

FICHA DE UNIDADE CURRICULAR

Curso:	Licenciatura em Desporto de Natureza e Turismo Activo					
Unidade Curricular:	Sistemática do Desporto III					
Módulo (se aplicável):	Módulo 1: Tiro com Arco Módulo 2: Paintball Módulo 3: Canoagem					
2.º ANO	1.º semestre		ECTS:5			
Horas de contacto:	T:	TP:45	PL:	OT:	TC:	S:
Regente (categoria, grau académico, nome, e-mail):	Professor-Adjunto Mestre Vitor Milheiro ( <a href="mailto:vmilheiro@esdrm.pt">vmilheiro@esdrm.pt</a> )					
Docentes (categoria, grau académico, nome, e-mail):	Equiparado Assistente do 1º Triénio Lic. Carina Sebastião ( <a href="mailto:csebastiao@esdrm.pt">csebastiao@esdrm.pt</a> ) Eduiparado a Professor Adjunto Mestre Henrique Frazão ( <a href="mailto:frazão@esdrm.pt">frazão@esdrm.pt</a> )					
Objectivos:	Proporcionar aos alunos deste curso vivências com outras modalidades, que tanto têm evoluído na nossa sociedade e que deverão fazer parte do currículo de um licenciado em Desporto de Natureza, possibilitando o aumento das suas opções de intervenção na orientação multilateral da formação desportiva.					
Conteúdos:	<p><b>Tiro com Arco:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>História do Tiro com Arco;</li> <li>Disciplinas do Tiro com Arco;</li> <li>Tipos de Materiais e Equipamentos;</li> <li>Análise dos diferentes aspectos do Tiro com Arco.</li> </ol> <p><b>Paintball:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>História do Paintball;</li> <li>Tipos de Materiais e Equipamentos;</li> <li>Análise dos diferentes aspectos do Paintball;</li> <li>Segurança nas Actividades de Paintball.</li> </ol> <p><b>Canoagem</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>As características dos materiais e equipamentos</li> <li>As características dos locais de prática</li> <li>Apoios, esquimotagem, auto-resgate, reboques, resgate</li> <li>Conduta do Técnico e Gestão de tempo</li> </ol>					
Avaliação:	<p>Contínua:</p> <p>O processo de avaliação contínua centra-se na observação feita pelo docente do respectivo bloco, da intervenção diária do aluno, analisando-o segundo três parâmetros:</p> <p><b>Domínio Motor (40%)</b> - Qualidade da participação nas tarefas propostas no decurso do processo de ensino-aprendizagem.</p> <p><b>Domínio Cognitivo (30%)</b> - Conhecimentos teórico-práticos adquiridos. Poderão ser realizadas frequências, fichas ou trabalhos escritos com objectivo avaliativo durante este processo.</p> <p><b>Domínio Sócio-Afectivo (30%)</b> - Assiduidade e empenho nas actividades propostas e relacionamento inter-grupo. Para que o aluno seja aprovado, terá obrigatoriamente de obter uma classificação igual ou superior a 9,5 valores em cada um dos domínios anteriormente apresentados.</p> <p>Final:</p> <p>A avaliação realiza-se segundo o modelo de avaliação contínua, os alunos que não tenham êxito num ou mais blocos de modalidade desportiva durante o processo de avaliação contínua, poderão efectuar exame de recurso do(s) bloco(s), estando dependentes do êxito obtido no(s) referido(s) exame(s).</p>					
Bibliografia principal:	<p>Federação Portuguesa de Tiro Com Arco (2004). <i>Manual de Organização de Provas</i>. FPTA. Lisboa.</p> <p>Comité de Entrenadores FITA. (2004). <i>Manual de Entrenadores - Nivel de Iniciación</i>. Version Fevereiro 2004. FITA.</p> <p>González, T. (s/d). <i>Iniciación al Tiro con Arco. Puesta a Punto y Técnica de Tiro</i>. FITA.</p> <p>Lopes, D. (2006). <i>Análise do Movimento do Tiro com Arco: Uma Breve Descrição Cinemática</i>. Instituto Superior Técnico. Lisboa</p> <p>Starmac, C. (s/d). <i>Manual de Paintball</i>. Darkchino.</p> <p>Liga Portuguesa de Paintball - <a href="http://www.lppaintball.org/">www.lppaintball.org/</a></p> <p>Associação Inglesa de Paintball - <a href="http://new.ukpba.org.uk/">http://new.ukpba.org.uk/</a></p> <p>Jackson, E. (1999) <i>Whitewater Paddling, Strokes &amp; Concepts</i>, Mechanicsburg, Stackpole Book</p> <p>Rowe, R. (1997). <i>Canoeing Handbook: the official handbook of the British Canoe Union</i>, Great Britian,</p> <p>Walbridge, C. (1995). <i>Whitewater Rescue Manual, New Techniques For Canoeists, Kayakers and Rafters</i>, Maine, Ragged M. Press.</p>					