

# Estágio I

• **12 ECTS**

• **3.º Ano, 1.º Semestre**

## | Área Científica

Educação Física e Desporto (EFD)

## | Objetivos de Aprendizagem

- Desenvolver competências de domínio e aplicação, em situação desportiva real, das regras e princípios estratégicos e tácitos da Modalidade;
- Desenvolver competências de liderança desportiva;
- Desenvolver programas de treino adequados às condições concretas de trabalho (grupo, nível de competição, condições logísticas e desportivas);
- Demonstrar capacidade de intervenção eficaz na formação e rentabilização de atletas e praticantes especializados;
- Demonstrar competências para aceder ao Grau I de Treinador de Desporto.

## | Conteúdos Programáticos

- Esta UC visa consolidar, desenvolver e potenciar, no plano da atividade desportiva, as aprendizagens realizadas pelos alunos ao longo do ciclo de estudos e, juntamente com Estágio II, dar resposta, pela via académica, ao legalmente estabelecido para o regime de acesso e exercício da atividade de treinador de desporto, acedendo à Cédula de Treinador de Desporto - CTD (DL n.º 248-A/2008 de 31 de Dezembro, e Despacho 5061/2010 de 22 de Março e o "Programa Nacional de Formação de Treinadores" de 8 de Abril de 2010). Assim, são conteúdos indispensáveis, os respeitantes:
  - Ao conhecimento do fenómeno desportivo e sua organização social, adquirido na frequência do Curso e na diversidade das experiências desportivas;
  - Aos princípios da metodologia do treino desportivo;
  - À capacidade para intervir eficazmente na formação e rentabilização de atletas e praticantes especializados.;

- Ao domínio dos princípios gerais, regras e sistema técnico e da Modalidade Desportiva.

## **| Metodologia de Ensino**

- Desenvolvimento do Estágio:
  - O aluno realiza o estágio sob supervisão pedagógica do docente responsável, em conexão com o tutor da Modalidade na Entidade de Acolhimento.
  - A carga horária de Seminário (3 horas/semana) permite o acompanhamento estreito, pelo supervisor e tutor, bem como a resolução de dúvidas e dificuldades, e ainda o contacto com experiências diversificadas de professores / treinadores convidados, havendo um tempo considerado suficiente para seu trabalho autónomo individual (reflexão, observação, planeamento de atividades, avaliação de desempenho).