

---

**Ano Letivo** 2022-23

---

**Unidade Curricular** CONTEXTOS PROFISSIONAIS I: NÁUTICOS, TERRESTRES E ANIMAÇÃO

---

**Cursos** DESPORTO DE RECREAÇÃO (2.º Ciclo)

---

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

---

**Código da Unidade Curricular** 19091003

---

**Área Científica** DESPORTO

---

**Sigla**

---

**Código CNAEF (3 dígitos)** 813

---

**Contributo para os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável - ODS (Indicar até 3 objetivos)** 3,8 e 15

---

**Línguas de Aprendizagem** Português

**Modalidade de ensino**

Presencial e online.

**Docente Responsável**

Paulo Filipe da Rosa

DOCENTE	TIPO DE AULA	TURMAS	TOTAL HORAS DE CONTACTO (*)
Elsa Cristina Sacramento Pereira	PL; TP	TP1; PL1	3TP; 13PL
Paulo Filipe da Rosa	OT; PL; TP	TP1; PL1; OT1	3TP; 12PL; 2OT
Luis Alberto Dias Carvalhinho	PL; TP	TP1; PL1	3TP; 13PL

\* 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
1º	S1	9TP; 38PL; 2OT	196	7

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

**Precedências**

Sem precedências

**Conhecimentos Prévios recomendados**

Não aplicável.

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

Desenvolver competências técnicas no contexto recreativo  
 Desenvolver competências de organização e monitorização de atividades  
 Desenvolver competências pessoais e atitude profissional em diversos contextos de prática  
 Conhecimento das normas e utilização de procedimentos de segurança.

### Conteúdos programáticos

Caraterização e contextualização do desporto de recreação Técnicas e procedimentos elementares em desportos de recreação  
Planeamento operacional e organização de atividades Monitorização de desportos de recreação Liderança e comunicação Ética e  
deontologia profissional no desporto de recreação Normas de segurança em desporto de recreação Procedimentos essenciais de  
segurança.

---

### Metodologias de ensino (avaliação incluída)

Avaliação contínua: Intervenção Prática: 75% (Contexto Náutico = 25%; Contexto Terrestre = 25%; Contexto Animação = 25%); Portfólio individual: 25%. A aprovação final na UC implica obter o mínimo de 10 valores em cada um dos parâmetros e contextos de prática referidos.

Esta UC não permite ser realizada em regime de exame final (apenas em regime de avaliação contínua).

---

### Bibliografia principal

Lança, R. (2009). Animação Desportiva e Tempos Livres. Perspectivas de Organização. Lisboa: Texto Editores. Matos, B. (2009). The kayaking handbook: a beginner's guide. UK: Apple Press. Serrano, D. (2006) Orientación Deportiva. Madrid: Ediciones Desnivel. Sidwells, C. (2003). Manual Completo de Bicicletas e Ciclismo - Complete Bike Book. Porto: Editora Civilização. Torbidoni, E. (2010). Managing for Recreational Experience Opportunities: The Case of Hikers in Protected Areas in Catalonia, Spain. Journal of Environmental Management, 47(1), 482-496. doi: DOI 10.1007/s00267-010-9606-z.

---

**Academic Year** 2022-23

---

**Course unit** PROFESSIONAL CONTEXTS I: NAUTICAL, LAND AND ANIMATION

---

**Courses** RECREATION SPORTS  
Common Branch

---

**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)** 3,8,15

---

**Language of instruction** Portuguese.

---

**Teaching/Learning modality** Presencial and online.

**Coordinating teacher** Paulo Filipe da Rosa

Teaching staff	Type	Classes	Hours (*)
Elsa Cristina Sacramento Pereira	PL; TP	TP1; PL1	3TP; 13PL
Paulo Filipe da Rosa	OT; PL; TP	TP1; PL1; OT1	3TP; 12PL; 2OT
Luis Alberto Dias Carvalhinho	PL; TP	TP1; PL1	3TP; 13PL

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

**Contact hours**

T	TP	PL	TC	S	E	OT	O	Total
0	9	38	0	0	0	2	0	196

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**

Not applicable.

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

- To develop technical skills in the recreational context
- To develop management skills and organization of activities
- To develop personal skills and professional attitudes in various practice contexts
- To develop knowledge of standards and use of security procedures

**Syllabus**

Characterization and contextualization of sport recreation Basic techniques and procedures in recreational sports Operational planning and organization of activities Recreation sports monitoring Leadership and communication Ethical and professional deontology in sport recreation Safety rules in recreational sports Essential safety procedures.

### Teaching methodologies (including evaluation)

Continuous assessment: Practical Intervention: 75% (Nautical Context = 25%; Terrestrial Context = 25%; Animation Context = 25%); Individual portfolio: 25%. Final approval in the discipline implies obtaining a minimum of 10 values in each of the parameters and contexts of practice mentioned.  
This discipline cannot be taken under the final exam regime (only under continuous assessment).

---

### Main Bibliography

Lança, R. (2009). Animação Desportiva e Tempos Livres. Perspectivas de Organização. Lisboa: Texto Editores. Matos, B. (2009). The kayaking handbook: a beginner's guide. UK: Apple Press. Serrano, D. (2006) Orientación Deportiva. Madrid: Ediciones Desnivel. Sidwells, C. (2003). Manual Completo de Bicicletas e Ciclismo - Complete Bike Book. Porto: Editora Civilização. Torbidoni, E. (2010). Managing for Recreational Experience Opportunities: The Case of Hikers in Protected Areas in Catalonia, Spain. Journal of Environmental Management, 47(1), 482-496. doi: DOI 10.1007/s00267-010-9606-z