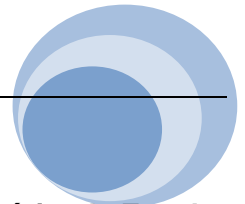


The background features a white page with abstract blue geometric elements. Three circles of varying sizes are arranged vertically on the right side, each composed of concentric circles in different shades of blue. Two thin blue lines intersect at the top left, forming a large 'V' shape that frames the circles. The text is positioned on the left side of the page.

**REGULAMENTO DE MESTRADO  
EM PSICOLOGIA DO DESPORTO  
E DO EXERCÍCIO**



**Regulamento do Curso de Mestrado em Psicologia do Desporto e do Exercício, da Escola Superior de Desporto de Rio Maior, do Instituto Politécnico de Santarém.**

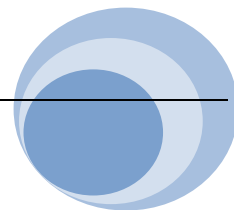
**Artigo 1º**

**Natureza e âmbito de aplicação**

1. O curso pretende atingir os objectivos e competências apresentados de seguida, de modo a contribuir para a formação especializada dos licenciados em Psicologia do Desporto e Exercício e para o desenvolvimento da investigação aplicada e do conhecimento científico no contexto profissional do desporto e do exercício.

1.1. Quantos aos objectivos pretende-se que os alunos:

- a) Adquiram conhecimentos e treino dos principais métodos e técnicas de intervenção psicológica de modo a poderem contribuir para a resolução de problemas concretos com que se defrontam os diferentes agentes do desporto (Atletas, treinadores, juizes, pais, dirigentes, etc.), bem como de outras actividades em que o sucesso e a performance sejam preponderantes (Ex: músicos, bailarinos, artistas, etc.), ou outras mais centradas no desenvolvimento pessoal, a saúde e o bem estar dos praticantes, quer promovendo a adaptação psicológica aos contextos extremamente exigentes em que actuam, quer facilitando o desenvolvimento do potencial individual.
- b) Desenvolvam competências instrumentais no sentido da integração dos conhecimentos teóricos e práticos adquiridos no 1º ciclo mas sobretudo no 2º ciclo.
- c) Desenvolvam competências interpessoais através da inter-relação que necessariamente tem que estabelecer com outros profissionais do contexto de intervenção, com os indivíduos objecto da sua intervenção, com colegas de profissão e sobretudo os profissionais experientes que supervisionam o seu trabalho, nomeadamente durante o estágio curricular.
- d) Adquiram competências de investigação que baseadas nos sólidos conhecimentos adquiridos, lhes proporcione uma propedêutica atitude interrogativa, face aos acontecimentos e problemas com que vai sendo confrontado, de modo a encontrar os métodos apropriados à especificidade das situações, bem como uma constante avaliação da intervenção realizada.



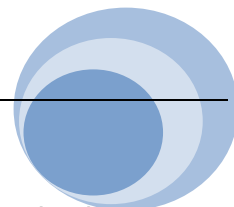
## 1.2. Quanto às competências:

O plano de estudos organizado para o Curso de Mestrado, utilizando metodologias de ensino adequadas a cada Unidade Curricular, em que a participação do estudante é determinante na sua aprendizagem, permite **conferir o grau de Mestre em Psicologia do Desporto e Exercício, aos alunos que demonstrem:**

- a) Possuir conhecimentos e capacidade de compreensão a um nível que sustentando-se nos conhecimentos obtidos ao nível do 1.º ciclo, os desenvolva e aprofunde;
- b) Revelar conhecimentos que permitam e constituam a base de desenvolvimentos e ou aplicações originais, em contexto de investigação e profissional;
- c) Saber aplicar os seus conhecimentos e a sua capacidade de compreensão e de resolução de problemas em situações novas e não familiares, em contextos alargados e multidisciplinares;
- d) Revelar capacidade para integrar conhecimentos, lidar com questões complexas, desenvolver soluções ou emitir juízos em situações de informação limitada ou incompleta, incluindo reflexões sobre as implicações e responsabilidades éticas e sociais que resultem ou condicionem essas soluções e esses juízos;
- e) Ser capazes de comunicar as suas conclusões, e os conhecimentos e raciocínios a elas subjacentes, ao seu público-alvo, quer sejam especialistas, ou não especialistas, de uma forma clara e sem ambiguidades, utilizando as metodologias abordadas no processo de formação;
- f) Ter adquirido competências de aprendizagem que lhes permitam uma evolução ao longo da vida, de um modo fundamentalmente auto-orientado ou autónomo.

E especificamente:

- a) Compreensão e aplicação de diferentes métodos e técnicas de intervenção psicológica no contexto desportivo;
- b) Capacidade para identificar, compreender e aplicar as metodologias de investigação inerentes à psicologia aplicada ao desporto e ao exercício, desenvolvendo competências de auto-aprendizagem ao longo da vida;
- c) Conhecimento teórico-prático que proporcione a correcta aplicação das técnicas inerentes ao processo de avaliação e diagnóstico em Psicologia do Desporto e do Exercício, promovendo o correcto planeamento e execução das actividades de orientação e desenvolvimento das competências psicológicas dos agentes desportivos;
- d) Conhecimentos teórico-práticos que permitam a aplicação dos principais métodos e técnicas de intervenção psicológica, que sustentem uma prática adequada ao contexto da Psicologia do Desporto e do Exercício;
- e) Competências de investigação que permitam a construção do conhecimento teórico de forma a sustentar a intervenção no terreno;



- f) Competências que lhes permitam comunicar as suas conclusões, e os conhecimentos e raciocínios a elas subjacentes, quer a especialistas, quer a não especialistas, de uma forma clara e sem ambiguidades;
2. Neste ciclo de ensino o plano de estudos elaborado visou, fundamentalmente, dotar os estudantes de competências técnicas de intervenção específica, apetrechando-se com técnicas de modificação do comportamento em múltiplos níveis (Cognitivo, discursivo, emocional, relacional, corporal, etc.), procurando-se, no último ano do ciclo, promover a integração e aplicação de todos os conhecimentos adquiridos no 1º ciclo e no 1º ano do 2º ciclo ao nível do estágio e do trabalho de investigação a realizar neste ano. Também neste ciclo a componente de desenvolvimento pessoal tem uma importância de realçar, procurando-se desenvolver uma atitude positiva e de disponibilidade permanente face ao outro (cliente), ao longo do processo de avaliação-intervenção quer durante o ensino e treino das técnicas psicológicas de intervenção quer posteriormente no contacto com o contexto de intervenção (estágio).

### **Artigo 2º**

#### **Concessão do grau de mestre**

1. Os alunos que completarem com sucesso todo o programa de mestrado ficarão habilitados com o grau de mestre em Psicologia do Desporto e do Exercício.
2. Os alunos que apenas completarem com sucesso as UCs dos 1º e 2º semestres, que integram o curso de Mestrado, têm direito a um diploma de pós graduação em Psicologia do Desporto e do Exercício.

### **Artigo 3º**

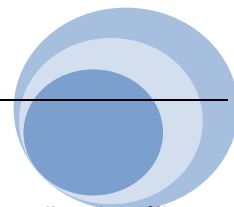
#### **Duração**

O Mestrado tem a duração de 4 semestres. Os 3º e 4º semestres estão reservados para o estágio e projecto de investigação.

### **Artigo 4º**

#### **Organização e estrutura curricular**

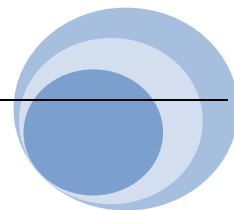
1. A estrutura curricular do Curso de Mestrado é composta por dois anos (quatro semestres) com 60 créditos cada um, de acordo com o Despacho Nº 10955/2009, publicado no DR Nº83 (2ª Série), datado de 29 de Abril.



No primeiro ano (1º e 2º semestres) serão abordadas unidades curriculares de formação científica e técnica e métodos avançados de investigação específicos da área do Curso de Mestrado. O aluno terá, ainda a oportunidade de frequentar duas unidades curriculares opcionais do seu interesse que lhe permitam melhorar a formação obtida, ou aprofundar áreas de interesse vocacional específicas. No segundo ano (3 e 4º semestres) serão abordadas as unidades relativas ao estágio e projecto de investigação.

### Áreas Científicas do Mestrado

ÁREA CIENTÍFICA	SIGLA	CRÉDITOS	
		OBRIGATÓRIOS	OPTATIVOS
2º Ciclo - Mestrado			
Treino/Intervenção Psicológica	(T/IP)	72	0-10
Psicologia	P		0-10
Ciências Sociais	CS		0-5
Metodologia da Investigação	(MI)	38	
TOTAL		110	10



### **Artigo 5º**

#### **Coordenação do Mestrado**

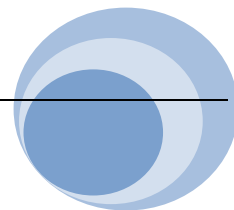
1. O Conselho Científico nomeará o coordenador de Curso, que terá que ser Professor Doutorado a tempo integral da subárea científica da Psicologia do Desporto.
2. O Coordenador é coadjuvado por um Subcoordenador por si proposto ao Conselho Técnico-científico de entre docentes da ESDRM, a tempo integral.

### **Artigo 6º**

#### **Competências do Coordenador de Curso**

De acordo com o previsto nos estatutos da ESDRM, compete ao Coordenador de Curso, designadamente:

- a) Representar o curso junto dos órgãos;
- b) Elaborar um plano e um relatório anual de actividades; a aprovar pelo Director;
- c) Propor alterações nos planos de estudos do curso;
- d) Garantir o bom funcionamento do curso, podendo para isso:
  - i) Convocar, os regentes e docentes das unidades curriculares do curso para a realização de reuniões, acções de informação ou de formação, jornadas de reflexão e para outras iniciativas que tenham relação directa com a actividade pedagógica exercida no curso.
  - ii) Distribuir tarefas, relacionadas com a organização administrativa e pedagógica do curso, aos regentes e docentes das unidades curriculares;
  - iii) Propor ao Director a celebração de contratos com entidades públicas ou privadas, nacionais ou estrangeiras;
- e) Assegurar que os objectivos de aprendizagem das diversas unidades curriculares concorram para os objectivos de formação definidos do curso;
- f) Coordenar os programas das unidades curriculares e as actividades docentes do curso, de forma a assegurar uma correcta articulação entre objectivos, conteúdos e metodologias de ensino, nas unidades curriculares;
- g) Propor ao Conselho Técnico-científico a distribuição de serviço docente, a contratação de docentes e a atribuição de regências, assegurando-se da distribuição do horário lectivo;
- h) Propor a aquisição de materiais e equipamento que viabilizem o desenvolvimento e a implementação das actividades do curso.
- i) Assegurar-se da guarda, manutenção e substituição de material afecto ao curso;
- j) Assegurar o despacho normal do expediente e coordenar os trabalhos relacionados com o arquivo respeitante ao curso;

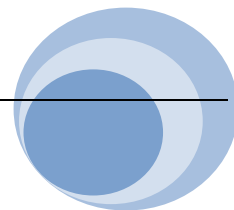


- k) Propor ao Conselho Técnico-científico a nomeação de um Subcoordenador;
- l) Desenvolver todas as demais iniciativas e acções tendentes a assegurar o bom funcionamento e prestígio do curso, nomeadamente a sua promoção externa.
- m) ) Propor os critérios de selecção e seriação dos candidatos;
- n) Efectuar a proposta de selecção e seriação em conjunto com o subcoordenador (júri de selecção)
- o) Propor alterações ao Regulamento específico do Mestrado;
- p) Propor ao Conselho Técnico-Científico o Regulamento do Estágio e o regulamento do projecto de investigação;
- q) Propor ao CCT os orientadores para os projectos de investigação e os estágios e os respectivos projectos;
- r) Propor, ao conselho técnico-científico, os júris para a defesa das dissertações e relatórios de estágio;
- s) Marcação das defesas das dissertações e dos Relatórios de Estágio.
- t) Fazer a selecção dos candidatos previstos nas alíneas b) a d) do nº 1 do artigo 11º.
- u) Fazer o acompanhamento das Normas de Reconhecimento da Formação Anterior (Anexo I).

### **Artigo 7º**

#### **Candidatura à inscrição no curso**

1. O prazo de candidatura para o curso é definido pelo Director.
2. Documentos de candidatura:
  - a) Ficha de candidatura;
  - b) Certificado de habilitações, com as classificações das unidades curriculares, e certificado de conclusão do 1.º ciclo de estudos;
  - c) Comprovativo da atribuição de equivalência(s)/reconhecimento de habilitações, em caso de habilitações estrangeiras;
  - d) Fotocópia do bilhete de identidade/cartão de cidadão/passaporte;
  - e) Três exemplares do Curriculum Vitae;
  - f) Em caso de dúvida o júri pode solicitar os comprovativos de outras formações apresentadas.



## **Artigo 8º**

### **Calendário lectivo**

O curso desenrola-se de acordo com o calendário lectivo da ESDRM, aprovado pelo Director da ESDRM.

## **Artigo 9º**

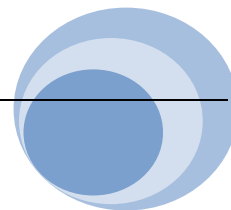
### **Diploma de estudos**

O grau de mestre será atribuído, nos termos do artigo 20º do DL nº 64/2007 de 24 de Março, aos estudantes que concluíam com êxito o Curso de Especialização (60 ECTS) e que realizem o estágio e um projecto de Investigação (Dissertação) de âmbito científico (60 ECTS).

## **Artigo 10º**

### **Das Matrículas e Inscrições**

1. De acordo com o artigo 17º do Decreto-Lei nº 74/2006, de 24 de Março, serão admitidos ao ciclo de estudos do Mestrado em Psicologia do Desporto e do Exercício:
  - a) Licenciados em Psicologia do Desporto e do Exercício;
  - b) Licenciados em Desporto variante de Psicologia do Desporto e do Exercício;
  - c) Outras licenciaturas em Psicologia, com a classificação mínima de 14 valores ou após avaliação curricular;
  - d) Titulares de graus por universidades estrangeiras, na área científica do Curso de Mestrado, poderão também ser admitidos após avaliação curricular;
  - e) Detentores de um currículo escolar, científico ou profissional, que seja reconhecido como atestando capacidade para realização deste ciclo de estudos pelo Conselho Científico sob proposta do coordenador de Curso.
2. O coordenador de Curso, poderá, se assim o entender, solicitar provas de selecção para todos os candidatos, com excepção dos referidos na alínea a).
3. Os mestrandos devem fazer a escolha das Unidades Curriculares de opção no acto da inscrição, estando o seu funcionamento condicionado a um número mínimo de inscritos (15).
4. Os candidatos que frequentaram ou concluíram a Licenciatura em desporto variante de Psicologia do Desporto e Exercício, poderão, utilizar as normas de reconhecimento constantes do anexo I.



## **Artigo 11º**

### **Critérios de selecção e seriação**

Os candidatos referidos nas alíneas c) a e) do nº 1 do artigo 11º, serão seleccionados pelo Coordenador de Curso, tendo em consideração os seguintes critérios:

- a) Classificação da licenciatura;
- b) Currículo científico;
- c) Currículo profissional;
- d) Currículo desportivo;
- e) Capacidade de compreensão da Língua Inglesa e ou Espanhola.

## **Artigo 12º**

### **Vagas**

1. O número de vagas para os candidatos referidos nas alíneas c) a e) do nº 1 do artigo 11º é distribuído da seguinte forma:

- a) Vagas para docentes do ensino superior e investigadores de unidades de investigação: 40%
- b) Vagas para restantes candidatos: 60%

## **Artigo 13º**

### **Resultados do processo de selecção e seriação**

Os resultados são publicados no sítio da ESDRM e em espaço próprio. São aceites reclamações até 48 horas após a saída dos resultados. A listagem final é afixada cinco dias após a publicação dos resultados.

## **Artigo 14º**

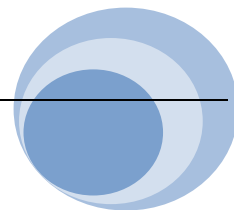
### **Taxas de matrícula e de propinas de inscrição**

A definir pela direcção da ESDRM

## **Artigo 15º**

### **Regime de Frequência e de Avaliação**

Compete ao Regente de cada unidade curricular inscrever no respectivo programa os parâmetros, instrumentos de avaliação e fórmula de cálculo aplicados na avaliação de acordo com o Regulamento de Avaliação de Conhecimentos e Competências da Escola.



### **Artigo 16º**

#### **Admissão à Dissertação e Estágio**

1. Só podem aceder ao projecto de investigação (dissertação) e ao estágio curricular, os estudantes que cumpram os seguintes requisitos:
  - a) Terem sido aprovados em todas as Unidades Curriculares dos 1º e 2º semestres
  - b) O seu projecto de dissertação ser aprovado pelo Conselho Científico;
  - c) Apresentem o seu projecto de estágio que será aprovado pelo coordenador do curso, até ao final do 2º semestre;
2. Caso os mestrandos não apresentem no seu projecto de Estágio, uma proposta de local de estágio, serão afiliados a locais previamente definidos pelo coordenador do curso.

### **Artigo 17º**

#### **Orientação do Projecto de Investigação e do Estágio**

1. Podem ser orientadores do projecto de investigação (dissertação):
  - a) Qualquer professor doutorado que faça parte do curso de mestrado, bem como especialistas de mérito, na área de especialização, reconhecidos como tal pelo Conselho Científico;
  - b) Um professor doutorado que não fazendo parte do curso, seja aceite pelo Conselho Científico mediante proposta do Coordenador de Curso;
  - c) A orientação pode ser assegurada em regime de coorientação.

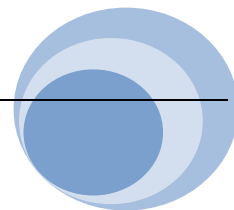
Nota: Quando a formação do orientador não for na área da Psicologia ou Psicologia do Desporto e do Exercício, recomenda-se a existência de um co-orientador que tenha uma formação na área da Psicologia do Desporto e Exercício.

2. Os estágios serão supervisionados por professores doutorados, ou por especialista;

### **Artigo 18º**

#### **Projecto de Investigação e Estágio**

As unidades curriculares de Estágio curricular e Projecto de Investigação, funcionarão de acordo com um regulamento próprio, a aprovar pelo Conselho Científico sob proposta do coordenador de curso.



## **Artigo 19º**

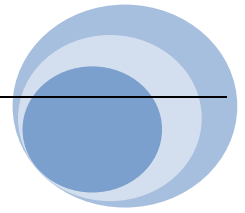
### **Provas de defesa do Projecto de Investigação (dissertação)**

1. Os mestrandos devem entregar nos serviços académicos, um requerimento dirigido ao Coordenador de Curso solicitando a realização da prova de defesa pública da dissertação da UC Projecto de Investigação.
2. As provas devem ser anunciadas e publicitadas.
3. Os júris só poderão funcionar com, 3 ou 5 elementos.
4. As provas terão uma duração máxima de 90 minutos. O candidato tem 20 minutos para apresentar o seu trabalho (o Júri poderá optar por prescindir desta apresentação).
5. O arguente deve intervir sempre na discussão sem prejuízo da intervenção de outros membros do júri.
6. Deve ser proporcionado ao candidato um tempo de intervenção igual ao do Júri.

## **Artigo 20º**

### **Júris das Provas**

1. Os Júris para as Provas de defesa da dissertação do Projecto de Investigação são propostos pelo Coordenador do Curso, aprovados pelo Conselho Técnico-Científico e nomeado pelo director da escola, tendo a seguinte composição:
  - a) O Presidente do Júri é o Professor doutorado do IPS da categoria mais elevada, excepto quando este for o orientador.
  - b) Arguente: professor doutorado, convidado pelo Coordenador de Curso (após consulta ao Orientador) e que seja especialista na área.
  - c) Orientador do Projecto de Investigação
  - d) Sempre que exista co-orientador este fará parte do júri, assim como outro professor Doutorado..
2. Os Júris terão, obrigatoriamente, de realizar uma reunião para aceitação ou recusa do projecto de investigação. Após esta reunião, e no caso de a dissertação ter sido aceite, o Júri deverá marcar a defesa nos 30 dias após esta reunião. No caso de aceitação condicionada a correcções o mestrando dispõe de 60 dias para efectuar as referidas correcções e entregar a Dissertação final para discussão.



### **Artigo 21º**

#### **Deliberação do júri**

1. Para formular a classificação final, o júri deverá tomar em consideração a dissertação escrita (dissertação) e a respectiva discussão;
2. A classificação final é expressa por uma das seguintes fórmulas:
3. Reprovado (para classificações abaixo de 10 valores);
4. Aprovado com a classificação de X (10 a 20) valores.
5. Da decisão final do júri será elaborada acta justificativa com as classificações atribuídas.

### **Artigo 22º**

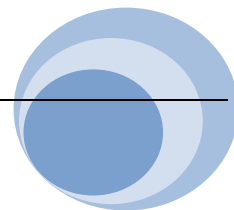
#### **Provas de defesa do Estágio**

1. Os mestrandos devem requerer ao Coordenador de Curso a realização da prova de defesa do Relatório de Estágio.
2. O júri, será constituído pelo coordenador da UC de estágio curricular, pelo orientador desse estágio e por um outro orientador.
3. As provas terão uma duração máxima de 30 minutos. O candidato tem 10 minutos para apresentar o seu trabalho (o Júri poderá optar por prescindir desta apresentação).
4. O orientador deve intervir sempre na discussão sem prejuízo da intervenção dos outros membros do júri.
5. Deve ser proporcionado ao candidato um tempo de intervenção igual ao do Júri.

### **Artigo 23º**

#### **Deliberação do júri**

1. Para formular a classificação final da UC estágio Curricular, o júri deverá tomar em consideração, a avaliação previamente formulada pelo orientador, o relatório de estágio e a respectiva discussão;
2. A classificação final é expressa por uma das seguintes fórmulas:
  - a) Reprovado (para classificações abaixo de 10 valores);
  - b) Aprovado com a classificação de X (10 a 20) valores.
3. Da decisão final do júri será elaborada acta justificativa com as classificações atribuídas.



### **Artigo 24º**

#### **Classificação final do Mestrado**

1. A classificação final será determinada pela média ponderada da classificação atribuída a cada UC, incluindo a Dissertação ou Estágio, de acordo com os ECTS atribuídos.
2. A classificação final só poderá ser calculada após a aprovação em todas as UC que constituem o plano de estudos.

### **Artigo 25º**

#### **Casos Omissos**

Os casos omissos ao presente Regulamento serão deliberados pelo Coordenador do Curso.

### **Artigo 26º**

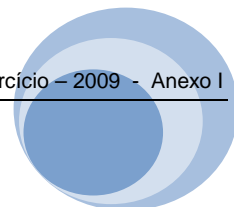
#### **Revisão do Regulamento**

O presente regulamento pode ser revisto todos os anos

### **Artigo 27º**

#### **Entrada em Vigor**

O presente Regulamento entra em vigor imediatamente após a aprovação pelo Conselho Científico.



## Anexo I

### Normas de Reconhecimento da Formação Anterior

#### Mestrado em Psicologia do Desporto e do Exercício (2º Ciclo)

##### Art. 1º

##### Disposições Gerais

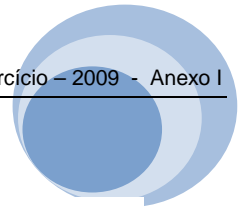
1- Os alunos que concluíram a licenciatura em Psicologia do Desporto e Exercício, da ESDRM, no ano lectivo 2007-2008 e seguintes, matriculam-se no Plano de Estudos do Mestrado em Psicologia do Desporto e do Exercício (2º ciclo).

2 - Aos alunos que frequentaram o 2º Ciclo da Licenciatura em Desporto variante de Psicologia do Desporto e Exercício, é-lhes creditado o 1º ano do Mestrado ao abrigo do Regulamento de creditação do IPS (Regulamento n.º 323/2007, Diário da República, 2.ª série — N.º 233 — 4 de Dezembro de 2007) . Ao abrigo do mesmo disposto, é-lhes ainda creditada a UC de Estágio Curricular do segundo ano do Plano de Estudos do 2º ciclo, conforme consta no Quadro I.

3- Os alunos que concluíram a Licenciatura em Desporto variante de Psicologia do Desporto e Exercício, é-lhes creditado o 1º ano do Mestrado ao abrigo do Regulamento de creditação do IPS (Regulamento n.º 323/2007, Diário da República, 2.ª série — N.º 233 — 4 de Dezembro de 2007) . Ao abrigo do mesmo disposto, é-lhes ainda creditada a UC de Estágio Curricular do segundo ano do Plano de Estudos do 2º ciclo, conforme consta no Quadro I.

Quadro I - Lista das correspondências entre os ECTS Plano de Estudos do 2º ciclo da Licenciatura em Desporto e os ECTS do Plano de Estudos do 2º ciclo – Mestrado

ECTS do Anterior Plano de Estudos (2º ciclo - Licenciatura)	ECTS do Novo Plano de Estudos (2º ciclo – Mestrado)	Área Científica
<b>1º Semestre</b>	<b>1º Semestre</b>	
30	20	(T/IP)
	5	(P)
	5	(MI)
<b>2º Semestre</b>	<b>2º Semestre</b>	
30	27	(T/IP)
	0	(P)
	3	(MI)
<b>3º e 4º Semestre</b>	<b>3º e 4º Semestre</b>	
30	30	(T/IP)
	0	(MI)
Total	Total	
90	77	(T/IP)
	5	(P)
	8	(MI)
90	90	Total



## **Art. 2º**

### **Classificação Final**

1- O cálculo da classificação final será a média aritmética ponderada, arredondada às unidades (considerando como unidade a fracção não inferior a cinco décimas), das diferentes unidades curriculares, tendo como coeficiente de ponderação os respectivos ECTS. Às disciplinas reconhecidas, com a respectiva classificação, correspondem os ECTS das UCs do Plano de Estudos do Curso de Mestrado.