capacitando-os para a relação entre os factos e a leitura da realidade através de instrumentos de análise empírica.

6.2.1.6. Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's objectives.

The syllabus allows the identification and understanding of the trends of development of sport in the context of social changes, particularly those arising from the Globalization process, enabling students to a deeper understanding of the sociological dimension of sport, and qualifying them for the relationship between facts and interpretation of reality through the tools of empirical analysis.

6.2.1.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

Nas metodologias de ensino encontram-se aulas teóricas e teórico-práticas. Nas aulas teóricas serão apresentados os conteúdos programáticos pelo docente, recorrendo para o efeito a meios audiovisuais (PowerPoint), estimulando-se os alunos à participação na reflexão e debate de ideias. As aulas teórico-práticas serão organizadas por conteúdos temáticos de acordo com o programa, prevendo-se o envolvimento directo dos estudantes através de apresentações orais expositivas que fazem parte integrante da avaliação final, seguidas de debate. A avaliação é contínua tendo por base uma apresentação oral (35%) e um teste escrito final (60%). A assiduidade às aulas contribui em 5% para a classificação final.

6.2.1.7. Teaching methodologies (including evaluation):

Comprising the teaching methodologies are theoretical classes and theoretical-practices classes. In the theoretical

classes, the program content will be presented by the professor through the use of audio-visual means(PowerPoint) stimulating the students to participate in reflection and debate of ideas. The theoretical-practices classes will be organized by thematic content according to the program, anticipating the direct involvement of the students via expository oral presentations which constitute an integral part of the final evaluation, followed by debate. Evaluation is continuous, and based on the realization of a oral presentation (35%), and a final written test (60%). Attendance at classes contributes 5% to the final classification.

6.2.1.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade curricular.

A participação activa dos estudantes nas aulas teórico-práticas através da apresentação e análise de textos seguida de debate, tem por objectivo fomentar a capacidade de interpretação e exposição, reflexão, análise crítica e participação no debate, aprofundando-se deste modo os conteúdos leccionados nas aulas teóricas, tal como com a recensão crítica sobre um texto da bibliografia, enquanto o teste final escrito será o momento da avaliação global de conhecimentos.

6.2.1.8. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.

Active participation by students in theoretical-practices lessons through the presentation and analysis of texts, followed by debate, is aimed at encouraging the capacity for interpretation and exposition, reflection, critical analysis and participation in debate, in this way reinforcing the contents taught in theoretical lessons, together with a critical essay on a text from the bibliography, while the final written test will be time for a comprehensive assessment of knowledge.

6.2.1.9. Bibliografia principal:

[1] Elias, N. (1992), A Busca da Excitação. Lisboa: Difel; [2] Coakley, J & Dunning E. (eds.) (2000), Handbook of Sports Studies. London: Sage; [3] Dunning, E. et al.(eds) (2002), Fighting Fans. Football Hooliganism as a World Phenomenon. Dublin: University College Dublin Press; [4] Horne, J. (2006), Sport in Consumer Culture. Basingstoke: Palgrave Macmillan; [5] Marivoet, S. (2001), Hábitos Desportivos da População Portuguesa. Lisboa: INEFED; [6] Marivoet, S. (2002), Aspectos Sociológicos do Desporto (2). Lisboa: Livros Horizonte; [7] Marivoet, S. (2007), Ética do Desporto. Princípios, Práticas e Conflitos. Análise sociológica do caso português durante o Estado Democrático do século XX. Lisboa: ISCTE.

Mapa IX - Ensino Integrado em Educação Física/ Adapted Physical Education Teacher's training

6.2.1.1. Unidade curricular:

Ensino Integrado em Educação Física/ Adapted Physical Education Teacher's training

6.2.1.2. Docente responsável e respectivas horas de contacto na unidade curricular (preencher o nome completo):

José Pedro Leitão Ferreira

6.2.1.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:

Maria João Carvalheiro Campos - Diurno: T22,5 + TP67,5 + Pós-laboral: T30 + TP33,75 (Total: 153,75)

6.2.1.3. Other academic staff and lecturing load in the curricular unit:

Maria João Carvalheiro Campos - Daytime: T22,5 + TP67,5 + After working hours: T30 + TP33,75 (Total: 153,75)

6.2.1.4. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):

Promover o conhecimento científico e teórico-prático na intervenção com alunos com necessidades educativas especiais e respetiva inclusão nas aulas de Educação Física no contexto do ensino regular e desenvolver nos estudantes a capacidade de planear e implementar programas adequados às necessidades específicas desses alunos. Competências:

- *Dominar os conteúdos relacionados com a história da educação especial e da EF adaptada;*
- *Dominar a taxonomia da deficiência, conhecer os mecanismos institucionais e as bases legais de apoio que os professores de EF têm à sua disposição;*
- *Perceber o mecanismo e a classificação das NEE;*
- *Inventariar materiais e recursos disponíveis e utilizar estratégias adequadas à inclusão na aula de EF;*
- *Conhecer a definição, classificação e etiologia das NEE e dominar as estratégias educativas de acordo com as características da população;*
- *Propor tarefas adequadas ao perfil e à disponibilidade psicomotora dos executantes.*

6.2.1.4. Learning outcomes of the curricular unit:

To promote the scientific, theoretical and practical knowledge in the intervention with students with special educational needs and inclusion in Physical education classes and develop the skills to plan and implement appropriate programs to the specific needs of students. Learning outcomes:

- Master the contents related to the history of special education and adapted physical education;*
- Be familiar with the taxonomy of disabilities and with the institutional mechanisms and the legal bases that support PE teachers;*
- Understand the mechanism of special educational needs and recognize the classification;*
- Inventory materials and resources available and use appropriate strategies for inclusion in PE classes;*
- Recognize the definition, classification and etiology of special needs and identify the educational strategies according to the characteristics of the population;*
- Propose appropriate tasks according to the psychomotor characteristics of students*

6.2.1.5. Conteúdos programáticos:

Aulas teóricas:

Retrospectiva histórica do ensino especial.

Modelo médico e modelo social.

Integração / Inclusão.

Principais dificuldades sentidas pelos professores na inclusão de jovens com NEE.

A realidade nacional em termos de inclusão escolar. As equipas de ensino especial e o professor de apoio.

O papel da educação física adaptada.

Plano Educacional Individualizado.

Estratégias de ensino mais utilizadas com alunos com NEE.

A avaliação em EF adaptada.

Instrumentos de avaliação adaptados a alunos com NEE.

Aulas teórico-práticas:

Taxonomia da deficiência e das NEE.

Deficiência auditiva; Deficiência visual; Deficiência motora; Deficiência intelectual; Perturbações do desenvolvimento e Autismo:


Definição; etiologia; classificação; perfil funcional; estratégias de ensino e adaptações na EF inclusiva.

Apresentação e simulação de atividades visando a inclusão de alunos com deficiências nas aulas de EF.

6.2.1.5. Syllabus:

Theoretical classes:

 *Historical retrospective of special education.*

 *Medical model versus social model.*


 *Integration / inclusion.*


 *Main difficulties experienced by teachers in regular education towards the inclusion of young people with SEN.*

 *The national reality in terms of inclusive education.*

 *Special education services and teacher support teams.*

 *The role of adapted physical education.*

 *Individualized Education Program.*

 *Teaching strategies for with students with SEN.*

 *The evaluation in adapted PE.*

Physical fitness instruments adapted for students with SEN.

Practical lessons:

Taxonomy of disability and SEN.

Hearing impairments; Visual impairments; Physical disabilities; Intellectual disabilities; Development disorders and Autism:

Definition; etiology; classification; functional profile; teaching strategies and adaptations in inclusive PE.

Presentation of activities aimed to include of students with disabilities in PE lessons.

6.2.1.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular.

A coerência é demonstrada pelas respostas aos inquéritos SGQP (Sistema de Gestão da Qualidade Pedagógica) da Universidade de Coimbra, preenchidos pelos estudantes inscritos à unidade curricular e publicado em 24 de Maio de 2011. Nos resultados podem observar-se os seguintes valores:

Apreciação média global da qualidade das aprendizagens – 4,2

Perceção dos estudantes sobre os resultados da aprendizagem que conseguiram alcançar – 4,1

Clareza dos programas, objetivos pedagógicos e critérios da avaliação – 4,2

Clareza e adequação dos métodos e critérios de avaliação – 4,2

Boa articulação entre matérias teóricas e práticas – 4,1

Perceção dos estudantes sobre a sua participação ativa nos processos de aprendizagem – 4,1

Perceção dos estudantes sobre o desenvolvimento de competências de análise e reflexão crítica – 4,1

Adequação da carga de esforço exigida (N=167): 5% Ligeira; 81% Adequada; 11% Moderadamente Pesada; 2% Excessiva

6.2.1.6. Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's objectives.

Coherence is demonstrated by the SGQP (System of Management of the Pedagogic Quality) answers of the students enrolled in the course unit, published on 24th May 2011. Results are as follow:

Global mean appreciation about learning quality – 4,2

Students perceptions about results they obtained – 4,1

Program clarity, pedagogical objectives, and criteria of evaluation – 4,2

Clarity and suitability of methods and criteria of evaluation – 4,2

Suitability between theoretical and practical subjects – 4,1

Students perception about their own active participation in the learning processes – 4,1

Students perception about development of competences of critical analysis – 4,1

Suitability of effort: Light – 5%; Adequate - 81%, moderately heavy - 11%; excessive - 2%.

6.2.1.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

A metodologia de ensino inclui a exposição de temas teóricos e teórico-práticos por parte da docente, através do recurso de aulas expositivas, meios audiovisuais e interativos e a apresentação de tarefas teórico-práticas por parte dos estudantes.

A avaliação contínua consiste na realização de 2 frequências ao longo do semestre, com os conteúdos programáticos teóricos e teórico-práticos da unidade curricular, com um peso de 70% da classificação final e na elaboração de tarefas no ensino teórico e teórico-prático, que correspondem a 30% da classificação final.

As tarefas incluem:

Trabalho de campo, onde os alunos são estimulados a entrevistar agentes do ensino inclusivo, integrado num trabalho de síntese e de investigação de um tema da aula teórica.

Planificação e apresentação de exercícios, no qual se pretende que os estudantes simulem uma atividade adaptada a jovens com NEE, no contexto de uma aula de EF inclusiva.

6.2.1.7. Teaching methodologies (including evaluation):

The teaching methodology includes teacher's exhibition of theoretical and practical-theoretical issues, through the use of lectures, audiovisual and interactive and student's presentation of theoretical-practical tasks. Ongoing evaluation consists of completing 2 tests throughout the semester, with both theoretical and practical-theoretical program, with a weight of 70% of the final classification and in the elaboration of tasks in the theoretical and practical-theoretical classes, which correspond to 30% of the final classification.

The tasks include:

- Field work where students are encouraged to interview professionals of inclusive education, integrated into a research and Synthesis work of a topic of the theoretical class.

- Planning and presenting exercises, with the purpose for students to simulate an adapted activity for students with SEN, in the context of inclusive PE.

6.2.1.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade curricular.

Torna-se fundamental a aferição dos conhecimentos através da realização de testes escritos que contemplam os conteúdos programáticos abordados nas aulas teóricas e teórico-práticas, no entanto o método de avaliação não se esgota nessa aferição e é dada ênfase à apresentação de trabalhos com componente teórico-prática, na qual é solicitado aos estudantes por uma lado, uma pesquisa bibliográfica e por outro, um trabalho de campo de forma a tomarem conhecimento não só dos pressupostos teóricos mas também da realidade nacional em termos de inclusão educativa. Todas estas tarefas culminam com um debate e um questionamento interativo por parte da docente e dos estudantes, que são estimulados a colocar questões e a resolver problemas relacionados com as atribuições e o papel do professor face à inclusão de alunos com NEE nas aulas de Educação Física.

A coerência das metodologias de ensino com os objetivos da unidade curricular pode ser demonstrada pelas respostas aos inquéritos SGQP (Sistema de Gestão da Qualidade Pedagógica) da Universidade de Coimbra, preenchidos pelos estudantes inscritos à unidade curricular e publicado em 24 de Maio de 2011. Nos resultados podem observar-se os seguintes valores:

(N=319 estudantes)

Apreciação global da qualidade do docente no processo de ensino/aprendizagem – 4,3

Disponibilidade do docente para interagir com os estudantes, os apoiar e fomentar a autoaprendizagem – 4,2

Clareza na exposição da matéria e na resposta às questões – 4,4

Consonância com o programa e os objetivos da unidade curricular – 4,2

Adequação da quantidade de informação apresentada nas aulas ao tempo disponível – 4,2

Fomento do envolvimento ativo e crítico dos estudantes na aula – 4,3

Fomento da autoaprendizagem dos estudantes fora das aulas – 4,2

Disponibilidade para o esclarecimento de dúvidas fora das aulas – 4,2

6.2.1.8. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.

It becomes crucial to measure knowledge through written tests that include the syllabus covered in theoretical and practical-theoretical classes, however the method of evaluation is not exhausted in this benchmarking and is given

emphasis to oral presentations with theoretical-practical component, which is prompted students with a bibliographic research and a fieldwork to acknowledge not only theoretical assumptions but also the national reality in terms of inclusion education. All these tasks culminate with a debate and an interactive questioning by professor and students, who are encouraged to ask questions and resolve problems related to the functions and the role of the teacher toward the inclusion of students with SEN in PE classes.

Coherence is demonstrated by the SGQP (System of Management of the Pedagogic Quality) answers of the students enrolled in the course unit, published on 24th May 2011. Results are as follow:

Global analysis of the teacher quality in the learning process – 4,3

Availability of the teacher to interact with students, and support self-learning – 4,2

Clarity to teach and to answer students questions – 4,4

Relationship between program and objectives of the curricular unit – 4,2

Suitability between quantity of information and time of the lessons – 4,2

Active and critical encouragement of the students in the lessons – 4,3

Self-learning encouragement beyond the lessons – 4,2

Availability of teachers to clarify any doubts beyond the lessons – 4,2

6.2.1.9. Bibliografia principal:

Bautista, R. (1997) *Necessidades Educativas Especiais*. Edição Portuguesa, Lisboa: Dinalivro.

APCC- NRC (2006). *Desporto para Deficientes - Manual para Acompanhantes Desportivos*, Leonardo da Vinci projetos-piloto.

Ferreira, J.P. & Campos, M.J. (2002). *Ensino Integrado em Educação Física: Textos de apoio*. FCDEF-UC. Publicação de venda interna.

Hernández, M., Rodriguez, A., Jané, T. & Gres, N. (1999). *Actividad Física Adaptada. El Juego y los alumnos con discapacidad*. 2ª Ed. Paidotribo.

Lewis, V. (2003). *Development and disability*. 2.ª Ed., Blackwell Publishing.

Rodrigues, D. (Org.) (2007). *Investigação em educação inclusiva*. Cruz Quebrada: FEEI. FMH.

Sherrill, C. (2003). *Adapted Physical Activity, Recreation and Sport*. McGraw-Hill.

Winnick, J.P. (2005). *Adapted Physical Education and Sport*. Human Kinetics.

Winnick, J.P. & Short, F. X. (1999). *The Brockport Physical Fitness Test Manual*. Human Kinetics.

Mapa IX - Estudos Práticos II – Canoagem / Practical Studies II - Canoeing

6.2.1.1. Unidade curricular:

Estudos Práticos II – Canoagem / Practical Studies II - Canoeing

6.2.1.2. Docente responsável e respectivas horas de contacto na unidade curricular (preencher o nome completo):

Vítor Emanuel Moreira Assunção - Diurno: TP90 + Pós-laboral: TP30 (Total: 120)

6.2.1.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:

Não existem.

6.2.1.3. Other academic staff and lecturing load in the curricular unit:

Does not exist.

6.2.1.4. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):

Conhecer as várias disciplinas e vertentes da canoagem;

Saber seleccionar o equipamento (pagaia e caiaque) mais adequado a cada indivíduo – princípios orientadores;

Domínio do equilíbrio em caiaque;

Domínio do gesto de pagaia;

Domínio da embarcação mantendo a mesma em movimento rectilíneo;

Domínio das técnicas de condução, permitindo ao estudante movimentar a embarcação e desviar-se de obstáculos;

Domínio das técnicas de salvamento no rio e no mar;

Capacidade para criar uma progressão pedagógica para as diferentes técnicas abordadas;

Planear, organizar, implementar e avaliar projectos educativos e curriculares em diferentes contextos e níveis educativos;

Capacidade para gerir uma actividade com canoagem em segurança

6.2.1.4. Learning outcomes of the curricular unit:

Knowing the various aspects and disciplines of canoeing;

Know how to select the equipment (paddle and kayak) best suited to each individual - guiding principles;

Domain balance in kayak;
Domain paddling gesture;
Domain the boat while maintaining the same rectilinear motion;
Mastering the techniques of driving, allowing the student to move the boat and turn away from obstacles;
Mastery of rescue techniques in the river and sea;
Ability to create a progression for teaching the various techniques discussed;
Plan, organize, implement and evaluate curriculum and educational projects in different contexts and levels of education;
Ability to manage a business with boating safety.

6.2.1.5. Conteúdos programáticos:

Introdução à canoagem: História; Origens, aparecimento e evolução em Portugal; Disciplinas da canoagem: águas tranquilas; descida e rios desportivos; jogos náuticos; turismo náutico; canoa à vela; Grau de dificuldade das águas; O material desportivo: embarcação, pagaia acessórios; Selecção do material adequado ao indivíduo e à situação. Regras de segurança nas aulas de canoagem. Transporte da embarcação. Embarque e desembarque. Manobras de propulsão: técnica de pagaiada e retropulsão. Manobras de equilíbrio: apoio de impulso e suspensão. Manobras de condução: circular à frente e atrás, chamadas de incidência, appel (remada lateral) Técnica básica em kayak-polo e slalom. Organização de actividades de canoagem. Abordagem da canoagem na escola: objectivos. Técnicas de salvamento no rio e no mar. Introdução às técnicas de Salvamento.

6.2.1.5. Syllabus:

Introduction to kayaking: History; Origins, emergence and evolution in Portugal; Canoeing disciplines; Degree of difficulty of the waters; The sports equipment: boat, paddle accessories; Selection of the appropriate materials to the individual and the situation; Safety lessons in canoeing. Transportation of the kayak. Propulsion, stability and driving maneuvers. Basic Technique in slalom and kayak-polo. Organization of kayak activities. Canoeing in school: objectives. Recue techniques in the river and the sea.

6.2.1.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular.

Os conteúdos programáticos foram definidos de acordo com o conhecimento que os futuros profissionais devem possuir para conseguir, de um modo eficaz, seguro e atractivo construir, e conduzir, os diferentes processos de ensino aprendizagem e/ou treino.

6.2.1.6. Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's objectives.

The course syllabus are in accordance with the knowledge that future professionals must have to achieve and lead, in an effective, safe and attractive manner, the different teaching and learning processes, as well as for training/competition.

6.2.1.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

Diferentes métodos e técnicas pedagógicas de acordo com os objectivos a alcançar no decorrer das sessões (exposição, prática orientada, entre outras). Avaliação Contínua (Teórica-40%, Prática-60%) Exame Final (Teórica-40%, Prática-60%)

6.2.1.7. Teaching methodologies (including evaluation):

Different methods and teaching techniques in accordance with the objectives to be achieved during the sessions (exposure, guided, among others). Continuous assessment (Theoretical-40%, Practice-60%) Final Exam (Theoretical-40%, Practice-60%)

6.2.1.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade curricular.

As metodologias de ensino são ajustadas às condições específicas dos diferentes objectivos da disciplina, numa perspectiva de facilitar o processo de aquisição dos conhecimentos por parte dos alunos e, de os mesmos ficarem aptos a adaptar as referidas metodologias em função da intervenção que venham a ter no campo de trabalho, segundo objectivos e população alvo.

6.2.1.8. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.

Teaching methodologies are adjusted to the specific conditions of the different discipline goals in a way that ensures knowledge acquisition by students, and allowing them to be able to adapt those methodologies according to objectives and target population.

6.2.1.9. Bibliografia principal:

Cox, R. (1992). The Science of canoeing. Coxburn Press, Cheshire.
Hernández, J. (1993). Piraguismo I e II. Colecção do El Corte Inglés. Comité Olímpico Espanol.
Jiménez, A. & Rodríguez, J. (2005). Piraguismo Recreativo. Editorial Wanceule.

Mapa IX - Cinesiologia II / Kinesiology II

6.2.1.1. Unidade curricular:

Cinesiologia II / Kinesiology II

6.2.1.2. Docente responsável e respectivas horas de contacto na unidade curricular (preencher o nome completo):

João José Carreiro Páscoa Pinheiro- Diurno: T22,5 (Total: 22,5)

6.2.1.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:

Beatriz Branquinho Gomes - Diurno: TP67,5 (Total: 67,5)
Pedro Emanuel Batista de Melo Simões Figueiredo - Pós-laboral: T30 + TP33,75 (Total: 63,75)

6.2.1.3. Other academic staff and lecturing load in the curricular unit:

Beatriz Branquinho Gomes - Daytime: TP67,5 (Total: 67,5)
Pedro Emanuel Batista de Melo Simões Figueiredo - After working hours: T30 + TP33,75 (Total: 63,75)

6.2.1.4. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):

Desenvolver no Estudante o interesse e a compreensão de diferentes aspectos cinesiológicos do membro inferior inerentes ao gesto desportivo. Desenvolver a compreensão e domínio dos mecanismos de controlo e coordenação neuromuscular subjacentes ao movimento humano.

Espera-se que no final da unidade curricular o aluno seja capaz de:

- *Conhecer a constituição da cintura pélvica e membro inferior: estruturas ósseas articulares e muscular.*
- *Conhecer as inserções e acções musculares do músculos da cintura pélvica e membro inferior.*
- *Conhecer a anatomia e actividade cinesiológica dos músculos abdominais*
- *Conhecer os principais movimentos, cadeias e cinéticas do membro inferior num gesto desportivo específico.*
- *Conhecer as principais patologias do membro inferior associadas à prática desportiva.*
- *Conhecer as principais estruturas anatómicas constituintes do sistema nervoso: central e periférico. Vias medulares sensitivas e motoras.*

6.2.1.4. Learning outcomes of the curricular unit:

Develop the interest and understanding about different kinesiology aspects (especially regarding the lower limb) that are connected with the physical activity and sports. Also, develop the understanding about the neuromuscular mechanisms underlying the human movement.

It is expected that at the end of the curricular unit the student is able to:

- know the constitution of the pelvic girdle and lower limb (bones and joints).*
- know the muscle insertions and movement of the pelvic girdle and lower limb.*
- know the anatomy of the abdominal muscles and it's movements.*
- know the main movements, kinetic chains of lower limb during sports.*
- know the major pathologies of lower limb associated with sport.*
- Know the main anatomical structures of the central and peripheral nervous system constituents.*

6.2.1.5. Conteúdos programáticos:

Introdução à cinesiologia (conceitos introdutórios, referências anatómicas, o osso, a articulação, o músculo: conceitos gerais).

Os ossos da cintura pélvica e do membro inferior. As articulações do membro inferior (classificação, superfícies articulares e meios de união). Os músculos do membro inferior localização, inserções, enervação e acção muscular). Os músculos abdominais .Anatomia funcional da cintura pélvica e do membro inferior.

Patologias da cintura pélvica e membro inferior associadas à prática desportiva.

Descrição do Movimento: Planos e eixos de movimento; terminologia geral e específica. Análise de gestos desportivos e descrição dos planos de movimento e tipos de movimento.

O sistema nervoso central e periférico (conceitos introdutórios). A espinal medula, o nervo raquídeo. O sistema nervoso central – o encéfalo. Vias motoras voluntárias e vias da sensibilidade.

6.2.1.5. Syllabus:

Introduction to Kinesiology (introductory concepts, anatomical references, bone, joint, muscle: general concepts). The bones of the pelvic girdle and lower limb. Joints of lower limb (classification, articular surfaces and ligaments). The muscles of the lower limb (location, insertions, muscular action). The abdominal muscles. Functional anatomy of pelvic girdle and lower limb. Pathologies of the pelvic girdle and lower limb associated with sports. Description of motion: planes and axes of motion; General and specific terminology. Sports' gesture analysis and description of motion plans and types of movement. The central and peripheral nervous system (introductory concepts). The spinal cord. The central nervous system – the encephalon. Voluntary motor and sensitive pathways.

6.2.1.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular.

A selecção dos conteúdos programáticos vai de encontro aos objectivos da unidade curricular na medida em que, pressupõe a aquisição de conhecimentos relativos às estruturas anatómicas humanas (aspectos descritivos e envolvimento topográfico) tendo em consideração a nomenclatura internacional; incide a análise nas estruturas do membro inferior (dando continuidade à Unidade Curricular de Cinesilogia I); valoriza os desempenhos específicos de uma dada estrutura, numa perspectiva dinâmica e interactiva; considera a descrição do movimento e respectiva nomenclatura específica (análise qualitativa do movimento); e concede especial atenção ao gesto desportivo; mecanismos de controlo e coordenação neuromuscular subjacentes ao movimento humano.

6.2.1.6. Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's objectives.

The selection of the syllabus meets the curricular units' objectives since, assumes the acquisition of knowledge concerning human anatomical structures (descriptive aspects and topographic involvement) taking into consideration the international nomenclature; analysis the structures of the trunk and upper limb; appreciates the performances of a given structure in a dynamic and interactive perspective; considers the description of the movement and its specific nomenclature (qualitative analysis of movement); and gives special attention to the sports movement.

6.2.1.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

Nas aulas teóricas os conteúdos serão apresentados através de uma metodologia expositiva. As aulas teórico-práticas envolvem a aprendizagem baseada na observação de peças anatómicas e/ou respectivas imagens, bem como, na análise cinesiológica de gestos desportivos. As aulas incluem elementos de anatomia descritiva, anatomia funcional e interpretação do movimento.

a) Avaliação por frequência

- Obrigatório um mínimo de 75% de presenças às aulas teóricas e teórico-prática
- Realização de duas frequências (60%).
- Realização de dois mini-testes teórico-práticos (30%).
- Realização de um trabalho de síntese orientado para a análise cinesiológica de um gesto desportivo (10%).
- Em nenhum dos momentos de avaliação o Aluno poderá ter classificação inferior a 7,5 valores, sendo que a média da avaliação tem de ser superior a 9,5 valores para obtenção de aprovação.

b) Avaliação por exame (época normal/recurso):

- Realização de exame que engloba conteúdos teóricos e teórico-práticos (100%).

6.2.1.7. Teaching methodologies (including evaluation):

Theoretical and practical classes with elements of descriptive and functional anatomy, as well as interpretation of the movement.

The assessment may be performed by frequency or exam

a) Frequency

- Required a minimum of 75% attendance on classes
- Two midterm exams (60%)
- Two tests (30%)
- Conducting a synthesis work oriented for a kinesiological analysis of a sports movement (10%)
- In none of the assessment moments the student may have less than 7.5/20, being the final average higher than 9.5/20 for approval

b) Assessment by exam:

- Written exam, which includes theoretical and practical (100%). The minimum score required is 9.5/20

6.2.1.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade curricular.

As metodologias de ensino, bem como o formato da avaliação exigirão o envolvimento activo do Estudante. A metodologia expositiva associada à visualização das estruturas anatómicas e conteúdos funcionais inerentes à actividade física e desportiva, permitirão a prossecução dos objectivos desta unidade curricular

6.2.1.8. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.

The teaching methodologies, as well as the format of the evaluation will require the active involvement of the

Student. The methodology exhibition associated with the display of anatomical structures and functional contents inherent to physical activity and sports, will allow the achievement of the objectives of this curricular unit.

6.2.1.9. Bibliografia principal:

Esperança Pina JA. 2010. Anatomia Humana da Locomoção (4ª Edição). Edições Libel.
Floyd RT. 2009. Manual of structural kinesiology (17th Edition). McGraw-Hill Higher Education.
Netter FH. 2011. Atlas of Human Anatomy (5th Edition). Elsevier.
Rouvière H. 1996.
Sebenta – Cinesiologia I e II. Anatomía humana : descriptiva, topográfica y funcional. Masson.

Mapa IX - Cinesiologia I / Kinesiology I

6.2.1.1. Unidade curricular:

Cinesiologia I / Kinesiology I

6.2.1.2. Docente responsável e respectivas horas de contacto na unidade curricular (preencher o nome completo):

João José Carreiro Páscoa Pinheiro - Diurno: T22,5 (Total: 22,5)

6.2.1.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:

Beatriz Branquinho Gomes - Diurno: TP67,5 (Total: 67,5)
Pedro Emanuel Batista de Melo Simões Figueiredo - Pós-laboral: T22,5 + TP30 (Total: 52,5)

6.2.1.3. Other academic staff and lecturing load in the curricular unit:

Beatriz Branquinho Gomes - Daytime: TP67,5 (Total: 67,5)
Pedro Emanuel Batista de Melo Simões Figueiredo - After working hours: T22,5 + TP30 (Total: 52,5)

6.2.1.4. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):

Desenvolver no Estudante o interesse e a compreensão de diferentes aspectos cinesiológicos do tronco e membros superiores inerentes ao gesto desportivo.

Espera-se que no final da unidade curricular o aluno seja capaz de:

- *Identificar o objecto da cinesiologia e da anatomia do movimento na actividade física e na prática desportiva*
- *Classificar os tipos de ossos, articulações e músculos*
- *Conhecer as características das vértebras, meios de união e músculos da coluna vertebral*
- *Conhecer os movimentos da coluna vertebral (cervical, dorsal e lombar)*
- *Conhecer a constituição anatómica da cintura pélvica e membro superior - ossos e articulações*
- *Conhecer os músculos, as inserções e as acções musculares da cintura escapular e membro superior*
- *Conhecer os principais movimentos, cadeias cinéticas do membro superior*
- *Ser capaz de descrever o movimento humano na actividade física e na prática desportiva*
- *Conhecer as principais patologias do trem superior associadas à prática desportiva*

6.2.1.4. Learning outcomes of the curricular unit:

Develop the interest and understanding about different kinesiology aspects (especially regarding the spinal cord and the upper limb) that are connected with the physical activity and sports.

It is expected that at the end of the curricular unit the student is able to:

- *Identify the subject of anatomy and kinesiology in physical activity and sports*
- *Classify the types of bones, joints and muscles*
- *Noted the main characteristics of the vertebrae, joints and muscles of the column*
- *Know the spine' movements (cervical, dorsal and lumbar regions)*
- *Know the constitution of the shoulder girdle and upper limb (bones and joints)*
- *Know the muscle insertions and movements of the upper limb' and shoulder girdle' muscles*
- *Know the main movements, kinetic chains of upper limb and their development in particular sporting gesture*
- *Be able to describe the human movement in physical activity and sport*
- *Know the major pathologies of the spine, chest, shoulder girdle and upper limb associated with sports*

6.2.1.5. Conteúdos programáticos:

Introdução à cinesiologia (conceitos introdutórios, referências anatómicas, o osso, a articulação, o músculo).
A coluna vertebral (constituição geral, vértebra: características gerais, particulares e individuais). Coluna vertebral no seu conjunto e evolução do ráquis. Articulações da coluna vertebral (classificação, superfícies articulares e meios de união).Constituição anatómica da caixa torácica.
Músculos da região posterior do tronco (localização, inserções, enervação e acção muscular). Músculos da região cervical. Anatomia funcional da coluna vertebral.
Ossos e articulações do membro superior (descrição, superfícies articulares, meios de união e movimentos).

Músculos da cintura escapular e membro superior (localização, inserções, enervação e acção muscular). Anatomia funcional do membro superior .

Patologias da coluna vertebral e membro superior associadas à prática desportiva.

Descrição do movimento: planos e eixos; terminologia. Análise cinesiológica de gestos desportivos.

6.2.1.5. Syllabus:

Introduction to Kinesiology (introductory concepts, anatomical references, bone, joint, muscle: general concepts).

The spine (general constitution, the vertebra: general, region and individual characteristics). Spine and its evolution. Joints of the spine (classification, articular surfaces and ligaments). Rib anatomical constitution.

Muscles of the posterior region of the torso (location, insertions, muscular action). Muscles of the cervical region.

Functional anatomy of the spine.

Bones and joints of upper limb (classification, articular surfaces, ligaments and movements). Muscles of the shoulder girdle, shoulder, arm and forearm (location, insertions, muscular action and enervation). Functional anatomy of upper limb (shoulder complex, elbow, forearm and wrist-hand).

Pathologies of the spine, chest and upper limb associated with sport.

Description of motion: planes and axes of motion, terminology. Sports gesture analysis and description of motion plans and types of movement.

6.2.1.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular.

A selecção dos conteúdos programáticos vai de encontro aos objectivos da unidade curricular na medida em que, pressupõe a aquisição de conhecimentos relativos às estruturas anatómicas humanas (aspectos descritivos e envolvimento topográfico) tendo em consideração a nomenclatura internacional; incide a análise nas estruturas do tronco e membro superior; valoriza os desempenhos específicos de uma dada estrutura, numa perspectiva dinâmica e interactiva; considera a descrição do movimento e respectiva nomenclatura específica (análise qualitativa do movimento); e concede especial atenção ao gesto desportivo.

6.2.1.6. Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's objectives.

The selection of the syllabus meets the curricular units' objectives since, assumes the acquisition of knowledge concerning human anatomical structures (descriptive aspects and topographic involvement) taking into consideration the international nomenclature; analysis the structures of the trunk and upper limb; appreciates the performances of a given structure in a dynamic and interactive perspective; considers the description of the movement and its specific nomenclature (qualitative analysis of movement); and gives special attention to the sports movement.

6.2.1.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

Nas aulas teóricas os conteúdos serão apresentados através de uma metodologia expositiva. As aulas teórico-práticas envolvem a aprendizagem baseada na observação de peças anatómicas e/ou respectivas imagens, bem como, na análise cinesiológica de gestos desportivos. As aulas incluem elementos de anatomia descritiva, anatomia funcional e interpretação do movimento.

Avaliação por frequência

- Obrigatório um mínimo de 75% de presenças às aulas teóricas e teórico-prática

- Realização de duas provas frequências (60%).

- Realização de dois mini-testes teórico-práticos (30%).

- Realização de um trabalho de síntese orientado para a análise cinesiológica de um gesto desportivo (10%).

- Em nenhum dos momentos de avaliação o Aluno poderá ter classificação inferior a 7,5 valores, sendo que a média da avaliação tem de ser superior a 9,5 valores para obtenção de aprovação.

Avaliação por exame (época normal/recurso):

- Realização de exame que engloba conteúdos teóricos e teórico-práticos (100%).

6.2.1.7. Teaching methodologies (including evaluation):

Theoretical and practical classes with elements of descriptive and functional anatomy, as well as interpretation of the movement.

The assessment may be performed by frequency or exam

a) Frequency

-Required a minimum of 75% attendance on classes

-Two midterm exams (60%)

-Two tests (30%)

-Conducting a synthesis work oriented for a kinesiological analysis of a sports movement (10%)

-In none of the assessment moments the student may have less than 7.5/20, being the final average higher than 9.5/20 for approval

b) Assessment by exam:

-Written exam, which includes theoretical and practical (100%). The minimum score required is 9.5/20

6.2.1.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade

curricular.

As metodologias de ensino, bem como o formato da avaliação exigirão o envolvimento activo do Estudante. A metodologia expositiva associada à visualização das estruturas anatómicas e conteúdos funcionais inerentes à actividade física e desportiva, permitirão a prossecução dos objectivos desta unidade curricular.

6.2.1.8. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.

The teaching methodologies, as well as the format of the evaluation will require the active involvement of the Student. The exhibition methodology associated with the display of anatomical structures and functional contents inherent to physical activity and sports, will allow the achievement of the objectives of this curricular unit.

6.2.1.9. Bibliografia principal:

Esperança Pina JA. 2010. Anatomia Humana da Locomoção (4ª Edição). Edições Libel.
Floyd RT. 2009. Manual of structural kinesiology (17th Edition). McGraw-Hill Higher Education.
Netter FH. 2011. Atlas of Human Anatomy (5th Edition). Elsevier.
Texto de Apoio – Cinesiologia I e II.

Mapa IX - Desporto e Exercício em Populações Especiais / Sports and Exercise in Special Populations**6.2.1.1. Unidade curricular:**

Desporto e Exercício em Populações Especiais / Sports and Exercise in Special Populations

6.2.1.2. Docente responsável e respectivas horas de contacto na unidade curricular (preencher o nome completo):

José Pedro Leitão Ferreira - Diurno: TP67,5 + Pós-laboral: TP52,5 (Total: 120)

6.2.1.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:

Não existem.

6.2.1.3. Other academic staff and lecturing load in the curricular unit:

Does not exist.

6.2.1.4. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):

- Compreender e enquadrar o desporto adaptado, no âmbito das suas estruturas organizativas, tanto a nível nacional como internacional***
- Compreender o contributo do exercício físico para a saúde e bem estar das populações com necessidades educativas especiais e enquadrar as principais teorias associadas à prática de exercício físico como meio preventivo ao nível da saúde e do bem estar físico e psíquico (OMS)***
- Conhecer as linhas orientadoras que visam a melhoria da condição física em populações especiais***
- Desenvolver conhecimentos teórico-práticos sobre aspectos relacionados com o planeamento, organização e a adaptação de actividades físicas e desportivas adaptadas, de carácter não competitivo, específicas de cada uma das áreas da deficiência***
- Desenvolver conhecimentos teórico-práticos sobre a metodologia do treino das diferentes modalidades desportivas adaptadas, específicas de cada área da deficiência e analisar as qualidades físicas mais importantes associadas à performance***

6.2.1.4. Learning outcomes of the curricular unit:

- Understand and frame disability sport within their organizational structures both at national and international level***
- Understanding the contribution of exercise for health and well being of people with special educational needs and fit exercise as a preventive measure in terms of health and physical and mental well-being (WHO)***
- Identify the guidelines aimed to improve physical condition in special populations***
- Develop knowledge about theoretical and practical aspects of planning, organization and adaptation of non-competitive sports activities, specific to each area of disability***
- Develop theoretical and practical knowledge on the methodology of training for different adapted sports to each specific area of disability and analyze the most important physical qualities associated with performance***

6.2.1.5. Conteúdos programáticos:

[1]Evolução histórica e cultural do movimento desportivo adaptado, sua importância na reabilitação do indivíduo com deficiência [2]Valor do desporto e da actividade física na saúde e no bem-estar das populações com NEE, sua relação com o desenvolvimento de estilos de vida saudáveis [3]Modelos de organização do desporto adaptado a nível nacional e internacional: O caso do Special Olympics e do Movimento Paralímpico [4]Classificação desportiva e elegibilidade para a prática desportiva adaptada [5]Benefícios fisiológicos, psicológicos e sociológicos da prática desportiva e de exercício físico regular em grupos especiais, implicações ao nível da saúde e do bem-estar

[6] Prescrição do exercício: Princípios de prescrição e adaptação a indivíduos com deficiência [7] Planeamento e avaliação de programas de melhoria da resistência aeróbia, força, flexibilidade e velocidade/agilidade, condicionantes e métodos utilizados [8] Preparação psicológica para a competição no âmbito do desporto adaptado.

6.2.1.5. Syllabus:

[1] Historical and cultural adapted sports movement, its importance for the rehabilitation of individuals with disabilities [2] Value of sport and physical activity in health and well-being of people with Special Needs and development of healthy life styles [3] Adapted sport organizations at national and international level: the case of the Special Olympics and the Paralympics [4] Sports classification and eligibility in Disability Sport [5] Physiological, psychological and sociological benefits of sport and regular exercise in special groups, implications for health and well-being [6] Exercise prescription: Principles of prescription and adaptation to individuals with disabilities [7] Planning and evaluating programs to improve aerobic endurance, strength, flexibility and speed / agility, and main conditioning methods [8] Psychological preparation for competition in the disability sports.

6.2.1.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular.

A coerência é demonstrada pelas respostas aos inquéritos SGQP (Sistema de Gestão da Qualidade Pedagógica) da Universidade de Coimbra, preenchidos pelos estudantes e publicados em 22 de Janeiro de 2012. Nos resultados apresentam seguintes valores:

- i) Apreciação média global da qualidade das aprendizagens – 3,9**
 - ii) Perceção dos estudantes sobre os resultados da aprendizagem que conseguiram alcançar – 3,9**
 - iii) Clareza dos programas, objetivos pedagógicos e critérios de avaliação – 4,1**
 - iv) Clareza e adequação dos métodos e critérios de avaliação – 4,0**
 - v) Boa articulação entre matérias teóricas e práticas – 3,9**
 - vi) Perceção dos estudantes sobre a sua participação ativa nos processos de aprendizagem – 3,9**
 - vii) Perceção dos estudantes sobre o desenvolvimento de competências de análise e reflexão crítica – 3,9**
- A adequação da carga de esforço é considerada ligeira por 1% dos estudantes, adequada por 72%, moderadamente pesada por 19% e excessiva por 1%.**

6.2.1.6. Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's objectives.

Coherence is demonstrated by the SGQP (System of Management of the Pedagogic Quality) answers of the students in the undergraduate and published on 22nd January 2012. Results about curricular unit are as follow:

- i) Global mean appreciation about learning quality – 3,9**
- ii) Students perceptions about results they obtained – 3,9**
- iii) Program clarity, pedagogical objectives, and criteria of evaluation – 4,1**
- iv) Clarity and suitability of methods and criteria of evaluation – 4,0**
- v) Suitability between theoretical and practical subjects – 3,9**
- vi) Students perception about their own active participation in the learning processes – 3,9**
- vii) Students perception about development of competences of critical analysis – 3,9**

Suitability of effort was considered as light by 1% of the students, adequate by 72%, moderately heavy by 19% and excessive by 1%.

6.2.1.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

Sessões teóricas, expositivas, e teórico-práticas direccionadas para a resolução de situações problema. Os estudantes devem ler um total de 17 artigos em inglês (17x4h) e 4 em Português (4x2h). Assume-se que um artigo em inglês exige 4 horas de leitura e em português 2 horas.

A avaliação decorre numa de duas modalidades: A avaliação contínua e avaliação por exame final. A avaliação contínua está subjacente ao factor assiduidade (75% de aulas teóricas e teórico-práticas assistidas) e ao cumprimento de todas as tarefas avaliativas (frequências e trabalhos realizados nas aulas teórico-práticas) com uma aprovação mínima de 7,5 valores, em cada uma das tarefas, e uma média final de 9,5 valores. A avaliação por exame contempla a realização do um exame no final do semestre e uma oral obrigatória para os estudantes que obtiverem entre 7,5 e 9,4 valores.

Na avaliação contínua a nota é calculada através da formula:

$$= [(F_{eq1} + F_{eq2}) / 2 \times 0,75] + [((Trab1 + Trab2 + \dots + Trabn) / n) \times 0,25]$$

6.2.1.7. Teaching methodologies (including evaluation):

Theoretical of expository nature and theoretical-practical sessions based on problem solving situations. Students are encouraged to read a total of 17 articles in English (17x4 hrs) and four articles in Portuguese (4x2 hrs). It is assumed that an article in English requires 4 hrs of reading and in Portuguese 2 hrs.

The assessment is conducted based on one of two modes: Continuous assessment and final exam. Continuous assessment underlies the attendance factor (75% of all sessions assisted) and all evaluative tasks fulfill (frequencies and works done in theoretical-practical sessions) with a minimum of 7.5 values [for each task] and a total average of 9.5 values.

The final exam includes a global examination at the end of the semester. An oral exam is compulsory for students

who obtained grades between 7.5 and 9.4 values.

For continuous assessment the final grade is calculated using the formula:

$$= [(F_{eq1} + F_{eq2}) / 2 \times 0.75] + [(Trab1 + Trab2 + Trabn \dots) / \text{number of works}] \times 0.25]$$

6.2.1.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade curricular.

A coerência é demonstrada pelas respostas aos inquéritos SGQP (Sistema de Gestão da Qualidade Pedagógica) da Universidade de Coimbra, preenchidos por 89% dos estudantes e publicado em 22 de Janeiro de 2012. Nos resultados referentes aos docentes podem observar-se os seguintes valores:

- i) *Apreciação global da qualidade do docente no processo de ensino/aprendizagem* 4,1
- ii) *Disponibilidade do docente para interagir com os estudantes, os apoiar e fomentar a auto-aprendizagem* 4,0
- iii) *Clareza na exposição da matéria e na resposta às questões* 4,2
- iv) *Consonância com o programa e os objetivos da unidade curricular* 4,1
- v) *Adequação da quantidade de informação apresentada nas aulas ao tempo disponível* 3,7
- vi) *Fomento do envolvimento ativo e crítico dos estudantes na aula* 4,0
- vii) *Fomento da auto-aprendizagem dos estudantes fora das aulas* 4,0
- viii) *Disponibilidade para o esclarecimento de dúvidas fora das aulas* 4,0

6.2.1.8. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.

Coherence is demonstrated by the SGQP (System of Management of the Pedagogic Quality) answers of the students, published on 22nd of January 2012. Results about teachers are as follow:

- i) *Global analysis of the teacher quality in the learning process* – 4,1
- ii) *Availability of the teacher to interact with students, and support self-learning* – 4,0
- iii) *Clarity to teach and to answer students questions* – 4,2
- iv) *Relationship between program and objectives of the curricular unit* – 4,1
- v) *Suitability between quantity of information and time of the lessons* – 3,7
- vi) *Active and critical encouragement of the students in the lessons* – 4,0
- vii) *Self-learning encouragement beyond the lessons* – 4,0
- viii) *Availability of teachers to clarify any doubts beyond the lessons* – 4,0

6.2.1.9. Bibliografia principal:

- Sherrill, C. & Williams, T. (1996). *Disability and Sport : Psychological Perspectives on Inclusion, Integration and Participation*. *Sport Science Review*, 5 (1), 42-64.
- Roswal, G.M., Damentko, M.B., Arnhold, R., Fagan, W., Arnhold, P., Djabova, S., Dobrova-Faria, I., Ferreira, J.P., Campos, M.J., Gaspar, P.M., & Pozeriene, J. (2007). *Special Olympics University Programme: Best Practices*. *Journal of the Brazilian Society of Adapted Motor Activity*. Vol. 12, nº1, Supplement – December, pp. 120-124.
- Balic, M. G., Mateos, E.C., Blasco, C.G., & Fernhall, B. (2000). *Physical fitness levels of physically active and sedentary adults with Down syndrome*. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 17: 310-321.
- Ferreira, J.P., & Campos, M.J. (2006). *Principais benefícios do exercício e da prática desportiva regular em grupos com necessidades especiais*. *Revista Horizonte*, Nov-Dez, Vol. XXI, nº 126 (dossier).

Mapa IX - Organização e Gestão do Desporto / Organization and Sport Management

6.2.1.1. Unidade curricular:

Organização e Gestão do Desporto / Organization and Sport Management

6.2.1.2. Docente responsável e respectivas horas de contacto na unidade curricular (preencher o nome completo):

Raul Agostinho Simões Martins - Diurno: TP67,5 + Pós-laboral: TP52,5 (Total: 120)

6.2.1.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:

Não existem.

6.2.1.3. Other academic staff and lecturing load in the curricular unit:

Does not exist.

6.2.1.4. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):

O desenvolvimento programático seleccionado objectiva um perfil de formação propiciador duma reflexão alargada e capacidade interventora sobre as problemáticas inerentes à organização e gestão do desporto nos vários sectores institucionais. Pretende-se uma liderança de prática assente numa sólida formação conceptual que passe pela promoção e aquisição de conhecimentos e competências que se assumam como quadro de referência para as

decisões operacionais solicitadas no futuro desempenho profissional, nomeadamente no que respeita a aspectos como: 1. Pensamento estratégico no desenvolvimento desportivo. 2. Tomada de decisão na gestão de instalações desportivas. 3. Tomada de decisão de investimento em projectos desportivos. 4. Processo de mudança e gestão estratégica de pessoa

6.2.1.4. Learning outcomes of the curricular unit:

Contents selected pursue a formation in the area organization and sport management in various sectors of the society. Organization and Sport Management intends to contribute to the formation of people qualified to act in a local, regional, national or international arena. Intends also qualify people to act different sectors like federative, professional, touristic, scholar, and even healthcare system. One intends a practicing leadership departing from conceptual formation including: 1. Strategic thinking in sport development. 2. Decision making in management of sport facilities. 3. Decision making in investment in sport projects. 4. Process of changing and strategic people management.

6.2.1.5. Conteúdos programáticos:

[1] O contexto da gestão do desporto - O que é a gestão do desporto? Características únicas do desporto. Sectores do desporto. Especificidades da gestão do desporto.

[2] Gestão de pessoas - O que é a gestão de pessoas? A gestão de pessoas no desporto é especial? Aspectos essenciais da gestão de pessoas.

[3] A estrutura organizacional - O que é a estrutura organizacional? Dimensões da estrutura organizacional. O que influencia a estrutura de uma organização desportiva?

[4] O pensamento estratégico - Princípios de gestão estratégica. Porquê empreender a gestão estratégica? Gestão estratégica do desporto. O processo de gestão estratégica.

[5] Decisões de investimento em projectos desportivos - O desporto como negócio. Fontes de financiamento de projectos desportivos. A contabilidade como sistema de informação. As demonstrações financeiras.

[6] Marketing desportivo - Definir marketing desportivo. As actividades do marketing desportivo

6.2.1.5. Syllabus:

[1] The sport management environment – Sport management overview. What is sport management? Unique features of sport. Sport management environment. Three sectors of sport. What is different about sport management?

[2] People management – What is people management? Is people management in sport special? The essentials of people management.

[3] Organizational structure – What is organizational structure? Dimensions of organizational structure. What influences the structure of a sport organization?

[4] Strategic sport management – Strategic management principles. Why undertake strategic management? The strategic management process.

[5] Decisions on investment in sport projects. Accountability as source of information. The financial sheets.

[6] Sport marketing – Defining sport marketing. The sport marketing framework.

6.2.1.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular.

A coerência é demonstrada pelas respostas aos inquéritos SGQP (Sistema de Gestão da Qualidade Pedagógica) da Universidade de Coimbra, preenchidos pelos estudantes, podendo observar-se os seguintes valores:

i) Adequação e disponibilidade da bibliografia e outros elementos de apoio à aprendizagem – 3.9

ii) Apreciação média global da qualidade das aprendizagens – 4.0

iii) Perceção dos estudantes sobre os resultados da aprendizagem que conseguiram alcançar – 4.0

iv) Clareza dos programas, objetivos pedagógicos e critérios da avaliação – 4.0

v) Não sobreposição de conteúdos com outras unidades curriculares – 4.0

vi) Clareza e adequação dos métodos e critérios de avaliação – 4.0

vii) Boa articulação entre matérias teóricas e práticas – 4.1

viii) Apreciação global dos estudantes sobre a sua própria prestação – 4.2

6.2.1.6. Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's objectives.

Coherence is demonstrated by the SGQP (System of Management of the Pedagogic Quality) answers of the students. Results are as follow:

i) Adequacy of bibliography to support learning process – 3.9

ii) Global mean appreciation of the quality of learning elements – 4.0

iii) Perception of the students about the results they reached - 4.0

iv) Clarity of the program, pedagogic objectives and evaluation criteria – 4.0

v) Non-overlapping of contents with other curricular units – 4.0

vi) Clarity and adequacy of methods and evaluation criteria – 4.0

vii) Good articulation between teretical and theoretical.practical lessons – 4.1

viii) Global appreciation of the students about their own performance – 4.2

6.2.1.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

Método de ensino presencial com aulas expositivas, a que acresce uma componente de aprendizagem baseada na resolução de estudos-caso, particularmente nas aulas teórico-práticas.

[A] Avaliação das aulas teóricas

Realização de dois testes escritos, contribuindo cada um com 50% para a classificação teórica.

[B] Avaliação das aulas teórico-práticas

Análise de 10 estudos-caso, com apresentação oral.

[C] Classificação final: 50% x teórica + 50% x teórico-prática

[D] Avaliação oral para alunos com média final entre 7.5 e 9.4 valores e maior que 16.4 valores

6.2.1.7. Teaching methodologies (including evaluation):

Method based on face-to-face exposition, and on another component based on problem resolutions and oral presentations of written works.

[A] Theoretical (T) evaluation

Two written tests, contributing each with 50% to the final theoretical classification.

[B] Theoretical-practical (TP) evaluation

Analysis of 10 case-studies, with oral presentation.

[C] Final classification: 50% x T + 50% x TP

[D] Oral evaluation to the students with final mean between 7.5 and 9.4, and above 16.4.

6.2.1.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade curricular.

A coerência é demonstrada pelas respostas aos inquéritos SGQP (Sistema de Gestão da Qualidade Pedagógica) da Universidade de Coimbra, preenchidos pelos estudantes, podendo observar-se os seguintes valores:

- i) Adequação e disponibilidade da bibliografia e outros elementos de apoio à aprendizagem – 3.9**
- ii) Apreciação média global da qualidade das aprendizagens – 4.0**
- iii) Perceção dos estudantes sobre os resultados da aprendizagem que conseguiram alcançar – 4.0**
- iv) Clareza dos programas, objetivos pedagógicos e critérios da avaliação – 4.0**
- v) Não sobreposição de conteúdos com outras unidades curriculares – 4.0**
- vi) Clareza e adequação dos métodos e critérios de avaliação – 4.0**
- vii) Boa articulação entre matérias teóricas e práticas – 4.1**
- viii) Apreciação global dos estudantes sobre a sua própria prestação – 4.2**

6.2.1.8. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.

Coherence is demonstrated by the SGQP (System of Management of the Pedagogic Quality) answers of the students. Results are as follow:

- i) Adequacy of bibliography to support learning process – 3.9**
- ii) Global mean appreciation of the quality of learning elements – 4.0**
- iii) Perception of the students about the results they reached - 4.0**
- iv) Clarity of the program, pedagogic objectives and evaluation criteria – 4.0**
- v) Non-overlapping of contents with other curricular units – 4.0**
- vi) Clarity and adequacy of methods and evaluation criteria – 4.0**
- vii) Good articulation between teretical and theoretical.practical lessons – 4.1**
- viii) Global appreciation of the students about their oun performance – 4.2**

6.2.1.9. Bibliografia principal:

- [1] Carvalho CN & Magalhães G (2005). *Análise Económico-Financeira de Empresas*, 3ª Ed., Lisboa: Universidade Católica Editora.**
- [2] Cunha LM (2007). *Os Espaços do Desporto, Uma Gestão Para o Desenvolvimento Humano*. Coimbra: Edições Almedina.**
- [3] Hoye R, Smith A, Nicholson M, Stewart B & Westerbeek H (2009). *Sport Management, Principles and Applications* (2nd Ed.), Oxford: Butterworth-Heinemann.**
- [4] Lussier RN & Kimball DC (2009). *Applied Sport Management Skills*. Champaign, IL: Human Kinetics.**
- [5] Mallen C & Adams LJ (2008). *Sport, Recreation and Tourism Event Management*. Oxford, UK: Elsevier.**
- [6] Mintzberg H, Ahlstrand B & Lampel J (2000). *Safári de Estratégia: Um roteiro pela selva do planeamento estratégico*, Porto Alegre: Bookman.**
- [7] Pires G (2007). *Agôn Gestão do Desporto, O Jogo de Zeus*. Lisboa: Porto Editora.**
- [8] Soares I, Moreira J, Pinho C & Couto J (2008). *Decisões de Investimento, Análise Financeira de Projectos*, 2ª Ed., Lisboa: Edições Sílabo.**

Mapa IX - Estudos Práticos III - Judo / Pratical Studies III - Judo**6.2.1.1. Unidade curricular:*****Estudos Práticos III - Judo / Pratical Studies III - Judo*****6.2.1.2. Docente responsável e respectivas horas de contacto na unidade curricular (preencher o nome completo):*****Alain Guy Marie Massart - Diurno: TP90 + Pós-laboral: TP30 (Total: 120)*****6.2.1.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:*****Não existem.*****6.2.1.3. Other academic staff and lecturing load in the curricular unit:*****Does not exist.*****6.2.1.4. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):*****Conhecer os principais grupos de técnicas de judo em pé e no chão e o seu campo de aplicação de base (táctica). Ser capaz de propor uma progressão de iniciação ao judo tendo como ferramenta pedagógica principal o estilo de ensino por descoberta guiada, os princípios do Judo e um laque de jogos reduzidos que permitam a repetição jogada das soluções aos problemas através da aplicação das técnicas em contexto. Em paralelo adquirir um conjunto alargado de exercícios e jogos de aquecimento e de musculação sem aparelhagens.*****6.2.1.4. Learning outcomes of the curricular unit:*****Knowing the main groups of judo techniques and their opportunities. Be able to use a progression for judo initiation with problems solving teaching style. Learn exercises and games for warming-up and strength training.*****6.2.1.5. Conteúdos programáticos:*****TP 1 e 2 Avaliação diagnóstica, projecção, queda lateral, imobilização e primeira luta, descoberta e aplicação perto do chão. TP 3-8 Ataque sobre parceiro de gato e ataque deitado de costas. Queda cambalhota, projecções em deslocamentos. Projecções para trás, para frente e imobilizações. Jogos reduzidos de aplicação. TP 9-14 As técnicas a virar as costas com dois ou um apoios, os varrimento e os bloqueios. Formas de treino (yaku-soku-geiko, uchi-komi, kakari-geiko de jogos reduzidos, randori). TP 15-17 Técnicas só ou em combinações. Passar as pernas, atacar nas costas o deitado no chão com chave e estrangulamento. Arbitragem, historia e princípios.*****6.2.1.5. Syllabus:*****TP 1 and 2 : Falling, throwing, immobilising, with discovering near of the mat. TP 3-8 : Throwing backward, forwards, attack on all four, and in between the legs. Falling in rolling, throwing blocking or sweeping throw with the back and one or two support. Training forms. TP 9-14 : going out of the legs, attacks with strangle and arm lock. TP 15-17 : revision, history and objectives.*****6.2.1.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular.*****Primeiras aulas permitirão vivenciar e perceber o estilo de ensino por descoberta guiada. A seguir conhecer os principais grupos de técnicas de judo em pé e no chão e o seu campo de aplicação de base (táctica) através de jogos reduzidos. A capacidade de cair aumentada, e a aquisição das componentes críticas das técnicas e das tácticas permitira a utilização de técnicas mais avançadas como os estrangulamentos e as chaves de barcos, mas também os varrimentos. As ultimas aulas serão de reforços da progressão, das técnicas e tácticas, do conhecimento da modalidade.*****6.2.1.6. Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's objectives.*****First classes, resolving problems to facilitate the integration. After improve the knowledge in context of opposition games. When the capacity in falling, the main point to execute improve, some more advanced techniques will be studied like arm locks and sweeping. Last classes will reinforce the teaching progression and knowledge about Judo*****6.2.1.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):*****Estilo de ensino principalmente por descoberta guiada, utilização dos jogos reduzidos para aumentar a implicação na pratica. Sobre base do conhecimento auto-adquirido, integrar as componentes críticas, os métodos de treino e de ensino da modalidade. Em paralelo se constituir um laque alargado de exercicios de jogos. Avaliação contínua, do conhecimento técnico-táctico (35%), da progressão (35%), do empenhamento (30%) Avaliação por exame, o candidato terá que comprovar os mesmos conhecimentos que os colegas que na avaliação continua***

6.2.1.7. Teaching methodologies (including evaluation):

Using the problem resolution teaching style and the oriented games to increases the implication. Training methods and teaching methods acquisition in practise. Evaluation: technical-tactical (35%), progression (35%), participation (30%).

6.2.1.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade curricular.

A descoberta guiada permite uma introdução as técnicas de judo, e uma pratica da progressão de ensino para a iniciação ao judo. Os jogos reduzidos perseguem os mesmos objectivos e permitam uma melhoria da qualidades de combatente e de execução das técnicas. A reflexão que vem a seguir permite a compreensão do método de ensino, sobre base da experiencia vivida. A repetição que vem a seguir permite o reforço dos conhecimentos adquiridos e o desenvolvimento de novos conhecimentos. No final a avaliação consiste em alguns ajustes porque os alunos foram seguidos ao longo de todo o processo.

6.2.1.8. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.

The problem solving style allows an introduction for the judo techniques, and a practise of the teaching progression for the judo initiation. The oriented games allows the same objectives and allows an improve of the combat qualities has the technical execution. The reflexion that follow allow the understanding of the progression method, on the basis of the participant experience. The repetitions that follow reinforce the knowledge and growth new knowledge. On the final, the evaluation is only adjusting, because the students were followed during all the process

6.2.1.9. Bibliografia principal:

*Livro de progressão pedagógica em exercícios/ books about teaching progression
Veloso, R., Cachada, J.M. (2000). Passa a bola – Guia do professor – Unidade didáctica de Judo. Porto : Porto Editora. Augé, J., Lavie, F., Meuley, P. (2002). Judo une pedagogie du savoir combatre. Paris : EPS Janicot, D., Pouillard, G. (1997). O Judo – A técnica – A táctica – A prática. Lisboa : Estampa.
Livro geral sobre o Judo com critérios de execução das técnicas/ Technical books
Kobayashi, K. (1975). Judo ilustrado kyu e dan. Lisboa : editorial presença. O Judo. Luis Robert traduzido em Portugues do livro: Robert L. (1964) Le Judo. Verviers: Marabout*

Mapa IX - Métodos de Condicionamento Físico / Methods of Physical Condition**6.2.1.1. Unidade curricular:**

Métodos de Condicionamento Físico / Methods of Physical Condition

6.2.1.2. Docente responsável e respectivas horas de contacto na unidade curricular (preencher o nome completo):

Luis Manuel Pinto Lopes Rama - Diurno: TP22,5 + Pós-laboral: TP18,75 (Total: 41,25)

6.2.1.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:

Manuel João Cerdeira Coelho e Silva - Diurno: TP22,5 (Total: 22,5)

Vasco Parreiral Simões Vaz - Diurno: TP22,5 + Pós-laboral: TP18,75 (Total: 41,25)

Humberto Jorge Gonçalves Moreira de Carvalho - Pós-laboral: TP18,75 (Total: 18,75)

6.2.1.3. Other academic staff and lecturing load in the curricular unit:

Manuel João Cerdeira Coelho e Silva - Daytime: TP22,5 (Total: 22,5)

Vasco Parreiral Simões Vaz - Daytime: TP22,5 + After working hours: TP18,75 (Total: 41,25)

Humberto Jorge Gonçalves Moreira de Carvalho - After working hours: TP18,75 (Total: 18,75)

6.2.1.4. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):

(1) Descrever as capacidades físicas, distinguindo-as em condicionantes e coordenativas e compreendendo as determinantes biológicas de cada uma delas; (2) Descrever a variação das capacidades físicas ao longo do ciclo de vida; (3) Dominar procedimentos de avaliação directa e indirecta das várias capacidades; (4) Seleccionar metodologias de desenvolvimento e manutenção das capacidades ajustadas a programas infanto-juvenis, de apuramento da forma desportiva e de manutenção, (5) Dirigir programas de intervenção.

6.2.1.4. Learning outcomes of the curricular unit:

At the end of the semester students are able to: (1) identify the factors of human performance, (2) understand the determinants of each performance factor, (3) know the essential of training methods, (4) list the evaluation methods to assess physical conditioning status, (5) understand the composition of performance factors in a particular sport,

(6) plan and organise training cycles, (7) build long and middle term plans**6.2.1.5. Conteúdos programáticos:**

Resistência. Conceito. Factores Determinantes. Tipos de resistência. Classificação. Resistência Geral e Específica. Métodos de Treino da Resistência: Contínuo e por intervalo. Controlo do treino da resistência. Velocidade. Conceito e Manifestações. Bases bio-energéticas da velocidade-Determinantes biológicas da força. Métodos directos e indirectos de avaliação da força máxima. Metodologias de treino da força. Treino em percurso, em circuito e super-séries. Treino em condições óptimas e em sobrecarga. Heterocronia da recuperação das várias metodologias. Treino pliométrico e proprioceptivo. Capacidades coordenativas: Conceitos e fatores determinantes; Princípios metodológicos para o treino das capacidades coordenativas. a) Métodos e conteúdos do treino e da capacidade de coordenação. Agilidade. a) Definição, princípios e meios; b) Metodologia de trabalho da flexibilidade.

6.2.1.5. Syllabus:

ENDURANCE: concepts, factors and determinants, types of endurance, general and specific endurance. Methods for endurance training: continuous and intermittent, linear and non linear; Control and evaluation of endurance: used protocols. Speed: concepts and expressions, bio-energetics of short term efforts. STRENGTH: Biological determinants of strength, Direct and indirect assessment of maximal strength, main drills: posture, movement, respiration and safety recommendations, general strength and specific resistance and power training using free-weight and machines, Combination of strength with other functional capacities and motor abilities [The "Bulgarian" method], kinetic chains and strength transfer to sport-specific movements, elementary approach to isokinetic dynamometers. FLEXIBILITY: determinants, assessment, training methods. AGILITY AND COORDINATION: concepts, evaluation, practical drills.

6.2.1.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular.

A organização da unidade curricular permite associar sempre uma aula teórica de fundamentação com uma aula prática de aplicação dos conceitos em situação real de treino. Os conteúdos selecionados respeitam as traves mestras do conhecimento do treino físico, não descurando a atualização aos recentes desenvolvimentos de novas metodologias e procedimentos nos diferentes fatores do treino. Neste sentido podemos assegurar que existe uma associação perfeita entre os objetivos e os conteúdos.

6.2.1.6. Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's objectives.

The organization of the course allows associating always a class aiming the theoretical foundation of the concepts with the practical application in a real workout. The content selected meet knowledge of physical training, not forgetting to update the recent developments of new methodologies and procedures in the various training factors. In this sense we can ensure that there is a perfect association between the objectives and content.

6.2.1.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

O curso terá uma aula semanal de matérias de fundamentação, complementada com uma sessão teórico-prática a desenvolver em espaços de treino específicos. Cada sessão prática deve gerar uma ficha de treino onde conste o aquecimento, os exercícios, a prescrição da carga [intensidade, séries, repetições] devendo ser indicados os pontos críticos relativos às tarefas do fator do treino físico específico. Os alunos são estimulados a desenvolver planos de treino específicos da modalidade em que estão a desenvolver a unidade curricular "Desporto de Opção". Durante as sessões de contacto do curso teórico, o estudante realizará 2 testes escritos [fichas 1 e 2]. Adicionalmente, entregará um trabalho escrito sobre a força [ficha 3]. O exame será constituído por uma prova oral

6.2.1.7. Teaching methodologies (including evaluation):

The course is organized in 15 90-minute sessions of exposition regarding the basic fundamentals of sport training methods. In addition, students experience the methods in a practical setting [track and field facility, strength training room, gymnasium] Students will receive a score from each of the three modules [endurance, strength, flexibility & agility]. In addition, they are invited to summarize a critical overview literature according to the physical training factor development. During the theoretical sessions, students will perform two written tests [assignments 1,2]. Additionally, students should complete a workout focused in strength training applied to a specific sports. The final exam corresponds to an oral test.

6.2.1.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade curricular.

Os indicadores do SGQP que traduzem a perceção dos estudantes neste âmbito de adequação, revelam uma a opção generalizada de metodologias concordantes com os objetivos. Os critérios utilizados nesta monitorização revelam score médio de 4.1 +/-0.1 numa escala de 1 a 5 incluindo os seguintes critérios: C- Adequação da carga de esforço exigida; D- Adequação e disponibilidade da bibliografia e outros elementos de apoio à aprendizagem; E- Apreciação média global da qualidade das aprendizagens; F- Perceção dos estudantes sobre os resultados da

aprendizagem que conseguiram alcançar; G- Clareza dos programas, objetivos pedagógicos e critérios da avaliação; H- Não sobreposição de conteúdos com outras unidades curriculares; I- Clareza e adequação dos métodos e critérios de avaliação; J- Boa articulação entre matérias teóricas e práticas; L- Adequação do número de estudantes por turma; M- Perceção dos estudantes sobre a sua participação ativa nos processos de aprendizagem; N- Perceção dos estudantes sobre o desenvolvimento de competências de análise e reflexão crítica; O- Apreciação global dos estudantes sobre a sua própria prestação.

6.2.1.8. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.

The SGQP indicators reveal a widespread option of methodologies consistent with the main goals. The criteria used in this monitoring reveal an average score of 4.1 + / -0.1 on a scale from 1 to 5 including the following criteria: C-Adequacy of the effort required; D-Adequacy and availability of the bibliography and other elements to support learning, E - Assessment of the overall average quality of learning; F-perception of students about the learning outcomes they have achieved; G-Clarity programs, educational objectives and evaluation criteria; H-content not overlap with other courses, I-Clarity and adequacy of methods and evaluation criteria; J-Good coordination between the theoretical and practical, L-adequacy of the number of students per class, M-perception of students on their active participation in the learning process, N-perception of students about the development of analytical skills and critical thinking; O-overall assessment of students on their own service

6.2.1.9. Bibliografia principal:

*Baechle TR, Groves BR (1998). Weight training. 2nd edition. Champaign, Illinois. Human Kinetics.
 Chu DA (1998). Jumping into pliometrics. 2nd edition. Champaign, Illinois. Human Kinetics.
 Baxter-Jones, A. D. G., & Maffulli, N. (2003). Endurance in young athletes: it can be trained (Vol. 37, pp. 96-97).
 Bishop, D., Jenkins, D. G., Mackinnon, L. T., McEniery, M., & Carey, M. F. (1999). The effects of strength training on endurance performance and muscle characteristics. Med Sci Sports Exerc, 31(6), 886-891.
 Hawley, J. A., & Stepto, N. K. (2001). Adaptations to Training in Endurance Cyclists: Implications for*

Mapa IX - Estudos Práticos I - Atletismo / Pratical Studies I - Athletics

6.2.1.1. Unidade curricular:

Estudos Práticos I - Atletismo / Pratical Studies I - Athletics

6.2.1.2. Docente responsável e respectivas horas de contacto na unidade curricular (preencher o nome completo):

Miguel Ângelo Abreu Lopes de Oliveira - Diurno: TP90 + Pós-laboral: TP30 (Total: 120)

6.2.1.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:

Não existem.

6.2.1.3. Other academic staff and lecturing load in the curricular unit:

Does not exist.

6.2.1.4. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):

A disciplina de Atletismo da licenciatura em Ciências do Desporto tem como objectivos dotar os alunos dos conhecimentos necessários à formação de jovens praticantes nas diversas disciplinas do Atletismo. Para tal, ao concluir a disciplina, o aluno estará apto a demonstrar as diferentes técnicas, e progressões pedagógicas, das diferentes disciplinas de corridas, saltos e lançamentos, conhecendo, e conseguindo conduzir com eficácia o processo de ensino aprendizagem/treino. Conhecerá ainda, a história geral do Atletismo bem como os principais pressupostos do regulamento técnico de competição e os equipamentos/recursos materiais específicos do Atletismo

6.2.1.4. Learning outcomes of the curricular unit:

The subject of Athletics aims to provide students with the knowledge needed for training/teaching young athletes/school students in the different disciplines of Athletics. To do so, after completing the course, the student will be able to demonstrate the different techniques, and teaching progressions, on all different disciplines of racing, jumping and throwing events, knowing, and being able to effectively lead the process of teaching/training. Knowing the general history of the Athletics and the main assumptions of the technical regulation of competition, as well as be familiar with the equipment/materials and resources specific of Athletics are a must.

6.2.1.5. Conteúdos programáticos:

*História do atletismo
 Características da pista de atletismo*

Corridas de fundo e de meio-fundo**Corridas de velocidade****Corridas com barreiras
Salto em comprimento****Triplo salto****Salto em altura****Lançamento do peso****Lançamento do dardo****Corridas de Estafetas****Marcha Atlética**

(para cada disciplina: análise das fases; as diferentes técnicas; metodologia de treino; progressões pedagógicas; regulamento técnico; equipamentos)

O modelo da Escola de Atletismo

- . *atletismo adaptado aos escalões etários mais jovens*
- . *sequência de ensino das disciplinas*
- . *progressões pedagógicas e didáticas*
- . *construção/adaptação de equipamentos*
- . *preparação de sessões de ensino/treino para jovens*
- . *aplicação prática de sessões de ensino/treino*

6.2.1.5. Syllabus:***Athletics history******Features from the athletic track******Running events***

- Long distance and middle distance races

- Sprint races

- Hurdles

- Relay Races

Jumping events

-Triple jump

- High Jump

- Shot Put

- Javelin throw

Race Walking

(For each discipline: analysis of phases; the different techniques; training methodology; teaching progressions; technical regulation; equipment)

The Athletics School Model

- . *athletics adapted to younger age groups*
- . *when to teach each discipline*
- . *pedagogical and didactic progressions*
- . *construction / adaptation of equipment*
- . *preparation of teaching sessions / training for younger's*

. practical application of teaching sessions / training

6.2.1.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular.

Os conteúdos programáticos foram definidos de acordo com o conhecimento que os futuros profissionais devem possuir para conseguir, de um modo eficaz, seguro e atractivo construir, e conduzir, os diferentes processos de ensino aprendizagem e/ou treino.

6.2.1.6. Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's objectives.

The course syllabus are in accordance with the knowledge that future professionals must have to achieve and lead, in an effective, safe and attractive manner, the different teaching and learning processes, as well as for training/competition.

6.2.1.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

Métodos Expositivos, Trabalho Independente, Elaboração conjunta, Trabalho em Grupo, Actividades Especiais. Avaliação Contínua

A avaliação contempla as seguintes componentes:

– teste teórico = 15%

– avaliação qualitativa de corrida com barreiras, triplo salto e corrida de estafetas = 21%

– avaliação prática [qualitativa(50%) e quantitativa(50%)] de quatro disciplinas: 2 corridas (100m e 1000m, 1 salto (comprimento ou altura), 1 lançamento (peso ou dardo) = 64%

Avaliação por Exame

A avaliação contempla as seguintes componentes:

– teste teórico = 15%

– avaliação qualitativa de corrida com barreiras, triplo salto, corrida de estafetas e marcha atlética = 21%

– avaliação prática [qualitativa(50%) e quantitativa(50%)] de quatro disciplinas: 2 corridas (100m e 1000m, 1 salto (comprimento ou altura), 1 lançamento (peso ou dardo) = 64%

6.2.1.7. Teaching methodologies (including evaluation):

Expository methods, Independent Work, Co-work tasks, Teamwork, Special Activities.

Continuous Assessment

The assessment includes the following components:

- Theoretic test = 15%

- Qualitative assessment of hurdles, triple jump and relay race = 21%

- Practical assessment [qualitative (50%) and quantitative (50%)] in four disciplines: two races (100m and 1000m, one jump (LJ or HJ), one throwing event (shot put or javelin) = 64%

Examination Assessment

The assessment includes the following components:

- Theoretic test = 15%

- Qualitative assessment of hurdles, triple jump, relay race and race walking = 21%

- Practical assessment [qualitative (50%) and quantitative (50%)] in four disciplines: two races (100m and 1000m, one jump (LJ or HJ), one throwing event (shot put or javelin) = 64%

6.2.1.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade curricular.

As metodologias de ensino são ajustadas às condições específicas dos diferentes objectivos da disciplina, numa perspectiva de facilitar o processo de aquisição dos conhecimentos por parte dos alunos e, de os mesmos ficarem aptos a adaptar as referidas metodologias em função da intervenção que venham a ter no campo de trabalho, segundo objectivos e população alvo.

6.2.1.8. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.

Teaching methodologies are adjusted to the specific conditions of the different discipline goals in a way that ensures knowledge acquisition by students, and allowing them to be able to adapt those methodologies according to objectives and target population.

6.2.1.9. Bibliografia principal:

Carr, G., Fundamentals of Track & Field, Champaign, Illinois, Ed Leisure Press, 1991

Carvalho, J., Corrida Barreiras, FPA

Doolittle, D., e Tellez, T., Velocidade - da Partida à linha de chegada, Cadernos Técnicos da FPA, nº11, 1988.

Jonath, U., Haag, E., Krempel, R., Atletismo, 1ª ed português, Lisboa, Circulo de Leitores, 1982

Matos, A., e Neves, J., A técnica de corrida, Revista Treino Desportivo, nº5, 1987

Schmolinsky, G., Atletismo, 2ª ed em português, Lisboa, Ed Estampa, 1982

Schroter, G., Como corrigir erros no Fosbury Flop, Cadernos Técnicos FPA, nº3, 1987

Tavares, F., Corrida Barreiras, Cadernos Técnicos FPA nº8, 1998

Vieira, J., S. em Comprimento, in Boletim IAAF, nº 1 e 2, 1992

Vieira, J., Triplo Salto, in Boletim IAAF, nº 1 e 2, 1993

Mapa IX - Estudos Práticos II - Escalada / Practical Studies II - Climbing

6.2.1.1. Unidade curricular:

Estudos Práticos II - Escalada / Practical Studies II - Climbing

6.2.1.2. Docente responsável e respectivas horas de contacto na unidade curricular (preencher o nome completo):

Miguel Ângelo Abreu Lopes de Oliveira - Diurno: TP90 + Pós-laboral: TP30 (Total: 120)

6.2.1.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:

Não existem.

6.2.1.3. Other academic staff and lecturing load in the curricular unit:

Does not exist.

6.2.1.4. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):

A disciplina de Escalada, leccionada na FCDEF-UC, habilita os discentes com as competências necessárias para efectuar o ensino de escalada em EAE, em Top-rope/Bottom roping. Para tal, ao concluir a disciplina, o aluno estará apto a:

- *colocar uma corda em top-rope, através de acesso ao topo da parede, e em segurança*
- *escalar e assegurar terceiros em top-rope/bottom-roping, em vias que em 1º de cordada seriam consideradas até grau IV/IV+, sempre demonstrando segurança e eficácia em todas as acções*
- *colocar uma corda para descida em "rappel", em reunião instalada com material permanente, sabendo instalar se e descer em segurança, bem como instalar e fazer descer terceiros em segurança.*
- *enquadrar pequenas sessões de iniciação à escalada, em top-rope/bottom-roping e em treino de Boulder.*
- . *Conhecerá ainda, a história geral da Escalada bem como os equipamentos/recursos materiais específicos da modalidade.*

6.2.1.4. Learning outcomes of the curricular unit:

Climbing subject, taught at FCDEF-UC, empowers students with the skills necessary to carry out climbing teaching at Artificial Climbing Walls (ACW) in Top-rope/Bottom roping. To do so, after completing the course, students will be able to:

- *Place a rope on top-rope, through access to the top of the wall, always maintaining safety*
- *Climbing, and belaying other climbers, on top-rope/bottom-roping on routes graded IV / IV +, always demonstrating safety and efficacy in all actions*
- *Place a rope for abseil down using bolted tops, knowing how to install themselves and abseil down safely, as well as making other climbers abseil down.*
- *lead climbing sessions on top-rope/bottom-roping and on Bouldering.*
- . *Knowing the general history of climbing and be familiar with the equipment and resources specific of this modality.*

6.2.1.5. Conteúdos programáticos:

- . *História da Escalada*
- . *Diferentes formas de Escalada*
- . *Técnicas de Movimento*
- *como ensinar os movimentos*
- *o modo como aprendemos os movimentos*
- *a ajuda e as progressões*
- *relação entre a posição corporal e o trabalho dos pés*
- *o trabalho dos pés*
- *como usar as mãos*
- *importância da oposição de forças*
- *importância da posição corporal*
- *como "repousar" enquanto se escala*
- *movimentos dinâmicos*
- *como "ler" (antecipar) os movimentos*
- . *Meio ambiente em Escalada*
- *Estruturas Artificiais para Escalada (EAE)*
- . *Equipamento*

- *dinâmica de forças e de quedas*
- *cordas*
- *calçado*
- *arnês*
- *mosquetões*
- *aparelhos para segurança e para descida em rappel*
- *a utilização do carbonato de magnésio*
- . *Trabalho com cordas e técnicas de segurança*
- *nós para encordoamento e nós para fixação de corda*
- *nós auto-bloqueantes*
- *assegurar um escalador*
- *descida em rappel*
- *considerações para instrução em EAE, em top-rope*
- . *Acidentes*
- *como evitar acidentes*

6.2.1.5. Syllabus:

Climbing history

. *Different forms of Climbing*

. *Movement Technique*

- *How to teach the movements*
- *How do we learn the movements*
- *Progressions*
- *Specific warm up, cool down and stretching*
- *Movements repetition*
- *Relationship between body position and footwork*
- *Footwork*
- *How to use hands*
- *Importance of the forces opposition*
- *Importance of body position*
- *How "to rest" while climbing*
- *Dynamic movements*
- *How "to read" (anticipate) movements*

. *Venues:*

- *Artificial Climbing Structures/Walls (ACS/ACW)*

. *Equipment*

- *Dynamic of forces and falls*
- *ropes*
- *specific shoes*
- *seat harness*
- *carabiners*
- *devices for belaying and for abseil down*
- *The use of magnesium carbonate*
- . *Working with ropes and safety techniques*
- *knots for tie in*
- *self-locking knots*
- *belaying a climber*
- *abseiling down*
- *Considerations for instruction at ACS/ACW, on Top-rope/Bottom roping*

. *Accidents*

- *How to avoid accidents*

6.2.1.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular.

Os conteúdos programáticos foram definidos de acordo com o conhecimento que os futuros profissionais devem possuir para conseguir, de um modo eficaz, seguro e atractivo construir, e conduzir, os diferentes processos de ensino aprendizagem e/ou treino.

6.2.1.6. Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's objectives.

The course syllabus are in accordance with the knowledge that future professionals must have to achieve and lead, in an effective, safe and attractive manner, the different teaching and learning processes, as well as for training/competition.

6.2.1.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

Métodos Expositivos, Trabalho Independente, Elaboração conjunta.

Avaliação Contínua

Avaliação de desempenho, baseada na observação do seu desempenho prático e na realização de um teste escrito.

- a) Escalar em top-rope//bottom-roping (via de grau IV/IV+, da escala francesa) = 15%
- b) Efectuar segurança em top-rope//bottom-roping = 15%
- c) Manuseamento de cordas e materiais = 20%
- d) Via + problemas em Boulder = 15%
- e) Avaliação Contínua de desempenho nas aulas = 25%
- f) Teste teórico = 10%

Aprovação condicionada a classificação igual ou superior a 50% em a), b), c) e e).

Avaliação por Exame

- a) Escalar em top-rope/bottom-roping (via de grau IV/IV+, da escala francesa) = 20%
- b) Efectuar segurança em top-rope/bottom-roping = 20 %
- c) Manuseamento de cordas e materiais = 25%
- d) Via + problemas em Boulder = 10%
- e) simulação de enquadramento de sessões de escalada = 15%
- f) Teste teórico = 10%

Aprovação condicionada a classificação igual ou superior a 50% em a), b), c) e e).

6.2.1.7. Teaching methodologies (including evaluation):

Expository methods, Independent Work, Co-work tasks.

Continuous Assessment

Continuous assessment of students is based on a performance evaluation after observation of their performance in carrying out practice and a written test.

- a) Climb on top-rope / bottom-roping (grade IV / IV +, French grading system) = 15%
- b) Belaying on top-rope /bottom-roping = 15%
- c) Working with ropes and other gear = 20%
- d) Bouldering route and problems = 15%
- e) Continuous assessment in class = 25%
- f) Theoretical test = 10%

To complete the course students must reach a grade of 50% in a) b) c) and e).

Examination

- a) Climb on top-rope / bottom-roping (grade IV / IV +, French grading system) = 20%
- b) Belaying on top-rope /bottom-roping = 20%
- c) Working with ropes and other gear = 25%
- d) Bouldering route and problems = 10%
- e) Leading a simulated climbing session= 15%
- f) Theoretical test = 10%

To complete the course students must reach a grade of 50% in a) b) c) and e).

6.2.1.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade curricular.

As metodologias de ensino são ajustadas às condições específicas dos diferentes objectivos da disciplina, numa perspectiva de facilitar o processo de aquisição dos conhecimentos por parte dos alunos e, de os mesmos ficarem aptos a adaptar as referidas metodologias em função da intervenção que venham a ter no campo de trabalho, segundo objectivos e população alvo.

6.2.1.8. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.

Teaching methodologies are adjusted to the specific conditions of the different discipline goals in a way that ensures knowledge acquisition by students, and allowing them to be able to adapt those methodologies according to objectives and target population.

6.2.1.9. Bibliografia principal:

- Beroujon, Yves, et autres, Juegos de Escalada, 1ª edição, Barcelona, Inde Publicaciones, 1999*
- Hoffman, Michael, Manual de Escalada, 4ª edição em castelhanho, Madrid, Ediciones Desnivel, 1997*
- Luebben, Craig, Nudos para escaladores, 2ª edição em castelhanho, Madrid, Ediciones Desnivel, 1995*
- Macía, David, Planificación del entrenamiento en escalada deportiva, 1ª edição, Madrid, Ediciones Desnivel, 2002*
- Murcia, Máximo, Prevención Seguridad y Autorrescate, 1ª edição, Madrid, Ediciones Desnivel, 1996*
- McMillan, Neville, Care and Maintenance, 1ª edição, Manchester, edições BMC, 2001*
- Núñez, Tino, Cuerdas y nudos de alta resistencia, 1ª edição em castellano, Madrid, Ediciones Desnivel, 2002*
- Richardson, Alun, Rock Climbing for instructors, 1ª edição, Marlborough, The Crowood Press Ltd, 2001*
- Shubert, Pit, Seguridad y Riesgo, 1ª edição em Castelhanho, Madrid, Ediciones Desnivel, 1996*

Winter, Stefan, Escalada deportiva con niños y adolescentes, 1ª edição, Madrid, Ediciones Desnivel, 2000

Mapa IX - Desporto de Opção II - Escalada / Optional Sports II - Climbing

6.2.1.1. Unidade curricular:

Desporto de Opção II - Escalada / Optional Sports II - Climbing

6.2.1.2. Docente responsável e respectivas horas de contacto na unidade curricular (preencher o nome completo):

Miguel Ângelo Abreu Lopes de Oliveira - Diurno + Pós-laboral: TP22,5 (Total: 22,5)

6.2.1.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:

Não existem.

6.2.1.3. Other academic staff and lecturing load in the curricular unit:

Does not exist.

6.2.1.4. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):

Habilitar os discentes com as competências:

- para programar e efectuar o ensino da técnica e da táctica de escalada

- para programar e organizar actividades de ensino e prática de escalada

preparando-os para as seguintes competências:

- progredir em segurança e eficácia em todo o terreno de rocha

- planificar o ensino da escalada e a avaliação do processo ensino-aprendizagem, em todas as zonas de rocha

- controlar a logística da actividade.

- avaliar a possibilidades de realização da actividade no local escolhido.

- organizar a prática da escalada com o fim de alcançar o objectivo desportivo proposto, garantindo as condições de segurança dos praticantes.

6.2.1.4. Learning outcomes of the curricular unit:

Enable students:

- to plan and carry out technical and tactical climbing teaching

- to plan and organize activities for teaching and practice of climbing

preparing them for the following skills:

- to progress in safety and efficacy throughout rock routes

- to plan climbing teaching and teaching-learning evaluation process in any type of rock venue

- control of logistics

- Assess the possibilities of conducting the activity in the chosen location.

- Organize the practice of rock climbing in order to achieve the proposed sports objective, guaranteeing climbers safety.

6.2.1.5. Conteúdos programáticos:

. Técnicas de Movimento

. Meio ambiente em Escalada

. Equipamento

. Trabalho e técnicas de segurança

. Acidentes

6.2.1.5. Syllabus:

. Movement Technique

. Venues

. Equipment

. Working with ropes and safety techniques

. Accidents

6.2.1.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular.

Os conteúdos programáticos foram definidos de acordo com o conhecimento que os futuros profissionais devem possuir para conseguir, de um modo eficaz, seguro e atractivo construir, e conduzir, os diferentes processos de ensino aprendizagem e/ou treino.

6.2.1.6. Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's objectives.

The course syllabus are in accordance with the knowledge that future professionals must have to achieve and lead, in an effective, safe and attractive manner, the different teaching and learning processes, as well as for training/competition.

6.2.1.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

Métods Expositivos, Trabalho Independente, Elaboração conjunta, Trabalho Grupo, Activds Especiais.

Avaliação Continua (frequência, participativa, 75% aulas)

A. Avaliação prática (50%):

B. Avaliação teórica (50%):

Aprovação sujeita a class $\geq 50\%$ em A: a), b), c), e d) + B: a), b), e c).

Avaliação por Exame

A. Avaliação prática (75%):

Aprovação sujeita a class $\geq 50\%$ em A: a), b), c), e d)

B. Avaliação teórica (25%) - Teste escrito = 25%

6.2.1.7. Teaching methodologies (including evaluation):

Expository methods, Independent Work, Co-work tasks, Teamwork, Special Activities.

Continuous Assessment (attendance, participatory, 75%)

A. Practical assessment (50%)

Compulsory $\geq 50\%$ in a) b) c) e d)

B. Theoretical evaluation (50%):

Compulsory $\geq 50\%$ in a), b) and c).

Examination Assessment

A. Practical assessment (75%):

Compulsory $\geq 50\%$ in a) b) c) e d)

B. Theoretical evaluation (25%): Theoretical test

6.2.1.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade curricular.

As metodologias de ensino são ajustadas às condições específicas dos diferentes objectivos da disciplina, numa perspectiva de facilitar o processo de aquisição dos conhecimentos por parte dos alunos e, de os mesmos ficarem aptos a adaptar as referidas metodologias em função da intervenção que venham a ter no campo de trabalho, segundo objectivos e população alvo.

6.2.1.8. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.

Teaching methodologies are adjusted to the specific conditions of the different discipline goals in a way that ensures knowledge acquisition by students, and allowing them to be able to adapt those methodologies according to objectives and target population.

6.2.1.9. Bibliografia principal:

Fasulo, David, Autorrescate, 1ª edição, Madrid, Ediciones Desnivel, 1998

Hoffman, Michael, Manual de Escalada, 4ª edição em castelhano, Madrid, Ediciones Desnivel, 1997

Macia, David, Planificación del entrenamiento en escalada deportiva, 1ª edição, Madrid, Ediciones Desnivel, 2002

Murcia, Máximo, Prevención Seguridad y Autorrescate, 1ª edição, Madrid, Ediciones Desnivel, 1996

McMillan, Neville, Care and Maintenance, 1ª edição, Manchester, edições BMC, 2001

Núñez, Tino, Cuerdas y nudos de alta resistencia, 1ª edição em castelhano, Madrid, Ediciones Desnivel, 2002

Núñez, Tino, e Lujan, Ignacio, Como escalar vías de vários largos, 3ª edição, Madrid, Ediciones Desnivel, 2004

Richardson, Alun, Rock Climbing for instructors, 1ª edição, Marlborough, The Crowood Press Ltd, 2001
Santamaría, Luis, Escalada artificial – teoria y práctica, 1ª edição, Madrid, Ediciones Desnivel, 2002
Shubert, Pit, Seguridad y Riesgo, 1ª edição em Castelhana, Madrid, Ediciones Desnivel, 1996

Mapa IX - Nutrição e Desporto / Nutrition and sports

6.2.1.1. Unidade curricular:

Nutrição e Desporto / Nutrition and sports

6.2.1.2. Docente responsável e respectivas horas de contacto na unidade curricular (preencher o nome completo):

Alain Guy Marie Massart - Diurno: TP67,5 + Pós-laboral: TP52,5 (Total: 120)

6.2.1.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:

Não existem.

6.2.1.3. Other academic staff and lecturing load in the curricular unit:

Does not exist.

6.2.1.4. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):

O equilíbrio nutricional no individuo são: base teórica e aspectos práticos. A alimentação do desportista: em período de treino, antes, durante e após diferentes tipos de provas (longa, curta, equipas, força), suplementos e performance. Avaliação e prescrição nutricional. Não se pretende substituir o nutricionista, mas sim, facilitar a complementaridade com este profissional

6.2.1.4. Learning outcomes of the curricular unit:

Balanced nutrition for health peoples: theoretical basis and their practical aspects. Sports nutrition: for the training, and before, during, after the competition of different types (short, length, team, strength). Supplement and performance. The objective is not substituted the nutritionist, but yes, facilitate the complementarily with this professional.

6.2.1.5. Conteúdos programáticos:

Aulas teóricas: Conceitos gerais (1 aula). Os grupos de alimentos, a fisiologia da nutrição (1 aula). Estado nutricional e inquérito nutricional (1-2 aulas). Alimentação equilibrada (3-4 aulas). Alimentação desportiva (antes do esforço, durante o esforço, depois do esforço, força e massa muscular) (3-4 aulas). Duvidas (1-2 aulas). Frequências teóricas e teórico-práticas (2-3 aulas) Aulas TP: A tabela de composição dos alimentos (1 aula). A avaliação das porções (2 aulas). Exercícios de avaliação dos gastos energéticos e de inquérito alimentar (2 aulas). Princípios e utilização da folha de calculo Excel (1 aula). Registos, análise e conselhos alimentares (3 aulas). Inquérito sobre a alimentação de um desportista (3-4 aulas). Duvidas sobre o trabalho (1-2 aulas)

6.2.1.5. Syllabus:

*Theoretical classes: General concept (nutrition, nutrients, food, ...) (1 class). Food groups, physiology of nutrition (1 class). Nutritional evaluation and introduction of nutritional assessment (1-2 classes). Balanced food (3-4 classes). Sports nutrition (3-4 classes). Questions (1-2 classes). Evaluation T and TP (2-3 classes)
 Theoretical – Practical classes: The food composition table (1 class). Portion evaluation (2 classes). Nutritional evaluation and nutritional assessment exercises (2 classes). Excell use to calculate the diet (1 class). Calculate 3 nutrition days, analyse the results and elaborate nutritional advises (3 classes). Analyse the nutrition of one athlete before, during and after the effort (3-4 classes) . Questions about the homework (1-2 classes)*

6.2.1.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular.

O estudante receberá informações teóricas para analisar e interpretar os resultados de um inquérito alimentar que será preparado nas aulas TP tanto para a alimentação da semana (que deve ser equilibrada), que num desportista confrontado ao esforço. Com a realização de um trabalho sobre a análise de uma alimentação semanal e de um outro trabalho sobre a alimentação ligada ao esforço, o aluno terá que integrar toda a matéria abordada nas aulas T e TP e adquirirá competências em relação com os objectivos da cadeira

6.2.1.6. Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's objectives.

The student receive information theoretical to analyse and interpret the results of one food assessment that will be prepared during the TP classes, for the weekly nutrition that have to be balanced, and for an athlete in the effort. With one homework realization on those topics, the student will have to integrate all the T and TP knowledge of the classes, and will acquire competencies in relation with the objectives of the curse.

6.2.1.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

*As aulas teóricas são quase sempre seguidas de aulas TP de aplicação dos conceitos abordados. O conhecimento da matéria é regularmente controlado através de frequências T e TP e os trabalhos são devidamente preparados nas aulas TP onde um bom espaço é reservado para tirar as dúvidas dos alunos. É feito um uso intenso do questionamento aos alunos. A matéria é frequentemente apresentada sobre forma de tabelas que os estudantes tem que interpretar. Sessões de ensino de natureza colectiva em particular nas aulas teóricas. Sessões de orientação pessoal e colectiva nas aulas teórico-práticas, com resolução de problemas e debates. Estudo autónomo orientado através da realização de trabalhos de terreno. Estudo independente de preparação das frequências.
Avaliação: frequências (55%), trabalhos individuais (35%), participação (10%).*

6.2.1.7. Teaching methodologies (including evaluation):

The theoretical classes are quite always followed by TP classes with applications of the concepts. The knowledge of the topics is regularly controlled by frequencies and the homework are well prepared during the TP classes where there is always space for the students questions. We frequently question the students during the classes and they have to interpret the table presented in the slides. The theoretical classes are of collective nature, and we have personal orientation for the homework preparations. The independent study is necessary for the preparation of the frequencies. The evaluation: frequencies (55%), homework (35%), participation (10%).

6.2.1.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade curricular.

O estudante uma vez preparado pelas aulas T e TP, realiza um trabalho sobre o equilíbrio alimentar de um individuo a sua escolha e sobre a alimentação em função do esforço de um desportista a sua escolha e assim cumpre os objectivos da cadeira de ser capaz de analisar uma dieta equilibrada e desportiva e de dar algumas orientações.

6.2.1.8. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.

The student when he is prepared by the T and TP classes, realise one homework about the nutritional balance of somebody of his choice and one homework about de effort nutrition of some athlete of his choice. Then the student complete the objective of the curricular unity to be able in analysing a balanced diet and a sport diet with some subsequent orientations

6.2.1.9. Bibliografia principal:

Wolinsky I. (1998). Nutrition in exercise and sport. New York: CRC. Saldanha H. (1999). Nutrição clínica. Lisboa: Lidel. Biesek S. e col. (2005). Estrategia de nutrição e suplementação no esporte. Barueri: Manole.

Mapa IX - Desporto de Opção I - Escalada / Optional Sports I - Climbing**6.2.1.1. Unidade curricular:**

Desporto de Opção I - Escalada / Optional Sports I - Climbing

6.2.1.2. Docente responsável e respectivas horas de contacto na unidade curricular (preencher o nome completo):

Miguel Ângelo Abreu Lopes de Oliveira - Diurno + Pós-laboral: TP22,5 (Total: 22,5)

6.2.1.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:

Não existem.

6.2.1.3. Other academic staff and lecturing load in the curricular unit:

Does not exist.

6.2.1.4. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):

*Habilitar os discentes com as competências necessárias para efectuar o ensino, instrução e a condução de praticantes em escalada em zonas¹ até 1 comprimento de corda.
. Conhecerá ainda, a história e evolução da Escalada bem como os equipamentos/recursos materiais específicos da modalidade.
¹- E.A.E., sectores de rocha equipados e sectores de rocha não equipados*

6.2.1.4. Learning outcomes of the curricular unit:

*Enable students with the skills necessary to carry out teaching, instruction and guiding other climbers in climbing areas¹, up to one pitch.
Knowing the history and evolution of climbing as well as all equipment and resources specific of this modality.*

¹ - ACS/ACW, bolted venues and non bolted venues.

6.2.1.5. Conteúdos programáticos:

- . *História da Escalada*
- . *Diferentes formas de Escalada*
- . *Técnicas de Movimento*
- . *Meio ambiente em Escalada*
- . *Equipamento*
- . *Trabalho com cordas e técnicas de segurança*
- . *Acidentes*

6.2.1.5. Syllabus:

- . *Climbing history*
- . *Different forms of Climbing*
- . *Movement Technique*
- . *Venues:*
- . *Equipment*
- . *Working with ropes and safety techniques*
- . *Accidents*

6.2.1.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular.

Os conteúdos programáticos foram definidos de acordo com o conhecimento que os futuros profissionais devem possuir para conseguir, de um modo eficaz, seguro e atractivo construir, e conduzir, os diferentes processos de ensino aprendizagem e/ou treino.

6.2.1.6. Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's objectives.

The course syllabus are in accordance with the knowledge that future professionals must have to achieve and lead, in an effective, safe and attractive manner, the different teaching and learning processes, as well as for training/competition.

6.2.1.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

Métodos Expositivos, Trabalho Independente, Elaboração conjunta, Trabalho Grupo, Activos Especiais.

Avaliação Contínua (frequência, participativa, 75% aulas)

A. Avaliação prática (60%)

B. Avaliação teórica (40%)

Aprovação sujeita a class $\geq 50\%$ em A: a), b), c), d), e e) + B: em a), b), c).

Avaliação por Exame

A..Avaliação prática (75%):

a) Escalar em 1º cordada (via equipada, 6a) = 11,25%

b) Assegurar escalador = 11,25%

c) Equipar reuniões = 11,25%

d) Escalar em 1º cordada (via não equipada, V/V+) = 15%

e) enquadramento sessões de escalada + condução em parede = 15%

f) resolução problemas = 11,25%

Aprovação sujeita a class $\geq 50\%$ em a), b), c), d), e) e f).

B. Avaliação teórica (25%) - Teste = 25%

6.2.1.7. Teaching methodologies (including evaluation):

Expository methods, Independent Work, Co-work tasks, Teamwork, Special Activities.

Continuous Assessment (attendance, participatory, 75%)

A. Practical assessment (60%):

Compulsory $\geq 50\%$ in a) b) c) d) e).

B. Theoretical evaluation (40%):

Compulsory $\geq 50\%$ in a), b) and c).

Examination Assessment

A. Practical assessment (75%):

- a) *Climbing on sight, leading (bolted routes, 6a) = 11,25%*
- b) *Belaying climbers = 11,25%*
- c) *Equip top routes = 11,25%*
- d) *Climbing on sight, leading (non bolted routes, V/V+) = 15%*
- e) *Lead rock climbing sessions + guiding someone climbing= 15%*
- f) *Solving problems = 11,25%*

Compulsory $\geq 50\%$ in a) b) c) d) e) and f).

B. Theoretical evaluation (25%): Theoretical test

6.2.1.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade curricular.

As metodologias de ensino são ajustadas às condições específicas dos diferentes objectivos da disciplina, numa perspectiva de facilitar o processo de aquisição dos conhecimentos por parte dos alunos e, de os mesmos ficarem aptos a adaptar as referidas metodologias em função da intervenção que venham a ter no campo de trabalho, segundo objectivos e população alvo.

6.2.1.8. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.

Teaching methodologies are adjusted to the specific conditions of the different discipline goals in a way that ensures knowledge acquisition by students, and allowing them to be able to adapt those methodologies according to objectives and target population.

6.2.1.9. Bibliografia principal:

- Beroujon, Yves, et autres, Juegos de Escalada, 1ª edição, Barcelona, Inde Publicaciones, 1999*
- Hoffman, Michael, Manual de Escalada, 4ª edição em castelhano, Madrid, Ediciones Desnivel, 1997*
- Luebben, Craig, Nudos para escaladores, 2ª edição em castelhano, Madrid, Ediciones Desnivel, 1995*
- Macia, David, Planificación del entrenamiento en escalada deportiva, 1ª edição, Madrid, Ediciones Desnivel, 2002*
- Murcia, Máximo, Prevención Seguridad y Autorrescate, 1ª edição, Madrid, Ediciones Desnivel, 1996*
- McMillan, Neville, Care and Maintenance, 1ª edição, Manchester, edições BMC, 2001*
- Núñez, Tino, Cuerdas y nudos de alta resistencia, 1ª edição em castellano, Madrid, Ediciones Desnivel, 2002*
- Richardson, Alun, Rock Climbing for instructors, 1ª edição, Marlborough, The Crowood Press Ltd, 2001*
- Shubert, Pit, Seguridad y Riesgo, 1ª edição em Castelhana, Madrid, Ediciones Desnivel, 1996*
- Winter, Stefan, Escalada deportiva con niños y adolescentes, 1ª edição, Madrid, Ediciones Desnivel, 2000*

Mapa IX - Pedagogia do Desporto / Sport Pedagogy

6.2.1.1. Unidade curricular:

Pedagogia do Desporto / Sport Pedagogy

6.2.1.2. Docente responsável e respectivas horas de contacto na unidade curricular (preencher o nome completo):

Carlos Eduardo de Barros Gonçalves - Diurno: T22,5 + TP67,5 + Pós-laboral: T22,5+ TP30 (Total:142,5)

6.2.1.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:

Não existem.

6.2.1.3. Other academic staff and lecturing load in the curricular unit:

Does not exist.

6.2.1.4. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):

A disciplina aborda os aspectos culturais e relacionais da prática do treino, a sua inserção na realidade social, as relações com os outros agentes desportivos, em especial através da figura do treinador, e com as instituições desportivas, clubes e escolas. Procura compreender os desportos e a competição, os mecanismos da aprendizagem desportiva de ponto de vista do desenvolvimento pessoal e a importância da preparação para a competição.

Os estudantes deverão estar aptos a analisar criticamente os vários contextos de prática que se lhes deparam

profissionalmente.

6.2.1.4. Learning outcomes of the curricular unit:

The unit deals with cultural and relational aspects of training, how they fit in social reality, and the relations with all the agents, and organizations, especially through the study of the coach. The understanding of sports and sports competitions, how the athletes learn during their personal development, and the importance of preparation to compete.

The student should be able to critically analyze the different environments they are going to meet in their professional lives.

6.2.1.5. Conteúdos programáticos:

1 Pedagogia do Desporto como ponto de encontro das Ciências do Desporto: passado, presente e futuro.

2 A qualidade no treino. Bom treino e treino eficaz. Importância da qualidade.

3 O treinador como agente central da Pedagogia do Desporto. Construção da filosofia do treinador. Ciclos de aprendizagem do treinador. O treinador reflexivo. O treinador como especialista desportivo, inserido num processo de formação plurianual. As competências do treinador.

4 O processo de aprendizagem. Conhecer os atletas e como aprendem as técnicas desportivas. O

“desenvolvimentismo” no treino desportivo e a identidade dos atletas. Métodos gerais de aprendizagem. Heurístico e hermenêutico.

5 Observação e análise do treino.

6 Construtivismo. Contextos de prática.

7 Formação e educação dos treinadores: um processo contínuo. Percepção dos treinadores pelos atletas.

Preparação para o treino. A participação do atleta na própria preparação.

8 Ética do treino. Código de ética para atletas e treinadores.

6.2.1.5. Syllabus:

1) Sport Pedagogy as a meeting point for sport sciences: past, present and future.

2) Quality in practice. Good practice and efficient practice. The importance of quality.

3) The coach as a central actor in Sport Pedagogy. The philosophy of the coach.

4) Reflexive coach. The competences of the coach.

5) The learning process. To know the athletes and how they learn sports skills. Constructivism in sport training and the athletes' identity.

6) Learning methods. Heuristic and hermeneutic, global and analytic.

7) Observation and analysis of practice sessions. Methods and tools.

6) Constructivism. Teaching Games for Understanding and Game Sense.

8) The athletes' perceptions of their coaches: effects on motivation, well being and performance. The athletes' participation in their own training.

9) Ecological approach of training process

10) Coaches training and education: a never-ending process.

11) Ethics in practice. A code of behavior for coaches and athletes.

6.2.1.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular.

Os conteúdos programáticos abordam os contextos culturais em que decorre o treino desportivo e o papel do treinador como agente no processo, conferindo ao estudante as competências de compreensão e de crítica necessárias à compreensão dos problemas levantados pela prática e à sua inserção profissional. A centralidade do pensamento reflexivo e da filosofia do treinador nos conteúdos programáticos representam o contributo da disciplina para a preparação para futura intervenção prática

6.2.1.6. Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's objectives.

The central role of the reflexive thinking and of coaches' philosophy in the structure of knowledge, represent the key contribution of the unit to the aim of an informed and critical professional intervention.

6.2.1.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

As metodologias de ensino combinam a exposição teórica com trabalho de campo, dividido em observação de treino mediante ferramentas de registo e tratamento de informação e realização de entrevistas a treinadores. As atividades são realizadas por pequenos grupos de estudantes. Recursos vídeo são extensivamente utilizados para observação e demonstração de boas práticas. A pesquisa de páginas internet dedicadas a grupos de interesses (TGfU ou Game Sense) é também praticada.

Os métodos de avaliação contínua incluem duas frequências, na 7ª e na 15ª aulas, dois trabalhos de campo e um trabalho de pesquisa de conteúdos na internet. Cada frequência contribui para 50% da nota final. Os trabalhos de campo e o trabalho de pesquisa são considerados como perguntas das frequências e cotados como tal.

Para quem não foi avaliado durante o semestre, é realizado um exame que abarca todos os conteúdos e que conta para 100% da nota final.

6.2.1.7. Teaching methodologies (including evaluation):

The teaching methodologies combine the expositive lectures with field work, divided by practice observation, through recording tools, and coaches's interviews. The activities are performed by small groups of students. Video resources are widely used for observation and demonstration of good practices. Internet search of group interests sites (TGfU or Game Sense) is also used.

Two written tests are performed in the 7th and in the 15th classes, and account for 50% each of the final mark. Field work and internet search are assessed in the same occasion. For those who don't participate in the classes a final exam is previewed, accounting for 100% of the final mark.

6.2.1.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade curricular.

As metodologias de ensino preparam o estudante para agir em contexto de treino, recolhendo informação junto dos principais agentes e debatendo os resultados observados. A capacidade crítica constrói-se também através de leituras e debate oral, e apresentação escrita de argumentos sustentados teoricamente.

6.2.1.8. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.

The teaching methods prepare the students to act in a practice context, collecting information from the main agents and debating the observed results. Critical capacities are built also through lecture of relevant texts, oral debates and written presentation of theoretically grounded arguments.

6.2.1.9. Bibliografia principal:

Kretchmar, R. (2005). Practical Philosophy of Sport and Physical Activity. Champaign, Ill., Human Kinetics.

Cassidy, T., Jones, R. & Potrac, P. (2005). Understanding Sport Coaching. London, Routledge.

Côté, J., Strachan, L., & Fraser-Thomas, J. (2009). Participation, personal development, and performance through youth sport. In N. Holt (Ed.), Positive youth development through sport (pp. 34–46). London: Routledge.

Gonçalves, C.E, Carvalho, H.M., Light, R. (2011). Keeping Women in Sport: Positive Experiences of Six Women's Experiences Growing Up and Staying with Sport in Portugal. The Asian Journal of Exercise and Sports Science, 8, 1, 39-52.

Martens, R. (1997). Successful Coaching. Champaign, Ill., Human Kinetics.

Jones, R. (2006). The Sports Coach as an Educator. London, Routledge

Moreno, P. & del Villar, F. (2004). El Entrenador Deportivo. Barcelona, INDE

Mapa IX - Desporto de Opção II - Futebol / Optional Sports II - Football

6.2.1.1. Unidade curricular:

Desporto de Opção II - Futebol / Optional Sports II - Football

6.2.1.2. Docente responsável e respectivas horas de contacto na unidade curricular (preencher o nome completo):

António José Barata Figueiredo - Diurno + Pós-laboral: TP22,5 (Total: 22,5)

6.2.1.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:

Não existem.

6.2.1.3. Other academic staff and lecturing load in the curricular unit:

Does not exist.

6.2.1.4. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):

Nesta unidade curricular pretende-se que os alunos aprofundem os conhecimentos e competências no desempenho da missão de ensino do jogo de futebol. A componente didático-pedagógica dominará esta disciplina com um maior grau de profundidade relativamente ao apresentado no decorrer do bloco de futebol na unidade curricular de estudos práticos.

6.2.1.4. Learning outcomes of the curricular unit:

This course aims to deepen the students' knowledge and skills in carrying out the mission of teaching the game. The didactical and pedagogical dimensions will dominate this course with a major focus relatively to the presented in practical studies.

6.2.1.5. Conteúdos programáticos:

1. A parte inicial da aula

1.1. Introdução dos factores de jogo na parte inicial da aula (aquecimento) objectivando maximizar o tempo útil de aula e o tempo de empenhamento motor.

2. Desenvolvimento de metodologias adequadas para o ensino dos factores de jogo:

- 2.1. condução de bola
- 2.2. passe/recepção
- 2.3. remate
- 2.4. cabeceamento
- 2.5. drible

3. Desenvolvimento de metodologias adequadas para o ensino dos princípios específicos de jogo:

- 3.1. ofensivos
 - 3.1.1. penetração
 - 3.1.2. cobertura ofensiva
 - 3.1.3. mobilidade
 - 3.1.4. espaço
- 3.2. defensivos
 - 3.2.1. contenção
 - 3.2.2. cobertura defensiva
 - 3.2.3. equilíbrio
 - 3.2.4. concentração

4. A complexificação / descomplexificação do exercício manipulando as variáveis:

- 4.1. número
- 4.2. espaço
- 4.3. forma

6.2.1.5. Syllabus:**1. The initial part of the class**

- 1.1. Introduction of the skills in the beginning of the lesson (warm up) aiming to maximize students exposure.

2. Development of appropriate methodologies for teaching the football skills:

- 2.1. ball control
- 2.2. pass / reception
- 2.3. shooting
- 2.4. heading
- 2.5. dribbling

3. Development of appropriate methodologies for the teaching of specific game normatives:

- 3.1. offensive
 - 3.1.1. penetration
 - 3.1.2. offensive support
 - 3.1.3. mobility
 - 3.1.4. space
- 3.2. defensive
 - 3.2.1. contention
 - 3.2.2. defensive support
 - 3.2.3. balance
 - 3.2.4. concentration

4. The complexification of the exercise and the manipulation of game variables:

- 4.1. number
- 4.2. space
- 4.3. format

6.2.1.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular.

A coerência é demonstrada pelas respostas aos inquéritos SGQP (Sistema de Gestão da Qualidade Pedagógica) da Universidade de Coimbra. Nos resultados referentes às unidades curriculares podem observar-se os seguintes valores: [i] Apreciação média global da qualidade das aprendizagens – 4.3; [ii] Perceção dos estudantes sobre os resultados da aprendizagem que conseguiram alcançar – 4.3; [iii] Clareza dos programas, objetivos pedagógicos e critérios de avaliação – 4.3; [iv] Não sobreposição de conteúdos com outras unidades curriculares – 4.2; [v] Boa articulação entre matérias teóricas e práticas – 4.3; [vi] Perceção dos estudantes sobre a sua participação ativa nos processos de aprendizagem – 4.4; [vii] Perceção dos estudantes sobre o desenvolvimento de competências de análise e reflexão crítica – 4.4

6.2.1.6. Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's objectives.

Questionnaires SGQP (System for the Management of Pedagogical Quality) that is being used at the University of Coimbra (scale 1-5). [i] Overall rating of the learning quality – 4.3; [ii] Perception of the students regarding the attained results – 4.3; [iii] Concise of the contents, pedagogic goals, evaluation criterion – 4.3; [iv] Non overlapping between contents of different disciplines – 4.2; [v] Management of theoretical and practical contents – 4.3; [vi]

**Perception of the students regarding their active participation in the teaching learning process – 4.4; [vii]
Perception of the students regarding the development of competencies and critical thinking – 4.4**

6.2.1.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

As aulas serão uma componente de natureza expositiva e uma outra em ambiente prático. Para esse efeito recorrer-se á a uma avaliação que estará consubstânciada nos seguintes parâmetros:

- **Planeamento e execução das intervenções junto dos alunos do 1º ano – (50%).**
- **Relatório final das intervenções junto dos alunos do 1º ano – (50%).**

6.2.1.7. Teaching methodologies (including evaluation):

The classes will have a expository component a infield practice. The evaluation will promote the following assignments:

- **Planning and implementation of interventions in the infield practice - (50%).**
- **Final report of the interventions in the infield practice - (50%).**

6.2.1.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade curricular.

A coerência é demonstrada pelas respostas aos inquéritos SGQP (Sistema de Gestão da Qualidade Pedagógica) da Universidade de Coimbra, variando entre 1 e 5: [i] Apreciação global da qualidade do docente no processo de ensino/aprendizagem – 4.4; [ii] Disponibilidade do docente para interagir com os estudantes, os apoiar e fomentar a auto-aprendizagem – 4.4; [iii] Clareza na exposição da matéria e na resposta às questões – 4.4 [iv] Consonância com o programa e os objetivos da unidade curricular – 4.4 [v] Adequação da quantidade de informação apresentada nas aulas ao tempo disponível – 4.4; [vi] Fomento do envolvimento ativo e crítico dos estudantes na aula – 4.4; [vii] Fomento da auto-aprendizagem dos estudantes fora das aulas – 4.4; [viii] Disponibilidade para o esclarecimento de dúvidas fora das aulas – 4.4.

6.2.1.8. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.

Coherence is demonstrated by the SGQP (System of Management of the Pedagogic Quality) ranging from 1 to 5. Results about teachers were as follow: [i] Global analysis of the teacher quality in the learning process – 4.4; [ii] Availability of the teacher to interact with students, and support self-learning – 4.4; [iii] Clarity to teach and to answer students questions – 4.4; [iv] Relationship between program and objectives of the curricular unit – 4.4; [v] Suitability between quantity of information and time of the lessons – 4.4; [vi] Active and critical encouragement of the students in the lessons – 4.4; [vii] Self-learning encouragement beyond the lessons – 4.4; [viii] Availability of teachers to clarify any doubts beyond the lessons – 4.4

6.2.1.9. Bibliografia principal:

Álex, S.T.; César F.A. Entrenamiento en el Fútbol Base. Ed. Paidotribo, Barcelona: 1993.

Pinto, J.; Garganta, J. O ensino do futebol, in Amândio Graça e José Oliveira (eds.). O Ensino dos Jogos Desportivos (97-137), Centro de Estudos dos Jogos Desportivos, FCDEF-UP, Porto, 1994.

Lammich, G. Jogos para o Treinamento do Futebol. Ed. Tecnoprint S.A., Rio de Janeiro, 1984.

Luxbacher, J.A. Soccer: Steps to Success. Human Kinectics Publishers, UK, 1991.

Queiroz, C. Estrutura e Organização dos Exercícios de Treino em Futebol. Ed. F.P.F, Lisboa, 1986.

Mapa IX - Desporto de Opção II – Hidroginástica / Optional Sports II - Water aerobic

6.2.1.1. Unidade curricular:

Desporto de Opção II – Hidroginástica / Optional Sports II - Water aerobic

6.2.1.2. Docente responsável e respectivas horas de contacto na unidade curricular (preencher o nome completo):

Cristina Maria Henriques Senra - Diurno + Pós-laboral: TP22,5 (Total: 22,5)

6.2.1.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:

Não existem.

6.2.1.3. Other academic staff and lecturing load in the curricular unit:

Does not exist.

6.2.1.4. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):

Desenvolvimento de estratégias de ensino adaptadas às aulas de hidroginástica com materiais.

Avaliação, planificação e intervenção pedagógica considerando o nível de capacidades dos alunos. Segurança e Contra-indicações do uso de materiais.

Aprofundamento dos conhecimentos científicos relacionados com o ensino da hidroginástica utilizando diferentes tipos de materiais, justificando e fundamentando na prática a sua escolha.

No final do semestre o aluno(a) deverá estar apto a leccionar uma aula de hidroginástica com diferentes matérias de flutuação e de arrasto, realizando os movimentos na sua forma correcta e respeitando a métrica musical.

Deverá ser capaz de adaptar a intensidade da aula a diferentes tipos de população e interagir com a mesma (tanto de forma técnica como motivacional) utilizando diferentes tipos de materiais e estruturas de aula, sendo capaz de justificar e fundamentar a sua escolha.

6.2.1.4. Learning outcomes of the curricular unit:

Development of teaching strategies adapted to aquatic exercises with materials.

Assessment, planning and educational intervention with the level of students' abilities. Safety and Contraindications to the use of materials.

Deepening of scientific knowledge related to the teaching of gymnastics using different materials, and the reasons justifying the practice of your choice.

At the end of the semester the student (a) should be able to teach an aerobics class with different materials and fluctuating drag, performing the movements correctly and in its respect for the musical meter.

You should be able to adjust the intensity of the class to different types of people and interact with the same (on both a technical and motivational) using different types of materials and structures of class, being able to justify and give reasons for your choice.

6.2.1.5. Conteúdos programáticos:

Benefícios do trabalho com materiais, estratégias de utilização.

Questões de segurança, armazenamento, manutenção, aquisição

Materiais de sustentação; Flutuação; Arrasto; outros... (caracterização)

Adaptação a diferentes populações.

Análise do tipo de movimento, contração muscular, planos e eixos.

Estratégias para trabalhar coreografia e tonificação

6.2.1.5. Syllabus:

Benefits and strategies of working with different didactic materials,

Issues of security, storage, maintenance, acquisition

Support materials, fluctuation, drag, others ... (characterization)

Adapting didactic materials to different populations.

Analysis of the type of movement, muscle contraction, planes and axes.

Strategies for working choreography and core

6.2.1.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular.

Os conteúdos programáticos estão em coerência com os objetivos da unidade curricular em virtude de serem recrutados conteúdos que correspondem ao leque de atividades no âmbito da hidroginástica

6.2.1.6. Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's objectives.

The course contents are consistent with the objectives of the course as they are recruited from those that correspond to the kind of activities within the hydro

6.2.1.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

Sessões de ensino de natureza coletiva, sessões de orientação pessoal de tipo tutorial, projetos, trabalhos de terreno, estudo autónomo. No final do semestre os estudantes deverão preparar e apresentar uma aula de hidroginástica, respeitando as linhas orientadoras fornecidas ao longo das sessões de contacto.

6.2.1.7. Teaching methodologies (including evaluation):

Teaching sessions of a collective nature, personal guidance sessions tutorial-type, projects, field work, independent study. At the end of the semester students will prepare and submit a hydro class, respecting the guidelines provided along the contact sessions.

6.2.1.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade curricular.

Os resultados da aprendizagem está intimamente ligado com a metodologia de ensino aplicada e consideramos que as metodologias de ensino e respetivo método de avaliação são coerentes com as competências e os resultados de aprendizagem que os estudantes deverão demonstrar após completar a unidade curricular.

O método de avaliação é diversificado e pretende abranger não apenas trabalhos de pesquisa como também a apresentação de trabalhos com componente teórico-prática, na qual é solicitado aos estudantes por uma lado, uma pesquisa bibliográfica e por outro, um trabalho de campo de forma a tomarem conhecimento não só dos pressupostos teóricos mas também da realidade em termos de planificação e operacionalização de sessões desportivas.

6.2.1.8. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.

The learning outcomes is closely connected with the teaching methodology applied and we believe that both teaching methodologies and method of assessment are consistent with the competences and learning outcomes that students should demonstrate after completing the course unit.

The method of evaluation is varied and aims to cover not only research work but also the presentation of papers with theoretical-practical component, which stimulates students to do a bibliographic search and a fieldwork to acknowledge not only theoretical assumptions but also the reality in terms of planning and implementation of sports sessions for special groups.

6.2.1.9. Bibliografia principal:

*Aquatic Fitness Professional Manual (2008), Nokomis. Aquatic Exercise Association.
Adami, M. (2002). Aquafitness. DK publishing
Dantas, E. (1998). - A prática da preparação física 4ª ed .- Rio de Janeiro. Shape,
Marins, J. ; Giannichi, R. ,(1998). - Avaliação & Prescrição de Actividade Física2ª Rio de Janeiro. Shape
Katch, F; McArdle, W. (1998)- Nutrição, Exercício e Saúde.
Sanders, (1999). M. YMCA Water Fitness Human Kinetics publisher.
See, J. (1992). – Aqua Aerobics Iowa. Eddie Bowers Publishing, inc..*

Mapa IX - Desporto Infanto-Juvenil / Infant-Juvenile Sport

6.2.1.1. Unidade curricular:

Desporto Infanto-Juvenil / Infant-Juvenile Sport

6.2.1.2. Docente responsável e respectivas horas de contacto na unidade curricular (preencher o nome completo):

Manuel João Cerdeira Coelho e Silva - Diurno: TP15 + Pós-laboral: TP17,5 (Total: 32,5)

6.2.1.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:

*António José Barata Figueiredo - Diurno: TP15 + Pós-laboral: TP17,5 (Total: 32,5)
Carlos Eduardo de Barros Gonçalves - Diurno: TP15 + Pós-laboral: TP17,5 (Total: 32,5)*

6.2.1.3. Other academic staff and lecturing load in the curricular unit:

*António José Barata Figueiredo - Daytime: TP15 + After working hours: TP17,5 (Total: 32,5)
Carlos Eduardo de Barros Gonçalves - Daytime: TP15 + After working hours: TP17,5 (Total: 32,5)*

6.2.1.4. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):

[1] Perceber os pressupostos ecológicos do desenvolvimento motor; [2] Descrever o ciclo de vida à luz das aquisições e refinamentos de padrões e habilidades no domínio motor; [3] Utilização de conceitos e instrumentos necessários ao estudo da variabilidade humana

6.2.1.4. Learning outcomes of the curricular unit:

[1] Understanding the ecology of human development; [2] Describing the lifecycle in terms of aquisition and refinement of motor patterns and skills; [3] Ability to use conceptual and instrumental tools for studying human variability

6.2.1.5. Conteúdos programáticos:

*MÓDULO 1: ORGANIZAÇÃO DO DESPORTO DE CRIANÇAS E JOVENS
MÓDULO 2: AMBIENTE DE PARTICIPAÇÃO DESPORTIVA
MÓDULO 3: O JOVEM ATLETA*

6.2.1.5. Syllabus:

*BLOCK #1: ORGANIZATION OF YOUTH SPORT
BLOCK #2: TRAINING AS A SOCIAL MICO-SYSTEM AND CLIMATE
BLOCK#3:THE YOUNG ATHLETE*

6.2.1.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular.

A coerência é demonstrada pelas respostas aos inquéritos SGQP (Sistema de Gestão da Qualidade Pedagógica) da Universidade de Coimbra. Nos resultados referentes às unidades curriculares podem observar-se valores sempre superiores a 4 numa escala de 1 a 5: [i] Apreciação média global da qualidade das aprendizagens ; [ii] Perceção dos estudantes sobre os resultados da aprendizagem que conseguiram alcançar; [iii] Clareza dos programas, objetivos pedagógicos e critérios de avaliação; [iv] Não sobreposição de conteúdos com outras unidades curriculares; [v] Boa articulação entre matérias teóricas e práticas; [vi] Perceção dos estudantes sobre a sua participação ativa nos processos de aprendizagem; [vii] Perceção dos estudantes sobre o desenvolvimento de competências de análise e reflexão crítica

6.2.1.6. Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's objectives.

Questionnaires SGQP (System for the Management of Pedagogical Quality) that is being used at the University of Coimbra (scale 1-5). [i] Overall rating of the learning quality; [ii] Perception of the students regarding the attained results; [iii] Concise of the contents, pedagogic goals, evaluation criterion; [iv] Non overlapping between contents of different disciplines; [v] Management of theoretical and practical contents; [vi] Perception of the students regarding their active participation in the teaching learning process; [vii] Perception of the students regarding the development of competencies and critical thinking

6.2.1.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

O curso terá duas sessões semanais de 90 minutos combinando o ensino essencialmente expositiva e a apresentação de artigos. Por fim, os alunos terão acesso à aquisição de textos de apoio originais preparados pela equipa de docentes. A avaliação resulta da aplicação de uma ficha de resolução de problemas a realizar no final de cada um dos três blocos.

6.2.1.7. Teaching methodologies (including evaluation):

The teaching load is composed by 90-minute session per week in an auditorium and a supplemental session of 90minutes in the laboratory. The evaluation corresponds to three assignments at the end of each block

6.2.1.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade curricular.

A coerência é demonstrada pelas respostas com médias sempre superior a 4 nos inquéritos SGQP (Sistema de Gestão da Qualidade Pedagógica) da Universidade de Coimbra, variando a escala entre 1 e 5: [i] Apreciação global da qualidade do docente no processo de ensino/aprendizagem; [ii] Disponibilidade do docente para interagir com os estudantes, os apoiar e fomentar a auto-aprendizagem; [iii] Clareza na exposição da matéria e na resposta às questões [iv] Consonância com o programa e os objetivos da unidade curricula [v] Adequação da quantidade de informação apresentada nas aulas ao tempo disponível; [vi] Fomento do envolvimento ativo e crítico dos estudantes na aula; [vii] Fomento da auto-aprendizagem dos estudantes fora das aulas; [viii] Disponibilidade para o esclarecimento de dúvidas fora das aulas.

6.2.1.8. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.

Coherence is demonstrated by the SGQP (System of Management of the Pedagogic Quality) ranging from 1 to 5. Results were always over 4 in the following items: [i] Global analysis of the teacher quality in the learning process; [ii] Availability of the teacher to interact with students, and support self-learning; [iii] Clarity to teach and to answer students questions; [iv] Relationship between program and objectives of the curricular unit; [v] Suitability between quantity of information and time of the lessons; [vi] Active and critical encouragement of the students in the lessons; [vii] Self-learning encouragement beyond the lessons; [viii] Availability of teachers to clarify any doubts beyond the lessons

6.2.1.9. Bibliografia principal:

*Coelho e Silva M, Figueiredo A, Gonçalves CE (2005). Motivos para a participação desportiva: conceitos e instrumentos. Boletim da SPEF, 30/31: 83-92. [Depósito legal: 433921/91] -
Coelho e Silva MJ, Figueiredo A, Gonçalves CE (2006). Desporto de Jovens ou Jovens no Desporto? FCDEF-UC, IDP. [ISBN: 978-972-99130-2-0, Depósito legal: 208058/04]
Coelho e Silva MJ, Malina RM (2004). Children and Youth in Organized Sports. Imprensa da UC / CU Press. [ISBN: 972-8704-21-6, Depósito legal: 208058/04]
Figueiredo AJ, Pena Reyes ME, Coelho e Silva MJ, Malina R (2009). O jovem futebolista – uma perspectiva auxológica. FCDEF-UC. ISBN 978-972-99130-7-5. Publicação com o apoio financeiro da Câmara Municipal de Cantanhede
Gonçalves CE, Cumming SP, Coelho e Silva MJ, Malina RM (2007). Sports and Education – Tribute to Martin Lee, Imprensa da UC / CU Press. [ISBN: 978-989-8074-16-4; Depósito legal: 268633/07]*

6.2.1.1. Unidade curricular:

Estudos Práticos III - Remo / Pratical Studies III - Rowing

6.2.1.2. Docente responsável e respectivas horas de contacto na unidade curricular (preencher o nome completo):

José Carlos Cardoso Canhola - Diurno: TP90 + Pós-laboral: TP30 (Total: 120)

6.2.1.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:

Não existem.

6.2.1.3. Other academic staff and lecturing load in the curricular unit:

Does not exist.

6.2.1.4. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):
O programa da cadeira visa o contacto e aprendizagem de uma modalidade náutica – Remo, dotando os de conhecimentos e capacidades em duas opticas: como atleta e como instrutor.

No final do semestre os estudantes deverão :a) reconhecer o remo como modalidade desportiva em todas as suas vertentes e em diferentes tipos de embarcações; b) dominar a utilização do remo-ergómetro; c) dominar o modelo técnico de remada em skiff; d) manusear e modificar o material de acordo com as características dos utilizadores; e) prescrever exercícios técnicos e progressão pedagógica para o gesto técnico da remada; f) planear, organizar, implementar e gerir sessões ou actividades de remo indor e na água.

6.2.1.4. Learning outcomes of the curricular unit:

The program aims to contact and learning a sport boating – rowing, providing the knowledge and skill on tow sides: as an athlete and as an instructor.

A the end of the semester students should: a) recognize rowing as a sport in all its aspects and different types of boats; b) master the use of the rowing ergometer; c) dominate the technical model of single-scutt; d) handle and change the material according to the characteristics of users; e) prescribe technical exercises and progress to the teaching of technical gesture stroke; f) plan, organize and manage indoor or on water rowing activities.

6.2.1.5. Conteúdos programáticos:

O programa inclui: análise dos diferentes tipos de barcos existentes no regulamento oficial do remo; o modelo técnico de remada em remo-ergómetro e erros técnicos mais comuns; o remo adaptado e suas especificidades de acordo com o grau de limitação dos utilizadores; manusear e transportar um barco de remo em segurança; ser capaz de realizar o modelo técnico de remada e todas as manobras, incluindo a capacidade de voltar ao barco em segurança em caso de queda á água; realizar e corrigir o gesto técnico de remada observado de acordo com modelo técnico fornecido, apresentando estratégias para a sua correcção; desenvolver competencias que permitam aos alunos capacidades de observação e aplicação de exercícios técnicos.

6.2.1.5. Syllabus:

The program includes: analysis of different types of boats available in the official regulation of FISA; the technical model of rowing in rowing-ergometer and the most common technical errors; adaptive rowing and its specific needs according to the degree of limitation of users; handling and all maneuvers, including the ability to return to the boat safely in the event of falling overboard; make and correct the technical rowing pattern, and presenting strategies for their correction; develop skills that allow students to apply skills of observation and technical exercises.

6.2.1.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular.

Os conteúdos programáticos vão de encontro com os objectivos da unidade curricular em virtude de serem recrutados conteúdos que correspondem à interpretação dos modelos técnicos do remo. Os conteúdos abordados serão destinados à metodologia de ensino e organização da escola de remo destinada à iniciação na modalidade e a sujeitos de diferentes idades e capacidade de movimento. Na última fase do programa serão desenvolvidas competências orientadas para a deteccção do erro técnico em concordância do último objectivo definido.

6.2.1.6. Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's objectives.

The contents of the course are consistent with the objectives because we recruited contents corresponding to the interpretation of technical rowing models. The following content covered in classs concerned with the teaching methodology and organization of the rowing school designed to attend subjects of different ages and possibilities of movement. In the last phase of the program contents are oriented to develop skills for the detection of technical errors in agreement of the ultimate goal set.

6.2.1.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

Sessões teóricas temáticas baseadas na exposição. Sessões teórico práticas orientadas para a aprendizagem do

actode remar bem como na aprendizagem do ensino do remo. Os alunos serão submetidos a um processo de avaliação contínua, efetuada ao longo do semestre devendo cumprir as seguintes tarefas: a) Trabalho teórico em grupo sobre conteúdos teóricos abordados; b) Avaliação técnica quantitativa do modelo técnico da remada em skiff. Com base na soma aritmética destes 2 elementos, o aluno terá a classificação final.

6.2.1.7. Teaching methodologies (including evaluation):

Theoretical subjects based on exposure. Theoretical-practical sessions aimed at earning the act of rowing as well learning the teaching of rowing. Students will undergo a process of continuous assessment, carried out during the semester must fulfill the following task: a) theoretical work group on the content addressed; b) technical evaluation of the rowing model in a single-scul. Based on the arithmetic sum of these two elements, the student will have the final classification

6.2.1.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade curricular.

Os indicadores do SGQP que traduzem a perceção dos estudantes neste âmbito de adequação, revelam uma a opção generalizada de metodologias concordantes com os objetivos. Os critérios utilizados nesta monitorização revelam score médio de 4.2 +/-0.2 numa escala de 1 a 5 incluindo os seguintes critérios: C- Adequação da carga de esforço exigida; D- Adequação e disponibilidade da bibliografia e outros elementos de apoio à aprendizagem; E- Apreciação média global da qualidade das aprendizagens; F- Perceção dos estudantes sobre os resultados da aprendizagem que conseguiram alcançar; G- Clareza dos programas, objetivos pedagógicos e critérios da avaliação; H- Não sobreposição de conteúdos com outras unidades curriculares; I- Clareza e adequação dos métodos e critérios de avaliação; J- Boa articulação entre matérias teóricas e práticas; L- Adequação do número de estudantes por turma; M- Perceção dos estudantes sobre a sua participação ativa nos processos de aprendizagem; N- Perceção dos estudantes sobre o desenvolvimento de competências de análise e reflexão crítica; O- Apreciação global dos estudantes sobre a sua própria prestação.

6.2.1.8. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.

The SGQP indicators reveal a widespread option of methodologies consistent with the main goals. The criteria used in this monitoring reveal an average score of 4.2 +/- 0.3 on a scale from 1 to 5 including the following criteria: C-Adequacy of the effort required; D-Adequacy and availability of the bibliography and other elements to support learning, E - Assessment of the overall average quality of learning; F-perception of students about the learning outcomes they have achieved; G-Clarity programs, educational objectives and evaluation criteria; H-content not overlap with other courses, I-Clarity and adequacy of methods and evaluation criteria; J-Good coordination between the theoretical and practical, L-adequacy of the number of students per class, M-perception of students on their active participation in the learning process, N-perception of students about the development of analytical skills and critical thinking; O-overall assessment of students on their own service

6.2.1.9. Bibliografia principal:

*Nolte, V. (2005) Rowing Faster. Champaign; Human Kinetics
FISA (2002). Be a Coach – Handbook Level 1. Lausanne. FISA
FISA (2002). Be a Coach – Handbook Level 2. Lausanne. FISA
Rowing Canada Aviron (2002). Learn To Row. Victoria. Rowing Canada Aviron
Guillabert, G. (1970). Aviron: technique-apprentissage-entraînement. Paris: Amphora
Secher, N; Volianitis, S. (2007). Rowing. Malden. Blackwell Pub.
Marques, J. (s/d). A Criança e o remo. Lisboa. Secretaria de Estado dos Desportos e Juventude, Ministério da Educação e Investigação Científica
Nugue, C. (1967). Vamos remar...: princípios técnicos do remo desportivo: directrizes para a educação dos remadores. Lisboa. Ministério da Educação Nacional. Supl. Do nº 12 da revista Educação Física. Desportos. Saúde Escolar*

Mapa IX - Desporto de Opção I - Desporto e Atividade Física em Populações Especiais / Sport Option I - AFA

6.2.1.1. Unidade curricular:

Desporto de Opção I - Desporto e Atividade Física em Populações Especiais / Sport Option I - AFA

6.2.1.2. Docente responsável e respectivas horas de contacto na unidade curricular (preencher o nome completo):

Maria João Carvalho Campos - Diurno + Pós-laboral: TP22,5 (Total: 22,5)

6.2.1.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:

Não existem.

6.2.1.3. Other academic staff and lecturing load in the curricular unit:

Does not exist.

6.2.1.4. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):
Promover oportunidades de prática na área das necessidades especiais, possibilitando uma formação in loco do estudante, através do contacto directo com as populações especiais; utilizar os conhecimentos teórico-práticos adquiridos para avaliar, prescrever e implementar actividade motora que vise a melhoria da condição física do indivíduo com necessidades especiais e adequar os programas de actividade física elaborados às necessidades específicas de cada indivíduo ou grupo, de acordo com as suas capacidades e tendo em consideração o seu perfil funcional.

- 1. Compreender e enquadrar as principais teorias associadas à prática de exercício físico como meio preventivo da saúde e do bem-estar físico e psíquico;*
- 2. Desenvolver competências de planeamento, organização e intervenção no âmbito das NEE em função das suas necessidades;*
- 3. Desenvolver competências de avaliação da aptidão física em grupos especiais utilizando instrumentos de medida apropriados.*

6.2.1.4. Learning outcomes of the curricular unit:

To promote opportunities for practice in the area of special educational needs, enabling the practice through direct contact with people with disabilities, use the theoretical and practical knowledge acquired and assess, prescribe and implement activities to improve the physical condition of individuals with disabilities, and to improve their health and their physical and mental well-being, and match physical activity programs designed to the specific needs of each individual or group of individuals according to their capacities and taking into account their functional profile.

- 1. To understand and frame the main theories associated with the practice of physical exercise as a means of preventive health and physical and psychological well-being;*
- 2. To develop competences on planning, organization and intervention in special needs groups regarding their specific needs;*
- 3. To develop physical fitness assessment skills in special groups using appropriate measuring instruments.*

6.2.1.5. Conteúdos programáticos:

Teórico-práticas:

A importância da avaliação inicial para o planeamento e organização de programas de exercício. Seleção de instrumentos de medida em função das características particulares de cada grupo.

Princípios teóricos de prescrição do exercício em grupos especiais.

Adaptação de princípios de condicionamento físico e respectiva operacionalização.

Metodologia do treino da resistência aeróbia em praticantes com NEE.

Instrumentos de avaliação da resistência aeróbia em grupos especiais: elaboração de programas práticos.

Metodologia do treino da força em praticantes com NEE.

Instrumentos de avaliação da força muscular em grupos especiais: elaboração de programas práticos.

Metodologia do treino da flexibilidade em praticantes com NEE.

Instrumentos de avaliação da flexibilidade articular em grupos especiais: elaboração de programas práticos.

Organização de um evento desportivo.

Práticas:

Planeamento e operacionalização de sessões lúdico-desportivas.

6.2.1.5. Syllabus:

Theoretical-practical:

- Importance of the initial assessment in planning and organization of exercise programs. Selection of measuring instruments depending on particular characteristics of each group.

- Theoretical principles of exercise prescription in special groups.

- Principles adaptation for physical conditioning and implementation.

- Methodology of aerobic endurance training in practitioners with special needs.

- Aerobic resistance assessment instruments in special groups: developing practical programs.

- Strength training methodology in practitioners with special needs.

- Instruments for evaluation of muscular strength in special groups: developing practical programs.

- Methodology of flexibility training in practitioners with special needs.

- Flexibility assessment instruments in special groups: developing practical programs.

- Organization of a Sport event.

Practical:

- Planning and implementation of recreational and sport sessions.

6.2.1.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular.

Os conteúdos programáticos pretendem ir de encontro à consecução desses objectivos através do contacto directo com populações especiais, por forma a dotar o estudante de competências pedagógicas que lhes permita prescrever exercício físico adaptado às necessidades de cada indivíduo, num contexto recreativo ou desportivo.

6.2.1.6. Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's objectives.

The syllabus go alongside with the achievement of the curricular unit's objectives through direct contact with special populations, so as to provide the student of pedagogical skills that allows them to prescribe exercise tailored to the needs of each individual, in the context of recreation and sport.

6.2.1.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

A metodologia de ensino inclui a exposição de temas teóricos e teórico-práticos por parte da docente, através do recurso a aulas expositivas, meios audiovisuais e interativos e à apresentação de tarefas teórico-práticas por parte dos estudantes.

As sessões teórico-práticas decorrem uma vez por semana e as aulas práticas decorrem duas vezes por semana, na FCDEF-UC e/ou em instituições. Estas aulas consistem na planificação e operacionalização de sessões práticas a pessoas com necessidades especiais.

A avaliação decorre de modo contínuo com a realização das seguintes tarefas:

- *Elaboração do Dossier da Unidade Curricular*
- *Planificação e operacionalização de sessões práticas semanais*
- *Organização de um evento desportivo adaptado*
- *Apresentação oral de uma temática relacionada com a planificação de exercícios para populações especiais*

6.2.1.7. Teaching methodologies (including evaluation):

The teaching methodology includes teacher's exhibition of theoretical and practical-theoretical issues, through the use of lectures, audiovisual and interactive and student's presentation of theoretical-practical tasks. Theoretical-practical sessions take place once a week and the practical lessons take place twice a week, in FCDEF-UC or in institutions. These lessons consist in planning and implementing practical sessions for people with special needs.

The evaluation process consists in the completion of the following tasks:

- *Report of the Course Unit*
- *Planning and implementation of practical sessions*
- *Organization of an adapted sports event*
- *Oral presentation of a theme related with the planning of exercises for special populations*

6.2.1.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade curricular.

As metodologias de ensino preparam o estudante para agir no contexto do profissional de actividade física adaptada, através da intervenção prática supervisionada e da pesquisa bibliográfica científica.

6.2.1.8. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.

The teaching methodologies prepare the students to act in the context of the adapted physical educator, through supervised practical intervention and scientific bibliographic research.

6.2.1.9. Bibliografia principal:

- APCC (2006). Desporto para Deficientes - Manual para Acompanhantes Desportivos. APCC- Núcleo Regional do Centro, Leonardo da Vinci projectos-piloto.*
- Baechle, T. & Westcott, W. (2010). Fitness professional's guide to strength training older adults. 2nd Ed., Human Kinetics.*
- DePauw, K. & Gavron, S. (2005). Disability Sport. 2nd Ed., Human Kinetics.*
- Fitzgerald, H. (2009). Disability and youth sport. Routledge.*
- Horvat, M., Block, M. & Kelly, L. (2007). Developmental and adapted physical activity assessment. Human Kinetics.*
- Miller, P. (1995). Fitness Programming and Physical Disability. Human Kinetics.*
- Sherrill, C. (2004). Adapted Physical Activity, Recreation and Sport. 6th Ed., McGraw-Hill.*
- Van Norman, K. (2010). Exercise and wellness for older adults: practical programming strategies. Human Kinetics.*
- Winnick, J. (2010). Adapted physical education and sport. 5th Ed., Human Kinetics.*

Mapa IX - Fisiologia do Exercício/ Exercise Physiology**6.2.1.1. Unidade curricular:**

Fisiologia do Exercício/ Exercise Physiology

6.2.1.2. Docente responsável e respectivas horas de contacto na unidade curricular (preencher o nome completo):

Amândio Manuel Cupido dos Santos - Diurno: T 22,5 + TP67,5 + Pós-laboral: T22,5+ TP30 (Total: 142,5)

6.2.1.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:

Não existem.

6.2.1.3. Other academic staff and lecturing load in the curricular unit:

Does not exist.

6.2.1.4. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):

Pretende-se que o aluno consiga perceber:

As fontes energéticas e todos os principais mecanismos implicados no seu fornecimento ao organismo, quer em situações de repouso quer em situações de exercício.

O sistema de aeróbio e anaeróbio bem como os exercícios que estão contemplados em cada um deles.

O sistema cardiovascular, as suas principais funções e as suas principais adaptações ao esforço.

O tipo de adaptações que acontecem no nosso organismo quando estamos sujeitos a condições extremas de pressão.

Como se avaliam as diferentes vias energéticas.

6.2.1.4. Learning outcomes of the curricular unit:

It is intended that the student can understand:

The energy sources and all of the major mechanisms involved in its supply to the body, in rest situations or in exercise situations.

The anaerobic and aerobic system as well as exercises that are included in each.

The cardiovascular system, its main functions and major adaptations to stress.

The type of adaptations that occur in our bodies when we are under extreme environmental stress.

In order to assess different energy pathways.

6.2.1.5. Conteúdos programáticos:

Energia Para A Atividade Física

A transferência de energia durante o exercício

Medição do gasto de energia humana

Dispêndio de energia humana durante o repouso e atividade física

As diferenças individuais e de medição de capacidade de energia

Sistemas aeróbios de Fornecimento de Energia e Utilização

Estrutura e função pulmonares

Trocas gasosas e transporte

Dinâmica da ventilação pulmonar

O sistema cardiovascular

Regulação cardiovascular e integração

A capacidade funcional do sistema cardiovascular

O músculo-esquelético: estrutura e função

Reforço da Capacidade de Transferência de Energia

Treino para potência anaeróbia e aeróbia

A força muscular

Desempenho do Exercício e Stress Ambiental

Exercício em altitude média e alta

Mergulho

Avaliação das vias energéticas

Protocolos diretos e indiretos, máximos e submáximos

6.2.1.5. Syllabus:

Energy For Physical Activity

Energy transfer during exercise

Measurement of human energy expenditure

Human energy expenditure during rest and physical activity

Individual differences and measurement of energy capacities

Aerobic Systems of Energy Delivery and Utilization

Pulmonary structure and function

Gas exchange and transport

Dynamics of pulmonary ventilation

The cardiovascular system

Cardiovascular regulation and integration

Functional capacity of the cardiovascular system

Skeletal muscle: structure and function

Enhancement of Energy Transfer Capacity
Training for anaerobic and aerobic power
Muscular strength

Exercise Performance and Environmental Stress
Exercise at medium and high altitude
Sport diving

Assessment Of Energy Pathways
Direct and indirect protocols
maximal and sub maximal protocols

6.2.1.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular.

A coerência é demonstrada pelas respostas aos inquéritos SGQP (Sistema de Gestão da Qualidade Pedagógica) da Universidade de Coimbra. Nos resultados referentes às unidades curriculares podem observar-se os seguintes valores:

- i) Apreciação média global da qualidade das aprendizagens – 4,5*
 - ii) Perceção dos estudantes sobre os resultados da aprendizagem que conseguiram alcançar – 4,4*
 - iii) Clareza dos programas, objetivos pedagógicos e critérios de avaliação – 4,4*
 - iv) Clareza e adequação dos métodos e critérios de avaliação – 4,4*
 - v) Boa articulação entre matérias teóricas e práticas – 4,5*
 - vi) Perceção dos estudantes sobre a sua participação ativa nos processos de aprendizagem – 4,5*
 - vii) Perceção dos estudantes sobre o desenvolvimento de competências de análise e reflexão crítica – 4,6*
- A adequação da carga de esforço é considerada ligeira por 5% dos estudantes, adequada por 89% e moderadamente pesada por 5%.*

6.2.1.6. Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's objectives.

Coherence is demonstrated by the SGQP (System of Management of the Pedagogic Quality) answers of 100% of the students that attended the unit, published on 24th May 2011. Results about the curricular unit are as follow:

- i) Global mean appreciation about learning quality – 4,5*
- ii) Students perceptions about results they obtained – 4,4*
- iii) Program clarity, pedagogical objectives, and criteria of evaluation – 4,4*
- iv) Clarity and suitability of methods and criteria of evaluation – 4,4*
- v) Suitability between theoretical and practical subjects – 4,5*
- vi) Students perception about their own active participation in the learning processes – 4,5*
- vii) Students perception about development of competences of critical analysis – 4,6*

Suitability of effort was considered light by 5% of the students, adequate by 89% and moderately heavy by 5%.

6.2.1.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

A unidade curricular é constituída por sessões teóricas e sessões teórico-práticas. Nas aulas práticas os alunos têm a oportunidade de realizar avaliações da condição física recorrendo a situações práticas de terreno.

A avaliação é composta por duas frequências, nas quais a média final não pode ser inferior a 9,5 valores. Os alunos poderão ainda optar por avaliação em exame final de acordo com as épocas definidas pela FCDEF

6.2.1.7. Teaching methodologies (including evaluation):

The course consists of theoretical sessions and theoretical-practical sessions. In practical classes students have the opportunity to conduct assessments of the physical condition using practical situations of land.

The evaluation consists of two frequencies, in which the final average may not be less than 9.5. Students may also choose to take the final assessment in accordance with the times defined by FCDEF.

6.2.1.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade curricular.

A coerência é demonstrada pelas respostas aos inquéritos SGQP (Sistema de Gestão da Qualidade Pedagógica) da Universidade de Coimbra, preenchidos por todos os estudantes do Mestrado em Exercício e Saúde em Populações Especiais e publicado em 24 de Maio de 2011. Nos resultados referentes aos docentes podem observar-se os seguintes valores:

Indicador:

A- Número de respostas usadas no cálculo dos resultados (n=486)

B- Taxa de resposta do inquérito aos estudantes no curso (100%)

C- Apreciação global da qualidade do docente no processo de ensino/aprendizagem (4,1)

D- Disponibilidade do docente para interagir com os estudantes, os apoiar e fomentar a autoaprendizagem (4,0)

E- Clareza na exposição da matéria e na resposta às questões (4,1)

- F- Consonância com o programa e os objetivos da unidade curricular (4,1)**
- G- Adequação da quantidade de informação apresentada nas aulas ao tempo disponível (4,1)**
- H- Fomento do envolvimento ativo e crítico dos estudantes na aula (4,0)**
- I- Fomento da autoaprendizagem dos estudantes fora das aulas (4,0)**
- J- Disponibilidade para o esclarecimento de dúvidas fora das aulas (4,1)**

6.2.1.8. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.
Coherence is demonstrated by the SGQP (System of Management of the Pedagogic Quality) answers of the students in the Exercise, Health and Well-being in Special Groups Master Course, published on 24th May 2011.
Results about teachers are as follow:

Indicator:

- A-Number of responses used in the calculation of results (n = 486)**
- B-response rate to survey students on the course (100%)**
- C-Overall assessment of teacher quality in the teaching / learning (4.1)**
- D-availability of teachers to interact with students, support and encourage self-learning (4.0)**
- E -Clarity in the exposition of the matter and in response to questions (4.1)**
- F-Sustain the program and objectives of the course (4.1)**
- G-Adequacy of the amount of information presented in class time available (4.1)**
- H-Promotion of active and critical engagement of students in class (4.0)**
- I-Development of self-learning of students outside of class (4.0)**
- J-availability to answer questions outside of class (4,1)**

6.2.1.9. Bibliografia principal:

William D. McArdle, Frank I Katch, Victor L. Katch (2010). Exercise Physiology – Nutrition, Energy, and Human Performance (seven Edition)

Mapa IX - Estudos Práticos I - Jogos Tradicionais Portugueses / Pratical Studies I Portuguese Traditional Games

6.2.1.1. Unidade curricular:

Estudos Práticos I - Jogos Tradicionais Portugueses / Pratical Studies I Portuguese Traditional Games

6.2.1.2. Docente responsável e respectivas horas de contacto na unidade curricular (preencher o nome completo):

Ana Rosa Fachardo Jaqueira

6.2.1.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:

Mário Duarte Maia Rodrigues - Diurno: TP90 + Pós-laboral: TP30 (Total: 120)

6.2.1.3. Other academic staff and lecturing load in the curricular unit:

Mário Duarte Maia Rodrigues - Daytime: TP90 + After working hours: TP30 (Total: 120)

6.2.1.4. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):

- Divulgar o património multicultural dos jogos tradicionais;**
- Revitalizar a prática lúdica tradicional no ambiente intra e extra escolar**
- Identificar a lógica interna dos jogos tradicionais abordados e o seus potenciais formativos e educativos;**
- Implementar a sua prática como meio educativo escolar através do desenvolvimento e aplicação prática de exercícios de progressão pedagógica os quais conduzam à aquisição das habilidades específicas do jogo;**
- Implementar a sua prática como meio recreativo e para a ocupação dos tempos livres;**
- Implementar o jogo pelo jogo e o jogo tradicional como elemento introdutório de desportos de base motora e de comunicação interpessoal equivalentes.**

6.2.1.4. Learning outcomes of the curricular unit:

- Disclose the multicultural heritage of traditional games;**
- Revitalize the practice in traditional recreational environment within and outside school**
- Identify the internal logic of traditional games and discussed their potential training and education;**
- Implement the practice as a means school education through the development and practical application exercises pedagogical progression which lead to the acquisition of specific skills of the game;**
- Implement the practice as a means for recreation and leisure time;**
- Implement the play by play and play traditional sports as an introductory basic interpersonal communication and motor equivalent.**

6.2.1.5. Conteúdos programáticos:

- *apresentação da disciplina*
- *apresentação do método de avaliação*
- *introdução aos pressupostos da Praxiologia Motriz*
- *o jogo tradicional como ferramenta de ensino*
- *atividade psicomotriz: confecção da bola de trapos , experimentação da bola de trapos, aro e gancheta, jogo dos bolos, burro deitado, burro em pé e andas.*
- *atividade sociomotriz de cooperação: jogo da pela ao alto, passa e ganha*
- *tirar dúvidas sobre o trabalho*
- *atividade sociomotriz de cooperação: jogo do caqueiro em roda, em linha, e disperso.*
- *atividade sociomotriz de cooperação-oposição: jogo da pela à parede; jogo da pela ao vai-e-vem, jogo da porca, jogo do emboca (2 x 2) (4 X 4), jogo do beto, o jogo do bete, um exemplo de desportivização de uma prática lúdica tradicional portuguesa: o beto e tirar o pau, luta da Galhofa.*
- *tirar dúvidas sobre o trabalho*
- *atividade sociomotriz de cooperação-oposição paradoxológica: jogo bola sentada, jogo da bola caçadora e jogo do porco, jogo dos três campos.*

6.2.1.5. Syllabus:

- *Presentation of the discipline*
- *Presentation of the evaluation method*
- *Introduction to the assumptions praxiology Driving*
- *The traditional game as a teaching tool*
- *Psychomotor activity: making the ball of rags, rags ball trial*
- *Psychomotor activities: rim and gancheta, set of cakes, lying ass, ass up.*
- *Psychomotor activity: stilts.*
- *Seen sociomotriz cooperation: the game of the high passes and wins*
- *Take questions about the work-*
- *Seen sociomotriz cooperation: caqueiro round game, online, and dispersed.*
- *Seen sociomotriz cooperation-opposition: the game of the wall; the game by going back and forth, playing the nut, Game of the plaster (2 x 2) (4 X 4), beto game,, the game of Beth, an example of a practice desportivização playful traditional Portuguese Beto.*
- *Take questions about the work-*
- *Seen sociomotriz cooperation-opposition paradoxológica: seated ball game, ball game hunter e Pig game, set of three fields.*

6.2.1.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular.

Conhecer e ser capaz de seleccionar criteriosamente os jogos tradicionais para serem utilizados como ferramenta de ensino e educação física e de valores sociais e culturais.

6.2.1.6. Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's objectives.

Know and be able to select carefully the traditional games to be used as a tool for teaching and physical education and social and cultural values.

6.2.1.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

Aulas essencialmente práticas e a avaliação é:

Avaliação contínua.:

- *1 trabalho (Individual) e 2 Testes escritos*

Cada frequência valerá 20 pontos e o trabalho valerá 20 pontos. A soma dos resultados das frequências e do trabalho, por aluno, será dividida por 3 e assim será obtido o resultado final;

Exame .

6.2.1.7. Teaching methodologies (including evaluation):

Practical class and assessment is:

Continuous assessment.

- > *1 job (Individual) and 2 test*

> Each attendance is worth 20 points and work will be worth 20 points. The sum of the frequencies and results of work by pupils will be divided by 3 and so the end result will be obtained;

Exame.

6.2.1.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade curricular.

Os alunos deverão executar os movimentos ensinados de forma adequada, sabendo distinguir as deficiências aquando da sua execução, e igualmente identificar as estratégias mais adequadas para a sua correcção, bem como distinguir as principais características de cada bloco de movimentos relacionado nos conteúdos da disciplina

6.2.1.8. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.

Students should perform the movements taught properly, knowing how to distinguish deficiencies during its execution, and also identify the most appropriate strategies for their correction, as well as the main distinguishing features of each block movements related to course content .

6.2.1.9. Bibliografia principal:

Jaouen, G. (2009). Entorno institucional de los juegos tradicionales y salud social. In G. Jaouen, P. Lavega & C. La Villa, Juegos tradicionales y salud social (pp. 17-27). Aranda del Duero: Asociación Cultural La Tanguila/Asociación Europea de Juegos y Deportes Tradicionales.
Araújo, P. C. & Rodrigues, M. D. M. (2005). O Jogo do Beto em Portugal. In O Jogo do Beto no Concelho da Lousã: uma expressão singular portuguesa. (pp 57 a 76).
Lavega, P. L., Costes, A., Pubill, B. (2010). Jocs i esports tradicionals – A Catalunya. Alberti Editor SL, Sant Boi de Llobregat.
Mora, J. [et al] (2003). Un mundo en juego: propuestas didácticas para el trabajo de la educación intercultural desde la educación física. Barcelona: Inde.
Suari Rodrigue C. (2005). Juegos Tradicionales: del currículum a la clase. Wanceulen Editorial Deportiva, S. L. Sevilla, España.

Mapa IX - Estudos Práticos II - Capoeira / Pratical Sports II - Capoeira**6.2.1.1. Unidade curricular:**

Estudos Práticos II - Capoeira / Pratical Sports II - Capoeira

6.2.1.2. Docente responsável e respectivas horas de contacto na unidade curricular (preencher o nome completo):

Paulo Coelho de Araújo

6.2.1.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:

Regiane Trevisan - Diurno: TP90 + Pós-laboral: TP30 (Total: 120)

6.2.1.3. Other academic staff and lecturing load in the curricular unit:

Regiane Trevisan - Daytime: TP90 + After working hours: TP30 (Total: 120)

6.2.1.4. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):

O Objectivo é de natureza essencialmente desportiva, ocupar-se-á da transmissão de conteúdos históricos, seus significados e dinamismos ocorridos ao longo dos tempos, e dos movimentos que lhes são particulares, indicados para as suas distintas formas de expressividades, em que se destacam a luta, o jogo, a ginástica e a dança.

- 1. Promover a aplicação dos conteúdos específicos da Capoeira para as suas distintas formas de expressividades e para distintos ambientes de desenvolvimento;*
- 2. Promover a apropriação dos conteúdos específicos de diferentes sistemáticas de ensino para o desenvolvimento das aulas de Educação Física Escolar;*
- 3. Desenvolver a capacidade de análise e interpretação dos distintos fenómenos ocorridos no ambiente escolar;*

6.2.1.4. Learning outcomes of the curricular unit:

The objectives essentially, will occupy the transmission of historical contents, their meanings and dynamics that occur over time, and the movements they are private, suited to their different forms of expression, which highlighted the struggle, the game, gymnastics and dance.

- 1. Promote the application of the specific contents of Capoeira to their different forms of expression and different development environments;*
- 2. Promote ownership of the specific contents of different systematic education for the development of physical education classes;*
- 3. Develop the capacity of analysis and interpretation of different phenomena occurring in the school environment;*

6.2.1.5. Conteúdos programáticos:

- 1. Aspectos estruturais e funcionais.*
- 2. Movimento fundamental.*
- 3. Movimentos secundários.*
- 4. Golpes Traumatizantes (ofensivos)*
- 5. Golpes desequilibrantes*
- 6. Treinamento de sequências elaboradas pelos grupos*
- 7. Coreografia*

6.2.1.5. Syllabus:

1. *Structural aspects and you work*
2. *Fundamental. moviment*
3. *Secondary movements or dribble*
4. *Blows Traumatic (offensive) ader in the cartwheel*
5. *Blows in unbalance*
6. *Tied up movements*
7. *Choreography*

6.2.1.6. **Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular.**
Os conteúdos programáticos vão ao encontro dos objectivos da unidade curricular porque irá permitir ao aluno desenvolver competências nas áreas da expressividade, movimento e dinamismo identificada nesta modalidade.

6.2.1.6. **Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's objectives.**
The program content meet the objectives of the course because it will allow the student to develop skills in the areas of expression, movement and dynamism identified in this mode.

6.2.1.7. **Metodologias de ensino (avaliação incluída):**
A metodologia aplicada é a teórico-prática, requerendo-se dos alunos a leituras de textos seleccionados sobre a modalidade, desenvolvendo-se estratégias de desenvolvimento, individual, 2x2 e em grupo.
Como primeira tarefa de avaliação contínua, será requerido aos alunos a elaboração de relatórios das aulas (20%),
Como segunda tarefa de avaliação, será requerido aos alunos a construção e apresentação de coreografias gímnicas em grupo (30%).
Como terceira tarefa de avaliação dos alunos, a realização de uma frequência de avaliação dos conteúdos teórico-práticos no fim do semestre (50%)

6.2.1.7. **Teaching methodologies (including evaluation):**
The methodology is applied to theoretical and practical, requiring students to read the text on the selected mode, developing strategies for developing individual and group 2x2.
As the first task of continuous assessment, students will be required reporting classes (20%)
As a second assessment task, students will be required for the construction and presentation of choreographed gymnastics group (30%).
As a third task of assessing the students, conducting an evaluation of the frequency content of theoretical and practical at the end of semester (50%)

6.2.1.8. **Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade curricular.**
Os alunos deverão executar os movimentos ensinados de forma adequada, sabendo distinguir as deficiências aquando da sua execução, e igualmente identificar as estratégias mais adequadas para a sua correcção, bem como distinguir as principais características de cada bloco de movimentos relacionado nos conteúdos da disciplina

6.2.1.8. **Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.**
Students should perform the movements taught properly, knowing how to distinguish deficiencies during its execution, and also identify the most appropriate strategies for their correction, as well as the main distinguishing features of each block movements related to course content .

6.2.1.9. **Bibliografia principal:**
ARAÚJO, P. C. de. *Abordagens sócio-antropológicas da luta/jogo da capoeira.* Instituto Superior da Maia, Série Estudos e Monografias. Porto, 1997.
ARAÚJO, P. C. de. *A luta da Capoeira: reflexões acerca da sua origem.* (artigo) *Revista Ação e Movimento – Educação e Desportos.* Vol 1, nº 3 julho/Agosto de 2004. Págs 148 a 156.
FREITAS, Jorge Luiz de. *Capoeira infantil: a arte de brincar com o próprio corpo.* Editora Gráfica Expoente: Curitiba (Paraná), 1997.
FREITAS, Jorge Luiz de. *Capoeira infantil: jogos e brincadeiras.* Torre de Papel: Curitiba (Paraná), 2003.
REIS, André Luiz Teixeira. *Educação Física & Capoeira: saúde e qualidade de vida.* Ed. Thesaurus: Brasília, 2001. ISBN 85-7062-281-3

Mapa IX - Organização das Atividades de Lazer / Organization of Leisure Activities

6.2.1.1. **Unidade curricular:**
Organização das Atividades de Lazer / Organization of Leisure Activities

6.2.1.2. **Docente responsável e respectivas horas de contacto na unidade curricular (preencher o nome completo):**

Ana Rosa Fachardo Jaqueira - Diurno: TP67,5 + Pós-laboral: TP63,75 (Total: 131,25)

6.2.1.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:

Não existem

6.2.1.3. Other academic staff and lecturing load in the curricular unit:

Does not exist

6.2.1.4. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):

- i. Aplicar os conteúdos e conhecimentos desenvolvidos nas disciplinas Recreação I e II de forma a propiciar ao aluno a sua atuação nos diversos campos de aplicação.*
- ii. ampliar seu leque de possibilidades profissionais aos estudantes a partir da instrumentação para a ocupação dos tempos livres através de atividades monitoradas, de acordo com as abrangências e especificidades das ações planejadas assim como do público alvo em questão, através da organização, gestão e administração de eventos récreo-desportivos.*
- iii. Promover o desenvolvimento de atividades lúdico desportivas para a comunidade em geral, buscando a sua mobilização e em consideração às suas necessidades de ocupação do seu tempo livre.*

6.2.1.4. Learning outcomes of the curricular unit:

- i. Apply the contents and knowledge developed in the disciplines Recreation I,II,III, in way to propitiate the student its performance in the several application fields.*
- ii. To enlarge its fan of professional possibilities to the students starting from the application for the occupation of the free times through monitored activities, in agreement with the inclusions and speciality of the actions drifted as well as of the white public in subject, through the organization, administration and administration of recreo-sport events.*
- iii. To Promote the development of activities sport ludic for the community in general, looking for its mobilization and in consideration to its needs of occupation of its free time.*

6.2.1.5. Conteúdos programáticos:

- Introdução aos eventos; Uma diversidade de eventos; A importância dos eventos; Semelhanças entre eventos; A complexidade de um evento.*
- Passos decisivos para um evento bem sucedido; Faça as perguntas certas; Sorteio dos temas de eventos para os grupos.*
- O planeamento; O ponto de partida; Os objetivos do evento.- Caracterização dos meios recreacionais e de lazer (festival dedicado ao meio ambiente, torneio, dia do jogo tradicional, rua de lazer, gincana, colônia ou campo de férias)*
- Os grupos fazem e respondem as perguntas certas sobre a organização de seu evento (apresentação oral e escrita).*
- Sistemas de competição TP – Exercícios práticos*
- Eventos*

6.2.1.5. Syllabus:

- Introduction to the events; A variety of events, the importance of events; Similarities between events; The complexity of an event.*
- Decisive steps to a successful event; Ask the right questions, draw the themes of events for groups.*
- The planning, the starting point; The objectives of the event. - Characterization of recreational and leisure facilities (festival dedicated to the environment, tournament, game day traditional street entertainment, gymkhana, colony or summer camp)*
- Groups make and answer the right questions about the organization of your event (oral and written).*
- TP Systems Competition - Practical Exercises*
- Events*

6.2.1.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular.

Aplicar os conteúdos e conhecimentos desenvolvidos de forma a propiciar ao aluno a sua atuação nos diversos campos de aplicação profissional: escolas, campos de férias, atividades de tempos livres, ginásios, organização de eventos recreativos e/ou desportivos.

6.2.1.6. Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's objectives.

Apply the content and knowledge developed to provide students with their professional performance in several areas: schools, camps, leisure activities, fitness centers, organization of recreational events and / or sports.

6.2.1.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

- a) Aulas teóricas eminentemente positiva;*

- b) Teórico-prática onde se permite a interação dos alunos com o docente a partir das leituras indicadas previamente;**
- c) Elaboração de fichas de leitura a realizar fora do tempo lectivo;**
- d) Estudo independente;**
- e) Atendimento**
 - **Trabalho laboratorial ou de campo/Fieldwork or laboratory work + Relatório de resolução de problemas/Problem solving report + Project/Project = 40%.**
 - **Frequência/Midterm exam: 60%.**
 - **Exame Final (para aqueles que não participaram no processo de avaliação contínua): 100% / final exam (for those who did not participate in the process of continuous evaluation): 100%.**

6.2.1.7. Teaching methodologies (including evaluation):

- a) Theoretical Classes eminently positive;**
- b) Theoretical-practice where is permitted the students' interaction with the educational starting from the suitable readings previously;**
- c) Elaboration of reading records to accomplish out of the time course;**
- d) I Study independent;**
- e) Attendance.**
 - Fieldwork or laboratory work + Relatório de resolução de problemas/Problem solving report + Project/Project = 40%.**
 - Midterm exam: 60%.**
 - Final Exam (for those who did not participate in the process of continuous evaluation): 100%.**

6.2.1.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade curricular.

- **Apresentar, demonstrar, experimentar e implementar uma atividade/evento de lazer.**

6.2.1.8. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.

- **Present, demonstrate, test and implement an activity / leisure events.**

6.2.1.9. Bibliografia principal:

- Araújo, J. M. Guia do animador e dirigente desportivo. Editora Caminho: Lisboa, 1986. Coleção Desportos e Tempos Livres.**
- Mestre, J. A. S. Planificación deportiva: teoría y practica. 3ª edición. INDE: Barcelona, 2004.**
- Poit, D. R. Organização de eventos esportivos. Phorte Editora: São Paulo, 2004.**
- Rezende, J. R. Sistemas de disputa para competições esportivas: torneios e campeonatos. Phorte Editora. São Paulo, 2007.**
- Stoppani, J. El sevicio deportivo y recreativo municipal: modelos y programas para su desarrollo. Editorial Gymnos: Madrid, s/d.**
- Vázquez, J. J. F. Vademécum de protocolo y ceremonial deportivo: la organización de los distintos eventos deportivos. Editorial Paidotribo: Barcelona, 2005.**
- Watt, D. C. Gestão de eventos em lazer e turismo. Roberto Cataldo Costa (trad.). Bookman: Porto Alegre, 2004.**

Mapa IX - Cineantropologia / Kineanthropology

6.2.1.1. Unidade curricular:

Cineantropologia / Kineanthropology

6.2.1.2. Docente responsável e respectivas horas de contacto na unidade curricular (preencher o nome completo):

Paulo Coêlho de Araújo

6.2.1.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:

Ana Rosa Fachardo Jaqueira - Diurno: T22,5 + TP67,5 + Pós-laboral: T22,5 + TP30 (Total: 142,5)

6.2.1.3. Other academic staff and lecturing load in the curricular unit:

Ana Rosa Fachardo Jaqueira - Daytime: T22,5 + TP67,5 + After working hours: T22,5 + TP30 (Total: 142,5)

6.2.1.4. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):

- i. Promover a apropriação dos conteúdos específicos da antropologia socio-cultural;***
- ii. Propiciar a reflexão dos fenómenos desportivos à luz dos conteúdos específicos da antropologia***

socio-cultural;

- iii. Promover a percepção das transformações dos factos desportivos, à luz das suas causas e consequências no quadro social em que os mesmos decorrem;**
- iv. Desenvolver a capacidade de análise e interpretação dos distintos elementos que são característicos das actividades físico-desportivas;**
- v. Revelar as relações existentes entre o universo desportivo e os factos que as constituem;**
- vi. Propiciar elementos de cariz teórico que permitam o desenvolvimento de estudos e pesquisas no campo da antropologia socio-cultural no que concerne ao fenómeno físico-desportivo.**

6.2.1.4. Learning outcomes of the curricular unit:

- i. Promote the ownership of specific content of socio-cultural anthropology;**
- ii. Allowing the reflection of sporting events in the light of the specific contents of anthropology socio-cultural;**
- iii. Promote awareness of the transformations of sporting events in the light of its causes and consequences of membership in which they arise;**
- iv. Develop the capacity of analysis and interpretation of the different elements that are characteristic physical and sports activities;**
- v. Reveal the relationship between the sports universe and that the facts are;**
- vi. Provide theoretical elements of nature that enable the development of studies and research in field of anthropology, socio-cultural phenomenon with regard to physical-sports.**

6.2.1.5. Conteúdos programáticos:

- **Introdução aos fundamentos antropológicos**
- **Fundamentos básicos de Antropologia cultural**
- **Os fatores da cultura**
- **A estruturação da cultura**
- **Postulados fundamentais da cultura**
- **Postulados fundamentais da cultura**
- **Os métodos gímnicos, o jogo e o desporto como objectos antropológico**
- **Os métodos gímnicos, o jogo e o desporto como objecto antropológico**
- **A compreensão do sentido de Jogo**
- **A definição e características de Jogo**
- **Classificação, critérios diferenciadores e espaços de Jogo**
- **As perspectivas do desporto moderno**
- **As classificações e tipologias atuais do Desporto.**

6.2.1.5. Syllabus:

- Introduction to the anthropological foundations**
- Basics of Cultural Anthropology**
- The culture factors**
- The structuring of culture**
- Fundamental postulates of culture**
- Fundamental postulates of culture**
- The methods gymnastics, play and sport as anthropological objects**
- The methods gymnastics, play and sport as an anthropological subject**
- Understanding the meaning of the Game**
- The prospects of modern sport**
- Understanding the meaning and functions of sport**
- The concept of Sport**
- The current ratings and types of sport.**

6.2.1.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular.

Os conteúdos programáticos abordam os contextos culturais em que decorre o treino desportivo e o papel do profissional como agente no processo, conferindo ao estudante as competências de compreensão e de crítica necessárias à compreensão dos problemas levantados pela prática e à sua inserção profissional. A centralidade do pensamento reflexivo nos conteúdos programáticos representam o contributo da disciplina para a preparação para futura intervenção prática

6.2.1.6. Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's objectives.

The central role of the reflexive thinking and of professionals' philosophy in the structure of knowledge, represent the key contribution of the unit to the aim of an informed and critical professional intervention.

6.2.1.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

- a) Aulas teóricas (Magistral);**

- b) Aulas Teórico-prática onde se permite a interação dos alunos com o docente a partir das leituras indicadas previamente;**
- c) Estudo independente;**
- d) Atendimento individual.**
- » Método contínuo**
- A avaliação contínua se comporá de 3 momentos:**
 - duas frequências escritas (70%)**
 - um trabalho teórico-prático (30%)**

6.2.1.7. Teaching methodologies (including evaluation):

- a) Theoretical Classes eminently positive;**
- b) Theoretical-practice where is permitted the students' interaction with the educational starting from the suitable readings previously;**
- c) I Study independent;**
- e) Attendance**
- "Continuous Method**
- Continuous assessment will consist of three phases:**
 - Written two frequencies (70%)**
 - A theoretical-practical work (30%)**

6.2.1.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade curricular.

As metodologias de ensino preparam o estudante para agir em contexto de intervenção profissional, recolhendo informação junto dos principais agentes e debatendo os resultados observados. A capacidade crítica constrói-se também através de leituras e debate oral, e apresentação escrita de argumentos sustentados teoricamente.

6.2.1.8. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.

The teaching methods prepare the students to act in a professional intervention context, collecting information from the main agents and debating the observed results. Critical capacities are built also through lecture of relevant texts, oral debates and written presentation of theoretically grounded arguments

6.2.1.9. Bibliografia principal:

- Benedict, R. Padrões de Cultura. Coleção Vida e Cultura. Ed. Livros do Brasil. Lisboa, s/d.***
- Bernardi, Bernardo. Introdução aos estudos etno-antropológicos. Lisboa, Edições 70. Coleção Perspectivas do Homem. Lisboa, 1978.***
- Caillois, R. Os jogos e os homens: A máscara e a vertigem. Edições Cotovia Lda. Lisboa, 1990.***
- Cashmore, E. Making sense of sport. Routledge. London/New York, 1990.***
- Ellias, N. e Dunning, E. A busca da Excitação. Difel. Lisboa, 1992.***
- Esteves, José. O Desporto e as Estruturas Sociais. Porto Editora. Lisboa, 1975.***
- Gillet, B. História Breve do Desporto. Verbo Editora. Lisboa, 1961.***
- Gruppe, Ommo. Sport and Culture-the culture of Sport. In. International Journal of Physical Education, Verlag Karl Hofmann, Schorndorf, Volume XXXI, Issue 2, 2nd***
- Hargreaves, J. Sport, Power and Culture. Polity Press. Cambridge/Oxford, 1986.***
- Herskovits, M.F. Antropologia Cultural. Editora Mestre Jou. São Paulo, 1975.***
- Huizinga, J. Homo Ludens. Editora Perspectiva S.A. São Paulo, 1980.***

Mapa IX - Estudos Práticos I - Râguebi / Practical Studies I - Rugby

6.2.1.1. Unidade curricular:

Estudos Práticos I - Râguebi / Practical Studies I - Rugby

6.2.1.2. Docente responsável e respectivas horas de contacto na unidade curricular (preencher o nome completo):

Pedro Miguel Pereira Gaspar - Diurno: TP90 + Pós-laboral: TP30 (Total: 120)

6.2.1.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:

Não existem.

6.2.1.3. Other academic staff and lecturing load in the curricular unit:

Does not exist.

6.2.1.4. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):

-Dominar os conteúdos, os instrumentos e as habilidades de intervenção desportiva das modalidades desportivas

seleccionadas.

- *Dominar os conteúdos, os instrumentos e as habilidades de intervenção educativa nas escolas, seleccionando estratégias adequadas para o desenvolvimento das aprendizagens das actividades Físicas e desportivas, utilizando vários modelos didácticos de instrução, planificação e organização adaptados aos contextos sociais específicos.*
- *Planear, organizar, implementar e avaliar programas de treinos desportivo em diferentes contextos.*
- *Descrever e Demonstrar os elementos técnicos tácticos fundamentais das actividades desportivas seleccionadas, identificando e corrigindo os seus principais erros técnicos, e melhorar a aptidão física e as capacidades motoras dos intervenientes.*

6.2.1.4. Learning outcomes of the curricular unit:

- *Mastering the content, tools and skills of sports action sports selected.*
- *Mastering the content, tools and skills of educational intervention in schools, selecting appropriate strategies for the development of learning of physical and sporting activities, using various teaching models of instruction, planning and organization tailored to specific social contexts.*
- *Plan, organize, implement and evaluate programs of sports training in different contexts.*
- *Describe and demonstrate the technical elements of the fundamental tactical selected sport, identifying and correcting their major technical errors, and improve physical fitness and motor skills of the players.*

6.2.1.5. Conteúdos programáticos:

- *Apresentação do curso (elementos organizativos e exigências) e da modalidade (particularidades gerais do jogo de rúgubi)*
- *Técnica básica;*
- *Noções teóricas: marcação e desmarcação; fixação dos defensores; situações de “fora de jogo.*
- *Técnica básica: contacto no ataque; meios de ataque ao nível de ¾s.*
- *Técnica colectiva: jogo aos agrupamentos; técnica específica na “formação ordenada”: posição de empurrar, ligação e sincronização do esforço; técnica ao “alinhamento”: lançamento-captação da bola; salto e apoio ao saltador.*
- *Táctica elementar: formas clássicas de jogar: “ao largo”, penetrante- agrupado, “de pontapé”; jogo após FO e alinhamento; contra-ataque: condições favoráveis; tipos de contra-ataque; estratégia aos momentos fixos para ataque e defesa; metodologia de ensino do jogo p/vários níveis etários; enquadramento no ataque; colocação nos dispositivos; pressão sobre o portador da bola; conservação da bola.*

6.2.1.5. Syllabus:

- *Presentation of the course (elements and organizational requirements) and type (general peculiarities of the game of rugby)*
- *Basic Technique;*
- *Theoretical notions: selection and deselection; mounting of the advocates; situations "out of play.*
- *Basic Technique: contact in the attack; means of attack at ¾s.*
- *Technical-Collective game to groups; specific technique in "scrummage" position to push, connection and synchronization of effort; technique to "alignment" capture-release of the ball and heel support for jack.*
- *Tactical-elementary classical forms of play: "off", penetrating-clustered, "kick"; game after FO and alignment;*
- *counterattack: favorable conditions, types of counter-attack; strategy to fixed times for attack and defense , methodology of teaching the game w / various age levels; framework in the attack, putting the devices, pressure on the ball carrier, conservation of the ball.*

6.2.1.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular.

Os conteúdos do programa da unidade curricular procuram, de forma progressiva, aumentar o conhecimento e acesso à prática do estudante, para a realidade do ensino das modalidades desportivas colectivas com oposição, e de invasão no terreno de jogo, quer numa realidade escolar quer em contexto de treino organizado. Desta forma introduz-se os conteúdos de ensino propostos para a escola, adaptando à realidade local e capacidades motoras dos intervenientes. Toda a estrutura da Unidade Curricular, visa ensinar a ensinar com modelos didácticos de instrução, planificação e organização das actividades que procuram um desenvolvimento holístico das capacidades motoras, usando modelos como o TGFU, Rugby de movimento, Rugby Ready e Learning Cycle na prática do Rugby.

6.2.1.6. Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's objectives.

The contents of the program of course seek to progressively increase access to knowledge and practice of the student for the reality of the teaching of sports with opposition, and invasion of the field of play, either in school context or organized training. In this way is introduced learning content proposed for the school, adapting to local students motor skills. The whole structure of the course, aims to teach how to teach with didactic models of instruction, planning and organization of activities that seek a holistic development of motor skills, using models such as the TGFU, motion Rugby, Rugby Ready and Learning Cycle in the practice of Rugby.

6.2.1.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

- *Aulas teórico práticas de Rugby, tarefas individuais e/ou em grupo, leitura de livros, regras de jogo, capítulos de*

livros e artigos, acesso e utilização de bases de dados específicas, construção pelo(s) aluno(s) de planos de aula com exercícios de Rugby para ensino em jovens atletas, síntese dos exercícios por aula da Unidade Curricular; participação activa e/ou passiva em treinos de Seniores ou jovens atletas e observação de jogos de Rugby.

1 - Circuito Técnico e situação de jogo (60%)

2 - Planeamento e aplicação (30%)

2.1 Realizar um planeamento de 13 aulas de bitoque rugby para jovens atletas - unidade temática ou didáctica: (15%)

2.2 - Dossiê com as aulas de Rugby administradas na Unidade curricular de Rugby e regras de jogo (duração do jogo; dimensões do campo, jogadores por campo e respectivas posições, etc.) (15%) - Devem vir os conteúdos e exercícios por aula.

3 - Empenhamento, participação e interesse (10%)

6.2.1.7. Teaching methodologies (including evaluation):

- Theoretical Rugby practices, individual threads and / or in groups, reading books, playing rules, book chapters and articles, access and use of specific databases, the building (s) student (s) plans Rugby lessons with exercises for teaching young athletes, a summary of the exercises per class Course, active participation and / or passive training of young athletes or seniors and watching rugby games.

1 - Circuit Technical and game situation (60%)

2 - Planning and implementation (30%)

2.1 Conduct a planning lessons Steak 13 rugby for young athletes - educational or thematic unity: (15%)

2.2 - Dossier with the classes given at Rugby Rugby course and rules of the game (game length, dimensions of the field by field players and their positions, etc..) (15%) - should have the contents and exercises for each classroom.

3 - Commitment, participation and interest (10%)

6.2.1.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade curricular.

A aproximação teórica e prática da Unidade Curricular nas suas aulas, pretende progressivamente dotar os alunos do conhecimento necessário para compreender o fenómeno desportivo do Rugby, numa aproximação dinâmica, divertida e próxima da realidade de jogo. As aulas iniciam e terminam sempre com situação de jogo, sendo aplicadas actividades e estratégias que procuram estimular o auto-conhecimento, intervenção, correcção e demonstração em todos os exercícios, e procurando ainda desenvolver a aptidão física, motora, estratégica e táctica dos alunos no Rugby, nos exercícios em situação de jogo reduzido e oposição, que procuram estimular a variabilidade e intensidade dos exercícios e das tomadas de decisão do aluno, e que intervalam o início e fim de aula. As actividades propostas, e avaliadas, de planeamento e aplicação, construção de um planeamento de aulas de rugby para jovens atletas, de um dossiê com exercícios e conteúdos abordados nas aulas e pesquisados pelo aluno, regras do jogo e conteúdos de programa escolar a abordar nas aulas de educação física, e empenhamento, participação e interesse, visam essencialmente levar o aluno a tomar contacto com a realidade educativa e desportiva, em diferentes contextos desportivos como a escola e treino organizado. Estas actividades paralelas às aulas práticas, procuram com que o aluno atinja os objectivos propostos de planear, organizar, implementar e avaliar projectos educativos e curriculares em diferentes contextos e níveis educativos.

6.2.1.8. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.

The theoretical and practical approach of the Unit Curriculum in their classrooms, intends to progressively give students the knowledge necessary to understand the phenomenon of sports Rugby, a proactive approach, fun and close to the real game situations. Classes always begin and end with game situation, and applied activities and strategies that seek to stimulate self-awareness, intervention, correction and demonstration of every exercise, and still looking to develop physical fitness, motor skills, strategic and tactical levels of students in Rugby, in game situation and limited opposition, seeking to stimulate the variability and intensity of exercise and the decision making of the student. The activities proposed and evaluated, planning and implementation, building a rugby lesson planning for young athletes, a copilation of exercises and content covered in class and researched by the student, game rules and curriculum content to be addressed in physical education classes, and commitment, participation and interest are designed primarily to take the student to make contact with the reality of education and sports, in different contexts such as school sports and organized training . These parallel activities to the practical classes, seek that the student meet the proposed objectives and to plan, organize, implement and evaluate educational projects and curricula at different educational levels and contexts.

6.2.1.9. Bibliografia principal:

Leis do Jogo: Federação Portuguesa de Rugby

Greenwood, Jim. (1993). Think rugby: a guide to purposeful team play. London : A & C Black,

Greenwood, Jim. (1992). Total rugby: fifteen-man rugby for coach and player. 3rd. ed. London : A & C Black.

Tony Biscombe, Peter Drewett (1998). Rugby : steps to success. Champaign, IL : Human Kinetics

Griffin, L., Butler, J. (2005). Teaching games for understanding : theory, research, and practice. Champaign, IL : Human Kinetics

Winder, Peter. (1991). Rugby practics. London : A & C Black.

Winder, Peter. (1990) Rugby training. London : A & C Black.

Mapa IX - Estudos Práticos I – Ginástica / Practical Sports I - Gymnastics

6.2.1.1. Unidade curricular:

Estudos Práticos I – Ginástica / Practical Sports I - Gymnastics

6.2.1.2. Docente responsável e respectivas horas de contacto na unidade curricular (preencher o nome completo):

Francisco António Barreiras Pinto - Diurno: TP90 + Pós-laboral: TP30 (Total: 120)

6.2.1.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:

Não existem.

6.2.1.3. Other academic staff and lecturing load in the curricular unit:

Does not exist.

6.2.1.4. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):

- 1. Facultar aos alunos os conhecimentos teóricos e de prática pedagógica, no âmbito desta disciplina, na vertente Didático/Metodológica e Pedagógica, orientados para todos os níveis escolares.*
- 2. Proporcionar aos alunos uma experiência vivenciada da modalidade, através de diversificadas situações de aprendizagem para cada elemento gímnico e acrobático abordados de modo a proporcionar uma tomada de consciência mais concreta e efectiva das sensações e dificuldades que, por sua vez, os seus futuros alunos terão pela frente procurando facilitar, assim, intervenções mais seguras e objectivas por parte do professor.*
- 3. Dotar os alunos de noções práticas de organização de uma unidade didáctica, valorizando e potenciando todo o valor de índole pedagógico.*
- 4. Criar nos alunos hábitos de trabalho organizado e de uma atitude dinâmica, interventiva e disciplinadora, durante os tempos lectivos*

6.2.1.4. Learning outcomes of the curricular unit:

- 1. Provide students with theoretical knowledge and teaching practice within this discipline, in part Didactic / Pedagogical and Methodological, aimed at all school levels.*
- 2. Provide students with an experience of the sport, through diverse learning situations for each element gymnastic and acrobatic addressed in order to provide a deeper awareness of the concrete and actual feelings and difficulties which, in turn, their future students will have the looking forward thereby facilitate safer and objective interventions by the teacher.*
- 3. Provide the students with practical notions of organization of a didactic unit, valuing and leveraging the full value of pedagogical nature.*
- 4. Create in students habits of organized labor and a dynamic attitude, proactive and disciplinarian during the time in the curriculum.*

6.2.1.5. Conteúdos programáticos:

No âmbito do cumprimento do plano de estudos deste curso, o programa desta disciplina abarca os conhecimentos na área da Ginástica Artística, pautados por critérios de exequibilidade, em consonância com os programas do Ministério da Educação, referentes aos diversos anos do ensino, básico e secundário:

- 1. Técnicas no Solo;*
 - 1.1. Rolamento à frente e Rolamento à retaguarda*
 - 1.2. Apoio facial invertido*
 - 1.3. Roda e Rodada*
 - 1.4. Salto de mãos e Flic-flac à retaguarda*
 - 1.5. Mortal à frente e Mortal à retaguarda*
- 2. Técnicas nos aparelhos;*
 - 2.1. Saltos de Cavalo*
 - 2.1.1. Salto de eixo e Salto entre mãos*
 - 2.1.2. Queda facial*
 - 2.2. Trave Olímpica*
 - 2.2.1. Avião, Saltos Gímnicos (salto de gato, salto de tesoura e enjambé) e Rolamento à Frente*
 - 2.3. Barra Fixa*
 - Subida pela Frente e Volta Atrás*

6.2.1.5. Syllabus:

As part of compliance with the syllabus of this course, the program of this course covers the knowledge in the area of Artistic Gymnastics, guided by criteria of feasibility, in line with the programs of the Ministry of Education,

referring to several years of teaching, basic and secondary :

1. Techniques in Soil;

1.1. Rolling bearings front and rear

1.2. Support reversed facial

1.3. Wheels and Round

1.4. Jumping hands and Flic-flac rear

1.5. Mortal Mortal front and rear

2. Techniques in appliances;

2.1. Jumping Horse

2.1.1. Leap and Leap axis between hands

2.1.2. fall facial

2.2. Catch the Olympic

2.2.1. Airplane, Gímnicos Jumps (jumping cat jumping scissors and enjambé) and Rolling Forward

2.3. Bar Sets

Front and Back Climb

6.2.1.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular.

As aulas permitirão vivenciar e perceber o estilo de ensino por descoberta guiada no quadro da Ginástica e os princípios pedagógicos de base: estabelecer rotinas, circular, ajudas, presença em qualquer parte do local. Situações simples, máximo de descobertas e de prática, questionamento alunos e verbalizar as acções para aumentar a atenção e a integração da matéria. Os conteúdos programáticos visam desenvolver competência na área do processo ensino aprendizagem para enquadrar os objectivos definidos na unidade curricular.

6.2.1.6. Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's objectives.

The classes will experience and understand the style of teaching by guided discovery within the framework of Gymnastics and the basic pedagogical principles: establishing routines, circular, aids, presence anywhere in the site. Simple situations, than discovering and practicing, questioning students and verbalize actions to raise awareness and integration of matter. The syllabus aims to develop competence in the learning process to fit the objectives of the course.

6.2.1.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

Aula essencialmente práticas, com ajuda de meios áudio-visuais e participação activa dos alunos no processo ensino aprendizagem. Método virada para a aprendizagem das técnicas específicas do ensino viradas para a escola e clube desportivo

O processo de avaliação pode ser contínuo ou por exame final, em ambos os casos terão avaliação positiva os alunos que cumpram os parâmetros exigidos em cada prova, simultaneamente, uma nota média superior a 9,5 valores, no conjunto das avaliações teóricas e escritas e na avaliação prática.

6.2.1.7. Teaching methodologies (including evaluation):

The class essentially practical, with the help of audio-visual media and active participation of students in the learning process. Method facing the learning of specific techniques of teaching face to school and sports club

The evaluation process can be continuous or final exam, in both cases have positive assessment of students who meet the required parameters in each event, both an average grade greater than 9.5, the set of theoretical evaluations and written assessment in practice.

6.2.1.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade curricular.

A descoberta guiada permite uma introdução as técnicas de ajuda da ginástica, e uma pratica da progressão de ensino para a iniciação das principais técnicas. A reflexão que vem a seguir permite a compreensão do método de ensino, sobre base da experiencia vivida. A repetição que vem a seguir permite o reforço dos conhecimentos adquiridos e o desenvolvimento de novos conhecimentos. No final a avaliação consiste em alguns ajustes porque os alunos foram seguidos ao longo de todo o processo.

6.2.1.8. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.

Guided discovery allows an introduction techniques helps gymnastics, practice and advancement of education for the initiation of the main techniques. The discussion that follows gives an understanding of the teaching method on the basis of lived experience. The repetition that follows allows the enhancement of knowledge and development of new knowledge. At the end of the evaluation is to some adjustments because the students were followed throughout the process.

6.2.1.9. Bibliografia principal:

ARAÚJO C. (2002). Manual de ajudas em ginástica, Edição de autor

- CARRASCO R. (1982). *Pedagogia dos aparelhos*, São Paulo: Editora Manole**
CARRASCO R. (1982). *Ginástica de aparelhos*, São Paulo: Editora Manole
CARRASCO R. (1982). *Ginástica de aparelhos a actividade do principiante*, São Paulo: Editora Manole
FEDERATION FRANÇAISE DE GYMNASTIQUE (1986). *Mémento de l'entraîneur*, (édition 1986 – ref.43), Paris: Fédération Française de Gymnastique
FEDERATION FRANÇAISE DE GYMNASTIQUE (1990). *Fiches Techniques et Pedagogiques de l'animateur et de l'initiateur* (édition 1990 – ref.48), Paris: Fédération Française de Gymnastique
HOSTAL P. (1982). *Pedagogia da Ginástica Olímpica*, São Paulo: Editora Manole
LEGUET J. (1987). *As acções motoras em ginástica esportiva*, São Paulo: Editora Manole
MOREIRA J. & ARAÚJO C.(2004). *Manual técnico e pedagógico de trampolins*, Portugal: Porto Editora

Mapa IX - Estudos Práticos III - Ténis / Practical Sports III - Tennis

6.2.1.1. Unidade curricular:

Estudos Práticos III - Ténis / Practical Sports III - Tennis

6.2.1.2. Docente responsável e respectivas horas de contacto na unidade curricular (preencher o nome completo):

Heldér Rodrigues de Carvalho - Diurno: TP90 + Pós-laboral: TP30 (Total: 120)

6.2.1.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:

Não existem.

6.2.1.3. Other academic staff and lecturing load in the curricular unit:

Does not exist.

6.2.1.4. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):

- *Conhece as noções básicas do Ténis*
- *Sabe qual a melhor metodologia para a iniciação ao Ténis*
- *Identifica os principais erros técnico-tácticos*
- *Sabe corrigir os principais erros técnico-tácticos*
- *Tem uma noção geral do Jogo de Ténis. E Mini-Ténis*
- *Sabe organizar um torneio*
- *Conhece as regras de arbitragem.*

6.2.1.4. Learning outcomes of the curricular unit:

- *Know the basics of tennis*
- *Know the best method for Tennis initiation*
- *Identifies the key technical and tactical errors*
- *Know how to correct major technical and tactical errors*
- *Has a general notion of the Game of Tennis.*
- *Know how to organize a tournament*
- *Know the rules of arbitration.*

6.2.1.5. Conteúdos programáticos:

Iniciação ao Ténis

Principais técnicas

O jogo

- *O mini-ténis*

- *O ténis*

Planeamento de uma época desportiva ao nível

- *Da iniciação.*

- *Do aperfeiçoamento.*

- *Da competição.*

Organização de torneios

Prática de treino em Clubes

6.2.1.5. Syllabus:

Initiation of the tennis

- *Component technique.-*

Planning a season at the follow level

- *The initiation.*

- *The improvement.*

- The competition.

Tournament Organization

- Arbitration and other organizational aspects.

Practical training in Clubs

6.2.1.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular.

Os conteúdos programáticos estão enquadrados com os objectivos da unidade curricular permitindo ao aluno aprender para colocar em prática toda o seu perfil de monitor . O conhecimento da modalidade através das técnicas utilizadas de o conhecimento do jogo formal e não formal tornam todo este processo adequado dos conteúdos programáticos e a sua aplicabilidade quer na escola quer no clube.

6.2.1.6. Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's objectives.

The course contents are framed with the objectives of the course allows the student to learn to put into practice all your monitor profile. The knowledge of the sport through the techniques used in the knowledge of the game and non-formal make this whole process of appropriate syllabuses and their applicability either in school or in the club.

6.2.1.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

As sessões práticas onde os formandos estarão no campo ouvindo a explicação e exemplificação de um determinado gesto técnico ou conteúdo a abordar, passando de imediato para a execução desse mesmo gesto ou conteúdo. O Formador nos momentos de prática corrigirá os formandos para que eles possam automatizar os gestos de acordo com a técnica ensinada e demonstrada e assegurará que os conteúdos abordados foram apreendidos. Na Prática pedagógica os alunos serão acompanhados semanalmente na sua actividade curricular.

Avaliação Diária – realizada em todas as sessões sobre os domínios:

- Sócio-afectivo (30%) (assiduidade, pontualidade, participação)

- Psico-motor (70%) (aquisição de conhecimentos teórico-práticos)

Avaliação Final – realizada nas últimas sessões

- Realização de uma ficha teórica (30%)

- Avaliação final prática (70%)

*Nota final = (0,50*Avaliação final) + (0,50* avaliação diária)*

6.2.1.7. Teaching methodologies (including evaluation):

Practical sessions where the trainees are in the field listening to the explanation and illustration of a particular gesture or content to address technical, passing immediately to the execution of the same gesture or content . The Trainer at times of correct practice trainees so that they can automate actions in accordance with the technique taught and demonstrated and ensures that the subjects covered were seized. In practice classes students will be monitored weekly during the course of its business curriculum

Daily Assessment - carried out in all the sessions on the following domains:

- Socio-affective (30%) (attendance, punctuality, participation)

- Psycho-motor (70%) (acquisition of theoretical and practical knowledge)

Final Assessment - carried out in recent sessions

- Conducting a theoretical form (30%)

- Final evaluation of practice (70%)

*Final Grade = (0.50 * Final evaluation) + (0.50 * daily assessment)*

6.2.1.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade curricular.

Os objectivos da unidade curricular são complementados as metodologias de ensino que visam o processo ensino aprendizagem da óptica da aprender para ensinar, os alunos terão a sua disposição outros alunos para poder corrigir e identificar erros mais comuns no ensino.

6.2.1.8. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.

The objectives of the course are complemented by teaching methods that target the learning process of learning to teach optics, students will have at its disposal other students to be able to identify and fix common mistakes in teaching.

6.2.1.9. Bibliografia principal:

*Breskvar, B. (1991). **Tenis com Boris Becker. El equipo, los golpes, tecnica, tacticas, entrenamiento, prevencion de lesiones.** Barcelona. Editorial Hispano Europea, S.A..*

*Crespo, M. (1990). **Ejercicios para mejorar tu tenis.** Gymnos Editorial.*

Douglas, P. (1982). Manual de Tenis. H. Blume Ediciones.

Federação Portuguesa de Ténis (1999). Manipulação e jogos de raquetes. Editorial do Ministério da Educação.

Höhm, J. (1987). Tennis - Technique, tactics, training. Play to win the czech way. Toronto. Canadá. Sport Books Publisher.

Quinn, A. (s.d.). Evaluate your players' tennis fitness. Austrália.

Mapa IX - Desporto de Opção I - Desportos de Combate / Optional Sports I - Combate Sports

6.2.1.1. Unidade curricular:

Desporto de Opção I - Desportos de Combate / Optional Sports I - Combate Sports

6.2.1.2. Docente responsável e respectivas horas de contacto na unidade curricular (preencher o nome completo):

Alain Guy Marie Massart - Diurno + Pós-laboral: TP22,5 (Total: 22,5)

6.2.1.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:

Não existem.

6.2.1.3. Other academic staff and lecturing load in the curricular unit:

Does not exist.

6.2.1.4. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):

Saber diferenciar o treino para a saúde do treino de competição; o treino aeróbio, do treino anaeróbio láctico, do treino de velocidade, do treino da força no contexto da modalidade abordada. Saber identificar os tipos de esforços nas modalidades específicas, para poder caracterizar os esforços. Poder adaptar a metodologia de treino de base aos treinos da modalidade, com utilização de exercícios específicos. Saber adaptar os treinos da modalidade em função dos praticantes jovens. Ter noções para controlar a carga dos treinos específicos. Ser capaz de planificar ou de analisar uma planificação do treino das capacidades funcionais no quadro da modalidade praticada. Facultativo: Ter noções para organizar uma iniciação a defesa pessoal adaptada a modalidade específica. Os conteúdos são adaptados em função da especialidade escolhida pelo aluno, do seu nível nesta modalidade e dos seus interesses de estudos!

6.2.1.4. Learning outcomes of the curricular unit:

Be able to differentiate training for health and competition training; aerobic, anaerobic alactic, anaerobic lactic and strength training in the context of the combat sport. Be able to identify the different kinds of efforts in the specific modality, to qualify the efforts observed. Be able to adapt the theory in methodology of training for the training in the specific combat modality, with use of specific exercises. Be able to adapt the training for young athletes. Be able to control the charge of training in the combat sport. Be able to program or analyse one planarization of the training for functional capacities in the specific sport. Facultative: acquired notions to organize one initiation in self defence in the specific combat modality.

The program is adaptable to the speciality of the student, in function of his level of practise and his interests of studies

6.2.1.5. Conteúdos programáticos:

Componente teórica: Apresentação e programação do semestre ; Metodologia do treino (Aeróbio, Anaeróbio, Velocidade, Musculação); Caracterização da modalidade e métodos de treino específico; Planificação do treino. Componente Teorico Prática: Simulação de planos de treino + participação e observação de treinos (Aeróbio, Anaeróbio, Velocidade); Prática da técnica de musculação, stimulação de planos de treino mais participação e observação de treinos (aptidão física); Simulação de planificação de treino mais participação e observação de treinos (Planificação do treino)

6.2.1.5. Syllabus:

Theoretical classes: Presentation and program the semester ; Training methodology (Aerobic, Anaerobic, Speediness) ; Training methodology (Strength training) Characterisation of the modality and specific training methods ; Planarization of training

OP classes

Stimulation of training plan + participation and observation of training (Aerobic, Anaerobic, Speediness) Technique of strength training, stimulation of training plan + participation and observation of training (physical conditioning) Stimulation of planarization of training + participation and observation of training (planarization of training)

6.2.1.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular.

O estudante recebe a informações teóricas sobre o treino da aptidão física, reflecte sobre a sua aplicação na sua

modalidade de combate estimulando programas de treino específicos para diferente tipo de populações (adultos, jovens, crianças), depois observa treinos e competições e reflecta sobre o desenvolvimento da aptidão física. Com a realização de um trabalho o aluno terá que integrar todas a matéria abordada nas aulas e adquirira competências em relação aos objectivos da cadeira

6.2.1.6. Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's objectives.

The student receive theoretical information about the training of physical conditioning, think about the implication in his combat speciality with the stimulation of training programs for the modality in different populations (adults, youngs and childrens). After the student observe trainings and competitions and reflect on the impact on physical condition. With the realization of the homework, the student will integrate all the topics of the classes and will acquire competencies in relation with the objectives of the curricular unity.

6.2.1.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

Trabalhos, observação e reflexão sobre a metodologia do treino (aptidão física) da modalidade de combate escolhida, de modo a permitir uma planificação e leccionação do treino mais eficaz, tanto nos escalões de formação que no nível competitivo. As aulas sempre se tornam seminários de reflexão em grupo, orientando tudo sobre a pratica de terreno.

O trabalho que será apresentado sobre a forma de um relatório, è relacionado com as observações e o estudante pode efectuar as investigações em função dos seus interesses e orientado pelo professor da cadeira.

- Avaliação continua: Participação dos estudantes nas aula e nível atingido nas simulações relacionadas com a matéria teórica (30%); observações, estudos específicos, e fichas de leitura apresentados no relatório final (trabalho 70%).

- Exame Final

6.2.1.7. Teaching methodologies (including evaluation):

Homework, observation and reflection on conditioning training methodology of the combat modality, to allow one planarization with more efficient trainings, for adult, young and children athletes. The classes turn always seminars with reflexion in group, and are oriented on field practise. The homework that will be presented in the form of one report, relate the observations and the student may realise investigation dependant of his interests and on the orientation of the teacher.

- Continuous evaluation: participation of the student in the classes and level of his intervention in the stimulation of the trainings (30%); observation, specific studies, article lecture presented in the final report (homework 70%).

- Exam evaluation:

6.2.1.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade curricular.

O estudante uma vez preparado pelas aulas T, realiza estimulações de treino e um trabalho de observação e de reflexão sobre treinos reais. Assim integra a matéria e cumpre os objectivos da cadeira de ser capaz de analisar, realizar e programar treinos específicos na sua modalidade de combate

6.2.1.8. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.

The student prepared by the T classes, realize training stimulation and a field observation with subsequent reflexion. Then the student integrate the theoretical concepts and complete the objectives of the curricular unit to be able analyse, realise and program specific training in his combat modality.

6.2.1.9. Bibliografia principal:

Franchini E. (2001). Judo Desempenho Competitivo. Manole. Weineck J. (1997). Manuel d'entraînement (4e Edition). Paris: Vigot. Bompa T. (1994). Theory and Methodology of Training (Third edition). Dubuque: Kendall

Mapa IX - Controlo Motor e Aprendizagem / Motor Control and Learning

6.2.1.1. Unidade curricular:

Controlo Motor e Aprendizagem / Motor Control and Learning

6.2.1.2. Docente responsável e respectivas horas de contacto na unidade curricular (preencher o nome completo):

Pedro Miguel Pereira Gaspar

6.2.1.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:

Pedro Miguel Leal Ferreira Mendonça da Fonseca - Diurno: T22,5 + TP67,5 + Pós-laboral: T30 + TP33,75 (Total: 153,75)

6.2.1.3. Other academic staff and lecturing load in the curricular unit:

Pedro Miguel Leal Ferreira Mendonça da Fonseca - Daytime: T22,5 + TP67,5 + After working hours: T30 + TP33,75 (Total: 153,75)

6.2.1.4. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):

Estudo e conhecimento do Comportamento Motor, procurando compreender o movimento humano voluntariamente controlado, através da descrição dos processos e mecanismos subjacentes ao desempenho motor e à aquisição e retenção de habilidades motoras.

O estudante deverá: a) descrever e explicar os fundamentos e as teorias gerais da aprendizagem e do controlo motor; b) entender a aprendizagem motora como área de estudo da educação física e do desporto; c) compreender a terminologia básica utilizada no estudo da aprendizagem motora e a sua aplicação na prática da educação física e dos desportos; d) descrever e explicar os resultados da investigação em trabalhos e estudos relevantes no âmbito do controlo motor e aprendizagem.

6.2.1.4. Learning outcomes of the curricular unit:

Study and knowledge of Motor Behavior, seeking to understand human movement voluntarily controlled, by describing the processes and mechanisms underlying motor performance and the acquisition and retention of motor skills.

The student should: a) describe and explain the fundamentals and general theories of motor learning and motor control, b) understand motor learning as a study area of physical education and sport; c) understand the basic terminology used in the study of motor control and learning and its application in physical education and sports; d) describe and explain the results of research work and studies relevant to the motor control and learning.

6.2.1.5. Conteúdos programáticos:

- 1) *Introdução ao estudo do Comportamento Motor.*
- 2) *Metodologia para o estudo do desempenho motor. a) Classificação de habilidades motoras; b) Medidas de desempenho motor*
- 3) *Teoria do Processamento da Informação. Memória*
- 4) *Atenção e Desempenho Motor*
- 5) *Controlo Motor – contribuição sensorial (propriocepção, visão e audição) e dos mecanismos centrais*
- 6) *Controlo do Movimento Coordenado. Teoria do Esquema*
- 7) *Controlo do Movimento Coordenado. Teoria dos Sistemas dinâmicos*
- 8) *Coordenação*
- 9) *Capacidades e Diferenças Individuais*
- 10) *Conceitos de Aprendizagem Motora. Fases de aprendizagem das habilidades motoras*
- 11) *Factores de aprendizagem: factores prévios à prática – motivação, instrução e demonstração*
- 12) *Factores de aprendizagem: factores concomitantes – organização da prática*
- 13) *Factores de aprendizagem: factores posteriores – Informação de retorno*
- 14) *Retenção e Transfer*

6.2.1.5. Syllabus:

- 1) *Introduction to Motor Behaviour. 2) Methodology for studying motor performance. a) Classification of Motor skills ; b) Measurement of Motor performance.*
- 3) *The Information-Processing Theory. Memory.*
- 4) *Attention and Motor Performance.*
- 5) *Motor Control – Sensory Contributions to Motor Control (proprioception, vision and audition) and Central*
- 6) *Coordinated Movement control - Schema Theory.*
- 7) *Coordinated Movement control - Dynamic Pattern Theory.*
- 8) *Coordination.*
- 9) *Individual Differences and Capabilities.*
- 10) *Motor Learning concepts. Stages of learning.*
- 11) *Learning Factors: previous factors – Motivation, demonstration and verbal instructions.*
- 12) *Factores de aprendizagem: factores concomitantes – organização da prática*
- 13) *Factores de aprendizagem: factores posteriores – Informação de retorno*
- 14) *Retention and Transfer*

6.2.1.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular.

Os objectivos da unidade curricular são coerentes com os conteúdos programáticos. As obras de referência bibliográfica indicadas e os conteúdos considerados garantem a abrangência e especificidade adequada para o domínio das áreas de estudo.

6.2.1.6. Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's objectives.

Curricular unit's objectives are coherent with the program content. The main bibliography indicated ensure adequate coverage and specificity to the field of study.

6.2.1.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

As metodologias de ensino combinam a exposição teórica com trabalho de campo, dividido em observação de treino mediante ferramentas de registo e tratamento de informação e realização de entrevistas a treinadores. As atividades são realizadas por pequenos grupos de estudantes. Recursos vídeo são extensivamente utilizados para observação e demonstração de boas práticas.

Avaliação Contínua:

- Frequência – 60%
- Relatório de resolução de problemas – 15%
- Trabalho de síntese – 25%

Avaliação Final

- Exame – 100%

6.2.1.7. Teaching methodologies (including evaluation):

The teaching methodologies combine the expositive lectures with field work, divided by practice observation, through recording tools, and coaches's interviews. The activities are performed by small groups of students

Continuous Evaluation:

- Midterm exam – 60%
- Problem solving report – 15%
- Synthesis work – 25%

Final Evaluation:

- Exam – 100%

6.2.1.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade curricular.

As metodologias de ensino preparam o estudante para agir em contexto de treino, recolhendo informação junto dos principais agentes e debatendo os resultados observados. A capacidade crítica constrói-se também através de leituras e debate oral, e apresentação escrita de argumentos sustentados teoricamente

6.2.1.8. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.

The teaching methods prepare the students to act in a practice context, collecting information from the main agents and debating the observed results. Critical capacities are built also through lecture of relevant texts, oral debates and written presentation of theoretically grounded arguments

6.2.1.9. Bibliografia principal:

Schmidt, R. & Lee, T. (1999). Motor Control and Learning: A Behavioral Emphasis. Champaign, Illinois: Human Kinetics

Magill, R. (2001). Motor Learning: Concepts and applications. Oxford: Brown & Benchmark Publisher

Godinho, M.; Mendes, R.; Melo, F. & Barreiros, J. (1999). Controlo Motor e Aprendizagem: Fundamentos e aplicações. Lisboa: FMH.

Godinho, M.; Mendes, R.; Melo, F. & Barreiros, J. (2000). Controlo Motor e Aprendizagem: Trabalhos Práticos

Mapa IX - Psicologia do Desporto / Sport Psychology**6.2.1.1. Unidade curricular:**

Psicologia do Desporto / Sport Psychology

6.2.1.2. Docente responsável e respectivas horas de contacto na unidade curricular (preencher o nome completo):

Pedro Miguel Pereira Gaspar - Diurno: TP67,5 + Pós-laboral: TP52,5 (Total: 120)

6.2.1.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:

Não existem.

6.2.1.3. Other academic staff and lecturing load in the curricular unit:

Does not exist.

6.2.1.4. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):

Dominar um conjunto de conteúdos que lhes permitam compreender e enquadrar o âmbito de intervenção e os objectivos da psicologia do desporto e treino mental;

Perceber o contributo que a psicologia do desporto e treino mental poderá ter na melhoria da performance individual, tanto em atletas a iniciar a actividade desportiva, como em atletas de elite;

Adquirir conhecimentos teórico-práticos sobre métodos e técnicas específicas desta área, os quais permitam

planear e intervir em conjunto com os atletas, com o objectivo de ajuda-los a ultrapassar situações de instabilidade mental decorrentes da competição e na optimização do rendimento desportivo.

6.2.1.4. Learning outcomes of the curricular unit:

*Master a set of content that enable the student to understand and frame the scope of activities and objectives of sports psychology and mental training;
Understanding the contribution that sport psychology and mental training can have on improving individual performance, both athletes start sporting activity, and elite athletes;
Acquire theoretical and practical knowledge about methods and techniques specific to this area, for planning and action together with the athletes, in order to help them overcome situations of mental instability arising from the competition and optimize sports performance.*

6.2.1.5. Conteúdos programáticos:

*1 - Introdução à Psicologia do Desporto
2 Os intervenientes
3 Motivação
4 Activação, stress e ansiedade
5 Análise dos ambientes de prática desportiva
6 Feedback, reforço e motivação intrínseca;
7 Dinâmica de grupo.
8 Comunicação
9 Técnicas visando a melhoria da performance;
10 Controlo da Activação;
11 Imagética O que é e como funciona? Tipos de imagética Princípios básicos e desenvolvimento de programas de treino.
12 Definição de objectivos Princípios básicos e eficácia;
13 Concentração
14 Burnout and Overtraining Definição Modelos de bournout Sintomas de sobretreino e bournout*

6.2.1.5. Syllabus:

*1 - Introduction to Sport Psychology
2 - Sport and personality development,
3 - Motivation
4 - Arousal, stress and anxiety definition of concepts, sources of anxiety and stress;
5 - Analysis of sporting environments
6 - Feedback,
7 - Group dynamics as a group becomes a team
8 - Communication
9 Techniques to improve performance, mental skills training (Psychological Skills Training);
10 Control of arousal, increasing the perception of arousal, using techniques to reduce anxiety, dealing with adversity and using techniques to induce activation.
11 Imagery
12 Goal Setting Basics and effectiveness, planning a system of goal setting; Main difficulties in its implementation.
13 Concentration
14 - Overtraining and Burnout, Burnout Definition Models Symptoms of overtraining and Burnout*

6.2.1.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular.

Os conteúdos do programa da unidade curricular procuram, progressivamente, aumentar o conhecimento do estudante, para a realidade da psicologia do desporto e do treino mental. Inicia com uma introdução à ciência em estudo, e faz a ligação com um dos primeiros objectivos, que é o enquadramento do âmbito de intervenção da psicologia do desporto e do treino mental. As aulas que explicam os intervenientes, o desporto e o desenvolvimentos da personalidade, motivação, explicação da activação, stresse e ansiedade, análise dos ambientes de prática desportiva, feedback, reforço e motivação intrínseca, dinâmica de grupos, bournout e sobretreino e o processo de comunicação, procuram explicar o contributo que a psicologia do desporto e treino mental pode ter na melhoria da performance individual e colectiva, em atletas jovens e de elite. A ligação com o ultimo objectivo da unidade curricular, que procura introduzir o aluno a técnicas específicas nesta área, na optimização do rendimento desportivo.

6.2.1.6. Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's objectives.

The contents of the program of course seek to progressively increase the knowledge of the student for the reality of sports psychology and mental training. The course begins with an introduction to the science under study, and connects with one of the first objectives, which is within the framework of the intervention of sports psychology and mental training. The classes that explain the actors, sports and personality development, motivation, explanation of activation, stress and anxiety, the analysis of sporting environments, feedback, reinforcement and

intrinsic motivation, group dynamics, Burnout and overtraining and the communication process, seek to explain the contribution that sport psychology and mental training can have on improving individual and collective performance in young elite athletes. The connection with the ultimate objective of the course, which seeks to introduce students to specific techniques in this area, the optimization of athletic performance,

6.2.1.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

- *Aulas teóricas práticas, tarefas individuais e em grupo específicas para os conteúdos, leitura de livros, capítulos de livros e artigos, acesso e utilização de bases de dados específicas e observação de vídeos.*
- *Trabalho laboratorial ou de campo 30%*
- *Frequência 70%*

6.2.1.7. Teaching methodologies (including evaluation):

- *Theoretical practices, individual and group tasks specific to the content, reading books, book chapters and articles, access and use of specific databases and watching videos.*
- Fieldwork or laboratory work; 30%*
- Midterm exam; 70%*

6.2.1.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade curricular.

A aproximação teórico prática da Unidade Curricular, nas aulas teóricas e teórico práticas, procura progressivamente dotar os alunos do conhecimento necessário para compreender o fenómeno desportivo, na sua vertente mental. Assim a explicação teórica seguida de tarefas práticas, pretende levar o aluno a experimentar o campo e a extensão da psicologia do desporto, e treino mental, no fenómeno desportivo. Esta tarefas incluem leitura de capítulos de livros, artigos, tarefas realizadas em equipa e individualmente, exemplos práticos nas aulas, análise de vídeos com exemplos de atletas e de preparadores mentais.

6.2.1.8. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.

A practical theoretical approach of the course, the practical and theoretical classes, increasingly looking to provide students the knowledge necessary to understand the phenomenon of sports in its mental aspect. So then the theoretical explanation of practical tasks, want to take the student to experience the field and the extent of sports psychology and mental training in sports phenomenon. The tasks include reading chapters of books, articles, practical examples in the classes, taks in team building and individual video analysis, examples of athletes and sport psychology professionals.

6.2.1.9. Bibliografia principal:

- Williams, J. (2001). Applied Sport Psychology. Moutain View, California: Mayfield Publishing Company*
- Smith, D. & Bar-Eli, M. (2007) Essential readings in sport and exercise psychology. Human Kinetics publishers, Champaign Illino*
- Slaikou, K, Trogolo, R. (1998). Focused for Tennis. Champaign, IL: Human Kinetics*
- Weinberg, R.& Gould, D. (2007). Foundations of Sport and Exercise Psychology. Human Kinetics publishers, Champaign Illinois*
- Orlick, T. (1990). In pursuit of Excellence. Champaign, IL: Human Kinetics*
- Lynch, J., Scott, W. (1999). Running Within. Champaign, IL: Human Kinetics*
- Nideffer, R. (1992). Psyched to win. Champaign, IL: Human Kinetics*
- Hanton, S., Mellalieu, S. (2006). Literature reviews in sport psychology. New York: Nova Science Publishers, Inc*
- Tenenbaum, G. & Eklund, R. (2007). Handbook of sport psychology. Wiley, Hoboken, New Jersey*

Mapa IX - Desporto de Opção II - Recreação / Optional Sports II – Recreation

6.2.1.1. Unidade curricular:

Desporto de Opção II - Recreação / Optional Sports II – Recreation

6.2.1.2. Docente responsável e respectivas horas de contacto na unidade curricular (preencher o nome completo):

Ana Rosa Fachardo Jaqueira - Diurno + Pós-laboral: TP22,5 (Total: 22,5)

6.2.1.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:

Não existem.

6.2.1.3. Other academic staff and lecturing load in the curricular unit:

Does not exist.

6.2.1.4. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):
Aprofundar os conhecimentos desenvolvidos na disciplina Recreação I de modo a conduzir os alunos a atuar com a população alvo sob a orientação de ações preestabelecidas, tais como as oficinas lúdicas aplicadas a diferentes clientelas

6.2.1.4. Learning outcomes of the curricular unit:
Increase the knowledge developed in the discipline Recreation way I to drive the students to act with the population objective under the orientation of preset actions, such as the shops applied lúdics to different targets.

6.2.1.5. Conteúdos programáticos:

1 – Jogos 1.1 – jogos tradicionais 1.2 - jogos populares 1.3 - jogos dramáticos 1.4 - jogos cooperativos 1.5 – jogos pré-desportivos
2 – Oficinas Lúdicas 2.1 – conceitos 2.2 – objetivos 2.3 – caracterização (ruas de lazer, gincanas, torneios...) 2.4 – aplicação.

6.2.1.5. Syllabus:

1 - games 1.1 - traditional games 1.2 - popular games 1.3 - dramatic games 1.4 - cooperative games 1.5 - pre-sport games 2 - shops Lúdic 2.1 - concepts 2.2 - objectives 2.3 - characterization (leisure streets, gymkhana, tournaments...) 2.4 – application.

6.2.1.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular.

Aplicar os conteúdos e conhecimentos desenvolvidos de forma a propiciar ao aluno a sua atuação nos diversos campos de aplicação profissional: escolas, campos de férias, atividades de tempos livres, ginásios, organização de eventos recreativos e/ou desportivos.

6.2.1.6. Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's objectives.

Apply the content and knowledge developed to provide students with their professional performance in several areas: schools, camps, leisure activities, fitness centers, organization of recreational events and / or sports.

6.2.1.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

a) Aulas teóricas eminentemente positiva;
b) Teórico-prática onde se permite a interação dos alunos com o docente a partir das leituras indicadas previamente;
c) Elaboração de fichas de leitura a realizar fora do tempo letivo;
d) Estudo independente;
e) Atendimento
- Trabalho laboratorial ou de campo/Fieldwork or laboratory work + Relatório de resolução de problemas/Problem solving report + Project/Project = 40%.
- Frequência/Midterm exam: 60%.
- Exame Final (para aqueles que não participaram no processo de avaliação contínua): 100% / final exam (for those who did not participate in the process of continuous evaluation): 100%.

6.2.1.7. Teaching methodologies (including evaluation):

a) Theoretical Classes eminently positive;
b) Theoretical-practice where is permitted the students' interaction with the educational starting from the suitable readings previously;
c) Elaboration of reading records to accomplish out of the time course;
d) I Study independent;
e) Attendance.
Fieldwork or laboratory work + Relatório de resolução de problemas/Problem solving report + Project/Project = 40%.
Midterm exam: 60%.
Final Exam (for those who did not participate in the process of continuous evaluation): 100%.

6.2.1.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade curricular.

Por ser uma disciplina de aperfeiçoamento, exige o conhecimento de conceitos afins, bem como do trabalho autónomo do aluno.

6.2.1.8. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.

Being a course of training, requires knowledge of related concepts, as well as the student's self-employment.

6.2.1.9. Bibliografia principal:

- INVERNÓ, Josep Curós (2003): Circo y Educación Física: otra forma de aprender. Publicaciones INDE, Barcelona.**
- LAGARDERA, Paco y LAVEGA, Pere (eds.) (2004) La ciencia de la acción motriz. Edicions de la Universitat de Lleida.**
- Olmo, J., J., M. (2011). Animación y recreación turística, escolar y extraescolar. Inde: Barcelona.**
- Royo, I. P. (2011). Educación Física Emocional: de la teoría a la práctica. Inde: Barcelona.**
- PARLEBAS, Pierre (1998): Juegos, deporte y sociedad. Léxico de Praxiología Motriz. Editorial Paidotribo, Barcelona (2001). Adaptación y Revisión: Francisco Lagardera y Pere Lavega.**

Mapa IX - Biomecânica / Biomechanics

6.2.1.1. Unidade curricular:

Biomecânica / Biomechanics

6.2.1.2. Docente responsável e respectivas horas de contacto na unidade curricular (preencher o nome completo):

Ana Maria Medeiros de Abreu Faro - Diurno: T22,5 + TP67,5 + Pós-laboral: T22,5 + TP30 (Total: 142,5)

6.2.1.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:

Não existem.

6.2.1.3. Other academic staff and lecturing load in the curricular unit:

Does not exist.

6.2.1.4. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):

A disciplina de Biomecânica tem como objectivos estudar os factores fundamentais e determinantes para a interpretação da mecânica do movimento humano; entender a dependência interdisciplinar da Biomecânica interna e externa no estudo das diferentes expressões do movimento humano; estudar o sistema ósteo-mio-articular para compreender como as forças são geradas e o efeito dessas forças sobre o corpo humano na produção de movimento; estudar os métodos de medição do movimento e suas dependências práticas e teóricas para análise da Biomecânica do Movimento Humano; oferecer condições para o aluno prosseguir no estudo e desenvolvimento da investigação e análise do movimento em tarefas aplicadas nas áreas da saúde, desporto e ergonomia; proporcionar aos alunos uma experiência de observação e análise de determinadas técnicas desportivas; e dotar os alunos de noções práticas de utilização de determinados equipamentos de análise biomecânica.

6.2.1.4. Learning outcomes of the curricular unit:

The discipline of Biomechanics aims to study the key factors and determinants for the interpretation of the mechanics of human movement, to understand the dependence of the interdisciplinary Biomechanics internal and external to the study of different expressions of human movement, to study the system osteo-myo-articular to understand how forces are generated and the effect of these forces on the human body producing movement, study the methods of measuring the movement and its dependencies for practical and theoretical analysis of the Biomechanics of human Movement, providing conditions for the student to continue in the study and development of research and analysis movement tasks applied in the areas of health, sport and ergonomics; provide students with an experience of observation and analysis of certain sporting techniques, and provide students with practical guidance on the use of certain equipment for biomechanical analysis.

6.2.1.5. Conteúdos programáticos:

- 1A biomecânica como uma interdisciplina e modelos de análise de movimento humano;***
- 2 Conceitos cinemáticos e cinéticos para a análise do movimento humano;***
- 3 Terminologia e conceitos de mecânica simples;***
- 4 Biomecânica da estrutura óssea e articulações;***
- 5 Aspectos biomecânicos da função muscular;***
- 6 Análise da força muscular nos movimentos humanos e desportivos;***
- 7 Biomecânica da coluna vertebral e extremidade superior;***
- 8 Biomecânica da extremidade inferior;***
- 9 Biomecânica da marcha, corrida ;***
- 10 Cinemática linear do movimento humano;***
- 11 Cinemática Angular do movimento humano;***
- 12 Cinética Linear do movimento humano;***
- 13 Equilíbrio e Centro de Gravidade;***
- 14 Cinética angular;***
- 15 Introdução à mecânica dos Fluidos;***
- 16 Análise qualitativa e quantitativa do movimento Humano.***

6.2.1.5. Syllabus:

- 1 Biomechanics as an interdisciplinary and biomechanical models of human motion analysis;**
- 2 Concepts for the kinematic and kinetic analysis of human movement;**
- 3 Terminology and concepts of simple mechanics;**
- 4 Biomechanics of the structure bone and joints;**
- 5 Biomechanical Aspects of muscle function;**
- 6 Analysis of muscle strength in human movement and sports;**
- 7 Biomechanics of the spine and upper extremity;**
- 8 Biomechanics of the lower extremity;**
- 9 Biomechanics of walking, running;**
- 10 linear kinematics of human movement;**
- 11 Angular Kinematics of human motion;**
- 12 Linear Kinetics of human motion;**
- 13 Balance and Center of Gravity;**
- 14 Angular Kinetics;**
- 15 Introduction to Fluid Mechanics;**
- 16 Qualitative and quantitative analysis of human movement**

6.2.1.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular.

1. Conhecimentos teóricos e de observação prática especialmente orientados para o ensino do movimento humano. 2. observação e análise do movimento humano em geral e de determinadas técnicas desportivas em específico, de modo a proporcionar uma tomada de consciência mais concreta e efectiva das dificuldades de aprendizagem que, por sua vez, os seus futuros alunos terão pela frente, facilitando assim, intervenções mais seguras e objectivas por parte do futuro professor ou treinador. 3. Dotar os alunos de noções práticas de estruturação e organização de uma metodologia de observação do movimento humano, favorecendo e potenciando todo o valor pedagógico no processo de ensino. 4. Procurar fazer com que os alunos compreendam de como a Biomecânica se relaciona com as diferentes disciplinas das Ciências do Desporto, no estudo do movimento desportivo

6.2.1.6. Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's objectives.

This course aims to equip students with theoretical knowledge and observation of human movement, defining itself as skills to be acquired: 1. theoretical knowledge and practical observation especially geared towards the teaching of human movement. 2. observation and analysis of human movement in general and of specific techniques in specific sports, in order to provide a deeper awareness of the practical and effective learning difficulties which, in turn, their future students will face, thus facilitating interventions more reliable and objective by the future teacher or coach. 3. Provide the students with practical notions of structure and organization of a method of observation of human movement, encouraging and strengthening the entire educational value in teaching. 4. Seeking to make students Comprehension of how biomechanics relates to the different disciplines of Sport Sciences, the study of the sports movement

6.2.1.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

As aulas são teóricas e teórico-práticas com a utilização no processo de ensino de meios áudio visuais, os conteúdos teóricos servirão de base para o preenchimento de fichas nas aulas teórico-práticas.

A avaliação é contínua e é superada se:

3 teste de avaliação teórica (50%) e 3 teste de avaliação prática (30%) e ainda um projeto de análise de uma técnica desportiva (20%). Em nenhuma das avaliações o aluno poderá obter uma nota inferior a 50% do seu valor.

A avaliação por exame - realização e aproveitamento na avaliação teórica, prática e de projeto, sendo necessário obter uma nota igual ou superior a 9,5 valores em cada uma das 3 avaliações. O conteúdo da avaliação, constará de toda a matéria dada durante todo o semestre.

6.2.1.7. Teaching methodologies (including evaluation):

The lesson are practical and theoretical, using the process of teaching audio visual media, will serve as the theoretical basis for filling out forms in theoretical and practical.

The assessment is continuous and is exceeded if:

3 theoretical assessment test (50%) and 3 practical evaluation test (30%) and even a design analysis technique sporting (20%). In none of the evaluations, the student may earn a grade lower than 50% of its value.

The assessment by examination - realization and exploitation in the theoretical evaluation, practice and design, being necessary to obtain a grade equal to or greater than 9.5 in each of the three assessments. The contents of the evaluation will consist of all the matter given throughout the semester.

6.2.1.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade curricular.

Todos as matérias que corporizam o conteúdo programático, serão abordados nas vertentes, teórica e prática, de acordo com os seguintes pressupostos: 1- A componente teórica assentará na transmissão de conhecimentos, com a estrutura que se passa a expor; • Conceitos básicos da Biomecânica • Inter-relação dos conceitos teóricos à realidade da prática desportiva. 2- A componente prática assentará na transmissão de conhecimentos de aplicação

de conceitos e vivências práticas de observação e análise de movimentos desportivos. 3- Desenvolvimento de projectos: Projecto 1 •Tecnologia e Biomecânica: Projecto 2 •Análise cinematográfica de uma técnica desportiva

6.2.1.8. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.

All the materials that embody the curriculum will be addressed in the areas, theoretical and practical, in accordance with the following assumptions: 1 - The theoretical component will rely on the transmission of knowledge, with the structure that is going to explain it; • Fundamentals of Biomechanics • Inter-relationship of theoretical concepts to the reality of sports. 2 - The practical component will rely on the transmission of knowledge from application of concepts and practical experiences of observation and analysis of sports movements. 3 - Development of projects: Project 1 • Technology and Biomechanics: • Project 2 Analysis of a cinematic technique sport

6.2.1.9. Bibliografia principal:

*Faro, A. Biomecânica – aulas práticas, 7ª Ed. FCDEF-UC, 2011
Faro, A. Biomechanics, 1ª Ed FCDEF-UC, 2011
Hall, S. Basic Biomechanics, 5ª Ed., Mc Graw Hill: 2006.
Hall, S. Biomecânica Básica, 5ª. Ed., Editora Manole: 2009.*

Mapa IX - Prescrição do Exercício / Exercise Prescription

6.2.1.1. Unidade curricular:

Prescrição do Exercício / Exercise Prescription

6.2.1.2. Docente responsável e respectivas horas de contacto na unidade curricular (preencher o nome completo):

Carlos Alberto Fontes Ribeiro - Diurno: T22,5 (Total: 22,5)

6.2.1.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:

Amândio Manuel Cupido dos Santos - Diurno: TP67,5 + Pós-laboral: T22,5 + TP30 (Total: 120)

6.2.1.3. Other academic staff and lecturing load in the curricular unit:

Amândio Manuel Cupido dos Santos - Daytime: TP67,5 + After working hours: T22,5 + TP30 (Total: 120)

6.2.1.4. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):

Pretende-se que o estudante domine um conjunto de conteúdos que lhes permitam compreender os princípios básicos da avaliação e prescrição do exercício adaptada a populações especiais, como forma de otimizar e individualizar o exercício físico com vista a obtenção de uma melhor condição física bem como níveis de saúde mais elevados contribuindo assim para uma melhor proteção dos fatores de risco e uma inevitável melhoria da qualidade de vida.

6.2.1.4. Learning outcomes of the curricular unit:

It is intended that the student mastered a set of content to enable them to understand the basic principles of assessment and exercise prescription tailored to special populations, such as how to optimize and individualize exercise with a view to obtaining a better physical condition and levels higher health contributing to a better protection of risk factors and the inevitable improvement of quality of life.

6.2.1.5. Conteúdos programáticos:

Saúde , avaliação de risco e segurança na prescrição do exercício.

- Benefícios e riscos associados à actividade física*
- Rastreio de saúde e estratificação de risco*
- Testes Físicos*
- As avaliações pré-exercício*
- Testes de aptidão física ajustados ao estado de saúde e sua Interpretação*
- Teste de Exercício Clínico*
- Interpretação dos dados produzidos pelos testes físicos*

Prescrição de Exercícios

- Princípios gerais da prescrição de exercício*

A prescrição do exercício na doença

- Pacientes cardíacos e outras condições clínicas que influenciam Prescrição de Exercícios.*

6.2.1.5. Syllabus:

Health risk assessment and safety in the exercise prescription.

- **Benefits and risks associated with physical activity**
- **Health screening and risk stratification**

Physical Tests

- **The pre-exercise evaluations**
- **Tests of physical fitness adjusted health status and their Interpretation**
- **Clinical Exercise Testing**
- **Interpretation of data produced by physical tests**

Exercise Prescription

- **General principles of exercise prescription**

Exercise prescription in the disease

- **Cardiac patients and other medical conditions that influence exercise prescription.**

6.2.1.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular.

A coerência é demonstrada pelas respostas aos inquéritos SGQP (Sistema de Gestão da Qualidade Pedagógica) : Adequação da carga de esforço exigida (4.4); Adequação e disponibilidade da bibliografia e outros elementos de apoio à aprendizagem (4.2); Apreciação média global da qualidade das aprendizagens (4.4); Perceção dos estudantes sobre os resultados da aprendizagem que conseguiram alcançar (4.5); Clareza dos programas, objetivos pedagógicos e critérios da avaliação (4.4); Não sobreposição de conteúdos com outras unidades curriculares (4.3)

A adequação da carga de esforço é considerada ligeira por 5% dos estudantes, adequada por 89% e moderadamente pesada por 5%.

6.2.1.6. Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's objectives.

Coherence is demonstrated by the SGQP (System of Management of the Pedagogic Quality)

C-Adaptation of the effort required (4.4)

D-Adequacy and availability of the bibliography and other elements to support learning (4.2)

E-Consideration of the overall average quality of learning(4.4)

F-perception of students about the learning outcomes they have achieved (4.5)

G-Clarity programs, educational objectives and assessment criteria(4.4)

Suitability of effort was considered light by 5% of the students, adequate by 89% and moderately heavy by 5%.

6.2.1.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

A unidade curricular é constituída por sessões teóricas e sessões teórico-práticas. Os alunos têm a oportunidade de realizar avaliações da condição física nas aulas práticas recorrendo ao equipamento laboratorial necessário.

A avaliação é composta por um trabalho de projeto onde são dadas vários exemplos de tipos de populações especiais para que o aluno escolha um deles e desenvolva um programa de prescrição.

6.2.1.7. Teaching methodologies (including evaluation):

The course consists of theoretical sessions and theoretical practice sessions. Students have the opportunity to conduct fitness assessments in practical classes using the laboratory equipment necessary.

The evaluation consists of a project work where you are given several examples of types of special populations for the student to choose one of them and develop a prescribed schedule.

6.2.1.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade curricular.

A coerência é demonstrada pelas respostas aos inquéritos SGQP (Sistema de Gestão da Qualidade Pedagógica) da Universidade de Coimbra, preenchidos por todos os estudantes do Mestrado em Exercício e Saúde em Populações Especiais e publicado em 24 de Maio de 2011. Nos resultados referentes aos docentes podem observar-se os seguintes valores:

i) Apreciação global da qualidade do docente no processo de ensino/aprendizagem – 4,6

ii) Disponibilidade do docente para interagir com os estudantes, os apoiar e fomentar a auto-aprendizagem – 4,6

iii) Clareza na exposição da matéria e na resposta às questões – 4,6

iv) Consonância com o programa e os objetivos da unidade curricular – 4,6

v) Adequação da quantidade de informação apresentada nas aulas ao tempo disponível – 4,5

vi) Fomento do envolvimento ativo e crítico dos estudantes na aula – 4,6

vii) Fomento da auto-aprendizagem dos estudantes fora das aulas – 4,6

viii) Disponibilidade para o esclarecimento de dúvidas fora das aulas – 4,6

6.2.1.8. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.

Coherence is demonstrated by the SGQP (System of Management of the Pedagogic Quality) answers of the students in the Exercise, Health and Well-being in Special Groups Master Course, published on 24th May 2011.

Results about teachers are as follow:

- i) Global analysis of the teacher quality in the learning process – 4,6**
- ii) Availability of the teacher to interact with students, and support self-learning – 4,6**
- iii) Clarity to teach and to answer students questions – 4,6**
- iv) Relationship between program and objectives of the curricular unit – 4,6**
- v) Suitability between quantity of information and time of the lessons – 4,5**
- vi) Active and critical encouragement of the students in the lessons – 4,6**
- vii) Self-learning encouragement beyond the lessons – 4,6**
- viii) Availability of teachers to clarify any doubts beyond the lessons – 4,6**

6.2.1.9. Bibliografia principal:

American College of Sport Medicine – Guidelines For Exercise Testing And Prescription (2006) Lippincott Williams & Wilkins
Vivian H. Heyward (2002) Advanced Fitness Assessment And Exercise Prescription, Human Kinetics.
Jonathan K. Ehrman, Paul M. Gordon, Paul S. Visich and Steven J. Keteyian (2003) Clinical Exercise Physiology, Human Kinetics.
Roger W. Earleand Thomas R. Baechle (2004) NSCA'S Essentials of Personal Training, Human Kinetics.

Mapa IX - Estudos Práticos II – Aeróbica / Pratical Sports II - Aerobic

6.2.1.1. Unidade curricular:

Estudos Práticos II – Aeróbica / Pratical Sports II - Aerobic

6.2.1.2. Docente responsável e respectivas horas de contacto na unidade curricular (preencher o nome completo):

Cristina Maria Henriques Senra - Diurno: TP90 + Pós-laboral: TP30 (Total: 120)

6.2.1.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:

Não existem.

6.2.1.3. Other academic staff and lecturing load in the curricular unit:

Does not exist.

6.2.1.4. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):

A disciplina pretende promover o interesse e o conhecimento por uma área em contínua expansão e com um vasto mercado de trabalho.

Em termos de objectivos gerais, o estudante deverá:

- 1. Dominar um conjunto de conteúdos que lhes permitam compreender e enquadrar o âmbito de intervenção e os objectivos da ginástica aeróbica;**
- 2. Adquirir e dominar as habilidades motoras básicas da ginástica aeróbica, assim como a música, de forma a elaborar pequenas coreografias;**
- 3. Adquirir conhecimentos teórico-práticos sobre o processo ensino-aprendizagem, metodologia de ensino e técnicas de intervenção em aula.**

6.2.1.4. Learning outcomes of the curricular unit:

The course aims to promote interest and knowledge in an area where continued expansion and a large labor market.

In terms of general objectives, the student must:

- 1. Mastering a set of content to enable them to understand and frame the scope of activities and objectives of aerobics;**
- 2. Acquire and master the basic motor skills aerobics, as well as music, to develop small choreographies;**
- 3. Acquire theoretical and practical knowledge about the teaching-learning process, teaching methods and intervention techniques in the classroom.**

6.2.1.5. Conteúdos programáticos:

- Conceitos de wellness, Fitness e Aeróbica**
- Estrutura de uma aula de aeróbica;**
- Musica e Identificação da fase e bloco musical;**
- Habilidades motoras como essência da aula de aeróbica, transições ;**
- Variação de intensidade versos complexidade;**
- Métodos de construção coreográfica;**

6.2.1.5. Syllabus:

- *Concepts of Wellness, Fitness and Aerobics*
- *Structure of an aerobics class;*
- *Music and Identification of stage and musical block;*
- *Motor skills as the essence of an aerobics class, transitions;*
- *Variation of intensity verses complexity;*
- *Choreographic construction methods;*

6.2.1.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular.

Os conteúdos programáticos vão ao encontro dos objectivos da unidade curricular porque irá permitir ao aluno desenvolver competências nas áreas da expressividade, movimento e dinamismo identificada nesta modalidade.

6.2.1.6. Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's objectives.

The program content meet the objectives of the course because it will allow the student to develop skills in the areas of expression, movement and dynamism identified in this mode.

6.2.1.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

Sessões de ensino de natureza colectiva com orientação pessoal de tipo tutorial nas aulas práticas, trabalhos de terreno inseridos em tarefas pontuais realizados nas aulas práticas.

O processo de avaliação será contínuo e de acordo com o regulamento geral de avaliação, realizando-se no desenvolvimento do período lectivo, momentos de verificação de aprendizagem dos conteúdos ministrados, que incidirão nos seguintes aspectos:

- a) Trabalhos de pesquisa ou de preparação dos conteúdos a abordar nas aulas. (20%)*
- b) Ficha de verificação de conhecimentos. (20%)*
- c) Apresentação individual de um esquema coreográfico. (50%)*
- d) Assiduidade; pontualidade; dedicação. (10%)*

Para que os alunos possam ser avaliados de forma continua, e tendo em conta o cariz teórico-prático da disciplina, os alunos têm de ter um mínimo de 75% de presenças e realizar todos os momentos de avaliação com nota mínima de 7,5 valores.

6.2.1.7. Teaching methodologies (including evaluation):

Teaching units of a collective nature-oriented-type personal tutorial in practical classes, field work inserted into specific tasks performed in practical classes.

The evaluation process will be continuous and in accordance with the rules of general assessment, taking place in the development of the semester, check moments learning the content taught, which will address the following aspects:

- a) carrying out research or preparation of the contents to be addressed in class. (20%)*
- b) Form of verification of knowledge. (20%)*
- c) Presentation of an individual choreographic scheme. (50%)*
- d) Attendance, punctuality, dedication. (10%)*

For students to be assessed continuously, and taking into account the theoretical and practical nature of the course, students must have a minimum 75% attendance and perform all stages of evaluation with a minimum score of 7.5 points .

6.2.1.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade curricular.

Os alunos deverão executar os movimentos ensinados de forma adequada, sabendo distinguir as deficiências aquando da sua execução, e igualmente identificar as estratégias mais adequadas para a sua correcção, bem como distinguir as principais características de cada bloco de movimentos relacionado nos conteúdos da disciplina

6.2.1.8. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.

Students should perform the movements taught properly, knowing how to distinguish deficiencies during its execution, and also identify the most appropriate strategies for their correction, as well as the main distinguishing features of each block movements related to course content .

6.2.1.9. Bibliografia principal:

- * ACSM Fitness Book. American College of Sports Medicine – 2ª ed. 1998*
- * Akiau. P. Aeróbica: fundamentação metodológica, produção coreográfica e desenvolvimento do ensino (1995). Coleção Fitness Brasil*
- * Monteiro, A. Ginástica Aeróbica, estrutura e metodologia (1996). Centro de Informações Desportivas*
- * Cerca, L. Metodologia da Ginástica de grupo (1999). Coleção Fitness é Manz*
- * Sánchez, D. Bases para la enseñanza del aerobic (1999). Editorial Gymnos*

6.3. Metodologias de Ensino/Aprendizagem

6.3.1. Adaptação das metodologias de ensino e das didácticas aos objectivos de aprendizagem das unidades curriculares.

A estrutura curricular possui um conjunto de unidades curriculares tais como 'Cinesiologia', 'Fisiologia Geral', 'Kineantropologia' ou 'História da Educação' que são predominantemente baseadas na apresentação e exposição de conteúdos por parte dos docentes. Existe também um conjunto de unidades curriculares de carácter eminentemente prático, que implicam a participação ativa dos alunos, como sejam as várias modalidades dos 'Estudos Práticos' ou o 'Desporto de Opção'. Existem ainda outras unidades curriculares que solicitam dos alunos uma participação ativa no processo ensino-aprendizagem visível na resolução de problemas, na análise de estudos-caso práticos, ou na resolução de tarefas de campo. Os docentes possuem horas de atendimento e as tarefas de avaliação pressupõem frequentemente o recurso de conhecimentos interdisciplinares.

6.3.1. Adaptation of methodologies and didactics to the learning outcomes of the curricular units.

The curricular structure has a set of curricular units such as 'Kinesiology', 'General Physiology', 'Kineanthropology' or 'History of Education' which are predominantly based on presentation and content exposure by the teachers. There is also a set of curricular units of eminently practical character, involving the active participation of students, such as the various modalities of the 'Practical Studies' or 'Sports Option'. There are still other curricular units that require an active participation of students in the teaching-learning process visible in problem solving, analysis of practical case-studies, or in the resolution field tasks. Teachers have hours of attendance and evaluation tasks require often interdisciplinary knowledge resource.

6.3.2. Verificação de que a carga média de trabalho necessária aos estudantes corresponde ao estimado em ECTS.

As respostas dos estudantes ao inquérito SGQP sobre a adequação da carga de esforço exigida indicam o seguinte: Ligeira - 5%; Adequada - 62%; Moderadamente pesada - 19%; Excessiva - 8%; Não aplicável - 6%.

6.3.2. Verification that the required students average work load corresponds the estimated in ECTS.

Students' responses to the questionnaire SGQP on the appropriateness of the required effort load indicate the following: Light - 5%; Adequate - 62%; Moderately heavy - 19%; Excessive - 8%; Not applicable - 6%.

6.3.3. Formas de garantir que a avaliação da aprendizagem dos estudantes é feita em função dos objectivos de aprendizagem da unidade curricular.

Os docentes assumem como boa prática que avaliam conteúdos constantes dos programas das unidades curriculares e lecionados nas aulas. Para além disso, verifica-se um processo de monitorização constante que resulta da participação dos estudantes em diversos órgãos já descritos atrás, mas também através do preenchimento obrigatório semestral do inquérito SGQP. Numa escala de 1 a 5, foram obtidas as seguintes médias:
a. Clareza dos programas, objetivos pedagógicos e critérios de avaliação - 4.0
b. Clareza e adequação dos métodos e critérios de avaliação - 3.8

6.3.3. Means to ensure that the students learning assessment is adequate to the curricular unit's learning outcomes.

Teachers assume as good practice that evaluate only contents published for each curricular unit. In addition, there is a constant monitoring process resulting from the participation of students in various bodies already described above, but also through mandatory semi-annual SGQP survey. On a scale of 1 to 5, were obtained the following medium:

- a. Clarity of programs, pedagogical objectives and assessment criteria - 4.0*
- b. Clarity and adequacy of methods and criteria for evaluation - 3.8*

6.3.4. Metodologias de ensino que facilitam a participação dos estudantes em actividades científicas.

Como referido anteriormente, os estudantes são envolvidos em tarefas de investigação que estejam a ser desenvolvidas pelos docentes no âmbito de cada unidade curricular, como sejam o treino técnico, a recolha de dados ou mesmo a análise crítica de dados. Nas respostas ao SGQP, numa escala de 1 a 5, foram obtidas as seguintes médias:

- a. Perceção dos estudantes sobre a sua participação ativa nos processos de aprendizagem - 4.0*
- b. Perceção dos estudantes sobre o desenvolvimento de competências de análise e reflexão crítica - 3.9*

6.3.4. Teaching methodologies that promote the participation of students in scientific activities.

As stated above, students are involved in research tasks that are being carried out by teachers within each curriculum unit, such as technical training, the collection of data or even critical analysis. In the SGQP, on a scale of 1 to 5, were obtained the following medium:

- a. Perception of students about their active participation in learning processes - 4.0*
- b. Perception of students on the development of analytical and critical thinking skills - 3.9*

7. Resultados

7.1. Resultados Académicos

7.1.1. Eficiência formativa.

7.1.1. Eficiência formativa / Graduation efficiency

	2008/09	2009/10	2010/11
N.º diplomados / No. of graduates	114	81	72
N.º diplomados em N anos / No. of graduates in N years*	106	49	28
N.º diplomados em N+1 anos / No. of graduates in N+1 years	5	19	15
N.º diplomados em N+2 anos / No. of graduates in N+2 years	1	3	21
N.º diplomados em mais de N+2 anos / No. of graduates in more than N+2 years	2	6	5

Perguntas 7.1.2. a 7.1.3.

7.1.2. Comparação do sucesso escolar nas diferentes áreas científicas do ciclo de estudos e respectivas unidades curriculares.

Ciências da Atividade Física - 85% de sucesso escolar

Ciências do Desporto - 95% de sucesso escolar

Ciências da Educação Física - 90% de sucesso escolar

7.1.2. Comparison of the academic success in the different scientific areas of the study cycle and related curricular units.

Physical Activity Sciences – 85% of academic success

Sport Sciences – 95% of academic success

Physical education Sciences – 90% of academic success

7.1.3. Forma como os resultados da monitorização do sucesso escolar são utilizados para a definição de acções de melhoria do mesmo.

Particularmente em sede de CC, são analisados os resultados académicos e dos inquéritos aos estudantes e discutidos com docentes e regentes. São adotados mecanismos de minimização de reprovações sempre que são ultrapassadas taxas superiores a 50% numa determinada unidade curricular.

7.1.3. Use of the results of monitoring academic success to define improvement actions.

Particularly in the CC, academic results are analyzed and the surveys students and discussed with teachers and Regents. Mitigation mechanisms are adopted where deprecation in excess rates are exceeded in a given curriculum unit 50%.

7.1.4. Empregabilidade.

7.1.4. Empregabilidade / Employability

	%
Percentagem de diplomados que obtiveram emprego em sectores de actividade relacionados com a área do ciclo de estudos / Percentage of graduates that obtained employment in areas of activity related with the study cycle area	54
Percentagem de diplomados que obtiveram emprego em outros sectores de actividade / Percentage of graduates that obtained employment in other areas of activity	14
Percentagem de diplomados que obtiveram emprego até um ano depois de concluído o ciclo de estudos / Percentage of graduates that obtained employment until one year after graduating	54

7.2. Resultados das actividades científicas, tecnológicas e artísticas.

Pergunta 7.2.1. a 7.2.6.

7.2.1. Indicação do(s) Centro(s) de Investigação devidamente reconhecido(s), na área científica predominante do ciclo de estudos e respectiva classificação.

Centro de Investigação no Desporto e na Atividade Física – Universidade de Coimbra. Avaliado com ‘Suficiente’

pela Fundação para a Ciência e a Tecnologia.

Instituto Biomédico de Investigação da Luz e Imagem - Universidade de Coimbra. Avaliado com 'Excelente' pela Fundação para a Ciência e a Tecnologia.

7.2.1. Research centre(s) duly recognized in the main scientific area of the study cycle and its mark.

Center of Investigation on Sport and on Physical Activity – University of Coimbra. Evaluated with 'Fair' by the Foundation for the Science and Technology.

Institute of Biomedical Research on Light and Image - University of Coimbra. Evaluated with 'Excellent' by the Foundation for the Science and Technology.

7.2.2. Número de publicações do corpo docente do ciclo de estudos em revistas internacionais com revisão por pares, nos últimos 5 anos e com relevância para a área do ciclo de estudos.

131

7.2.3. Outras publicações relevantes.

Artigos em periódicos nacionais arbitrados entre 2008-2012: 28.

7.2.3. Other relevant publications.

Papers in national peer reviews between 2008-2012: 28.

7.2.4. Impacto real das actividades científicas, tecnológicas e artísticas na valorização e no desenvolvimento económico.

Embora considerando a não existência de medidas de impacto real na área das ciências do desporto, o estabelecimento de mais de uma centena de protocolos entre a UO e diversas organizações nacionais de natureza pública e privada, são elementos importantes para alavancar o impacto real das atividades da UO. Por outro lado, pode destacar-se a importância da valorização do mercado de trabalho que resulta da valorização formativa das pessoas.

Pode salientar-se também a existência de um projeto em curso, financiado pela FCT (PTDC/DES/111620/2009), que estuda os ganhos nos custos com medicamentos da atividade física em pessoas idosas.

7.2.4. Real impact of scientific, technological and artistic activities on economic enhancement and development.

Although considering the absence of any real impact measures in the area of Sport Sciences, the establishment of more than one hundred protocols between the OU and various national organizations, public and private in nature, are important elements to leverage the real impact of the activities of the OU. On the other hand, one can highlight the importance of the recovery of the labor market resulting from the appreciation of formative.

It may be noted also that there is an ongoing project, funded by FCT (PTDC/DES/111620/2009), which studies the medicinal costs gains associated with physical activity in older people.

7.2.5. Integração das actividades científicas, tecnológicas e artísticas em projectos e/ou parcerias nacionais e internacionais.

Como referido acima, o estabelecimento de cerca de duas dezenas de protocolos entre a UO e entidades estrangeiras, assim como mais de uma centena de protocolos com diversas organizações nacionais de natureza pública e privada, incluindo várias federações e associações desportivas, clubes desportivos, unidades de investigação, associações de solidariedade social e instituições de ensino.

7.2.5. Integration of scientific, technological and artistic activities in national and international projects and/or partnerships.

As mentioned above, the establishment of about two dozen protocols between the OU and foreign entities, as well as over a hundred protocols with various organizations public and private national nature, including several federations and sports associations, sports clubs, research units, social solidarity associations and educational institutions.

7.2.6. Utilização da monitorização das actividades científicas, tecnológicas e artísticas para a sua melhoria.

Particularmente no âmbito do CIDAF, que é o centro de investigação da UO, há a definição de um plano estratégico para a investigação e a estimulação da contínua melhoria na qualidade dos projetos e consequente exposição de resultados, particularmente visível através da evolução que tem sido feita nos últimos anos a nível das publicações em revistas com medição de fator de impacto, mas também na divulgação de resultados em eventos científicos internacionais.

A título de exemplo, a produtividade passou dum número residual de artigos para cerca de 2 artigos por ano e por investigador doutorado efectivo em periódicos internacionais arbitrados e com medição de impacto.

7.2.6. Use of scientific, technological and artistic activities' monitoring for its improvement.

Particularly within the CIDAF, which is the research center of the OU, there is the definition of a strategic plan for

research and the stimulation of continuous improvement in the quality of projects and consequent exposure of results, particularly visible through the evolution that has been made in recent years in terms of publications in journals with impact factor measurement, but also in dissemination of results in international scientific events. As example, the productivity of the unit raised from a residual number of manuscriptsto more than 2 outputs per effective researcher in international peer-reviewed journals with impact factor.

7.3. Outros Resultados

Perguntas 7.3.1 a 7.3.3

7.3.1. Actividades de desenvolvimento tecnológico e artístico, prestação de serviços à comunidade e formação avançada.

No âmbito dos protocolos nacionais estabelecidos, a UO envolve-se profundamente na prestação de serviços à comunidade, nomeadamente através do CIDAF. Tal é notório no âmbito da performance desportiva através dos protocolos estabelecidos com diversas federações desportivas para o acompanhamento de atletas de alta competição em diferentes modalidades desportivas, mas também no âmbito de atividades de promoção de saúde e prevenção de doenças, como é o caso do protocolo estabelecido com a Fundação portuguesa de Cardiologia.

7.3.1. Activities of technological and artistic development, consultancy and advanced training.

In the context of established national protocols, the OU involves deeply in the provision of services to the community, notably through the CIDAF. This is evident in the context of sporting performance by monitoring of high competition athletes in different sports, but also in the context of health promotion activities and disease prevention, as in the case of established protocol with the Portuguese Foundation of Cardiology.

7.3.2. Contributo real para o desenvolvimento nacional, regional e local, a cultura científica, e a acção cultural, desportiva e artística.

*O envolvimento regular na Semana Cultural da UC, que realiza a XIV edição em 2012. São propostas atividades como conferências, dinamização e promoção de práticas físicas e outras.
O envolvimento na Universidade de Verão da Universidade de Coimbra, através do Curso de Verão de Desporto. No Curso de Verão de Desporto é proporcionado um conjunto de atividades de cariz pedagógico e científico que visam divulgar os três vetores fundamentais da atividade da UO: ensino, investigação e prestação de serviços à comunidade. São efetuadas várias experiências práticas, breves workshops, simulações de avaliações laboratoriais e prática de diversos desportos.*

7.3.2. Real contribution for national, regional and local development, scientific culture, and cultural, sports and artistic activities.

*Regular involvement in the Cultural Week of UC, which performs the XIV Edition in 2012. Several activities are proposed such as conferences, streamlining and promoting physical and other practices.
Involvement in Summer University of the University of Coimbra, by the Course of Summer of Sport. In the course of the summer of sport is offered a set of pedagogical and scientific activities aimed at disseminating the three fundamental vectors of OU activity: education, research and the provision of services to the community. Several brief workshops, practical experience, simulations of laboratory and practical assessments of various sports are also made.*

7.3.3. Adequação do conteúdo das informações divulgadas ao exterior sobre a instituição, o ciclo de estudos e o ensino ministrado.

*A UC mantém, atualizada, a sua página <http://www.uc.pt> a partir da qual se encontra informação detalhada sobre a instituição, as suas unidades orgânicas e serviços. Em <http://apps.uc.pt/courses/pt/index>, pode obter-se informação sobre cada um dos cursos da UC e seu plano de estudos. Em <http://www.uc.pt/candidatos> e <http://www.uc.pt/academicos>, é dada informação atualizada sobre candidaturas e gestão académica, respetivamente, procurando-se, cada vez mais, que um acesso virtual que facilite o contacto com os serviços académicos.
Em <https://inforestudante.uc.pt> e <https://infordocente.uc.pt>, estudantes e docentes têm acesso a informação detalhada sobre aspetos fundamentais para o processo de ensino aprendizagem tais como sumários, material pedagógico, fóruns de discussão, avaliações, calendário e horário escolares, avisos vários, avaliação da qualidade pedagógica.*

7.3.3. Adequacy of the information made available about the institution, the study cycle and the education given to students.

The University has a web site <http://www.uc.pt> where can be found detailed information about the institution, its organisational units (OU), and services. The information concerning each course and its study plan can be found in <http://apps.uc.pt/courses/pt/index>. Updated information on applications is possible in <http://www.uc.pt/candidatos> and the academic management is to be found in <http://www.uc.pt/academicos>. It is intended that a virtual access facilitates the contact with the academic services.

In <https://infoestudante.uc.pt> and <https://infodocente.uc.pt>, students and teachers have access to detail information on aspects which are fundamental to the learning process, such as summaries, pedagogical material, discussion forums, evaluation, school schedules, numerous notifications and evaluation of the pedagogical quality. A small vídeo and small notices in the University's page provide updates and alerts to the relevant informations which the institution finds relevant.

7.3.4. Nível de internacionalização

7.3.4. Nível de internacionalização / Internationalisation level

	%
Percentagem de alunos estrangeiros / Percentage of foreign students	23
Percentagem de alunos em programas internacionais de mobilidade / Percentage of students in international mobility programs	18
Percentagem de docentes estrangeiros / Percentage of foreign academic staff	10

8. Análise SWOT do ciclo de estudos

8.1. Objectivos gerais do ciclo de estudos

8.1.1. Pontos fortes

Articulação com outros ciclos de estudo, permitindo o prosseguimento dos mesmos. Elevada taxa de empregabilidade dos diplomados. Unidade e coerência do plano de Estudos do ciclo. Procura constante por parte dos estudantes.

8.1.1. Strengths

Good conjunction with other cycles of study, allowing the continuation of the same. High rate of employability of graduates. Coherence of the study cycle. High rate of demand by students.

8.1.2. Pontos fracos

Embora considerando que um dos pontos fortes deste ciclo de estudos referido pelos alunos, comparativamente com outros da mesma área, é o considerável volume de unidades curriculares práticas, considera-se que seria desejável o alargamento dos estudos práticos em mais um semestre. A reorganização curricular que resultou do Processo de Bolonha coloca, contudo, fortes constrangimentos.

8.1.2. Weaknesses

Although considering that one of the strengths of this cycle of studies referred by the students, compared with others in the same area of studies, is the considerable volume of practical curricular units, it would be desirable the enlargement of practical studies in over one semester. The curricular reorganization that resulted from the Bologna process puts strong constraints, however.

8.1.3. Oportunidades

Fortíssimo incremento da produção científica dos docentes da faculdade que permitirá elevar a qualidade do processo de ensino.

Proximidade da avaliação do CIDAF pela FCT, que poderá permitir o regresso a patamares de financiamento plurianual com o concomitante proveito para a articulação referida no ponto anterior.

Rede de instituições públicas e privadas nacionais e internacionais e oportunidade de criar e promover experiências partilhadas.

8.1.3. Opportunities

Strong increase of the investigations and publications by the teaching staff that will raise the quality of the teaching process.

CIDAF will be evaluated soon by FCT, which could permit a return to the pluri-annual financing levels with the concomitant advantage for investigation referred in previous point.

National and international public and private institutions and opportunity to create and to promote shared experiences.

8.1.4. Constrangimentos

As instalações da faculdade ainda não assumiram um carácter definitivo o que leva a uma maior exigência de mobilidade dos alunos visto ser necessário recorrer a instalações com alguma dispersão.

Limitações orçamentais impostas que limitam a possibilidade de alargamento do corpo docente.

8.1.4. Threats

The College facilities are not enough which leads to a greater demand for mobility of students within UC facilities. Budgetary constraints imposed that limit the possibility of extending the faculty.

8.2. Organização interna e mecanismos de garantia da qualidade

8.2.1. Pontos fortes

Dinâmica da coordenação do ciclo de estudos, do grupo de docentes e investigadores com forte ligação a networking internacionais. Existência do Conselho Pedagógico. Recurso ao SGQP para melhoria do processo pedagógico.

8.2.1. Strengths

Dynamics of the cycle studies coordination, the teaching staff and researcher with a close links to international networking groups. Existence of the Pedagogical Council. SGQP resource to improve pedagogical process.

8.2.2. Pontos fracos

Dotar a Faculdade com mais professores associados e catedráticos para assegurar ainda mais eficazmente a coordenação pedagógica e científica na área de saber do ciclo de estudos.

8.2.2. Weaknesses

Promote associate and full professors to optimize the coordination of pedagogic and scientific action in sport training.

8.2.3. Oportunidades

Aproveitamento da dinâmica decorrente dos vários projectos de investigação em curso.

8.2.3. Opportunities

Dynamics of a large number of ongoing projects.

8.2.4. Constrangimentos

Limitações financeiras à contratação de jovens investigadores e docentes.

8.2.4. Threats

Financial constraints in hiring young researchers and professors.

8.3. Recursos materiais e parcerias

8.3.1. Pontos fortes

Laboratório. Informação sobre o instrumentário, regulamentos, organização interna é disponibilizada na página electrónica: http://www.uc.pt/fcdef/Investigacao/Laboratorio_integrado

8.3.1. Strengths

Laboratory. Information about the instrumentarium, rulements and internal organization is given at the webpage: http://www.uc.pt/fcdef/Investigacao/Laboratorio_integrado

8.3.2. Pontos fracos

Limitação de espaços de aula geograficamente próximos, o que implica alguma dispersão, embora controlada, dos alunos.

8.3.2. Weaknesses

Limitation of classroom spaces in a short distance, which implies some dispersion, although controlled, of students.

8.3.3. Oportunidades

Intenção da Universidade de Coimbra de estabelecer um plano de reestruturação e de requalificação do Estádio Universitário de Coimbra, onde se encontra a faculdade, que terá como prioridade as necessidades da Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física.

Potencial articulação da UC com a Câmara Municipal de Coimbra para promover o referido plano.

8.3.3. Opportunities

Intention of the University of Coimbra to establish a plan of restructuring and requalification of the Coimbra University Stadium, where is the faculty, which will have as a priority the needs of Faculty of Sport Sciences and Physical Education.

Potential articulation of the UC with the Câmara Municipal de Coimbra to promote the plan.

8.3.4. Constrangimentos

Actual situação de finanças públicas do país.

8.3.4. Threats

Current condition of public finances.

8.4 Pessoal docente e não docente

8.4.1. Pontos fortes

Elevada qualificação dos docentes. Docentes e conferencistas não só da área das Ciências do Desporto, mas também da Medicina, Sociologia, Psicologia, Bioquímica, ou Ciências da Educação.

8.4.1. Strengths

High qualification of teachers. Teachers and lecturers not only of Sport Sciences, but also of medicine, sociology, psychology, biochemistry, or educational sciences.

8.4.2. Pontos fracos

Dispersão dos docentes por um grande número de unidades curriculares e ciclos de estudos.

8.4.2. Weaknesses

Dispersion of teachers by a large number of curricular units and cycles of studies.

8.4.3. Oportunidades

Contratação de jovens docentes e jovens investigadores, assim como criação e articulação mais efectiva com outros parceiros.

8.4.3. Opportunities

To contract young Phd staff members and researchers, as well as more effective creation and articulation with other partners.

8.4.4. Constrangimentos

Impossibilidade de utilizar os mecanismos tradicionais de contratação na administração pública.

8.4.4. Threats

Limitations to use the traditional instruments of public administration to recruit teaching staff.

8.5. Estudantes e ambientes de ensino/aprendizagem

8.5.1. Pontos fortes

Boa formação de base e perspectiva de alinharem formação de 1º, 2º e 3º ciclos na Universidade de Coimbra com assinaláveis graus de liberdade.

8.5.1. Strengths

Good background of the students with ability to align programs (Bachelor, Master, PhD) at the University of

Coimbra with a reasonably degree of freedom.

8.5.2. Pontos fracos

Detecção de algum desequilíbrio na distribuição da carga letiva ao longo do ciclo de estudos.

8.5.2. Weaknesses

Detection of any imbalance in the pedagogical workload distribution throughout the cycle of study.

8.5.3. Oportunidades

Após a detecção do ponto fraco referido anteriormente, procurar agir sobre ele com a maior brevidade possível. Criar projectos de investigação que envolvam os estudantes, mas também projetos de empreendedorismo com vista à criação de riqueza e do próprio posto de trabalho

Uma vez que os alunos têm de frequentar alguns espaços de aula sediados em outras unidades orgânicas, perfila-se um ambiente rico em trocas de experiências com outras áreas científicas.

8.5.3. Opportunities

After the detection of the weakness mentioned above, seek to act on it as soon as possible.

Create research projects that involve students, but also projects of entrepreneurship with a view to creating wealth and own job.

Once the students have to attend some classroom spaces based on other organic units, outlines an environment rich in exchanges of experience with other scientific areas.

8.5.4. Constrangimentos

Indefinição sobre a operacionalização dum quadro normativo que reforce o estatuto profissional de novas saídas profissionais.

8.5.4. Threats

Vagueness about the operationalization of a legal framework to strengthen the professional status of new professional outputs.

8.6. Processos

8.6.1. Pontos fortes

Equilíbrio entre unidades curriculares teóricas e teórico-prática formando um sólido corpo de conhecimento nesta área.

A revisão da estrutura curricular está prevista para cada triénio.

Todas as informações sobre os conteúdos programáticos, metodologias de ensino avaliação e competências estão publicadas e acessíveis a docentes e estudantes, sendo alvo de escrutínio permanente.

8.6.1. Strengths

Balance between theoretical and theoretical-practical curricular units, constituting a strong body of knowledge in this field.

The revision of the curriculum structure is planned for each three-year period.

All information about the syllabus, teaching methodologies and evaluation responsibilities are published and accessible to teachers and students, being subjected to permanent scrutiny.

8.6.2. Pontos fracos

Fase de transição da alteração produzida ao nível dos serviços de apoio à gestão académica que visam uma centralização processual na estrutura de cúpula da UC.

8.6.2. Weaknesses

Transition phase of the change produced at the level of academic management support services to a centralization of the dome structure in procedural UC.

8.6.3. Oportunidades

Implementação dum regime de unidades curriculares isoladas que permita alargar e complementar os perfis de saída.

8.6.3. Opportunities

Implementation of a system of isolated curriculum units allowing to extend and complement the output profiles.

8.6.4. Constrangimentos

Dificuldade de aumentar o financiamento, atendendo ao actual contexto económico.

8.6.4. Threats

Difficulty to increase funding, given the current economic context.

8.7. Resultados

8.7.1. Pontos fortes

Elevada percentagem de alunos que pretendem prosseguir estudos para mestrado e doutoramento.

8.7.1. Strengths

High percentage of students intends to continue to master and doctoral studies.

8.7.2. Pontos fracos

Baixa capacidade de investimento para empreender projectos mais ambiciosos.

8.7.2. Weaknesses

Low capacity to implement new projects demanding new investments.

8.7.3. Oportunidades

Dinamização de sistemas de iniciação à prática profissional.

8.7.3. Opportunities

Implementation of in-service experiences for the acquisition and refinement of skills in the field of sport training.

8.7.4. Constrangimentos

Recursos humanos para enquadrar a iniciação à prática profissional.

8.7.4. Threats

Human resources to supervise the programs to introduce master students in training centers.

9. Proposta de acções de melhoria

9.1. Objectivos gerais do ciclo de estudos

9.1.1. Debilidades

Nada a assinalar.

9.1.1. Weaknesses

Nothing to report.

9.1.2. Proposta de melhoria

Não se aplica.

9.1.2. Improvement proposal

Does not apply.

9.1.3. Tempo de implementação da medida

Não se aplica.

9.1.3. Implementation time

Does not apply.

9.1.4. Prioridade (Alta, Média, Baixa)
Não se aplica.

9.1.4. Priority (High, Medium, Low)
Does not apply.

9.1.5. Indicador de implementação
Não se aplica.

9.1.5. Implementation marker
Does not apply.

9.2. Organização interna e mecanismos de garantia da qualidade.

9.2.1. Debilidades
Dificuldade na colaboração de docentes de outras unidades orgânicas, dado o actual momento de generalizada sobrecarga de todos os docentes do ensino superior.

9.2.1. Weaknesses
Limitations to ensure the participation of teaching staff and researcher from other faculties since actual dramatic increase of teaching load across teaching staff of all higher education system.

9.2.2. Proposta de melhoria
Sincronização dum calendário comum aos ciclos de estudos, que permita otimizar particularmente a participação docente em mestrados e doutoramento.

9.2.2. Improvement proposal
Synchronizing a calendar which is common to all study cycles, particularly to allow optimization of teacher participation in masters and doctoral degrees.

9.2.3. Tempo de implementação da medida
Próximo ano.

9.2.3. Improvement proposal
Next academic year.

9.2.4. Prioridade (Alta, Média, Baixa)
Alta.

9.2.4. Priority (High, Medium, Low)
High.

9.2.5. Indicador de implementação
Calendário dos vários ciclos de estudo no momento de candidatura.

9.2.5. Implementation marker
Public presentation of the calendar at the moment of call for candidates.

9.3 Recursos materiais e parcerias

9.3.1. Debilidades
A Faculdade não possui salas de aula para corresponder ao volume da sua actividade académica, dependendo da cedência de espaços por outras unidades orgânicas, muitas vezes em calendários e tempos que não são compatíveis com uma boa organização das actividades.

9.3.1. Weaknesses

The Faculty does not possess classrooms to fit all the academic activities and strongly depend of other faculties and departments to organize its activities. Unfortunately, the communication from other departments is often delayed complicating organization of the activities of the master.

9.3.2. Proposta de melhoria

Encontrar espaços de utilização permanente no Polo I, cuja utilização possa ser prevista atempadamente.

9.3.2. Improvement proposal

To find rooms to use permanently at Polo I that could be Scheduled before the start of the lessons.

9.3.3. Tempo de implementação da medida

Ano letivo 2012-2013.

9.3.3. Implementation time

Academic year of 2012-2013.

9.3.4. Prioridade (Alta, Média, Baixa)

Alta.

9.3.4. Priority (High, Medium, Low)

High.

9.3.5. Indicador de implementação

Publicação dos horários.

9.3.5. Implementation marker

Publication of the timetables.

9.4. Pessoal docente e não docente

9.4.1. Debilidades

Dispersão dos docentes por vários ciclos de estudo e por várias unidades curriculares em cada ciclo de estudos.

9.4.1. Weaknesses

Dispersion of teachers for several cycles of study and by various curricular units in each course of study.

9.4.2. Proposta de melhoria

Sobreposição entre disciplinas homólogas de diferentes ciclos de estudo. Abertura de concursos para preencher as vagas previstas de associados e catedráticos.

9.4.2. Improvement proposal

Overlapping of the similar curricular units from different study cycles. Open vacancies for full professors and associate professors.

9.4.3. Tempo de implementação da medida

Dois anos.

9.4.3. Implementation time

Two years.

9.4.4. Prioridade (Alta, Média, Baixa)

Alta.

9.4.4. Priority (High, Medium, Low)

High.

9.4.5. Indicador de implementação

Calendários e horários. Distribuição de serviço docente em 2013-2014.

9.4.5. Implementation marker

Calendar and timetables. Service distribution in 2013-2014.

9.5. Estudantes e ambientes de ensino/aprendizagem

9.5.1. Debilidades

Escassez de estruturas de apoio às actividades fora da sala de aula no Estádio universitário de Coimbra.

9.5.1. Weaknesses

Scarce facilities to allow learning activities beyond classrooms in the Coimbra University Stadium.

9.5.2. Proposta de melhoria

Afectação duma sala de estudo. Criação de um gabinete para os jovens investigadores trabalharem conjuntamente (bolsiros de doutoramento e estudantes de mestrado) que funcionasse como um espaço de incubação de ideias para alunos de 1º ciclo.

9.5.2. Improvement proposal

Allocation of a study room. Creation of an office for the young researchers work together (doctoral fellows and master's students) that act as an incubation space for ideas for students of 1st cycle.

9.5.3. Tempo de implementação da medida

2013-2014.

9.5.3. Implementation time

2013-2014.

9.5.4. Prioridade (Alta, Média, Baixa)

Alta.

9.5.4. Priority (High, Medium, Low)

High.

9.5.5. Indicador de implementação

Inventário de espaços em 2013-2014.

9.5.5. Implementation marker

Inventory of facilities in 2013-2014.

9.6. Processos

9.6.1. Debilidades

Nada a assinalar.

9.6.1. Weaknesses

Nothing to be stated.

9.6.2. Proposta de melhoria

Não se aplica.

9.6.2. Improvement proposal

Does not apply.

9.6.3. Tempo de implementação da medida

Não se aplica.

9.6.3. Implementation time

Does not apply.

9.6.4. Prioridade (Alta, Média, Baixa)

Não se aplica.

9.6.4. Priority (High, Medium, Low)

Does not apply.

9.6.5. Indicador de implementação

Não se aplica.

9.6.5. Implementation marker

Does not apply.

9.7. Resultados

9.7.1. Debilidades

Nada a assinalar.

9.7.1. Weaknesses

Nothing to be stated.

9.7.2. Proposta de melhoria

Não se aplica.

9.7.2. Improvement proposal

Does not apply.

9.7.3. Tempo de implementação da medida

Não se aplica.

9.7.3. Implementation time

Does not apply.

9.7.4. Prioridade (Alta, Média, Baixa)

Não se aplica.

9.7.4. Priority (High, Medium, Low)

Does not apply.

9.7.5. Indicador de implementação

Não se aplica.

9.7.5. Implementation marker

Does not apply.

10. Proposta de reestruturação curricular

10.1. Alterações à estrutura curricular

10.1. Alterações à estrutura curricular

10.1.1. Síntese das alterações pretendidas
<sem resposta>

10.1.1. Synthesis of the intended changes
<no answer>

10.1.2. Nova estrutura curricular pretendida

Mapa XI - Nova estrutura curricular pretendida

10.1.2.1. Ciclo de Estudos:
Licenciatura em Ciências do Desporto

10.1.2.1. Study Cycle:
Undergraduate Course in Sport Sciences

10.1.2.2. Grau:
Licenciado

10.1.2.3. Ramos, opções, perfis, maior/menor, ou outras (se aplicável)
<sem resposta>

10.1.2.3. Branches, options, profiles, major/minor, or other forms (if applicable)
<no answer>

10.1.2.4 Nova estrutura curricular pretendida / New intended curricular structure

Área Científica / Scientific Area (0 Items)	Sigla / Acronym	ECTS Obrigatórios / Mandatory ECTS 0	ECTS Optativos / Optional ECTS* 0
--	-----------------	---	--------------------------------------

<sem resposta>

10.2. Novo plano de estudos

Mapa XII – Novo plano de estudos

10.2.1. Ciclo de Estudos:
Licenciatura em Ciências do Desporto

10.2.1. Study Cycle:
Undergraduate Course in Sport Sciences

10.2.2. Grau:
Licenciado

10.2.3. Ramos, opções, perfis, maior/menor, ou outras (se aplicável)
<sem resposta>

10.2.3. Branches, options, profiles, major/minor, or other forms (if applicable)
<no answer>

10.2.4. Ano/semestre/trimestre curricular:
<sem resposta>

10.2.4. Curricular year/semester/trimester:

<no answer>

10.2.5 Novo plano de estudos / New study plan

Unidades Curriculares / Curricular Units (0 Items)	Área Científica / Scientific Area (1)	Duração / Duration (2)	Horas Trabalho / Working Hours (3)	Horas Contacto / Contact Hours (4)	ECTS	Observações / Observations (5)
--	--	---------------------------	---------------------------------------	---------------------------------------	------	-----------------------------------

<sem resposta>

10.3. Fichas curriculares dos docentes

Mapa XIII

10.3.1. Nome do docente (preencher o nome completo):

<sem resposta>

10.3.2. Instituição de ensino superior (preencher apenas quando diferente da instituição proponente mencionada em A1):

<sem resposta>

10.3.3 Unidade Orgânica (preencher apenas quando diferente da unidade orgânica mencionada em A2.):

<sem resposta>

10.3.4. Categoria:

<sem resposta>

10.3.5. Regime de tempo na instituição que submete a proposta (%):

<sem resposta>

10.3.6. Ficha curricular de docente:

<sem resposta>

10.4. Organização das Unidades Curriculares (apenas para as unidades curriculares novas)

Mapa XIV

10.4.1.1. Unidade curricular:

<sem resposta>

10.4.1.2. Docente responsável e respectiva carga lectiva na unidade curricular (preencher o nome completo):

<sem resposta>

10.4.1.3. Outros docentes e respectivas cargas lectivas na unidade curricular:

<sem resposta>

10.4.1.3. Other academic staff and lecturing load in the curricular unit:

<no answer>

10.4.1.4. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):

<sem resposta>

10.4.1.4. Learning outcomes of the curricular unit:

<no answer>

10.4.1.5. Conteúdos programáticos:

<sem resposta>

10.4.1.5. Syllabus:

<no answer>

10.4.1.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular.

<sem resposta>

10.4.1.6. Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's objectives.

<no answer>

10.4.1.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

<sem resposta>

10.4.1.7. Teaching methodologies (including evaluation):

<no answer>

10.4.1.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade curricular.

<sem resposta>

10.4.1.8. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.

<no answer>

10.4.1.9. Bibliografia principal:

<sem resposta>