

Ficha de unidade curricular do Doutoramento em Motricidade Humana

1. Designação da Unidade Curricular

Estudos avançados em Treino Desportivo I

2. Docente responsável (preencher o nome completo)

Duarte Fernando da Rosa Belo Patronilho de Araújo

3. Carga lectiva na unidade curricular do docente responsável

| Teóricas T | Teórico-práticas TP | Prático-laboratoriais PL | Trabalho de campo TC | Seminário S | Estágio E | Orientação Tutorial OT | Outra O |
|---------------|------------------------|-----------------------------|-------------------------|----------------|--------------|---------------------------|------------|
| 0 | 5 | 0 | 0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 |

4. Outros docentes e respectivas cargas lectivas na unidade curricular

António Paulo Ferreira

| Teóricas T | Teórico-práticas TP | Prático-laboratoriais PL | Trabalho de campo TC | Seminário S | Estágio E | Orientação Tutorial OT | Outra O |
|---------------|------------------------|-----------------------------|-------------------------|----------------|--------------|---------------------------|------------|
| 0.0 | 2,5 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 |

Anna Volossovitch

| Teóricas T | Teórico-práticas TP | Prático-laboratoriais PL | Trabalho de campo TC | Seminário S | Estágio E | Orientação Tutorial OT | Outra O |
|---------------|------------------------|-----------------------------|-------------------------|----------------|--------------|---------------------------|------------|
| 0.0 | 2,5 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 |

5. Objectivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes)

- Aquisição de conhecimentos sobre os fundamentos teóricos do treino e da performance;
- Aquisição de competências científicas, técnicas e deontológicas para o estudo, a discussão e a análise da literatura científica sobre o desempenho desportivo.
- Desenvolvimento de competências de colocação de questões investigáveis sobre o desempenho desportivo.

6. Conteúdos programáticos:

1. Fundamentos do estudo do treino desportivo.
 - 1.1. Definições de treino, periodização e planeamento
 - 1.2. Antecedentes do treino
 - 1.3. A estrutura e organização das tarefas de treino
 - 1.4. Evidências científicas para os métodos e estratégias de treino
2. Teorias da performance desportiva.
 - 2.1. Modelo da performance humana e derivados
 - 2.2. Teoria genómica da performance de elite
 - 2.3. Teoria da dinâmica ecológica da performance
 - 2.4. Teorias da performance colectiva
3. Concepção e caracterização da competição desportiva
 - 3.1. Perspectiva estática centrada no processo da competição e no resultado da competição
 - 3.2. Perspectiva evolutiva
 - 3.3. Perspetiva dinâmica
 - 3.4. Perspectiva da complexidade auto-organizada
 - 3.5. . Perspectiva preditiva
4. Características da performance comuns a diferentes níveis de perícia
 - 4.1. Afição perceptiva e antecipação
 - 4.2. O ciclo intenção-percepção-acção
 - 4.3. Cognição e tomada de decisão
 - 4.3. Regulação da ação
 - 4.4. Contextos de performance
5. Coordenação atleta-ambiente.
 - 5.1. Características dos atletas peritos
 - 5.2. Características dos contextos com efeitos na performance
 - 5.3. A ligação epistémica entre atleta e contexto

5.4. A performance vista à escala do sistema atleta-ambiente

7. Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objectivos da unidade curricular

Os conteúdos programáticos percorrem temas atuais no âmbito investigação em treino desportivo com ênfase na análise da performance no sentido de dotar os estudantes de ferramentas conceptuais que os auxiliam na compreensão e reflexão sobre os problemas correntes na investigação e sobre os resultados oriundos da investigação.

8. Metodologias de ensino (avaliação incluída)

Método expositivo e discussões temáticas com realização de trabalhos práticos pelos estudantes.
Presença em, pelo menos, 75% das aulas lecionadas. Apresentação de 1 trabalho monográfico ou exame escrito, exige-se uma nota mínima de 10.0 valores.

9. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objectivos de aprendizagem da unidade curricular

As metodologias de ensino desenvolvidas, particularmente ao nível dos métodos expositivos, permitem aos estudantes apreender os conhecimentos necessários para os explorarem extensivamente nos trabalhos a realizar bem como na sua apresentação, discussão e reflexão. As metodologias aplicadas conseguem, assim, de forma continuada, estabelecer a conexão entre a aquisição do conhecimento declarativo, onde os estudantes aprendem os principais conceitos afetos às temáticas consideradas, e o procedimental, através do qual se orientam os estudantes para a aplicação do mesmo, face a situações concretas na resolução de problemas. A reflexão é conseguida ao longo de todo o processo na medida em que, mesmo nas aulas onde se utiliza sobretudo o método expositivo, é sempre considerado um espaço de reflexão para os estudantes.

10. Bibliografia Principal

Baker, J & Farrow, D. (Eds.) (2015). *Routledge Handbook of Sport Expertise*. London, UK: Routledge.

Davids, K., Hristovski, R., Araújo, D., Balague, N., Button, C., & Passos, P. (Eds.). (2014). *Complex Systems in Sport*. London: Routledge.

McGarry, T., O'Donoghue, P., Sampaio, J., (Eds.). (2013). *Routledge Handbook of Sports Performance Analysis*. London, UK: Routledge

Volossovitch, A. & Ferreira, A. (Eds.) (2013). *Fundamentos e aplicações em análise do jogo*. Lisboa: FMH-Edições.

Sheet Curricular Unit

1. Curricular Unit Name

Advanced Studies in Sport Training 1

2. Teacher in charge (fill in full name)

Duarte Fernando da Rosa Belo Patronilho de Araújo

3. Teaching load in the curricular unit of the teacher in charge

| Theoretical T | Theoretical and practical TP | Practical-Lab PL | Field Work TC | Seminar S | Internship E | Tutorial OT | Other O |
|------------------|---------------------------------|---------------------|------------------|--------------|-----------------|----------------|------------|
| 0.0 | 6 | 0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 |

4. Other teachers and their teaching loads in the curricular unit

António Paulo Ferreira

| Theoretical T | Theoretical and practical TP | Practical-Lab PL | Field Work TC | Seminar S | Internship E | Tutorial OT | Other O |
|------------------|---------------------------------|---------------------|------------------|--------------|-----------------|----------------|------------|
| 0.0 | 0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 |

Anna Volossovitch

| Theoretical T | Theoretical and practical TP | Practical-Lab PL | Field Work TC | Seminar S | Internship E | Tutorial OT | Other O |
|------------------|---------------------------------|---------------------|------------------|--------------|-----------------|----------------|------------|
| 0.0 | 2 | 0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 |

Miguel Moreira

| Theoretical T | Theoretical and practical TP | Practical-Lab PL | Field Work TC | Seminar S | Internship E | Tutorial OT | Other O |
|------------------|---------------------------------|---------------------|------------------|--------------|-----------------|----------------|------------|
| 0.0 | 0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 |

Ricardo Duarte

| Theoretical T | Theoretical and practical TP | Practical-Lab PL | Field Work TC | Seminar S | Internship E | Tutorial OT | Other O |
|------------------|---------------------------------|---------------------|------------------|--------------|-----------------|----------------|------------|
| 0.0 | 2 | 0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 |

Fernando Gomes

| Theoretical T | Theoretical and practical TP | Practical-Lab PL | Field Work TC | Seminar S | Internship E | Tutorial OT | Other O |
|------------------|---------------------------------|---------------------|------------------|--------------|-----------------|----------------|------------|
| 0.0 | 0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 |

5. Learning objectives (knowledge, skills and competencies to be developed by students)

- Acquisition of knowledge about the theoretical foundations of training and performance;
- Acquisition of scientific, technical and ethical skills for studying, discussing and analyzing the scientific literature on sport performance.

- Acquisition of competencies related to present research questions about sport performance and how to test them.

6. Programme contents

1. Foundations of the study of sport training
 - 1.1. Definitions of training, periodization and planing.
 - 1.2. Training antecedents
 - 1.3. The structure and organization of training tasks
 - 1.4. Scientific evidences for training methods and strategies
2. Theories of sport performance
 - 2.1. Modelo da performance humana e derivados
 - 2.2. Teoria genómica da performance de elite
 - 2.3. Teoria da dinâmica ecológica da performance
 - 2.4. Teorias da performance colectiva
3. Theoretical frameworks for sport competition
 - 3.1. Stactic perspective centred in the process and in the resultado of the competition
 - 3.2. Evolutive perspective
 - 3.3. Dynamic perspective
 - 3.4. Self-organized complexity perspective
 - 3.5. . Predictive perspective
4. Characteristics of performance invariante over diferente expertise levels.
 - 4.1. Perceptual attunement and antecipation
 - 4.2. The intending-perceiving-acting cycle
 - 4.3. Cognition and decision-making
 - 4.3. The regulation of action
 - 4.4. Performance environments
5. Performer-environment coordination.
 - 5.1. Characteritics of expert athletes
 - 5.2. Characteristics of the contexts with impacto on performance
 - 5.3. The epistemic link between the athlete and the environment
 - 5.4. Performance at the level of the atglete-environment system

7. Demonstration of consistency of program contents with the objectives of the course

The program contents adress current issues within Sport Training with emphasis on performance analysis to provide students with conceptual tools that help in the understanding of current problems in sport training and results from empirirical research..

8. Teaching methods (including assessment)

Expository method and thematic discussions with the realization of scientific reports by the students. Attendance in at least 75% of the classes. Presentation of a monograph or a written examination. It requires a minimum classification of 10.0 points.

9. Demonstration of consistency of teaching methods with the learning objectives of the course

The teaching methodologies developed, particularly related to expository methods, allow students to learn basic knowledge to explore extensively in the work to be done as well as its presentation, discussion and reflection. The pedagogical methodologies applied can thus continuously establish the connection between the acquisitions of declarative knowledge, where students learn the main concepts, and procedural knowledge through students are guided to apply scientific knowledge in concrete situations.

10. Principal Bibliography

Baker, J & Farrow, D. (Eds.) (2015). *Routledge Handbook of Sport Expertise*. London, UK: Routledge.

Dauids, K., Hristovski, R., Araújo, D., Balague, N., Button, C., & Passos, P. (Eds.). (2014). *Complex Systems in Sport*. London: Routledge.

McGarry, T., O'Donoghue, P., Sampaio, J., (Eds.). (2013). *Routledge Handbook of Sports Performance Analysis*. London, UK: Routledge

Volossovitch, A. & Ferreira, A. (Eds.) (2013). *Fundamentos e aplicações em análise do jogo*. Lisboa: FMH-Edições.