

FICHA DE UNIDADE CURRICULAR (UC)

Ano letivo	2018-2019									
Ano/Semestre curricular	2º Semestre									
Curso	Vários - Licenciaturas									
Unidade Curricular <i>[designação e tipo/se é do tipo obrigatório ou optativo] (máx100 caracteres)</i>	UCEP – Atividades Desportivas de Lazer Optativo									
Língua de ensino	Português									
ECTS - tempo de trabalho (horas)	ECTS	Total	T	TP	PL	S	OT	TC	E	O*
	6	60 H		52 H			8			
	T - Teóricas; TP - Teórico-práticas; PL - Prática-laboratorial; S - Seminário; OT - Orientação tutorial; TC - Trabalho de campo; E – Estágio; O* - Outras horas caracterizadas como Ensino Clínico ao abrigo da Diretiva nº 77/453/CEE de 27 Junho adaptada pela Diretiva 2005/36/CE;									
Docente Responsável/Carga letiva <i>[Nome completo, categoria, número de horas letivas, contacto de email] (máx1000 caracteres)</i>	Carlos Alves 52,00 Horas calves@ipportalegre.pt									
Outros Docentes e respetivas cargas letivas <i>[Nomes completos, categorias, número de horas letivas, contacto de email] (máx1000 caracteres)</i>	Não									
Pré-requisitos <i>[unidades curriculares que lhe devem preceder ou competências à entrada]</i>	Não									
Objetivos de aprendizagem/ <i>[Descrição dos objetivos gerais e/ou específicos] [Conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes] (máx1000 caracteres)</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Analisa a atividade física como fator educativo na formação do ser humano. - Analisa, interpreta e desenvolve técnicas desportivas, tanto em situações de espaços interiores (<i>in-door</i>), como exteriores (<i>out-door</i>), no contexto do lazer. - Domina as técnicas específicas das atividades desenvolvidas. - Compreende e desenvolve os processos de aprendizagem de novas técnicas desportivas, de acordo com os diferentes escalões etários e níveis de desenvolvimento, que permitam transformações e adaptações progressivas das aprendizagens das crianças. - Compreende e proporciona a socialização dos vários escalões etários através de práticas e técnicas dos designados <i>novos desportos</i>. - Planifica e desenvolve programas de atividades de montanha e natureza. 									

<p>Conteúdos Programáticos (máx1000 caracteres)</p>	<p>Os conteúdos a abordar nesta unidade curricular estão diretamente dependentes das condições de realização das mesmas na zona de intervenção da Escola Superior de Educação de Portalegre (divulgação das potencialidades da Região) ligadas a novos desportos e novas atividades de montanha e aventura em contacto com a natureza, tais como, jogos tradicionais; pedestrianismo; percursos pedestres; BTT; Rappel; Escalada; Slide; Atividades aquáticas (Canoagem; Vela etc.); Golf; Turismo Equestre; Paintball etc...</p> <ul style="list-style-type: none"> - Jogo e Desporto <ul style="list-style-type: none"> - As diferentes formas de encarar o desporto. - Jogos tradicionais e atividades lúdicas. - Experimentação de atividades lúdicas de animação. <ul style="list-style-type: none"> - Com bolas / Com cordas / Sem material específico - Experimentação de jogos tradicionais - Jogos tradicionais do Norte Alentejo e outras regiões. - Teorias explicativas da emergência do jogo tradicional. - Novos desportos e técnicas desportivas. Sua classificação. Uma nova conceção psicopedagógica dos chamados novos desportos. - Condições materiais para a prática desportiva (iniciação) em <i>in-door</i> e <i>out-door</i>. - Análise do processo ensino-aprendizagem e planificação das atividades desportivas. Planificações a curto e médio prazo. - Vivência e análise da experiência corporal, decorrente das práticas desportivas. - Desenvolvimento do sentido ambientalista nas crianças, no respeito para com a natureza e meio ambiente e sua preservação.
--	--

Demonstração da coerência
entre os conteúdos e os
objetivos da Unidade
Curricular
(máx1000 caracteres)

As atividades desportivas de lazer são no presente contexto social, um complemento importantíssimo no crescimento e desenvolvimento do ser humano.

A atual sociedade provoca no ser humano um "stress" permanente, que este precisa de "gerir" da melhor forma para manter uma estabilidade emocional e psicológica ao longo da sua vida. A ocupação do lazer pretende-se que resulte num "produto" que o torne mais saudável e equilibrado.

Têm pois as atividades desportivas de lazer, através da sua prática, um papel fundamental na gestão desse equilíbrio humano. Não só pelo vasto leques de atividades ao alcance do ser humano mas também pelo desenvolvimento da sua prática em contexto natural e no contacto direto com a natureza, provocando sensações de liberdade, libertação da rotina diária e desenvolvendo o espírito ambientalista, sendo este último essencial na formação do ser humano.

Também a prática de novas atividades desportivas (tanto *in-door* como em *out-door*) promovem novas aprendizagens e novos estados de espírito acompanhados de *novas sensações* tão necessárias ao desenvolvimento humano. Novas práticas desportivas e conseqüentemente novas aprendizagens motivam os praticantes para novas transmissões de conhecimento, tanto aos das suas idades como a escalões etários mais jovens.

O processo de ensino/aprendizagem é cada vez mais um processo de transferência e intercâmbio de conhecimentos, reconhecendo-se a sabedoria como a capacidade, não mais de armazenamento, mas sim de utilização e rentabilização de conhecimentos e meios. Assim o conceito de verdade absoluto é substituído pela capacidade de adaptabilidade de cada intervenção e pelo grau de eficácia de cada estratégia.

<p>Metodologias de ensino (avaliação incluída) <i>[indicar os produtos, critérios e pesos de avaliação] (máx1000 caracteres)</i></p>	<p>As sessões de trabalho, terão um carácter essencialmente prático, quer individual, quer coletivamente, que proporcionem uma reflexão/análise das experiências vividas.</p> <p>Prevê-se o apoio de entidades públicas e privadas externas à escola, inseridas na comunidade, que colaborem com a sua experiência, recursos humanos e materiais, no atingir dos objetivos propostos.</p> <p>Dessa forma, o desenvolvimento da inter-ação escola/comunidade será uma realidade no atual programa desta UCEP.</p> <p>A avaliação dos conteúdos a lecionar na UCEP será efetuada da forma que se discrimina</p> <p>É feita, tendo por base dois relatórios das atividades efetivamente realizadas e em que o/a aluno/a participou e um teste de avaliação sumativo.</p> <p style="text-align: center;"><u>3 x (Avaliação teórica) + 2 x (Avaliação prática) + 1 x (Participação)</u></p> <p style="text-align: center;">6</p> <p>Avaliação Teórica – Média conseguida em testes de avaliação ou temas colocados individualmente (trabalhos) e com tratamento específico ao longo do semestre.</p> <p>Avaliação Prática – Média dos trabalhos de investigação individuais ou em grupo realizados ao longo do semestre.</p>
<p>Demonstração da coerência entre as metodologias de ensino com os objetivos da aprendizagem <i>(máx3000 caracteres)</i></p>	<p>O processo de avaliação tem por base a prática de exercícios/atividades lúdicas experimentais realizados pelas tarefas e análise teórica dos conteúdos abordados que deverão ser demonstrados na elaboração dos trabalhos individuais/grupo e na discussão dos mesmos. A UC tem uma forte componente teórica/prática em que a assiduidade, o interesse, a participação e a qualidade das intervenções são consideradas muito importantes.</p>
<p>Bibliografia <i>[de acordo com as normas em vigor no IPP/Unidades Orgânicas] (máx1000 caracteres)</i></p>	<p>Devido ao carácter específico desta UCEP, optou-se pelo fornecimento de informação escrita aos alunos, no decorrer das práticas efetuadas. No entanto, referem-se as que servem de base para a compreensão dos conteúdos a lecionar.</p> <ul style="list-style-type: none"> -Bragada JB (2002): Jogos tradicionais e o desenvolvimento das capacidades motoras na escola. CEFD – IND. - Piéron, Maurice. (1999) – “Para una Enseñanza eficaz da las Actividades Físico-Deportivas” – Publicaciones INDE – Barcelona - Gimeno Martin, Saturnino (1988) – “Bases para un proyecto de educación en el tiempo libre” – Departamento de Educacione Psicologia –URV-Tarragona - Pesquisa bibliográfica conforme os trabalhos finais a efetuar pelos alunos.

Situações especiais <i>Estudantes com estatuto especial,</i>	
--	--