

FICHA DE UNIDADE CURRICULAR

Curso:	• Licenciatura em Condição Física e Saúde no Desporto					
Unidade Curricular:	Estágio					
Módulo (se aplicável):						
3.º ANO	Anual	ECTS: 8				
Horas de contacto:	T: 100	TP:	PL: 90	OT: 10	TC:	S:
Regente (categoria, grau académico, nome, e-mail):	Professora Adjunta equiparada Mestre Maria de Fátima Ramalho ( <a href="mailto:fatimaramalho@esdrm.pt">fatimaramalho@esdrm.pt</a> )					
Docentes (categoria, grau académico, nome, e-mail):	Professor Coordenador Doutor João Brito ( <a href="mailto:jbrito@esdrm.pt">jbrito@esdrm.pt</a> ) Professora Adjunta equiparada Mestre Vera Simões ( <a href="mailto:verasimoes@esdrm.pt">verasimoes@esdrm.pt</a> ) Professor Adjunto Equiparado Mestre João Moutão ( <a href="mailto:jmoutao@esdrm.pt">jmoutao@esdrm.pt</a> ) Professora Adjunta equiparada Mestre Fátima Ramalho ( <a href="mailto:fatimaramalho@esdrm.pt">fatimaramalho@esdrm.pt</a> ) Assistente convidado Dr. Miguel Silva ( <a href="mailto:miguelsilva@esdrm.pt">miguelsilva@esdrm.pt</a> ) Assistente convidada Dra. Alice Rodrigues Assistente convidada Dra. Teresa Joaquim ( <a href="mailto:tjoaquim@esdrm.pt">tjoaquim@esdrm.pt</a> ) Assistente convidado Dr. Edgar Borja ( <a href="mailto:eborja@esdrm.pt">eborja@esdrm.pt</a> )					
Objectivos:	<p>O Estágio tem como <b>objectivo geral</b> o aprofundamento dos conhecimentos previamente adquiridos, preparando e desenvolvendo a capacidade do aluno para o desenvolvimento de competências e tarefas próprias da sua especialidade, com vista à sua habilitação para o exercício da actividade profissional através de:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Enriquecer a componente profissional da formação;</li> <li>Proporcionar experiência da prática profissional em contexto organizacional;</li> <li>Promover a articulação entre os conhecimentos e a realidade;</li> <li>Aplicar os conhecimentos de formação, em situação real de intervenção no desporto;</li> <li>Desenvolver no estagiário a necessidade de uma constante actualização nos domínios da investigação e do conhecimento científico, técnico e pedagógico;</li> <li>Possibilitar, em contexto de aprendizagem, a reflexão crítica sobre a realidade e o desenvolvimento de um projecto de intervenção em contexto real de trabalho;</li> <li>Desenvolver no estagiário a necessidade de uma constante actualização e domínio da utilização das novas tecnologias;</li> <li>Facilitar a inserção no mercado de trabalho.</li> </ol> <p>Relativamente aos <b>objectivos específicos</b> o estagiário deverá intervir nas seguintes áreas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ <b>ÁREA EXERCÍCIO</b> - O estagiário deve manifestar competência para: (1) elaborar um plano individual de formação (PIF); (2) aplicar os conhecimentos das Unidade Curriculares de Fitness, Pedagogia do Desporto, Avaliação e Prescrição do Exercício e Gestão do Desporto; (3) seleccionar as metodologias e técnicas de intervenção, em função das características da população-alvo, dos objectivos definidos e dos dados recolhidos através da avaliação de resultados; (4) saber justificar as metodologias definidas para cada sessão, as técnicas de intervenção pedagógica seleccionadas, os meios auxiliares utilizados bem como a avaliação dos resultados; (5) ser capaz de articular os diferentes níveis do planeamento integrando-os à filosofia, funcionamento e finalidades da entidade acolhedora; (6) colaborar na tomada de decisões relativamente à gestão dos recursos da entidade acolhedora, nomeadamente, ocupação e articulação dos recursos temporais e espaciais, organização dos recursos humanos, selecção para aquisição e conservação dos recursos materiais; (7) colaborar no planeamento de acções de promoção da actividade física e da entidade acolhedora, integrando estas actividades no seu plano individual de formação (PIF); (8) utilizar a informação decorrente da sua auto-avaliação, na revisão da sua planificação do ensino; (9) definir e/ou colaborar no processo de avaliação da condição física e ser capaz de prescrever programas de exercício adequados às necessidades específicas de cada indivíduo ou/e grupos; (10) observar as sessões ministradas por outros profissionais, indicados por o seu orientador na entidade acolhedora ou orientador académico, de forma a observar e analisar as técnicas de intervenção pedagógica utilizadas pelos mesmos, aplicando as técnicas da Pedagogia, além de promover a aquisição de experiência prática.</li> <li>✓ <b>ÁREA COMUNIDADE</b> - O estagiário deve colaborar ou organizar acções de promoção da actividade física e/ou da entidade acolhedora, nomeadamente, adaptando conceitos das UC de Organização do Desporto, Gestão, Saúde Pública e Exercício na implementação de projectos, bem como promover a adesão ao exercício, a captação de novos praticantes e sua retenção.</li> </ul> <p><b>ÁREA FORMAÇÃO COMPLEMENTAR</b> - O estagiário deve participar em seminários e afins, relacionados com a sua área específica de formação, produzindo relatórios temáticos (mínimo 4 horas de formação ou 2 workshops)</p>					
Conteúdos:	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Planear, organizar, executar, avaliar e promover acções relativas a cada área de intervenção.</li> </ul>					
Avaliação:	A avaliação da UC de Estágio deverá resultar de um processo de acompanhamento sistemático por parte dos Orientadores, que visa analisar o empenho, a progressão e a competência da intervenção dos alunos estagiários em contexto profissional. Neste sentido, o regime de avaliação contínua será o único permitido para ser obtido aproveitamento. (Consultar Anexo VI do RECFS - Ponderações)					
Bibliografia principal:	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Toda a mencionada nas UC da Licenciatura de CFSD.</li> <li>• Regulamento Orientador Geral de Estágio das Licenciaturas da ESDRM</li> <li>• Regulamento Específico do Curso de Condição Física e Saúde</li> </ul>					