



UNIVERSIDADE LUSÍADA
LISBOA

Programa da Unidade Curricular
ACTIVIDADES DESPORTIVAS

Ano Lectivo 2023/2024

1. Unidade Orgânica

Faculdade de Ciências da Economia e da Empresa

2. Curso

GESTÃO DAS ORGANIZAÇÕES DESPORTIVAS

3. Ciclo

1º

4. Unidade Curricular

ACTIVIDADES DESPORTIVAS (C1104)

5. Área Científica

6. Ano Curricular

1º

7. Tipo de Unidade Curricular / Semestre

1º Semestre



UNIVERSIDADE LUSÍADA
LISBOA

8. Tipo de aula e carga horária (tempo de trabalho)

Aulas Teóricas:	
Aulas Práticas:	
Aulas Teórico-Práticas:	30,00
Orientação Tutorial:	20,00

9. Créditos ECTS

6,00

10. Coordenador da Área Científica

11. Regente

Prof. Doutora TATIANA BALTAZAR FAZENDA

12. Assistentes

13. Língua de Ensino

Português

14. Objetivos Gerais

Os objetivos gerais desta disciplina passam por dotar os alunos de competências técnico-científicas na área das atividades desportivas, capacitando-os para o desenvolvimento de programas de atividades físicas quer para promoção da saúde em populações, quer na vertente do rendimento desportivo. Pretende-se implementar uma aprendizagem contínua, baseada não só no conhecimento científico, mas complementada com o estudo de casos práticos existentes, dotando os alunos de capacidades para a integração

15. Objetivos Específicos

Conhecer as diferentes modalidades e atividades desportivas e os seus principais intervenientes, quer no âmbito do lazer quer no âmbito da alta competição, bem como, capacitar os alunos para a promoção e desenvolvimento de programas de treino e atividade física para os diversos segmentos da população.

16. Competências a adquirir

Pretende-se que no final do 1º semestre o aluno esteja capacitado para a análise, gestão e organização eficaz dos fundamentos das atividades desportivas como atividade de lazer ou competição.

17. Metodologia de Ensino

Articulação entre a metodologia tradicional e construtivista focado na transmissão e construção de conhecimento. Serão utilizados estudos de caso, reflexão sobre artigos científicos, aplicações práticas e aplicações pedagógicas.



UNIVERSIDADE LUSÍADA
LISBOA

18. Conteúdos Programáticos

- 1.Introdução aos conceitos base das atividades físicas e atividades desportivas;
- 2.Bem-estar e atividade física;
- 3.Conceito de Desporto;
- 4.Atividades Desportivas e o seu enquadramento e impacto na sociedade;
- 5.Perspetiva histórica do desenvolvimento das Atividades Desportivas ;
- 6.Modalidades desportivas;
- 7.Níveis desportivos e competitivos - Atividades desportivas de lazer vs Competição;
- 8.Os intervenientes nas atividades desportivas;
- 9.Promoção/divulgação/desenvolvimento de atividades desportivas;
- 10.Conceptualização do treino;
- 11.Conceptualização do rendimento desportivo;
- 12.Os valores e a ética no contexto desportivo;

19. Métodos de Avaliação

Elementos Fundamentais de Avaliação:

- Trabalho em grupo
- testes intercalares

Elementos coadjuvantes à avaliação continua

- Pequenos trabalhos individuais e em grupo realizados na aula
- Observação dos seguintes indicadores de comportamento:
 - a)Participação e adesão
 - b)Assiduidade e pontualidade
 - c)Cooperação e interação com os colegas e professor
 - d)Iniciativa para a investigação
 - e)Motivação para a autodescoberta

20. Recursos Didáticos

Videoprojetor multimédia; PC com software ambiente office; Cópias de exercícios e de estudos de caso; filmes e material multimédia.

21. Objetivos de Sustentabilidade



UNIVERSIDADE LUSÍADA
LISBOA

1. Saúde de qualidade;
2. Educação de qualidade;
3. Parcerias para a implementação dos objetivos;

22. Palavras Chave

Desporto

Modalidades desportivas

Intervenientes no desporto

Rendimento



UNIVERSIDADE LUSÍADA
LISBOA

23. Bibliografia Principal

Autor(es): Teixeira, M.
Título: Fundamentos do treinamento desportivo
Edição: Ano: 2017
Local:
Editora: Londrina: Editora e Distribuidora Educacional S.A.

Autor(es): Hodges, N. & Williams, M. (Editor)
Título: Skill Acquisition in Sport: Research, Theory and Practice
Edição: 3 Ano: 2019
Local: England
Editora: Routledge

Autor(es): Masteralexis, L., Barr, C. & Hums, M.
Título: Principles and Practice of Sport Management
Edição: 6 Ano: 2018
Local: Burlington
Editora: Jones & Bartlett Learning

24. Bibliografia Complementar

Autor(es): Kretchmar, R., Dyreson, M., Llewellyn, M. & Gleaves, J.
Título: History and Philosophy of Sport and Physical Activity
Edição: 1 Ano: 2017
Local: United States
Editora: Human Kinetics

Autor(es): Correia, A. & Biscaia, R. (Editores)
Título: Gestão do Desporto: Compreender para Gerir
Edição: 1 Ano: 2019
Local: Lisboa
Editora: Faculdade de Motricidade Humana



UNIVERSIDADE LUSÍADA
LISBOA

Ficha técnica MIP / MIP Datasheet	
Título / Title	Programa da unidade curricular 'ACTIVIDADES DESPORTIVAS': Ano Lectivo 2023/2024
Autor / Author	Prof. Doutora TATIANA BALTAZAR FAZENDA
Classificação / Classification	-
Descritores / Descriptors	-
Colaborador(es) / Colaborator(s)	-
Data Hora / Date Time	14-09-2023 00:12:00
Formato de dados / Data Format	Texto / Text, PDF
Estatuto de utilização / Usage	Acesso público / Public Access
Relação / Relation	Versão 3,0
(c) Universidade Lusíada, 2024	