

FICHA DE UNIDADE CURRICULAR

Curso:	Licenciatura em Treino Desportivo					
Unidade Curricular:	Modalidade Desportiva I - Ginástica					
Módulo (se aplicável):						
1.º ANO	Anual	ECTS: 15				
Horas de contacto:	T:30	TP:60	PL:120	OT:	TC:	S:
Regente:	Mestre Alexandre Santos, Professor Adjunto (asantos@esdrm.pt)					
Docentes:	Drª Joana Macedo, Professora Assistente Convidada (jmacedoliveira@esdrm.pt)					
Objectivos:	Possibilitar ao aluno a aquisição de um conjunto de conhecimentos desportivos, gerais e específicos, que viabilizem uma competência técnica e profissional na intervenção como futuro treinador de Ginástica nos escalões de iniciação;					
Conteúdos:	<p>a) Enquadramento Institucional</p> <p>b) História e desenvolvimento da Ginástica</p> <p>c) Caracterização das modalidades gímnicas</p> <p>d) Terminologia geral e específica</p> <p>e) Etapas da formação gímnic</p> <p>f) Desenvolvimento das capacidades físicas e competências técnicas para execução de elementos gímnicos elementares, nas diferentes modalidades gímnicas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ginástica Artística Feminina - Ginástica Artística Masculina - Trampolins - Ginástica Rítmica - Ginástica Aeróbica Desportiva - Desportos Acrobáticos - Ginástica para Todos <p>g) Tipologia, classificação e prática de Ajudas Manuais e Materiais</p> <p>h) Elaboração de fichas técnicas de sistematização dos elementos gímnicos</p> <p>i) relação inter e intra elementos gímnicos - visão integrada no seio de cada modalidade e relação entre as diversas modalidades gímnicas</p>					
Avaliação:	Contínua: Aplica-se o previsto no Regulamento de Frequência, Avaliação, Transição e Precedências da ESDRM. Sugere-se a consulta do respectivo programa.					
	Final:					
Bibliografia principal: Sugere-se a consulta do respectivo programa.						