

Ficha de unidade curricular do Doutoramento em Motricidade Humana

1. Designação da Unidade Curricular

Estudos avançados em Treino Desportivo 2

2. Docente responsável (preencher o nome completo)

Duarte Fernando da Rosa Belo Patronilho de Araújo

3. Carga lectiva na unidade curricular do docente responsável

Teóricas T	Teórico-práticas TP	Prático-laboratoriais PL	Trabalho de campo TC	Seminário S	Estágio E	Orientação Tutorial OT	Outra O
5	0	0	0	0.0	0.0	0.0	0.0

4. Outros docentes e respectivas cargas lectivas na unidade curricular

António Paulo Ferreira

Teóricas T	Teórico-práticas TP	Prático-laboratoriais PL	Trabalho de campo TC	Seminário S	Estágio E	Orientação Tutorial OT	Outra O
0.0	2,5	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

Anna Volossovitch

Teóricas T	Teórico-práticas TP	Prático-laboratoriais PL	Trabalho de campo TC	Seminário S	Estágio E	Orientação Tutorial OT	Outra O
0.0	2,5	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

Miguel Moreira

Teóricas T	Teórico-práticas TP	Prático-laboratoriais PL	Trabalho de campo TC	Seminário S	Estágio E	Orientação Tutorial OT	Outra O
0.0	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

Ricardo Duarte

Teóricas T	Teórico-práticas TP	Prático-laboratoriais PL	Trabalho de campo TC	Seminário S	Estágio E	Orientação Tutorial OT	Outra O
0.0	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

Fernando Gomes

Teóricas T	Teórico-práticas TP	Prático-laboratoriais PL	Trabalho de campo TC	Seminário S	Estágio E	Orientação Tutorial OT	Outra O
0.0	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

5. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes)

- Aquisição de conhecimentos sobre os fundamentos teóricos do treino e da performance;
- Aquisição de competências científicas, técnicas e deontológicas para o estudo, a discussão e a análise da literatura científica sobre o desempenho desportivo.
- Desenvolvimento de competências de colocação de questões investigáveis sobre o desempenho desportivo.

6. Conteúdos programáticos:

1. O treino e o processo de desenvolvimento da perícia.
 - 1.1. Processos de exploração: coordenação atleta-tarefa, de acordo a sua especificidade
 - 1.2. Processos de descoberta e estabilização: Afiinação às variáveis perceptivas que guiam a acção intencional
 - 1.3. Processos de melhoria: calibração do movimento à informação e desenvolvimento de variabilidade funcional
2. Concepções atuais de perícia, talento e de níveis de perícia.
 - 2.1. Identificação da perícia e do talento

- 2.2. A taxonomia de Baker et al para a perícia no desporto
- 2.3. Aspectos a considerar na classificação da perícia
- 3. A sessão de treino e a estrutura da prática: princípios empiricamente testados
 - 3.1. O plano de treino
 - 3.2. A tarefa de treino
 - 3.3. Estratégias de instrução e feedback
 - 3.4. Estratégias de motivação
 - 3.4. Clima emocional
- 4. O papel do treinador ao longo do desenvolvimento da perícia
 - 4.1. Treinar crianças
 - 4.2. Treinar atletas em fase de especialização
 - 4.3. Treinar atletas de alto nível
 - 4.4. Variações na orientação do treino de desportos individuais e colectivos
 - 4.5. Funções do treinador e desenvolvimento da perícia do treinador
- 5. Carreira do atleta e efeitos do local e data de nascimento na perícia
 - 5.1. Idade relativa
 - 5.2. Local de nascimento
 - 5.3. A carreira do atleta
 - 5.4. A duração da carreira e variabilidade na performance
 - 5.5. Finalização da carreira
 - 5.6. Prática deliberada, jogo deliberado e diversificação no desenvolvimento da perícia

7. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular

Os conteúdos programáticos percorrem temas atuais no âmbito investigação em treino desportivo com ênfase na análise da performance no sentido de dotar os estudantes de ferramentas conceptuais que os auxiliam na compreensão e reflexão sobre os problemas correntes na investigação e sobre os resultados oriundos da investigação.

8. Metodologias de ensino (avaliação incluída)

Método expositivo e discussões temáticas com realização de trabalhos práticos pelos estudantes. Presença em, pelo menos, 75% das aulas lecionadas. Apresentação de 1 trabalho monográfico ou exame escrito, exige-se uma nota mínima de 10.0 valores.

9. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade curricular

As metodologias de ensino desenvolvidas, particularmente ao nível dos métodos expositivos, permitem aos estudantes apreender os conhecimentos necessários para os explorarem extensivamente nos trabalhos a realizar bem como na sua apresentação, discussão e reflexão. As metodologias aplicadas conseguem, assim, de forma continuada, estabelecer a conexão entre a aquisição do conhecimento declarativo, onde os estudantes aprendem os principais conceitos afetos às temáticas consideradas, e o procedimental, através do qual se orientam os estudantes para a aplicação do mesmo, face a situações concretas na resolução de problemas. A reflexão é conseguida ao longo de todo o processo na medida em que, mesmo nas aulas onde se utiliza sobretudo o método expositivo, é sempre considerado um espaço de reflexão para os estudantes.

10. Bibliografia Principal

- Baker, J & Farrow, D. (Eds.) (2015). *Routledge Handbook of Sport Expertise*. London, UK: Routledge.
- Davids, K., Hristovski, R., Araújo, D., Balague, N., Button, C., & Passos, P. (Eds.). (2014). *Complex Systems in Sport*. London: Routledge.
- McGarry, T., O'Donoghue, P., Sampaio, J., (Eds.). (2013). *Routledge Handbook of Sports Performance Analysis*. London, UK: Routledge
- Volossovitch, A. & Ferreira, A. (Eds.) (2013). *Fundamentos e aplicações em análise do jogo*. Lisboa: FMH-Edições.

Sheet Curricular Unit

1. Curricular Unit Name

Advanced Studies in Sport Training 2

2. Teacher in charge (fill in full name)

Duarte Fernando da Rosa Belo Patronilho de Araújo

3. Teaching load in the curricular unit of the teacher in charge

Theoretical T	Theoretical and practical TP	Practical-Lab PL	Field Work TC	Seminar S	Internship E	Tutorial OT	Other O
5	0	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

4. Other teachers and their teaching loads in the curricular unit

António Paulo Ferreira

Theoretical T	Theoretical and practical TP	Practical-Lab PL	Field Work TC	Seminar S	Internship E	Tutorial OT	Other O
0.0	2,5	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

Anna Volossovitch

Theoretical T	Theoretical and practical TP	Practical-Lab PL	Field Work TC	Seminar S	Internship E	Tutorial OT	Other O
0.0	2,5	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

Miguel Moreira

Theoretical T	Theoretical and practical TP	Practical-Lab PL	Field Work TC	Seminar S	Internship E	Tutorial OT	Other O
0.0	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

Ricardo Duarte

Theoretical T	Theoretical and practical TP	Practical-Lab PL	Field Work TC	Seminar S	Internship E	Tutorial OT	Other O
0.0	0	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

Fernando Gomes

Theoretical T	Theoretical and practical TP	Practical-Lab PL	Field Work TC	Seminar S	Internship E	Tutorial OT	Other O
0.0	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

5. Learning objectives (knowledge, skills and competencies to be developed by students)

<ul style="list-style-type: none"> - Acquisition of knowledge about the theoretical foundations of training and performance; - Acquisition of scientific, technical and ethical skills for studying, discussing and analyzing the scientific literature on sport performance.

- Acquisition of competencies related to present research questions about sport performance and how to test them.

6. Programme contents

1. O treino e o processo de desenvolvimento da perícia.
 - 1.1. Processos de exploração: coordenação atleta-tarefa, de acordo a sua especificidade
 - 1.2. Processos de descoberta e estabilização: Afição às variáveis perceptivas que guiam a acção intencional
 - 1.3. Processos de melhoria: calibração do movimento à informação e desenvolvimento de variabilidade funcional
2. Concepções atuais de perícia, talento e de níveis de perícia.
 - 2.1. Identificação da perícia e do talento
 - 2.2. A taxonomia de Baker et al para a perícia no desporto
 - 2.3. Aspectos a considerar na classificação da perícia
3. A sessão de treino e a estrutura da prática: princípios empiricamente testados
 - 3.1. O plano de treino
 - 3.2. A tarefa de treino
 - 3.3. Estratégias de instrução e feedback
 - 3.4. Estratégias de motivação
 - 3.4. Clima emocional
4. O papel do treinador ao longo do desenvolvimento da perícia
 - 4.1. Treinar crianças
 - 4.2. Treinar atletas em fase de especialização
 - 4.3. Treinar atletas de alto nível
 - 4.4. Variações na orientação do treino de desportos individuais e colectivos
 - 4.5. Funções do treinador e desenvolvimento da perícia do treinador
5. Carreira do atleta e efeitos do local e data de nascimento na perícia
 - 5.1. Idade relativa
 - 5.2. Local de nascimento
 - 5.3. A carreira do atleta
 - 5.4. A duração da carreira e variabilidade na performance
 - 5.5. Finalização da carreira
 - 5.6. Prática deliberada, jogo deliberado e diversificação no desenvolvimento da perícia

7. Demonstration of consistency of program contents with the objectives of the course

The program contents address current issues within Sport Training with emphasis on performance analysis to provide students with conceptual tools that help in the understanding of current problems in sport training and results from empirical research..

8. Teaching methods (including assessment)

Expository method and thematic discussions with the realization of scientific reports by the students. Attendance in at least 75% of the classes. Presentation of a monograph or a written examination. It requires a minimum classification of 10.0 points.

9. Demonstration of consistency of teaching methods with the learning objectives of the course

The teaching methodologies developed, particularly related to expository methods, allow students to learn basic knowledge to explore extensively in the work to be done as well as its presentation, discussion and reflection. The pedagogical methodologies applied can thus continuously establish the connection between the acquisitions of declarative knowledge, where students learn the main concepts, and procedural knowledge through students are guided to apply scientific knowledge in concrete situations.

10. Principal Bibliography

Baker, J & Farrow, D. (Eds.) (2015). *Routledge Handbook of Sport Expertise*. London, UK: Routledge.

Davids, K., Hristovski, R., Araújo, D., Balague, N., Button, C., & Passos, P. (Eds.). (2014). *Complex Systems in Sport*. London: Routledge.

McGarry, T., O'Donoghue, P., Sampaio, J., (Eds.). (2013). *Routledge Handbook of Sports Performance Analysis*. London, UK: Routledge

Volossovitch, A. & Ferreira, A. (Eds.) (2013). *Fundamentos e aplicações em análise do jogo*. Lisboa: FMH-Edições.