

Patinagem

• **6 ECTS**

• **2.º Ano, 1.º Semestre**

| Área Científica

Educação Física e Desporto (EFD)

| Objetivos de Aprendizagem

- Executar habilidades motoras específicas da Patinagem;
- Dominar gestos técnicos específicos desta modalidade;
- Dominar técnicas de observação, correção e ajudas;
- Elaborar Material Didático para lecionação da modalidade nos diferentes anos de Escolaridade;
- Conhecer os elementos técnicos específicos da Patinagem de Precisão e de Dança;
- Criar e executar uma Coreografia de Grupo que compreenda sequências diversificadas dos elementos técnicos abordados durante as aulas, com acompanhamento musical.

| Conteúdos Programáticos

- Familiarização com o equipamento.
- Aquisição de posturas e atitudes corretas e necessárias à prática da Patinagem.
- Patinagem Pura.
- Patinagem Sincronizada ou de Precisão.
- Criação e apresentação de uma coreografia individual e ou grupo.

| Metodologia de Ensino

- As aulas regime teórico-prático de prática individual, combinadas com a formação de grupos para realização de trabalhos teóricos e coreografias práticas.
- As situações de ensino/aprendizagem serão realizadas predominantemente em circuitos, utilizando material posto à disposição da disciplina.

- O trabalho em pares e grupos também será executado como forma de responsabilização, de treino das especialidades de Pares e Precisão e ainda de exercitação das ajudas.