

Ensino Curso Profissional Técnico de Desporto

Secundário 2018/2019

PLANIFICAÇÃO A LONGO PRAZO

11º PD - Desporto Geral

		Nº aulas previstas (blocos de 50 min)
UFCD 2 / Código 9435 DIDÁTICA DO DESPORTO	<p>1- Didática aplicada ao contexto desportivo:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Procedimentos didáticos fundamentais - Unidade de Treino - Planeamento de Treino - Avaliação da unidade de treino <p>2- Unidade de treino – fator estruturante da didática aplicada ao desporto:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Documentos de suporte à organização da unidade de treino - Potenciação das condições de aprendizagem <p>3- Observação como ferramenta do processo de treino:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Processo de treino e a observação - Metodologia de observação - Observação e avaliação técnica - Observação e avaliação tática. 	30 aulas (25h)
<p>Avaliação: Testes sumativos; fichas formativas; fichas de trabalho em aula; trabalho individual e em grupo, competências sociais.</p>		

- 1 – Fatores psicológicos e psicossociais da prestação desportiva
 - Fatores intrínsecos
 - Fatores extrínsecos
 - Comportamento como resultado dos fatores intrínsecos e extrínsecos
 - A relação treinador – pais – atleta
- 2 – Motivação e processo de treino
 - Componentes da motivação
 - Motivação intrínseca
 - Motivação extrínseca
 - Orientação motivacional
 - Orientação para a tarefa
 - Evolução da motivação para a prática desportiva
 - Formação da atitude do praticante
 - Estratégias de motivação
- 3 – Relação treinador – atleta
 - Treinador como líder
 - Competências de comunicação
 - Dimensões instrumental e socioemocional da intervenção
 - Componente situacional da relação treinador – atleta
 - Educação para a autonomia do atleta
 - Treinador e carreira do atleta
- 4 – Aprendizagem e desenvolvimento humano
 - Desenvolvimento, maturação, crescimento e aprendizagem
 - Dimensões de análise do desenvolvimento humano
 - Principais fases do desenvolvimento humano
 - Pirâmide do desenvolvimento motor
 - Períodos sensíveis e períodos críticos de desenvolvimento
- 5 – Aprendizagem
 - Aprendizagem e desempenho
 - Aprendizagem e memória
 - Curvas de aprendizagem
 - Aquisição, retenção e transfer
 - Retorno sobre o resultado
 - Motivação para aprende

**30 aulas
(25 h)**

Avaliação: Testes sumativos; fichas formativas; fichas de trabalho em aula; trabalho individual e em grupo, competências sociais.

Total: 60aulas (50h)

60 aulas