

FICHA DE UNIDADE CURRICULAR

Curso:	Licenciatura em Desporto de Natureza e Turismo Activo					
Unidade Curricular:	Desporto de Natureza 1					
Módulo (se aplicável):	Esta U.C inclui os módulos de Orientação, Canoagem, BTT, Escalada e Surf					
1.º ANO	Anual	ECTS: 15				
Horas de contacto:	T: 20h	TP: 40h	PL: 100h	OT: 20	TC:	S:
Regente (categoria, grau académico, nome, e-mail):	Mestre Vítor Milheiro (Professor-Adjunto) (vmilheiro@esdrm.pt)					
Docentes (categoria, grau académico, nome, e-mail):	Mestre Vítor Milheiro, Professor Adjunto (vmilheiro@esdrm.pt) Mestre Teresa Bento, Equiparada a Professora Adjunta (teresabento@esdrm.pt) Mestre Henrique Frazão, Equiparado a Professor Adjunto (frazão@esdrm.pt) Drª Carina Sebastião (Equiparada a Assistente) (csebastiao@esdrm.pt) Dr. Paulo Rosa (Equiparado a Assistente) (paulo.saojorge@gmail.com) Dr Telmo Teotónio (Equiparado a Assistente) (telmoteotonio@hotmail.com)					
Objectivos:	<ul style="list-style-type: none"> Efectuar uma formação alargada (elementar) de modo a promover a transferibilidade de conhecimentos; Adquirir competências de intervenção profissional associadas às funções de um Técnico Auxiliar, ou seja, cooperar e prestar auxílio a um técnico principal; Ter conhecimento técnico e desenvolver a prática das actividades; Obter reconhecimento técnico das Federações Desportivas implicadas e de outras organizações de referência no desenvolvimento do sector.					
Conteúdos:	Nesta U.C. agrupamos as actividades de desporto de natureza (ADN) em cinco módulos: A) Bicicleta Todo terreno; B) Orientação; C) Canoagem; D) Surf; E) Escalada. Assim, pretende-se abordar os seguintes conteúdos genéricos em cada módulo: Contextualização e caracterização da actividade; Materiais e equipamentos específicos; Locais de prática; Habilidades motoras; Acompanhamento e enquadramento técnico-pedagógico; Planeamento, organização e avaliação de actividades; Segurança e resgate; Legislação específica.					
Avaliação:	Os elementos de avaliação que integram o processo de Avaliação Contínua serão diferenciados por actividade. O não cumprimento do estipulado para a Avaliação Contínua, obrigará a passagem do aluno para avaliação em Época de Recurso. A fórmula de avaliação final na unidade curricular, é a seguinte: <ul style="list-style-type: none"> Avaliação final: $AF = \frac{(4*BTT)+(4*ORI)+(4*CAN)+ (4*ESC) (4*SURF)}{20}$ Sendo que para o aluno obter aprovação na unidade curricular deve obter nota igual ou superior a 10 (dez) valores em cada uma das actividades. <p>Final - A avaliação em Exame final realiza-se conforme o regulamento de avaliação em vigor, no qual versarão os assuntos temáticos das respectivas actividades. Só têm acesso a Exame Final os alunos que não tenham integrado a avaliação contínua ou que tenham optado por este processo de avaliação, conforme as condições anteriormente apresentadas ou definidas em cada uma das actividades que constituem a unidade curricular.</p>					
Bibliografia principal	<ul style="list-style-type: none"> Aguilera, M. (2002) Orientación Avanzada para Alpinistas y Profesionales. Ediciones Desnivel. Madrid; Baltazar, J. 1999. "Acção de Formação de Orientação". Federação Portuguesa de Orientação; Carvalho, A. Melo (1985) Corrida de Orientação - Desporto e Aventura na Natureza. Revista Horizonte, 1 (5), Jan/Fev, pp. 152-155; FPO – Federação Portuguesa de Orientação. Documentos disponíveis em www.fpo.tp; Mendonça, C. (1987) Orientação - Desporto na Natureza. Col. Desporto e Sociedade, nº1, DGD, Lisboa; Prieto, S. (2006) Orientación Clásica. Ediciones Desnivel. Madrid.; Krauzer, S., <i>Kayaking. Whitewater and Touring Basics</i>, United States, W. W. Norton & Company, 1995. Gullion, L. <i>Canoeing</i>, Human Kinetics Publishers, USA 1994; Ford, K. <i>Kayaking</i>, Human Kinetics Publishers, USA; Rowe, R. (ed.). <i>Canoeing Handbook: the official handbook of the British Canoe Union</i>, British Library Cataloguing in Publication Data, 1997. Alonso, J. (1999) Manual de Cicloturismo. Ediciones Desnivel. Madrid; Alpiarça, M. (2002) A bicicleta-todo-o-terreno. Livros Horizonte; Ballantine, R. & Grant, R. (1998) Manual de Manutenção de Bicicletas. Livros & Livros; Bueno, P.; Hepp, T. (1997) La Escalada Deportiva, un libro didáctico de teoria y práctica. Editorial Paidotribo, Barcelona; Hoffman, M. (1993) Manual de Escalada. Desnivel; 3ª Edição; Strobl, T. & Zeller, M. (1997) Freeclimbing – A Complete Guide to Rock Climbing. Ed. Ward Lock.; Abbott, Rick & Baker, Mike (1980). "Aprenda Surf", 2ª Edição (1989), Tempos Livres – Editorial Presença Manual do Curso de Treinadores de Surf e Bodyboard – Nível 1, Federação Portuguesa de Surf 					