

# NCE/15/00118 — Apresentação do pedido - Novo ciclo de estudos

---

## Apresentação do pedido

### Perguntas A1 a A4

---

**A1. Instituição de ensino superior / Entidade instituidora:**  
*Instituto Politécnico De Viana Do Castelo*

**A1.a. Outras Instituições de ensino superior / Entidades instituidoras:**

**A2. Unidade(s) orgânica(s) (faculdade, escola, instituto, etc.):**  
*Escola Superior de Desporto e Lazer de Melgaço*

**A3. Designação do ciclo de estudos:**  
*Treino Desportivo*

**A3. Study programme name:**  
*Sports Training*

**A4. Grau:**  
*Mestre*

### Perguntas A5 a A10

---

**A5. Área científica predominante do ciclo de estudos:**  
*Ciências do Desporto*

**A5. Main scientific area of the study programme:**  
*Sports Science*

**A6.1. 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*

**A6.2. 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>*

**A6.3. 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>*

**A7. Número de créditos ECTS necessário à obtenção do grau:**  
*120*

**A8. Duração do ciclo de estudos (art.º 3 DL-74/2006, de 26 de Março):**  
*4 semestres*

**A8. Duration of the study programme (art.º 3 DL-74/2006, March 26th):**  
*4 semesters*

**A9. Número de vagas proposto:**

25

**A10. Condições específicas de ingresso:**

*Serão admitidos à candidatura, ao Mestrado de Treino Desportivo, os detentores de:*

- a) Licenciatura nas áreas das Ciências do Desporto, Educação Física, ou afins.*
- b) Os titulares de graus por instituições de ensino superior estrangeiras na área das Ciências do Desporto, Educação Física, 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 Treino Desportivo.*

**A10. Specific entry requirements:**

*Will be admitted to the Master in Sports Training, the candidates with the following profile:*

- a) Degree in Sport Sciences, Physical Education, or related areas.*
- b) Holders of degrees by foreign higher education institutions in the area of Sport Science, Physical Education, or related areas through curriculum evaluation by the Scientific Committee;*
- c) Holders of an academic, scientific or professional curriculum vitae that is recognized as attesting the capacity to carry out this cycle of studies by the Scientific Council of the institution of higher education.*

*In the selection process made by the scientific committee, the following general criteria will be considered:*

- a) Candidate's academic and scientific curriculum;*
- b) The candidate's professional curriculum in the area of Sports Science or related, with particular relevance given to the Sports Training work experience.*

**Pergunta A11**

---

**Pergunta A11**

**A11. Percursos alternativos como ramos, variantes, áreas de especialização do mestrado ou especialidades do doutoramento em que o ciclo de estudos se estrutura (se aplicável):**

*Não*

**A11.1. Ramos, variantes, áreas de especialização do mestrado ou especialidades do doutoramento (se aplicável)**

**A11.1. Ramos, variantes, áreas de especialização do mestrado ou especialidades do doutoramento, em que o ciclo de estudos se estrutura (se aplicável) / Branches, options, specialization areas of the master or specialities of the PhD (if applicable)**

**Ramo, variante, área de especialização do mestrado ou especialidade do doutoramento:**

**Branch, option, specialization area of the master or speciality of the PhD:**

*<sem resposta>*

**A12. Estrutura curricular**

---

**Mapa I -****A12.1. Ciclo de Estudos:**

*Treino Desportivo*

**A12.1. Study Programme:**

*Sports Training*

**A12.2. Grau:***Mestre***A12.3. Ramo, variante, área de especialização do mestrado ou especialidade do doutoramento (se aplicável):****A12.3. Branch, option, specialization area of the master or speciality of the PhD (if applicable):****A12.4. Áreas científicas e créditos que devem ser reunidos para a obtenção do grau / Scientific areas and credits that must be obtained for the awarding of the degree**

Área Científica / Scientific Area	Sigla / Acronym	ECTS Obrigatórios / Mandatory ECTS	ECTS Mínimos Optativos* / Minimum Optional ECTS*
Ciências do Desporto	CD	55	60
Ciências da Saúde	CS	5	0
<b>(2 Items)</b>		<b>60</b>	<b>60</b>

**Perguntas A13 e A16****A13. Regime de funcionamento:***Diurno***A13.1. Se outro, especifique:***<sem resposta>***A13.1. If other, specify:***<no answer>***A14. Local onde o ciclo de estudos será ministrado:**

*Escola Superior de Desporto e Lazer  
Complexo Desportivo e Lazer Comendador Rui Solheiro – Monte de Prado  
4960-320 Melgaço, Portugal*

**A14. Premises where the study programme will be lectured:**

*Escola Superior de Desporto e Lazer  
Complexo Desportivo e Lazer Comendador Rui Solheiro – Monte de Prado  
4960-320 Melgaço, Portugal*

**A15. Regulamento de creditação de formação e experiência profissional (PDF, máx. 500kB):***<sem resposta>***A16. Observações:***<sem resposta>***A16. Observations:***<no answer>***Instrução do pedido****1. Formalização do pedido****1.1. Deliberações**

**Mapa II - Conselho Pedagógico Escola Superior Desporto e Lazer de Melgaço****1.1.1. Órgão ouvido:**

*Conselho Pedagógico Escola Superior Desporto e Lazer de Melgaço*

**1.1.2. Cópia de acta (ou extrato de acta) ou deliberação deste órgão assinada e datada (PDF, máx. 100kB):**

[1.1.2.\\_parecer CPedagógico.pdf](#)

**Mapa II - Diretor da Unidade Orgânica****1.1.1. Órgão ouvido:**

*Diretor da Unidade Orgânica*

**1.1.2. Cópia de acta (ou extrato de acta) ou deliberação deste órgão assinada e datada (PDF, máx. 100kB):**

[1.1.2.\\_Parecer Diretor UO.pdf](#)

**Mapa II - Coordenador do Grupo Disciplinar de Desporto, Turismo e Lazer****1.1.1. Órgão ouvido:**

*Coordenador do Grupo Disciplinar de Desporto, Turismo e Lazer*

**1.1.2. Cópia de acta (ou extrato de acta) ou deliberação deste órgão assinada e datada (PDF, máx. 100kB):**

[1.1.2.\\_parecer GD.pdf](#)

**Mapa II - Coordenadora da Área Científica de Educação e Ciências Sociais****1.1.1. Órgão ouvido:**

*Coordenadora da Área Científica de Educação e Ciências Sociais*

**1.1.2. Cópia de acta (ou extrato de acta) ou deliberação deste órgão assinada e datada (PDF, máx. 100kB):**

[1.1.2.\\_Parecer AC.pdf](#)

**Mapa II - Associação Futebol Viana do Castelo****1.1.1. Órgão ouvido:**

*Associação Futebol Viana do Castelo*

**1.1.2. Cópia de acta (ou extrato de acta) ou deliberação deste órgão assinada e datada (PDF, máx. 100kB):**

[1.1.2.\\_parecer AFV.pdf](#)

**Mapa II - Conselho Técnico-Científico do Instituto Politécnico de Viana do Castelo.****1.1.1. Órgão ouvido:**

*Conselho Técnico-Científico do Instituto Politécnico de Viana do Castelo.*

**1.1.2. Cópia de acta (ou extrato de acta) ou deliberação deste órgão assinada e datada (PDF, máx. 100kB):**

[1.1.2.\\_parecer CTC.pdf](#)

**Mapa II - Presidente do IPVC****1.1.1. Órgão ouvido:**

*Presidente do IPVC*

**1.1.2. Cópia de acta (ou extrato de acta) ou deliberação deste órgão assinada e datada (PDF, máx. 100kB):**

[1.1.2.\\_deliberação presidente IPVC.pdf](#)

**Mapa II - Associação Nacional de Treinadores de Voleibol****1.1.1. Órgão ouvido:**

*Associação Nacional de Treinadores de Voleibol*

**1.1.2. Cópia de acta (ou extrato de acta) ou deliberação deste órgão assinada e datada (PDF, máx. 100kB):**  
[1.1.2.\\_ANTV.pdf](#)

**1.2. Docente(s) responsável(eis) pela coordenação da implementação do ciclo de estudos**

**1.2. Docente(s) responsável(eis) pela coordenação da implementação do ciclo de estudos A(s) respectiva(s) ficha(s) curricular(es) deve(m) ser apresentada(s) no Mapa V.**

*João Miguel Vieira Camões*

## 2. Plano de estudos

---

**Mapa III - - 1º ano**

**2.1. Ciclo de Estudos:**  
*Treino Desportivo*

**2.1. Study Programme:**  
*Sports Training*

**2.2. Grau:**  
*Mestre*

**2.3. Ramo, variante, área de especialização do mestrado ou especialidade do doutoramento (se aplicável):**

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

**2.4. Ano/semestre/trimestre curricular:**  
*1º ano*

**2.4. Curricular year/semester/trimester:**  
*First year*

### 2.5. Plano de Estudos / Study plan

---

Unidade Curricular / Curricular Unit	Área Científica / Scientific Area (1)	Duração / Duration (2)	Horas Trabalho / Working Hours (3)	Horas Contacto / Contact Hours (4)	ECTS	Observações / Observations (5)
Concepção e planeamento do treino	CD	1º semestre	162	T-32	6	
Exercício, metabolismo e nutrição	CD	1º semestre	135	T-16, TP-16	5	
Prevenção e reabilitação de lesões no desporto	CS	1º semestre	135	T-16, TP-16	5	
Fisiologia do exercício em populações específicas	CD	1º semestre	162	T-16, PL-16	6	
Seminário desportos individuais	CD	1º semestre	81	T-16	3	
Metodologia do desporto I	CD	1º semestre	135	TP-48	5	
Metodologia da investigação	CD	2º semestre	162	T-32	6	
Avaliação e controlo do treino	CD	2º semestre	135	T-16, TP-16	5	
Coaching desportivo	CD	2º semestre	162	T-16, TP-16	6	
Organização desportiva	CD	2º semestre	135	T-16, TP-16	5	
Seminário desportos colectivos	CD	2º semestre	81	T-16	3	
	CD	2º semestre	135	TP-48	5	

Metodologia do  
desporto II  
(12 Items)

### Mapa III - - 2º ano

#### 2.1. Ciclo de Estudos:

*Treino Desportivo*

#### 2.1. Study Programme:

*Sports Training*

#### 2.2. Grau:

*Mestre*

#### 2.3. Ramo, variante, área de especialização do mestrado ou especialidade do doutoramento (se aplicável):

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

#### 2.4. Ano/semestre/trimestre curricular:

*2º ano*

#### 2.4. Curricular year/semester/trimester:

*Second year*

#### 2.5. Plano de Estudos / Study plan

Unidade Curricular / Curricular Unit	Área Científica / Scientific Area (1)	Duração / Duration (2)	Horas Trabalho / Working Hours (3)	Horas Contacto / Contact Hours (4)	ECTS	Observações / Observations (5)
Estágio	CD	anual	1620	E-384, S-64	60	Opção 1
Dissertação	CD	anual	1620	OT-48, TC-144, S-32	60	Opção 2

(2 Items)

### 3. Descrição e fundamentação dos objectivos, sua adequação ao projecto educativo, científico e cultural da instituição, e unidades curriculares

#### 3.1. Dos objectivos do ciclo de estudos

##### 3.1.1. Objectivos gerais definidos para o ciclo de estudos:

*Aperfeiçoamento dos conhecimentos obtidos no 1º ciclo do Ensino Superior (licenciatura) e da experiência profissional, consolidando competências específicas na área científica do Treino Desportivo, por forma a permitir a sua aplicação autónoma e original, em contexto profissionalizante. Sendo assim, o presente ciclo de estudos de mestrado visa preparar o candidato para:*

- 1. Treinar autonomamente, ou coadjuvando titulares de cédula de treinador de grau I ou II, atletas em todas as etapas de formação desportiva;*
- 2. Implementar planos e ordenamentos estratégicos definidos por profissionais com cédula de treinador de grau I ou II;*
- 3. Coordenar e supervisionar equipas técnicas de profissionais de grau I.*

##### 3.1.1. Generic objectives defined for the study programme:

*Development of the knowledge obtained in the 1st cycle of higher education (bachelor) and professional experience, consolidating specific skills in the scientific area of the Sports Training in order to allow their independent and original application in professional context. Thus, the present cycle of master's studies is to prepare the candidate for:*

- 1. Train autonomously, or by assisting coaches with grade I or II, athletes at all stages of sports training;*

2. *Implement strategic plans and systems defined by coaches with grade I ou II;*
3. *Coordinate and supervise technical staff with grade I.*

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

*Especificamente pretende-se que:*

- 1 *participe no recrutamento de praticantes para a prática da modalidade desportiva e monitorize toda a sua actividade formativa;*
- 2 *participe na concepção do planeamento da actividade de treino e competição;*
3. *utilize técnicas e estratégias de comunicação adequadas às circunstâncias;*
- 4 *dirija os praticantes na sessão de treino/competição, assegurando o exercício das competências de ensino fundamentais (explicação, demonstração, observação e correcção);*
- 5 *avalie o treino/competição dos praticantes, analisando atitudes, comportamentos e resultados alcançados, assegurando o desenvolvimento dos atletas;*
- 6 *organize e oriente os praticantes na preparação e na participação da competição, assegurando as condições de segurança (técnicas elementares de primeiros socorros e de suporte básico de vida) e a salvaguarda dos mais elevados valores éticos da prática desportiva.*
- 7 *Possua um domínio especializado da fundamentação, investigação e desenvolvimento na área*

### 3.1.2. Intended learning outcomes (knowledge, skills and competences) to be developed by the students:

*Specifically it is intended that the student:*

1. *participate in the recruitment of athletes to sport practice and monitoring of all its training activities;*
2. *participate in the design of planning training activity and competition;*
3. *use techniques and appropriate communication strategies to the circumstances;*
4. *head over the athletes in the training session/competition, ensuring the exercise of teaching skills (explanation, demonstration, observation and correction);*
5. *assess the training/competition of the practitioners, analyzing the attitudes, behaviors and outcomes achieved by ensuring the development of athletes;*
6. *organize and guide athletes in the preparation and participation of the competition, ensuring the safety conditions (elementary techniques of first aid and basic life support) and safeguarding the highest ethical values of sport.*
7. *- Scientific approach to the problems of the profession, research and development*

### 3.1.3. Inserção do ciclo de estudos na estratégia institucional de oferta formativa face à missão da instituição:

*Este mestrado que visa a aquisição de uma especialização de natureza profissional e/ou académica, vem responder directamente às necessidades dos profissionais, ex-alunos e alunos atuais, bem como das entidades empregadoras da área do Treino Desportivo. Pretende-se que a oferta especializada com uma fortíssima componente do saber-fazer aliado ao aprofundamento de conhecimentos científicos, técnicos, profissionais e metodológicos, permita aos seus alunos adquirir certificação profissional de alto nível e o reconhecimento da certificação profissional de nível II na formação de treinadores. Em simultâneo, cumpre integralmente a missão expressa na lei para a formação avançada no Ensino Superior Politécnico. Adicionalmente, o mestrado proposto surge dentro de uma sequência lógica na estrutura de formação da Escola Superior de Desporto e Lazer nesta área, que se inicia com o CTeSP em Treino Desportivo, continua com a Licenciatura em Desporto e Lazer, e se vai complementar com esta especialização de 2º ciclo.*

*A área do curso proposto, Treino Desportivo, assume um papel prioritário no desenvolvimento a médio prazo dos cursos de formação avançada na ESDL. É através destas especializações de tónica profissional que a ESDL pretende implantar a sua marca distintiva no seio da formação nacional e internacional em Ciências do Desporto.*

### 3.1.3. Insertion of the study programme in the institutional training offer strategy against the mission of the institution:

*This master designed to gain a professional specialization and/or academic, is responding directly to the needs of professionals, alumni and current students, as well as the employers of Sports Training Area. It is intended that the specialist offer with a very strong component of the know-how combined with the deepening of scientific knowledge, technical, professional and methodological, enable its students to gain professional certification of high-level and recognition of professional certification level II, in training coaches process. Simultaneously, fully complies with the mission expressed in the law for advanced training at the Polytechnic.*

*In addition, the proposed Master comes in a logical sequence in the graduation structure of the School of Sports and Leisure in this area, beginning with the CTeSP in Sports Training, continues with a degree in Sport and Leisure, and will complement with this sports training specialization (master).*

*The area of the proposed course, Sports Training, plays a primary role in the medium term development of advanced training courses in School of Sports and Leisure. It is through these professional focus of specializations that School of Sports and Leisure intends to implement its distinctive mark within the national and international training in Sport Sciences.*

### 3.2. Adequação ao projeto educativo, científico e cultural da Instituição

#### 3.2.1. Projeto educativo, científico e cultural da Instituição:

*O Projeto da instituição assenta no Plano Estratégico, através dos seus seguintes eixos: Formação; ID+I, Desenvolvimento Humano, Direcção Estratégica e Sociedade e Internacionalização.*

*Na Formação, o IPVC dispõe de uma oferta formativa diversificada e inovadora em áreas e níveis, transversal às escolas, orientada para o Espaço Europeu de Ensino Superior e que, de forma pró-ativa, procura responder aos desafios colocados pelo mercado do trabalho e pelos vários públicos, monitorizando as necessidades formativas e reestruturando as existentes. É intenção proporcionar uma formação integral aos estudantes, em conhecimentos e valores, fomentadora da autoaprendizagem, da flexibilidade, da atitude empreendedora e da mobilidade.*

*O eixo estratégico I&D+I tem vindo a desenvolver mecanismos de institucionalização e gestão da investigação. Este eixo assenta em três objetivos: definir principais linhas de investigação da Instituição; reorganizar as estruturas existentes; produzir, aplicar e divulgar conhecimentos e tecnologia, como dimensão fundamental de todo o processo formativo. A pró-atividade das áreas científicas e a dinamização e coordenação com estruturas já existentes, como a OTIC e as unidades de Investigação em que participam os seus docentes, permitirão tornar mais eficiente a gestão de parcerias e da atividade científica e o acesso a financiamento e execução de projetos, a sua promoção e divulgação, empreendedorismo e prestação de serviços.*

*A permanente estratégia do IPVC para a internacionalização denota o seu esforço de integração no maior número de Programas Internacionais, assumindo os princípios das Políticas de Estratégia Europeias, incentivando o intercâmbio com instituições estrangeiras. Com base numa rede de parcerias com os PALOP, realizam-se estágios pedagógicos e curriculares e de voluntariado, dos estudantes e docentes em contexto lusófono.*

*A vertente cultural e desportiva, intrínseca à missão do IPVC, é dinamizada pela Oficina Cultural e pelo Centro Desportivo que promovem atividades de educação artística e cultural, da prática do desporto para a comunidade interna e externa. Pretendem contribuir para a formação humana dos estudantes, pelo desenvolvimento de competências transversais e favorecer a aproximação com a Comunidade.*

*No seu âmbito específico de atuação, o Desporto e o Lazer ativo, a ESDL concorre com a sua quota parte para o êxito deste projeto. Entre os nossos objectivos imediatos encontram-se a expansão do quadro formativo para dar resposta aos anseios dos profissionais e dos ex-alunos; a internacionalização do nosso ambiente de formação, através da mobilidade de estudantes e docentes (que é já uma prática corrente); e o reforço da vertente de I&D ancorada no estado da arte internacional mas dirigida ao desenvolvimento local.*

#### 3.2.1. Institution's educational, scientific and cultural project:

*The Institution Project is based on a Strategic Plan, through its following areas: Training; ID + I, Human Development, Strategic Management Society and Internationalization. At a training level, IPVC has a diverse and innovative educational offer in areas and levels, transverse to schools, geared towards the European Higher Education Area and that of proactively seeking to answer the challenges of the labor market and the various audiences, monitoring training needs and restructuring existing ones. It is intended to provide a comprehensive education to students in knowledge and values, a sponsor of self-learning, flexibility, entrepreneurial attitude and mobility.*

*The strategic priority R & D + I has developed mechanisms of institutionalization and research management. This axis is based on three objectives: define the main lines of research of the institution; reorganize existing structures; produce, apply and disseminate knowledge and technology as a fundamental dimension of the entire training process. The proactivity of scientific areas and the stimulation and coordination with existing structures, such as OTIC and Research Units on which their teachers participate, will allow to become more efficient management of partnerships and scientific activity and access to financing and project execution, its promotion and advertising, entrepreneurship and community services.*

*The ongoing strategy of internationalization denotes IPVC effort in the effort of integration in the largest number of International Programs, assuming the principles of the European Strategy Policies, encouraging exchanges with foreign institutions. Based on a partnership with the PALOPs network, are held pedagogical and curricular and volunteer students and faculty internships in Lusophone context. Intrinsic to the mission of IPVC, cultural and sports area are boosted by Oficina Cultural and Sports Centre by promoting artistic and cultural education activities, the practice of sport for internal and external community. These structures are intend to contribute to the human development of students, the development of soft skills and to foster closer links with the community.*

*In a specific field of activity, the Sport and Active Leisure, the ESDL competes with its share in the success of this project. Among our immediate goals are the expansion of the educational framework to address the concerns of professionals and former students; internationalization of our training environment, through the mobility of students and teachers (which is already a current practice); and strengthening R & D strand anchored in the international state of the art but focus on local development.*

#### 3.2.2. Demonstração de que os objetivos definidos para o ciclo de estudos são compatíveis com o projeto educativo, científico e cultural da Instituição:

*A proposta de especialização em Treino Desportivo, com os objectivos inerentes à formação em questão, surge dentro de uma sequência lógica de formação académica da ESDL neste campo específico (CTEsP em treino desportivo,; 2. licenciatura em desporto e lazer; 3. mestrado em treino desportivo).*

*Complementamos com esta proposta o conjunto de áreas que a ESDL-IPVC pretende na sua estratégia de formação avançada (Atividades de Fitness, Desporto Natureza, e agora Treino Desportivo).*

*Adicionalmente, o corpo docente da ESDL é constituído por um grupo de docentes altamente especializados nesta área científica, o que assegura a qualidade necessária para a execução do curso com o sucesso pretendido, e suporta a sua visibilidade e atratividade no panorama nacional. Em paralelo à contribuição para o projeto educativo da instituição, surge a qualidade científica do corpo docente, assegurando o devido seguimento dos alunos neste processo de especialização (mestrado), com uma forte ligação à investigação científica e conseqüente aplicação prática/intervenção comunitária ao nível do treino desportivo.*

*Por outro lado as instalações próprias da ESDL e as estruturas envolventes do Complexo Desportivo de Melgaço (local da unidade orgânica), são uma mais-valia evidente no processo de aquisição de todos os objectivos de aprendizagem propostos para este nível de especialização, permitindo criar uma dinâmica cultural altamente relevante no processo de ensino-aprendizagem.*

*Existe a vontade dos alunos atuais, ex-alunos, e profissionais para completarem e melhorarem a sua formação inicial. Existem na ESDL as condições humanas e materiais de excelência para levar a cabo o processo de monitorização do treino desportivo. Existem os parceiros necessários à implementação dos estágios profissionalizantes (clubes desportivos de referência no processo de formação/competição desportiva, no alto Minho) com o rigor e qualidade exigida. Existe a vontade do corpo diretivo e docente, altamente motivado à volta deste projeto que assenta na formação de especialistas, investigação e intervenção comunitária de relevo na área do Treino Desportivo.*

### **3.2.2. Demonstration that the study programme's objectives are compatible with the Institution's educational, scientific and cultural project:**

*The proposed specialization in Sports Training, with the inherent objectives, arises within a logical sequence of academic training within the ESDL (1. professional technical course in sports training; 2. degree in sports and leisure; 3. master degree in sports training). With this proposal, the ESDL meets its strategical goal of advanced graduation spectrum (Fitness, Outdoor Sports, and now Sports Training) In addition, the faculty ESDL consists of a group of highly specialized teachers in this scientific area, which ensures the quality required for the implementation of the current with the desired success, and supports its visibility and attractiveness on the national scene. Alongside the contribution to the educational project of the institution, the scientific quality of faculty arises, ensuring proper follow-up of students in this process of specialization (master degree), with a strong connection to scientific research and consequent practical application/community intervention in terms of sports training.*

*On the other hand, the structures of ESDL and surrounding structures of the Sports Melgaço Complex (local of the organic unit), are an added value evident in the acquisition process of all the proposed learning objectives for this level of expertise, allowing to create a highly relevant cultural dynamics in the teaching-learning process.*

*There is the desire of the current students, alumni, and professionals to complete and improve their initial training.*

*Is present in ESDL the human condition and excellent materials to carry out the monitoring process of sports training. There are the partners necessary for the implementation of professional internships (reference sports clubs in the process of training/sports competition, in Alto Minho) with the accuracy and quality required. There is the desire of the head department and teaching professionals, highly motivated around this project which is based on training of specialists, research and community intervention, in Sports Training area.*

### **3.3. Unidades Curriculares**

#### **Mapa IV - Concepção e planeamento do treino**

##### **3.3.1. Unidade curricular:**

*Concepção e planeamento do treino*

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

*João Miguel Vieira Camões (32 horas contacto)*

##### **3.3.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:**

*<sem resposta>*

##### **3.3.4. Objetivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):**

1. desenvolver as bases teóricas/práticas de pedagogia do treino desportivo;
2. desenvolver as bases teóricas/práticas de didática do treino desportivo;
3. sustentar a ação/tomada de decisão no planeamento das modalidades coletivas e individuais, em contexto de formação;
4. sustentar a ação/tomada de decisão no planeamento das modalidades coletivas e individuais, em contexto de competição.

**3.3.4. Intended learning outcomes (knowledge, skills and competences to be developed by the students):**

1. develop the pedagogical support of sports training;
2. develop the didactical support of sports training;
3. support the action/decision making in the planning of collective and individual sports, in training context;
4. support the action/decision making in the planning of collective and individual sports, in competition context.

**3.3.5. Conteúdos programáticos:**

1. O papel do treinador na formação dos praticantes e no processo de desenvolvimento desportivo;
2. A intervenção pedagógica no treino e competição;
3. Relação entre pais, atletas e treinadores – adequação de objetivos;
4. Fundamentos do treino desportivo;
5. Treino das capacidades físicas;
6. Treino das capacidades coordenativas;
7. Planeamento e periodização do processo anual de treino desportivo;
8. Estruturação da prática: analítica e global.

**3.3.5. Syllabus:**

1. The coach's role in the athletes training and sports development process;
2. The pedagogical intervention in training and competition context;
3. Relationship between parents, athletes and coaches – objectives agreement;
4. Fundamentals of sports training;
5. Training of physical skills;
6. Training of coordinative skills;
7. Planning and periodization of the annual process of sports training;
8. Structuring practice: analytical and global.

**3.3.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objetivos de aprendizagem da unidade curricular:**

*Os dois primeiros objectivos de aprendizagem encontram-se inseridos nos 4 primeiros conteúdos a abordar (1-4). Os objectivos 3 e 4 de aprendizagem, serão atingidos com a exposição aos conteúdos 5, 6, 7 e 8.*

**3.3.6. Evidence of the syllabus coherence with the curricular unit's intended learning outcomes:**

*The first two learning objectives are included in the subjects 1 to 4. The learning objectives 3 and 4 are affected by exposure to the contents 5, 6, 7 and 8.*

**3.3.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):**

*Aulas teóricas de exposição, discussão e problematização das matérias de conhecimento relativas aos temas do programa.*

*Aulas práticas em que são utilizadas estratégias diversas para a aplicação de conhecimentos e desenvolvimento de competências.*

*A avaliação é contínua, sendo a nota final resultado da média aritmética dos dois testes de características teóricas e práticas (50+50%). Se o aluno não cumprir os objetivos mínimos, poderá recorrer a um momento final de avaliação.*

**3.3.7. Teaching methodologies (including assessment):**

*Oral classes for exposing, debating and characterizing the different syllabus themes;*

*Practical sessions to develop methodologies and knowledge on practical application.*

*The final grade will be the result of the grades of the continuous evaluation (2 theoretical/practice exams: 50%+50%). If the student does not achieve the minimal evaluation requirements, he may use a final exam assessment.*

**3.3.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objetivos de aprendizagem da unidade curricular:**

*A exposição teórica vai permitir aumentar o conhecimento dos alunos ao nível da pedagogia, didática e fundamentos do treino desportivo. Os exames teórico-práticos vai permitir desenvolver no aluno*

*automatismos/autonomia na tomada de decisão da organização de todos os determinantes da prática desportiva, em contexto de formação e competição, com especialização nas diferentes modalidades abordadas.*

**3.3.8. Evidence of the teaching methodologies coherence with the curricular unit's intended learning outcomes:**

*The theoretical exposure will allow increasing the students' knowledge in terms of pedagogy, didactics and basics of sports training. The theoretical and practical exams will allow students to develop the automation/autonomy in decision-making organization of all the determinants of sport in the context of training and competition, specialized in the different sports addressed.*

**3.3.9. Bibliografia principal:**

*Raposo, AV (2002). O planeamento do treino desportivo. Editorial Caminho.  
Weineck, J (2005). Manual do treino óptimo: teoria do treino da fisiologia da performance desportiva e do seu desenvolvimento no treino da criança e do adolescente. Instituto Piaget. Lisboa.  
Bompa, T, Haff, GG (2009) - Periodization: Theory and methodology of training (5th edit). Human Kinetics  
Schmidt, R, Lee, T (2011). Motor Control and Learning - 5th Edition: A Behavioral Emphasis.*

**Mapa IV - Exercício, metabolismo e nutrição**

**3.3.1. Unidade curricular:**

*Exercício, metabolismo e nutrição*

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

*César Filipe Chaves de Oliveira (32 horas contacto)*

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

*<sem resposta>*

**3.3.4. Objetivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):**

- 1. Reconhecer as recomendações nutricionais internacionais para o exercício e para diferentes modalidades desportivas, em treino e em competição;*
- 2. Entender as necessidades e os efeitos fisio-metabólicos dos diferentes macro e micronutrientes no rendimento desportivo;*
- 3. Planear estratégias nutricionais para diferentes desportos e atividades físicas;*
- 4. Reconhecer e saber recomendar substâncias ergogénicas, hipertróficas, promotoras de saúde e para perda de peso, não dopantes.*

**3.3.4. Intended learning outcomes (knowledge, skills and competences to be developed by the students):**

- 1. To recognize international nutritional recommendations for exercise and multiple sporting activities, in practice and in competition;*
- 2. To understand the needs and physio-metabolic effects of different macro and micronutrients in sports performance;*
- 3. To develop nutritional strategies for different sports and physical activities;*
- 4. To recognize and recommend ergogenic, hypertrophic, health promoting and weight loss substances that are not doping.*

**3.3.5. Conteúdos programáticos:**

- 1. Recomendações nutricionais atuais (WHO, USDA, APN, ACSM, ADA, etc); Instrumentos de educação alimentar (roda dos alimentos, pirâmides alimentares, myplate, the eatwell plate);*
- 2. Alimentação e desporto. Integração e regulação do metabolismo energético. A importância dos macro e micronutrientes no rendimento desportivo;*
- 3. Abordagem às necessidades nutricionais de atletas de desportos de diferentes durações e exigências, e atividades desportivas de natureza competitiva;*
- 4. Substâncias ergogénicas e hipertróficas: efeitos, modos de ação, e dosagem.*

**3.3.5. Syllabus:**

- 1. Current dietary recommendations (WHO, USDA, APN, ACSM, ADA, etc.); Food education tools (wheel of foods, food pyramids, myplate, the Eatwell plate);*
- 2. Food and sport. Integration and regulation of energy metabolism. The importance of macro and micronutrients in sports performance;*
- 3. Approach to the nutritional needs of sports athletes of different durations and requirements, and sports*

*activities of a competitive nature;*

*4. ergogenic and hypertrophic substances: effects, modes of action, and dosage.*

**3.3.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objetivos de aprendizagem da unidade curricular:**

*Cada um dos pontos dos objetivos de aprendizagem será abordado no correspondente ponto dos conteúdos programáticos (ex. o objetivo de aprendizagem 1 “Reconhecer as recomendações nutricionais internacionais para o exercício e para diferentes modalidades desportivas, em treino e em competição;” será abordado no conteúdo programático 1 “Recomendações nutricionais atuais (WHO, USDA, APN, ACSM, ADA, etc); Instrumentos de educação alimentar (roda dos alimentos, pirâmides alimentares, myplate, the eatwell plate);”.*

**3.3.6. Evidence of the syllabus coherence with the curricular unit’s intended learning outcomes:**

*Each of the points of the learning objectives will be addressed at the corresponding point of the syllabus (eg. the learning objective 1 "To recognize the international nutritional recommendations for exercise and for different sports, in training and in competition." will be addressed in point 1 of the curricular unit contents 1 "Current dietary recommendations (WHO, USDA, APN, ACSM, ADA, etc.), food education Instruments (wheel of foods, food pyramids, myplate, the Eatwell plate)".*

**3.3.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):**

*Aulas teóricas de exposição, discussão e problematização das matérias de conhecimento relativas aos temas do programa.*

*Aulas práticas em que são utilizadas estratégias diversas para a aplicação de conhecimentos e desenvolvimento de competências.*

*A avaliação é contínua, sendo a nota final resultado da média aritmética dos dois testes teóricos (30+30%) e desenvolvimento de um plano alimentar (40%). Se o aluno não cumprir os objetivos mínimos, poderá recorrer a um momento final de avaliação.*

**3.3.7. Teaching methodologies (including assessment):**

*Theoretical classes for exposing, debating and characterizing the different syllabus themes.*

*Practical sessions to develop methodologies and knowledge on practical application.*

*The final grade will be the result of the grades of the continuous evaluation (30%), development of a nutritional plan (40%) and a theoretical test (30%). If the student does not achieve the minimal evaluation requirements, he may use a final exam evaluation.*

**3.3.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objetivos de aprendizagem da unidade curricular:**

*A metodologia de ensino parte sempre da abordagem teórica dos conteúdos, pressupõe uma leitura prévia de documentos referenciados, por parte do aluno, e reclama o debate de ideias e experiências vivenciadas pelos alunos. Pretende-se que os alunos reflitam criticamente sobre as necessidades individualizadas de cada indivíduo, adquirindo os conhecimentos necessários para uma adequada integração dos conceitos alimentares e nutricionais com a atividade física e o exercício, e capacitando-os a desenvolverem com qualidade e segurança um plano alimentar para diferentes populações e objetivos.*

**3.3.8. Evidence of the teaching methodologies coherence with the curricular unit’s intended learning outcomes:**

*Teaching methods start from a theoretical approach and requires a previous document analysis performed by the students. It also stimulates debates on the ideas and experiences lived by them. Students must critically review the individualized needs of each subject and acquire the knowledge for an adequate diet and physical activity concept, integration and intervention, enabling them to develop diet plans for different subjects and goals with both accuracy and security.*

**3.3.9. Bibliografia principal:**

*Macrae, R., Robinson, R. K., Sadler, M. J. (1993). Encyclopaedia of Food Science, Food Technology and Nutrition, Academic Press Limited, London.*

*Position of the ADA, DC, and the ACSM: Nutrition and Athletic Performance. (2009) J. American Dietetic Association. March 109(3);509-527.*

*Maughan RJ, Shirreffs SM (2012). Nutrition for sports performance: issues and opportunities. Proceedings of the Nutrition Society. 71: 112-119*

**Mapa IV - Prevenção e reabilitação de lesões no desporto**

**3.3.1. Unidade curricular:**

*Prevenção e reabilitação de lesões no desporto***3.3.2. Docente responsável (preencher o nome completo) e respectivas horas de contacto na unidade curricular:***João Miguel Vieira Camões (32 horas contacto)***3.3.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:***<sem resposta>***3.3.4. Objetivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):**

- 1. Desenvolver nos alunos as bases teóricas de epidemiologia descritiva das lesões no desporto;*
- 2. Conceber, de forma autónoma, programas pluridisciplinares de prevenção e tratamento de lesões relacionados com a prática desportiva.*

**3.3.4. Intended learning outcomes (knowledge, skills and competences to be developed by the students):**

- 1. To develop in students the theoretical support on descriptive epidemiology of sports injuries;*
- 2. Design, autonomously, multidisciplinary programs for the prevention and treatment of injuries related to sports.*

**3.3.5. Conteúdos programáticos:**

- 1. Lesões desportivas: papel do treinador e atletas;*
- 2. Avaliação médico desportiva;*
- 3. Epidemiologia descritiva das lesões no desporto;*
- 4. Avaliação dos factores de risco: intrínsecos e extrínsecos;*
- 5. A lesão – impacto psicológico no atleta;*
- 6. O gesto desportivo como fator causal – biomecânica do movimento;*
- 7. Prevenção e adequação de exercícios: primária, secundária e terciária;*
- 8. Meios e métodos de recuperação da prática desportiva: adequação ao planeamento do treino.*

**3.3.5. Syllabus:**

- 1. Sports injuries: role of the coach and athletes;*
- 2. Sports medical evaluation;*
- 3. Descriptive epidemiology of sports injuries;*
- 4. Evaluation of risk factors: intrinsic and extrinsic;*
- 5. The injury - psychological impact on the athlete;*
- 6. The sports gesture as causal factor - biomechanics of movement;*
- 7. Prevention and fitness exercises: primary, secondary and tertiary;*
- 8. Steps and methods of recovery for sport practice: workout adjustment.*

**3.3.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objetivos de aprendizagem da unidade curricular:***O primeiro objectivo de aprendizagem encontra-se inserido nos 6 primeiros conteúdos a abordar (1-6). O segundo objectivo de aprendizagem, será atingido com a exposição aos conteúdos 7 e 8.***3.3.6. Evidence of the syllabus coherence with the curricular unit's intended learning outcomes:***The first learning objective is included in the subjects 1 to 6. The second learning objective is affected by exposure to the contents 7 and 8.***3.3.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):***Aulas teóricas de exposição, discussão e problematização das matérias de conhecimento relativas aos temas do programa.**Aulas práticas em que são utilizadas estratégias diversas para a aplicação de conhecimentos e desenvolvimento de competências.**A avaliação é contínua, sendo a nota final resultado da média aritmética dos dois testes de características teóricas e práticas (50%+50%). Se o aluno não cumprir os objetivos mínimos, poderá recorrer a um momento final de avaliação.***3.3.7. Teaching methodologies (including assessment):***Oral classes for exposing, debating and characterizing the different syllabus themes;**Practical sessions to develop methodologies and knowledge on practical application.**The final grade will be the result of the grades of the continuous evaluation (2 theoretical/practice exams: 50%+50%). If the student does not achieve the minimal evaluation requirements, he may use a final exam assessment.*

**3.3.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objetivos de aprendizagem da unidade curricular:**

*A exposição teórica vai permitir aumentar o conhecimento dos alunos ao nível da definição e caracterização das lesões desportivas. Adicionalmente permitirá adquirir o conhecimento dos diferentes determinantes que predispõem à lesão entre os desportos abordados. As aulas de componente prática permitirá desenhar, com base nos conhecimentos teóricos, programas de prevenção e reabilitação das lesões no desporto.*

**3.3.8. Evidence of the teaching methodologies coherence with the curricular unit's intended learning outcomes:**

*The theoretical exposition will allow increasing the students' knowledge in terms of definition and characterization of sports injuries. Additionally will acquire knowledge of different determinants that predispose to injury among covered sports. The practical components allow students to draw training programs, based on theoretical knowledge, with the objective of prevention and rehabilitation of sports injuries.*

**3.3.9. Bibliografia principal:**

*Horta, L. (2011). Prevenção de lesões no desporto. Texto editores.*

*Soares, J. (2007). O treino do Futebolista. Vol. 2. Porto editora.*

*Mahmut, ND, Reha, NT, Gideon, M, René, V. (2012). Sports Injuries: Prevention, Diagnosis, Treatment and Rehabilitation. Springer.*

**Mapa IV - Fisiologia do exercício em populações específicas**

**3.3.1. Unidade curricular:**

*Fisiologia do exercício em populações específicas*

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

*Mário Adelino Dias Meneses Simões (32 horas contacto)*

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

*<sem resposta>*

**3.3.4. Objetivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):**

*Unidade curricular que visa o estudo dos processos adaptativos agudos e crónicos ao exercício físico (cardiovasculares, respiratórios, musculares, esqueléticos e endócrinos), a sua regulação e avaliação, no contexto do treino desportivo.*

*Pretende-se dotar os alunos de conhecimentos que lhes permitam compreender:*

- 1. O funcionamento do corpo a nível das estruturas suportes do movimento humano e das fontes energéticas fundamentais para a motricidade humana;*
- 2. A estrutura do músculo esquelético e a sua mecânica contráctil;*
- 3. Compreender as determinantes e condicionantes do comportamento motor;*
- 4. O exercício físico como uma importante agressão orgânica;*
- 5. As diferentes repercussões orgânicas agudas e crónicas consequentes das diferentes variantes de exercício;*
- 6. Métodos de avaliação e controlo das diferentes capacidades motoras;*
- 7. As adaptações fisiológicas a diferentes ambientes (frio, calor, ambientes híper e hipobáricos).*

**3.3.4. Intended learning outcomes (knowledge, skills and competences to be developed by the students):**

*Study of acute and chronic adaptive processes to physical exercise (cardiovascular, respiratory, muscular, skeletal and endocrine), its regulation and evaluation in the context of sports training.*

*Aim is to provide students with knowledge to understand:*

- 1. The body functioning at the level of structures and fundamental energy sources for human movement;*
- 2. The structure of the skeletal muscle and its contractile mechanics;*
- 3. Understanding the determinants and conditions of motor behavior;*
- 4. Exercise as an important organic aggression;*
- 5. The different acute and chronic organic adaptations to different type of exercise;*
- 6. Methods of assessment and control of different motor skills;*
- 7. The physiological adaptations to different environments (cold, heat hyper and hypobaric environments).*

**3.3.5. Conteúdos programáticos:**

1. *Conceitos fundamentais de fisiologia humana;*
2. *Bioenergética;*
3. *Músculo esquelético;*
4. *Adaptações agudas e crónicas ao exercício físico;*
5. *Fisiologia do treino;*
6. *Fadiga;*
7. *Avaliação física e fisiológica;*
8. *Regulação térmica e metabólica;*
9. *Exercício físico em diferentes ambientes.*

### 3.3.5. Syllabus:

1. *Human physiology fundamental concepts;*
2. *Bioenergetics;*
3. *Skeletal muscle;*
4. *Acute and chronic adaptations to exercise;*
5. *Training Physiology;*
6. *Fatigue;*
7. *Physical evaluation and physiological;*
8. *Thermal regulation and metabolic;*
9. *Physical exercise in different environments.*

### 3.3.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objetivos de aprendizagem da unidade curricular:

- Os diferentes objetivos foram definidos em função dos conteúdos a abordar.*
- O objetivo 1 será atingido através da abordagem dos conteúdos 1 e 2.*
- O objetivo 2 abrange a compreensão do conteúdo 3.*
- O objetivo 3 pressupõe o domínio dos conteúdos 2 e 3.*
- O objetivo 4 envolve a assimilação do conteúdo 4.*
- O objetivo 5 incorpora o entendimento dos conteúdos 5 e 6.*
- O objetivo 6 pressupõe a conhecimento do conteúdo 7.*
- O objetivo 7 será concretizado através da exposição aos conteúdos 8 e 9.*

### 3.3.6. Evidence of the syllabus coherence with the curricular unit's intended learning outcomes:

- Different objectives were defined based on the syllabus.*
- Objective 1 will be achieved through the approach of 1 and 2 syllabus contents .*
- Objective 2 covers the understanding of the syllabus contents 3.*
- The goal 3 assumes the domain of 2 and 3 syllabus content.*
- The goal 4 involves the assimilation of syllabus content 4.*
- The goal 5 incorporates the understanding of the syllabus contents 5 and 6.*
- The goal 6 presupposes knowledge of the syllabus content 7.*
- The aim 7 will be achieved through the awareness of 8 and 9 syllabus contents .*

### 3.3.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

- Aulas magistrais, para o ensino teórico e seminários e práticas laboratoriais, para o ensino prático.*
- Os temas desta disciplina serão abordados a partir da documentação / bibliografia distribuída de antemão e através da plataforma Moodle.*
- A classificação final da época normal resultará da média ponderada nas tarefas a seguir enunciadas:*
- Avaliação Formativa - Tarefas propostas nas aulas.*
- Avaliação Sumativa - A nota final será a soma dos mini-testes (50%) e dos trabalhos práticos realizados nas aulas (50%).*
- Para a aprovação à unidade curricular os alunos devem obter 9.5 valores. Se tal não se verificar o aluno terá que repetir a avaliação (época de recurso).*
- Só poderão ser avaliados, os alunos que assistam a 2/3 das aulas dadas e que participem nas tarefas obrigatórias acima descritas.*
- A classificação da época de recurso será a do exame realizado.*

### 3.3.7. Teaching methodologies (including assessment):

- The themes of this subject will be addressed from the documentation / literature distributed in advance and through the Moodle platform.*
- The final classification of the regular season will result from the weighted average in the following tasks set out:*
- 1) *Formative assessment - tasks proposed in class.*
  - 2) *Summative Evaluation - The final score is the sum of short tests (50%) and practical work done in class (50%).*
- To approve the course students must obtain 9.5. If this is not done the student will have to repeat the assessment (appeal season) .*
- Can only be assessed , students who attend 2/3 of the given classes and participating in mandatory tasks*

*described above .*

*The classification of the appeal season will be the time of examination performed .*

**3.3.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objetivos de aprendizagem da unidade curricular:**

*As aulas magistrais de exposição teórica irão abordar os conceitos fundamentais da fisiologia humana, a bioenergética e a constituição e função do músculo esquelético (objetivos 1, 2 e 3). Posteriormente, as questões associadas às repercussões orgânicas associadas ao exercício (objetivos 4, 5 e 7) serão abordadas em aulas teórico-práticas. A avaliação física e fisiológica dos atletas (objetivo 6) será tema de seminários e de aulas práticas em laboratório.*

**3.3.8. Evidence of the teaching methodologies coherence with the curricular unit's intended learning outcomes:**

*The master classes of theoretical exposition will address the fundamental concepts of human physiology, bioenergetics and the constitution and function of skeletal muscle (goals 1, 2 and 3). Subsequently, the issues associated with organic repercussions associated with the exercise (goals 4, 5 and 7) will be addressed in practical classes. The physical and physiological assessment of athletes (goal 6) will be the subject of seminars and practical classes in the laboratory.*

**3.3.9. Bibliografia principal:**

1. Maud PJ, Foster C (2006). *Physiological assessment of human fitness (2nd ed.)*. Champaign: Human Kinetics.
2. Brooks GA, Fahey TD, White TP (2004). *Exercise Physiology. Human Bioenergetics and Its Applications*. Mayfield Pub. Company, Toronto.
3. Kenney, W.L.; Wilmore, J.H; Costill, D.L (2012). *Physiology of Sport and Exercise. Fifth edition*. HK.
4. Tipton, C.M.; Sawka, M.N; Tate, C.A; Terjung, R.T (2006). *ACSM Advanced Exercise Physiology*. Lippincott Williams & Wilkins.

**Mapa IV - Seminário desportos individuais**

**3.3.1. Unidade curricular:**

*Seminário desportos individuais*

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

*Luis Paulo Rodrigues (16 horas contacto)*

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

*Docentes convidados a contactar*

**3.3.4. Objetivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):**

1. *Identificar e apresentar exemplos de organização e desenvolvimento de projetos de treino desportivo de modalidades individuais com êxito nacionais e internacionais;*
2. *Dominar os sistemas mais recentes de organização e planeamento de treino em modalidades individuais;*
3. *Conhecer o estado da arte e as iniciativas e experiências de inovação e sucesso nacionais e além-fronteiras no domínio do treino desportivo de modalidades individuais;*
4. *Identificar oportunidades de intervenção, inovação e empreendedorismo no treino desportivo de modalidades individuais.*

**3.3.4. Intended learning outcomes (knowledge, skills and competences to be developed by the students):**

1. *Identify and give examples of organization and development of sports training projects of individual arrangements with national and international success;*
2. *Mastering the latest systems of organization and training planning in individual sports;*
3. *Know the state of the art and the initiatives and experiences of innovation and national success and across borders in the field of sports training individual sports;*
4. *Identify opportunities for intervention, innovation and entrepreneurship in sports training individual sports.*

**3.3.5. Conteúdos programáticos:**

1. *As perspetivas modernas do treino desportivo individual nas suas variadas facetas. Exigências e características do treino desportivo ao longo do tempo e das épocas.*
2. *O estado da arte no treino desportivo de modalidades individuais. As condicionantes do sucesso*

desportivo nos diferentes níveis de organização do treino desportivo. Casos de estudo nacional e mundial.  
 3. A preparação do treinador e da equipa técnica para os variados níveis de rendimento do treino desportivo. Exigências atuais do modelo de preparação desportiva. A construção de uma equipa de sucesso. Condicionantes humanas e de contexto.  
 4. As condicionantes do indivíduo na selecção, treino, e desempenho otimizado. A equipa de desportos individuais. A planificação individual ao serviço dos ciclos competitivos.

### 3.3.5. Syllabus:

1. *Modern Perspectives of individual sports training in its various facets. Requirements and characteristics of sports training over time and the seasons.*  
 2. *The state of the art sports training individual sports. The constraints of sporting success at different levels of organization of sports training. National and global studies.*  
 3. *Preparation of the coach and the coaching staff for varying income levels of sports training. Current requirements of the sports preparation model. Building a successful team. Human and contextual constraints.*  
 4. *The individual determinants in the selection, training, and optimized performance. The team of individual sports. The individual planning at the service of competitive cycles.*

### 3.3.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objetivos de aprendizagem da unidade curricular:

*O objetivo 1 será abordado no ponto 2 dos conteúdos programáticos.  
 O objetivo 2 será abordado nos pontos 1 e 2 dos conteúdos programáticos.  
 O objetivo 3 será abordado nos pontos 2 dos conteúdos programáticos.  
 O objetivo 4 será abordado nos pontos 2, 3 dos conteúdos programáticos.*

### 3.3.6. Evidence of the syllabus coherence with the curricular unit's intended learning outcomes:

*Objective 1 will be covered in section 2 of the syllabus.  
 Objective 2 will be addressed in paragraphs 1 and 2 of the syllabus.  
 The objective 3 will be addressed in sections 2 of the syllabus.  
 The objective 4 will be addressed in sections 2, 3 of the syllabus.*

### 3.3.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

*Nesta unidade curricular pretende-se organizar uma série de seminários com convidados relevantes do mundo do treino desportivo, com ligação às modalidades individuais e que possam trazer uma visão da realidade, bem como estimular novas ideias e discussões à volta do paradigma do treino desportivo. Exemplos de boas práticas e casos de sucesso, inovação e empreendedorismo serão particularmente procurados para convidados deste conjunto de seminários. A cada seminário / apresentação corresponderá uma tarefa de avaliação (relatório crítico) definida pelo docente responsável da UC de acordo com o tema tratado. No final da UC existirá um espaço de apresentação individual em que cada aluno escolherá o seu tema predileto (dos apresentados) e sobre ele construirá uma proposta de trabalho ou intervenção.*

### 3.3.7. Teaching methodologies (including assessment):

*This curricular unit aims to organize a series of seminars with relevant guests from the sports training world, connecting to individual sports and who can bring a vision of reality as well as stimulating new ideas and discussions about the paradigm of sports training. Examples of good practice and success stories, innovation and entrepreneurship will be particularly sought for guests of this series of seminars. Each seminar / presentation correspond an evaluation task (critical report) defined by the teacher in charge of UC according to the theme. At the end of UC exist an individual presentation space in which each student will choose his favorite theme (those shown) and on it build a proposed work or intervention.*

### 3.3.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objetivos de aprendizagem da unidade curricular:

*A consecução dos objetivos de aprendizagem é perseguida nas escolhas das metodologias de ensino através da estratégia de abertura do espaço de aula aos especialistas convidados na área do treino desportivo. O docente responsável terá como missão fundamental a de organizar um conjunto de seminários coerentes, de forma a ser possível abordar de forma completa a interação entre os conteúdos típicos de trabalho no treino desportivo e as boas práticas e experiências já implementadas, através do convite a vários especialistas que apresentarão a sua visão e experiência nestas matérias. Por outro lado, a escolha da forma de avaliação foi feita com o intuito de implicar o aluno na prossecução destes mesmos objetivos, refletindo e propondo soluções e/ou projetos.*

### 3.3.8. Evidence of the teaching methodologies coherence with the curricular unit's intended learning outcomes:

*The achievement of learning objectives is pursued in the choice of teaching methods through the opening strategy of classroom space to invited experts in the field of sports training. The teacher responsible will have the fundamental mission to organize a coherent set of seminars in order to be able to address comprehensively the interaction between the typical work content in sports training and best practices and experiences already implemented through invitation to various experts who will present their vision and experience in these matters.*

*On the other hand, the choice of the form of assessment was made in order to involve the student in pursuing these same goals, reflecting and proposing solutions and/or designs.*

### 3.3.9. Bibliografia principal:

*Varia em função dos diferentes seminários temáticos propostos, ficando sob a responsabilidade dos diferentes especialistas convidados.*

## Mapa IV - Metodologia do desporto I

### 3.3.1. Unidade curricular:

*Metodologia do desporto I*

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

*Filipe Manuel Batista Clemente (48 horas contacto)*

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

*Luis Paulo Lopes Brandão Areosa Rodrigues (48 horas contacto)*

*João Miguel Vieira Camões (48 horas contacto)*

### 3.3.4. Objetivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):

- 1. Abordar novas práticas e novas tendências do treino desportivo incluindo o recurso a novas tecnologia e instrumentos de apoio á prática de excelência;*
- 2. Desenvolver a capacidade de reflexão sobre contextos de prática;*
- 3. Capacitar para intervir em contexto real de prática, com fundamentação científica e pedagógica;*
- 4. Desenvolver capacidade de procura de recursos, meios e técnicas para melhoria do prática pedagógica em contexto real de treino e competição.*

### 3.3.4. Intended learning outcomes (knowledge, skills and competences to be developed by the students):

- 1. Address new practices and new trends in sports training including the use of new technology and support tools to the practice of excellence;*
- 2. To develop the capacity for reflection on practice contexts;*
- 3. To train to intervene in the context of actual practice with scientific and pedagogical reasons;*
- 4. Develop resource search capability, means and techniques for improving teaching practice in real context of training and competition.*

### 3.3.5. Conteúdos programáticos:

#### **DESPORTOS COLETIVOS**

- 1. Didáctica específica do treino desportivo: Fundamentos e princípios do treino*
- 2. Organização e estrutura do exercício de treino*
  - 2.1. exercício de treino: da base aos objetivos do jogo (perspetiva física e perspetiva integrada)*
  - 2.2. exercícios e métodos de treino em função na sua natureza tática*
- 3. Performance e Capacidades Motoras (condicionais e coordenativas)*
- 4. Ética, arbitragem e leis de jogo*
- 5. Quadros competitivos: concepção, planeamento e organização da competição*

#### **DESPORTOS INDIVIDUAIS**

- 1. Habilidades motoras específicas da modalidade desportiva*
- 2. Técnica e didática específica da modalidade desportiva: estilos e biomecânica do movimento*
- 3. Performance e Capacidades Motoras (condicionais e coordenativas)*
- 4. Ética, regulamento competitivo*
- 5. Gestão e quadros competitivos*

### 3.3.5. Syllabus:

#### **TEAM SPORTS**

- 1. Sports training Didactic: Structure and training principles*
- 2. Organization and structure of the training exercise*

- 2.1 training exercise from the base to set goals (physical perspective and integrated perspective)
- 2.2. training exercises and role-training methods in its tactical nature
3. Performance and Motor Skills (conditional and coordinative)
4. Ethics, referee and game rules
5. Competitive frameworks: Conception and management of the competition

#### IIINDIVIDUAL SPORTS

1. Specific motor skills of the sports
2. Technical and didactic approach of the sports: styles and biomechanics of the movement
3. Performance and Motor Skills (conditional and coordinative)
4. Ethics, competitive regulation
5. Management and competitive frameworks

#### 3.3.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objetivos de aprendizagem da unidade curricular:

*Os objectivos de aprendizagem propostos (1-4) serão atingidos com a exposição aos conteúdos e fundamentos de treino das diferentes modalidades opcionais, nomeadamente a concepção e monitorização do treino (técnico e tático) e a sua adequação/orientação à competição, com a devida fundamentação científica e pedagógica.*

#### 3.3.6. Evidence of the syllabus coherence with the curricular unit's intended learning outcomes:

*The proposed learning objectives (1-4) will be achieved through exposure to content and training bases of the various optional modes, including the design and monitoring of training (technical and tactical) and their suitability / orientation to competition, with proper scientific basis and pedagogical.*

#### 3.3.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

*A metodologia de ensino a utilizar será essencialmente de carácter individualizado (trabalho de orientação), intercalados com momentos de discussão e apresentação do trabalho individual no seio do grupo (turma), e em apresentações exteriores (congressos, seminários, etc). No final da unidade curricular a classificação decorrerá da avaliação do júri de defesa do relatório.*

#### 3.3.7. Teaching methodologies (including assessment):

*The teaching methodology to be used is essentially individual character (orientation work), interspersed with moments of discussion and presentation of individual work within the group (class), and outdoor presentations (congresses, seminars, etc.). At the end of the curricular unit the classification result from the report of the defense board's evaluation.*

#### 3.3.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objetivos de aprendizagem da unidade curricular:

*Os objectivos de aprendizagem serão atingidos através dos diferentes trabalhos de índole teórica e prática (contexto real) e consequente apresentação/discussão intra-turma. A avaliação final sob a forma de apresentação do dossier da opção, permite realçar o rigor científico e pedagógico, descrito nos objectivos de aprendizagem.*

#### 3.3.8. Evidence of the teaching methodologies coherence with the curricular unit's intended learning outcomes:

*Learning objectives will be achieved through the different works of theoretical and practical (real context) and consequent presentation / intra-group discussion. The final evaluation in the form of presentation of the dossier option allows enhance the scientific and educational rigor, described in the learning outcomes.*

#### 3.3.9. Bibliografia principal:

- Castelo, J. (2003): *Futebol. Guia prático de exercícios de treino . Visão E contextos.* Lisboa.
- Garganta, J. (1999): *A Análise do jogo em futebol. 2:14-40.* FCDEF-UP. F. Tavares (Eds).
- Leal, M. & Quinta, R. (2001): *O Treino no Futebol. Uma concepção para a formação .* Edições APPACDM. Braga.
- Mesquita, I. Guerra, I. & Araújo, V (2002). *Processo de formação do jovem jogador de voleibol.* Coleção Treino Desportivo: IPDJ
- Rodrigues, J. (1990). *O ensino do jogo de voleibol.* Revista Horizonte, 7, (40), 111-114
- Rodrigues, L. (1990). *Voleibol. O Sistema de Jogo.* Revista Horizonte, 6, (36), 194-197
- Documentos de apoio de formação de treinadores da Federação de Patinagem de Portugal:*  
<http://www.fpp.pt>
- Seners, P. (2001). *Didáctica del Atletismo.* INDE publicaciones
- Barbosa, T.; Queirós, T. (2004). *Ensino da natação: uma perspectiva metodológica para a abordagem das habilidades motoras aquáticas básicas.* Lisboa: Xistarca
- Costill, L. Ernest, M. Allen, B. (1992). *Swimming*

## Mapa IV - Metodologia da investigação

### 3.3.1. Unidade curricular:

*Metodologia da investigação*

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

*Luis Paulo Lopes Brandão Areosa Rodrigues (16 horas contacto)*

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

*João Miguel Vieira Camões (16 horas contacto)*

### 3.3.4. Objetivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):

- 1 – *Perceber o que é a investigação científica;*
- 2 – *Compreender as diferentes etapas metodológica de uma investigação;*
- 3 – *Dominar os recursos e técnicas da pesquisa bibliográfica;*
- 4 – *Conhecer os diferentes procedimentos de delineamento experimental;*
- 5 – *Dominar os recursos e técnicas de análise de dados;*
- 6 – *Desenvolver competências de apresentação e escrita científica.*

### 3.3.4. Intended learning outcomes (knowledge, skills and competences to be developed by the students):

1. *To understand what is scientific research.*
2. *To understand the different methodological steps of a research investigation..*
3. *To master the features and techniques of literature review..*
4. *To know the different experimental procedures.*
5. *To master the features and techniques of data analysis.*
6. *To develop skills of presentation and scientific writing.*

### 3.3.5. Conteúdos programáticos:

1. *O processo de pensamento científico: teorias e conceitos explicativos; operacionalização de predições ou hipóteses; recolha de evidências e testagem independente; argumentação; generalização, replicação e limitações.*
2. *Os modelos e suas aplicações às ciências do desporto. O modelo qualitativo e quantitativo, suas vantagens e limitações.*
3. *As fases de investigação: observação empírica; estado da arte, conceitos e relações causais; hipóteses ou predições; delineamento experimental e métodos; colheita de dados; análise dos dados, discussão dos resultados e conclusões.*
4. *Tipos de delineamento experimental, características e vantagens.*
5. *Análise de dados. A estatística descritiva e inferencial. Os parâmetros de tendência central, dispersão e assimetria. Os testes de comparação; a regressão linear; e correlação. Os testes não paramétricos.*
6. *Apresentação oral e escrita. Normas e procedimentos de escrita. As normas de referência bibliográfica.*

### 3.3.5. Syllabus:

1. *The process of scientific thinking. The phenomenology of scientific truth and the real world, theories and explanatory concepts, operationalization of predictions or hypotheses, gathering evidence and testing independent; argumentation, generalization, replication, and limitations.*
2. *The models and their application to sport science. The qualitative and quantitative research, advantages and limitations.*
3. *The phases of research: empirical observation; state of the art concepts and causal relationships; hypotheses or predictions, experimental design and methods, data collection, data analysis, discussion of results and conclusions.*
4. *Types of experimental design, features and advantages.*
5. *Data Analysis. The descriptive and inferential statistics. The parameters of central tendency, dispersion and asymmetry. Comparison tests, linear regression, and correlation. Non-parametric tests.*
6. *Oral and written presentation. Standards and procedures for scientific writing. References rules.*

### 3.3.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objetivos de aprendizagem da unidade curricular:

*Perceber o que é a investigação científica, emergirá necessariamente do conjunto dos conteúdos programáticos mas será especificamente abordado através dos conteúdos expostos no ponto 1.  
Compreender as diferentes etapas metodológica de uma investigação – pontos 2 e 3  
Dominar os recursos e técnicas da pesquisa bibliográfica – pontos 3 e 6*

*Conhecer os diferentes procedimentos de delineamento experimental – pontos 3 e 4*  
*Dominar os recursos e técnicas de análise de dados – ponto 5*  
*Desenvolver competências de apresentação e escrita científica – ponto 6*

### **3.3.6. Evidence of the syllabus coherence with the curricular unit's intended learning outcomes:**

*To understand what is scientific research necessarily emerges from all of the syllabus but will be specifically addressed through the contents set out in paragraph 1*  
*To understand the different methodological steps of a research investigation - points 2 and 3*  
*To master the features and techniques of literature review.. - points 3 and 6*  
*To know the different experimental procedures. - 3 points and 4*  
*To master the features and techniques of data analysis – point 5*  
*To develop skills of presentation and scientific writing – point 6.*

### **3.3.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):**

*Será requerido que os alunos preparem as aulas, lendo os textos de apoio distribuídos antecipadamente a cada sessão, ou realizando as tarefas práticas que forem propostas (ex: pesquisa bibliográfica sobre um determinado tema, análise estatística de dados, elaboração de um poster, apresentação de um poster, etc). As matérias serão inicialmente expostas e debatidas na aula. Seguidamente existirão momentos de aplicação / exercitação / consolidação prática de cada matéria estudada que finalizarão na elaboração de pequenos trabalhos práticos de avaliação.*

*A avaliação final constará de um pré-projeto de investigação onde todas as fases e respetivas argumentação (até á implementação) deverão estar contempladas.*

*A classificação final será a média entre o pré-projeto (50%) com as tarefas individuais realizadas ao longo do semestre (50%).*

### **3.3.7. Teaching methodologies (including assessment):**

*Students will be required to prepare lessons, reading the handouts distributed in advance of each session, or performing practical tasks that are proposed (eg literature search on a particular topic, data analysis, preparation of a poster, presentation of a poster, etc.). The themes will be initially presented and discussed in class. Then there will be moments of application / practice / consolidation of each theme studied , that to finalize the elaboration of small practical assessment.*

*The final evaluation will consist of a pre-research project where all the phases and respective arguments (until implementation) should be addressed.*

*The final grade will be the average between the pre-project (50%) with the individual tasks performed during the semester (50%).*

### **3.3.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objetivos de aprendizagem da unidade curricular:**

*Perceber o que é a investigação científica é abordado em toda a UC através da sistematização do que é o pensamento científico, e que emerge dos conteúdos e da forma de exposição crítica.*

*Compreender as diferentes etapas metodológica de uma investigação – este objetivo é essencialmente abordado pela forma como a UC encerra o seu trabalho pela realização de um pré-projeto onde as diferentes etapas metodológicas são corporizadas.*

*Dominar os recursos e técnicas da pesquisa bibliográfica – a metodologia utilizada inclui o recurso a pesquisa em bases referenciais (B-on), bem como um trabalho prático nesta matéria.*

*Conhecer os diferentes procedimentos de delineamento experimental – será pedido aos alunos que façam uma análise crítica de métodos e delineamentos presentes em artigos da especialidade.*

*Dominar os recursos e técnicas de análise de dados – os programas estatísticos (SPSS, e software livre) serão utilizados como suporte prático da matéria relativa à análise de dados.*

*Desenvolver competências de apresentação e escrita científica – os alunos terão como tarefa a elaboração de um poster e a sua apresentação, para além do pré-projeto final.*

### **3.3.8. Evidence of the teaching methodologies coherence with the curricular unit's intended learning outcomes:**

*To understand what is scientific research is discussed throughout the al course, by the systematic using of a scientific way of reasoning and critical exposure of ideas.*

*To understand the different methodological steps of an investigation - this objective is primarily addressed by the way the course final work is organized: writing of a project with the different methodological steps of a research.*

*To master the features and techniques of literature review - the methodology used includes the use of research in bibliographic bases (B-on), as well as practical work in this area.*

*To know the different experimental procedures – it will be asked students to make a critical analysis of methods and designs used in articles of specialty.*

*To master the features and techniques of data analysis - statistical programs (SPSS, and free software) will*

*be used to support practical matter on the data analysis.*

*To develop skills of presentation and scientific writing - students will have the task of drawing up a poster and presentation, in addition to the pre-final project design.*

### 3.3.9. Bibliografia principal:

*Creswell, J. (2009). Research design : qualitative, quantitative, and mixed methods approaches. Los Angeles : SAGE.*

*Thomas, J., Nelson, N., & Silverman, S. (2011). Research Methods in Physical Activity (6th ed). Campaign: Human Kinetics.*

*Sampieri, R., Collado, C., & Lucio, P. (2006). Metodologia de pesquisa. São Paulo : McGraw-Hill.*

## Mapa IV - Avaliação e controlo do treino

### 3.3.1. Unidade curricular:

*Avaliação e controlo do treino*

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

*César Filipe Chaves de Oliveira (32 horas de contacto)*

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

*<sem resposta>*

### 3.3.4. Objetivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):

*1. Identificar as características, necessidades, motivações e objetivos desportivos de cada atleta e/ou equipa;*

*2. Compreender as particularidades fisio-psico-sociais associadas à avaliação e controlo do treino;*

*3. Dominar as técnicas e os fundamentos para a avaliação, planeamento, execução e controlo do treino;*

*4. Saber desenhar micro, meso e macro ciclos de treino.*

### 3.3.4. Intended learning outcomes (knowledge, skills and competences to be developed by the students):

*1. To identify the characteristics, needs, motivations and goals of each athlete and/or team;*

*2. To recognize the physiological and psychosocial characteristics associated with sport's evaluation and control;*

*3. To master the techniques and fundamentals for the assessment, planning, implementation and control of the training;*

*4. To understand how to plan micro, meso and macro training cycles.*

### 3.3.5. Conteúdos programáticos:

*1. Recolha dos elementos necessários a uma cuidadosa e criteriosa análise individual e coletiva dos atletas e/ou equipas;*

*2. Análise detalhada e funcional das alterações biológicas associadas ao treino e à competição;*

*3. Avaliação funcional, da força, resistência e flexibilidade;*

*4. Planeamento do treino por época ou ciclos, de acordo com os objetivos individuais e/ou da equipa;*

### 3.3.5. Syllabus:

*1. Collecting of the necessary items for a careful and thorough analysis of individual and collective goals of athletes and/or teams;*

*2. Detailed and functional analysis of the biological changes associated with training and competition;*

*3. Assessment of functional ability, strength, endurance and flexibility;*

*4. Planning for training time or cycles, according to the individual objectives and / or the team.*

### 3.3.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objetivos de aprendizagem da unidade curricular:

*Cada um dos pontos dos objetivos de aprendizagem será abordado no correspondente ponto dos conteúdos programáticos (ex. o objetivo de aprendizagem 1 "Identificar as características, necessidades, motivações e objetivos desportivos de cada atleta e/ou equipa;" será abordado no conteúdo programático 1 "Recolha dos elementos necessários a uma cuidadosa e criteriosa análise individual e coletiva dos atletas e/ou equipas;".*

### 3.3.6. Evidence of the syllabus coherence with the curricular unit's intended learning outcomes:

*Each of the points of the learning objectives will be addressed at the corresponding point of the syllabus (eg. the learning objective 1 "To identify the characteristics, needs, motivations and goals of each athlete and/or team;" will be addressed in point 1 of the curricular unit contents 1 "Collecting of the necessary items for a careful and thorough analysis of individual and collective goals of athletes and/or teams;"*

### **3.3.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):**

*Aulas teóricas de exposição, discussão e problematização das matérias de conhecimento relativas aos temas do programa.*

*Aulas práticas em que são utilizadas estratégias diversas para a aplicação de conhecimentos e desenvolvimento de competências.*

*A avaliação é contínua, sendo a nota final resultado da média aritmética de um teste teórico (50%) e o desenvolvimento de um plano de treino (50%). Se o aluno não cumprir os objetivos mínimos, poderá recorrer a um momento final de avaliação.*

### **3.3.7. Teaching methodologies (including assessment):**

*Theoretical classes for exposing, debating and characterizing the different syllabus themes;*

*Practical sessions to develop methodologies and knowledge on practical application;*

*The final grade will be the result of the grades of the continuous evaluation, by the development of a nutritional plan (50%) and a theoretical test (50%). If the student does not achieve the minimal evaluation requirements, he may use a final exam evaluation.*

### **3.3.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objetivos de aprendizagem da unidade curricular:**

*A metodologia de ensino parte sempre da abordagem teórica dos conteúdos, pressupõe uma leitura prévia de documentos referenciados, por parte do aluno, e reclama o debate de ideias e experiências vivenciadas pelos alunos. Pretende-se que os alunos reflitam criticamente sobre as necessidades individualizadas de cada indivíduo, adquirindo os conhecimentos necessários para uma adequada integração dos conceitos alimentares e nutricionais com a atividade física e o exercício, e capacitando-os a desenvolverem com qualidade e segurança um plano alimentar para diferentes populações e objetivos.*

### **3.3.8. Evidence of the teaching methodologies coherence with the curricular unit's intended learning outcomes:**

*Teaching methods start from a theoretical approach and requires a previous document analysis performed by the students. It also stimulates debates on the ideas and experiences lived by them. Students must critically review the individualized needs of each subject and acquire the knowledge for an adequate diet and physical activity concept, integration and intervention, enabling them to develop diet plans for different subjects and goals with both accuracy and security.*

### **3.3.9. Bibliografia principal:**

*American College of Sports Medicine (2013). ACSM's Guidelines for Exercise Testing and Prescription. Ninth Edition. Wolters Kluwer. Lippincott, Williams and Wilkins.*

*Bompa, T., Buzzichelli, C. (2015). Periodization Training for Sports-3rd Edition. Champaign: Human Kinetics.*

*Swain, D. P., Leutholtz, B. C. (2007). Exercice prescription : a case study approach to the ACSM guidelines. 2ª ed. Champaign: Human Kinetics, cop. VIII, 200 p.*

## **Mapa IV - Coaching desportivo**

### **3.3.1. Unidade curricular:**

*Coaching desportivo*

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

*António Jorge Simões Dantas (32 horas contacto)*

### **3.3.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:**

*<sem resposta>*

### **3.3.4. Objetivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):**

*Com esta unidade curricular pretende-se que os alunos consigam alcançar os seguintes objetivos e competências:*

*1. Desenvolver competências sobre o processo de gestão e intervenção no treino;*

2. Promover a rentabilização do desempenho dos praticantes desportivos;
3. Compreender a lógica multifatorial dos princípios que regulam as relações entre treinador e praticante.
4. Conhecer os fatores morais e éticos associados à sua intervenção do treinador;
5. Demonstrar capacidade para intervir, discutir e avaliar as implicações da intervenção, na especificidade da atividade física ou desportiva, dos objetivos e das características dos praticantes.

### 3.3.4. Intended learning outcomes (knowledge, skills and competences to be developed by the students):

*With this course it is intended that students can achieve the following objectives and responsibilities:*

1. Develop skills on the management process and intervention in training;
2. Promote the profitability performance of athletes;
3. Understand the logic of multifactorial principles governing the relationship between coach and practitioner.
4. Know the moral and ethical factors associated with intervention coach;
5. Demonstrate the ability to intervene, discuss and assess the implications of the intervention, in the specificity of physical or sporting activity, objectives and characteristics of practitioners.

### 3.3.5. Conteúdos programáticos:

*A Unidade Curricular irá centrar-se nos seguintes conteúdos:*

1. O treinador, um gestor de recursos humanos;
2. Modelos de intervenção do treinador;
3. Variabilidade contextual e intervenção do treinador;
4. Estratégias de comunicação e feedback;
5. Organização e intervenção na prática;
6. Avaliação da eficácia do processo de ensino / aprendizagem / treino.

### 3.3.5. Syllabus:

*The course unit will focus on the following contents:*

1. The coach, a manager of human resources;
2. coach intervention models;
3. contextual variability and coaching intervention;
4. Strategies of communication and feedback;
5. Organization and intervention in practice;
6. Evaluation of the effectiveness of teaching / learning / training.

### 3.3.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objetivos de aprendizagem da unidade curricular:

*Os conteúdos programáticos da unidade curricular de Coaching Desportivo foram definidos em função dos objetivos e competências a serem adquiridas pelos alunos para o exercício da função de treinador.*

*Assim:*

- Objetivo 1 é tratado nos conteúdos 1 e 2.*  
*Objetivo 2 é tratado nos conteúdos 1.*  
*Objetivo 3 é tratado nos conteúdos 2 e 3.*  
*Objetivo 4 é tratado nos conteúdos 2,3 e 4.*  
*Objetivo 5 é tratado nos conteúdos 1, 2, 3, 4, 5 e 6.*

### 3.3.6. Evidence of the syllabus coherence with the curricular unit's intended learning outcomes:

*The syllabus of the course in Sports Coaching were defined according to the objectives and competencies to be acquired by students to exercise the role of coach.*

*Thus:*

- Goal 1 is treated in the contents 1 and 2.*  
*Objective 2 is treated in the contents 1.*  
*Goal 3 is treated in the contents 2 and 3.*  
*Goal 4 is treated in the contents 2,3 and 4.*  
*Target 5 is treated in content 1, 2, 3, 4, 5 and 6.*

### 3.3.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

*As aulas terão um cariz teórico-prático, pretendendo criar uma dinâmica de participação ativa dos alunos na aula. Assim, seguirão uma perspetiva mista relativamente ao centro da ação, ou seja, serão centradas quer no aluno quer no professor, durante o decorrer da ação. Irão ser utilizados diversos tipos de materiais de apoio, tais como: diapositivos, documentos variados; entre outros. A avaliação consta de 2 Trabalhos (20%, 40%) e teste final (40%).*

### 3.3.7. Teaching methodologies (including assessment):

*The classes will have a theoretical and practical nature, intending to create a dynamic of active participation of students in class. Thus, follow a mixed perspective relative to the center of action, or both*

*are centered on the pupil or the teacher, during the course of action. They will be used to support various types of materials, such as slides, various documents; among others. The evaluation consists of two works (20%, 40%) and final test (40%).*

**3.3.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objetivos de aprendizagem da unidade curricular:**

*A tipologia de aulas nesta UC é fundamentalmente de cariz teórico-prático, aliando a exposição teórica à aplicação dos conteúdos à resolução de problemas, preparação e intervenção de prática pedagógica-didática em diferentes contextos e com diferentes populações. Pretende-se ainda criar um ambiente de aprendizagem aplicada aos problemas da área científica, pelo que os conteúdos mais teóricos serão sempre apresentados com recurso a exemplos práticos e concretos no âmbito da intervenção prática do treinador em ciências do desporto.*

**3.3.8. Evidence of the teaching methodologies coherence with the curricular unit's intended learning outcomes:**

*The typology of classes this UC is fundamentally theoretical and practical nature, combining the theoretical exposition of the contents of the application to problem solving, preparation and intervention pedagogical-didactic practice in different settings and with different populations. It also aims to create a learning environment applied to the problems of the scientific area, so the more theoretical content will always be presented using practical examples and concrete within the practice of coaching intervention in sport science.*

**3.3.9. Bibliografia principal:**

*Jones, R. L., & Kingston, K.. (2013). An Introduction to Sports Coaching: onnecting Theory to Practice. Routledge.  
Wrisberg, C.(2007). Sport skill instruction for coaches. Champaign, Illinois:H.K..  
Potrac, P., Gilbert, W., & Denison, J. (Eds.). (2013). Routledge handbook of sports coaching. Routledge.  
Gilbert, W., & Sandrine R. (2011) Current directions in coaching research. Revista beroamericana de psicología del ejercicio y el deporte 6(2), 217-236.  
Brewer, B. (2012). Coaching children in sport. Sports Coaching Review, 1(2), 156-157.*

**Mapa IV - Organização desportiva**

**3.3.1. Unidade curricular:**

*Organização desportiva*

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

*António Jorge Simões Dantas (32 horas contacto)*

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

*<sem resposta>*

**3.3.4. Objetivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):**

*Com esta unidade curricular pretende-se que os alunos e consigam alcançar os objetivos que traçamos, e demonstrem por isso conhecimentos e competências nos seguintes domínios:*

- 1. Analisar e compreender as dimensões da Gestão do Desporto;*
- 2. Identificar e conhecer as principais estruturas organizacionais do desporto e as suas funções;*
- 3. Conhecer e estruturar o processo de planeamento e gestão da organização e das suas implicações no domínio político, social, legal, económico e territorial;*
- 4. Conhecer os elementos necessários de forma a gerir: recursos humanos; ações de marketing; eventos; instalações desportivas.*

**3.3.4. Intended learning outcomes (knowledge, skills and competences to be developed by the students):**

*With this course is intended that students and are able to reach the goals we have set, and demonstrate why knowledge and skills in the following areas:*

- 1. To analyze and understand the dimensions of the Sport Management;*
- 2. Identify and know the main organizational structures of sport and its functions;*
- 3. Know and structure the process of planning and organization management and its implications in the political, social, legal, economic and territorial cohesion;*
- 4. Meet the necessary elements to manage: human resources; marketing activities; events; sports facilities.*

**3.3.5. Conteúdos programáticos:**

1. *As estruturas organizativas do desporto;*
2. *Funcionamento das organizações desportivas;*
3. *O desenvolvimento organizacional aplicado às organizações desportivas;*
4. *Gestão de recursos humanos, perspetivas e estilos de gestão adequados a diferentes perfis profissionais e estruturas organizacionais;*
5. *A estratégia no funcionamento das organizações. Conceção, planeamento e operacionalização de estratégias;*
6. *O marketing e a comunicação no desporto;*
7. *Gestão de eventos desportivos;*
8. *Gestão e Utilização de Instalações Desportivas.*

**3.3.5. Syllabus:**

1. *The organizational structures of sport;*
2. *Operation of sports organizations;*
3. *organizational development applied to sports organizations;*
4. *Management of human resources, perspectives and management styles suited to different professional profiles and organizational structures;*
5. *The strategic functioning of organizations. Design, planning and implementation strategies;*
6. *The marketing and communication in sport;*
7. *Management of sports events;*
8. *Management and Use of Sports Facilities.*

**3.3.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objetivos de aprendizagem da unidade curricular:**

*Os conteúdos programáticos da unidade curricular de Organização desportiva foram definidos em função dos objetivos e competências a serem adquiridas pelos alunos para o exercício da função de treinador.*

*Assim:*

*Objetivo 1 é tratado nos conteúdos 1 e 2.*

*Objetivo 2 é tratado no conteúdo 2.*

*Objetivo 3 é tratado nos conteúdos 3, 4 e 5.*

*Objetivo 4 é tratado nos conteúdos 5, 6, 7 e 8.*

**3.3.6. Evidence of the syllabus coherence with the curricular unit's intended learning outcomes:**

*The syllabus of the course Organization of sport were defined in terms of objectives and skills to be acquired by students to exercise the role of coach.*

*Thus:*

*Goal 1 is treated in the contents 1 and 2.*

*Objective 2 is treated in the content 2.*

*Goal 3 is treated in the content 3, 4 and 5.*

*Objective 4 is treated in the contents 5, 6, 7 and 8.*

**3.3.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):**

*As aulas terão um cariz teórico-prático, pretendendo criar uma dinâmica de participação ativa dos alunos na aula. Assim, seguirão uma perspetiva mista relativamente ao centro da ação, ou seja, serão centradas quer no aluno quer no professor, durante o decorrer da ação. Irão ser utilizados diversos tipos de materiais de apoio, tais como: diapositivos, documentos variados; entre outros. A avaliação consta de 2 Trabalhos (20%, 40%) e teste final (40%).*

**3.3.7. Teaching methodologies (including assessment):**

*The classes will have a theoretical and practical nature, intending to create a dynamic of active participation of students in class. Thus, follow a mixed perspective relative to the center of action, or both are centered on the pupil or the teacher, during the course of action. They will be used to support various types of materials, such as slides, various documents; among others. The evaluation consists of two works (20%, 40%) and final test (40%).*

**3.3.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objetivos de aprendizagem da unidade curricular:**

*A metodologia proposta leva os alunos a procurar e perceber o universo organizativo ligado ao desporto.*

*A realização de trabalhos promove o conhecimento mais profundo do universo desportivo e suas inter-relações.*

**3.3.8. Evidence of the teaching methodologies coherence with the curricular unit's intended learning outcomes:**

*The proposed methodology takes students to seek and realize the organizational universe linked to sport. The completion of work promotes deeper understanding of the sports universe and their interrelations.*

### 3.3.9. Bibliografia principal:

- Roche, F. (1998). La Planificación Estratégica en las Organizaciones Deportivas. Barcelona: Editora Paidotribo.*
- Slack, T. (1997). Understanding Sport Organisations - The Application of Organizational Theory. Champaign: Human Kinetic.*
- Mullin, Bernard, Hardy, Steve, Sutton, William (2000). Sport Marketing. Human Kinetics Publishers, EUA.*
- Sá, Carlos, Sá, Daniel (2010). Marketing para Desporto. Um jogo Empresarial. Edições IPAM. Porto.*
- Richard L.; Sutton William; McCarthy Larry.(2008).Sport Promotion and Sales Management. EUA. Human Kinetics.Madeira,*
- B. Caetano, J. Rasquilha, L. e Santos, R.(2007). Gestão de Marketing de Eventos Desportivos. Corroios. Plátano Editora SA.*
- Sá, D., Sá, C. (2008). Sports Marketing-As Novas Regras do Jogo. Porto. Ed. IPAM Módulo 3 – Gestão de Instalações Desportivas*
- Ammon, R.; Southall, R. & Blair, D.(2004). Sport Facility Management: Organizing Events and Mitigating Risks, Ed. Fitness Information Technology, Inc.. Morgantown – U.S.A.*

## Mapa IV - Seminário desportos coletivos

### 3.3.1. Unidade curricular:

*Seminário desportos coletivos*

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

*João Miguel Vieira Camões (8 horas contacto)*

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

*José Pedro Arieiro Gonçalves Bezerra (8 horas contacto)*

### 3.3.4. Objetivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):

- 1. Identificar e apresentar exemplos de organização e desenvolvimento de projetos de treino desportivo de modalidades coletivas com êxito nacionais e internacionais;*
- 2. Dominar os sistemas mais recentes de organização e planeamento de treino em modalidades coletivas;*
- 3. Conhecer o estado da arte e as iniciativas e experiências de inovação e sucesso nacionais e além-fronteiras no domínio do treino desportivo de modalidades coletivas;*
- 4. Identificar oportunidades de intervenção, inovação e empreendedorismo no treino desportivo de modalidades coletivas.*

### 3.3.4. Intended learning outcomes (knowledge, skills and competences to be developed by the students):

- 1. Identify and give examples of organization and development of sports training project team sports with national and international success;*
- 2. Mastering the latest systems of organization and planning training in team sports;*
- 3. Know the state of the art and the initiatives and experiences of innovation and national success and across borders in the field of sports training team sports;*
- 4. Identify opportunities for intervention, innovation and entrepreneurship in sports training team sports.*

### 3.3.5. Conteúdos programáticos:

- 1. As perspetivas modernas do treino desportivo individual nas suas variadas facetas. Exigências e características do treino desportivo ao longo do tempo e das épocas.*
- 2. O estado da arte no treino desportivo de modalidades coletivas. As condicionantes do sucesso desportivo nos diferentes níveis de organização do treino desportivo. Casos de estudo nacional e mundial.*
- 3. A preparação do treinador e da equipa técnica para os variados níveis de rendimento do treino desportivo. Exigências atuais do modelo de preparação desportiva. A construção de uma equipa de sucesso. Condicionantes humanas e de contexto.*
- 4. As condicionantes do indivíduo na selecção, treino, e desempenho otimizado. A equipa de desportos coletivos. A planificação individual ao serviço dos ciclos competitivos.*

### 3.3.5. Syllabus:

- 1. Modern Perspectives of individual sports training in its various facets. Requirements and characteristics of sports training over time and the seasons.*
- 2. The state of the art sports training team sports. The constraints of sporting success at different levels of*

*organization of sports training. National and global studies.*

*3. Preparation of the coach and the coaching staff for varying income levels of sports training. Current requirements of the sports preparation model. Building a successful team. Human and contextual constraints.*

*4. The individual determinants in the selection, training, and optimized performance. The team of collective sports. The individual planning at the service of competitive cycles.*

### **3.3.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objetivos de aprendizagem da unidade curricular:**

*O objetivo 1 será abordado no ponto 2 dos conteúdos programáticos*

*O objetivo 2 será abordado nos pontos 1 e 2 dos conteúdos programáticos*

*O objetivo 3 será abordado nos pontos 2 dos conteúdos programáticos*

*O objetivo 4 será abordado nos pontos 2, 3 e 4 dos conteúdos programáticos*

### **3.3.6. Evidence of the syllabus coherence with the curricular unit's intended learning outcomes:**

*Objective 1 will be covered in section 2 of the syllabus*

*Objective 2 will be addressed in paragraphs 1 and 2 of the syllabus*

*The objective 3 will be addressed in sections 2 of the syllabus*

*The objective 4 will be addressed in sections 2, 3 and 4 of the syllabus*

### **3.3.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):**

*Nesta unidade curricular pretende-se organizar uma série de seminários com convidados relevantes do mundo do treino desportivo, com ligação às modalidades coletivas e que possam trazer uma visão da realidade, bem como estimular novas ideias e discussões à volta do paradigma do treino desportivo.*

*Exemplos de boas práticas e casos de sucesso, inovação e empreendedorismo serão particularmente procurados para convidados deste conjunto de seminários.*

*A cada seminário / apresentação corresponderá uma tarefa de avaliação (relatório crítico) definida pelo*

*docente responsável da UC de acordo com o tema tratado. No final da UC existirá um espaço de*

*apresentação individual em que cada aluno escolherá o seu tema predileto (dos apresentados) e sobre ele construirá uma proposta de trabalho ou intervenção.*

### **3.3.7. Teaching methodologies (including assessment):**

*This curricular unit is intended to organize a series of seminars with relevant guests from the sports training world, with easy access to team sports and that can bring a vision of reality as well as stimulating new ideas and discussions about the paradigm of sports training.*

*Examples of good practice and success stories, innovation and entrepreneurship will be particularly sought for guests of this series of seminars.*

*Each seminar / presentation correspond an evaluation task (critical report) defined by the teacher in charge*

*of UC according to the theme. At the end of curricular unit exist an individual presentation space in which*

*each student will choose his favorite theme (those shown) and on it build a proposed work or intervention.*

### **3.3.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objetivos de aprendizagem da unidade curricular:**

*A consecução dos objetivos de aprendizagem é perseguida nas escolhas das metodologias de ensino através da estratégia de abertura do espaço de aula aos especialistas convidados na área do treino desportivo. O docente responsável terá como missão fundamental a de organizar um conjunto de*

*seminários coerentes, de forma a ser possível abordar de forma completa a interação entre os conteúdos típicos de trabalho no treino desportivo e as boas práticas e experiências já implementadas, através do*

*convite a vários especialistas que apresentarão a sua visão e experiência nestas matérias.*

*Por outro lado, a escolha da forma de avaliação foi feita com o intuito de implicar o aluno na prossecução destes mesmos objetivos, refletindo e propondo soluções e/ou projetos.*

### **3.3.8. Evidence of the teaching methodologies coherence with the curricular unit's intended learning outcomes:**

*The achievement of learning objectives is pursued in the choice of teaching methods through the opening strategy of classroom space to invited experts in the field of sports training. The teacher responsible will*

*have the fundamental mission to organize a coherent set of seminars in order to be able to address comprehensively the interaction between the typical work content in sports training and best practices and*

*experiences already implemented through invitation to various experts who will present their vision and experience in these matters.*

*On the other hand, the choice of the form of assessment was made in order to involve the student in pursuing these same goals, reflecting and proposing solutions and / or designs.*

### **3.3.9. Bibliografia principal:**

*Varia em função dos diferentes seminários temáticos propostos, ficando sob a responsabilidade dos diferentes especialistas convidados.*

## **Mapa IV - Metodologia do desporto II**

### **3.3.1. Unidade curricular:**

*Metodologia do desporto II*

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

*José Pedro Arieiro Gonçalves Bezerra (48 horas de contacto)*

### **3.3.3. Outros docentes e respectivas horas de contacto na unidade curricular:**

*Mario Adelino Simões (48 horas de contacto)*

*João Miguel Vieira Camões (48 horas de contacto)*

### **3.3.4. Objetivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):**

*Esta Unidade Curricular desenvolve base teóricas para o treino desportivo, com forte ligação à prática.*

*Tem com objetivos:*

- 1. abordar novas práticas e novas tendências do treino desportivo, com enfoque nas questões de condição física do atleta, incluindo o recurso a novas tecnologia e instrumentos de apoio à prática de excelência.*
- 2. Desenvolver a capacidade de reflexão sobre contextos de prática;*
- 3. Capacitar para intervir e liderar em contexto real de prática, com fundamentação científica e pedagógica;*
- 4. Desenvolver capacidade de procura de recursos, meios e técnicas para melhoria do prática pedagógica em contexto real de treino e competição.*

### **3.3.4. Intended learning outcomes (knowledge, skills and competences to be developed by the students):**

*This curricular unit develops theoretical basis for athletic training, with a strong connection to the practice.*

*The objectives are:*

- 1. Address new practices and new trends in sports training, focusing on fitness issues athlete, including the use of new technology and support tools to the practice of excellence.*
- 2. To develop the capacity for reflection on practice contexts;*
- 3. To train to intervene and lead in the context of actual practice with scientific and pedagogical reasons;*
- 4. Develop resource search capability, means and techniques for improving teaching practice in real context of training and competition.*

### **3.3.5. Conteúdos programáticos:**

#### **DESPORTOS COLETIVOS**

##### **1. Determinantes Técnicos e Táticos**

- 1.1. Princípios, métodos e sistemas de jogo**
- 1.2. Trabalho por sectores e trabalho intersectorial**
- 1.3. Treino específico por posição tática**

##### **2. Liderança e Talento**

- 2.1. Liderança e gestão emocional em contexto de treino e competição**
- 2.2. Detecção e desenvolvimento de talento desportivo**

#### **DESPORTOS INDIVIDUAIS**

##### **1. Técnica e didática específica dos desportos individuais: análise do movimento**

- 2. Liderança e Talento**
- 2.1. Liderança e gestão emocional em contexto de treino e competição**
- 2.2. Detecção e desenvolvimento de talento desportivo**

### **3.3.5. Syllabus:**

#### **TEAM SPORTS**

##### **1. Technical and Tactical Determinants**

- 1.1. Principles, methods and game systems**
- 1.2. Sectoral work and cross-sectoral work**
- 1.3. Specific training for tactical position**

##### **2. Leadership and Talent**

- 2.1. Leadership and emotional management: training and competition sports context**
- 2.2. Detection and sports talent development**

#### **INDIVIDUAL SPORTS**

1. *Technical and specific didactic of the individual sports: motion analysis*
2. *Leadership and Talent*
  - 2.1. *Leadership and emotional management: training and competition sports context*
  - 2.2. *Detection and sports talent development*

**3.3.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objetivos de aprendizagem da unidade curricular:**

- O objetivo 1 será abordado no ponto 2 dos conteúdos programáticos*
- O objetivo 2 será abordado nos pontos 1 e 2 dos conteúdos programáticos*
- O objetivo 3 será abordado nos pontos 2 dos conteúdos programáticos*
- O objetivo 4 será abordado nos pontos 1 e 2 dos conteúdos programáticos*

**3.3.6. Evidence of the syllabus coherence with the curricular unit's intended learning outcomes:**

- Objective 1 will be covered in section 2 of the syllabus*
- Objective 2 will be addressed in sections 1 and 2 of the syllabus*
- The objective 3 will be addressed in sections 2 of the syllabus*
- The objective 4 will be addressed in sections 1 and 2 of the syllabus*

**3.3.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):**

*A metodologia de ensino a utilizar será essencialmente de carácter individualizado (trabalho de orientação), intercalados com momentos de discussão e apresentação do trabalho individual no seio do grupo (turma), e em apresentações exteriores (congressos, seminários, etc). No final da unidade curricular a classificação decorrerá da avaliação de 2 trabalhos individuais, um de campo e outro de pesquisa.*

**3.3.7. Teaching methodologies (including assessment):**

*The teaching methodology to be used is essentially individual character (orientation work), interspersed with moments of discussion and presentation of individual work within the group (class), and outdoor presentations (congresses, seminars, etc.). At the end of the course the classification result from the assessment of two individual assignments, a field and research works.*

**3.3.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objetivos de aprendizagem da unidade curricular:**

*Dada a natureza essencialmente individualizada dos trabalhos, ela vai potencializar a capacidade de procura de informação e reflexão/discussão sobre as temáticas abordadas, preparando o candidato para intervir e liderar em contexto real de prática, com fundamentação científica e pedagógica.*

**3.3.8. Evidence of the teaching methodologies coherence with the curricular unit's intended learning outcomes:**

*Given the essentially individual nature of the work, it will enhance the search capability of information and reflection / discussion of the issues addressed, preparing the student for the intervention in a real practice context, with adequate scientific and educational background.*

**3.3.9. Bibliografia principal:**

- Castelo, J. (2003): Futebol. Guia prático de exercícios de treino . Visão E contextos. Lisboa.*
- Garganta, J. (1999): A Análise do jogo em futebol. 2:14-40. FCDEF-UP. F. Tavares (Eds).*
- Leal, M. & Quinta, R. (2001): O Treino no Futebol. Uma concepção para a formação . Edições APPACDM. Braga.*
- Mesquita, I. Guerra, I. & Araújo, V (2002). Processo de formação do jovem jogador de voleibol. Coleção Treino Desportivo: IPDJ*
- Rodrigues, J. (1990). O ensino do jogo de voleibol. Revista Horizonte, 7, (40), 111-114*
- Rodrigues, L. (1990). Voleibol. O Sistema de Jogo. Revista Horizonte, 6, (36), 194-197*
- Documentos de apoio de formação de treinadores da Federação de Patinagem de Portugal: <http://www.fpp.pt>*
- Seners, P. (2001). Didáctica del Atletismo. INDE publicationes*
- Barbosa, T.; Queirós, T. (2004). Ensino da natação: uma perspectiva metodológica para a abordagem das habilidades motoras aquáticas básicas. Lisboa: Xistarca*
- Costill, L. Ernest, M. Allen, B. (1992). Swimming*

## Mapa IV - Estágio

### 3.3.1. Unidade curricular:

*Estágio*

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

*José Pedro Arieiro Gonçalves Bezerra (16 horas contacto)*

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

*António Jorge Simões Dantas (32 horas contacto)*

*César Filipe Chaves de Oliveira (16 horas contacto)*

### 3.3.4. Objetivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):

*Esta unidade curricular estende-se por 2 semestres e tem como objetivo a preparação e realização do estágio final do mestrado para os alunos que optem por esta modalidade.*

*Os objetivos definidos são:*

- 1. Conhecer a diversidade de ambientes profissionais na área do Treino Desportivo.*
- 2. Elaborar um plano prévio (pré-projeto) do estágio profissionalizante*
- 3. Experimentar a programação, organização, e condução de atividades de Treino Desportivo em ambiente real de estágio profissionalizante em clubes/associações desportivas de qualidade reconhecida.*
- 4. Recolher e analisar indicadores da ação em estágio (individuais, da organização, e das atividades).*
- 5. Escrever o relatório da atividade de estágio utilizando uma escrita científica.*
- 6. Apresentar e defender publicamente o documento.*

### 3.3.4. Intended learning outcomes (knowledge, skills and competences to be developed by the students):

*This curricular unit spans two semesters and aims the preparation and holding of the final stage of the master's degree for students who opt for this mode.*

*The defined objectives are:*

- 1. Know the different professional environments in Sports Training area.*
- 2. Prepare a prior plan (pre-project) the work experience*
- 3. Try the planning, organization and conduct of Sports Training activities in real environment of work experience in clubs / sports associations of recognized quality.*
- 4. Collect and analyze stage action indicators (individual, organization, and activities).*
- 5. Write the report of internship activity using a scientific writing.*
- 6. Present and discuss in public the final document.*

### 3.3.5. Conteúdos programáticos:

*A natureza desta unidade curricular obriga a uma definição diferente dos conteúdos programáticos. A Comissão Científica apresentará aos alunos, no final do 2º semestre, os locais e atividades de estágio propostos. O aluno elaborará a sua proposta de Estágio já com a ajuda do respectivo orientador e em ligação com a entidade externa em que se vai desenrolar o estágio.*

*Durante o Estágio o aluno produzirá o seu relatório de Estágio, que será objeto de defesa pública.*

### 3.3.5. Syllabus:

*The nature of this curricular unit requires a different definition of the syllabus. The Scientific Committee will present to the students, at the end of the 2nd semester, local and proposed training activities. The student will prepare its proposal stage already with the help of the supervisor and in connection with external entity that will conduct the training.*

*During the internship the student will produce your internship report to be public defense object.*

### 3.3.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objetivos de aprendizagem da unidade curricular:

*Todos os objetivos definidos são intrínsecos à natureza de execução de um Estágio profissional, à reflexão crítica escrita (relatório), e à sua defesa pública.*

### 3.3.6. Evidence of the syllabus coherence with the curricular unit's intended learning outcomes:

*All defined goals are intrinsic to the nature of running a professional internship, critical reflection written (report), and to its public defense.*

### 3.3.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

*A metodologia de ensino a utilizar será essencialmente de carácter individualizado (trabalho de orientação), intercalados com momentos de discussão e apresentação do trabalho individual no seio do*

*grupo (turma), e em apresentações exteriores (congressos, seminários, etc).  
No final da unidade curricular a classificação decorrerá da avaliação do júri de defesa do relatório.*

**3.3.7. Teaching methodologies (including assessment):**

*The teaching methodology to be used is essentially individual character (orientation work), interspersed with moments of discussion and presentation of individual work within the group (class), and outdoor presentations (congresses, seminars, etc.).  
At the end of the course the classification result from the report of the defense board's evaluation.*

**3.3.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objetivos de aprendizagem da unidade curricular:**

*Os trabalhos individuais requeridos, estratificados pelos diferentes momentos de exposição prática, vão permitir construir e sustentar em termos pedagógicos e científicos o relatório final de estágio, que estará sob avaliação de uma comissão científica de relevo na área.*

**3.3.8. Evidence of the teaching methodologies coherence with the curricular unit's intended learning outcomes:**

*The required individual works, stratified by different moments of practical exposure, will allow the students to build and sustain in educational and scientific terms the final probation report, which will be evaluated by a scientific commission of relief in the area.*

**3.3.9. Bibliografia principal:**

*Varia em função das diferentes temáticas, abordadas nos relatórios finais de estágio.*

**Mapa IV - Dissertação**

**3.3.1. Unidade curricular:**

*Dissertação*

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

*João Miguel Vieira Camões (16 horas contacto)*

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

*Luis Paulo Lopes Brandão Areosa Rodrigues (16 horas contacto)*

*José Pedro Arieiro Gonçalves Bezerra (16 horas contacto)*

*Filipe Manuel Batista Clemente (16 horas contacto)*

*César Filipe Chaves de Oliveira (16 horas contacto)*

**3.3.4. Objetivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes):**

*Esta unidade curricular estende-se por 2 semestres (2º ano) e tem como objetivo a preparação e execução dos trabalhos de campo, elaboração e redação da Dissertação e respetiva defesa pública, para os alunos que optem por esta modalidade.*

*Os objetivos definidos são:*

- 1. Aprofundar as metodologias de implementação de um projeto científico.*
- 2. Conhecer o estado da arte da produção científica na área do Treino Desportivo.*
- 3. Definir um problema de investigação relevante e escolher os instrumentos metodológicos apropriados para o resolver.*
- 4. Elaborar um pré-projeto detalhado da investigação a desenvolver.*
- 5. Recolher e analisar resultados, e concluir a partir das evidências recolhidas, discutindo-as à luz do estado da arte.*
- 6. Escrever a dissertação utilizando as normas de escrita científica.*
- 7. Apresentar e defender publicamente o documento.*

**3.3.4. Intended learning outcomes (knowledge, skills and competences to be developed by the students):**

*This curricular unit spans two semesters (2nd year) and aims the preparation and execution of field work, preparation and writing of the dissertation and respective public defense, for students who opt for this mode.*

*The defined objectives are:*

- 1. Deepen the implementation methodologies of a scientific project.*
- 2. Know the state of the art scientific production in the area of Sports Training.*
- 3. Define a relevant research problem and choose the appropriate methodological tools to fix it.*

4. *Develop a detailed pre-project research to develop.*
5. *Collect and analyze results, and conclude from the evidence gathered, discussing them in the light of the state of the art.*
6. *Write the dissertation using the scientific writing standards.*
7. *Present and public discuss the final document.*

### 3.3.5. Conteúdos programáticos:

*A natureza desta unidade curricular obriga a uma definição diferente dos conteúdos programáticos. A Comissão Científica apresentará aos alunos durante o 1º ano, as linhas de investigação propostas no âmbito do Treino Desportivo, após o que o aluno elaborará a sua proposta de estudo já com a ajuda do orientador.*

*Durante o tempo de implementação do Projeto, o aluno realizará as atividades de investigação de acordo com o programado, e escreverá a sua Dissertação que será objeto de defesa pública.*

### 3.3.5. Syllabus:

*The nature of this curricular unit requires a different definition of the syllabus. The Scientific Committee will present to the students during the 1st year, the lines/topics of research proposals under the Sports Training, after which the student will prepare its proposal for a study, with the help of the supervisor.*

*During the project implementation time, the student will carry out research activities according to schedule, and write your Dissertation to be public defense object.*

### 3.3.6. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objetivos de aprendizagem da unidade curricular:

*Todos os objetivos definidos são intrínsecos à natureza de execução de uma investigação científica, à escrita de uma Dissertação que documente a investigação realizada, e à sua defesa pública.*

### 3.3.6. Evidence of the syllabus coherence with the curricular unit's intended learning outcomes:

*All defined goals are intrinsic to the nature of running a scientific research, the writing of a dissertation that documents the research carried out, and its public defense.*

### 3.3.7. Metodologias de ensino (avaliação incluída):

*A metodologia de ensino a utilizar será essencialmente de carácter individualizado (trabalho de orientação), intercalados com momentos de discussão e apresentação do trabalho individual no seio do grupo (turma), e em apresentações exteriores (congressos, seminários, etc).*

*No final da unidade curricular a classificação decorrerá da avaliação do júri de defesa da dissertação.*

### 3.3.7. Teaching methodologies (including assessment):

*The teaching methodology to be used is essentially individual character (orientation work), interspersed with moments of discussion and presentation of individual work within the group (class), and outdoor presentations (congresses, seminars, etc.).*

*At the end of the course the classification result from the evaluation of the dissertation by the jury.*

### 3.3.8. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objetivos de aprendizagem da unidade curricular:

*Os trabalhos individuais requeridos, estratificados pelos diferentes momentos de exposição (enquadramento teórico, metodologia, resultados e discussão), vão permitir construir e sustentar em termos científicos a dissertação final, que estará sob avaliação de uma comissão científica de relevo na área.*

### 3.3.8. Evidence of the teaching methodologies coherence with the curricular unit's intended learning outcomes:

*The required individual works, stratified by different times of exposure (theoretical framework, methodology, results and discussion), will allow us to build and sustain in scientific terms the final dissertation, which will be under evaluation by a scientific commission of relief in the area.*

### 3.3.9. Bibliografia principal:

*Varia em função das diferentes temáticas/dissertações finais.*

## 4. Descrição e fundamentação dos recursos docentes do ciclo de estudos

### 4.1 Descrição e fundamentação dos recursos docentes do ciclo de estudos

---

#### 4.1.1. Fichas curriculares

##### Mapa V - João Miguel Vieira Camões

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

*João Miguel Vieira Camões*

#### 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 Adjunto ou equivalente*

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

*100*

#### 4.1.1.6. Ficha curricular do docente:

[Mostrar dados da Ficha Curricular](#)

##### Mapa V - António Jorge Simões Dantas

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

*António Jorge Simões Dantas*

#### 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:

*Equiparado a Assistente ou equivalente*

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

*100*

#### 4.1.1.6. Ficha curricular do docente:

[Mostrar dados da Ficha Curricular](#)

##### Mapa V - Luis Paulo Lopes Brandão Areosa Rodrigues

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

*Luis Paulo Lopes Brandão Areosa 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:**

*Professor Adjunto ou equivalente*

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

*100*

**4.1.1.6. Ficha curricular do docente:**

[Mostrar dados da Ficha Curricular](#)

**Mapa V - José Pedro Arieiro Gonçalves Bezerra**

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

*José Pedro Arieiro Gonçalves Bezerra*

**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 Adjunto ou equivalente*

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

*100*

**4.1.1.6. Ficha curricular do docente:**

[Mostrar dados da Ficha Curricular](#)

**Mapa V - César Filipe Chaves de Oliveira**

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

*César Filipe Chaves 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:**

*Professor Adjunto ou equivalente*

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

*100*

**4.1.1.6. Ficha curricular do docente:**

[Mostrar dados da Ficha Curricular](#)

**Mapa V - Filipe Manuel Batista Clemente**

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

*Filipe Manuel Batista Clemente*

**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 Adjunto ou equivalente*

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

*100*

**4.1.1.6. Ficha curricular do docente:**

[Mostrar dados da Ficha Curricular](#)

#### Mapa V - Mário Adelino Dias Meneses Simões

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

*Mário Adelino Dias Meneses Simões*

**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:**

*Equiparado a Assistente ou equivalente*

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

*50*

**4.1.1.6. Ficha curricular do docente:**

[Mostrar dados da Ficha Curricular](#)

#### 4.1.2 Equipa docente do ciclo de estudos

##### 4.1.2. Equipa docente do ciclo de estudos / Teaching staff of the study programme

Nome / Name	Grau / Degree	Área científica / Scientific Area	Regime de tempo / Employment link	Informação/ Information
João Miguel Vieira Camões	Doutor	Saúde Pública	100	<a href="#">Ficha submetida</a>
António Jorge Simões Dantas	Mestre	Ciências do Desporto	100	<a href="#">Ficha submetida</a>
Luis Paulo Lopes Brandão Areosa Rodrigues	Doutor	Kinesiology (Ciências do Desporto)	100	<a href="#">Ficha submetida</a>
José Pedro Arieiro Gonçalves Bezerra	Doutor	Ciências do Desporto	100	<a href="#">Ficha submetida</a>
César Filipe Chaves de Oliveira	Doutor	Ciência do Desporto	100	<a href="#">Ficha submetida</a>
Filipe Manuel Batista Clemente	Doutor	Ciências do Desporto - Ramo Treino Desportivo	100	<a href="#">Ficha submetida</a>
Mário Adelino Dias Meneses Simões	Mestre	Ciências do Desporto	50	<a href="#">Ficha submetida</a>
<b>(7 Items)</b>			<b>650</b>	

*<sem resposta>*

## 4.2. Dados percentuais dos recursos docentes do ciclo de estudos

### 4.2.1. Corpo docente próprio do ciclo de estudos

#### 4.2.1. Corpo docente próprio do ciclo de estudos / Full time teaching staff

Corpo docente próprio / Full time teaching staff	ETI / FTE	Percentagem* / Percentage*
Docentes do ciclo de estudos em tempo integral na instituição / Full time teachers:	6	92.3

### 4.2.2. Corpo docente do ciclo de estudos academicamente qualificado

#### 4.2.2. 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	76.9

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

#### 4.2.3. 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	76.9
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

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

#### 4.2.4. 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:	5	76.9
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):	2	30.8

## 4.3. Procedimento de avaliação do desempenho

### 4.3. Procedimento de avaliação do desempenho do pessoal docente e medidas para a sua permanente actualização:

*O IPVC considera que o potencial das pessoas pode ser melhor usado através da partilha de valores e de uma cultura de confiança e de responsabilização, que encoraje o envolvimento de todos. Baseado numa gestão e partilha de conhecimentos, dentro de uma cultura de aprendizagem contínua, inovação e melhoria, procura-se: transmitir a importância da contribuição de cada um; identificar fatores que constituem obstáculo ao trabalho; aceitação das responsabilidades; avaliar o seu desempenho, em função de objetivos e metas; estimular o reforço das suas competências, conhecimentos e experiência e sua partilha; a discussão aberta de problemas e questões relevantes. O Regulamento do Sistema de Avaliação do Desempenho do Pessoal Docente do IPVC, encontra-se em funcionamento e define os mecanismos para a identificação dos objetivos do desempenho docente para cada período de avaliação, explicitando a*

*visão da instituição, nos seus diversos níveis, ao mesmo tempo que traça um quadro de referência claro para a valorização das atividades dos docentes e estabelece, ainda, as regras para alteração do posicionamento remuneratório de acordo com os artigos 35º-A e 35º-C do Estatuto da Carreira do Pessoal Docente do Ensino Superior Politécnico (ECPDESP). As medidas para a atualização do corpo docente não poderão ser vistas, no momento atual, afastadas da obrigação legal das instituições de ensino superior criarem condições aos seus docentes para fazerem ou concluírem a sua formação avançada, como condição básica da sustentabilidade do próprio subsistema, da própria instituição e do acesso à carreira por parte dos docentes.*

*Além da formação avançada o IPVC têm mantido uma atitude de incentivo e ajuda à atualização permanente do corpo docente, quer através de formação organizada internamente, quer por apoio à participação em formação externa quer, ainda, pela concessão do estatuto de bolseiro. A própria existência do Sistema de Gestão e de Garantia da Qualidade, em que, no âmbito do Processo de gestão dos Recursos Humanos, se diagnosticam as necessidades formativas e se elaboram Planos anuais de Formação, apoia a política de formação da instituição. A instituição assume que a qualidade do ensino & aprendizagem, de investigação e de prestação de serviços se baseia nas qualificações e competências dos seus docentes e funcionários. De referir ainda, nesta política de Melhoria da Qualidade, a realização periódica dos inquéritos de satisfação dos colaboradores do IPVC. Através do RJIES e dos Estatutos, todas estas informações são debatidas a nível das direções das UO's, das áreas científicas, do Conselho de Gestão alargado, dos Conselhos Técnico-Científico, Académico e Pedagógico e das Comissões de Curso.*

#### **4.3. Teaching staff performance evaluation procedures and measures for its permanent updating:**

*The IPVC believes that the potential of individuals can be best used by the sharing of values and by a culture of trust and responsibility, which encourages the involvement of all. Based on a continuous management and knowledge sharing, within a continuous learning culture, innovation and improvement, the aim is for each employee: communicate the importance of the contribution and role of each one, identifying factors that limit or constitute obstacle to the work / participation, acceptance of responsibility and solving problem that will compete, to evaluate its performance in terms of objectives and goals, encouraging the constant search for opportunities to strengthen their skills, knowledge and experience and its sharing and openly discussing problems and relevant issues.*

*The IPVC Teachers Performance Evaluation Regulation establishes the mechanisms for the identification of performance goals for each evaluation period, explaining the vision of the institution, in its various levels, while it draws a clear reference frame to value of the activities of teachers, it also establishes the rules for teachers salary position changing, in accordance with Articles 35-A and 35-C of the of the Polytechnic Teachers Career Regulation (ECPDESP).*

*The actions to upgrade the teacher's staff cannot be seen, at the present time, apart from the higher education institutions legal obligation to create conditions for their teachers to make or complete their advanced training, as a basic condition of subsystem sustainability, of the institution itself and the access to career by the teachers. In addition to the advanced training, IPVC has maintained an attitude of encouragement and assistance with the continuous teacher's training updating, either through internally organized training, either by supporting the participation in external training or, even, by granting a scholarship statute. The existence of the Quality Assurance Management System, in which the process of Human Resources management to diagnose training needs and definition of training annual plans, supports the training policy of the institution. The institution assumes that teaching & learning, research and service quality is essentially based on the qualifications and skills of its teacher's and non-academic staff. The realization of IPVC employee satisfaction periodic surveys, It should also be mentioned as part of the quality improvement policy. Through the RJIES and the IPVC Statutes, all this information is discussed by the: OU's Directions, the scientific areas, the extended Management Council, the Scientific- Technical, the Academic and the Pedagogical Councils and Commissions Course.*

## **5. Descrição e fundamentação de outros recursos humanos e materiais**

### **5.1. Pessoal não docente afecto ao ciclo de estudos:**

*Os Estatutos do IPVC conduzem a uma estruturação transversal, com a centralização nos Serviços Centrais dos seguintes serviços: Direção de Serviços Administrativos e Financeiros, Direção de Serviços informáticos, Divisão de Serviços Técnicos, Divisão de Serviços Académicos, Divisão de Recursos Humanos, Gab. Comunicação e Imagem, Gab. Mobilidade e Cooperação Internacional, Gab. Avaliação e Qualidade e a OTIC.*

*Na ESDL os serviços locais de limpeza e segurança de instalações são realizados em colaboração com o Centro de Estágios de Melgaço (Câmara Municipal). O pessoal não docente do refeitório e bar são da responsabilidade dos Serviços de Acção Social Escolar do IPVC. A Biblioteca e os serviços de reprografia contam com um responsável. A ESDL possui uma funcionária adstrita ao Balcão Único, uma funcionária nos Serviços Académicos, uma Técnica Superior que supervisiona todos os serviços, uma assessora da Direcção, um responsável da Biblioteca, e um técnico de apoio informático.*

**5.1. Non teaching staff allocated to the study programme:**

*The implementation of the IPVC Statutes led to a transverse restructuring, with centralization in Central Services of the following services: Administration and Financial Services, Computer Services, Technical Services Division, Academic Services Division, Human Resources Services Division, Media and image Office, Mobility and International Cooperation Office, Evaluation and Quality Office and the OTIC. ESDL cleaning services and security are carried out in collaboration with the Sports Center of Melgaço. The dining room and bar staff are from the Social Services. The ESDL has a attending Desk, the Academic Services, a Services Director, a secretary to the board of Direction, a Librarian, and a computer technician*

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

*Espaços para aulas: um (1) estádio (campo + pista) e um (1) campo de futebol sintético; um (1) pavilhão gimnodesportivo; um (1) polidesportivo e dois (2) courts de ténis; uma (1) piscina interior e uma (1) exterior; duas (2) salas de musculação; e uma (1) sala de Aeróbica; sete (11) salas de aulas teóricas e uma (1) sala tutorial; um (1) anfiteatro; uma (1) sala de informática; um (1) laboratório de exercício e movimento; um (1) laboratório de fitness; e um (1) laboratório de atividades de ar livre.*

*Nos Espaços de Estudo e Biblioteca: uma (1) biblioteca; cinco (5) salas de estudo; uma (1) sala de computadores; uma (1) papelaria/reprografia e uma (1) sala multimédia.*

*Nos espaços gerais: vinte (20) gabinetes; um (1) gabinete tutorial; e uma (1) sala de reuniões.*

*No Apoio Administrativo: uma (1) secretaria; uma (1) área de serviços académicos; uma (1) sala de contabilidade e uma (1) sala de pessoal; uma (1) área de expediente e uma (1) área de receção.*

**5.2. Facilities allocated to and/or used by the study programme (teaching spaces, libraries, laboratories, computer rooms, etc.):**

*For Teaching: one (1) stadium (field + track) and one (1) synthetic soccer field, one (1) sports pavilion, one (1) sports center and two (2) tennis courts, one (1) indoor pool and one (1) exterior, two (2) weight rooms, and one (1) room Aeróbica, seven(11) classrooms and one (1) tutorial room, one (1) amphitheater, one (1) computer room, one (1) exercise and movement lab, one (1) physiology lab, and one (1) activities outdoors lab*

*Spaces Study and Library: one (1) library; five (5) study rooms; one (1) computer room, one (1) stationery /photocopying and one (1) media room*

*In general spaces: twenty (20) offices, one (1) office tutorial, and one (1) meeting room.*

*In Administrative Support: one (1) secretary, one (1) academic services area, one (1) room accounting and one(1) room personnel, one (1) area-time and one (1) reception area.*

**5.3. Indicação dos principais equipamentos e materiais afectos e/ou utilizados pelo ciclo de estudos (equipamentos didácticos e científicos, materiais e TICs):**

*11 Cardiofrequencímetros, 20 Pedómetros, 4 Sistemas de análise glicose, 2 Monitores tensão arterial, 2 Eletro- estimuladores, 1 Ergo-jump, 1 Ergo-cycle Monark, 1 Electromiografia, 1 plataforma forças; 1 DEXA Hologic, 6 Estadiómetros, 1 Balança Tanita BC-418, 1 Body Fat Monitor Omrom BF306, 1 Aparelho RJL BIA System, 4 Balanças, 1 Mala de antropometria, 5 Adipómetros, 2 Tapete rolante, 1 Ergo-remo Heubozen, 1 Stalker Radar ATS II, 1 medidor de distâncias, volumes e áreas, 1 medidor luz, Software SIG; 1 GPS, 30 computadores; 2 manequins de reanimação e materiais de primeiros socorros.*

**5.3. Indication of the main equipment and materials allocated to and/or used by the study programme (didactic and scientific equipments, materials and ICTs):**

*11 cardio, 20 Pedometers, 4 glucose analysis systems, 2 blood pressure monitors, 2 Electro-stimulators, 1 Ergo-jump, one-cycle Monark Ergo, one Electromyography Delys Trigno, 1 Hologic DEXA, 6 portable stadiometers, 1 Scale Tanita BC -418.1 Body Fat Monitor Omrom BF306, 1 RJL BIA Appliance System, Scales 4, 1 Bag of anthropometry, 5 Slim Guide Caliper, Harpenden caliper, 2 Conveyors, 7 devices bodybuilding Panatta, 1-Ergo rowing Heubozen, 1 Device Stalker ATS II Radar, 1 meter for distances, areas and volumes, 1 meter light Koban KL 1065, Software SIG; 1 GPS, 30 laptops; 2 resuscitation dools and first aids materials*

**6. Actividades de formação e investigação****Mapa VI - 6.1. Centro(s) de investigação, na área do ciclo de estudos, em que os docentes desenvolvem a sua actividade científica**

**6.1. Mapa VI 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**

<b>Centro de Investigação / Research Centre</b>	<b>Classificação (FCT) / Mark (FCT)</b>	<b>IES / Institution</b>	<b>Observações / Observations</b>
Centro de Investigação em Desporto e Desenvolvimento Humano (CIDESD)	Muito Bom	Consórcio de Instituições, sedeadado na UTAD, Vila Real	ESDL-IPVC é membro do consórcio.
Instituto de Telecomunicações (IT)	Muito Bom	Consórcio de Instituições, sedeadado no Instituto Superior Técnico de Lisboa	

## Perguntas 6.2 e 6.3

**6.2. Mapa resumo de publicações científicas do corpo docente do ciclo de estudos, na área predominante do ciclo de estudos, em revistas internacionais com revisão por pares, nos últimos cinco anos (referenciação em formato APA):**

<http://a3es.pt/si/iportal.php/cv/scientific-publication/formId/49be86fa-e93a-3a51-54aa-5600266d3d8e>

**6.3. Lista dos principais projetos e/ou parcerias nacionais e internacionais em que se integram as actividades científicas, tecnológicas, culturais e artísticas desenvolvidas na área do ciclo de estudos:**

*Projectos de formação de treinadores e de treino de alto rendimento (treino de selecções):*

*Associação de Futebol de Viana do Castelo  
Associação de Futebol de Braga  
Associação de Futebol de Coimbra  
Associação de Patinagem do Porto  
Associação de Voleibol do Porto*

*Parcerias com:*

*Escola Desportiva Viana Castelo  
Santa Luzia Futebol Clube  
Clube Vela Viana Castelo  
Voleibol Clube Viana  
Sporting Clube Braga  
Vitória Sport Clube  
Rio Ave Futebol Clube  
Gil Vicente Futebol Clube  
Ginásio Clube de Santo Tirso  
Sporting Clube Portugal  
Associação Desportiva e Cultural de Lovelhe  
Basquete Clube de Barcelos  
Óquei Clube de Barcelos  
Associação Juventude de Viana  
ABC/UMinho  
Moreirense Futebol Clube  
Real Club Deportivo de La Coruña  
Real Club Celta Vigo*

**6.3. List of the main projects and/or national and international partnerships, integrating the scientific, technological, cultural and artistic activities developed in the area of the study programme:**

*Coach teaching projects and national teams (elite athletes) training projects:*

*Associação de Futebol de Viana do Castelo  
Associação de Futebol de Braga  
Associação de Futebol de Coimbra  
Associação de Patinagem do Porto  
Associação de Voleibol do Porto*

*Partnerships:*

*Escola Desportiva Viana Castelo  
Santa Luzia Futebol Clube  
Clube Vela Viana Castelo  
Voleibol Clube Viana  
Sporting Clube Braga  
Vitória Sport Clube  
Rio Ave Futebol Clube  
Gil Vicente Futebol Clube  
Ginásio Clube de Santo Tirso  
Sporting Clube Portugal  
Associação Desportiva e Cultural de Lovelhe  
Basquete Clube de Barcelos  
Óquei Clube de Barcelos*

Associação Juventude de Viana  
 ABC/UMinho  
 Moreirense Futebol Clube  
 Real Club Deportivo de La Coruña  
 Real Club Celta Vigo

## 7. Actividades de desenvolvimento tecnológico e artísticas, prestação de serviços à comunidade e formação avançada

7.1. Descreva estas actividades e se a sua oferta corresponde às necessidades do mercado, à missão e aos objetivos da instituição:

*A ESDL possui um corpo docente altamente especializado na área do Treino Desportivo, com intervenção a nível de clubes, associações e federações desportivas. Adicionalmente, os docentes estão envolvidos em processos de formação avançada, constituindo-se como formadores das respectivas associações/federações, sendo estas actividades altamente relevantes para o ciclo de estudos proposto e consequentemente progressão nos objectivos da ESDL-IPVC.*

7.1. Describe these activities and if they correspond to the market needs and to the mission and objectives of the institution:

*ESDL has teachers highly specialized in Sports Training area, with intervention at club level, associations (regional level) and federations (national level). In addition, teachers are involved in advanced training process, constituting themselves as leaders of their associations/federations, which are highly relevant activities for the proposed studies cycle progression and consequently the objectives of ESDL-IPVC.*

## 8. Enquadramento na rede de formação nacional da área (ensino superior público)

8.1. Avaliação da empregabilidade dos graduados por ciclos de estudos similares com base nos dados do Ministério da Economia:

*A contextualização relativamente à empregabilidade na área do CE pode ser aferida tendo em consideração os dados relativos à área CNAEF 813-Serviços Pessoais (Desporto), incluídos no Relatório Direcção Geral de Estatísticas da Educação e Ciência referente ao desemprego de diplomados. Em Jun/2014 estavam inscritos nos CE's do IEFP, 100 diplomados em mestrados da área de Serviços Pessoais (813) com a menção de Desporto, representando no seu conjunto cerca de 1.2 % do total dos desempregados com o grau de mestre (qualquer área) entre os anos de 1983-2013. Especificamente no caso dos diplomados com grau de mestre com a menção de Desporto este valor é de apenas 4.9% do total de diplomados entre os anos de 1983-2013. Considerando esses indicadores, denota-se a existência de uma escassez de desemprego nesta área comparativamente com outras referidas nesse mesmo relatório.*

8.1. Evaluation of the graduates' employability based on Ministry of Economy data:

*The context in relation to employment in the EC area can be assessed taking into account the data on the area CNAEF 813-Personal Services (Sport), including the Education and Science Directorate General Statistics Report for the unemployment of graduates. In Jun / 2014 were registered as EC's IEFP 100 graduates in master's of Personal Service area (813) at the mention of Sport, representing altogether approximately 1.2% of all unemployed with a master's degree (any area) between the years 1983-2013. Specifically in the case of graduates with master's degree at the mention of Sport this figure is only 4.9% of all graduates in the years 1983-2013. Considering these indicators, denotes the existence of a shortage of unemployment in this area compared to said other in the same report.*

8.2. Avaliação da capacidade de atrair estudantes baseada nos dados de acesso (DGES):

*Não existem dados de acesso da DGES relativos aos Mestrados. No entanto, os cursos iniciais de formação em Desporto ofereceram 1216 vagas na 1a fase do concurso nacional de acesso 2014, tendo havido um total de 4395 candidatos, especificamente 1385 candidatos em 1a opção de Desporto.*

8.2. Evaluation of the capability to attract students based on access data (DGES):

*No data on DGES about Masters graduation. However, initial training courses in Sport offered 1216 vacancies in the first phase of the national graduation access in 2014, and there was a total of 4395 candidates, 1385 candidates specifically in first Sport option.*

**8.3. Lista de eventuais parcerias com outras instituições da região que lecionam ciclos de estudos similares:**

*No âmbito do CIDESD a ESDL/IPVC mantém uma parceria protocolizada com os seus membros consorciados (UTAD, IPB, UBI, ISMAI, IPV, IPS-ESDRM) que engloba a colaboração em formação avançada.*

*Estão previstos iniciar contactos a fim de estabelecer oficialmente parcerias com a Universidad de Vigo e a Universidad da Coruna.*

**8.3. List of eventual partnerships with other institutions in the region teaching similar study programmes:**

*Under the CIDESD the ESDL/IPVC maintains a protocolled partnership with its consortium members (UTAD, IPB, UBI, ISMAI, IPV, IPS-ESDRM) which includes collaboration on advanced graduation.*

*We planned to start contacts in order to establish official partnerships with the University of Vigo and the University of Coruna.*

## **9. Fundamentação do número de créditos ECTS do ciclo de estudos**

**9.1. Fundamentação do número total de créditos ECTS e da duração do ciclo de estudos, com base no determinado nos artigos 8.º ou 9.º (1.º ciclo), 18.º (2.º ciclo), 19.º (mestrado integrado) e 31.º (3.º ciclo) do Decreto-Lei n.º 74/2006, de 24 de Março:**

*De acordo com as recomendações e atendendo ao DL n.º 74/2006 de 24 de Março, art. 18º, bem como a recomendações anteriores da A3ES em processo de apresentação de ciclos de estudo similares na nossa instituição, o ciclo de estudos conducente ao grau de mestre tem 120 ECTS e uma duração de quatro semestres (30 ECTS/semestre). De acordo com o seu art. 20º, este ciclo de estudos integra um estágio de natureza profissional ou uma dissertação de natureza científica, que corresponde a um total de 60 ECTS, e que se estende pelos dois últimos semestres do curso.*

**9.1. Justification of the total number of ECTS credits and of the duration of the study programme, based on articles no.8 or 9 (1st cycle), 18 (2nd cycle), 19 (integrated master) and 31 (3rd cycle) of Decreto-Lei no. 74/2006, March 24th:**

*According to the recommendations, the DL n.º 74/2006 of March 24, art. 18, and the recommendations of the previous A3ES that is now about to present study cycles similar to our institution, the cycle of studies leading to a Master's degree corresponds to 120 ECTS and lasts four semesters (30 ECTS / semester). In accordance with its art. 20º, this cycle of studies includes a professional training or a scientific dissertation, which corresponds to a total of 60 ECTS, and extending to the last two semesters.*

**9.2. Metodologia utilizada no cálculo dos créditos ECTS das unidades curriculares:**

*O cálculo e atribuição de unidades de crédito às várias unidades curriculares, integrantes de determinada área científica, assentaram nos princípios gerais definidos no decreto-lei n.º 42/2005, de 22 de Fevereiro e baseou-se, em particular, no regulamento de ECTS do IPVC, com as necessárias adaptações ao formulário da DGES. A atribuição de ECTS assenta, sempre que para tal haja dados disponíveis, na medida do trabalho por unidade curricular obtido por inquérito a docentes e discentes.*

**9.2. Methodology used for the calculation of the ECTS credits of the curricular units:**

*The calculation and allocation of credits to the various courses, part of a particular scientific area, were defined by the general principles of DL n.º 42 /2005 of 22 February and were based on the regulation of ECTS IPVC, with the necessary changes to the form of the Higher Education Department. The allocation of ECTS is based, whenever such data are available, on the extent of work each course unit, obtained by survey among teachers and students.*

**9.3. Forma como os docentes foram consultados sobre a metodologia de cálculo do número de créditos ECTS das unidades curriculares:**

*Aos docentes foram explicados os princípios gerais atrás descritos e posteriormente foram consultados por inquérito sobre o trabalho das unidades curriculares das respetivas subáreas das ciências do desporto. As decisões finais foram tomadas em reunião geral com todos os docentes envolvidos no plano curricular.*

**9.3. Process used to consult the teaching staff about the methodology for calculating the number of ECTS credits of the curricular units:**

*To the teachers were explained the general principles described above and subsequently were interviewed by survey about the work of the course units of the respective subfields of Sport Sciences. Final decisions were taken at a general meeting with all teachers involved in the curricular plan.*

## 10. Comparação com ciclos de estudos de referência no espaço europeu

### 10.1. Exemplos de ciclos de estudos existentes em instituições de referência do Espaço Europeu de Ensino Superior com duração e estrutura semelhantes à proposta:

*Foram consultados os programas de mestrado, das seguintes entidades Nacionais: Mestrado em Treino de Alto Rendimento, FADEUP, Porto: 120 ECTS, dos quais 60 para dissertação ou estágio; Mestrado em Treino Desportivo, FMH, Lisboa: 120 ECTS, dos quais 60 para dissertação; Mestrado em Treino Desportivo para crianças e jovens, FCDEF, Coimbra: 120 ECTS, dos quais 60 para dissertação; 2/3 da oferta formativa encontra-se somente orientada para a componente científica (dissertação, 2º ano ciclo de estudos), contrastando com a oferta altamente profissionalizante da ESDL. Adicionalmente, o mestrado proposto possui formação em organização desportiva e coaching desportivo, complemento essencial à área do Treino. Entre os mestrados Europeus analisados (Espanha, Itália, França e Inglaterra), verificamos diferentes distribuições temporais (6-24 meses), presenciais vs virtual, e centrados em diferentes áreas de especialização ao nível do Treino Desportivo: Gestão, formação e performance desportiva.*

### 10.1. Examples of study programmes with similar duration and structure offered by reference institutions of the European Higher Education Area:

*The master's program were consulted, the following national organizations: Master of High Performance Training, FADEUP, Porto: 120 ECTS, of which 60 for thesis or internship; Master's degree in Sports Training, FMH, Lisbon: 120 ECTS, of which 60 for dissertation; Master's degree in Sports Training for children and youth, FCDEF, Coimbra: 120 ECTS, of which 60 for dissertation; 2/3 of the graduations aimed the scientific component (dissertation, 2nd year), contrasting with the ESDL highly professional supply. In addition, the proposed master owned training in sports organization and sports coaching, essential complement to the training area. Among the European Masters analyzed (Spain, Italy, France and England), we find different temporal distributions (6-24 months), campus vs online, and focusing on different areas of expertise at the level of Sports Training: Management, youth training and sports performance.*

### 10.2. Comparação com objetivos de aprendizagem de ciclos de estudos análogos existentes em instituições de referência do Espaço Europeu de Ensino Superior:

*É intenção deste mestrado inovar no campo da formação especializada em Ciências do Desporto fortemente ligada ao desempenho da profissão. Essa inovação passa sobretudo pela oferta especializada (neste caso, em Treino Desportivo) com uma fortíssima componente do saber-fazer aliado à especialização do conhecimento científico, técnico, profissional e metodológico, a que se associa uma fortíssima ligação aos atores do mundo profissional. Estamos certos que este conjunto de competências altamente diferenciadas permitirá adquirir certificação profissional de alto nível e o reconhecimento dos empregadores. Ao mesmo tempo cumpre integralmente a missão expressa na lei para a formação nos Politécnicos. Tal como alguns mestrados do espaço Europeu, esta formação permite uma saída clássica, orientada para a produção científica, e uma saída claramente na perspectiva da profissão, moldando-se ao perfil e aptidão dos candidatos. Esta mais valia profissionalizante é claramente uma vantagem de integração no mercado de trabalho, a nível nacional e internacional, resultante das parcerias de grande relevância prática, em contexto de Treino Desportivo.*

### 10.2. Comparison with the intended learning outcomes of similar study programmes offered by reference institutions of the European Higher Education Area:

*It is the intention of this master innovate in the field of specialized training in Sport Sciences strongly linked to the performance of the profession. This innovation primarily involves the specialized supply (Sports Training) with a very strong component of the know-how combined with the specialization of scientific, technical, professional and methodological, that is associated with a very strong connection to the actors of the professional world. We are sure that this set of highly differentiated skills will acquire professional certification of high-level and recognition of employers. While fully complies with the mission expressed in law for graduation in polytechnics. As some masters of the European space, this training allows a classic output, geared scientific knowledge, and an output clearly in view of the profession, adjusting to the profile and skills of the candidates. This more professional value is clearly an advantage of integration into the labor market at national and international level, as a result of great practical importance of partnerships in Sports Training context.*

## 11. Estágios e/ou Formação em Serviço

### 11.1. e 11.2 Locais de estágio e/ou formação em serviço (quando aplicável)

---

#### Mapa VII - Protocolos de Cooperação

##### Mapa VII - Voleibol Clube de Viana

###### 11.1.1. Entidade onde os estudantes completam a sua formação:

*Voleibol Clube de Viana*

###### 11.1.2. Protocolo (PDF, máx. 150kB):

[11.1.2.\\_ProtocoloVoleibolClubeViana.pdf](#)

##### Mapa VII - Associação Juventude de Viana

###### 11.1.1. Entidade onde os estudantes completam a sua formação:

*Associação Juventude de Viana*

###### 11.1.2. Protocolo (PDF, máx. 150kB):

[11.1.2.\\_associação juv viana.pdf](#)

##### Mapa VII - Escola Desportiva de Viana

###### 11.1.1. Entidade onde os estudantes completam a sua formação:

*Escola Desportiva de Viana*

###### 11.1.2. Protocolo (PDF, máx. 150kB):

[11.1.2.\\_EDViana.pdf](#)

##### Mapa VII - Gil Vicente Futebol Clube

###### 11.1.1. Entidade onde os estudantes completam a sua formação:

*Gil Vicente Futebol Clube*

###### 11.1.2. Protocolo (PDF, máx. 150kB):

[11.1.2.\\_Gil Vicente.pdf](#)

##### Mapa VII - Ginásio Clube de Santo Tirso

###### 11.1.1. Entidade onde os estudantes completam a sua formação:

*Ginásio Clube de Santo Tirso*

###### 11.1.2. Protocolo (PDF, máx. 150kB):

[11.1.2.\\_ginasio clube sto tirso.pdf](#)

##### Mapa VII - Óquei Clube de Barcelos

###### 11.1.1. Entidade onde os estudantes completam a sua formação:

*Óquei Clube de Barcelos*

###### 11.1.2. Protocolo (PDF, máx. 150kB):

[11.1.2.\\_OCBarcelos.pdf](#)

##### Mapa VII - Rio Ave Futebol Clube

###### 11.1.1. Entidade onde os estudantes completam a sua formação:

*Rio Ave Futebol Clube*

###### 11.1.2. Protocolo (PDF, máx. 150kB):

[11.1.2.\\_rio ave FC.pdf](#)

**Mapa VII - Sporting Clube de Braga****11.1.1. Entidade onde os estudantes completam a sua formação:**

*Sporting Clube de Braga*

**11.1.2. Protocolo (PDF, máx. 150kB):**

[11.1.2.\\_SCBraga.pdf](#)

**Mapa VII - Moreirense Futebol Clube****11.1.1. Entidade onde os estudantes completam a sua formação:**

*Moreirense Futebol Clube*

**11.1.2. Protocolo (PDF, máx. 150kB):**

[11.1.2.\\_moreirense FC.pdf](#)

**Mapa VII - Associação Desportiva e Cultural de Lovelhe****11.1.1. Entidade onde os estudantes completam a sua formação:**

*Associação Desportiva e Cultural de Lovelhe*

**11.1.2. Protocolo (PDF, máx. 150kB):**

[11.1.2.\\_Lovelhe.pdf](#)

**Mapa VII - Santa Luzia Futebol Clube****11.1.1. Entidade onde os estudantes completam a sua formação:**

*Santa Luzia Futebol Clube*

**11.1.2. Protocolo (PDF, máx. 150kB):**

[11.1.2.\\_santa luzia fc.pdf](#)

**Mapa VII - Sporting Clube Braga Natação****11.1.1. Entidade onde os estudantes completam a sua formação:**

*Sporting Clube Braga Natação*

**11.1.2. Protocolo (PDF, máx. 150kB):**

[11.1.2.\\_SCBraga Natação.pdf](#)

**Mapa VIII. Plano de distribuição dos estudantes****11.2. Mapa VIII. Plano de distribuição dos estudantes pelos locais de estágio e/ou formação em serviço demonstrando a adequação dos recursos disponíveis.(PDF, máx. 100kB).**

[11.2.\\_protocolos MTD\\_Plano de intenções.pdf](#)

**11.3. Recursos próprios da Instituição para acompanhamento efectivo dos seus estudantes nos estágios e/ou formação em serviço.**

---

**11.3. Recursos próprios da Instituição para o acompanhamento efectivo dos seus estudantes nos estágios e/ou formação em serviço:**

*A questão eventual de alguma distância entre as instituições de acolhimento de estágio e a ESDL não invalida o acompanhamento da formação em contexto de trabalho por parte do responsável, já que este terá direito às necessárias despesas de deslocação quando e se não puder utilizar as viaturas próprias da instituição.*

*O acesso pelos estudantes em contexto de estágio às infraestruturas e equipamentos sociais e académicos do IPVC será assegurado, tal como já é para todos os alunos do IPVC, independentemente de estudarem em qualquer um dos quatro campus da instituição (Viana, Melgaço, Valença, ou Ponte de Lima). Isto já é feito no dia-a-dia da instituição que pela sua dispersão no território tem tido neste apoio especial cuidado.*

**11.3. Resources of the Institution to effectively follow its students during the in-service training periods:**

*The eventual matter of some distance between the stage of host institutions and ESDL does not invalidate the monitoring of training in the work by the responsible, since he will receive the necessary travel*

*expenses when and if you can not use their own vehicles the institution.*

*Access by students in internship context to infrastructure and social facilities and scholars from IPVC will be ensured, as already for all students IPVC, regardless of study in any of the four campus of the institution (Viana, Melgaço, Valencia, and Ponte de Lima). This is already done on a day-to-day institution because its dispersion in the territory conceding a special care support.*

## 11.4. Orientadores cooperantes

**Mapa IX. Normas para a avaliação e selecção dos elementos das instituições de estágio e/ou formação em serviço responsáveis por acompanhar os estudantes**

**11.4.1 Mapa IX. Mecanismos de avaliação e selecção dos orientadores cooperantes de estágio e/ou formação em serviço, negociados entre a Instituição de ensino superior e as instituições de estágio e/ou formação em serviço (PDF, máx. 100kB):**

[11.4.1\\_NormasEstagio MTD.pdf](#)

**Mapa X. Orientadores cooperantes de estágio e/ou formação em serviço (obrigatório para ciclo de estudos de formação de professores)**

**11.4.2. Mapa X. Orientadores cooperantes de estágio e/ou formação em serviço (obrigatório para ciclo de estudos de formação de professores) / External supervisors responsible for following the students' activities (mandatory for teacher training study programmes)**

Nome / Name	Instituição ou estabelecimento a que pertence / Institution	Categoria Profissional / Professional Title	Habilitação Profissional (1)/ Professional qualifications (1)	Nº de anos de serviço / Nº of working years
----------------	--	--	---	---

<sem resposta>

## 12. Análise SWOT do ciclo de estudos

### 12.1. Pontos fortes:

- 1. Recursos humanos, nomeadamente o corpo docente, especializado, permitindo a execução com sucesso dos objectivos de aprendizagem a nível pedagógico, científico e de intervenção em contexto competitivo;*
- 2. Recursos materiais de excelência, sustentando todo o processo de aprendizagem teórica (salas/auditórios/materiais inerentes) e prática (pavilhão multi-desportivo, campo de futebol sintético/relvado, pista de atletismo, piscina, e todos os materiais inerentes aos espaços) e teórico-prática (laboratórios de fitness, laboratório de anatomia/fisiologia e todos os materiais inerentes aos espaços). Tudo isto, concentrado num espaço restrito para uso exclusivo da ESDL;*
- 3. Protocolos de estágio com entidades colectivas de referência no panorama nacional do Desporto, salvaguardando a qualidade/quantidade de locais de exposição à aprendizagem, nomeadamente ao nível do transfer para a componente prática;*
- 4. Ausência de oferta formativa concorrencial na zona geográfica identificada como NUTIII.*

### 12.1. Strengths:

- 1. Specialized human resources, including the teachers faculty, enabling the successful execution of the learning objectives to educational, scientific and intervention in competitive environment;*
- 2. Excellence material resources, supporting the whole process of theoretical learning (rooms / halls / materials inherent) and practice (multi-sports hall, synthetic soccer field / pitch, running track, swimming pool, and all materials inherent to the spaces ) and theoretical and practical (fitness lab, the laboratory of anatomy / physiology and all materials inherent to the space). All this, concentrated in a confined space for exclusive use of ESDL;*
- 3. stage protocols with legal entities of reference in the national panorama of sport, safeguarding the quality / quantity of exhibition venues for learning, in particular to the transfer level to the practical component;*
- 4. Absence of competitive academic training available in the geographical area identified as NUTIII.*

### 12.2. Pontos fracos:

*1. Distância geográfica aos grandes centros urbanos, nomeadamente Porto e Braga, pode condicionar a candidatura de potenciais interessados.*

#### **12.2. Weaknesses:**

*1. Geographical distance from large urban centers, including Porto and Braga, may affect the application of potentially interested candidates.*

#### **12.3. Oportunidades:**

*1. Dos alunos inquiridos na ESDL, finalistas do 1º ciclo de Licenciatura em Desporto e Lazer (2015), 68% atribuíram grande importância ao mestrado em questão, considerando uma área científica em que ambicionavam prosseguir os estudos, ao nível do 2º ciclo de formação - Mestrado. Adicionalmente, a ESDL-IPVC é a única instituição de formação em Ciências do Desporto do Alto Minho;*

*2. O presente curso de mestrado, encontra-se desenhado por forma a ir de encontro ao referenciais dos cursos de Treinadores de nível II, englobando em todo o processo de formação a componente geral, específica e o volume de horas requeridas em estágio no ciclo de formação nacional de treinadores, permitindo uma possível acreditação por parte do IPDJ;*

*3. Dada a sua localização geográfica (posicionamento fronteiro), constitui-se como sendo uma oportunidade relevante de formação académica junto da comunidade da Galiza, onde a formação de 2º ciclo do Ensino Superior, nomeadamente em treino Desportivo, é escassa.*

#### **12.3. Opportunities:**

*1. Of the ESDL students evaluated, finalists of the bachelor Degree cycle in Sport and Leisure (2015), 68% attributed great importance to this master, considering a scientific area in which aspired to pursue studies at the 2nd graduation cycle - Master degree. Additionally, ESDL-IPVC is the only training institution in the Alto Minho with graduation in Sport Sciences;*

*2. The master course present, is designed in order to meet the benchmarks of Level II Coaches courses, encompassing throughout the training process the general component, specific and the number of hours required on stage in the cycle national coaches training, allowing a possible accreditation by the IPDJ;*

*3. Given its geographical location (border position), is constituted as a relevant opportunity of academic training with the community of Galicia, where the 2nd cycle of academic graduation, particularly in Athletic training, is scarce.*

#### **12.4. Constrangimentos:**

*1. Dado o recente histórico de financiamento, no Ensino Superior Politécnico, alguns constrangimentos de ordem económica podem ser determinantes para a abertura do mestrado em questão;*

*2. Adicionalmente, a falta de recursos económicos dos candidatos poderá se constituir como uma barreira à continuidade do processo de formação académica.*

#### **12.4. Threats:**

*1. Given the recent history of finance, in Polytechnic, some economic constraints can be decisive for the opening of this master;*

*2. In addition, the lack of economic resources of the candidates could constitute a barrier to the continuity of the academic process.*

#### **12.5. CONCLUSÕES:**

*Em suma, o mestrado em Treino Desportivo constitui-se como sendo uma prioridade da estratégia global de crescimento da ESDL-IPVC, conjugando todos os determinantes de sucesso que sustentam o processo de ensino-aprendizagem dos candidatos a mestrado.*

*A reflexão sobre os pontos fracos da candidatura em questão, leva nos a concluir que apesar de existirem, poderão ser contornados. A concorrência ao nível da oferta formativa, de nível público, assume-se como sendo indirecta. Por outro lado, a distância à ESDL é colmatada pela interação entre os serviços municipais e o IPVC, que disponibiliza meios de transporte de ligação entre as diferentes unidades orgânicas (BUS académico).*

*As oportunidades que poderão advir da abertura deste ciclo de formação graduada, acima apresentadas, constituem-se como sendo altamente relevantes em termos de formação académica e conseqüentemente intervenção comunitária, reflectindo-se na economia local e regional, passando de um importante factor de constrangimento (deficit económico), para uma clara oportunidade de crescimento.*

*A consecução do mestrado em questão, permite finalizar um encadeamento lógico de formação académica intra ESDL (CTeSP Treino Desportivo, Licenciatura em Desporto e Lazer e Mestrado em Treino Desportivo), indo de encontro aos interesses de especialização de uma grande proporção de alunos, que têm na nossa unidade orgânica uma oportunidade única de formação de excelência, de relevância altamente profissionalizante. A possibilidade de ligação à zona da Galiza, tal como reflecte as parcerias já desenvolvidas, coloca a ESDL-IPVC, como um centro de formação altamente atrativo e de referência Internacional.*

**12.5. CONCLUSIONS:**

*In short, a master's degree in Sports Training was established as a priority to the global growth strategy of ESDL-IPVC, combining all the determinants of success that support the teaching-learning process of the candidates for master's degree.*

*The reflection on the weaknesses of the application in question leads to the conclusion that although there may be circumvented. The competition at the level of academic offered, at public level, assumed as being indirect. On the other hand, the distance ESDL is filled by the interaction between the municipal services and IPVC, which provides transport connection between the various departments (academic BUS).*

*The opportunities that may result from the opening of the graduate training program, presented above, are highly relevant in terms of academic and consequently community action intervention, with reflection in local and regional economy, passing from a major constraint factor (budget deficit) to a clear growth opportunity.*

*Reaching the master in question allows the perfect degrees academic connection inside ESDL (Professional course in Sports Training, Bachelor in Sport and Recreation and a Masters in Sports Training), meeting the specialized interests of a large proportion of students who have in our organic unity a unique opportunity of excellence graduation, with highly professional relevance. The possibility of connection to the area of Galicia, as reflected in the already developed partnerships, puts ESDL-IPVC, as a highly attractive academic center and international reference.*