

Curso

[Voltar à minha pesquisa](#)

R/A-EF 3310/2011/AL01

R/A-EF 3310/2011/AL02

Treino Desportivo - Licenciatura - 1º ciclo

Estado do curso

Ativo

INFORMAÇÃO GERAL

ESTRUTURA CURRICULAR E PLANO DE ESTUDOS

ACREDITAÇÃO

Percurso(s)

^ (Percurso Geral)

180 ECTS

Estrutura Curricular					
Área Científica	Sigla	ECTS			Peso
		Obrigatórios	Optativos		
			Mínimo	Máximo	
Ciências do Desporto	CD	171	9	9	100%
Total		171	9		

Plano de Estudos						
Duração	Op.	Unidades Curriculares	Sigla	Horas		ECTS
				Total	Contacto	
1º Ano				1500h	660h	60
Semestral 1ºS		Anatomofisiologia I	CD	125h	52.5h (T 22.5h TP 30h)	5
Semestral 1ºS	Sim	Opção 1	CD	75h	30h (TP 30h)	3
		Leque de Escolha:				
		Voleibol		75h	30h (TP 30h)	3
		Psicofisiologia nas Atividades de Ginásio		75h	30h (TP 30h)	3
		O Corpo Humano na Medicina Chinesa		75h	30h (TP 30h)	3
		Fundamentos Biológicos do Treino Desportivo		75h	30h (TP 30h)	3
		Natação para Bebés		75h	30h (TP 30h)	3
		Psicologia das Lesões Desportivas		75h	30h (TP 30h)	3
		Adaptações Neuromusculares no Desporto		75h	30h (TP 30h)	3
		Saúde Pública e Atividade Física		75h	30h (TP 30h)	3
Atividade Física para Pessoas com Deficiência	75h	30h (TP 30h)	3			
Semestral 2ºS		Anatomofisiologia II	CD	125h	45h (T 22.5h TP 22.5h)	5

Plano de Estudos						
Duração	Op.	Unidades Curriculares	Sigla	Horas		ECTS
				Total	Contacto	
Semestral 2ºS	Sim	Opção 2	CD	75h	30h (TP 30h)	3
		Leque de Escolha:		75h	30h (TP 30h)	3
		Desenvolvimento da Carreira do Treinador		75h	30h (TP 30h)	3
		Tecnologia e Treino Desportivo		75h	30h (TP 30h)	3
		Introdução à Praxiologia Motora		75h	30h (TP 30h)	3
Desporto para Pessoas com Deficiência	75h	30h (TP 30h)	3			
Semestral 2ºS		Sistemática do Desporto II	CD	75h	45h (TP 45h)	3
Semestral 2ºS		Metodologia da Investigação em Desporto	CD	100h	37.5h (T 15h TP 22.5h)	4
Semestral 1ºS		Antropologia e História do Desporto	CD	75h	30h (T 15h TP 15h)	3
Semestral 2ºS		Desenvolvimento Motor	CD	100h	45h (T 22.5h TP 22.5h)	4
Semestral 1ºS		Estatística Aplicada ao Desporto	CD	100h	45h (T 15h TP 30h)	4
Anual		Modalidade Desportiva I	CD	375h	180h (T 45h PL 90h TC 45h)	15
Semestral 1ºS		Organização do Desporto	CD	100h	37.5h (T 15h TP 22.5h)	4
Semestral 2ºS		Introdução à Biomecânica do Desporto	CD	100h	37.5h (T 15h TP 22.5h)	4
Semestral 1ºS		Sistemática do Desporto I	CD	75h	45h (TP 45h)	3
2º Ano				1500h	660h	60
Semestral 2ºS		Pedagogia do Treino Desportivo	CD	125h	52.5h (T 15h TP 22.5h TC 15h)	5
Semestral 2ºS		Teoria e Metodologia do Treino II	CD	100h	45h (T 22.5h TP 22.5h)	4
Semestral 1ºS	Sim	Opção 3	CD	75h	30h (TP 30h)	3
		Leque de Escolha:		75h	30h (TP 30h)	3
		Prevenção e Reabilitação no Treino Desportivo		75h	30h (TP 30h)	3
		Treino Funcional		75h	30h (TP 30h)	3
Dinâmica de Grupos	75h	30h (TP 30h)	3			
Semestral 2ºS		Sistemática do Desporto IV	CD	75h	45h (TP 45h)	3
Semestral 1ºS		Controlo e Aprendizagem Motora	CD	100h	45h (T 22.5h TP 22.5h)	4
Anual		Modalidade Desportiva II	CD	350h	150h (T 45h TP 45h PL 60h)	14
Semestral 1ºS		Fisiologia do Esforço	CD	125h	52.5h (T 22.5h TP 15h PL 15h)	5
Semestral 2ºS		Traumatologia e Primeiros Socorros no Desporto	CD	100h	37.5h (T 15h TP 22.5h)	4
Semestral 2ºS		Empreendedorismo no Desporto	CD	100h	37.5h (T 15h TP 22.5h)	4
Semestral 1ºS		Sistemática do Desporto III	CD	75h	45h (TP 45h)	3
Semestral 1ºS		Biomecânica do Desporto	CD	100h	37.5h (T 15h TP 22.5h)	4

Plano de Estudos						
Duração	Op.	Unidades Curriculares	Sigla	Horas		ECTS
				Total	Contacto	
Semestral 2ºS		Treino de Jovens	CD	75h	37.5h (T 15h TP 22.5h)	3
Semestral 1ºS		Teoria e Metodologia do Treino I	CD	100h	45h (T 22.5h TP 22.5h)	4
3º Ano				1500h	740h	60
Semestral 1ºS		Psicologia do Desporto e Exercício	CD	125h	52.5h (T 22.5h TP 30h)	5
Anual		Estágio	CD	425h	320h (E 290h OT 30h)	17
Semestral 2ºS		Sociologia do Desporto	CD	125h	45h (T 22.5h TP 22.5h)	5
Semestral 2ºS		Nutrição no Desporto e no Exercício	CD	100h	37.5h (T 22.5h TP 15h)	4
Semestral 2ºS		Ética e Deontologia Profissional	CD	75h	30h (T 15h S 15h)	3
Semestral 1ºS		Gestão do Desporto	CD	100h	45h (T 22.5h TP 22.5h)	4
Semestral 1ºS		Avaliação e Controlo do Treino	CD	125h	45h (T 15h TP 30h)	5
Anual		Modalidade Desportiva III	CD	425h	165h (T 45h TP 45h PL 75h)	17

T: Ensino teórico, TP: Ensino teórico-prático, PL: Ensino prático e laboratorial, TC: Trabalho de campo, S: Seminário, E: Estágio, OT: Orientação tutorial, O: Outro tipo de contacto,

Av. Duque D'Ávila, 137
1069-016 Lisboa
GPS: 38.735034, -9.146304

TELEFONE: 213 126 000 FAX:



PARTILHAR

