

Estágio I

- **9 ECTS**
- **3.º Ano, 1.º Semestre**

| Área Científica

Ciências do Desporto (CD)

| Objetivos de Aprendizagem

- Enriquecer a componente profissional, através do vivenciar de experiências práticas;
- Promover a articulação entre os conhecimentos teóricos e a realidade;
- Integrar a formação do desportista numa perspetiva pedagógica de cidadania e transmissão de valores;
- Confrontar-se com os problemas suscitados pelo exercício profissional, promovendo o desenvolvimento de competências necessárias e de conhecimentos adequados à sua resolução;
- Desenvolver a necessidade de uma constante atualização nos domínios da investigação e do conhecimento científico, técnico, pedagógico e domínio da utilização das novas tecnologias;
- Adquirir, em contexto de aprendizagem, a capacidade de reflexão crítica sobre a realidade.

| Conteúdos Programáticos

1. Avaliar a Condição Física.
2. Prescrever Exercício Físico.
3. Intervir em treino individual ou de grupo.

| Metodologia de Ensino

O acompanhamento quotidiano do Estagiário deverá ser efetuado pelo orientador profissional (da entidade acolhedora) supervisionado pelo orientador/coordenador académico (ISCE Douro). O aluno será enquadrado, no início do estágio, num Plano Individual de Formação (PIF) discutido e aprovado pelos seus orientadores, cujo

carácter específico será ajustado à natureza e perfil geral do contexto e à função que o aluno desempenhará. O Modelo de Formação prevê, como metodologia de base, o acompanhamento, a reflexão, a discussão, a orientação, a supervisão e a avaliação das atividades do aluno pelos orientadores.