
CURSOS PROFISSIONAIS

Curso Profissional Técnico de Desporto

ANO LETIVO 2023/2024

Planificação anual da disciplina de Teoria do Desporto – 12.º J

Professor: Vítor Rito

1 – Estrutura e finalidades da disciplina

A disciplina de Teoria do Desporto integra-se no conjunto de disciplinas que compõem a componente de Formação Tecnológica do Curso Profissional Técnico de Desporto. A disciplina integra os três anos do ciclo de formação e tem a carga horária de 225 minutos semanais (2 blocos + 1 tempo) neste terceiro ano. Os conteúdos organizam-se em módulos independentes. O elenco modular de cada ano respeita as orientações do referencial de formação em vigor, da ANQEP (componente de formação tecnológica) e a distribuição da carga horária por cada ano/ módulo (composição curricular) foi definida em grupo de recrutamento.

2 - Planificação

O referencial de formação poderá ser consultado na Formação Tecnológica do Curso Profissional Técnico de Desporto, do item programas no sítio da Agência Nacional para a Qualificação e o Ensino Profissional - <http://www.angep.gov.pt/>. Está previsto, ao longo do 1º período e caso as turmas necessitam, fazer a recuperação e consolidação das aprendizagens em relação ao ano lectivo anterior.

Período	Tópicos Programáticos	N.º de tempos	
<p>1.º P De 18/9 a 15/12</p> <p>5 t x 13 sem = 65 t</p> <p>Previstos 65 tempos de 45 min</p>	<p>UFCD: 9437 - O corpo humano – nutrição e doping</p> <p>Funcionamento do corpo humano:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Aparelho cardiorrespiratório - Aparelho locomotor - Sistema de regulação; <p>Noção de adaptação fisiológica:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Relação estímulo-adaptação - Analogia entre estímulo e carga de treino - A carga de treino como um estímulo fisiológico - Adaptação aguda e adaptação crónica <p>Bioenergética muscular:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Transformação de energia química em mecânica - Importância dos processos de produção de energia nos diferentes tipos de esforço desportivo. <p>Nutrição:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Metabolismo energético - Carburantes utilizados na atividade desportiva Reservas de glicogénio muscular e hepático - Vitaminas e minerais - Hidratação <p>Fundamentos da luta contra a dopagem:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Objetivos da luta contra a dopagem - Controlos de dopagem - Educação e informação 	<p>50 h (67 tempos)</p>	
	<p>Avaliação formativa/sumativa: Fichas de observação/registo</p>		<p>15 t</p>
	<p>Auto/heteroavaliação</p>		<p>1 t</p>
	<p>UFCD: 4289 - O jogo</p> <ul style="list-style-type: none"> - Conceito de jogo - Tipos de jogos (regras, simbólicos, sensóriomotores, tradicionais) - A história e a evolução dos jogos - Jogos tradicionais portugueses 		<p>25 h (33 tempos)</p>

<p>2.º P De 03/01 a 22/03</p> <p>5 t x 11 sem = 55 t</p> <p>Previstos 55 tempos de 45 min</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Objectivos e finalidades dos jogos - As idades em que cada tipo de jogo pode ser aplicado - Planeamento e construção de jogos. 	
	<p>Avaliação formativa/sumativa:</p> <p>Fichas de observação/registo</p>	3 t
	<p>Auto/heteroavaliação</p>	1 t
	<p>UFCD: 7250 - Ética e deontologia no desporto</p> <p>Princípios fundamentais da ética</p> <p>Ética, doutrina, deontologia e moral:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Valores fundamentais de um código de ética - Ética e liberdade: responsabilidade e intencionalidade <p>Códigos de ética e padrões deontológicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Códigos de ética pessoal e de deontologia profissional (dos “costumes” ao conjunto de deveres) - Papel das normas de conduta profissional na definição da deontologia de uma profissão <p>Ética e desenvolvimento institucional:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Relação entre a ética individual e os padrões de ética institucional - Conceitos chave: igualdade, diferença, organização comunitária. - Papel dos princípios éticos e deontológicos institucionais na mediação de conflitos colectivo <p>Comunidade global:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Globalização e as novas dimensões de atitudes: local, nacional, transnacional e global - Conceitos chave: nexo local/global, globalização. - Internacionalização, transnacionalidade e os problemas éticos colocados pela globalização - Ambivalências do processo de globalização - <li style="padding-left: 20px;">Abertura de mercados: ética na competitividade - <li style="padding-left: 20px;">Esbatimento de fronteiras: ética para a igualdade/inclusão <p>A construção de uma cidadania mundial inclusiva:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Importância da criação de plataformas de convergência e desenvolvimento, com vista a uma integração económica mundial 	<p>25h (33 tempos)</p>

<p>3.º P De 8/04 a 4/06</p> <p>5 t x 9 sem = 45 t</p> <p>Previstos 45 tempos de 45 min</p> <p>Terminus previsto para final de abril</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Dimensão ética do combate às desigualdades económico-sociais, no âmbito da globalização <p>Exigências em relação à organização, em termos de:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Participação nos objetivos da organização - Promoção do desenvolvimento da imagem da organização - Uso correto de materiais e equipamentos - Sigilo profissional <p>A ética no desporto:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Considerações gerais e princípios organizadores da ética no desporto - O código de ética desportiva - Ética na gestão do desporto e especificidades da gestão do desporto - Questões éticas na intervenção do técnico de apoio à gestão do desporto. 	
	<p>Avaliação formativa/sumativa: Fichas de observação/registo</p>	3 t
	<p>Auto/heteroavaliação</p>	1 t

Esta planificação foi aprovada pelo grupo de recrutamento a 6 de setembro de 2023.