

# ACEF/1718/1200506 — Guião para a auto-avaliação

---

## I. Evolução do ciclo de estudos desde a avaliação anterior

### 1. Decisão de acreditação na avaliação anterior.

---

#### 1.1. Referência do anterior processo de avaliação.

*NCE/12/00506*

#### 1.2. Decisão do Conselho de Administração.

*Acreditar*

#### 1.3. Data da decisão.

*2013-04-10*

### 2. Síntese de medidas de melhoria do ciclo de estudos desde a avaliação anterior, designadamente na sequência de condições fixadas pelo CA e de recomendações da CAE.

---

2. Síntese de medidas de melhoria do ciclo de estudos desde a avaliação anterior, designadamente na sequência de condições fixadas pelo CA e de recomendações da CAE (PDF, máx. 200kB).

[2.\\_Relativamente ao relatório final produzido pela CAE e às recomendações que produziu.pdf](#)

### 3. Alterações relativas à estrutura curricular e/ou ao plano de estudos(alterações não incluídas no ponto 2).

---

#### 3.1. A estrutura curricular foi alterada desde a submissão do guião na avaliação anterior.

*Não*

##### 3.1.1. Em caso afirmativo, apresentar uma explanação e fundamentação das alterações efetuadas.

*<sem resposta>*

##### 3.1.1. If so, please provide an explanation and rationale for the changes made.

*<no answer>*

#### 3.2. O plano de estudos foi alterado desde a submissão do guião na avaliação anterior.

*Sim*

##### 3.2.1. Em caso afirmativo, apresentar uma explanação e fundamentação das alterações efetuadas.

*Esta proposta de alteração do plano curricular do mestrado de Atividades de Fitness foi colocada no sentido de reduzir o número de horas de contacto para as 12 horas semanais, de acordo com as deliberações do CTC e a prática da instituição. Para o efeito, foram reduzidas as horas de contato das Unidades Curriculares mais extensas (Musculação e Cardiofitness; Atividades de Grupo; Treino Personalizado; Atividades do Meio Aquático), que apresentavam uma carga horária total de 64h e passaram a um total de 48h. As restantes Unidades Curriculares de 32h não foram afetadas. Esta pequena alteração não teve efeitos significativos na qualidade do ensino nem nos objetivos do curso e permitiu ir ao encontro das deliberações do CTC e a prática da instituição. Além disso, esta medida aliviou a carga horária diária imposta aos alunos, sendo reduzida de 7 para 6 horas, em dois dias por semana, atual regime de funcionamento do curso. Finalmente, a medida reduziu o encargo financeiro associado à atividade letiva docente.*

*"De acordo com o disposto no n.º 1 do artigo 76.º-B do Decreto-Lei n.º 74/2006, de 24 de março, na redação que lhe foi dada pelo Decreto-Lei n.º 63/2016, de 13 de setembro, foram aprovadas as alterações ao plano de estudos do ciclo de estudos conducente ao grau de mestrado em Atividades de Fitness, lecionado na Escola Superior de Desporto e Lazer, anexo ao presente despacho. Esta alteração foi aprovada em reunião do Conselho Técnico Científico do Instituto Politécnico de Viana do Castelo, realizada em 8 de março de 2017, registada na Direção-Geral do Ensino Superior com o número R/A-Cr 57/2013/AL01, de 24 de maio de 2017, e produz efeitos a partir do ano letivo 2017-2018.*

*Este Despacho revoga o Despacho n.º 7065/2013, de 17 de maio, publicado no Diário da República, 2.ª série, n.º 104, de 30 de maio de 2013."*

**3.2.1. If so, please provide an explanation and rationale for the changes made.**

*This proposal to change the curriculum of the Master's Degree in Fitness Activities was designed to reduce the number of contact hours for 12 hours a week, in accordance with the CTC's deliberations and the institution's practice. To this end, the contact hours of the most extensive Curricular Units (Bodybuilding and Cardiofitness, Group Activities, Personalized Training, and Aquatic Activities) were reduced from a total workload of 64 hours to 48 hours. The remaining 32h Curricular Units were not be affected. This small change did not have significant effects on the quality of teaching or the objectives of the course and allowed meeting the CTC deliberations and the institution's practice. In addition, this measure alleviated the daily workload imposed on students, from 7h/day to 6h/day, two days a week. Finally, the measure reduced the financial burden associated with teaching activity.*

*"In accordance with the provisions of paragraph 1 of article 76-B of Decree-Law no. 74/2006, of March 24, as amended by Decree-Law no. 63/2016, of 13 September, the changes to the syllabus of the cycle of studies leading to the masters degree in Fitness Activities, taught at the School of Sports and Leisure, attached to this study, were approved. This amendment was approved at a meeting of the Scientific Technical Council of the Polytechnic Institute of Viana do Castelo, held on March 8, 2017, registered at the Direção-Geral do Ensino Superior with the number R / A-Cr 57/2013 / AL01, of 24 of May 2017, and takes effect from the 2017-2018 school year.*

*This Order revokes Order No. 7065/2013, of May 17, published in the Diário da República, 2nd series, no. 104, of May 30, 2013."*

**4. Alterações relativas a instalações, parcerias e estruturas de apoio aos processos de ensino e aprendizagem (alterações não incluídas no ponto 2)****4.1. Registaram-se alterações significativas quanto a instalações e equipamentos desde o anterior processo de avaliação.**

*Sim*

**4.1.1. Em caso afirmativo, apresentar uma breve explanação e fundamentação das alterações efetuadas.**

*As instalações e equipamentos no momento da abertura do CE eram as coincidentes com as salas de cardiofitness e musculação e sala de aulas de grupo do Centro de Estágios de Melgaço. Em Maio de 2013, foi inaugurada a nova escola da Escola Superior de Desporto e Lazer, que contou com mais uma sala com cerca de 200 m2 dedicada ao fitness (laboratório de fitness) e novo equipamento relacionado, onde consta o seguintes materiais:*

**SISTEMA TREINO ROTATIVO C/PESO CORPORAL  
 ARNÊS E ESTROPO DE TRAÇÃO  
 PAR DE MOLAS PARA BARRA GRANDE  
 QUADRO BRANCO  
 CAVALETE ROTATIVO  
 DISCO DE PESO - 10KG  
 DISCO DE PESO - 20KG  
 DISCO DE PESO - 25KG  
 CINTO E ESTROPO DE TRAÇÃO  
 BARRA P/ DISCOS DE PESOS GRANDES  
 ELÁSTICO VERMELHO (15mm)  
 ELÁSTICO ROCHO (30mm)  
 ELÁSTICO VERDE (45mm)  
 ELÁSTICO AZUL (65mm)  
 ELÁSTICO CINZENTO (100mm)  
 PM 102-CHIN-UP-BAR-LANG-DUBBEL  
 PM 103-CHIN-UP-BAR-KORT-DUBBEL  
 PM101-275-STAANDER-275CM  
 PM104-J-HOOKS (conjunto de 2)  
 PM105-SPOTTING-ARMS (Conjunto de 2)  
 PM107-STEP-UP-PLATFORM  
 KETTLEBELL-24KG  
 NECKPROTECTOR  
 F603-INCLINE-BENCH  
 MICROFONE SEM FIOS  
 TRANSMISSOR UHF SEM FIOS  
 COLUNA DE SOM PEQUENA (SIMPLES)  
 COLUNA DE SOM PEQUENA (MASTER)  
 TRAMPOLIM  
 COLUNAS DE SOM AMPLIFICADAS (CONJUNTO)  
 SUPORTE DE COLUNA + CABOS + SACOS (CONJUNTO)  
 MICROFONE**

**MESA MISTURADORA**  
**SISTEMA WIRELESS**  
**PAVIMENTO DE BORRACHA**  
**BOLA MEDICINAL (3KG)**  
**BOLA MEDICINAL (5KG)**  
**BOLA MEDICINAL (8KG)**  
**BOLAS FITBALL**  
**BOSU**  
**CORDA BETEL**  
**CORDA PARA SALTAR EM PVC**  
**ELÁSTICO FORTE (VERMELHO)**  
**ELÁSTICO MÉDIO (VERDE)**  
**ESCADA DE AGILIDADE E VELOCIDADE (4M)**  
**SUPORTE PARA HALTERES**  
**LEBERT BUDDYSYSTEM**  
**LEBERT EQUALIZER**  
**PAR DE ARGOLAS + CORREIAS PARA CROSSFIT**  
**PLYOBOX (PEQUENO)**  
**PLYOBOX (MAIOR)**  
**REISTANCE PARACHUTE**  
**RODA AB**  
**SANDBAG (10KG)**  
**SANDBAG (20KG)**  
**SANDBELL (10LBS)**  
**SANDBELL (12LBS)**  
**SUPORTE DE DISCOS E BARRAS**  
**TAPETE FITNESS**  
**TRAMPOLIM**  
**TRIGGERPOINT THE GRID**  
**WOBBLEBOARD**  
**ViPR**  
**WALL BALL (6KG)**  
**WALL BALL (9KG)**  
**WALL BALL (10KG)**  
**KETTLEBELL - 8KG**  
**KETTLEBELL-12KG**  
**KETTLEBELL-16KG**  
**KETTLEBELL-20KG**  
**HALTERES - 2KG (PAR)**  
**HALTERES - 3KG (PAR)**  
**HALTERES - 4KG (PAR)**  
**PESO (1,25KG)**  
**PESO (2,5KG)**  
**BOLAS PILATES**  
**BARRAS PEQUENAS**  
**MOLAS PARA BARRAS**  
**STEP**  
**SUPORTE PARA DISCOS OLÍMPICOS**  
**SUPORTE DE CANELEIRAS**  
**CANELEIRA-2KG (PAR)**  
**CANELEIRA-1KG (PAR)**  
**Placa de fixação ao teto do CrossCore-180**  
**PM104-J-HOOKS (conjunto de 2)**  
**PM 106-MULTI-PEGS (Conjunto de 4)**  
**PM220-STRENGTH-BAND-HEAVY-ORANGE-85MM**

*Adicionalmente, também outro material adquirido para a Escola Superior de Desporto e Lazer é utilizado para as aulas, treino ou investigação no CE, nomeadamente acelerómetros, cardiofrequencímetros, ergojump e o analisador da densidade óssea e composição corporal DXA.*

#### **4.1.1. If so, provide a brief explanation and rationale for the changes made.**

*The facilities and equipment at the time of opening of the SC were those coincident with the cardiofitness and strength training rooms and group class room of the Melgaço Internship Center. In May 2013, the new school of the School of Sports and Leisure was inaugurated. It had another room with about 200 m2 dedicated to fitness and related equipments, which include the following materials:*

**ROTARY TRAINING SYSTEM WITH BODY WEIGHT**  
**HARNESS AND DRAINAGE**  
**PAIR OF SPRINGS FOR BIG BAR**

WHITE BOARD  
ROTATING ROCKER  
WEIGHT DISC - 10KG  
WEIGHT DISC - 20KG  
WEIGHT DISC - 25KG  
DRIVE BELT AND DRAIN  
LARGE WEIGHT DISC  
RED ELASTIC (15mm)  
ELASTIC ROCK (30mm)  
GREEN ELASTIC (45mm)  
ELASTIC BLUE (65mm)  
GRAY ELASTIC (100mm)  
PM 102-CHIN-UP-BAR-LANG-DUBBEL  
PM 103-CHIN-UP-BAR-KORT-DUBBEL  
PM101-275-STAANDER-275CM  
PM104-J-HOOKS (set of 2)  
PM105-SPOTTING-ARMS (Set of 2)  
PM107-STEP-UP-PLATFORM  
KETTLEBELL-24KG  
NECKPROTECTOR  
F603-INCLINE-BENCH  
WIRELESS MICROPHONE  
WIRELESS UHF TRANSMITTER  
SMALL SOUND COLUMN (SIMPLE)  
SMALL SOUND COLUMN (MASTER)  
TRAMPOLINE  
AMPLIFIED SOUND SPEAKERS (SET)  
COLUMN SUPPORT + CABLES + BAGS (ASSEMBLY)  
MICROPHONE  
MIXING TABLE  
WIRELESS SYSTEM  
RUBBER FLOORING  
MEDICAL BALL (3KG)  
MEDICAL BALL (5KG)  
MEDICAL BALL (8KG)  
FITBALL BALLS  
BOSU  
CORTE BETEL  
PVC JUMPING ROPE  
STRONG ELASTIC (RED)  
MEDIUM ELASTIC (GREEN)  
AGILITY AND SPEED LADDER (4M)  
SUPPORT FOR FREE WEIGHTS  
LEBERT BUDDYSYSTEM  
LEBERT EQUALIZER  
PAIR OF RINGS + BELTS FOR CROSSFIT  
PLYOBOX (SMALL)  
PLYOBOX (LARGEST)  
REISTANCE PARACHUTE  
WHEEL AB  
SANDBAG (10KG)  
SANDBAG (20KG)  
SANDBELL (10LBS)  
SANDBELL (12LBS)  
DISC AND BAR SUPPORT  
FITNESS CARPET  
TRAMPOLINE  
TRIGGERPOINT THE GRID  
WOBBLEBOARD  
ViPR  
WALL BALL (6KG)  
WALL BALL (9KG)  
WALL BALL (10KG)  
KETTLEBELL - 8KG  
KETTLEBELL-12KG  
KETTLEBELL-16KG  
KETTLEBELL-20KG  
FREE WEIGHTS - 2KG (PAIR)  
FREE WEIGHTS - 3KG (PAIR)  
FREE WEIGHTS - 4KG (PAIR)  
WEIGHT (1,25KG)

WEIGHT (2,5KG)  
 PILATES BALLS  
 SMALL BARS  
 BAR SPRINGS  
 STEP  
 SUPPORT FOR OLYMPIC DISCS  
 CHAIN SUPPORT  
 SHIN WEIGHT-2KG (PAIR)  
 SHIN WEIGHT-1KG (PAIR)  
 CrossCore-180 Ceiling Mounting Plate  
 PM104-J-HOOKS (set of 2)  
 PM 106-MULTI-PEGS (Set of 4)  
 PM220-STRENGTH-BAND-HEAVY-ORANGE-85MM

*In addition, other material purchased for the School of Sports and Leisure is used for classes, training or research in the SC, namely accelerometers, cardiofrequency meters, ergojump and the bone density and body composition analyzer DXA.*

**4.2. Registaram-se alterações significativas quanto a parcerias nacionais e internacionais no âmbito do ciclo de estudos desde o anterior processo de avaliação.**

*Sim*

**4.2.1. Em caso afirmativo, apresentar uma síntese das alterações ocorridas.**

*À data do início do funcionamento do CE, em 2013/2014, ainda só havia acordo verbal com as instituições de acolhimento com as quais a Escola Superior de Desporto e Lazer já possuía protocolo. No 2.º ano do curso foi possível estabelecer parcerias para acolhimento dos nossos alunos estagiários em instituições nacionais e internacionais.*

*Adicionalmente, e ao abrigo do programa ERASMUS +, foi estabelecido protocolo com duas instituições europeias, a Keep Kool e a EuropeActive. Estes representam, respetivamente, uma das maiores cadeias de ginásios europeia e uma instituição líder na promoção do fitness e do bem-estar.*

**4.2.1. If so, please provide a summary of the changes.**

*At the start of the SC, in 2013/2014, there was still only verbal agreement with the host institutions with which the School of Sports and Leisure already had a protocol. On the 2nd year of the course it was possible to establish partnerships to host our trainee students in national and international institutions.*

*In addition, and under the ERASMUS + program, a protocol was established with two European institutions, Keep Kool and EuropeActive. These respectively represent one of the largest European gym chain and a leading institution on the promotion of fitness and wellness.*

**4.3. Registaram-se alterações significativas quanto a estruturas de apoio aos processos de ensino e aprendizagem desde o anterior processo de avaliação.**

*Sim*

**4.3.1. Em caso afirmativo, apresentar uma síntese das alterações ocorridas.**

*- Os SAS-IPVC desenvolveram um conjunto de novos serviços de carácter inovador, como o "Bus Académico", a "Lavandaria Low Cost", a "Oficina Cultural" e o "SAS Mobile";*  
*- Gabinete e Portal de Emprego IPVC que funciona em articulação com as Direções UO, coord. de Curso, estudantes/diplomados e empresas);*  
*- A CIMEIRA IPVC, iniciativa estruturante na permanente auscultação e feedback, funcionando como um fórum de discussão entre as PI, inclui PI, com os "SmartTalks" e a feira de emprego com "Speed Recruitment";*  
*- Desenvolvimento da on.ipvc, onde estudantes e docentes encontram a maioria da gestão da atividade letiva (matriculas, inscrições a exames e a mobilidade, distribuição serviço docente, gestão horários, inscrição turmas, PUC, assiduidade, sumários, inquéritos de ensino e seus resultados, indicadores do CE, RUC, relatórios de curso, entre outros.*

**4.3.1. If so, please provide a summary of the changes.**

*- SAS-IPVC has developed a number of innovative new services, such as the "Academic Bus", "Low Cost Laundry", "Cultural Workshop" and "SAS Mobile";*  
*- Office and Portal of Employment IPVC that works in articulation with the Direction OU, coord. of course, students / graduates and companies);*  
*- The IPVC SUMMIT, a structuring initiative in continuous listening and feedback, functioning as a discussion forum between the PIs, including the SmartTalks and the Speed Recruitment Job Fair;*

- *Development of the on.ipvc, where students and teachers find the most of the management of the teaching activities (enrollment, enrollment and mobility, distribution of teaching services, management schedules, enrollment classes, PUC, attendance, summaries, teaching inquiries and their results, Study Cycle indicators, RUC, course reports, among others.*

**4.4. (quando aplicável) Registaram-se alterações significativas quanto a locais de estágio e/ou formação em serviço, protocolos com as respetivas entidades e garantia de acompanhamento efetivo dos estudantes durante o estágio desde o anterior processo de avaliação.**

*Sim*

**4.4.1. Em caso afirmativo, apresentar uma síntese das alterações ocorridas.**

*O nº de entidades de acolhimento foram naturalmente aumentando ao longo do decurso do CE. À data do início do funcionamento do CE, em 2013/2014, já existiam protocolos com diversos ginásios, academias ou outras instituições relacionadas com o fitness, mas também com as áreas de natureza e treino desportivo. Ao longo do CE, esse número foi naturalmente aumentando e hoje é de mais de 83 instituições, sendo cerca de 30 exclusivamente ligadas ao fitness. Entre as parcerias protocoladas mais recentemente podemos destacar:*

*Alive Health Club  
Axis Wellness  
Bracara Crossfit  
CF Jesuítas  
Fitness Club Braga  
Phive Health Club  
Shape  
SilverCoast Crossfit  
Solinca*

*Adicionalmente, e ao abrigo do programa ERASMUS +, foi estabelecido protocolo com duas instituições europeias, a Keep Kool e a EuropeActive. Estes representam, respetivamente, uma das maiores cadeias de ginásios europeia e uma instituição líder na promoção do fitness e do bem-estar.*

**4.4.1. If so, please provide a summary of the changes.**

*The number of host entities has naturally increased over the course of the SC. At the start of the SC, in 2013/2014, there were already agreements with many host institutions, including gyms and health-clubs, nature facilities and sports teams. Along the SC, the number of host institutions naturally increased, and it is now over 83 institutions, 30 of them exclusively related to fitness. Among the most recently established protocols, we can highlight the following:*

*Alive Health Club  
Axis Wellness  
Bracara Crossfit  
CF Jesuítas  
Fitness Club Braga  
Phive Health Club  
Shape  
SilverCoast Crossfit  
Solinca*

*In addition, and under the ERASMUS + program, a protocol was established with two European institutions, Keep Kool and EuropeActive. These respectively represent one of the largest European gym chain and a leading institution on the promotion of fitness and wellness.*

## **1. Caracterização do ciclo de estudos.**

**1.1 Instituição de ensino superior / Entidade instituidora.**

*Instituto Politécnico De Viana Do Castelo*

**1.1.a. Outras Instituições de ensino superior / Entidades instituidoras.**

**1.2. Unidade(s) orgânica(s) (faculdade, escola, instituto, etc.).**

*Escola Superior de Desporto e Lazer de Melgaço*

**1.3. Ciclo de estudos.***Mestrado em Atividades de Fitness***1.3. Study programme.***Master in Fitness***1.4. Grau.***Mestre***1.5. Publicação do plano de estudos em Diário da República (PDF, máx. 500kB).**

[1.5.\\_Despacho- 6746-2017-Publica a aprovação das alterações ao plano de estudos do ciclo de estudos conducente ao grau de mestre em Atividades de Fitness%2c ministrado na ESDL \(1\).pdf](#)

**1.6. Área científica predominante do ciclo de estudos.***Ciências do Desporto***1.6. Main scientific area of the study programme.***Sports Sciences***1.7.1. Classificação da área principal do ciclo de estudos (3 dígitos), de acordo com a Portaria n.º 256/2005, de 16 de Março (CNAEF).***813***1.7.2. Classificação da área secundária do ciclo de estudos (3 dígitos), de acordo com a Portaria n.º 256/2005, de 16 de Março (CNAEF), se aplicável.***<sem resposta>***1.7.3. Classificação de outra área secundária do ciclo de estudos (3 dígitos), de acordo com a Portaria n.º 256/2005, de 16 de Março (CNAEF), se aplicável.***<sem resposta>***1.8. Número de créditos ECTS necessário à obtenção do grau.***120***1.9. Duração do ciclo de estudos (art.º 3 DL-74/2006, de 26 de março, de acordo com a redação do DL-63/2001, de 13 de setembro).***4 semestres***1.9. Duration of the study programme (art.º 3 DL-74/2006, March 26th, as written in the DL-63/2001, of September 13th).***4 semesters***1.10. Número máximo de admissões.***20***1.10.1. Número máximo de admissões pretendido (se diferente do número anterior) e respetiva justificação.***<sem resposta>***1.10.1. Proposed maximum number of admissions (if different from the previous number) and related reasons.***<no answer>***1.11. Condições específicas de ingresso.***Serão admitidos à candidatura ao Mestrado em Atividades de Fitness os detentores de:*

- a) Licenciatura nas áreas das Ciências do Desporto ou áreas afins.*
- b) Os titulares de graus por instituições de ensino superior estrangeiras na área das Ciências do Desporto ou áreas afins, mediante avaliação curricular pela Comissão Científica;*
- c) Detentores de um currículo escolar, científico ou profissional, que seja reconhecido como atestando capacidade para a realização deste ciclo de estudos pelo órgão científico estatutariamente competente do estabelecimento de ensino superior.*

*Na selecção dos candidatos pela Comissão Científica do Ciclo de Estudos, serão tidos em consideração os*

*seguintes critérios gerais:*

- a) Curriculum académico e científico do candidato;*
- b) Curriculum profissional do candidato na área das Ciências do Desporto ou afins, sendo dada especial relevância à experiência profissional comprovada na área do Fitness.*

#### 1.11. Specific entry requirements.

*Will be admitted to candidature for the Master in Fitness:*

- a) Holders of degree (1st cycle) in the areas of Sports Science or related fields.*
- b) Holders of degrees by foreign higher education institutions in the area of Sport Sciences or related areas through curriculum evaluation by the Scientific Committee;*
- c) holders of an academic, scientific or professional experience that is recognized as attesting the capacity to carry out this cycle of studies by competent scientific body of the higher education institution.*

*In the selection of candidates by the Scientific Committee, will be considered the following general criteria:*

- a) Candidate's academic and scientific Curriculum;*
- b) Curriculum of the candidate in the professional area of Sport Sciences or similar, with particular relevance to the proven professional experience in the field of Fitness;*

#### 1.12. Regime de funcionamento.

*Diurno*

##### 1.12.1. Se outro, especifique:

##### 1.12.1. If other, specify:

#### 1.13. Local onde o ciclo de estudos será ministrado:

*Escola Superior de Desporto e Lazer - Instituto Politécnico de Viana do Castelo;  
Centro de Estágios/Complexo Desportivo e de Lazer do Monte do Prado.*

#### 1.14. Regulamento de creditação de formação e experiência profissional (PDF, máx. 500kB).

[1.14.\\_Desp 4872 2016 Revisao Reg Creditacao Competencias.pdf](#)

#### 1.15. Observações.

*Por lapso, aquando da publicação em DR do plano de estudos reestruturado, nas unidades curriculares do 2º ano constam apenas 30 ECTS quando deveriam ser 60 ECTS (tal como aliás é explícito no quador 1).  
A correção foi já enviada para publicação em DR*

#### 1.15. Observations.

*As a result of an error, the publication in DR of the restructured curriculum in DR only states 30 ECTS in the curricular units of the second year, when they are to be 60 ECTS (as is explicitly stated in table 1).  
The correction has already been submitted for publication in DR.*

## 2. Estrutura Curricular

### 2.1. Percursos alternativos, como ramos, variantes, áreas de especialização de mestrado ou especialidades de doutoramento, em que o ciclo de estudos se estrutura (se aplicável)

2.1. 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 programme (if applicable)

Opções/Ramos/... (se aplicável):

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

<sem resposta>

### 2.2. Estrutura curricular (a repetir para cada um dos percursos alternativos)

#### 2.2. Estrutura Curricular -



**2.2.1. Ramo, opção, perfil, maior/menor, ou outra (se aplicável).**

&lt;sem resposta&gt;

**2.2.1. Branches, options, profiles, major/minor, or other (if applicable)**

&lt;no answer&gt;

**2.2.2. Áreas científicas e créditos necessários à 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 Mínimos Optativos / Minimum Optional ECTS*
Ciências do Desporto	CD	48	60
Ciências da Educação	CE	6	0
Ciências da Saúde	CS	6	0
<b>(3 Items)</b>		<b>60</b>	<b>60</b>

**2.3. Observações****2.3 Observações.**

*Ao longo dos anos de funcionamento do CE foram recolhidos indicadores acerca da qualidade do seu funcionamento. Estes indicadores, informais (reuniões e conversas espontâneas com alunos, colaboradores, docentes e responsáveis pelas instituições de acolhimento) ou formais (inquéritos à satisfação da qualidade do ensino, relatórios do sistema de qualidade), permitiram identificar aspetos relevantes do CE.*

*Por um lado, o CE continua a oferecer condições de aprendizagem excelentes: desde as condições materiais (instalações de vanguarda, vencedoras de 2 prémios internacionais de arquitetura), passando pela qualidade dos docentes (confirmado pelos resultados da avaliação à qualidade do ensino, realizado pelos alunos), até às parcerias relacionadas com os meios de transporte e alojamento para os nossos alunos (BUS académico e alojamento em parceria na Pousada de Juventude de Melgaço). Por outro lado, é possível sentir que é necessário que o 2º ano do CE conte para a distribuição do serviço docente, o que poderá facilitar o acompanhamento e sucesso dos alunos em estágio, trabalho de projeto ou dissertação. É importante salientar que o CE continua a fornecer formação avançada numa área cada vez mais requisitada e os alunos sentem que os conhecimentos adquiridos podem ser fácil e imediatamente aplicados. Finalmente, refira-se ainda que outras formações de grau inferior (Cursos de Especialização Tecnológica) começam a aparecer no panorama nacional, pelo que poderão potencialmente retirar alguns alunos para este CE, alunos esses que desejem apenas desempenhar as funções de Técnico de Exercício Físico.*

**2.3 Observations.**

*During the years that the SC has been operating, several quality indicators were collected. These informal indicators (meetings and spontaneous discussions with students, staff, teachers and heads of host institutions) or formal indicators (quality assurance surveys, quality system reports) have identified relevant aspects of the SC.*

*On one hand, the SC continues to offer excellent learning conditions: from the material conditions (cutting-edge facilities, winners of 2 international architecture awards) to quality teachers (confirmed by the students), to the partnerships related to transportation and accommodation for our students (academic BUS and accommodation in partnership at Melgaço Youth Hostel). On the other hand, it is possible to feel that it is necessary that the second year of the SC counts for the distribution of the teaching service, which may facilitate the follow-up and success of students on internships, projects or dissertation works. It is important to note that SC continues to provide advanced training in an increasingly sought after area and students feel that the knowledge gained can be easily and immediately applied. Finally, it should be noted that other lower-level courses (Technological Specialization Courses) begin to appear in the national panorama, so they may potentially withdraw some students to this SC, students who only wish to perform the functions of Physical Exercise Technician.*

**3. Pessoal Docente****3.1. Docente(s) responsável(eis) pela coordenação do ciclo de estudos.****3.1. Docente(s) responsável(eis) pela coordenação do ciclo de estudos.**

César Filipe Chaves de Oliveira

## 3.2. Fichas curriculares dos docentes do ciclo de estudos

---

### Anexo I - Carla Sofia Cerqueira Gonçalves

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

*Carla Sofia Cerqueira Gonçalves*

3.2.2. Ficha curricular do docente:

[Mostrar dados da Ficha Curricular](#)

### Anexo I - Bruno André Ferreira da Silva

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

*Bruno André Ferreira da Silva*

3.2.2. Ficha curricular do docente:

[Mostrar dados da Ficha Curricular](#)

### Anexo I - José Pedro Arieiro Gonçalves Bezerra

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

*José Pedro Arieiro Gonçalves Bezerra*

3.2.2. Ficha curricular do docente:

[Mostrar dados da Ficha Curricular](#)

### Anexo I - Sílvia Fernanda da Rocha Rodrigues

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

*Sílvia Fernanda da Rocha Rodrigues*

3.2.2. Ficha curricular do docente:

[Mostrar dados da Ficha Curricular](#)

### Anexo I - Filipe Manuel Batista Clemente

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

*Filipe Manuel Batista Clemente*

3.2.2. Ficha curricular do docente:

[Mostrar dados da Ficha Curricular](#)

### Anexo I - António Jorge Simões Dantas

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

*António Jorge Simões Dantas*

3.2.2. Ficha curricular do docente:

[Mostrar dados da Ficha Curricular](#)

### Anexo I - Luis Paulo Lopes Brandão Areosa Rodrigues

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

*Luis Paulo Lopes Brandão Areosa Rodrigues*

3.2.2. Ficha curricular do docente:

[Mostrar dados da Ficha Curricular](#)

### Anexo I - César Filipe Chaves de Oliveira

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

*César Filipe Chaves de Oliveira*

3.2.2. Ficha curricular do docente:

[Mostrar dados da Ficha Curricular](#)

**Anexo I - João Miguel Vieira Camões****3.2.1. Nome do docente (preencher o nome completo):***João Miguel Vieira Camões***3.2.2. Ficha curricular do docente:**[Mostrar dados da Ficha Curricular](#)**3.3 Equipa docente do ciclo de estudos (preenchimento automático)**

3.3. Equipa docente do ciclo de estudos / Study programme's teaching staff						
Nome / Name	Categoria / Category	Grau / Degree	Especialista / Specialist	Área científica / Scientific Area	Regime de tempo / Employment link	Informação/ Information
Carla Sofia Cerqueira Gonçalves	Assistente ou equivalente	Mestre		Promoção e Educação para a Saúde	50	<a href="#">Ficha submetida</a>
Bruno André Ferreira da Silva	Assistente ou equivalente	Mestre		Promoção e Educação para a Saúde	40	<a href="#">Ficha submetida</a>
José Pedro Arieiro Gonçalves Bezerra	Professor Adjunto ou equivalente	Doutor		Ciências do Desporto	100	<a href="#">Ficha submetida</a>
Sílvia Fernanda da Rocha Rodrigues	Assistente ou equivalente	Doutor		Atividade Física e Saúde	50	<a href="#">Ficha submetida</a>
Filipe Manuel Batista Clemente	Professor Adjunto ou equivalente	Doutor		Ciências do Desporto	100	<a href="#">Ficha submetida</a>
António Jorge Simões Dantas	Equiparado a Assistente ou equivalente	Mestre		Ciências do Desporto	100	<a href="#">Ficha submetida</a>
Luis Paulo Lopes Brandão Areosa Rodrigues	Professor Coordenador ou equivalente	Doutor		Kinesiology	100	<a href="#">Ficha submetida</a>
César Filipe Chaves de Oliveira	Professor Adjunto ou equivalente	Doutor		Atividade Física e Saúde	100	<a href="#">Ficha submetida</a>
João Miguel Vieira Camões	Professor Adjunto ou equivalente	Doutor		Saúde Pública	100	<a href="#">Ficha submetida</a>
					<b>740</b>	

&lt;sem resposta&gt;

**3.4. Dados quantitativos relativos à equipa docente do ciclo de estudos.****3.4.1. Total de docentes do ciclo de estudos (nº e ETI)****3.4.1.1. Número total de docentes.**

9

**3.4.1.2. Número total de ETI.**

7.4

**3.4.2. Corpo docente próprio do ciclo de estudos****3.4.2. Corpo docente próprio do ciclo de estudos / Full time teaching staff**

Corpo docente próprio / Full time teaching staff	Nº / No.	Percentagem* / Percentage*
Nº de docentes do ciclo de estudos em tempo integral na instituição / No. of full time teachers:	6	81.1

**3.4.3. Corpo docente do ciclo de estudos academicamente qualificado****3.4.3. Corpo docente do ciclo de estudos academicamente qualificado / Academically qualified teaching staff**

Corpo docente academicamente qualificado / Academically qualified teaching staff	ETI / FTE	Percentagem* / Percentage*
Docentes do ciclo de estudos com o grau de doutor (ETI) / Teaching staff with a PhD (FTE):	5.5	74.3

### 3.4.4. Corpo docente do ciclo de estudos especializado

3.4.4. Corpo docente do ciclo de estudos especializado / Specialized teaching staff		
Corpo docente especializado / Specialized teaching staff	ETI / FTE	Percentagem* / Percentage*
Docentes do ciclo de estudos com o grau de doutor especializados nas áreas fundamentais do ciclo de estudos (ETI) / Teaching staff with a PhD, specialized in the main areas of the study programme (FTE):	5.5	74.3
Especialistas, não doutorados, de reconhecida experiência e competência profissional nas áreas fundamentais do ciclo de estudos (ETI) / Specialists, without a PhD, of recognized professional experience and competence, in the main areas of the study programme (FTE):	0	0

### 3.4.5. Estabilidade do corpo docente e dinâmica de formação

3.4.5. Estabilidade do corpo docente e dinâmica de formação / Teaching staff stability and training dynamics		
Estabilidade e dinâmica de formação / Stability and training dynamics	ETI / FTE	Percentagem* / Percentage*
Docentes do ciclo de estudos em tempo integral com uma ligação à instituição por um período superior a três anos / Full time teaching staff with a link to the institution for a period over three years:	6	81.1
Docentes do ciclo de estudos inscritos em programas de doutoramento há mais de um ano (ETI) / Teaching staff registered in a doctoral programme for more than one year (FTE):	1.5	20.3

## 4. Pessoal Não Docente

### 4.1. Número e regime de dedicação do pessoal não docente afeto à lecionação do ciclo de estudos.

*Os Estatutos do IPVC, assentam numa organização transversal de vários Serviços: Serviços Administrativos e Financeiros, Serviços informáticos, Serviços Técnicos, Serviços Académicos, Recursos Humanos, Gab. Comunicação e Imagem, Gab. Mobilidade e Cooperação Internacional, Gab. de Avaliação e Qualidade e a OTIC. Contudo, mantém-se a representação em cada Unidade Orgânica conforme as necessidades. São também fundamentais os funcionários dos SAS, em particular os ligados à Alimentação e Bus Académico.*

*No que respeita ao pessoal não docente da Unidade Orgânica, a mesma é constituído por 1 bibliotecária, 1 funcionário na receção, 2 assistentes operacionais, 1 funcionária responsável pelos serviços académicos, 1 funcionária responsável pelo Balcão Único, 1 Engenheiro Informático responsável pelos Serviços de Informática, 1 secretária da direção, e 2 funcionárias da cozinha*

### 4.1. Number and work regime of the non-academic staff allocated to the study programme.

*IPVC statutes are based on a transversal organization of several Services: Administrative and Financial Services, IT Services, Technical Services, Academic Services, Human Resources, Communication and Image, Gab. Mobility and International Cooperation, Gab. of Evaluation and Quality and the OTIC. However, the representation in each Organic Unit is maintained according to the needs. Also important are the employees of the SAS, in particular those connected to the Food and Academic Bus.*

*With regard to the non-teaching staff of the Organic Unit, it is composed of 1 librarian, 1 employee at the reception, 2 operational assistants, 1 official responsible for academic services, 1 official responsible for the Single Desk, 1 Computer Engineer responsible for Information Services, 1 secretariat of the direction, and 2 aids at the cuisine.*

### 4.2. Qualificação do pessoal não docente de apoio à lecionação do ciclo de estudos.

*Mestres - 2  
Licenciados - 3  
Ensino Secundário - 3  
Ensino Básico - 2*

### 4.2. Qualification of the non-academic staff supporting the study programme.

*Master - 2  
Bachelor - 3*

High school - 3  
Middle school - 2

## 5. Estudantes

### 5.1. Estudantes inscritos no ciclo de estudos no ano letivo em curso

#### 5.1.1. Estudantes inscritos no ciclo de estudos no ano letivo em curso

##### 5.1.1. Total de estudantes inscritos.

15

#### 5.1.2. Caracterização por género

##### 5.1.1. Caracterização por género / Characterisation by gender

Género / Gender	%
Masculino / Male	60
Feminino / Female	40

#### 5.1.3. Estudantes inscritos por ano curricular.

##### 5.1.3. Número de estudantes por ano curricular (ano letivo em curso) / Number of students per curricular year (current academic year)

Ano Curricular / Curricular Year	Número / Number
1º ano curricular	6
2º ano curricular	9
	15

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

#### 5.2. Procura do ciclo de estudos / Study programme's demand

	Penúltimo ano / One before the last year	Último ano/ Last year	Ano corrente / Current year
N.º de vagas / No. of vacancies	0	20	20
N.º de candidatos / No. of candidates	0	17	6
N.º de colocados / No. of accepted candidates	0	17	6
N.º de inscritos 1º ano 1ª vez / No. of first time enrolled	0	13	6
Nota de candidatura do último colocado / Entrance mark of the last accepted candidate	0	0	0
Nota média de entrada / Average entrance mark	0	0	0

### 5.3. Eventual informação adicional sobre a caracterização dos estudantes

#### 5.3. Eventual informação adicional sobre a caracterização dos estudantes (designadamente para discriminação de informação por percursos alternativos de formação, quando existam)

*O CE gerou muito interesse a nível nacional aquando do seu surgimento. A lei 39/2012 de 28 de Agosto veio alterar o regime de acesso à atividade profissional daqueles que trabalham em ginásios e health-clubs, nomeadamente, obrigando à obtenção de um título profissional, Técnico de Exercício Físico e/ou Diretor Técnico, passíveis de serem atingidos apenas com formação específica. O aumento da importância atribuída à componente formativa, aumento da qualidade do serviço profissional e aumento correspondente da competição entre profissionais do setor, levou muitos alunos, recém-formados e profissionais já consagrados a procurar*

*umentar a sua formação nesta área tão competitiva. Naturalmente, sendo este um CE totalmente dedicado às atividades de fitness, o interesse e procura pelo mesmo surgiu rápida e naturalmente. Assim, a população estudantil do CE espelha claramente o mercado do fitness: ao longo do CE recebemos alunos de ambos os sexos, sendo a sua distribuição muito equilibrada e com diferentes níveis de formação e/ou atuação profissional, desde os que ainda não se encontravam em atividade profissional quando aderiram ao CE, até aos que já possuíam mais de 15 anos de prática no terreno. Este interesse abrangia todo o território nacional, continental mas também ilhas incluídas, tendo formalizado a sua inscrição e realizado o CE alunos não só do norte, mas também do centro do País. Finalmente, refira-se que o CE de estudos recebeu muitos alunos que realizaram a sua formação de base noutras instituições de ensino, o que ajuda a vincar o interesse e procura gerais e concomitantemente, a lacuna ainda existente na maior parte das instituições de ensino nesta área desportiva.*

### 5.3. Additional information about the students' characterisation (namely on the distribution of students by alternative pathways, when applicable)

*The SC generated a great deal of national interest at the time of its emergence. The law 39/2012 of August 28 changed the access regimen to the professional activities of those working in gyms and health clubs, turning the acquisition of a professional title mandatory (Physical Exercise Technician and/or Technical Director), throughout adequate learning. The increase of the importance attributed to the training component, the increase of the quality of the professional service and corresponding increase of competition among professionals in the sector, has led many students, recent graduates and consecrated professionals to seek to increase their training in this competitive area. Naturally, this being a SC totally dedicated to fitness activities, the interest and demand for it arose quickly and naturally. Thus, the student population of the SC clearly reflects the fitness market: throughout the SC we receive students of both sexes, their distribution being very balanced and with different levels of training and/or professional performance and background, from those that were not yet in professional activity when they joined the SC, to those who already had more than 15 years of practice in the field. This interest covered the entire national territory, continental but also islands included, having formalized their enrollment students not only from the north, but also from the center of the Country. Finally, it should be noted that the SC received many students who have carried out their basic training in other educational institutions, which helps to mark the fact that there is an interest for this SC, while at the same time exposes that there is still a certain lack of courses on this area of physical activity.*

## 6. Resultados

### 6.1. Resultados Académicos

#### 6.1.1. Eficiência formativa.

##### 6.1.1. Eficiência formativa / Graduation efficiency

	Antepenúltimo ano / Two before the last year	Penúltimo ano / One before the last year	Último ano / Last year
N.º graduados / No. of graduates	0	10	3
N.º graduados em N anos / No. of graduates in N years*	0	1	0
N.º graduados em N+1 anos / No. of graduates in N+1 years	0	9	3
N.º graduados em N+2 anos / No. of graduates in N+2 years	0	0	0
N.º graduados em mais de N+2 anos / No. of graduates in more than N+2 years	0	0	0

#### Pergunta 6.1.2. a 6.1.3.

**6.1.2. Apresentar relação de teses defendidas nos três últimos anos, indicando, para cada uma, o título, o ano de conclusão e o resultado final (exclusivamente para cursos de doutoramento).**

N/A

**6.1.2. Present a list of thesis defended in the last 3 years, indicating, for each one, the title, the completion year and the result (only for PhD programmes).**

N/A

### 6.1.3. Comparação do sucesso escolar nas diferentes áreas científicas do ciclo de estudos e respetivas unidades curriculares.

*Os alunos têm evidenciado facilidade na aquisição dos conhecimentos transmitidos, evidenciando uma taxa de sucesso próximo dos 100% (apenas uma aluna reprovou numa UC, em todas as edições realizadas até agora). Naturalmente, este sucesso é transversal às diferentes áreas científicas do CE e suas respetivas unidades curriculares.*

*Por outro lado e em relação ao 2º ano do CE, verificamos uma maior dificuldade na finalização dos trabalhos de dissertação, projeto ou estágio, como aliás parece ser comum a este ciclo de estudos. Podemos apontar algumas razões para estes resultados: a primeira prende-se com o sucesso profissional dos nossos alunos, que naturalmente lhes retira algum tempo de dedicação à conclusão dos trabalhos de estágio, projeto ou dissertação; a segunda com alguma dificuldade identificada dos alunos em prosseguirem num trabalho que é mais individualizado e autónomo e que nem sempre é fácil de seguir e orientar pelos docentes; a terceira justifica-se com a não obrigatoriedade (ou vantagem profissional) do grau em si, o que leva alguns alunos a estar mais ou apenas interessados na conclusão da parte curricular.*

### 6.1.3. Comparison of the academic success in the different scientific areas of the study programme and related curricular units.

*The students have shown easiness at the acquisition of the transmitted knowledge, and exhibit a near 100% rate of approval (only student was not approve at one Curricular Unit, so far). This success is similar on all the different scientific areas of the SC and its respective curricular units.*

*On the other hand, we verify that the students have more difficulties on the second year of the SC, year that they are completing their dissertations, projects or internships. We can point out some reasons for these results: the first relates to the professional success of our students, which naturally takes some time from them to dedicate to completing the internship, project or dissertation work; the second with some identified difficulty of the students to continue in a work that is more individualized and autonomous and that is not always easy to follow and to guide by the teachers; the third is justified by the non-obligatoriness (or professional advantage) of the degree itself, which leads some students to be only interested in completing the curricular part.*

### 6.1.4. Empregabilidade.

#### 6.1.4.1. Dados sobre desemprego dos graduados do ciclo de estudos (estatísticas da DGEEC ou estatísticas e estudos próprios, com indicação do ano e fonte de informação).

*A Escola Superior de Desporto e Lazer vai acompanhando o percurso pós-formativo dos seus ex-alunos através de contatos telefónicos, eletrónicos ou mesmo pessoais. Através desta recolha de dados informal, é possível constatar que a grande maioria dos ex-alunos do Mestrado em Atividades de Fitness se encontra a exercer funções profissionais na sua área de formação. Em boa verdade, muitos dos alunos, aquando da entrada neste ciclo de estudos, já se encontravam a trabalhar no fitness. A obtenção do grau académico veio reforçar a sua posição e relevância nesse meio.*

#### 6.1.4.1. Information on the graduates' unemployment (DGEEC or Institution's statistics or studies, referencing the year and information source).

*Sports and Leisure School is following the post-formative course of its alumni through telephone, electronic or even personal contact. Through this informal data collection, it is possible to observe that the great majority of the alumni of the Masters in Fitness Activities are professionally working in their area of formation. In fact, many of the students were already working on fitness activities when they entered this Study Cycle. The achievement of the academic degree reinforced their position and relevance in this environment.*

#### 6.1.4.2. Reflexão sobre os dados de empregabilidade.

*O facto da empregabilidade ser muito elevada reflete a importância deste ciclo de estudos no sucesso da vida profissional dos nossos formandos. Estes saem com competências que lhes permitem singrar facilmente no mundo do fitness, assegurando a sua realização profissional e financeira. Adicionalmente, são as próprias instituições de acolhimento que muitas vezes nos contactam para enviarmos os nossos alunos para realização de estágios profissionais ou para outra forma de contratação, o que denota também o reconhecimento público da qualidade do ensino deste ciclo de estudos.*

#### 6.1.4.2. Critical analysis on employability information.

*The fact that employability is very high, reflects the importance of this Study Cycle (SC) on the success of our trainees' professional lives. They finish the SC with skills that allow them to easily work on the fitness industry, ensuring their professional and financial achievement. In addition, it is the host institutions themselves that often contact us to send our students for professional internships or for another form of hiring, which also indicates the public recognition of the quality of teaching in this SC.*

## 6.2. Resultados das atividades científicas, tecnológicas e artísticas.

### 6.2.1. Centro(s) de investigação, na área do ciclo de estudos, em que os docentes desenvolvem a sua atividade científica

#### 6.2.1. Centro(s) de investigação, na área do ciclo de estudos, em que os docentes desenvolvem a sua actividade científica / Research Centre(s) in the area of the study programme, where the teachers develop their scientific activities

Centro de Investigação / Research Centre	Classificação (FCT) / Mark (FCT)	IES / Institution	N.º de docentes do ciclo de estudos integrados/ No. of integrated study programme's teachers	Observações / Observations
Instituto de Telecomunicações	Excelente	UBI	1	
CIDESD	Muito Bom	UTAD,UBI,UÉvora, IPB, IPS, ISMAI, UMadeira, IPVC, IPGuarda	2	
CIAFEL	Bom	FADEUP	1	

#### Pergunta 6.2.2. a 6.2.5.

**6.2.2. Mapa-resumo de publicações científicas do corpo docente do ciclo de estudos em revistas internacionais com revisão por pares, livros ou capítulos de livros, relevantes para o ciclo de estudos.**

<http://a3es.pt/si/iportal.php/cv/scientific-publication/formId/34861cb2-90d0-9138-3398-5a78d8d5b0a4>

**6.2.3. Mapa-resumo de outras publicações relevantes, designadamente de natureza pedagógica:**

<http://a3es.pt/si/iportal.php/cv/other-scientific-publication/formId/34861cb2-90d0-9138-3398-5a78d8d5b0a4>

**6.2.4. Atividades de desenvolvimento tecnológico e artístico, prestação de serviços à comunidade e formação avançada na(s) área(s) científica(s) fundamental(ais) do ciclo de estudos, e seu contributo real para o desenvolvimento nacional, regional e local, a cultura científica e a ação cultural, desportiva e artística.**

*O Mestrado em Atividades de Fitness tem-se afirmado como um dos motores impulsionadores do desenvolvimento e da promoção das atividades de fitness em Portugal e em especial no norte do país. Desde a sua criação, em 2013, que os mestrandos do CE têm vindo a elevar a qualidade das intervenções dos profissionais do exercício no mundo do fitness, não apenas devido à fácil e direta aplicabilidade dos conteúdos abordados nas distintas unidades curriculares ao seu contexto profissional, mas também pela sua própria iniciativa, no âmbito dos seus trabalhos de dissertação, projeto ou estágio. A título exemplificativo, podemos destacar a criação do evento “Convenção Viana... Fitness e Lazer”, o 1º evento de Fitness de larga escala implementado na cidade de Viana do Castelo, que acolheu dezenas de docentes e centenas de participantes, oriundos de todos os pontos do País. Por outro lado, também foi desenvolvido um Manual de Treino Funcional, único no seu género, onde se exploram os diferentes materiais e metodologias usadas nesta que é a modalidade mais procurada nos ginásios e health-clubs portugueses.*

*Também os docentes do CE promovem ativamente o fitness e inerentemente, o próprio CE neste processo. Um dos docentes é membro do grupo de trabalho WG CEN-36, do Centro Europeu de Normalização para o Fitness, onde são discutidas as normas a implementar nos ginásios de toda a Europa, incluindo Portugal. Este e outros docentes do CE colaboram com diversas revistas de grande tiragem nacional (Men’s Health e Woman’s Health), bem como jornais desportivos ou de promoção das atividades físicas, visando a divulgação e promoção das mesmas nas populações nacionais, regionais e locais. Um dos docentes é igualmente formador convidado da Manz Produções, empresa privada líder do fitness em Portugal, enquanto outra docente é formadora da reconhecida empresa GTF, ligada igualmente à área do fitness. Ambas as empresas são muito ativas na divulgação do fitness, sendo que a Manz Produções organiza anualmente um dos maiores eventos mundiais relativos a esta área do desporto.*

*O CE orgulha-se também de receber alguns dos melhores formadores convidados a nível mundial. A título exemplificativo, é organizado anualmente a “Semana Internacional”, evento que inaugura o ano escolar, onde são convidados personalidades relevantes do fitness, como o caso do 2.º melhor treinador pessoal do mundo, Isaac Rojas.*

*Finalmente, a ligação direta aos ginásios e health-clubs é fortemente vincada, quer através da sua frequência enquanto cliente, quer através do frequente acompanhamento dos alunos de licenciatura e de mestrado, que são colocados nos mais relevantes espaços de fitness do norte do País. Uma das docentes é atualmente professora de aulas de grupo, treinadora pessoal, e inclusivamente coordenadora em diversas instituições de fitness. Outra docente é professora de exercício físico no centro de apoio a doentes com cancro da mama - Mama Help.*

**6.2.4. Activities of technological and artistic development, consultancy and advanced training in the main scientific area(s) of the study programme, and its real contribution to the national, regional and local development, scientific culture and cultural, sports and artistic activities.**

*The Master's Degree in Fitness Activities has proven to be one of the driving forces behind the development and promotion of fitness activities in Portugal and especially in the north of the country. Since its implementation in 2013, SC marketers have been raising the quality of exercise professionals' interventions in the world of fitness, not only because of the easiness and direct applicability of the contents addressed in the different curricular units to their professional context, but also on their own initiative, in the context of their dissertation, project or*



*internship. As an example, we can highlight the creation of the "Viana Convention... Fitness & Leisure" event, the first large-scale Fitness event held in Viana do Castelo, which hosted dozens of teachers and hundreds of participants, from all points of the Country. On the other hand, a Functional Training Manual, unique in its kind, has also been developed, exploring the different materials and methodologies used in this form of exercise, which is the most sought after modality in Portuguese gyms and health clubs.*

*SC teachers also actively promote fitness and inherently the SC itself in this process. One of the lecturers is a member of the working group WG CEN-36, of the European Center for Standardization for Fitness, which discusses the standards to be implemented in gyms throughout Europe, including Portugal. This and other SC teachers collaborate with several national magazines (Men's Health and Woman's Health), as well as sporting or promotional journals to promote fitness to national, regional and local populations. One of the lecturers is also a guest trainer at Manz Produções, the leading private fitness company in Portugal, while another teacher is a trainer at the well-known GTF company, also linked to the fitness area. Both companies are very active in publicizing fitness, and Manz Productions organizes one of the largest events in the world in this area of sports. The SC is also proud to host some of the best trainers in the world. As an example, the "International Week" is organized annually, an yearly event, where relevant personalities of fitness are invited, such as the case of the 2nd best personal trainer in the world, Isaac Rojas.*

*Finally, the direct connection to the gymnasium and health clubs is strongly emphasized, both as a customer and as a supervisor of undergraduate and masters students, who are placed in the most relevant fitness spaces in the north of the country. One of the teachers is currently a group lecturer, personal trainer, and also coordinator in several fitness institutions. Another teacher is a physical exercise teacher at the breast cancer support center - Mama Help.*

### **6.2.5. Integração das atividades científicas, tecnológicas e artísticas em projetos e/ou parcerias nacionais e internacionais, incluindo, quando aplicável, indicação dos principais projetos financiados e do volume de financiamento envolvido.**

*A Escola Superior de Desporto e Lazer tem conseguido integrar as suas atividades com as necessidades nacionais no campo das atividades desportivas e em particular, das atividades de fitness. Exemplos disso são o evento "Convenção Viana... Fitness & Lazer", 1º evento desportivo de fitness organizado em Viana do Castelo, em parceria com a sua Câmara Municipal a colaboração com a organização das Olimpíadas Intergeracionais, a Semana Internacional, que acolhe instituições estrangeiras, a participação em grupos Europeus de Normalização para as atividades de fitness (CEN), a participação na Rede de Escolas com Formação em Desporto do Ensino Superior Politécnico Público e finalmente a participação em projeto financiado para o desenvolvimento de software de análise desportiva com as seguintes características:*

*Título: Ultimate Performance Analysis Tool*

*Cargo: Membro da Equipa*

*Datas: 20 de junho de 2016 [a decorrer]*

*Financiamento: 57.780,00 €*

*Fonte de Financiamento: Instituto de Telecomunicações*

### **6.2.5. Integration of the scientific, technological and artistic activities on projects and/or national or international partnerships, including, when applicable, the indication of the main financed projects and the volume of financing involved.**

*Sports and Leisure School has been able to integrate its activities with national needs in the field of sports activities and in particular, of fitness activities. Examples of this are the event "Viana Convention ... Fitness & Leisure", 1st sporting event organized in Viana do Castelo, in partnership with its Town Hall, collaboration with the organization of Intergenerational Olympics, International Week, which hosts international institutions, Participation in European Standardization Groups for fitness activities (CEN), participation in the Network of Schools with Sports Training in Public Polytechnic Higher Education and finally participation in a project financed for the development of sports analysis software with the following characteristics:*

*Title: Ultimate Performance Analysis Tool*

*Position: Team Member*

*Dates: June 20, 2016 [in progress]*

*Financing: € 57,780.00*

*Source of financing: Instituto de Telecomunicações*

## **6.3. Nível de internacionalização.**

### **6.3.1. Mobilidade de estudantes e docentes**

#### **7.3.4. Nível de internacionalização / Internationalisation level**

	%
Percentagem de alunos estrangeiros matriculados no ciclo de estudos / Percentage of foreign students enrolled in the study programme	0
Percentagem de alunos em programas internacionais de mobilidade (in) / Percentage of students in international mobility programs (in)	0
Percentagem de alunos em programas internacionais de mobilidade (out) / Percentage of students in international mobility	0

programs (out)	
Percentagem de docentes estrangeiros, incluindo docentes em mobilidade (in) / Percentage of foreign teaching staff (in)	0
Mobilidade de docentes na área científica do ciclo de estudos (out) / Percentage of teaching staff in mobility (out)	12.5

### 6.3.2. Participação em redes internacionais com relevância para o ciclo de estudos (redes de excelência, redes Erasmus).

#### 6.3.2. Participação em redes internacionais com relevância para o ciclo de estudos (redes de excelência, redes Erasmus).

*Através do Gabinete de Mobilidade e Cooperação Internacional (GMCI), o IPVC participa em Programas Internacionais de cooperação e mobilidade, como sejam o programa Erasmus+, o projeto "Education Force: Driving Mobility for EU-East Europe Cooperation (EFFORT)", o projeto "European Citizen Campus", o projeto IRUDESCA - Integración Regional, Universidad y Desarrollo Sostenible en Centro América, bem como o programa IACOBUS, este último direccionado à mobilidade no norte da Península Ibérica (Universidades e Politécnicos do Norte de Portugal e da Galiza). Foi constituído o consórcio Now Portugal, tendo como parceiros os IP que constituem a APNOR – Associação de Politécnicos do Norte (IPVC, IPB, IPP, IPCA); Ao abrigo do programa ERASMUS +, foi estabelecido protocolo com duas instituições europeias, a Keep Kool e a EuropeActive. Estes representam, respetivamente, uma das maiores cadeias de ginásios europeia e uma instituição líder na promoção do fitness e do bem-estar.*

### 6.3.2. Participation in international networks relevant to the study programme (networks of excellence, Erasmus networks).

*Through its Office of International Mobility and Cooperation (GMCI), the IPVC participates in International Cooperation and Mobility Programs, such as the Erasmus + program, the "Education Force: Driving Mobility for EU-East Europe Cooperation (EFFORT)" project "European Citizen Campus", the IRUDESCA project - Regional Integration, University and Sustainable Development in Central America, as well as the IACOBUS program, the latter aimed at mobility in the north of the Iberian Peninsula (Universities and Polytechnics of Northern Portugal and Galicia). The consortium Now Portugal was formed, having as partners the Polytechnical Institutes that constitute the APNOR - Association of Polytechnics of the North (IPVC, IPB, IPP, IPCA); Under the ERASMUS + program, a protocol was established with two European institutions, Keep Kool and EuropeActive. These respectively represent one of the largest European gymnasium chains and a leading institution in promoting fitness and wellness.*

## 7. Organização interna e mecanismos de garantia da qualidade

### 7.1 Sistema interno de garantia da qualidade

#### 7.1. Existe um sistema interno de garantia da qualidade certificado pela A3ES (S/N)?

Se a resposta for afirmativa, a Instituição tem apenas que preencher os itens 7.1.1 e 7.1.2, ficando dispensada de preencher as secções 7.2.

Se a resposta for negativa, a Instituição tem que preencher a secção 7.2, podendo ainda, se o desejar, proceder ao preenchimento facultativo dos itens 7.1.1 e/ou 7.1.2.

*Sim*

#### 7.1.1. Hiperligação ao Manual da Qualidade.

[http://www.ipvc.pt/sites/default/files/manual\\_qualidade\\_ipvc\\_pt\\_16\\_edicao.pdf](http://www.ipvc.pt/sites/default/files/manual_qualidade_ipvc_pt_16_edicao.pdf)

#### 7.1.2. Anexar ficheiro PDF com o último relatório de autoavaliação do ciclo de estudos elaborado no âmbito do sistema interno de garantia da qualidade (PDF, máx. 500kB).

[7.1.2.\\_ESDL-RAC-16\\_17-MAF - RESUMO.pdf](#)

### 7.2 Garantia da Qualidade

#### 7.2.1. Mecanismos de garantia da qualidade dos ciclos de estudos e das atividades desenvolvidas pelos Serviços ou estruturas de apoio aos processos de ensino e aprendizagem, designadamente quanto aos procedimentos destinados à recolha de informação (incluindo os resultados dos inquéritos aos estudantes e os resultados da monitorização do sucesso escolar), ao acompanhamento e avaliação periódica dos ciclos de estudos, à discussão e utilização dos resultados dessas avaliações na definição de medidas de melhoria e ao acompanhamento da implementação dessas medidas.

*O IPVC tem implementado um Sistema de Gestão e de Garantia da Qualidade (SGGQ), certificado desde 2009, no âmbito da ISO 9001 por entidade acreditada pelo IPAC e certificado pela A3ES desde janeiro de 2013. O sistema está organizado em processos e orientado para a melhoria contínua e inovação do ensino e aprendizagem, em interação com a IDI+T numa base de constante colaboração interinstitucional e com a comunidade. O Sistema é*

*ainda suportado por um conjunto de processos de gestão e de serviços de apoio. O SGGQ, coordenado pelo Gabinete de Avaliação e Qualidade (GAQ), com funções descritas no Manual da Qualidade é articulado com a gestão estratégica (órgãos de governação e gestão) da instituição.*

*O SGGQ-IPVC gera informação para definir medidas de melhoria dos CE, procurando o comprometimento das partes interessadas (PI) neste processo. O GAQ apoia as Coordenações de CE nos mecanismos de Garantia da Qualidade, em cooperação com órgãos e serviços que intervêm nas atividades administrativas, científicas e pedagógicas. Encontram-se implementadas metodologias de monitorização do ensino e aprendizagem, com indicadores de desempenho, incluindo qualificação do corpo docente e resultados da auscultação às PI—ver em <http://inqueritos.ipvc.pt> (ex.: Inquérito aos estudantes sobre a qualidade de ensino; Inquérito a Entidades Externas; Inquérito a Diplomados, Inquérito Bibliotecas IPVC, Inquerito mobilidade incoming e outgoing), recolha de informação oficial sobre procura e empregabilidade do CE e de cursos congéneres, recolha de informação sistemática de procura do CE e caracterização dos estudantes, sucesso escolar, abandono e mobilidade. É monitorizada a assiduidade e o grau de concretização dos programas das UC's (incluindo sumários e avaliação). Há reuniões periódicas das comissões de curso e CP e é realizado um Programa anual de Auditorias, permitindo definir causas de ocorrências e ações corretivas. Com estas fontes de informação, são elaborados de Relatórios das UC's pelos docentes responsáveis, que através da análise agregada pela coordenação de Curso resultam no Relatório Anual de Curso (RAC) com proposta de um Plano de Melhoria (e balanço dos planos de melhoria dos anos anteriores) e que é analisado pela Direção da UO e pelo CP.*

*O RAC apresenta 2 versões (uma resumida que é para disponibilização pública, e uma versão completa disponível à comunidade IPVC). Os CE que estão em avaliação pela A3ES em 17/18, elaboraram o RAC 16/17 resumo (em anexo 7.2.1) pois desenvolvem a análise crítica do RAC completo 16/17 no próprio relatório de autoavaliação em submissão à A3ES. Contudo, caso a A3ES pretenda RAC's completos de anos anteriores, o IPVC disponibilizará para todos os anos que considerarem necessário.*

**7.2.1. Quality assurance mechanisms for study programmes and activities developed by the Services or support structures to the teaching and learning processes, namely the procedures intended for information gathering (including the results of student surveys and the results of school success monitoring), the periodic monitoring and assessment of study programmes, the discussion and use of these assessment results in the definition of improvement measures and the monitoring of these measures implementation.**

*The IPVC has implemented a Management and Quality Assurance System (SGGQ), certified since 2009, under ISO 9001 by an entity accredited by IPAC and certified by A3ES since January 2013. The system is organized in processes and oriented to the continuous improvement and innovation of teaching and learning, in interaction with IDI + T on a basis of constant inter-institutional collaboration and with the community. The System is also supported by a set of management processes and support services. The SGGQ, coordinated by the Office of Evaluation and Quality (GAQ), with functions described in the Quality Manual is articulated with the strategic management (governing bodies and management) of the institution.*

*The SGGQ-IPVC generates information to define measures of improvement of the EC, looking for the commitment of the interested parties (IP) in this process. The GAQ supports the Coordination of SC in the mechanisms of Quality Assurance, in cooperation with organs and services that intervenes in the administrative, scientific and pedagogical activities. Teaching & learning monitoring methodologies are implemented, with performance indicators, including qualification of the faculty and results of listening to the IP—see <http://inqueritos.ipvc.pt> (ex.: Survey of students on the quality of teaching; External Entity Survey; Diploma Survey, IPVC Libraries Survey, incoming and outgoing mobility survey, collection of official information on EC demand and employability and similar courses, collection of systematic information on EC search and student characterization, success abandonment and mobility. The attendance and degree of completion of UC programs (including summaries and evaluation) are monitored. There are periodic meetings of the course and CP committees and an annual Audit Program is carried out, allowing to define causes of occurrences and corrective actions. With these sources of information, the reports of the UCs are prepared by the responsible teachers, who, through the aggregated analysis by the Course coordination, result in the Annual Report of the Course (RAC) with a proposal for an Improvement Plan (and review of the improvement plans for the years above) and that is analyzed by the Direction of the OU and CP.*

*The RAC has 2 versions (a summary that is for public availability, and a complete version available to the IPVC community). The EC, which are being evaluated by the A3ES on 17/18, drew up the RAC 16/17 summary (Annex 7.2.1) as they develop the critical analysis of the full RAC 16/17 in the self-report on submission to the A3ES. However, if A3ES intends to complete RACs from previous years, the IPVC will make available for such years as it deems necessary.*

**7.2.2. Indicação da(s) estrutura(s) e do cargo da(s) pessoa(s) responsável(eis) pela implementação dos mecanismos de garantia da qualidade dos ciclos de estudos.**

*Gabinete de Avaliação e Qualidade (GAQ-IPVC) em articulação com os órgãos da instituição com funções na garantia da qualidade dos CE (em particular, CTC, CP, Áreas Científicas e Grupos Disciplinares e Coordenações de Curso).*

**7.2.2. Indication of the structure(s) and position of the responsible person(s) for the implementation of the quality assurance mechanisms of the study programmes.**

*Evaluation and Quality Office (GAQ-IPVC) in articulation with the institution's bodies with functions for the quality assurance of the SC (in particular, CTC, CP, Scientific Areas and Disciplinary Groups and Course Coordination).*

### 7.2.3. Procedimentos de avaliação do desempenho do pessoal docente e medidas conducentes à sua permanente atualização e desenvolvimento profissional.

*Baseado numa gestão e partilha de conhecimentos, aprendizagem contínua e inovação, identificam-se fatores que constituem obstáculo ao trabalho, estimulando o reforço de competências. O Sistema de Avaliação do Desempenho do Pessoal Docente implementado, define mecanismos para identificar objetivos do desempenho. São diagnosticadas necessidades de formação, sendo analisadas pelas direções das UO, GD, CTC e CP's e desenvolvidas formações.*

*Do último diagnóstico os docentes mostraram interesse em metodologias de aprendizagem baseada em problemas, em Team-based learning, em avaliação da aprendizagem e utilização de plataformas digitais. Neste âmbito, um docente do IPVC, efetuou, com docentes do IPC e IPS, um curso "Collaboratory Summer Institute 2017-Designing Student-Centered Learning Experiences", no Olin College of Engineering,. Em 2018 estes docentes vão efetuar testar aplicabilidade com workshops.*

### 7.2.3. Procedures for assessing the teaching staff performance and measures leading to their ongoing updating and professional development.

*Based on knowledge management and sharing, continuous learning and innovation, factors that impede work are identified, stimulating the reinforcement of skills. The implemented Teachers' Performance Evaluation System defines mechanisms to identify performance objectives. Training needs are diagnosed, being analyzed by the UO, GD, CTC and CP's directions and workshops are developed.*

*From the last diagnosis, teachers showed an interest in problem-based learning methodologies, Team-based learning, evaluation of learning and use of digital platforms. In this context, an IPVC lecturer, with IPC and IPS teachers, conducted a course "Collaboratory Summer Institute 2017-Designing Student-Centered Learning Experiences" at the Olin College of Engineering. In 2018 these teachers will test applicability with workshops.*

#### 7.2.3.1. Hiperligação facultativa ao Regulamento de Avaliação de Desempenho do Pessoal Docente.

[http://www.ipvc.pt/sites/default/files/despacho\\_14652\\_2012\\_aprova\\_regulamento\\_sistema\\_avaliacao\\_docentes.pdf](http://www.ipvc.pt/sites/default/files/despacho_14652_2012_aprova_regulamento_sistema_avaliacao_docentes.pdf)

### 7.2.4. Procedimentos de avaliação do pessoal não-docente e medidas conducentes à sua permanente atualização e desenvolvimento profissional.

*A avaliação de Pessoal Não Docente (PND) é feita pelo SIADAP, avaliação baseada na responsabilização do colaborador quanto à prossecução dos objetivos fixados, por UO e Serviço. A harmonização das propostas de avaliação é efetuada em reunião do Conselho Coordenador de Avaliação. É preenchida a ficha de autoavaliação e posteriormente a ficha de avaliação é preenchida em reunião entre o avaliador e avaliado. A avaliação é objeto de parecer por parte da Comissão Paritária para a Avaliação e homologada pelo Presidente do IPVC, com o conhecimento do Avaliado. O IPVC incentiva e apoia a atualização do PND, através de formação interna e apoiando formação externa. Anualmente há um diagnóstico de necessidades formativas e elaboram-se Planos de Formação. Exemplos de formação nos últimos anos: Contabilidade, Auditorias, Sistemas Informáticos, Atendimento ao Público, Controlo incêndios/1º Socorros, Laboratórios. Em 2017 houve uma forte aposta na formação na Língua Inglesa e em Proteção de Dados.*

### 7.2.4. Procedures for assessing the non-teaching staff and measures leading to their ongoing updating and professional development.

*The assessment of Non-Teaching Personnel (PND) is made by SIADAP, an evaluation based on the responsibility of the employee in the pursuit of the objectives set by UO and Service. The harmonization of evaluation proposals is carried out at a meeting of the Evaluation Coordinating Council. The self-assessment form is completed and the evaluation form is then completed in a meeting between the evaluator and the evaluated one. The evaluation is subject to an endorsement by the Joint Evaluation Committee and approved by the IPVC President, with the knowledge of the Evaluator. IPVC encourages and supports the updating of the NDP through both internal and external training. Every year there is a diagnosis of training needs and preparation of Training Plans. Examples of training in the last years: Accounting, Audits, Computer Systems, Customer Service, Fire Control / 1st Aid, Laboratories. In 2017 there was a strong commitment to training in the English Language and Data Protection.*

### 7.2.5. Outras vias de avaliação/acreditação nos últimos 5 anos.

*A lei 39/2012 de 28 de Agosto veio alterar o regime de acesso à atividade profissional daqueles que trabalham em ginásios e health-clubs, nomeadamente, obrigando à obtenção de um título profissional, Técnico de Exercício Físico e/ou Diretor Técnico. Para a renovação destes títulos, os seus detentores necessitam obter 5 créditos em 5 anos. O CE ofereceu a possibilidade de alunos externos poderem renovar as suas cédulas, frequentando uma qualquer Unidade Curricular que atribuía mais do que os créditos necessários. 2 alunos externos obtiveram assim a sua creditação. Por outro lado, algumas modalidades de fitness funcionam em regime de franchise, e os seus instrutores necessitam creditação própria certificada pela instituição detentora do franchise ou da sua representante. Ao longo do seu funcionamento, o CE ofereceu aos seus alunos e a vários alunos externos a possibilidade de obtenção da certificação em várias dessas modalidades, destacando o PowerJump, o BodyPump e o Pilates.*

### 7.2.5. Other means of assessment/accreditation in the last 5 years.

*The law 39/2012 of August 28 changed the access regimen to the professional activities of those working in gyms and health clubs, making the acquisition of a professional title mandatory (Physical Exercise Technician and/or Technical Director). For the renewal of these titles, their holders need to obtain 5 credits in 5 years. The SC offered the possibility of external students being able to renew their certificates, attending any Curricular Unit, which gave more than the necessary credits. 2 external students obtained their credit with us. On the other hand, some fitness modalities operate on a franchise basis, and their instructors need to be certified by the institution holding the franchise or its representative. Throughout its operation, the CE offered its students and several external students the possibility of obtaining the certification in several of these modalities, of which we can PowerJump, BodyPump and Pilates.*

## 8. Análise SWOT do ciclo de estudos e proposta de ações de melhoria

### 8.1 Análise SWOT global do ciclo de estudos

---

#### 8.1.1. Pontos fortes

*Reconhecimento do curso por partes de profissionais e empregadores na área do fitness;  
Formação em áreas do fitness que respondem às necessidades das autarquias, dos clubes, das associações, das academias de fitness, de empresas ligadas às atividades físicas;  
A organização interna estimula a participação de docentes e alunos nas decisões sobre a dinâmica do curso.  
Facilidade de acesso e tempo de execução dos serviços académicos e de balcão único;  
A possibilidade de utilização de instalações desportivas de elevada qualidade, nomeadamente a própria Escola Superior de Desporto e Lazer e o Centro de Estágios/Complexo Desportivo e de Lazer do Monte de Prado;  
Relações interinstitucionais criadas com a comunidade local (Centro de Saúde, Centros de 3a Idade, etc) e comunidade regional (Câmaras Municipais);  
Protocolos com instituições de acolhimento relacionadas com o CE;  
A existência de um corpo docente coeso e motivado;  
Pessoal não docente da zona de implementação da escola cria um sentido de responsabilidade e entrega ao curso enorme que se traduz em vários aspetos, entre os quais a dedicação ao curso fora do horário escolar ou o acompanhamento de alunos em áreas de suporte com o alojamento dos alunos;  
A Identidade do curso e dos seus alunos;  
Colaboração de docentes de renome e qualidade internacionais, referências mundiais no âmbito das atividades de Fitness;  
Utilização de instalações desportivas de elevada qualidade, reconhecidas internacionalmente através de prémios de Design/Arquitetura;  
Preparação teórica e prática dos alunos para intervir nas áreas do desporto e lazer, sobretudo nas atividades de ar livre e academias;  
Possibilidade de opção de realização de dissertação, estágio ou projeto no 2.º ano do CE;  
A elevada percentagem de sucesso escolar;  
Disponibilização de transporte institucional a baixo custo, entre Viana do Castelo, Ponte de Lima e Melgaço;  
Protocolo com instituição de alojamento com preços competitivos para que os alunos possam pernoitar em Melgaço.*

#### 8.1.1. Strengths

*Recognition of the course by professionals and employers involved in the fitness industry;  
Training in areas of fitness that respond to the needs of local authorities, clubs, associations, fitness clubs, companies involved in physical activities;  
The internal organization encourages the participation of teachers and students in the decisions about the dynamics of the course. Ease of access and fast execution time of academic and central services;  
The possibility of using high quality sports facilities, namely the School of Sports and Leisure itself and the Sports and Leisure Complex of Monte de Prado;  
Inter-institutional relations created with the local community (Health Center, 3rd Age Centers, etc) and regional community (Municipal Councils);  
Protocols with host institutions related to the SC;  
The existence of a cohesive and motivated teaching staff;  
Non-teaching personnel from the school's implementation zone create a sense of responsibility and delivery to the enormous course that translates into various aspects, including dedication to the course outside of school hours or the accompaniment of students in support areas like the accommodation of students;  
The Identity of the course and its students;  
Collaboration of renowned and international quality teachers, world references in the scope of Fitness activities;  
Use of high quality sports facilities, internationally recognized through Design / Architecture awards;  
Theoretical and practical preparation of the students to intervene on the areas fitness and sports and leisure, mainly in the activities of open air and academies;  
Possibility of option of accomplishment of dissertation, stage or project in the 2nd year of the CE;  
The high percentage of school success;  
Providing low-cost institutional transport between Viana do Castelo, Ponte de Lima and Melgaço;  
Protocol with lodging institution with competitive prices so that students can stay overnight in Melgaço.*

### 8.1.2. Pontos fracos

*A reduzida percentagem de obtenção do grau académico nos 2 anos curriculares. Podemos apontar 3 razões para estes resultados: a primeira prende-se com o sucesso profissional dos nossos alunos, que naturalmente lhes retira algum tempo de dedicação à conclusão dos trabalhos de estágio, projeto ou dissertação; o segundo poderá estar associado ao facto da orientação dos trabalhos do 2º ano dos mestrados não contar para a distribuição do serviço docente, o que implica que estas atividades são realizadas pro bono, em regime de trabalho voluntário não-remunerado. Neste ponto, acrescente-se que os docentes da ESDL têm normalmente associados muitos outros cargos de gestão e coordenação, para além do seu horário de trabalho regular, o que ainda coloca dificuldades acrescidas no acompanhamento destes alunos; finalmente, a ESDL dispõe de apenas 1 docente contratado a tempo integral inerentemente associado à área do curso em questão, o que também limita a distribuição das orientações pela restante equipa docente; A promoção e divulgação do curso poderá/deverá ser mais presente e frequente.*

### 8.1.2. Weaknesses

*The low percentage of achievement of the academic degree in the two curricular years. We can point out three reasons for these results: the first relates to the professional success of our students, which naturally takes concurs to the time that they can dedicate to completing the internship, project or dissertation work; the second may be due to the fact that the orientation of the 2nd year master's studies does not count towards the distribution of the teaching service, which implies that these activities are carried out pro bono by teachers, in a voluntary unpaid work regimen. At this point, it should be added that ESDL teachers normally have many other management and coordination positions in addition to their regular working hours, which further complicates the monitoring of these students; Finally, the ESDL has only one full-time teacher related to the area of the course in question, which also limits the distribution of the students by the remaining teaching staff; The promotion and publicity the course may / should be more present and frequent.*

### 8.1.3. Oportunidades

*O Fitness continua a ser uma das áreas profissionais desportivas de maior crescimento nacional. Isto, aliado à inerente empregabilidade, aumenta a necessidade de formação adequada e específica nesta área de formação. A Escola Superior de Desporto e Lazer continua a ser uma das poucas instituições públicas que oferecem este nível de formação, ainda que nos últimos anos várias empresas privadas tenham assumido parte do mercado, com a introdução dos Cursos de Especialização Tecnológica em "Técnico de Exercício Físico"; O estabelecimento de parcerias com instituições que procuram alunos com formação específica nas áreas do CE; Motivação acrescida pela oportunidade de obter formação em instalações com elevada qualidade, relevante para o ciclo de estudos; O curso possibilita a obtenção de formação reconhecida em algumas das modalidades mais procuradas atualmente no panorama do fitness; O êxito e competências demonstradas sobretudo em unidades curriculares com forte componente prática estimula a formação de excelência para as atividades de fitness.*

### 8.1.3. Opportunities

*Fitness continues to be one of the largest professional growth areas in the country. This, together with the inherent employability, increases the need for adequate and specific training in this area of training. The School of Sports and Leisure continues to be one of the few public institutions that offer this level of training, although in recent years several private companies have assumed part of the market, with the introduction of the Technological Specialization Courses in "Physical Exercise Technician "; The establishment of partnerships with institutions seeking students with specific training in the EC areas; Increased motivation for the opportunity to obtain training in facilities with high quality, relevant to the cycle of studies; The course makes it possible to obtain recognized training in some of the most sought after modalities currently in the fitness landscape; The success and skills demonstrated especially in curricular units with a strong practical component stimulates the formation of excellence for the fitness activities.*

### 8.1.4. Constrangimentos

*Potenciais interessados maioritariamente localizados em áreas geográficas relativamente afastadas; O 2.º ano não conta para distribuição do serviço docente, o que coloca grandes constrangimentos na organização do CE; Sobrecarga letiva dos docentes deixa pouco para tutorias extra-curriculares e acompanhamento de atividades de reforço dos alunos, ou mesmo no 2.º ano do CE, onde o trabalho de acompanhamento efetuado pelos docentes não conta para distribuição do serviço letivo; Oferta de Cursos de Especialização Tecnológica em "Técnico de Exercício Físico", por entidades privadas, que potencialmente retira alguns candidatos ao curso de Atividades de Fitness.*

### 8.1.4. Threats

*Potential interested students are mostly located in relatively remote geographical areas;  
The 2nd year does not count for the distribution of the teaching service, which places great constraints on the organization of the SC;  
Teacher's professional overload leads to reduced time for extra-curricular tutorials and monitoring of reinforcement activities of the students, specifically on their 2nd year of the SC, where the follow-up work carried out by teachers does not count for the distribution of the school service hours;  
Offer of Technological Specialization Courses in "Physical Exercise Technician", by private entities, which potentially withdraws some candidates to our SC.*

## 8.2. Proposta de ações de melhoria

---

### 8.2. Proposta de ações de melhoria

#### 8.2.1. Ação de melhoria

*PONTO 1 - A reduzida percentagem de obtenção do grau académico nos 2 anos curriculares. Podemos apontar 3 razões para estes resultados: a primeira prende-se com o sucesso profissional dos nossos alunos, que naturalmente lhes retira algum tempo de dedicação à conclusão dos trabalhos de estágio, projeto ou dissertação; o segundo poderá estar associado ao facto da orientação dos trabalhos do 2º ano dos mestrados não contar para a distribuição do serviço docente, o que por vezes dificulta a gestão do tempo disponível.;  
AÇÃO PONTO 1 - Como facilmente se percebe pelas explicações avançadas, este ponto não tem resolução simples. No entanto, estamos em crer que com a contratação de mais docentes da área do fitness a tempo integral poderá ajudar a mitigar este ponto fraco do CE, sendo por isso, esta a principal medida que deverá ser implementada num futuro próximo.*

*PONTO 2 - A promoção e divulgação do curso poderá/deverá ser mais presente e frequente.  
AÇÃO PONTO 2 - Realizar ações de promoção diretamente nos ginásios e health-clubs; aumentar a publicidade paga nas redes sociais principais; Promover dias de intercâmbio entre instituições de acolhimento e os alunos da Escola Superior de Desporto e Lazer; Aumentar a divulgação entre os alunos do 1º ciclo de estudos.*

#### 8.2.1. Improvement measure

*POINT 1 - The reduced percentage of graduation in the two curricular years. We can point out three reasons for these results: the first relates to the professional success of our students, which naturally takes them some time to dedicate to completing the internship, project or dissertation work; the second may be due to the fact that the orientation of the 2nd year master's studies does not count towards the distribution of the teaching service,; ACTION POINT 1 - Although this point has no simple resolution, we believe that hiring more full-time fitness related teachers can help mitigate this weak point of the SC, and this is why it should be implemented on the near future.*

*POINT 2 - The promotion and publicity of the course may / should be more present and frequent.  
ACTION POINT 2 - Carry out promotion actions directly in gyms and health clubs; increase paid advertising on major social networks; Promote days of exchange between host institutions and students of the Sports and Leisure School; Increase dissemination among students in the 1st cycle of studies.*

#### 8.2.2. Prioridade (alta, média, baixa) e tempo de implementação da medida

*Para ambas as ações, a prioridade deverá ser alta, isto é, estar resolvida aquando da abertura da próxima edição do curso de Mestrado em Atividades de Fitness (2019/2020).*

#### 8.2.2. Priority (High, Medium, Low) and implementation timeline.

*For both actions, the priority should be high, that is, they should be resolved by the opening of the next edition of the Masters course in Fitness Activities (2019/2020).*

#### 9.1.3. Indicadores de implementação

*Nº de docentes contratados a tempo integral, referentes à área do ciclo de estudos; Ações realizadas para a promoção do ciclo de estudos.*

#### 9.1.3. Implementation indicators

*Number of full-time teachers, related to the area of the study cycle; Actions taken to promote the study cycle.*

## 9. Proposta de reestruturação curricular (facultativo)

### 9.1. Alterações à estrutura curricular

---

**9.1. Síntese das alterações pretendidas e respectiva fundamentação**

&lt;sem resposta&gt;

**9.1. Synthesis of the intended changes and their reasons.**

&lt;no answer&gt;

**9.2. Nova estrutura curricular pretendida (apenas os percursos em que são propostas alterações)****9.2. Nova Estrutura Curricular****9.2.1. Ramo, variante, área de especialização do mestrado ou especialidade do doutoramento (se aplicável):**

&lt;sem resposta&gt;

**9.2.1. Branch, option, specialization area of the master or speciality of the PhD (if applicable):**

&lt;no answer&gt;

**9.2.2. Nova estrutura curricular pretendida / New intended curricular structure**

Área Científica / Scientific Area	Sigla / Acronym	ECTS Obrigatórios / Mandatory ECTS	ECTS Optativos / Optional ECTS*
(0 Items)		0	0

&lt;sem resposta&gt;

**9.3. Novo plano de estudos****9.3. Novo Plano de estudos****9.3.1. Ramo, variante, área de especialização do mestrado ou especialidade do doutoramento (se aplicável):**

&lt;sem resposta&gt;

**9.3.1. Branch, option, specialization area of the master or speciality of the PhD (if applicable):**

&lt;no answer&gt;

**9.3.2. Ano/semestre/trimestre curricular:**

&lt;sem resposta&gt;

**9.3.2. Curricular year/semester/trimester:**

&lt;no answer&gt;

**9.3.3 Novo plano de estudos / New 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)
(0 Items)						

&lt;sem resposta&gt;

**9.4. Fichas de Unidade Curricular****Anexo II****9.4.1. Designação da unidade curricular:**

&lt;sem resposta&gt;



**9.4.2. Docente responsável e respetiva carga lectiva na unidade curricular (preencher o nome completo):**  
<sem resposta>

**9.4.3. Outros docentes e respetivas cargas lectivas na unidade curricular:**  
<sem resposta>

**9.4.4. Objetivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):**  
<sem resposta>

**9.4.4. Learning outcomes of the curricular unit:**  
<no answer>

**9.4.5. Conteúdos programáticos:**  
<sem resposta>

**9.4.5. Syllabus:**  
<no answer>

**9.4.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objetivos de aprendizagem da unidade curricular**  
<sem resposta>

**9.4.6. Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's learning objectives.**  
<no answer>

**9.4.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):**  
<sem resposta>

**9.4.7. Teaching methodologies (including evaluation):**  
<no answer>

**9.4.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objetivos de aprendizagem da unidade curricular.**  
<sem resposta>

**9.4.8. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes.**  
<no answer>

**9.4.9. Bibliografia de consulta/existência obrigatória:**  
<sem resposta>

## **9.5. Fichas curriculares de docente**

---

### **Anexo III**

**9.5.1. Nome do docente (preencher o nome completo):**  
<sem resposta>

**9.5.2. Ficha curricular de docente:**  
<sem resposta>