
Ano Letivo 2020-21

Unidade Curricular METODOLOGIA DAS ATIVIDADES DESPORTIVAS - METODOLOGIA DO FUTEBOL

Cursos DESPORTO (1.º ciclo) (*)

(*) Curso onde a unidade curricular é opcional

Unidade Orgânica Escola Superior de Educação e Comunicação

Código da Unidade Curricular 15381192

Área Científica CIÊNCIAS DO DESPORTO

Sigla

Línguas de Aprendizagem Português PT

Modalidade de ensino Presencial.

Docente Responsável «INFORMAÇÃO NÃO DISPONÍVEL»

DOCENTE	TIPO DE AULA	TURMAS	TOTAL HORAS DE CONTACTO (*)
André Amaral Ferin	PL; TP	TP1; PL1	10TP; 50PL

* 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	A	10TP; 50PL	168	6

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

Precedências

Sem precedências

Conhecimentos Prévios recomendados

Conhecimentos básicos de Fisiologia do Esforço, Pedagogia do Desporto, Psicologia do Desporto e das Atividades Físicas, Teoria Geral do Treino Desportivo, Metodologia do Treino Desportivo e Atividades Físicas e Desportivas.

Objetivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências)

1. Definir conceptualmente os diferentes fatores de desempenho desportivo;
2. Dominar através da experimentação os meios e as componentes estruturais da carga referentes aos diferentes métodos de treino da modalidade;
3. Experimentar os principais testes de avaliação das capacidades motoras associadas às modalidades;
4. Conhecer conceptualmente os diferentes modelos de periodização do Treino Desportivo;
5. Desenvolver estratégias de pesquisa conducentes à caracterização e compreensão das situações que constituem o quadro de intervenção profissional e à capacidade de produção de novos conhecimentos.
6. Desenvolver a capacidade de trabalho cooperativo e troca de conhecimentos entre alunos.
7. Desenvolver a capacidade de realizar trabalhos práticos de aplicação dos conteúdos abordados.

Conteúdos programáticos

A lógica interna do jogo de Futebol: As fases do jogo; Os princípios gerais e específicos.

O treinador de futebol: Funções; Atributos; Estilos de liderança; Competências.

O exercício do treino de futebol.

A estrutura do processo de treino de futebol.

Periodização do treino de futebol.

Planeamento do treino de futebol

O controlo do treino de futebol.

Fatores do treino de futebol

O Modelo de Jogo.

Metodologias de ensino (avaliação incluída)

Sessões teórico-práticas suportadas por elementos convencionais e multimédia; Sessões teórico-práticas de aplicação dos conteúdos lecionados; Trabalho de grupo sobre aspetos teóricos que fundamentam a prática e estratégias de intervenção prática; Desenvolvimento e discussão em grupo, através do método de descoberta guiada, de situações de aplicação prática dos conteúdos.

Teste escrito (20%); Trabalho de grupo (20%); Participação (20%); Planificação e a implementação de uma sessão de ensino/aprendizagem teórica e outra prática (20% + 20%).

Bibliografia principal

Bansbo, Jens (2007). O treino aeróbio e anaeróbio no futebol. Funchal: Sports Science.

Castelo, J., Barreto, H., Alves, F., Santos, P., Carvalho, J., Vieira, J. (2000). Metodologia do treino desportivo. Lisboa: Faculdade de Motricidade Humana.

Castelo, J., (2009). Futebol. Organização, dinâmica do jogo (3ª ed). Lisboa. Edições universitárias Lusófonas. Silva, Marisa (2008). O desenvolvimento do jogar segundo a periodização tática. Pontevedra: MCSports.

Academic Year 2020-21

Course unit SPORTS ACTIVITIES METHODOLOGY - FOOTBALL METHODOLOGY

Courses SPORTS (*)

(*) Optional course unit for this course

Faculty / School SCHOOL OF EDUCATION AND COMMUNICATION

Main Scientific Area

Acronym

Language of instruction Portuguese-PT

Teaching/Learning modality Face to face/In class.

Coordinating teacher «INFORMAÇÃO NÃO DISPONIVEL»

Teaching staff	Type	Classes	Hours (*)
André Amaral Ferin	PL; TP	TP1; PL1	10TP; 50PL

* 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

Basic knowledge in sports physiology, sports pedagogy, sports psychology, sports training theory, sports training methodology and physical and sport activities.

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

To apply the principles of planning, organization, management and evaluation of the training process of soccer, at the sport specialization level; to mastery the models of sports training process; to understand the importance of the different training factors in the performance of teams and athletes. To identify the muscles involved in dynamics and to develop competences for this specific muscular training. To acquire the main competences to manage athletes in competition. To develop the ability to cooperate and share knowledge.

Syllabus

Internal logic of the game: Phases; General and specific principles;

The Soccer coach: functions; attributes; leadership styles; competencies;

The exercise in soccer training; 4.The structure of the soccer training;

Periodization;

Planning the soccer training;

Control Soccer training;

Components (physical, technique and tactic) of soccer training;

Game Model.

Teaching methodologies (including evaluation)

Theoretical-practices classes with multimedia displays, active method of teaching/learning to apply the theoretical knowledge, working group to improve the reflexion of practical intervention, practical experiences in order to give to the students the opportunity to reflect and analyze what to plan, how, and why.

Written Test (20%); Team Work (20%); Participation (20%); Planning and implementation of a theoretic session and another pratic session (20% + 20%).

Main Bibliography

Bansbo, J. (2007). O treino aeróbio e anaeróbio no futebol. Funchal: Sports Science.

Castelo, J., Barreto, H., Alves, F., Santos, P., Carvalho, J., & Vieira, J. (2000). Metodologia do treino desportivo. Lisboa: Faculdade de Motricidade Humana.

Castelo, J., (2009). Futebol. Organização, dinâmica do jogo (3ª ed). Lisboa: Edições universitárias Lusófonas. Silva, M. (2008). O desenvolvimento do jogar segundo a periodização tática. Pontevedra: MCSports.