

---

**Ano Letivo** 2021-22

---

**Unidade Curricular** METODOLOGIA DOS DESPORTOS NÁUTICOS - METODOLOGIA DA CANOAGEM

---

**Cursos** DESPORTO (1.º ciclo) (\*)

(\*) Curso onde a unidade curricular é opcional

---

**Unidade Orgânica** Escola Superior de Educação e Comunicação

---

**Código da Unidade Curricular** 15381190

---

**Área Científica** CIÊNCIAS DO DESPORTO

---

**Sigla**

---

**Código CNAEF (3 dígitos)** 813

---

**Contributo para os Objetivos de  
Desenvolvimento Sustentável - 3,5,14  
ODS (Indicar até 3 objetivos)**

---

**Línguas de Aprendizagem**

Português - PT

---

**Modalidade de ensino**

Presencial e online

---

**Docente Responsável**

Elsa Cristina Sacramento Pereira

---

DOCENTE	TIPO DE AULA	TURMAS	TOTAL HORAS DE CONTACTO (*)
---------	--------------	--------	-----------------------------

\* Para turmas lecionadas conjuntamente, apenas é contabilizada a carga horária de uma delas.

---

ANO	PERÍODO DE FUNCIONAMENTO*	HORAS DE CONTACTO	HORAS TOTAIS DE TRABALHO	ECTS
2º	S1	10TP; 50PL	168	6

\* A-Anual;S-Semestral;Q-Quadrimestral;T-Trimestral

---

**Precedências**

Sem precedências

### **Conhecimentos Prévios recomendados**

Natação, Desportos náuticos

---

### **Objetivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências)**

- Proporcionar as vivências necessárias que permitam a execução, a compreensão e a consolidação: elementos técnicos e táticos fundamentais; normas e regulamentos e; terminologia / nomenclatura específica da canoagem.
  - Desenvolver as competências de análise dos principais gestos técnicos (caracterização e definição das componentes críticas de ensino), de Estruturação e Organização de situações de aprendizagem (princípios gerais de organização das progressões pedagógicas, critérios de seleção dos exercícios e de organização da sessão), de Diagnóstico e Prescrição (estudo dos erros de execução mais comuns, suas causas e estratégias de correção).
  - Desenvolver competências na organização processos de ensino da canoagem, bem como a sua utilização como meio de valorização das atividades físicas.
- Desenvolver a capacidade de trabalho cooperativo e troca de conhecimentos entre alunos.
- 

### **Conteúdos programáticos**

A preparação do processo de ensino-aprendizagem: Grau de dificuldade das águas / Planos de água / Contexto de prática: Adequação dos materiais, segmento alvo. 2.O ensino: Técnicas de remada em caiaque, canoa e caiaque de mar. Observação e análise dos erros mais comuns, Técnicas de navegação em diferentes contextos, constrangimentos.3. Planeamento e implementação de sessões de ensino-aprendizagem.Abordagens ao ensino: Métodos de ensino baseados na ação e método baseado na manipulação de constrangimentos. O processo de treino: Progressões pedagógicas das diferentes especialidades competitivas. Organização de unidades de treino.

---

### Metodologias de ensino (avaliação incluída)

Exposição teórico-prática suportada por elementos multimédia

- Aplicação prática de situações de ensino/aprendizagem
- Trabalho individual e em grupo
- Desenvolvimento e discussão de situações de ensino/aprendizagem

Avaliação:

- **Portfólio: Fichas de observação; Planos de sessão; Reflexão sobre as sessões; Análise de documentos técnicos/científicos - 35%% (par) + apresentação portfólio (5%)**
- Intervenção Pedagógica - 30% (individual)
- Desempenho prático e participação nas aulas - 30% (individual)

Serão admitidos a exame os alunos que não realizarem todas as tarefas de avaliação propostas ou que obtiverem uma nota inferior a 9,5 no conjunto dos parâmetros avaliados. O exame será composto por uma parte teórica-prática.

Estudantes trabalhadores - Trabalho individual:

- elaborar uma sequência de ensino da canoagem devidamente fundamentada (5 sessões)- 50%.
- operacionalização de uma sessão de ensino/aprendizagem na canoagem - 50%.

---

### Bibliografia principal

- Kirk, D., & MacPhail, P. (2002). Teaching games for understanding and situated learning: Rethinking the Bunker-Thorp model. *Journal of Teaching in Physical Education* 21 , 177-192.
- Federação Portuguesa de Canoagem (2008). Metodologia do treino da canoagem. Porto:FPC.
- FPC.FPC (2014). Federação Portuguesa de Canoagem. <http://www.fpcanoagem.pt>
- Jiménez, A., & Rodríguez, J. (2005). Piraguismo recreativo. Sevilha: Editorial Wanceulen Editorial Deportiva.
- Matos, B. (2009). The kayaking handbook: a beginner´s guide. UK: Apple Press.
- Seifert, L.; Button, C.; Davids, K. (2013). Key Properties of Expert Movement Systems in Sport An Ecological Dynamics Perspective. *SportsMed* , (43), 167-178.
- Silva,N., & Almeida, M. (2000). Estudos práticos I. Bloco canoagem. Coimbra:UC-FCDEF.

---

**Academic Year** 2021-22

---

**Course unit** NAUTICAL SPORTS METHODOLOGY - CANOEING METHODOLOGY

---

**Courses** SPORTS (\*)

(\* Optional course unit for this course)

---

**Faculty / School** SCHOOL OF EDUCATION AND COMMUNICATION

---

**Main Scientific Area**

---

**Acronym**

---

**CNAEF code (3 digits)** 813

---

**Contribution to Sustainable Development Goals - SGD (Designate up to 3 objectives)** 3,5,14

---

**Language of instruction** portuguese

---

**Teaching/Learning modality** presencial and online

**Coordinating teacher** Elsa Cristina Sacramento Pereira

Teaching staff	Type	Classes	Hours (*)
----------------	------	---------	-----------

\* For classes taught jointly, it is only accounted the workload of one.

Contact hours	T	TP	PL	TC	S	E	OT	O	Total
	0	10	50	0	0	0	0	0	168

T - Theoretical; TP - Theoretical and practical ; PL - Practical and laboratorial; TC - Field Work; S - Seminar; E - Training; OT - Tutorial; O - Other

**Pre-requisites**

no pre-requisites

**Prior knowledge and skills**

swimming, water sports.

**The students intended learning outcomes (knowledge, skills and competences)**

To improve technical knowledge of canoeing and to develop skills of professional intervention at the level of the organization and framework of this sport. To develop the analysis of the main skills and technical gestures and the diagnosis and prescription of basic techniques (the study of the most common performance errors, their causes and correction strategies). To develop competences in analysis of the characteristics of the context and their implications for the practice of water sports. To develop the ability to plan specific and sequential sessions. To apply the theoretical contents covered to improve the performance of the practitioners.

## Syllabus

Canoeing process planning: contexts of practice, equipment, targets 2. Teaching-learning process - How to teach the different techniques: the learning design of the exercises, the most common performance errors, their causes and correction strategies. 3. Planning and management of activities: recreation, competition. Teaching Approaches: The action methods, Constraints-Led Approach.

---

### Teaching methodologies (including evaluation)

Method of active teaching/learning, giving students practical experiences and the opportunity to reflect and analyse what to teach, how, and why. Individual and group works.

Assessment:

-Portfolio: observation checklist, session plans, learning session reflexion, technic and scientific documental analysis, final reflexion (35% ) + presentation (5%) - in pairs work

- learning session orientation (30% - individual work)

- Participation class (30% - individual work)

Students with WORKING STUDENT status:

- planning a set of canoeing learning sessions (50% - individual work)

- learning session orientation in canoeing (50% - individual work)

---

### Main Bibliography

Kirk, D., & MacPhail, P. (2002). Teaching games for understanding and situated learning: Rethinking the Bunker-Thorp model. *Journal of Teaching in Physical Education* 21 , 177-192.

Federação Portuguesa de Canoagem (2008). *Metodologia do treino da canoagem*. Porto:FPC.

FPC.FPC (2014). *Federação Portuguesa de Canoagem*. <http://www.fpcanoagem.pt>

Jiménez, A., & Rodríguez, J. (2005). *Piraguismo recreativo*. Sevilla: Editorial Wanceulen Editorial Deportiva.

Matos, B. (2009). *The kayaking handbook: a beginner's guide*. UK: Apple Press.

Seifert, L.; Button, C.; Davids, K. (2013). Key Properties of Expert Movement Systems in Sport An Ecological Dynamics Perspective. *SportsMed* , (43), 167-178.

Silva,N., & Almeida, M. (2000). *Estudos práticos I. Bloco canoagem*. Coimbra:UC-FCDEF.